



**Nombre de la alumna: Alinne Pérez Velasco**

**Nombre del profesor: Dr. Sergio Jiménez Ruiz**

**Nombre del trabajo: Hidroterapia**

**Materia: Interculturalidad y salud II**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grado: Segundo semestre**

**Grupo: "B"**

Comitán de Domínguez Chiapas a 01 de febrero de 2022

# Hidroterapia

La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas. También se puede definir como una rama de hidrología que estudia la aplicación externa del agua sobre el cuerpo humano con fines terapéuticos.

## "Indicaciones y Contraindicaciones"

**Indicaciones:** Son todas aquellas indicadas en termoterapia/crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua (artritis, artrosis, hipotonía, parestias, parálisis, etc). También se encuentran afecciones del sistema nervioso (neuralgias, neuritis, poliomiélitis, etc).

**Contraindicaciones:** Artritis infecciosa (en piscinas), cardiopatías descompensadas, Bronquitis crónica descompensada, en dermatología (micosis y dermatitis piógena, cirrosis, diarreas, etc).

## "Principios Físicos del Agua"

El agua es el compuesto más abundante en la superficie terrestre, la podemos encontrar de forma líquida, sólida o gaseosa. Es el elemento presente en todos los seres vivos.

Sus propiedades organolépticas son "inodora, insípida e incolora. Tiene propiedades en importancia terapéutica e interviene en la regulación térmica. Posee un alto coeficiente de viscosidad y tensión superficial y gran conductividad calórica. No es buena en conductividad eléctrica pero aumenta al adicionarle una sal ionizable, sin embargo depende de la mineralización.

La molécula del agua está formada por dos átomos de H y un átomo de O, la unión de esta molécula pueden ser dipolos. Pueden formar polihidrolas, capacidades como disociantes e ionizantes e incluso posee un poder disolvente. Estas propiedades ayudan a la hidroterapia.

### "Tipos de Aguas"

Se clasifican en aguas profundas (menor interés terapéutico pero mayor propiedad mineromedicinal) y en aguas superficiales (manantiales espontáneos). Por su composición y presentación se dividen en 3 grupos dependiendo su uso.

### "Efectos Fisiológicos Terapéuticos"

Se dividen en 4 los efectos del agua que lo hacen ideal para fines terapéuticos.

**Efecto mecánico:** Se produce el factor hidrostático que es la presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido. "Todo cuerpo sumergido en agua experimenta un empuje hacia arriba igual al peso del volumen de líquido que desaloja". Al llevar en práctica esta, con un paciente provoca beneficios como descarga de miembros y pámite la carga precaz. A su vez produce el factor hidrodinámicos la cual es la resistencia al movimiento en el agua, este factor depende de la velocidad y el ángulo.

**Efecto Térmico:** Depende únicamente de la temperatura del agua y depende de esta los beneficios fisiológicos.

**Efecto General:** Es aquello que le ocurre al cuerpo humano en respuesta favorable de forma general en la salud, pero también existe un factor negativo provocando un malestar general conocido como "reacción termal".

**Efecto Psicológico:** Este provoca en el paciente cambios de humor que pueden ser de relajación o sueño y puede aumentar en grupo, por lo general este tratamiento se da en la naturaleza o con temática de esta.

**Técnicas Hidroterápicas:** Consisten en dos grupos generales la hidroterapia general y la hidroterapia local. Las cuales son las siguientes:

**Balneoterapia:** En esta sección de la hidroterapia general se encuentran los baños salados, baños carbogaseosos, baños de oxígeno, baños galvánicos, etc.

**Baños Parciales:** Solo se sumerge una parte del cuerpo y depende de la zona para darle nombre, existen baños maniluvios, pediluvios y semicupio.

**Balneocinesiterapia / Hidrocinesiterapia:** Hay una inmersión completa en el agua donde se utilizan técnicas de movilización. Entre estas se encuentran las "piscinas terapéuticas, los tanques de Hubbard y piscinas de natación".

**Duchas:** Se indican las duchas frías y calientes con efecto estimulante y la neutra (20-38°) todas aplicadas con un chorro único con una distancia de 3 a 4 metros hay 7 diferentes tipos. Hasta aquí llega la hidroterapia general.

**Compresas:** Inicia la hidroterapia local. En compresas hay dos tipos, las compresas húmedas y compresas secas o calientes.

**Baños Locales:** Existen 3 tipos que son baños de turbina o remolino, baños con chorros y baños de contraste.

## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Bernal, L. (31/3/05). Hidroterapia. Acrobat Distille. Recuperado de:  
<http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>