



**Joshua Daniel Mazariegos Pérez**

**Dr. Sergio Jiménez Ruiz**

**Control de lectura**

**Interculturalidad y Salud 2**

**Grado: 2**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grupo: C**

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de marzo de 2022.

# Hidroterapia

Es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas, podemos definirla como la rama de la hidrología que estudia la aplicación externa del agua sobre el cuerpo humano, siempre que sea con fines terapéuticos y principalmente como vector mecánico y térmico.

Otros conceptos relacionados con el de hidroterapia son los siguientes.

- Hidrología: parte de las Ciencias Naturales que se ocupa del estudio de las aguas.
- Crenología (de crenas, manantial): es la rama de la Hidrología que se ocupa de las aguas minero medicinales en su constitución y propiedades, así como en los terrenos en los que estas se originan.
- Climatoterapia: el uso de los climas como actividad terapéutica.
- Balneario terapia: es el tratamiento de afecciones mediante el uso combinado de Hidroterapia y la Hidrología, y se pueden añadir los efectos sobre el psiquismo.
- Talasoterapia: estudio la acción terapéutica del agua del mar y su entorno.
- Psamoterapia: es el empleo de la arena como vector térmico y su aplicación terapéutica.

Los indicaciones son:

- Todas aquellas que quedaran indicadas en termoterapia (crio terapia cuando el agente físico utilizado es el agua); artritis, hipotonía, parestias, parálisis,

Columna y reducción de la marcha.

• Afecciones del sistema nervioso: neuritis, poliomielitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

Contraindicaciones son:

• Artritis infecciosa (en piscinas), lordipatros descompensados, • Bronquitis crónica descompensada, • Dermatología; micosis y dermatitis piógena; • Cirrosis y diarrea, • Epilépticas no controladas y síndromes caré-dios, • Cualquier herida abierta, • Hipertensión arterial y varices.

El agua tiene una serie de propiedades de las cuales confiere una gran importancia terapéutica y le dan gran interés al ser un factor que interviene en la regulación térmica de los seres vivos.

Estas propiedades físico-químicas de agua son las que posteriormente llevarán a los efectos beneficiosos terapéuticos para el paciente.

Más emparentado con la hidrología, la hidrología médica se emplea cuando la utilización del agua no es solo superficial. No es más que el empleo de aguas minerales, y minero-medicinales; aquellas cuyas características físico-químicas las hacen recomendable para su uso terapéutico.

Según su origen de las aguas, podemos clasificarlas en:

• Aguas profundas: de menor interés terapéutico pero con propiedades minero-medicinales.

## • Aguas superficiales:

- Manantiales y fuentes espontánea; que se denominan manantiales freáticos.

- Manantiales a los que accede a través de pozos artesianos o un sistema de bombeo.

Son cuatro los efectos del agua, estos son: el efecto mecánico, el térmico, efecto general y el psicológico;

El efecto mecánico a su vez son dos grandes efectos los que se producen:

- Los factores hidrostáticos, son o es la presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido, según Arquímedes "todo líquido o todo cuerpo sumergido en el agua experimenta un empuje hacia arriba igual al peso del volumen de líquido que desaloja."

Es principio proporcional beneficios en la inmersión:

- Descarga los miembros y permite la carga precoz.
  - Asiste a la movilización activa en caso de debilidad muscular.
  - Redistribuye el flujo sanguíneo, facilitando el retorno venoso de miembros inferiores.
  - Mejora la propiocepción a través de estímulos exteroceptivos proporcionados por la presión hidrostática.
  - Los factores hidrodinámicos, la resistencia al movimiento en el agua es igual a una constante con la viscosidad, densidad, cohesión y adherencia al líquido.
- El efecto térmico, es el más utilizado, la temperatura del agua varía entre  $1-46^{\circ}$  y según ello varía los

efectos fisiológicos.

Efecto general es otra reacción para aguas mineralo-medicinales, llamados reacción general inespecífica. La cura termal es como una pequeña agresión que pone al organismo en fase de respuesta favorable, o de bienestar, aumentando su capacidad de bienestar y defensa.

El efecto psicológico en las afeciones en las cuales el agua facilita el movimiento o disminuye las resistencias, de manera que el individuo ejecuta movimientos o acciones que de otra manera no puede realizar.

Además el agua fría provoca una sensación de estímulo o vigilia y el agua caliente un estado de somnolencia, sedación y sueño. Además tenemos tratamientos en grupo que aumentan el grado de relación con otros pacientes y ello conlleva a un efecto placebo.

Encontramos distintas técnicas que ahora mencionamos:

Balneoterapia, participa las temperaturas y efectos que tiene la temperatura del agua sobre el paciente.

Baños parciales, solo se sumergen en agua parte del cuerpo, reciben el nombre según la zona del cuerpo para la que están ideados; generalmente usan asociadas a técnicas hidroquinéticas como rebolnos o chorros o baños de contraste.

Balneoesitoterapia / Hidroanestesia, se utilizan para la inmersión completa en el agua, donde se utilizan técnicas de movilización.

**Bibliografía.**

Bernal, L. (-). Hidroterapia Concepto, indicaciones y contraindicaciones. Principios generales. Tipos de agua. Temperatura del agua. Efectos fisiológicos terapéuticos. Técnicas hidroterápicas: baños, compresas y envolturas, abluciones, proceso hidrocinético. luisbernal.es.

<http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>