



Llenifer Yaquelin García Díaz

Sergio Jiménez Ruiz

Hidroterapia

Interculturalidad y Salud II

“2”

“C”

Hidroterapia

La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas; es 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. Existen seis conceptos relacionados con el de hidroterapia de los cuales son los siguientes:

- **Hidrología:** Parte de las Ciencias Naturales que se ocupa del estudio de las aguas.
- **Crenología:** (de creno, manantial) es la rama de la Hidrología que se ocupa de las aguas mineralo-medicinales en su constitución y propiedades, así como de los terrenos en los que estas se originan.
- **Climatoterapia:** es el uso de los climas como actividad terapéutica.
- **Talasoterapia:** estudia la acción terapéutica del agua del mar y su entorno.
- **Balneoterapia:** Es el tratamiento de afecciones mediante el uso combinado de la Hidroterapia y la Hidrología, a las que se pueden añadir los efectos sobre el psiquismo, ya que los balnearios están usualmente en zonas alejadas, en plena naturaleza, donde existe un alejamiento de la vida normal con sus preocupaciones y un contacto con la naturaleza, que obran también de manera beneficiosa sobre las patologías.
- **Psamoterapia:** es el empleo de la arena como vector térmico y su aplicación terapéutica.

Indicaciones: • Todas aquellas que quedaron indicadas en termoterapia/crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua; artritis, artrosis, hipotonía, paresias, parálisis, columna y reeducación de la marcha.

• **Afecciones del sistema nervioso:** neurálgias, nevritis, polio-mielitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

En la hidroterapia se pueden presentar **contraindicaciones** como: artritis infecciosa (en piscinas), Cardiopatías

Digestorstorbitt

descompensadas, bronquitis crónica descompensada, dermatología y micosis y dermatitis pruriginosa, cirrosis y diarreas, epilépticos no controlados y síndromes coreicos, cualquier herida abierta, hipertensión arterial y varices.

El agua es la sustancia más abundante en la superficie terrestre, encontrándose de forma aislada en cualquiera de sus estados; líquido, sólido o gaseoso. Es el elemento más abundante en la composición de todos los seres vivos.

En estado puro sus propiedades organolépticas son las de un elemento inodoro, insípido e incoloro.

Posee un alto coeficiente de viscosidad y tensión superficial y una gran conductividad calórica, pero una mala conductividad eléctrica en estado puro; si se adiciona una sal ionizable, lo que implica que la conductividad eléctrica está en relación con el grado de mineralización.

La molécula de agua está compuesta de dos átomos de Hidrógeno y uno de oxígeno. Los átomos de hidrógeno se unen al de oxígeno formando una molécula donde los átomos de hidrógeno están separados por un ángulo de 110° .

Las moléculas de agua pueden ser consideradas como dipolos, presentando grandes capacidades de reacción. Se pueden asociar moléculas de agua entre sí para formar polihidatos. Participa en gran número de reacciones químicas a través de sus electrones no compartidos de su átomo de oxígeno. Tiene poder disolvente de las moléculas hidrófilas y los electrolitos.

La hidrología médica se emplea cuando la utilización del agua no es solo superficial. Es el empleo de aguas minerales y mineralo-medicinales; aquellas cuyas características físico-químicas las hacen recomendable para su uso terapéutico. Se pueden clasificar según su origen en:

- aguas profundas: de menor interés terapéutico

pero con propiedades minero medicinales.

- Aguas superficiales: que se subdividen en dos clases más; Manantiales y fuentes espontáneas: que se denominan manantiales freáticos.

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

Según su composición y presentación se pueden dividir en tres grupos: el grupo 1 corresponde a los minerales donde se encuentran: Aguas cloruradas: para afecciones linfáticas, tuberculosis y secuelas de traumatismos. Aguas sulfatadas: purgantes y digestivas. Aguas bicarbonatadas: sedantes y diuréticas y Aguas Carbogaseosas: dispepsias y litiasis renal.

El grupo 2 es de elementos minerales especiales, dentro de este grupo se encuentran Aguas Sulfuradas: afecciones reumáticas crónicas, antiinflamatorias y bactericidas.

Aguas ferruginosas: anemia ferropénica y Aguas radiactivas: gota, bronquitis. Y el grupo 3 es de Oligominerales pobres en minerales, son indicados en trastornos reumáticos, gota, neuralgias y neuritis.

Se consideran cuatro efectos fisiológicos terapéuticos del agua que hacen que sea ideal como medida terapéutica.

- Efecto mecánico: son dos grandes efectos los que se producen: Factores hidrostáticos y Factores hidrodinámicos. En los factores hidrostáticos la presión que ejerce un líquido sobre un cuerpo sumergido es igual al peso de la columna de líquido situada por encima de ese cuerpo y es directamente proporcional a la profundidad de la inmersión y a la densidad del líquido. Proporciona beneficios como: descargu de 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, y mejora la propiocepción a través de los estímulos exteroceptivos proporcionados por la presión hidrostática.

Factores hidrodinámicos: La resistencia al movimiento en el agua es igual a una constante por la superficie a mover, por el seno del ángulo formado entre el plano de proyección de la superficie que se desplaza y la dirección del desplazamiento, y por la velocidad al x^2 .

• Efecto térmico: es el más utilizado, la temperatura del agua puede variar de 1 a 46° y varían los efectos fisiológicos según el tipo de agua.

• Efecto general: La reacción general inespecífica es otro tipo de reacción común para las aguas mineralizadas. La cura termal es como una pequeña agresión que pone al organismo en fase de respuesta favorable o de bienestar.

• Efecto psicológico: en afecciones 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. El agua fría provoca una sensación de estímulo o vigilia y el agua caliente un estado de somnolencia, sedación y sueño.

Encontramos los distintos técnicos que ahora se mencionan: Balneoterapias las temperaturas y efectos que tiene la temperatura del agua en el paciente. Baños parciales: solo se sumerge en agua parte del cuerpo, asociados a técnicas hidroquinéticas. Balneocinesiterapia / hidrocinestoterapia:

Se utilizan para la inmersión completa en el agua, donde se realizan las técnicas de movilización. Duchas: se indican las duchas frías y calientes con efecto estimulante.

Compresas húmedas o secas calientes para tratamientos alternos. Baños locales: son similares a los baños parciales.

Referencia Bibliográfica

Luis Bernal, Hidroterapia Concepto, indicaciones y contraindicaciones. Principios generales. Tipos de agua. Temperatura del agua. Efectos fisiológicos terapéuticos. Técnicas hidroterápicas: baños, compresas y envolturas, abluciones, proceso hidrocinéticoDIO:

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