



Wilder Bossuet Ramírez Vázquez.

Sergio Jiménez Ruiz

Resumen Hidrografía

Interculturalidad y Salud 2

PASIÓN POR EDUCAR

2 "C"

Comitán , Chiapas a 07 de marzo de 2022

Hidroterapia.

La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas, podemos definirla también 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.

Aparte de las indicaciones particulares que pueden tener cada tipo de agua o cada técnica hidroterápica que veremos a continuación, relatamos las indicaciones y contra indicaciones generales para todas estas técnicas;

Indicaciones

• Todas aquellas que quedaron indicadas en termoterapia / crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua: artritis, artrosis, hipotonía, parosios, parálisis, columna y reeducación de la marcha, Afecciones del sistema nervioso: Neuralgias, neuritis, poliomielitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotriz.

El agua es la sustancia más abundante en la superficie terrestre, encontrándose de forma aislada en cualquiera de sus estados; líquido, sólido o gaseoso, o formando parte de compuestos tanto orgánicos como inorgánicos. 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. Tiene una serie de propiedades que le confieren una gran importancia terapéutica y le dan un gran interés al ser un factor que interviene en la regulación térmica de los seres vivos.

Las moléculas de agua pueden ser consideradas como dipolos, presentando grandes capacidades de reacción. Se pueden asociar moléculas de agua entre sí para formar polihidrales, a partir de enlaces de hidrógeno. Tiene capacidades disociantes e ionizantes a través de la atracción electrostática de la extremidad de cada dipolo. 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. Las moléculas de agua también pueden disociarse en el seno líquido mismo, llevando a cabo reacciones hidrolíticas.

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 espontáneas: que se denominan manantiales freáticos, manantiales a los que se accede a través de pozos artesianos o un sistema de bombeo.

Los efectos fisiológicos terapéuticos son cuatro los efectos del agua que hacen que sea ideal como medida terapéutica. Estos efectos son: el efecto mecánico, el térmico, el efecto general y el psicológico.

Balneoterapia

Las temperaturas y efectos que tiene la temperatura del agua sobre el paciente, según esto además tenemos los siguientes tipos de baños.

- Baños salados: Aplicados en obesidad, gota y osteomielitis.
- Baños Carbogaseosos: también llamados baños de Nauheim, emite agua a presión y dióxido de Carbono, son estimulantes.
- Baños de oxígeno: son sedantes a temperaturas de $33-35^{\circ}\text{C}$.
- Baños con sustancias medicamentosas.
- Baños a presión con múltiples toberas (jacuzzi).
- Baños galvánicos: consta de una cubeta en la que se introduce al paciente y se aplica corriente galvánica.
- Baños de hidromasaje.
- Baños de Kneipp: Estanque alargado con agua hasta 10-20 cms de profundidad, dividido en diferentes secciones según la naturaleza del suelo.
- Baños locales
- Baños de turbina o remolino: pequeños recipientes donde se introduce una parte del cuerpo, contiene un agitador constante con continuo efecto térmico y de masaje.
- Baños con chorros: se asocia al tratamiento del baño un chorro unos 6°C por encima de la temperatura del agua.
- Baños de contraste: se utiliza alternativamente agua caliente y fría.
- Baños Parciales: solo se sumerge en agua parte del cuerpo, reciben el nombre según la zona del cuerpo para que lo están ideados.

Balneario / Hidroterapia

Se utilizan para la inmersión completa en el agua, donde se realizan las técnicas de movilización:

- Tanque de Hubbard: Baños de cerámica o metálicos, en forma de mariposa, para que el fisioterapeuta pueda movilizar al paciente. La temperatura del agua está entre 24 y 38° , el tiempo de tratamiento es habitualmente de unos 15 minutos.
- Piscinas terapéuticas: Tamaño de unos 5-6 metros de ancho por unos 12-15 de largo, con una profundidad que puede oscilar de 0,85 a 1,05 metros, el fisioterapeuta puede dirigir los ejercicios desde fuera o bien, introducirse al agua.
- Piscinas de natación: de diferentes tamaños. La profundidad puede alcanzar los 3 metros y oscilar la temperatura entre $30-32^\circ$; deben disponer de ayudas técnicas que permitan el fácil acceso y la seguridad.

Duchas

Se indican las duchas frías y calientes con efecto estimulante, y la neutra ($20-38^\circ$) con efecto sedante, todas ellas con un chorro único a una distancia de 3 ó 1 metros.

- Duchas de Vichy: El paciente en decúbito y múltiples chorros "en sábano" a temperaturas calientes, se asocia a masoterapia.
- Curas de Kneipp: protocolos de empleo de hidrología e hidroterapia de carácter naturalista.

Bibliografía

Luis Bernal. Es. Hidroterapia. Tema 32. <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>