



## **INTERCULTURALIDAD Y SALUD II**

**Alumna:** Karla Jharumi Sanchez Salas

**Docente:** González Méndez Luis Daniel

Segundo Semestre Grupo A

**Nombre De La Licenciatura:** Medicina  
Humana

**Tema:** Mapa conceptual

# HIDROTERAPIA



## DEFINICIÓN

La hidroterapia es una forma de tratamiento que utiliza el agua para aliviar el dolor, mejorar la salud y promover la recuperación física. Se basa en las propiedades físicas y químicas del agua, como su temperatura, presión y densidad, para lograr efectos terapéuticos.



## DIFERENCIAS

La hidroterapia se puede diferenciar de otros tratamientos y terapias por varias características clave. A continuación, se presentan algunas de las principales diferencias:

1. Modalidad de Tratamiento
2. Mecanismo de Acción
3. Entorno de Aplicación

## CONCEP. CLAVES

1. **Agua como Terapia\*\***
  - **Uso terapéutico\*\***: El agua es el principal agente terapéutico, utilizado en diversas temperaturas y formas (baños, duchas, compresas).
2. **Propiedades del Agua\*\***
  - **Temperatura\*\***: El agua caliente puede relajar los músculos y mejorar la circulación, mientras que el agua fría puede reducir la inflamación y el dolor.
  - **Flotabilidad\*\***: Permite realizar ejercicios con menor impacto en las articulaciones, facilitando la movilidad.
3. **Técnicas de Hidroterapia**
  - **Baños de inmersión**: Sumergir el cuerpo en agua para relajar o tratar áreas específicas.
  - **Duchas de contraste\*\***: Alternar entre agua caliente y fría para estimular la circulación.
  - **Compresas húmedas\*\***: Aplicar toallas mojadas en áreas específicas para aliviar el dolor.



## **BIBLIOGRAFÍA**

**Buchanan, A. (2018). Hydrotherapy: A Comprehensive Guide to Water Therapy. Health Pr**