



Nombre del alumno:
Gabriela Isabel Alegría Hernández

Docente:
Dr. Luis Antonio Gonzáles Méndez

Materia:
Interculturalidad II

Mapa mixto “Hidroterapia”

Grado: 2 Grupo: A

Hidroterapia

¿QUÉ ES?

Es una terapia que utiliza el agua para tratar diversas afecciones físicas

¿EN QUÉ CONSISTE?

utilizar el agua con fines terapéuticos para prevenir y tratar diferentes tipos de dolencias musculares.

¿EN QUÉ AYUDA?

Ayuda a tratar muchas enfermedades y afecciones, entre las que se incluyen el acné, la artritis, los resfriados, la depresión, los dolores de cabeza, etc.



> TIPOS DE DE HIDROTERAPIA

TERAPIA ACUÁTICA TÉRMICA

1. Alterna la temperatura del agua como fin terapéutico.

EJEMPLOS

Agua caliente: se utiliza para favorecer la relajación y actuar sobre dolores leves

Agua más fría o templada: estimula la circulación y tiene un efecto más antiinflamatorio.



HIDROTERAPIA MECÁNICA

TIPOS

Empuje: ayuda a ejercitar los músculos.

Presión: el agua se aplica a mediante chorros para estimular el sistema nervioso.

Compresión: mejora la circulación.

Resistencia hidrodinámica: fortalece los músculos.



TÉCNICAS HIDROTERMALES QUÍMICAS

Es la terapia que incorpora sustancias químicas en el agua para conseguir un objetivo determinado en cada tratamiento.

EJEMPLOS

Ferruginosa: se indica como tratamiento complementario en enfermedades de la piel y en trastornos de la sangre como la anemia

Sulfatada: sobre la piel, aporta beneficios sobre la respiración y el sistema locomotor.

Sulfurosa: trata patologías articulares y respiratorias.

Clorurada: activa las funciones orgánicas.



Bibliografía

- Nossa, H. (2023, 12 junio). Hidroterapia o terapia acuática. Mundo Entrenamiento. <https://mundoentrenamiento.com/hidroterapia-o-terapia-acuatica/>
- Hidroterapia | Cigna. (s. f.). <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/temas-de-salud/hidroterapia-tr3554spec#:~:text=Las%20personas%20utilizan>
- Giné, S. (2020, 17 septiembre). ¿Qué es y para qué sirve la hidroterapia? - Escuela de Medicina y Sanidad. Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad. <https://postgradomedicina.com/que-es-hidroterapia-beneficios-tipos/>