



Nombre del alumno: Claudia Mejía Velasquez

Nombre del docente: Gonzalez Méndez Luis Antonio

Nombre de la materia: interculturalidad II

Nombre del tema: Hidroterapia

Nombre de la licenciatura: Medicina humana

Segundo semestre.



HIDROTERAPIA

¿QUE ES?

la hidroterapia es un método terapéutico en donde se emplean conocimientos fisioterapeúticos de rehabilitación y biomecánica.

las sesiones de hidroterapia se realizan en función de las necesidades personalizada por cada paciente posterior a su evaluación no es una técnica generalizada sino que debe adaptarse a la persona la patología y la sintomatología.

BENEFICIOS

- favorece la respiración
- Favorece la circulación sanguínea
- disminuye las contracciones musculares
- mejora el sistema inmunológico
- Favorece el equilibrio y la propiocepción
- permite aumentar la fuerza muscular
- Facilita los movimientos
- Produce un efecto analgésico
- reduce el estrés y ayuda a los trastornos depresivos.

TIPOS

empuje: actúa al sumergirse el cuerpo en el agua

comprensión: el agua se aplica con fuerza sobre el cuerpo creando presión en músculos venas o nervios.

resistencia hidrodinámica: se utiliza una superficie acuática al realizar ejercicio en lugar de hacerlo en tierra.

presión: el agua se aplica a través de duchas o chorros.

