

**3° Jornadas Nacionales de actividad física  
y deportiva en el niño y el adolescente  
6, 7 y 8 de junio de 2013**

*Sede: Centro de Docencia y Capacitación Pediátrica "Dr. Carlos A. Gianantonio"*

**Mesa Redonda:** Kinesiología

**Tema:** Técnicas complementarias para pacientes con patologías crónicas: hidroterapia

**Autor:** Lic. Horacio Sagray

**Fecha:** Jueves 6 de junio de 2013

Es conocido el aspecto educativo, lúdico y formativo que tiene el trabajo en y con el agua; sin embargo a estos aspectos hay que unir la importancia de su valor terapéutico. La hidroterapia es una actividad acuática que se utiliza como medio terapéutico y lúdico, que complementa el tratamiento físico.

La hidroterapia es una rama de la hidrología que se ocupa de las aplicaciones exteriores del agua sobre el organismo humano con fines terapéuticos. El agua por sí misma no tiene ninguna función terapéutica, cumple una función higiénica o de nutrición. Su valor terapéutico reside en que es vector de temperatura y de acciones físicas y mecánicas.

La hidroterapia es indicada en pacientes con:

- Patologías musculo-esqueléticas (Displasias óseas, Ontogénesis Imperfecta)
- Patologías neuromusculares (Distrofias Musculares, Miopatías, Atrofias musculo espinales)
- Postquirúrgicos de afecciones osteoarticulares (Post Tutores Externos, Enclavados endomedulares, Barras Tarsales)
- Enfermedades del SNC (Cuadros Espásticos, Hipotonías, Ataxias)

**Propiedades físicas del agua:**

- a) el empuje
- b) la resistencia

a) Cuando permanecemos dentro del agua podemos percibir una pérdida de peso, ésta es producto del empuje estático. El cuerpo, cuando está en inmersión va a sufrir un empuje hacia arriba, por lo tanto, éste contrarresta el empuje de la gravedad disminuyendo el peso del cuerpo. Cuando se encuentra el agua al nivel de las rodillas, el cuerpo soporta el 90% de su peso, o sea que la sensación del peso corporal disminuye un 10% del real, cuando está al nivel de la cadera soporta el 80% de su peso, a nivel de la cintura el 60%, en los hombros el 30%, mientras que a la altura del cuello solamente el 10% del total de su peso.-

b) En la realización de movimientos dentro del agua se puede percibir una fuerza que frena al cuerpo, La cual denominaremos resistencia del agua. Esta resistencia que ofrece el agua ante un movimiento determinado (por ejemplo, el volteo asistido, los giros, etc.) hace que éste sea más lento y, por tanto, proporcione mayor percepción a nivel motor y sensitivo.

Esta característica permite que los movimientos que realiza el adulto cuando sostiene a un niño en el agua se desarrollen a menor velocidad y por tanto sea más perceptible para el niño.

En consecuencia, con los movimientos realizados en el, nuestro cuerpo sufre un empuje hacia arriba, una presión que afectará todas sus partes, y por último una fuerza que frenará nuestros movimientos.- Por lo tanto, para poder efectuarlos tendremos que lograr un equilibrio y adaptar la postura a estas nuevas condiciones.- Este es el primer punto a conseguir para poder disfrutar de este nuevo ámbito.

**Beneficios:**

- \* Aumento de la resistencia al movimiento.
- \* Facilidad en desarrollar movimientos por disminución de fuerza de gravedad.
- \* Disminución del peso corporal.

**Resultados:**

-Movimientos lentos, que pueden ser predecibles, lo que le permite una experiencia sensoriomotriz más rica y sin gravedad constante.

-Una exigencia antigravitatorio mínima, fácil de controlar por el niño.

-Una exigencia del movimiento dependiente mínima y facilitada por el adulto que le ayudara a da mayor movilidad a diferentes partes del cuerpo

**Contraindicaciones:**

La indicación de hidroterapia está contraindicada en pacientes con:

-Procesos infecciosos, heridas abiertas, erupciones cutáneas contagiosas, procesos neoplásicos, insuficiencia renal hepática y cardiaca.

**Ejercicios:**

**3° Jornadas Nacionales de actividad física  
y deportiva en el niño y el adolescente  
6, 7 y 8 de junio de 2013**

*Sede: Centro de Docencia y Capacitación Pediátrica "Dr. Carlos A. Gianantonio"*

Los ejercicios que se pueden desarrollar en y con el agua, se deben plantear en forma lúdica y deben ser adaptados, y supervisados para cada niño en particular, por lo tanto la función del Kinesiólogo es fundamental en este abordaje terapéutico, ya sea implementar pautas y plan o acompañando el desarrollo de las actividades.

Este punto es de destacar dado la importancia del conocimiento de la patología, sus posibilidades y sus riesgos, la cual siempre debe estar presente sin confiarnos por mejores resultados que obtengamos.

Cualquiera sea la patología, el trabajo terapéutico a partir del medio espacio acuático y el contacto con el material (objetos y juguetes flotantes, agua templada, etc.) provocan la experimentación de nuevas sensaciones (flotabilidad, deslizamiento), que inducen a la formación de una unión especial niño-medio. La percepción del esquema corporal le permitirá tener mayor confianza en sí mismo y en sus propias posibilidades de expansión corporal en un medio tan singular, húmedo y divertido como el agua.

La utilización precoz de la hidroterapia favorece el desarrollo global del niño, estableciendo una conexión y una percepción del cuerpo que hace que sea menos pesada, más ligera y fluida. Todo ello facilita el reconocimiento del esquema corporal.