



Hidroterapia en personas con discapacidad, particularmente en Trastorno Generalizado del Desarrollo

Los Trastornos Generalizados del Desarrollo (TGD) se expresan por compromiso en la socialización, déficit del desarrollo del lenguaje (verbal y no verbal) e intereses restringidos con conductas estereotipadas.

Hay diversos estudios que analizan los beneficios que el medio acuático ofrece para el tratamiento de la niña o el niño con Trastorno Generalizado del Desarrollo desde la Terapia Ocupacional.

La Hidroterapia es la utilización del agua como agente terapéutico. El agua es un elemento físico que por sus propiedades constituye un medio eficaz para desarrollar la intervención terapéutica. De acuerdo con el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-IV, los Trastornos Generalizados del desarrollo se caracterizan por alteraciones en diversas áreas del desarrollo del individuo, principalmente en tres dimensiones específicas: la interacción social, la comunicación y la presencia de intereses y actividades estereotipadas.

Se trata de implementar un programa específico en el medio acuático, con el objeto de mejorar la calidad de vida e incrementar el nivel de desempeño diario del niño y su familia, produciendo un incremento de la motivación intrínseca y del interés por el juego.

La Hidroterapia ha sido utilizada por décadas como parte de un tratamiento integral en el caso de diversas afecciones de salud donde se requiera: analgesia, anti-inflamación, vasodilatación, relajación muscular, efecto antiespasmódico, incremento de la movilidad articular.

Entre los Trastornos Generalizados del Desarrollo podemos nombrar el Autismo, el Síndrome de Asperger, el Trastorno Generalizado del Desarrollo no especificado, el Trastorno Desintegrativo de la Niñez y el Síndrome de Rett.

La actividad acuática potencia la autoestima y mejora la calidad de vida de niños con autismo y otros trastornos generalizados del desarrollo. Se logra que los niños se muevan, que sean capaces de experimentar ese movimiento y de ver que realizan en el agua ciertas posturas y acciones que en el medio natural no hacen pues son niños con serias dificultades físicas y cognitivas.

Se realizan juegos que estimulan que los niños se muevan en el agua, se relajen y se relacionen. Se utilizan pelotas y diversos materiales de diferentes texturas y colores para que les llamen la atención.

Los terapeutas ocupacionales se centran también en el vestuario pues otro de los objetivos es conseguir que los niños se vistan, mejorando de esta forma su independencia.

Se mejora la calidad de vida de estos niños que aprenden a no tenerle miedo al agua y a mojarse ciertas partes del cuerpo a las que, en principio, sienten rechazo.



La Hidroterapia o rehabilitación acuática es la realización de ejercicios terapéuticos realizados en el agua, utilizando distintas variedades de técnicas (lavados, abluciones, compresas y fomentos, baños, duchas, chorros, baños de renombre, masajes sub-acuáticos).

En la actualidad la Hidroterapia se utiliza en los centros de rehabilitación aprovechando las bondades físicas del elemento:

- 1) Disminución del peso corporal al sumergirse en el agua (Principio de Arquímedes). Esto permite realizar ejercicios con descarga de peso que se encuentra disminuido según la profundidad del lugar, permite al paciente que no podría caminar fuera de la pileta utilizar sus miembros inferiores para lograr mejorar la función perdida.
- 2) Asistencia del movimiento: se necesita menos fuerza para desplazar un miembro, el agua lo que permite a aquellos pacientes con disminución de la fuerza es realizar correctamente ejercicios de rehabilitación.
- 3) La presión del fluido colabora también en disminuir edemas, sobre todo en miembros inferiores.
- 4) La posibilidad de aportar calor a las estructuras dañadas para mejorar los procesos de reparación tisular. El agua transfiere muy bien la temperatura al cuerpo humano.
- 5) Ejercicio contra resistencia en el agua, que es otra forma de realizar ejercitación venciendo una corriente en contra del movimiento.
- 6) Flotabilidad es una de las cualidades del ser humano que puede ser aprovechada como tratamiento terapéutico (en el caso de neurodéficits especialmente).

Bibliografía

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Am Psychiatric Ass. Washington DC: DSM IV, 4ª ed 2000.

Dian Dincicn: “La Curación por el agua”. Ed. martínez Roca. Barcelona, 1987.

Ruggieri Victor y Arberas Claudia: “Trastornos Generalizados del Desarrollo, aspectos clínicos y genéticas”. Medicina (Buenos Aires) 2007; 67/1: 569-585.

Sintes Pros, Jorge: “El poder curativo del agua”. Ed. Sintes. Barcelona 1978

Viñas Frederic: “Hidroterapia”. Ed. Integral. Barcelona 1992.