

# Curso Universitario en Rehabilitación con Técnicas de Hidroterapia y Balneoterapia



## Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 500
- ✓ **Créditos ECTS:** 20
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el curso universitario y un máximo de 6 meses.

En la sociedad actual, donde el sistema económico y social, hace que las personas estén sometidas a cambios rápidos en materia de valores y prioridades, generando continuas situaciones de estrés, el aporte de los distintos métodos naturales de salud, es fundamental para conseguir el mayor estado de bienestar posible. Dentro de estos métodos naturales de salud, incluimos los servicios hidrotermales, que hoy en día han incrementado su demanda, basándonos en la necesidad de huir de la rutina a que nos aboca el modelo de sociedad actual.

Es por ello que en los últimos años se han rescatado y puestos en funcionamiento los antiguos balnearios de aguas minero medicinales, y además han proliferado la apertura de instalaciones hidrotermales, especialmente balnearios urbanos, spas, lugares donde se fusionan la salud y el ocio.

El agua es uno de los elementos básicos de la naturaleza y su importancia radica en que es fundamental en el desarrollo de todos los procesos vitales, por lo tanto, toda vida significa la existencia de agua. Desde tiempos inmemoriales el ser humano ha adoptado el agua, como un elemento esencial en su forma de vida, que se traduce en multitud de actividades afines a su quehacer diario, tanto en la producción agrícola e industrial, en su utilización doméstica, o incluso en distintas actividades de ocio y deporte.

**Inscribirme**



# Certificación: Universidad Europea Miguel de Cervantes



Los alumnos que realicen un **Máster, Experto Universitario o Curso universitario de especialización online Título Propio de la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)** recibirán, una vez finalizado, un diploma expedido en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las actividades formativas, es decir, por la UEMC y no tendría ningún coste adicional. Los diplomas acreditados por la UEMC no llevarán categoría profesional.

UEMC en ningún caso expedirá el título correspondiente al programa formativo si no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula del alumno. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la Universidad, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los cursos de especialización unos cuatro meses y de seis a nueve meses cuando se trata de máster o expertos universitarios. Igualmente los alumnos una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

Los alumnos recibirían, al realizar las formaciones, un diploma como el del ejemplo:



**Parte delantera del diploma de un máster o experto**



**Parte trasera del diploma de un máster o experto**

# ¿A quién va dirigido?

Este programa formativo online / a distancia está dirigido a todo aquel personal, como pueden ser:

- Graduados en fisioterapia.

## Objetivos

### Generales

Es por ello que nuestro objetivo principal, al elaborar este curso online, consiste en la formación de profesionales especialistas en técnicas hidrotermales, ante la expansión y desarrollo de distintos Centros hidrotermales (Balnearios de aguas mineromedicinales, Balnearios urbanos, Centros Spa...), adquiriendo unos conocimientos teórico-prácticos que les permitan desarrollar su labor con absoluta garantía y profesionalidad.

Nuestro recorrido irá desde la historia de la hidroterapia, indagando en los factores físicos y químicos del agua, los principios básicos de la hidroterapia, aguas mineromedicinales, talasoterapia, bases de la crenoterapia, balnearios y spas, técnicas hidrotermales, geoterapia, saunas y baños de vapor, tratamientos de hidroestética, instalaciones y profesionales de los centros hidrotermales, así como primeros auxilios y normas de calidad en los mismos.

Una vez obtenida la certificación que te acredita como Técnico de Balnearios y Spa, podrás acceder al grupo de profesionales que desarrollan su labor en estos centros y que hoy día cuentan con una gran demanda laboral.

### **Conocer los principios hidrodinámicos...**

Para poder elaborar un programa de fisioterapia acuática, es necesario primero conocer las principales *propiedades* de este elemento:

#### *Flotabilidad.*

Es la fuerza opuesta a la gravedad. Las personas pesan aproximadamente un 10% menos en el agua por lo que es menor el peso a mover. Esta fuerza nos asiste en los movimientos a pesar de la existencia de una pequeña debilidad muscular.

La flotabilidad está relacionada con la profundidad y la gravedad específica. La gravedad específica de una persona es su densidad respecto a la del agua, equivale casi exactamente 1 g/cm<sup>3</sup>, por lo que todo lo que posea una relación superior a esta se hunde.

- Reducción de peso debido a la flotabilidad (inmersión estática):
  - 25% de reducción en la ingle.
  - 25-50% de reducción a nivel del esternón.
  - 50-75% en la clavícula.
  - 90-100% de reducción por encima de la clavícula.
- Reducción de peso debido a la flotabilidad (inmersión dinámica):
  - 75% de reducción en las EIAS.
  - 50-75% de reducción en la apófisis.
  - 50% de reducción en la clavícula.
  - 25% de reducción por encima de las clavículas.
- Viscosidad: Es el tipo de fricción que produce resistencia al flujo del agua. En el niño se evidencia este principio al emplear ejercicios de velocidad. Ayuda a mejorar el esquema corporal y la coordinación dando lugar a movimientos más fluidos. La viscosidad además causa distensión y alargamiento de la piel, dando como resultado la estimulación de los mecanorreceptores de adaptación rápida.
- Presión hidrostática: Esta fuerza favorece el retorno venoso, el llenado capilar y aumenta la presión de toda la estructura sumergida favoreciendo el trabajo de la musculatura implicada en la respiración. Es la responsable

de todos los cambios vasculares producidos durante la inmersión y del control de los edemas, por lo que el trabajo en el agua es la mejor opción para las personas con edemas o derrames musculares. La presión hidrostática aumenta con la profundidad y la densidad del líquido.

#### *Fuerzas de resistencia.*

- Fuerza de cohesión: Esta fuerza discurre paralela a la superficie del agua. Está formada por la unión de las moléculas del agua constituyendo la tensión superficial.
- Fuerza frontal: Es la resistencia al avance, se genera delante de un cuerpo cuando este se mueve.
- Fuerza de succión (turbulencia): Durante el avance, la presión en la zona anterior aumenta mientras que en la parte posterior disminuye. Conforme el agua entra en esta zona de baja presión se arremolina formando pequeñas fuerzas de succión.

*Ola de estrave.* Es la responsable de la presión positiva por delante del objeto.

*Estela.* Se forma detrás del objeto que se mueve. Se dirige hacia la parte posterior creando turbulencias de presión negativa y tirando del objeto hacia atrás.

## Específicos

### ***Comprender las indicaciones y contraindicaciones de la fisioterapia acuática...***

Las indicaciones generales de la terapia acuática incluyen todas las patologías que afecten al aparato locomotor en las que deseemos reducir el dolor, el espasmo muscular, el edema y aumentar el arco de movilidad y la fuerza muscular.

Muchas de estas patologías requieren diferentes niveles de descarga en tierra, ya que el aumento de presión que produce un impacto contra el suelo o una superficie dura podría complicar o retrasar la recuperación.

El medio acuático permite que los pacientes toleren mucho antes la realización de ejercicios debido a la ausencia de gravedad y a la disminución de la presión, el dolor y el espasmo muscular.

La fisioterapia acuática está especialmente *indicada* en el tratamiento de:

- Escoliosis.
- Hipercifosis.
- Hiperlordosis.
- Cervicalgia, dorsalgia y lumbalgia.
- Hernias discales.
- Artritis.
- Artrosis.
- Hemiplejias, paraplejias y tetraplejias.
- Recuperación de lesiones crónicas y agudas (esguinces, fracturas...).
  
- Posoperatorios traumatológicos.
- Problemas circulatorios en las extremidades (varices, tromboflebitis...).
- Recuperación cardíaca.
- Discapacidades físicas y psíquicas.
- Preparación al parto y recuperación posparto.

- Osteoporosis.
- Problemas respiratorios.
- Alteraciones del equilibrio y del esquema corporal.

*Contraindicaciones para el inicio de un programa de fisioterapia acuática:*

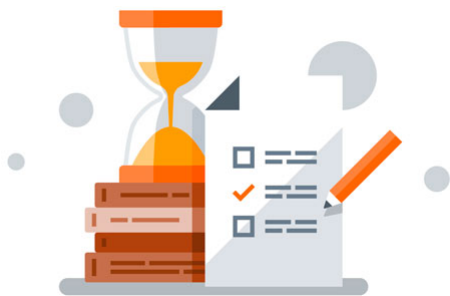
- Lesiones cutáneas o heridas abiertas.
- Enfermedades respiratorias en periodos agudos o contagiosos.
- Enfermedades infectocontagiosas (sarampión, rubeola...).
- Incontinencia vesical o rectal no controlada.
- Hidrofobia.
- Hipertensión no controlada.
- Pacientes con infartos recientes.
  
- Asmáticos no controlados.
- Epilépticos.
- Trastornos de la termorregulación.
- Portadores de válvulas, sondas...
- Demencia senil.
- Procesos tumorales.
- Complicaciones de la diabetes mellitus.
- En los primeros y últimos meses del embarazo.

**Inscribirme**



## Requisitos para la inscripción

- DNI, TIE o Pasaporte.
- Documento de pago de tasas de matrícula.



La evaluación estará compuesta de **147 test** de opción alternativa (A/B/C).

El alumno debe finalizar esta formación online y hacerlo con aprovechamiento y superando al menos un 50% de los tests planteados en el mismo, que se realizarán a través de la plataforma virtual online.

## Contenidos

### Módulo I: Avances en técnicas de hidroterapia y balneoterapia

## **Tema I. Historia de la hidroterapia. Generalidades:**

- El agua elemento de vida:
  - Usos del agua.
  - Historia de la hidroterapia:
    - Hidroterapia primitiva.
    - Hidroterapia y termalismo en distintas épocas de la historia hasta la edad moderna.

## **Tema II. El agua:**

- Tipos de agua.
- Factores químicos del agua.
- Factores físicos del agua:
  - Propiedades de carácter mecánico.
  - Propiedades de carácter térmico.

## **Tema III. Principios básicos de hidroterapia:**

- Principio de Pascal. Presión hidrostática.
- La temperatura.

## **Tema IV. Aguas mineromedicinales:**

- Definición.
- Procedencia.
- Clasificación de las aguas según sus propiedades físico-químicas y biológicas.
- Reglamentación técnico-sanitaria del estado español para la elaboración, circulación y comercio de aguas de bebida envasadas.
- Mecanismos de acción.
- Clasificación:
  - Aguas cloruradas.
  - Aguas sulfatadas.
  - Aguas bicarbonatadas.
  - Aguas sulfuradas.
  - Aguas carbónicas o carbogaseosas.
  - Aguas ferruginosas.
  - Aguas oligominerales.
- Radioactividad en las aguas mineromedicinales:
  - Informe sobre la radiactividad de las aguas mineromedicinales del Balneario de Sierra Alhamilla (Almería).
  - Técnica de administración.
  - Acciones de las aguas radiactivas.
- Diferencias entre hidroterapia y balneoterapia:
  - Balnearios.
  - Termalismo social.
  - Cura balnearia.

## **Tema V. Bases teóricas de la crenoterapia:**

- Técnicas hidrotermales.
- Aplicación externa.

- Permeabilidad cutánea.
- Vías de absorción cutáneas.
- Permeabilidad celular.
- Aplicación interna.
- Efectos secundarios.

#### **Tema VI. Técnicas hidrotermales:**

- Balneación.
- Principales plantas aromáticas y su uso.
- Técnicas hidrotermales.
- Técnicas hidrotermales con presión:
  - Aplicación de las duchas en función de la extensión.
  - Tipos de duchas y chorros.
- Instalaciones de los centros hidrotermales:
  - Piscina terapéutica.
  - Piscina dinámica.
  - Otras instalaciones.

#### **Tema VII. Saunas y baños de vapor:**

- La sauna.
- Baño de vapor.

#### **Tema VIII. Crioterapia:**

- Efectos fisiológicos del frío:
  - Masaje con hielo.
- Termoterapia.

#### **Tema IX. Geoterapia:**

- Arcilla.
- Peloides.
- Limos.
- Barros del Mar Muerto.

#### **Tema X. Spa o balneario urbano:**

- Introducción.
- Clasificación.
- Vinoterapia.
- Chokolaterapia.
- Olivoterapia.

#### **Tema XI. Talasoterapia:**

- El agua del mar.
- Algas.
- Plancton.
- Otros productos derivados de la fauna marina.

### **Tema XII. Tratamientos de hidroestética:**

- Introducción.
- Tratamiento de hidratación corporal.
- Tratamiento regenerador facial.
- Tratamiento de cuello, escote y senos.
- Tratamiento reductor.
- Tratamiento anticelulítico.
- Tratamiento circulatorio.
- Tratamiento antiestrés.
- Tratamiento desintoxicante y depurativo.
- Tratamiento postparto.
- Patología reumática.

### **Tema XIII. El profesional del centro hidrotermal:**

- Introducción.
- Organigrama del personal:
  - Gerente del establecimiento.
  - Director médico.
  - Auxiliares de área colectiva.
  - Técnico hidrotermal.
  - Esteticista.
  - Recepcionista.
  - Mantenimiento y limpieza.
- Imagen y comunicación con el cliente.
- Seguridad e higiene en los centros hidrotermales.
- Riesgos de los trabajadores en los centros hidrotermales.
- Instalaciones eléctricas.
- Contaminantes químicos y biológicos.
- Carga física.

### **Tema XIV. Primeros auxilios:**

- Atragantamiento y asfixia.
- Electrocuación.
- Hemorragias.
- Hipotermia.
- Insolación y golpe de calor.
- Intoxicaciones.
- Quemaduras.
- Reanimación cardiopulmonar (RCP).
- Botiquín de primeros auxilios.



## Tema XV. Normas de higiene en los centros hidrotermales:

- ¿Qué es la Legionella?
- Cuadro clínico.

## Tema XVI. Normas de higiene en los centros hidrotermales:

- Control de calidad.
  - Normas de calidad.
- 

## Módulo II: Avances en la importancia de la terapia acuática en la rehabilitación de lesiones

### Introducción:

- ¿Qué es la hidroterapia?
- Conceptos de interés relacionados con la hidroterapia.
  - Hidrología.
  - Talasoterapia.
  - Crenología.
  - Balneoterapia.
  - Climatoterapia.
  - Psamoterapia.
- Historia de la hidroterapia.
- Características del agua.

### Desarrollo:

- Efectos terapéuticos del agua.
  - Efecto mecánico.
    - Factores hidrostáticos.
    - Factores hidrodinámicos.
    - Factores hidrocinéticos.
    - Beneficios que nos aportan los efectos mecánicos en la terapia acuática.
  - Efecto térmico.
  - Efecto general.
  - Efecto psicológico.
- Técnicas de hidroterapia.
  - Hidroterapia general.
    - Balneoterapia.
    - Baños parciales.
    - Hidrocinesiterapia.
    - Duchas.
  - Hidroterapia local.
    - Compresas.
    - Baños locales.
- Indicaciones.
- Contraindicaciones.
- Precauciones a tener en cuenta.

### Conclusiones o discusión.

---

## **Módulo III: Avances en fisioterapia acuática**

### **Tema I. Introducción:**

- Introducción.
- Principios hidrodinámicos.
- Beneficios del ejercicio en el agua.
- Indicaciones y contraindicaciones de la fisioterapia acuática.
- Clasificación de los movimientos atendiendo a su impacto.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Tema II. Iniciación de un programa de fisioterapia acuática para personas con miedo al agua:**

- Introducción.
- Etapa de familiarización con el medio.
  - Familiarización.
  - Respiración.
  - Flotación.
  - Propulsión.
- Etapa de dominio del medio acuático.
- Iniciación a la natación deportiva.
- Ejemplo de sesiones para personas con miedo al agua.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Tema III. Fisioterapia acuática en el dolor de espalda:**

- Cervicalgia.
- Dorsalgia.
- Cervicodorsalgia.
- Lumbalgia.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Tema IV. Fisioterapia acuática en las desviaciones de espalda:**

- Escoliosis.
  - Alteraciones respiratorias producidas por la escoliosis.
  - Alteraciones musculares producidas por la escoliosis.
  - Objetivos de un programa de fisioterapia acuática para la escoliosis.
  - Ejercicios globales de fisioterapia acuática para la escoliosis.
  - Ejercicios analíticos de fisioterapia acuática para la escoliosis.
  - Ejemplos de sesiones de natación terapéutica para la escoliosis.
  - Caso práctico.
- Hiperlordosis.
  - Ejercicios de fisioterapia acuática para la hiperlordosis.
  - Ejemplos de sesiones de natación terapéutica para la hiperlordosis.
- Hipercifosis.
  - Ejercicios de fisioterapia acuática para la hipercifosis.

- Ejemplos de sesiones de natación terapéutica para la hipercifosis.
- Resumen.
- Autoevaluación.

#### **Tema V. Estiramientos:**

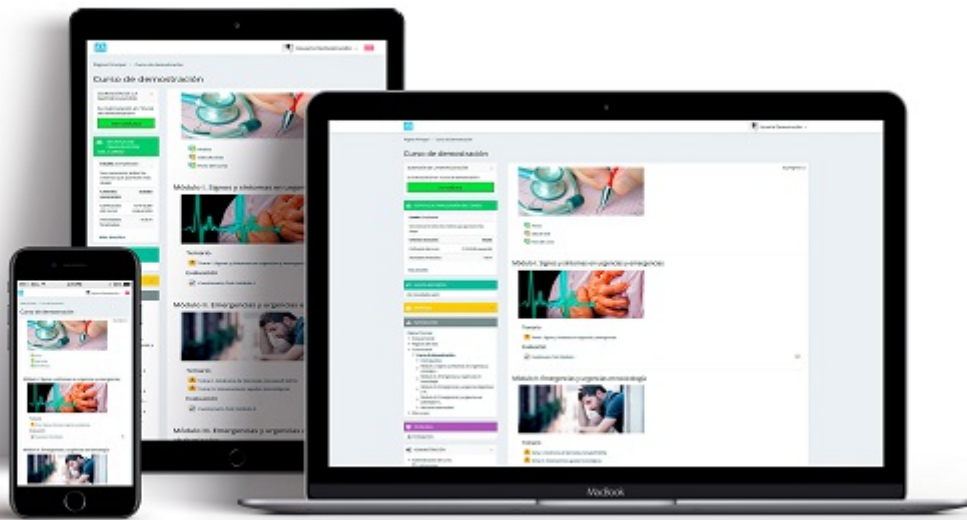
- Estiramientos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

#### **Tema VI. Recuperación funcional en el agua:**

- Introducción.
- Alteraciones de la movilidad.
- Alteraciones de la fuerza y resistencia muscular.
- Alteraciones de la propiocepción y del equilibrio.
- Aspectos más destacados del entrenamiento y la recuperación funcional mediante la terapia acuática.
- Técnicas más comunes en la terapia acuática (Hidroquinesiterapia).
- Conceptos y aplicaciones.
- Programa general para la recuperación de lesiones en el agua.
  - Fase I: Valoración inicial.
  - Fase II: Valoración de la destreza en el agua e inicio del tratamiento.
  - Fase III: Fase de incremento de la resistencia aeróbica, coordinación y equilibrio (periodo general).
  - Fase IV: Fase de incremento de la fuerza y la resistencia (periodo específico).
  - Fase V: Fase de reincorporación a la actividad.
- Recuperación funcional en el agua.
  - Miembro inferior.
  - Miembro superior (ejemplo para un síndrome de pinzamiento).
- Relación de ejercicios de miembro inferior para la recuperación funcional de lesiones.
  - Ejercicios en la piscina poco profunda.
  - Ejercicios en la piscina profunda.
- Relación de ejercicios de miembro inferior superior para la recuperación funcional de lesiones.
  - Ejercicios en la piscina poco profunda.
  - Ejercicios en la piscina profunda.
- Resumen.
- Autoevaluación.

#### **Tema VII. Fisioterapia acuática durante el embarazo:**

- Introducción.
- Respuestas fisiológicas durante el embarazo.
- Ventajas del ejercicio en el agua.
- Contraindicaciones.
- Programa de terapia acuática.
  - Signos y síntomas de alarma.
  - Ejercicios generales y específicos.
  - Ejemplo de sesión.
- Resumen.
- Autoevaluación.



El desarrollo del programa formativo se realiza a distancia, el alumno dispondrá de los contenidos en formato PDF y realizará la evaluación en la plataforma online, esta plataforma está operativa 24x7x365 y además está adaptada a cualquier dispositivo móvil. El alumno en todo momento contará con el apoyo del departamento tutorial. Las tutorías se realizan mediante email ([atenciontutorial@eshe.es](mailto:atenciontutorial@eshe.es)) o través del sistema de mensajería que incorpora la plataforma online. Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

**Inscribirme**

