

BENEFICIOS FÍSICOS Y PSICOLÓGICOS

Método Halliwick, una terapia acuática en auge

El método Halliwick fue desarrollado por James McMillan en 1949 como técnica de enseñanza de la natación. El desarrollo y mejora de sus principios ha posibilitado que hoy sea empleado como terapia de rehabilitación.

Ángeles Blanco - Jueves, 25 de Febrero de 2010 - Actualizado a las 00:00h.

★★★★★ ¡vota!

0 comentarios

compartir (¿qué es esto?)



Un grupo de pacientes durante una sesión de fisioterapia acuática.

Muchas son las patologías a las que les puede ser útil la aplicación de esta metodología. Basada en los principios de Hidrostática, Hidrodinámica, Termodinámica y en las reacciones del cuerpo humano inmerso en el agua, la técnica Halliwick amplía cada vez más sus horizontes, permitiendo que sus beneficios se extiendan a múltiples contextos.

Como ha explicado a Diario Médico María Dolores Mazoterías, profesora de Fisioterapia de la Universidad Europea de Madrid, "el método Halliwick comenzó a aplicarse en niños con discapacidad física -parálisis cerebrales, retrasos motores, daño cerebral-, pero luego se vio que podía servir como terapia de rehabilitación aplicable en cualquier contexto en el que pueda tener cabida la fisioterapia: desde adultos con trastornos del equilibrio, afecciones traumatológicas tras la cirugía, lumbalgia y patología reumática o niños con deficiencia mental, hasta la prevención de caídas en personas de la tercera edad".

La técnica se basa en un tratamiento acuático de fisioterapia en el que se realizan diferentes ejercicios pautados por el fisioterapeuta

La técnica se basa en un tratamiento acuático de fisioterapia en el que se realizan diferentes ejercicios pautados. La duración de las sesiones es estimada por los profesionales en función de la gravedad de la patología, siendo de menor duración para los casos de mayor afectación. De forma general, el tiempo de trabajo oscila entre 30 y 50 minutos por sesión y de una a tres sesiones por semana, y en ningún caso se emplea material auxiliar como flotadores, manguitos u objetos similares.

Según Mazoterías, "se aprovechan las propiedades físicas de la inmersión de un cuerpo en el agua para desarrollar el equilibrio, mejorar el esquema corporal, progresar en la realización de los cambios de posición sobre los diferentes ejes -transversal y longitudinal- a fin de lograr una memoria motora que permita a los pacientes reproducir la actuación fuera del agua".

De este modo, al anular la acción de la gravedad, los ejercicios se realizan de forma más sencilla y la presión hidrostática envuelve al cuerpo del paciente despertando todos sus receptores y mejorando en consecuencia la percepción corporal.

La terapia tiene beneficios a nivel físico y psicológico y el hecho de que se trabaje en grupo hace que los pacientes le otorguen un sentido lúdico

Beneficios psicológicos

Sin embargo, no todos los beneficios son a nivel físico. Mazoterías ha señalado que este tipo de terapia repercute positivamente en la autoestima del paciente. "Hay mejoras a nivel emocional porque la inmersión acuática permite moverse más fácilmente e incluso realizar movimientos que fuera no se pueden hacer".

Además otra de las ventajas es que la propia dinámica de la terapia hace que se olvide el objetivo rehabilitador y se favorezca, por tanto, la disposición del paciente hacia el tratamiento. "Muchas veces se trabaja en grupo, sobre todo cuando se emplea en niños, y eso hace

que no tengan impresión de rehabilitación sino una sensación lúdica, que les hace tomarse la terapia como un juego".

twitter

Habrá un informe médico común en el SNS para valorar al dependiente
http://bit.ly/bsuKgQ hace 8 minutos.



MÁS SOBRE REHABILITACIÓN

Los músicos necesitan cuidar su salud de forma integral para prevenir problemas

Los músicos son un colectivo que presenta una serie de problemas físicos y psicológicos relacionados con su actividad. Aprender a manejar las situaciones de tensión y realizarse chequeos preventivos son algunos de los consejos propuestos por los profesionales sanitarios.



Clínica, seguridad y accesibilidad guían la rehabilitación respiratoria domiciliaria

Treinta años rehabilitando al paciente cardiaco

El tratamiento de patología cardíaca es incompleto sin RC

"Necesitamos ser centro de referencia nacional para competir en Europa"

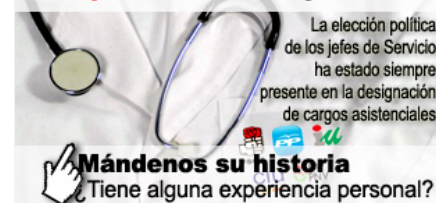
VISTA:

MÁS TEXTO

MÁS VISUAL



El dedo político sobre los cargos clínicos



Opinión en Diariomedico.com



Pantallas ¿saludables?
J.C. March



Motivos y motivaciones
Antonio Gual



Pantallas ¿saludables?
M.Á. Prieto



Salud y acción
Carlos Artundo



Entre humos anda el juego
M.ª Ángeles Planchuelo

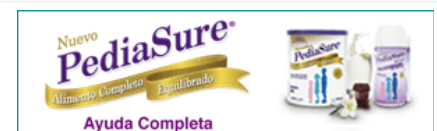


Diálogos desde primaria
Asensio López



La gestión incierta
Sergio Minué

DIARIO MEDICO.COM



ENTREVISTAS EN TWITTER