

Aplicación de Calor y Frío



Lic. Javier Céspedes Mata, M.E

Search



Aplicación de calor y frío

Se aplica calor y frío sobre el cuerpo para favorecer la reparación y curación de los tejidos.



Aplicación de calor y frío

- El frío aplicado sobre una parte del organismo extrae el calor de las zona.
- El calor por supuesto templa el área .



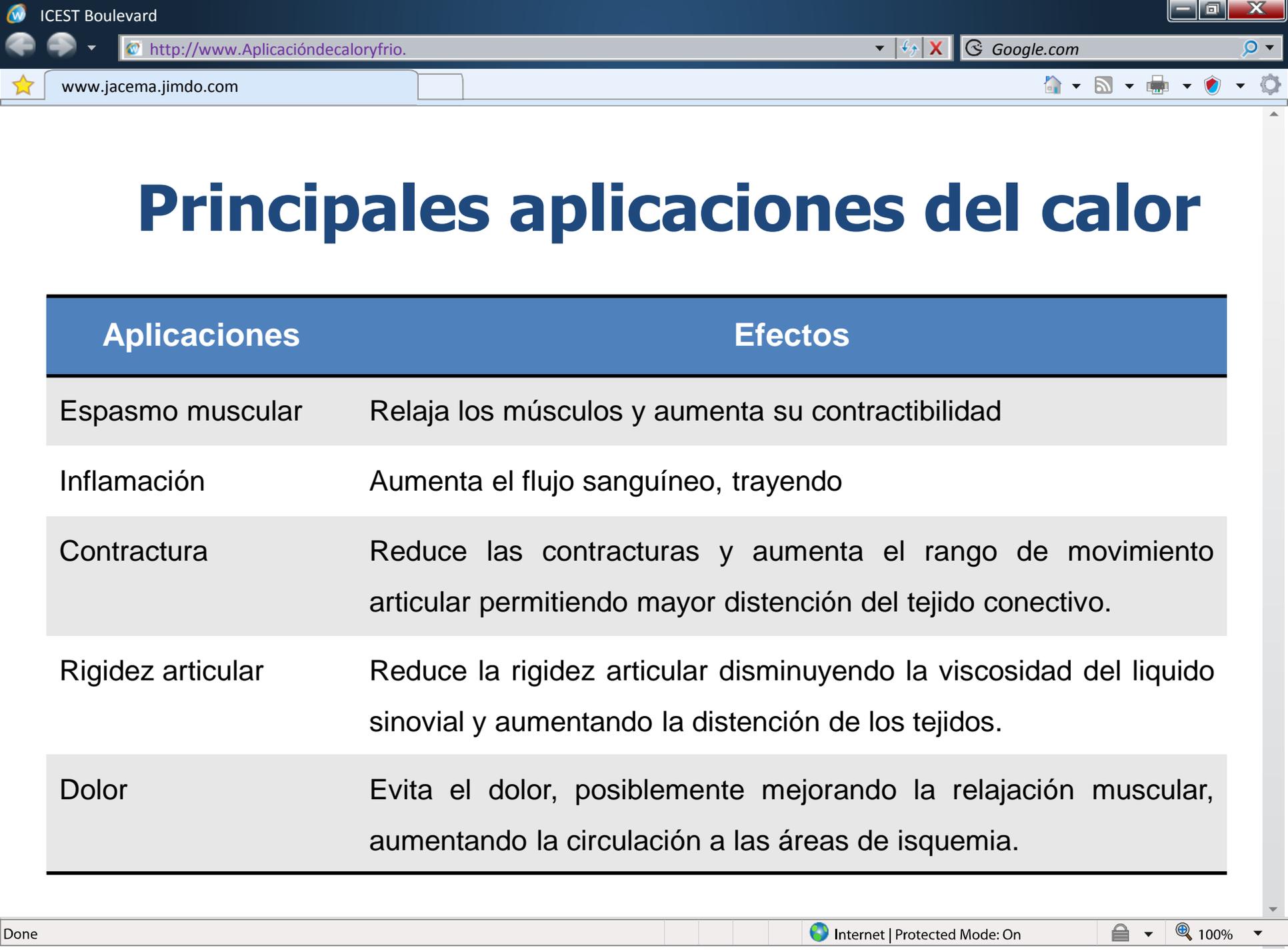
Aplicación de calor y frío

La aplicación de calor o frío produce cambios fisiológicos en la temperatura de los tejidos, en el calibre de los vasos sanguíneos en la tensión capilar sanguínea en el área de la superficie capilar para el intercambio de líquidos y electrolíticos y en el metabolismo tisular.



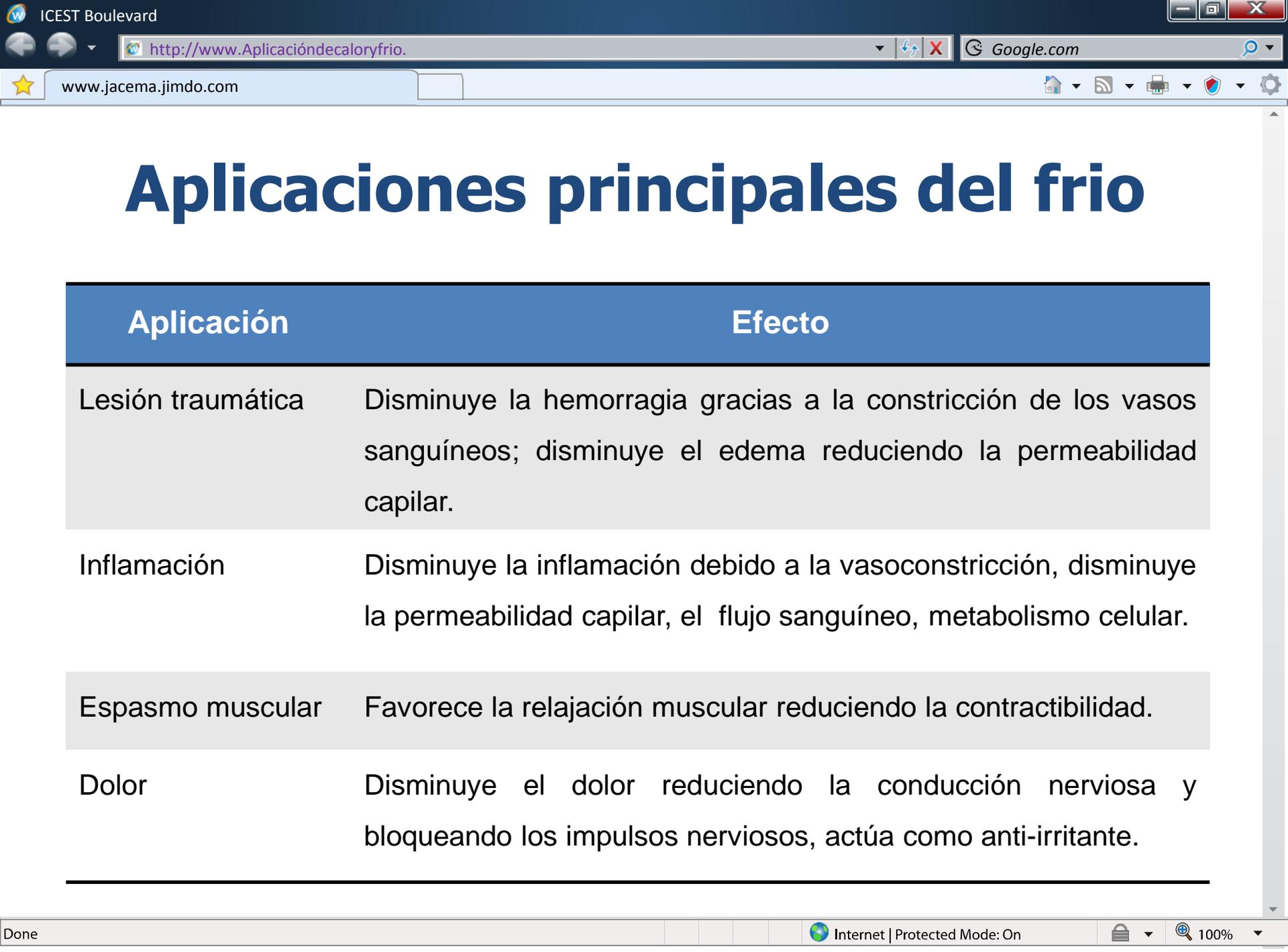
Efectos fisiológicos del calor y frio

Partes del cuerpo	Efectos del calor	Efectos del frio
Respuesta circulatoria local	Vasodilatación (enrojecimiento)	Vasoconstricción (palidez)
Permeabilidad capilar	Aumenta	Disminuye
Metabolismo celular	Aumenta	Disminuye
Proceso inflamatorio	Aumenta	Disminuye
Músculos	Relajación	Disminuye la contractilidad
Nervios	Aumenta frecuencia de conducción	Disminuye la frecuencia de conducción
Tejido conectivo	Aumenta la flexibilidad	Disminuye la distensión
Liquido sinovial	Aumenta viscosidad	Disminuye la viscosidad
Dolor	Bienestar	Molestias iniciales , después parestesia.



Principales aplicaciones del calor

Aplicaciones	Efectos
Espasmo muscular	Relaja los músculos y aumenta su contractibilidad
Inflamación	Aumenta el flujo sanguíneo, trayendo
Contractura	Reduce las contracturas y aumenta el rango de movimiento articular permitiendo mayor distensión del tejido conectivo.
Rigidez articular	Reduce la rigidez articular disminuyendo la viscosidad del liquido sinovial y aumentando la distensión de los tejidos.
Dolor	Evita el dolor, posiblemente mejorando la relajación muscular, aumentando la circulación a las áreas de isquemia.



Aplicaciones principales del frio

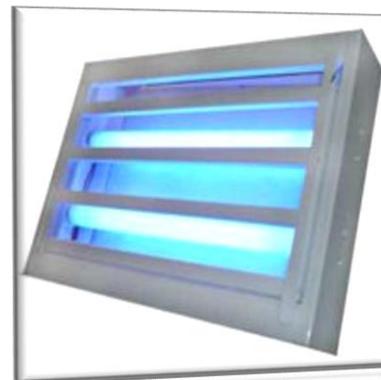
Aplicación	Efecto
Lesión traumática	Disminuye la hemorragia gracias a la constricción de los vasos sanguíneos; disminuye el edema reduciendo la permeabilidad capilar.
Inflamación	Disminuye la inflamación debido a la vasoconstricción, disminuye la permeabilidad capilar, el flujo sanguíneo, metabolismo celular.
Espasmo muscular	Favorece la relajación muscular reduciendo la contractibilidad.
Dolor	Disminuye el dolor reduciendo la conducción nerviosa y bloqueando los impulsos nerviosos, actúa como anti-irritante.

Temperatura recomendadas para la aplicaciones térmicas

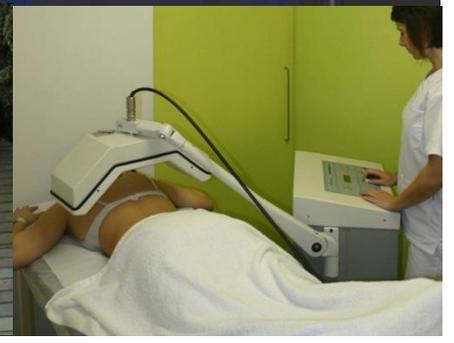
Descripción	Temperatura	Fahrenheit	Aplicación
Muy fría	Inferior a 15°	Inferior 59°	Bolsa de hielo
Fría	15°-18°c	59-65	Bolsa de hielo
Fresca	18°-27°c	65-80	Fomento frio
Tibia	27°-37°c	80-98	Compresa fría
Caliente	37°-40°c	98-105	Baños calientes
Muy caliente	40°-46°c	105-115	Acuatermia, bolsa de agua caliente, irrigaciones, compresas húmedas.
Ardiente	Superior a 46	Superior 115	Bolsa de agua caliente.

APLICACIONES DE CALOR

- Bolsa con agua caliente
- Diatermia mediante:
 - Cojín eléctrico
 - Lámpara de rayos infrarrojos y ultravioleta
 - Calentador
- Compresas calientes
- Baño terapéutico

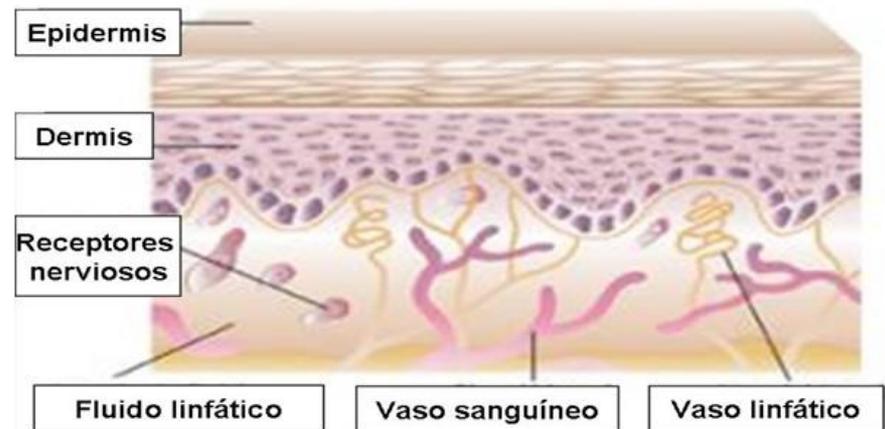


APLICACIONES DE CALOR



APLICACIONES DE CALOR

- ✓ Produce vasodilatación y aumento de la circulación.
- ✓ Ablanda exudados.
- ✓ Aumenta el drenaje del pus, en las heridas.
- ✓ Relaja los tejidos.
- ✓ Aumenta la temperatura.
- ✓ Acelera el metabolismo.
- ✓ Relaja el espasmo muscular.



APLICACIONES DE FRIO

- Bolsa o collar con hielo
- Compresas frías
- Cojines para hipotermia



APLICACIONES DE FRIO



Gafas Gel



Antifaz



Bolsa en Frio



Lumbar



Almohada en Frio



Cervical en Frio



Faja en Frio



Discos reafirmantes



GRACIAS