

HIDROTERAPIA. EL AGUA COMO CURA

Con el término Hidroterapia se conoce al tratamiento con agua aplicada sobre el cuerpo del caballo, un complemento totalmente necesario para aumentar la eficacia del masaje.

Utilizada para aliviar el dolor y en casos de problemas inflamatorios, el agua nos ofrece una forma de cura sana, fácil, segura, económica y, lo más importante, sin efectos secundarios. Conozcamos algo más sobre la hidroterapia.

LOS EFECTOS DEL AGUA

La aplicación de agua en el cuerpo del caballo puede tener diferentes efectos, de corta y de larga duración, según también la temperatura a la que se aplique. Así:

- Agua fría: en un principio provoca la constricción de los vasos sanguíneos y el entumecimiento de las terminaciones nerviosas, si bien al pasar un rato se produce una dilatación vascular.
- Agua caliente: comienza por dilatar los vasos sanguíneos teniendo un efecto estimulante de las terminaciones nerviosas, produciendo después la relajación prolongada de los tejidos.

Así el FRÍO suele utilizarse de dos formas: como tratamiento de urgencia, justo después de un traumatismo, con el objetivo de detener la hemorragia y evitar la formación de edema; o bien sobre lesiones antiguas, para reducir la inflamación y aliviar el dolor.

Al principio el agua fría produce, como hemos señalado, la constricción de los vasos sanguíneos, lo que hace que la sangre se dirija al interior del cuerpo, reduciendo así la circulación y en consecuencia previniendo la tumefacción de la zona lesionada. Después de la aplicación del frío, el cuerpo responde dilatando los capilares, con el objetivo de recuperar el calor perdido, por lo que se aumenta la temperatura corporal y la tensión arterial, al tiempo que se contraen los músculos, aumenta la potencia cardíaca, se estimula el sistema nervioso y la respiración se hace más lenta y profunda.

También ayuda a controlar el dolor, gracias a la producción de endorfinas, y a calmar una zona quemada (para lo cual deberá sumergirse inmediatamente en agua muy fría, prácticamente helada).

Pero más importante que el frío es, desde el punto de vista terapéutico, el CALOR, utilizado en la recuperación de las lesiones y como prevención de futuros problemas. De hecho en medicina se utiliza de muchas formas diferentes: láser, ultrasonidos, infrarrojos... si bien está demostrado que el calor húmedo resulta más eficaz que el seco, gracias a que penetra más profundamente en el cuerpo del animal. El calor disminuye la sensación de dolor, gracias a su efecto tranquilizante en las terminaciones nerviosas. Efectivamente, el calor provoca una dilatación que mejora la circulación y permite llevar una mayor cantidad de oxígeno y nutrientes hacia los tejidos. Además aporta una gran sensación de relajación en las fibras musculares, tendones y ligamentos. Todo ello junto al aumento de la temperatura corporal y la reducción de la tensión arterial.

Por todo ello el calor suele aplicarse principalmente en fases de recuperación así como para aliviar el dolor en lesiones antiguas o para mejorar los problemas de rigidez comunes en caballos de elevada edad.

APLICACIÓN DE AGUA FRÍA

Entendemos por agua fría la que se encuentra a una temperatura de entre 5° y 15° C.

El frío se aplicará inmediatamente después de un traumatismo o de una intervención quirúrgica. En caso de tratarse de problemas graves, no deberemos hacer bajar la temperatura demasiado, puesto que la reacción del cuerpo podría resultar contraproducente. En estos casos se estimulará la zona suavemente, con masajes y fricciones suaves.

Todo cuidador debe ser consciente de la enorme importancia del frío para la curación de sus animales, de ahí que resulte fundamental contar con vasitos de hielo y toallas húmedas en el congelador, siempre a punto para ser utilizados.

Para la realización de hidroterapia con agua fría, se podrán utilizar:

- Paños con cierre de velcro: especialmente diseñados para las extremidades, disponen de bolsas de hielo químico en su interior. Sumamente fáciles de colocar y de

transportar.

- Botas de agua: especiales para las extremidades, pueden llenarse con agua fría.
- Cubos.

En cuanto a la técnica a realizar, puede ser:

- Baños de agua fría: aplicados con manguera, directamente sobre la zona afectada.
- Colocación de bolsas de hielo: cogemos bolsas de plástico y las llenamos de hielo triturado y agua, la envolvemos en una toalla y la sujetamos a la zona mediante un vendaje.
- Cataplasmas: ideales para reducir la inflamación de los tendones. Se trata de mezclas preparadas con arcillas medicinales. Deben enfriarse para su aplicación.
- Una toalla de algodón, empapada en agua fría, previamente enfriada en el congelador y colocada sobre la zona afectada es un sencillo método para reducir el dolor y la inflamación.
- Para estimular y aumentar el tono muscular, pueden realizarse movimientos de fricción con una toalla o guantes fríos.
- Una esponja empapada en agua fría suele ser muy útil para refrescar al caballo durante una sesión de trabajo.
- Piscinas: existen instalaciones especiales con piscinas para la realización de trabajos dentro de ellas.

Uno de los puntos más importantes a tener en cuenta a la hora de trabajar con frío es la duración del tratamiento:

- En caso de urgencia, utilizaremos hielo y su aplicación puede alargarse de 10 a 30 minutos según el tamaño y el alcance de la lesión.
- Para casos crónicos: usaremos hielo de 3 a 10 minutos.
- Herida abierta y sangrante: la aplicación de frío no puede superar los 15 minutos.
- Zonas sensibles (cara, o ingles): nunca más de 2 minutos.

APLICACIÓN DE AGUA CALIENTE

Entendemos por agua caliente la que está a una temperatura de 35° a 38° C, pasando a considerarse muy caliente la que se encuentra entre 38° y 45° C. Debemos ser conscientes de que la temperatura del calor debe ser siempre entre 5 y 12 ° C superior a la temperatura corporal que es de 38° C, por eso a una temperatura de 50° C o superior, se corre el riesgo de provocar quemaduras.

Los medios y técnicas para aplicar calor a una zona dolorida son múltiples:

- Bolsas de agua caliente: para su correcto uso deberemos mantener la bolsa en contacto con el caballo durante un buen rato.
- Lámparas de calor; resultan efectivas si bien tienen el inconveniente de que requieren una instalación especial.
- Almohadillas eléctricas: también muy útiles, aunque debemos tener la precaución de vigilar siempre al caballo mientras se estén utilizando para evitar que se enreden con alguna extremidad.
- Bolsas de hydrocollator: contienen barro. Se calientan en un recipiente con agua caliente, envolviéndolas después en una toalla. Mucha precaución con la temperatura a la hora de colocarlas sobre la piel del caballo, para evitar las quemaduras.
- Toallas calientes: muy útiles, si bien deben ser cambiadas cada poco tiempo. Para aumentar la generación de calor deberán ser tapadas con un plástico.
- Duchas de agua caliente.
- Piscinas especiales.

En lo referente a los tiempos de aplicación, diremos que generalmente si la temperatura es inferior a 48°C, podremos aplicar calor durante un tiempo prolongado o muy prolongado, siendo lo más habitual entre 10 y 20 minutos (nunca más de 30 minutos).

En caso de aplicar mucho calor, deberá hacerse de forma sumamente cuidadosa y siempre menos de 15 segundos. Debemos tener en cuenta que la aplicación de mucho calor y durante mucho tiempo produce una excitación de las terminaciones y, en consecuencia, un gran dolor en las terminaciones nerviosas (conocida como neuralgia).

