

# BANYS DE CONTRAST

19 gener, 2023

Els banys de contrast és una tècnica especial utilitzada en el tractament de les extremitats. Per realitzar-lo és necessari l'ús de dos recipients, un amb aigua de 38-43 graus centígrads, i altre de 10 a 15 graus centígrades, on s'introdueixen les extremitats a tractar alternant les temperatures.

Es comença submergint l'extremitat que es va a tractar en el

recipient amb aigua calenta, durant 7-10 minuts; seguidament, es submergeix en aigua freda durant 1 minut i es torna a submergir en aigua calenta durant 4 minuts. El cicle es continua durant 30 minuts i l'última immersió es realitza en aigua calenta. Els canvis han de fer-se amb rapidesa.

Existeixen diferències en quan a la tècnica, però les diferències radiquen en la proporció de temps calor/fred, que varia 2/1 o 4/1, i en seqüència final del tractament, doncs la majoria terminen amb aigua calenta, i altres amb aigua freda. La tècnica pot modificar-se per ajustar-se a les necessitats específiques, segons el grau d'augment de temperatura desitjada.

Els banys de contrast provoquen respostes successives de vasoconstricció i vasodilatació cutània, el resultat dels quals és l'estimulació de la circulació en l'extremitat contra lateral no tractada; alguns autors ho consideren com un entrenament dels vessaments sanguinis. L'efecte sobre la circulació de l'extremitat contra lateral pot resultar de gran valor quan tractem a un pacient amb malaltia vascular perifèrica, en la qual l'ús de calor o fred estiguin contraindicats. En aquest cas, l'extremitat contra lateral pot tractar-se amb banys de contrast, el que provoca un augment a la circulació del membre afectat gràcies a la reacció consensual.

Per poder aplicar els banys de contrast, és imprescindible que els vessaments perifèrics conservin l'elasticitat suficient per contraure's i dilatar-se. El seu ús està contraindicat en l'endarteritis arterioscleròtica o malaltia de Buerger, en la microangiopatia secundàries a la diabetis, i en la hipersensibilitat al fred. Tanmateix, en els pacients amb insuficiència venosa perifèrica hem de tenir precaucions si la temperatura de l'aigua és superior als 40° C.

Els banys de contrast són molt útils en el tractament de la distròfia simpaticoreflexa, per tractar un monyó d'amputació

inflexible, en les fases subagudes de la inflamació en artritis d'articulacions perifèriques, esquinços i estiraments musculars, per reduir l'edema, etc.