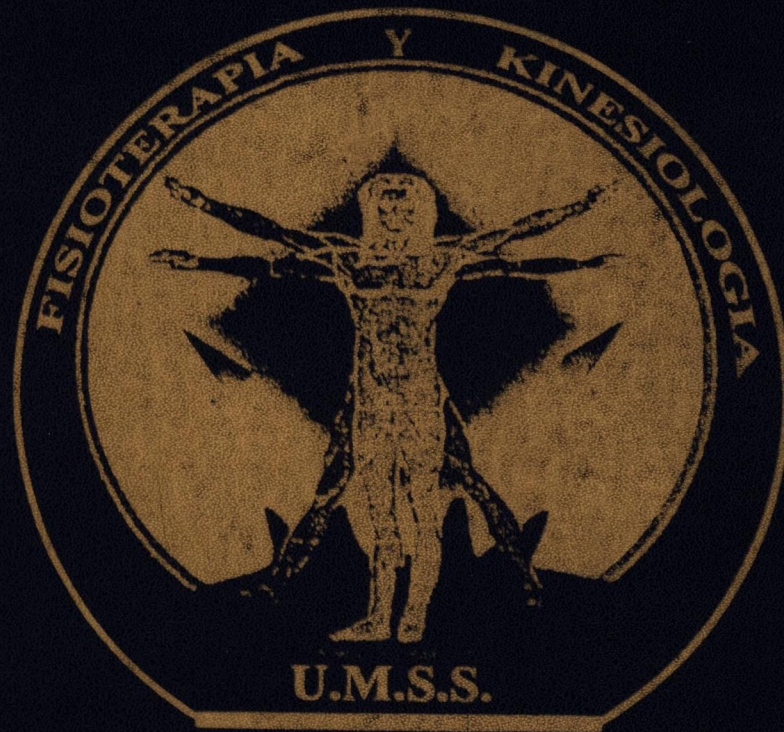




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA



**“MASOTERAPIA Y EJERCICIOS DE ELONGACIÓN
EN RETRACCIONES MUSCULARES
DE LOS ISQUIOTIBIALES”**

Trabajo de Monografía presentado
para optar al Título de Técnico
Superior en Fisioterapia

Autor: Pamela Escobar Terceros
Tutor de Fondo: Lic. Janette Ramírez
Tutor de Forma: Lic. José Luis Claire

Cochabamba – Bolivia
2.006

INDICE

INTRODUCCIÓN.....	Pág. 1
CAPÍTULO 1	
PRESENTACIÓN DE LA PATOLOGÍA Y EL TRATAMIENTO	
KINESICO FISICO APLICADO.....	Pág. 3
1.1 La patología y el tratamiento en el contexto que se ubica....	Pág. 4
1.2 Justificación de la elección del caso.....	Pág. 6
1.3 Objetivos de la presentación.....	Pág. 8
1.3.1 General.....	Pág. 8
1.3.2 Específicos.....	Pág. 8
CAPÍTULO 2	
SUSTENTACIÓN TEÓRICA.....	
2.1 Retracciones musculares.....	Pág. 9
2.1.1 Anatomía del músculo.....	Pág.10
2.1.2 Biomecánica de los músculos.....	Pág.12
2.1.2.1 Propiedades mecánicas de los músculos.....	Pág.12
2.1.2.2 Modelo de su estructura.....	Pág.12
2.1.3 Características generales del músculo.....	Pág.13
2.1.3.1. Excitabilidad (irritabilidad).....	Pág.14
2.1.3.2. Contractilidad.....	Pág.14
2.1.3.3. Extensibilidad.....	Pág.14
2.1.3.4. Elasticidad.....	Pág.14
2.1.3.5. Flexibilidad.....	Pág.15
2.1.4 Músculos isquiotibiales.....	Pág.15
2.1.5 Alteraciones musculares.....	Pág.17
2.1.5.1 Retracción muscular.....	Pág.18
2.1.5.2 Repercusiones de la retracción.....	Pág.18
2.1.5.3 Valoración de los músculos isquiotibiales.....	Pág.18
2.2 Tratamiento fisioterapéutico.....	Pág.20
2.2.1 Masoterapia.....	Pág.20
2.2.1.1 Efectos terapéuticos.....	Pág.20
2.2.1.1.1 Los efectos directos.....	Pág.20
2.2.1.1.2 Los efectos reflejos o indirectos.....	Pág.21
2.2.1.3 Indicaciones y contraindicaciones.....	Pág.22
2.2.1.3.1 Indicaciones patologías.....	Pág.22
2.2.1.3.2 Contraindicaciones.....	Pág.22
2.2.1.4 Niveles de profundidad de las maniobras.....	Pág.23
2.2.1.5 Técnica de compresión.....	Pág.23
2.2.1.5.1 Efectos e indicaciones.....	Pág.23
2.2.1.6 Técnica de roces profundos.....	Pág.24
2.2.1.6.1 Efectos e indicaciones.....	Pág.24
2.2.2 Elongación muscular.....	Pág.24
2.2.2.1 Definición.....	Pág.24
2.2.2.2 Teoría de la elongación muscular.....	Pág.24
2.2.2.3 Receptores sensoriales de la elongación.....	Pág.25
2.2.2.3.1 Órganos tendinosos de golgi.....	Pág.25

2.2.2.3.2 Huso muscular.....	Pág.25
2.2.2.3.3 Reflejo miotático o de estiramiento.....	Pág.26
2.2.2.3.3.1 Reflejo dinámico de elongación (RDE).....	Pág.26
2.2.2.3.3.2 Reflejo estático de estiramiento (REE).....	Pág.27
2.2.2.4 Beneficios de las elongaciones.....	Pág.27
2.2.2.4.1 Mejora la flexibilidad y elasticidad del músculo.....	Pág.27
2.2.2.5 Modalidades y tipos de elongaciones.....	Pág.28
2.2.2.5.1 Modalidades de elongación.....	Pág.30
2.2.2.5.1.1 Método pasivo estático.....	Pág.30
2.2.2.5.1.2 Método pasivo dinámico.....	Pág.30
2.2.2.5.1.3 Método activo estático.....	Pág.30
2.2.2.5.1.4 Método activo dinámico.....	Pág.31
2.2.2.5.1.5 Método resistivo.....	Pág.31
2.2.2.6 Elongación en los isquiotibiales.....	Pág.32
2.2.2.6.1 Elongación para bíceps femoral.....	Pág.33
2.2.2.6.2 Elongación para el semitendinoso y semimembranoso...	Pág.33

CAPÍTULO 3

PROTOCOLO KINÉSICO FÍSICO.....	Pág.34
3.1 El tratamiento seguido.....	Pág.35
3.1.1 Ficha de evaluación.....	Pág.36
3.1.2 Ficha de evolución.....	Pág.38
3.2 Conclusiones.....	Pág.40
3.3 Recomendaciones.....	Pág.41

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	Pág.42
--	---------------

ANEXOS

GLOSARIO

INTRODUCCIÓN

Los músculos cubren en su totalidad el esqueleto humano y son de gran importancia pues presenta las funciones de:

- Protección.
- Termorregulación.
- Estabilizador del cuerpo en posición erecta y sedente.

Por ello, se podría comparar la musculatura a una casa que esta revestida de muros y pintura, pero con el pasar del tiempo entra en desuso, y es por eso de suma importancia dar retoques para que mejore la presencia.

De la misma manera, los músculos son como los muros de nuestro cuerpo, que constantemente están sometidos a agresiones externas e internas como son el aumento de tensión muscular, traumatismos, retracciones musculares y contracturas.

Por ello, es importante conservar el cuerpo en condiciones óptimas y tener una higiene postural adecuada, con el fin de prevenir posturas viciosas que va adquiriendo el cuerpo imposibilitándolo a su normal desarrollo y funcionamiento.

Más aun en los niños que se encuentran en pleno desarrollo físico y postural, las cuales en su gran mayoría se ven afectadas por causas externas.

Con el presente trabajo se quiere dar a conocer los beneficios que nos dan las técnicas de la masoterapia y elongaciones musculares en pacientes que presentan retracciones musculares, enfocándonos principalmente en los músculos isquiotibiales.

Consta de las siguientes partes:

- Primera parte: La presentación de la patología, donde se presenta la justificación del por qué se escogió la misma, los objetivos que desean conseguir en el desarrollo del trabajo.
- Segunda parte: Sustentación teórica, esta basada en una revisión bibliográfica de distintos libros que nos ayudaran profundizar los conocimientos sobre el tema.
- Tercera parte: Protocolo de tratamiento, en la cual una vez teniendo mayores conocimientos sobre el tema se pudo aplicar los conocimientos en una paciente que presenta dicha patología, viendo en esta una evolución.