



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA



TRATAMIENTO PROFILÁCTICO EN PACIENTES CON
ESGUINCE DE TOBILLO DE PRIMER GRADO ENTRE LAS
EDADES DE 15 a 18 AÑOS, EN EL SERVICIO DE
FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA DEL COMPLEJO
HOSPITALARIO VIEDMA

Trabajo de monografía presentado
para optar por el Título de Técnico
Superior de Fisioterapia

Autor: Díaz Lopez Nelson Osvaldo

Tutor de Fondo: Mgr. Raul Salinas Rodriguez

Tutor de Forma: Lic. José Luis Claire Fuentes

Cochabamba – Bolivia

2007

INDICE

Pág.

INTRODUCCIÓN.....	1
 CAPÍTULO 1 PRESENTACIÓN DE LA PATOLOGÍA Y EL TRATAMIENTO KINÉSICO FÍSICO APLICADO	
1.1 La patología y el tratamiento en el contexto que se ubica.....	2
1.2 Justificación de la elección del caso.....	3
1.3 Objetivos de la presentación.....	4
1.3.1 General.....	4
1.3.2 Específicos.....	4
 CAPÍTULO 2 SUSTENTACIÓN TEÓRICA	
2.1 Generalidades del esguinces de tobillo.....	5
2.2 Anatomía de la articulación tibiotalar.....	5
2.2.1 Estructura ósea de la articulación.....	5
2.2.2 Ligamentos y estabilidad.....	6
2.2.3 Músculos del Tobillo.....	9
2.2.3.1 Grupo Muscular Anterior.....	10
2.2.3.2 Grupo Muscular Externo.....	12
2.2.3.3 Grupo Muscular Posterior.....	14
2.3 Esguince.....	16
2.3.1 Mecánica de la lesión.....	17
2.3.2 Epidemiología.....	17
2.3.3 Clasificación.....	17
2.3.4 Cuadro Clínico.....	19
2.3.4.1 Pruebas de la evaluación ligamentaria.....	19
2.3.5 Mecanismo fisiopatológico.....	20
2.3.6 Diagnóstico.....	22
2.4 Tratamiento medico.....	23
2.5 Tratamiento Fisioterapéutico.....	24
2.5.1 Termoterapia.....	24
2.5.1.1 Compresas Húmedo Calientes.....	25
2.5.2 Electroterapia.....	26
2.5.3 Masoterapia.....	29
2.5.4 Kinesioterapia.....	33
 CAPÍTULO 3 PROTOCOLO KINÉSICO FÍSICO	
3.1 El tratamiento seguido.....	37
Hoja de evaluación.....	39

Hoja de Evolución.....	41
3.2 Conclusiones.....	43
3.3 Recomendaciones.....	44
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	45

ANEXOS

GLOSARIO

INTRODUCCIÓN

Los esguinces de tobillo son el resultado de traumatismos directos sobre la articulación, movimientos forzados más allá de sus límites fisiológicos, golpes, etc.

Los esguinces de tobillo normalmente ocurren mientras se practica deportes, como en el caso específico del fútbol. La utilización de zapatos inadecuados, terrenos rugosos, o mala preparación física, pone a la articulación del tobillo susceptible a sufrir lesiones

En la mayoría de los casos, los esguinces de tobillo ocurren debido a la debilidad que presentan los ligamentos del tobillo, en especial a los ligamentos de la cara externa de la articulación. Las lesiones tendinosas y musculares, pueden llegar a debilitar la articulación; y por ende, causar esguinces de cualquier grado.

Las lesiones del tobillo son un problema común, responsable de aproximadamente el 12% de todos los traumatismos. Si bien la mayor parte de los traumatismos de tobillo son simples distensiones de los ligamentos laterales, pueden dañarse muchas otras estructuras. Un diagnóstico y tratamiento incorrectos causan una morbilidad considerable. Un tobillo dolorido e inestable, en forma crónica, puede conducir a una discapacidad importante y eventualmente a la artrosis. Por esta razón, debe evaluarse cuidadosamente este tipo de daño e incluir una detallada historia clínica y un examen físico.

1.1 La Patología y el Tratamiento en el Contexto que se Ubica

Paciente de 17 años de edad sexo masculino, acude a consulta en el servicio de Fisioterapia-Kinesiología del Complejo Hospitalario Viedma en fecha 20/09/2006, dicho paciente es derivado por traumatología presentando un cuadro de ***esguince de primer grado de tobillo derecho***, comprometiendo el ligamento peronéo astragalino anterior, ligamento peronéo astragalino medio y cápsula articular.

Al examen kinésico-físico el paciente presenta dolor protopático de alta actualidad en la articulación del tobillo derecho en su cara externa, limitación funcional, disminución de la fuerza muscular, disminución de la amplitud articular.

Una vez delimitada las dolencias del paciente, realizamos nuestro esquema y objetivo de tratamiento, enfocándonos principalmente en la disminución del dolor, aumento de la amplitud articular. Para lo cual nuestro esquema de tratamiento es el siguiente:

- ❖ Termoterapia (Compresa Húmedo Clientes)
- ❖ Electro analgesia (Ultrasonido, TENS)
- ❖ Masoterapia
- ❖ Kinesioterapia

El Complejo Hospitalario Viedma que actualmente fue fundado en el año 2.000 con atención médica en todas sus áreas, entre las cuales se encuentra el Servicio de Fisioterapia y Kinesiología, presta atención en las áreas de electroterapia, termoterapia, hidroterapia, crioterapia, masoterapia y mecanoterapia, atendiendo patologías traumatólogicas, neurológicas y reumatológicas.

1.2 Justificación de la elección del caso

La fisioterapia tiene por objetivo de estudio (investigación) la determinación de los agentes físicos y sus efectos sobre el organismo.

La kinesiología busca la salud física del hombre (integridad), asociado a diferentes situaciones o problemas referente a ello, como ser; esguinces de tobillo que es el caso en el cual se desarrolla el presente trabajo final de grado.

Este texto fue desarrollado pensando en profundizar los conocimientos teórico práctico del tratamiento Kinésico-Físico con esguince de tobillo y también tratos de terapia profiláctica. Generalmente las lesiones de tobillo van asociados a la presencia de edemas articulares, hecho observado en la mayoría de los pacientes que se presentaron en el servicio de fisioterapia del C.H.V. (Complejo Hospitalario Viedma).

Aportamos un trabajo que nos ayude a disminuir las incidencias de lesiones de tobillo (esguinces) y demostrar la importancia del trabajo que desempeña el profesional fisioterapeuta en la recuperación funcional de cada individuo, incorporándolo a sus actividades de la vida diaria.