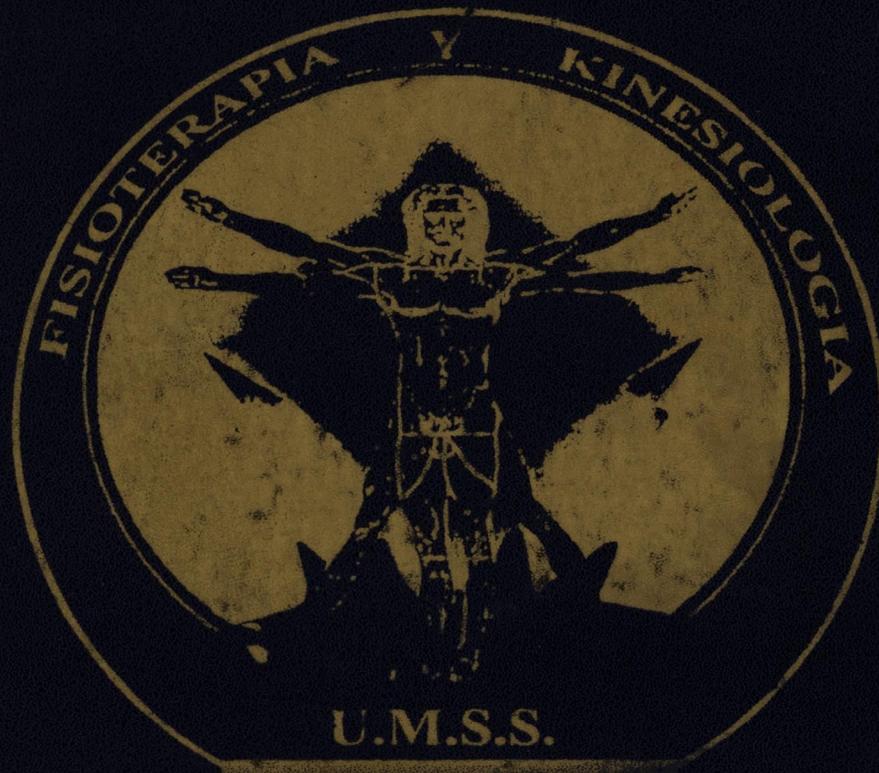




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA



**“ELONGACION Y FORTALECIMIENTO EN
ADOLESCENTES EN ETAPA ESCOLAR QUE
PRESENTAN GENU VALGUS”**

Trabajo de monografía presentado
para optar al Título de Técnico
Superior de Fisioterapia

Autor: Phamelea Jemy Coca Rojas

Tutor de Fondo: Lic. Janeth Roxana Ramírez Vargas

Tutor de Forma: Lic. José Luis Claire F.

Cochabamba – Bolivia

2007

INDICE

	Pág.
Introducción	1
Capítulo 1	
Presentación de la patología y el tratamiento kinésico físico	
1.1 La patología y el tratamiento en el contexto que se ubica.....	3
1.2 Justificación del tema.....	4
1.3 Objetivo de presentación.....	5
1.3.1 Objetivo general.....	5
1.3.2 Objetivos específicos.....	5
Capítulo 2	
Sustentación teórica	
2.1 Recuerdo anatómico de la rodilla.....	6
2.1.1 Músculos de la rodilla.....	8
2.1.1.1 Músculos que ayudan en la estabilidad de la rodilla.....	10
2.1.2 Biomecánica de la rodilla.....	12
2.1.3 Evolución anatómica de la alineación de las rodillas en la infancia.....	14
2.1.4 Genu valgus	14
2.1.4.1 Definición.....	15
2.1.4.2 Tipos de genu valgus.....	15
2.1.4.3 Genu valgus fisiológico.....	15
2.1.4.4 Genu valgus esquelético o patológico.....	16
2.1.4.5 Etiología.....	17
2.1.4.6 Hábitos durante la infancia.....	18
2.1.4.7 Signos y síntomas.....	18
2.1.5 Tratamiento medico.....	19
2.2 Tratamiento fisioterapéutico.....	20
2.2.1 Masoterapia	20
2.2.1.1 Tipos de masaje.....	20
2.2.1.2 Efectos fisiológicos.....	21
2.2.1.3 Maniobras fundamentales.....	22
2.2.1.4 Tiempo de aplicación.....	24

2.2.1.5	Indicaciones.....	25
2.2.1.6	Contraindicaciones.....	25
2.2.2	Elongaciones musculares	26
2.2.2.1	Definición.....	26
2.2.2.2	Reflejos y su influencia.....	26
2.2.2.3	Principios de aplicación.....	27
2.2.2.4	Factores que limitan la elongación	28
2.2.2.5	Modalidades de elongación.....	28
2.2.2.6	Tiempo de aplicación de la elongación.....	31
2.2.2.7	Indicaciones.....	32
2.2.2.8	Contraindicaciones.....	32
2.2.3	Fortalecimiento muscular	33
2.2.3.1	principios de entrenamiento.....	33
2.2.3.2	Métodos de entrenamiento.....	35
2.2.3.3	Tipos de fortalecimiento muscular.....	36
2.2.3.4	Fortalecimiento dinámico.....	36
2.2.3.5	Fortalecimiento estático.....	37
2.2.3.6	Ejercicio empleado en el tratamiento de genu valgus.....	39
2.3.34	Ejercicios correctivos.....	40
2.3.4.1	Secuencia de ejercicios para genu valgus.....	40

Capítulo 3

Protocolo kinésico física

3.1	Tratamiento seguido.....	42
3.1.1	Objetivos del tratamiento.....	42
3.1.2	Esquema del tratamiento.....	42
	Ficha de evaluación.....	43
	Hoja de evolución.....	45
3.2	Conclusiones	50
3.3	Recomendaciones	50

	Referencias bibliográficas	52
--	---	----

Anexos

Glosario

INTRODUCCION

El genu valgus es una alteración muy frecuente en los adolescente, que consiste en la desviación del eje mecánico femorotibial, el cual se dirige hacia la línea media, provocando que las rodillas en bipedestación converjan y los tobillos divergen simulando una "X".

Esta alteración es normal a partir de los tres hasta los siete años, pero si se manifiesta pasando esta edad, se considera como un genu valgus patológico, el cual necesita ser tratado.

En la actualidad, esta alteración es desconocida en nuestro medio pasa de inadvertida en nuestros niños, en la etapa de adolescencia con los cambios físicos que experimentan los alumnos, notan entre ellos estas alteraciones, las cuales llegan a ser motivo de apodos para dirigirse a sus compañeros que la presentan, esto puede perjudicar la salud psicológica del alumno, menospreciándose en algunos casos.

También notan su presencia durante las clases de educación física, ya que constantemente tropiezan y muchas veces llega caer.

Generalmente los padres, no notan esta alteración, sino cuando se encuentra bastante avanzada y perjudica en gran magnitud al alumno en sus actividades diarias, acudiendo recién a consulta para informarse y someterlo a tratamientos adecuados.

En el presente trabajo se desarrollara por capítulos donde se ira explicando el contenido de esta monografía, haciendo referencia a la patología, al tratamiento seguido, el esquema de tratamiento, la evolución que tuvo el paciente. Este trabajo esta organizado de la siguiente manera:

- El primer capitulo esta la patología y el tratamiento en su contexto que se ubica, la justificación, los objetivos de presentación de la monografía.

- En el segundo capítulo esta el recuerdo anatómico, la patología, los medios fisioterapéuticos utilizados.
- En el tercer capítulo el protocolo de tratamiento, la ficha de evaluación, hoja de evolución, las conclusiones y recomendaciones.

Finalizando la monografía se encuentra los anexos, las referencias bibliográficas y el glosario.

Cada capítulo será desarrollado de la forma más clara y sencilla posible para su entendimiento.