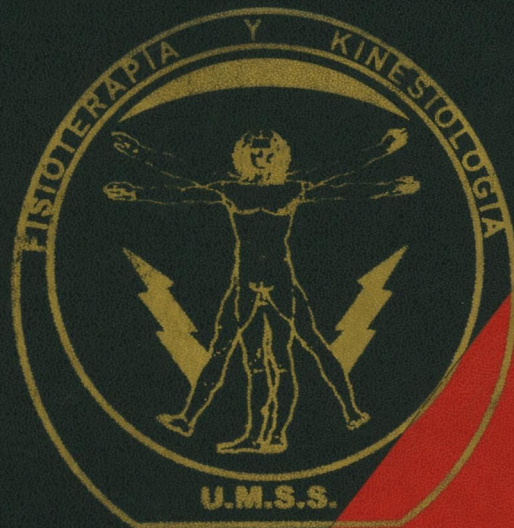




**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN**  
**FACULTAD DE MEDICINA**  
**PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA**



**Cinesioterapia analítica para corregir vicios posturales en  
niños de primaria del colegio Cristo Redentor**

Trabajo final de grado para  
optar al grado de Licenciatura  
en Fisioterapia y Kinesiología

**Autor: José Luis Rodríguez Terrazas**  
**Tutora de fondo: Lic. Janette Ramírez Vargas**  
**Tutor de forma: Dr. Evaristo Venegas Bertoli**

**Cochabamba Bolivia**  
**2.010**



**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN  
FACULTAD DE MEDICINA  
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA**



**Cinesioterapia analítica para corregir vicios posturales en  
niños de primaria del colegio Cristo Redentor**

**Autor: José Luis Rodríguez Terrazas**

**Tutora de fondo: Lic. Janette Ramírez Vargas**

**Tutor de forma: Dr. Evaristo Venegas Bertoli**

Trabajo final de grado para  
optar al grado de Licenciatura  
en Fisioterapia y Kinesiología

**Cochabamba – Bolivia**

**2.010**

## Índice.

Antecedentes	1
Justificación	3
1. Definición del problema	5
1.1. Descripción del problema	5
1.2. Planteamiento del problema	5
1.3. Objetivos	6
1.3.1. Objetivo general	6
1.3.2. Objetivos específicos	6
1.4. Hipótesis	7
2. Marco teórico conceptual	8
2.1. Postura	8
2.1.1. Postura correcta (buena postura)	9
2.1.2. Postura incorrecta (mala postura)	10
2.1.3. Vicio postural	11
2.1.4. Reflejos posturales	12
2.1.5. Músculos Posturales	13
2.1.5.1. Principales músculos Posturales	14
2.1.6. Línea de gravedad	15
2.1.6.1. Los puntos de referencia en una posición lateral encontramos	16
2.1.6.2. Los puntos de referencia en una posición posterior encontramos	16
2.1.6.3. Los puntos de referencia en una posición anterior encontramos	17
2.1.7. Análisis de los factores que influyen en la postura.	17
2.1.7.1. Hábitos escolares	17
2.1.7.2. Crecimiento y desarrollo de los escolares	18
2.1.7.3. Desajuste en la toma de conciencia del esquema corporal	18
2.1.8. Herramientas de valoración postural	18
2.1.8.1. Línea de plomada	18
2.1.8.2. Tablas de postura	19
2.1.8.3. Método muare	20
2.1.8.4. Software informático	21

2.1.9.	Evaluación postural	22
2.1.9.1.	Vista anterior	22
2.1.9.2.	Vista posterior	24
2.1.9.3.	Vista lateral	27
2.1.10.	La postura y sus patologías	29
2.1.10.1.	Escoliosis	29
2.1.10.2.	Cifosis	31
2.1.10.3.	Escapula alada	34
2.1.10.4.	Genu valgo	35
2.1.11.	Cinesioterapia	37
2.1.11.1.	Concepto	37
2.1.11.2.	Principios generales	39
2.1.11.3.	Como normas generales podemos aplicar	40
2.1.11.4.	Indicaciones y contraindicaciones	41
2.1.12.	Cinesiterapia pasiva	43
2.1.12.1.	Concepto	43
2.1.12.2.	Tipos	43
2.1.13.	Cinesiterapia activa	49
2.1.13.1.	Concepto	49
2.1.13.2.	Efectos terapéuticos	49
2.1.13.3.	Tipos	50
2.1.13.4.	Reglas generales	51
2.1.14.	Estiramientos analíticos	52
2.1.14.1.	Beneficio de los estiramientos analíticos	54
2.1.14.2.	Indicaciones	55
2.1.14.3.	Contraindicaciones en algunas afecciones.	55
2.2.	Marco contextual	56
3.	Método o procedimiento de la investigación	59
3.1.	Tipo de investigación	59
3.2.	Método de la investigación	59
3.3.	Sujeto de estudio	59
3.4.	Población y muestra	60

3.4.1.	Población	60
3.4.2.	Muestra	60
3.4.2.1.	Criterios de inclusión	60
3.4.2.2.	Criterios de exclusión	60
3.4.3.	Área de aplicación	61
3.5.	Variables	62
3.5.1.	Tabla de variables	62
3.6.	Método de recolección de datos	63
3.6.1.	Proceso de recolección de datos	63
3.6.2.	Instrumentos	63
3.6.3.	Material	64
3.6.4.	Método de análisis de resultados	64
3.7.	Estrategias de Aplicación	64
3.7.1.	Escoliosis	64
3.7.1.1.	Ejercicios de estiramiento	65
3.7.1.2.	Ejercicios de fortalecimiento	67
3.7.2.	Cifosis	68
3.7.2.1.	Ejercicios de estiramiento	68
3.7.2.2.	Ejercicios de fortalecimiento	70
3.7.3.	Escapula Alada	72
3.7.3.1.	Ejercicios de estiramiento	72
3.7.3.2.	Ejercicios de fortalecimiento	74
3.7.4.	Genu valgo	76
3.7.4.1.	Ejercicios de estiramiento	76
3.7.4.2.	Ejercicio de fortalecimiento	78
4.	Presentación de datos	80
4.1.	Presentación escrita	80
•	Cuadro 1	80
•	Cuadro 2	81
•	Cuadro 3.	81
•	Cuadro 4.	81

•	Cuadro 5	82
•	Cuadro 6	82
4.1.1.	Resultados obtenidos después de la aplicación de la terapia cinésica analítica	83
•	Cuadro 1 de resultados	83
•	Cuadro 2 de resultados	84
4.2.	Presentación grafica	85
•	Grafica 1	85
•	Grafica 2	86
•	Grafica 3	87
•	Grafica 4	88
•	Grafica 5	90
4.3.	Descripción de los resultados	92
4.4.	Análisis de los resultados	93
•	Grafica 6	95
•	Grafica 7	97
5.	Conclusiones	99
6.	Recomendaciones	101
7.	Bibliografía	102
8.	Anexos	

## Índice de anexos

Ficha de evaluación Kinesica Física	1
Grafico N° 1	1
Ficha de evaluación y control diario.	2
Grafico N°2	2
Higiene postural	3
Grafico N° 3	3
Colegio Cristo Redentor	6
Grafico N° 4	6
Grafico N° 5	6
Grafico N° 6	7
Gabinete Colegio Cristo Redentor	7
Grafico N° 7	7
Grafico N° 8	8
Grafico N° 9	8
Grafico N° 10	9
Grafico N° 11	9
Grafico N° 12	10
Evaluación de los pacientes	11
Grafico N° 13	11
Grafico N° 14	12
Grafico N° 15	12
Grafico N° 16	13
Grafico N° 17	13