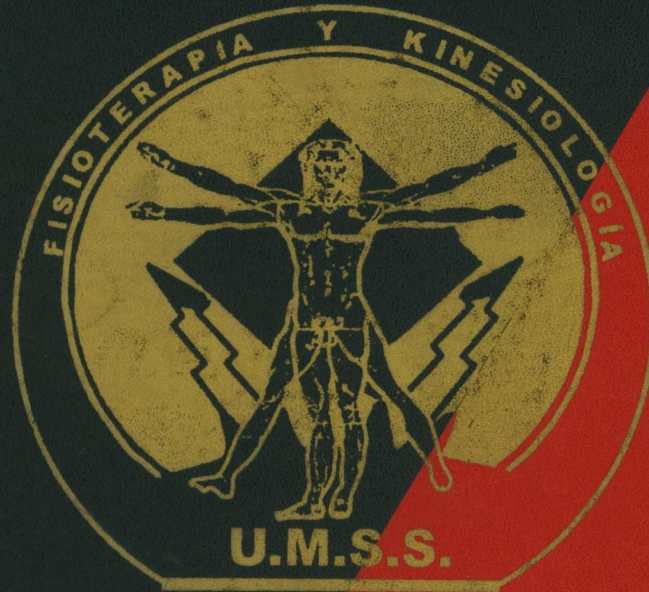




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA



**PREVENCIÓN DE VÁRICES DURANTE EL TERCER TRIMESTRE DE
EMBARAZO, MEDIANTE UN ABORDAJE KINESIOTERAPÉUTICO
BASADO EN LA COMBINACIÓN DE EJERCICIOS ISOTÓNICOS Y
DE BUERGUER-ALLEN**

(SEGURO SOCIAL UNIVERSITARIO)

**TESIS DE GRADO PARA OBTENER EL
TÍTULO DE LICENCIATURA EN
FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA**

Autor: María Liliana López Sarabia

Tutor de fondo: Lic. Mónica Cecilia Quitón Herbas

Tutor de forma: Lic. E. Jimmy Jiménez Tordoya

Cochabamba – Bolivia

2012



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



PREVENCIÓN DE VÁRICES DURANTE EL TERCER TRIMESTRE DE EMBARAZO, MEDIANTE UN ABORDAJE KINESIOTERAPÉUTICO BASADO EN LA COMBINACIÓN DE EJERCICIOS ISOTÓNICOS Y DE BUERGUER-ALLEN

(SEGURO SOCIAL UNIVERSITARIO)

TESIS DE GRADO PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIATURA EN FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA

Autor: María Liliana López Sarabia

Tutor de fondo: Lic. Mónica Cecilia Quitón Herbas

Tutor de forma: Lic. E. Jimmy Jiménez Tordoya

Cochabamba – Bolivia

2012

ÍNDICE GENERAL

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I	
PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN	
1.1. Identificación del problema.....	3
1.2. formulación del problema.....	4
1.3. Hipótesis.....	4
1.4. Objetivos.....	5
1.4.1. Objetivo general.....	5
1.4.2. Objetivos específicos.....	5
1.5. Justificación.....	6
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1. Sistema Venoso.....	7
2.1.1. Anatomía del Sistema Venoso en Miembro Inferior.....	7
2.1.1.1. Sistema Venoso Profundo.....	8
2.1.1.2. Sistema Venoso Superficial.....	9
2.1.1.3. Sistema Venoso Perforante.....	9
2.1.2. Fisiología del Sistema Venoso.....	11
2.1.2.1. Mecanismos que Dificultan el Retorno Venoso.....	12
2.1.2.2. Mecanismos que Ayudan al Retorno Venoso.....	12
2.1.3. Cambios Fisiológicos Maternos.....	13
2.2. Várices en Miembros Inferiores.....	14
2.2.1. Prevalencia.....	14
2.2.2. Factores de Riesgo.....	14
2.2.3. Várices Durante Embarazo.....	16
2.2.4. Etiopatogenia.....	16
2.2.4. Fisiopatología.....	17
2.2.5. Clasificación de Varices.....	18
2.2.5.1. Clasificación según la Morfología.....	18

2.2.5.2. Clasificación Clínica.....	19
2.2.6. Manifestaciones Clínicas.....	19
2.2.6.1. Síntomas.....	20
2.2.6.2. Signos.....	20
2.2.7. Diagnostico.....	20
2.2.7.1. Historia Clínica.....	20
2.2.7.2. Exploración Física.....	21
2.2.7.3. Examen Funcional.....	21
2.2.7.4. Examen Complementario.....	22
2.2.8. Tratamiento Médico.....	22
2.2.8.1. Tratamientos no Quirúrgicos.....	22
2.2.8.2. Tratamientos Quirúrgicos.....	23
2.3. Prevención.....	23
2.3.1. Niveles de Prevención.....	24
2.4. Ejercicio y Embarazo.....	24
2.5. Kinesioterapia.....	25
2.5.1. Ejercicio Isotónico.....	26
2.5.1.1. Características del Trabajo Muscular Dinámico.....	26
2.5.2. Ejercicios de Buerguer-Allen.....	27
2.5.2.1. Efectos Fisiológicos.....	27
2.5.2.2. Indicaciones de los Ejercicios de Buerguer-Allen.....	27
2.5.2.3. Técnica de Aplicación.....	28
2.6. Esquema de Ejercicios.....	30
2.6.1. Dosificación de los Ejercicios Isotónicos.....	30
2.6.1.1. Duración.....	30
2.6.1.2. Descanso.....	30
2.6.1.3. Series.....	30
2.6.1.4. Posición.....	31
2.6.2. Dosificación de los Ejercicios de Buerguer- Allen.....	31
2.6.2.1. Duración.....	31
2.6.2.2. Descanso.....	31

2.6.2.3. Series.....	31
2.6.2.4. Posición.....	31
2.6.3. Ejercicios de Calentamiento.....	32
2.6.4. Ejercicios Isotónicos.....	32
2.6.4.1. Ejercicio de Flexoextensión de Tobillo.....	32
2.6.4.2. Ejercicio Inversión y Eversión de Tobillo.....	33
2.6.4.3. Ejercicio Alternado Miembros Inferiores (Pedaleo).....	34
2.6.4.4. Fortalecimiento de Gemelos con bandas elásticas.....	34
2.6.4.5. Fortalecimiento de la Bomba Muscular de la Pantorrilla.....	35
2.6.5. Ejercicios de Buerger-Allen.....	36
2.6.5.1. Primera Fase (Elevación).....	36
2.6.5.2. Segunda Fase (Descenso).....	36
2.6.5.3. Tercera Fase (Reposo).....	37
2.6.6. Ejercicios de Relajación.....	38

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo de Investigación.....	39
3.1.2. Enfoque de Investigación.....	39
3.1.3. Diseño de Investigación.....	40
3.2. Delimitación de la Muestra Poblacional.....	40
3.2.1. Criterios de Inclusión.....	40
3.2.2. Criterio de Exclusión.....	41
3.3. Variables.....	41
3.4. Técnica de Recolección de Datos.....	44
3.5. Materiales y Métodos.....	44
3.5.1. Materiales.....	45
3.5.2. Características de la Evaluación.....	46
3.5.2.1. Filiación.....	46
3.5.2.2. Antecedentes Personales.....	46
3.5.2.3. Antecedentes Patológicos.....	46
3.5.2.4. Antecedentes Familiares.....	46

3.5.2.5. Síntomas.....	47
3.5.2.6. Signos.....	47
3.5.2.7. Clasificación.....	48
3.5.2.8. Examen Funcional.....	48
3.5.3. Cuestionario Final a los Pacientes.....	49
3.6. Proceso de Tratamiento de la Información.....	49

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Presentación de la información.....	50
4.1.1. Análisis de los Factores de Riesgo.....	52
4.1.2. Análisis de las Manifestaciones Clínicas.....	55
4.1.3. Análisis de la Clasificación Clínica.....	62
4.1.4. Análisis de los Resultados del Abordaje Kinésico Preventivo en Varices.....	64

CONCLUSIONES.....	72
--------------------------	-----------

RECOMENDACIONES.....	73
-----------------------------	-----------

BIBLIOGRAFÍA.....	74
--------------------------	-----------

ANEXOS

APÉNDICE