

UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI



FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

CARRERA:

FISIOTERAPIA

TEMA:

**RELAJACION MIOFASCIAL INSTRUMENTAL EN DEPORTISTA
CON PUBALGIA**

AUTOR:

FLORES ALARCON GENNY VANESSA

TUTOR:

LIC. TYRON MOREIRA LOPEZ, MG

MANTA – MANABÍ - ECUADOR

SEPTIEMBRE, 2017

APROBACION DEL TUTOR

En calidad del Tutor del Análisis de Caso sobre el tema **“RELAJACION MIOFASCIAL INSTRUMENTAL EN DEPORTISTA CON PUBALGIA “**, presentado por **FLORES ALARCON GENNY VANESSA**, de Licenciatura en Fisioterapia de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí”, considero que dicho informe de investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la revisión y evaluación respectiva por parte del Tribunal de Grado, que el Honorable Consejo Designe.

Manta, septiembre 2017

TUTOR/A:

.....

Lcdo. Tyron Moreira López, Mg.

APROBACION DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueben el Análisis de Caso, sobre el tema **RELAJACION MIOFASCIAL INSTRUMENTAL EN DEPORTISTA CON PUBALGIA**”, de **FLORES ALARCON GENNY VANESSA**, para la Licenciatura en Fisioterapia.

Manta, septiembre 2017

Lcdo. Santos Bravo, Mg.

CALIFICACION

Lcdo. Gilbert Yáñez Chalco.

CALIFICACION

Dr. Yuri Medranda.

CALIFICACION

.....
SECRETARIA

DECLARACION DE AUDITORIA

Yo, **FLORES ALARCON GENNY VANESSA** , portadora de la cedula de identidad N° 131402215-1, declaro que los resultados obtenidos en el Análisis de Caso titulado “ **RELAJACION MIOFASCIAL INSTRUMENTAL EN DEPORTISTA CON PUBALGIA**” que presento como informe final, previo a la obtención del Título de **LICENCIADA EN FISIOTERAPIA**, son absolutamente originales ,auténticos y personales

En tal virtud declaro que el contenido, las conclusiones, el efecto legal y académico que se desprenden del Análisis de Caso y posterior de la redacción de este documento son y serán de mi autoría, responsabilidad legal y académica.

Manta, septiembre 2017

AUTOR

.....
Flores Alarcón Genny Vanessa

DEDICATORIA

A DIOS que me dio salud y las ganas para poder seguir adelante y lograr culminar mi carrera.

A mis padres de quienes estaré eternamente agradecida por brindarme su apoyo incondicional hasta el final de mi carrera.

A mi hija quien es mi motor, inspiración para seguir luchando, preparándome y superarme día a día.

A mi esposo, mis hermanas y a todas las personas que de una u otra manera me apoyaron hasta el final de este largo camino.

AGRADECIMIENTO

Mi gratitud a todos y cada uno de los docentes quienes impartieron sus conocimientos a lo largo de toda la carrera.

A mi tutor el Licenciado Tyron Moreira quien me brindo su tiempo dedicación, y fue mi guía para poder culminar con mi estudio de caso.

RESUMEN

La Pubalgia se da principalmente en los deportistas ya que ellos sobre cargan mucho parte de su esfuerzo en esta parte del cuerpo, se la conoce también como osteopatía dinámica del pubis, es muy común en los futbolistas. Los síntomas que provoca son: dolor localizado en la zona del pubis, con irradiación hacia los músculos aductores e ingle. A medida que pasan los días el dolor suele hacerse más agudo, localizándose en la zona de inserción de los músculos aductores irradiándose incluso al testículo en los varones. La manipulación miofascial instrumental (MFI) es una técnica consiste en la manipulación directamente sobre la fascia, se la puede definir como el tejido conectivo denso e irregular que forma la aponeurosis, capsulas articulares, envolturas musculares, vasculares y nerviosas organizándose a lo largo de líneas de tensión e incorporando a las estructuras ligamentosas y tendinosas como una especialización del sistema.

Palabras claves: osteopatía, dolor, manipulación instrumental.

ABSTRACT

Pubalgia is mainly given to athletes because they overload much of their effort in this part of the body, it is also known as dynamic osteopathy pubis, is very common in footballers. The symptoms that it causes are: localized pain in the area of the pubis, with irradiation towards the adductor and groin muscles. As the days go by the pain usually becomes more acute, being located in the area of insertion of the adductor muscles even irradiating the testicle in the men. The instrumental myofascial manipulation (MFI) is a technique consisting of manipulation directly on the fascia, it can be defined as the dense and irregular connective tissue that forms the aponeurosis, articular capsules, muscular, vascular and nervous envelopes organized along lines of tension and incorporating the ligament and tendinous structures as a specialization of the system.

Key words: osteopathy, pain, instrumental manipulation

INDICE

Capítulo I	1
1. Justificación	1
2. INFORME DEL CASO	4
2.1 Definición del caso	4
2.2. METODOLOGIA.....	5
2.3. DIAGNOSTICO.....	7
Variable 1. Relajación miofascial instrumental.....	8
Variable 2. Pubalgia.....	8
3. PROPUESTA DE INTERVENCION	10
3.1. Denominación de la propuesta	10
3.2. Objetivos de la propuesta	10
3.3. Fundamentos de la propuesta.	10
3.4. Planteamiento de la propuesta.....	11
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	12
ANEXOS	14

Capítulo I

1. Justificación

Arencibia Sánchez & Brito Ojeda, M. E. (2012) indican: la pubalgia también llamada como osteopatía de pubis (OP) esta descrita como una patología inflamatoria de la sínfisis del pubis y de las estructuras osteoarticulares. Los síntomas que provoca son: dolor localizado en la zona del pubis, con irradiación hacia los músculos aductores e ingle. A medida que pasan los días el dolor suele hacerse más agudo, localizándose en la zona de inserción de los músculos aductores irradiándose incluso al testículo en los varones.

Puede llegar a convertirse en un dolor permanente que afecte a la vida diaria, impidiendo movimientos rutinarios tan simples como cruzar las piernas, sentarse, andar o permanecer de pie. Uno de los deportes donde esta lesión es más frecuente es el fútbol, ya que los futbolistas sobrecargan mucho de su trabajo esa zona del cuerpo, realizan movimientos repetitivos de golpear con el empeine el balón y no tienen el tiempo suficiente como para recuperarse y descansar antes de volver a jugar.

Existen una serie de factores que indican en el desencadenamiento de la patología pubalgica y estos se han dividido en dos grandes grupos:

Factores intrínsecos: acortamiento de los miembros inferiores, hiperlordosis lumbar.

Factores extrínsecos: mala calidad del terreno deportivo, sobre entrenamiento, mala realización del calentamiento y estiramiento deportivo.

La manipulación miofascial instrumental (MFI) es una técnica creada por dos fisioterapeutas uruguayos Alejandro Góngora y Gustavo Caraballo (2010) consiste en la manipulación directamente sobre la fascia

La fascia se la puede definir como el tejido conectivo denso e irregular que forma la aponeurosis, capsulas articulares, envolturas musculares, vasculares y nerviosas organizándose a lo largo de líneas de tensión e incorporando a las estructuras ligamentosas y tendinosas como una especialización del sistema.

Este actúa como amortiguador y posee la propiedad de absorber energía, almacenarla y liberarla para cumplir determinada función, economizando el gasto energético.

La MFI restaura la textura óptima, libera los nervios atrapados y mejora la circulación sanguínea todo esto se efectúa con el único objetivo de devolver la funcionalidad del individuo. Esta técnica la vamos a realizar con un instrumento denominado Delta, una herramienta acero quirúrgico, se lo usa con la finalidad de poder llegar a partes que por el grosor de los dedos es imposible acceder.

Cuando vamos a ingresar a la fascia casi nunca se lo hace de forma perpendicular a la zona a tratar, generalmente se ingresa al tejido en un ángulo de 45 grados esto nos permite intentar meternos por debajo de la piel, concentra menos presión y permite moverse de forma transversal o longitudinal a las fibras musculares.

Integrantes del Centro Medico Deyre (2015) indican que la manipulación miofascial instrumental ayuda al proceso de recuperación estimulando los mecanismos propios del organismo.

Crup (20012) afirma que el estudio realizado a 20 pacientes todos ellos con diagnóstico de pubalgia de más de un mes de evolución. El objetivo de este trabajo fue describir los resultados obtenidos durante la aplicación de la relajación miofascial instrumental

En el Ecuador en estudio realizado por Macas (2016) en diferentes pacientes que acudieron con el diagnóstico de pualgia al laboratorio de Terapia física de Macas, donde se les aplico la relajación miofascial se utilizó una ficha de evaluación que permitió conocer el dolor muscular que presentaba el paciente, mediante la aplicación de test muscular al inicio del tratamiento. Un 16% de los pacientes tratados obtuvieron una recuperación pronta.

De acuerdo a la revisión teórica no se encontraron estudios sobre la incidencia y prevalencia de pacientes con pubalgia en las que se haya aplicado la relajación miofascial instrumental, en la provincia de Manabí.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera lesión a cualquier daño intencional o no intencional, al cuerpo debido a la explosión aguda térmica, eléctrica, mecánica o química debido a la ausencia del calor u oxígeno que lleve a un daño corporal temporal y que pueda o no ser fatal. De estas una gran mayoría presentan la lesión musculoesquelética.

Mediante la ley orgánica de la salud en derecho y su protección, establece en su artículo 1 que tiene como finalidad regular las acciones que permitan efectivizar el derecho universal de la salud consagrada en la constitución de la república y esta ley se rige por los principios de equidad y solidaridad en su calidad y eficacia que tiene el tratamiento en cuanto a la pubalgia para de esta forma restablecer al individuo a sus actividades normales.

Este estudio de caso es de gran importancia ya que se ha demostrado la eficacia de la relajación miofascial en deportista con pubalgia. Con el transcurso del tiempo es cada vez más utilizada esta técnica ya que tiene un impacto positivo desde el punto de vista investigativo y social debido a que es una terapia mucho más económica y efectiva en la recuperación plena del individuo

2. INFORME DEL CASO

2.1 Definición del caso

2.1.1 Presentación del caso

Paciente de 25 años de edad, correspondiente al género masculino, nacionalidad venezolana, de profesión futbolista se encuentra radicado en la ciudad de Manta, provincia de Manabí desde hace aproximadamente dos años, actualmente se encuentra jugando para el equipo Delfín, de la ciudad de manta.

En el mes marzo llego al centro de rehabilitación FISIOHAND, refiriendo que presentaba molestias en la zona púbica, ingle y se irradiaba hacia los músculos aductores, el mismo que aumentaba durante la práctica deportiva

Progresivamente el dolor generaba limitaciones a aquellos movimientos donde se combina la flexo-rotación de la cadera y la abducción de la misma, el dolor desaparece durante el reposo, o después del calentamiento previo a la práctica deportiva, el cuadro evoluciona rápidamente y el deportista comienza a tener dolor durante la actividad física diaria, como puede ser al entrar o salir del auto, al cruzar las piernas. etc.

2.2.2 Ámbitos de estudio

De acuerdo al diagnóstico los ámbitos que intervienen en el presente estudio de caso son: el pubis, fuerza, dolor muscular.

2.1.3 Actores implicados.

El principal actor implicado es el paciente con pubalgia quien aporta la información necesaria, el médico particular del equipo de futbol al que pertenece, el fisioterapeuta del centro de Rehabilitación FISIOHAND de la Ciudad de Manta que lo evaluó y elaboro un plan de tratamiento enfocándose en su rehabilitación, con el fin de reincorporarlo lo más pronto posible a sus actividades diarias.

2.1.4 Identificación del problema

El sujeto del presente estudio a investigar presenta una pubalgia, el origen de su problema se da por una sobrecarga en dicha zona del cuerpo.

El paciente previo a realizarse la rehabilitación, estuvo con molestia durante una semana antes, el dolor disminuía con el descanso y se intensificaba con el inicio de la actividad deportiva.

Fue valorado por el médico y kinesiólogo del club, quienes iniciaron tratamiento antiinflamatorio, durante 3 días, conjuntamente con reposo, el mismo que no dio resultados ya que la molestia persistía con el pasar del tiempo.

Al iniciar la rehabilitación, se determina que existe inflamación en la musculatura periarticular, tensión en los músculos abdominales, aductores, por lo que se toma la decisión iniciar el tratamiento convencional de fisioterapia, con ayuda de una herramienta denominada delta, que consiste en manipulación fascial instrumental, (MFI).

2.2. METODOLOGIA

La siguiente investigación es de tipo cualitativo.

Hernández, Fernández y Baptista (2010), señalan que el enfoque cualitativo se selecciona cuando se busca comprender la perspectiva de los participantes (individuos o grupos pequeños de personas a los que se investigara) acerca de los fenómenos que los rodean,

profundizar en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados, es decir, la forma en que los participantes perciben subjetivamente su realidad.

2.2.1. Lista de preguntas

En esta investigación se plantean las siguientes preguntas:

¿Cuáles son las principales causas para que se produzca una pubalgia?

¿En qué deportistas es más frecuente que se produzca una pubalgia?

¿Cuáles son los principales músculos que se afectan cuando existe una pubalgia?

¿Con que finalidad realizamos la relación miofascial instrumental?

2.2.2. Fuentes de información

La información para el presente estudio de caso fue obtenida directamente del paciente, que nos proporcionó la información necesaria, de los terapeutas físicos del centro de rehabilitación fisiohand, de la historia clínica del mismo y en cuanto a todo lo referente a pubalgia y relajación miofascial instrumental e información adicional la obtuvimos de libros, citas bibliográficas, páginas web.

2.2.3. Técnicas para la recolección de la información

Para la elaboración del presente estudio de caso y poder indicar las dificultades que presenta el paciente, se realizó una observación y evaluación al paciente, así como también una revisión bibliográfica.

2.2.4. Instrumento

En lo referente a test se aplicó el siguiente:

El test de Kendall: son pruebas musculares mediante el cual vemos si el paciente presenta o no dolor muscular.

Compresión lateral de la pelvis

(Decúbito lateral seguido de compresión en la región del asa del iliaco), es positiva si hay dolor en la sínfisis de pubis, se pide al paciente que realice una aproximación de las piernas estando en decúbito dorsal y con las caderas y las rodillas

Prueba para la flexión, abducción y rotación lateral de cadera

(Paciente en decúbito dorsal apoyando el tobillo a nivel de la rodilla contralateral una mano del examinador posicionada en el asa del iliaco opuesto y el otro en la rodilla del lado a ser examinada forzando la abducción). Es positiva si hay dolor intenso en aductores

Prueba para valorar el aductor largo

Este musculo tiene su origen en la parte anterior del pubis en la unión de la cresta con la sínfisis.

Se inserta en el tercio medio del labio interno de la línea áspera

Esta innervado por el obturador, L2, 3,4.

La acción de este musculo es producir la aducción de la cadera.

2.3. DIAGNOSTICO

Atanda (2009) afirma que para entender acerca de cómo se produce la pubalgia, es propio entender cómo funciona el pubis y como está compuesto:

El hueso pubis o pubis es una parte del hueso coxal, y está situado en su parte frontal.

Un cuerpo anterior que se une con el cuerpo del otro hueso del pubis, mediante la sínfisis del pubis.

Una rama superior que se continúa con el hueso ilion (rama iliopúbica).

Una rama inferior que se continúa con el hueso isquion (rama isquiopúbica).

Variable 1. Relajación miofascial instrumental.

Técnica de fisioterapia ideada por el fisioterapeuta sueco Kurt Ekman, que tuvo estrecha relación con J.Cyriax, creador del masaje transversal profundo y que pudo evolucionar para tratar con la ayuda de los “ganchos” las adherencias más profundas a las cuales no se puede acceder de manera manual.

La acción de los ganchos tiene varios efectos a diferentes niveles.

A nivel **mecánico** podemos solucionar problemas de deslizamiento entre planos musculares que están recubiertos por la fascia (telilla que recubre las adherencias), hematomas encapsulados, depósitos cálcicos por estancamientos venosos, cicatrices quirúrgicas

A nivel **circulatorio** mejorando el trofismo del tejido por mejorar la circulación y asegurar la llegada de sustancias nutritivas que los tejidos necesitan.

Variable 2. Pubalgia

Montes, González (2002) la osteopatía de pubis es la inflamación dolorosa de las inserciones musculares en la zona de las ramas púbicas.

El pubis es un hueso situado en la parte frontal de la pelvis y, por extensión, en la superficie que corresponde a la parte ósea entre el abdomen inferior y los genitales. A nivel óseo y de forma simétrica, existen dos ramas: la superior se llama ilio-púbica y la inferior se llama isquio-púbica. Ambas se unen en el centro para formar la sínfisis púbica.

Existen cuatro fases en la pubalgia:

Fase I: los síntomas son unilaterales, preferentemente en la pierna de patear, y se presenta como un dolor inguinal y referido a la musculatura aductora. El dolor es de características mecánicas, desaparece después del calentamiento y vuelve después del entrenamiento.

Fase II: los síntomas son bilaterales, dolor bilateral y a ambas zonas de la musculatura aductora. El dolor también puede ir focalizándose en la zona supra púbica si se ha comenzado el tratamiento y por tanto mejoran los síntomas propios de la musculatura aductora. El dolor aumenta después de cada sesión de entrenamiento.

Fase III los síntomas son bilaterales, en la zona inguinal, musculatura aductora y además el dolor se refiere definitivamente en la zona supra púbica y abdominal. Presenta dolor durante el entrenamiento sobre todo al patear, saltar y normalmente no puede alcanzar los objetivos del entrenamiento.

Fase IV: el dolor es generalizado y suele irradiar hacia la zona lumbar. Aumenta al caminar y el paciente tiene limitaciones para realizar las pequeñas tareas de la vida diaria.

3. PROPUESTA DE INTERVENCION

3.1. Denominación de la propuesta

Relajación miofascial instrumental en un deportista con pubalgia

3.2. Objetivos de la propuesta

3.2.1. Objetivo general

- Lograr la recuperación funcional de un paciente con pubalgia mediante la aplicación de la relajación miofascial y reintegrarlo por completo a las actividades de la vida diaria.

3.2.2. Objetivos específicos

- Determinar el correcto plan de tratamiento en la pubalgia para evitar un aumento del dolor
- Realizar una correcta liberación miofascial evitando así que existan futuras lesiones

3.3. Fundamentos de la propuesta.

La propuesta se realizó en el centro de rehabilitación Fisiohand ubicado en la ciudad de manta, durante el mes de marzo del 2017. Como ayuda se utilizó el test de daniels para conocer el dolor muscular que existía en el paciente.

3.4. Planteamiento de la propuesta.

Tabla 1. Actividades vinculadas y tareas a desarrollar

3.4.1 Actividades y tareas.	Actividad vinculada	Tareas a desarrollar
Determinar los beneficios de la relajación miofascial instrumental en la pubalgia.	Reintegrar al paciente a sus actividades diarias sin ningún inconveniente.	Demostrar que con la relajación miofascial instrumental se puede lograr un plan de tratamiento y lograremos la recuperación del paciente a corto plazo

Lograr la desinflamación de los músculos	Mediante la aplicación de desinflamatorios	Aplicar compresas frías durante 10 minutos, ultrasonido durante 8 minutos así vamos a lograr poco a poco que el musculo vaya desinflando.
Producir un efecto analgésico para reducir el dolor.	Aplicando tens	Aplicar los electrodos en los músculos afectados durante 15 minutos.
Lograr una relajación muscular	Mediante la utilización del instrumento Delta	Manipularemos directamente sobre la fascia que recubre la musculatura, el delta nos ayudara a lograr la correcta relajación ya que por la pubalgia ciertos músculos se ven afectados.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Montes González, A. (2002). **Pubalgia**, relación entre la condición física y su incidencia en grupos de alto riesgo. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, vol. 2 (6) pp. 158-176.

Hernández, A. G. (2010). Tratado de nutrición. Madrid: Editorial Médica panamericana

Influencia de los desequilibrios musculares de la pelvis sobre la **pubalgia** en los deportistas Autores: Arroyo Morales, M.; Guisado Barrilao, R.; García Ríos, MC; Díaz Rodríguez, L. Revista: Cuestiones de Fisioterapia, 2004; 25 Página(s): 57-65 ISSN: 11358599.

..Lovato-Salas F, *. L.-P., SA, O.-R., J, F.-L., & JC, N.-E. (2015). Prevalencia de fracturas de cadera, fémur y rodilla en la Unidad Médica de Alta Especialidad Hospital de Traumatología y Ortopedia «Lomas Verdes»del Instituto Mexicano del Seguro Social. 20.

Lustraciones: Esquemas de las maniobras terapéuticas y la anatomía: Gilberte Gal,J. Gentet Fotos de los pacientes: Jeay Patricia; Gal Gilberte; Simon Marcelle; Gal Marie-Jean- ne; Danielle y Claude Cordier; Sibilla Sophie; Alexandra Giacolone & François Hazard, Gal Fabrice; Martine

Influencia de los desequilibrios musculares de la pelvis sobre la **pubalgia** en los deportistas Autores: Arroyo Morales, M.; Guisado Barrilao, R.; García Ríos, MC; Díaz Rodríguez, L. Revista: Cuestiones de Fisioterapia, 2004; 25 Página(s): 57-65 ISSN: 11358599. ...

PROFESSIÓ DE FISIOTERÀPIA. Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. Nov. 2003. Document 2. Avantprojecte de Resolució Col·legial

ANEXOS

ANEXOS

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

CARRERA DE FISIOTERAPIA

AUTORIZACION

Yo, Jhon Chancellor

Autorizo a la Srta. Flores Alarcón Genny Vanessa, estudiante de la carrera de fisioterapia de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, la utilización de mis datos e imágenes de tratamiento como defensa y requerimiento del estudio de caso clínico para la obtención del título profesional, sin ningún tipo de carga legal.

.....
Sr. Jhon Chancellor

Historia Clínica

Datos personales

Nombre del paciente: Jhon Chancellor

Sexo: Masculino

Edad: 26 años

Grupo étnico: Mestizo

Nacionalidad: Venezolana

Teléfono: 0985914998

Hábitos: Ninguno

Antecedentes Patológicos Personales: Ninguno

Antecedentes Patológicos Familiares: Ninguno

Anamnesis:

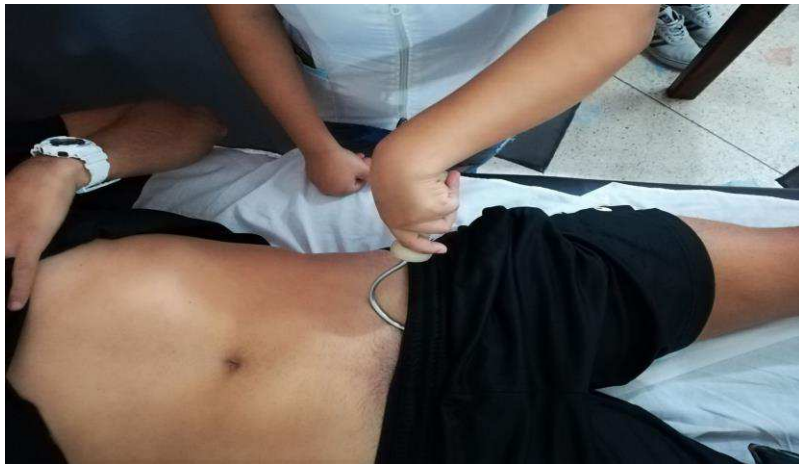
Paciente de 26 años de edad refiere que hace una semana venía con molestias en la zona del pubis, el mismo que se le irradiaba hasta la ingle y los músculos aductores, estuvo haciendo terapia desinflamatoria por tres días la cual no dio resultados. Las molestias persistían y se intensificaban con el pasar de los días, y sobre en las actividades de la vida diaria.

Diagnostico:

Pubalgia

Tratamiento

Relajación miofascial instrumental.



Relajación de los músculos abdominales