

Terapia manual en el medio acuático

Manual therapy in the aquatic environment

Soler Fuster R⁽¹⁾, Martínez Gil JL⁽¹⁻²⁾

⁽¹⁾Universidad Católica San Antonio. Murcia, España

⁽¹⁾HCU Virgen de la Arrixaca, Murcia, España

jlmgil@jlmgil.com

Resumen

La terapia manual es una parte de la Fisioterapia donde se trabajan un conjunto de técnicas y métodos con una finalidad tanto terapéutica como preventiva, que aplicada manualmente sobre los tejidos musculares, óseos, conjuntivos y nerviosos, obtiene de forma directa, indirecta o refleja, reacciones fisiológicas que ayudan a normalizar, mejorar o curar los problemas o disfunciones musculares, funcionales, osteoarticulares y el dolor.

Con esta terapia, se actúa sobre las restricciones de la movilidad articular y del tejido conjuntivo tanto en los problemas o bloqueos mecánicos y/o funcionales que pudieran existir.

La terapia manual sobre los tejidos, se debe realizar siempre, dentro de los límites de movilidad fisiológica y puede provocar respuestas no sólo fisiológicas, sino también vegetativas, estimular la circulación linfática, sanguínea etc.

Se trata de utilizar las manos de forma metódica, rigurosa, entrenada y científica, tras una anamnesis minuciosa y detallada con exploración y valoración del paciente, y tras las pruebas complementarias pertinentes; todo ello enmarcado en el conocimiento profundo de una base de Fisioterapia, de anatomía, fisiología y de los procesos fisiopatológicos.

El agua es un medio que simultáneamente ofrece ayuda y resistencia al movimiento, posibilitando que se puedan comenzar de forma temprana los tratamientos con ejercicios de movilidad articular, desarrollo de fuerza y resistencia muscular etc.. Esto consigue acelerar los procesos de recuperación en la mayoría de patologías ya que permite disminuir la acción de la gravedad y el dolor, por lo que se puede comenzar más precozmente la recuperación y el aumento de cargas que en el medio aéreo y con un menor riesgo de caídas.

“El medio acuático” tiene por tanto un gran potencial para el tratamiento de diferentes patologías gracias a sus propiedades, relacionadas con sus principios fisi-

cos. El este medio, se puede demostrar la sinergia que provoca la unión de las técnicas manuales y dicho medio ayuda a paliar y a prevenir patología en procesos agudos, provocando mejora del estado fisiológico.

Taller práctico

Se iniciará la enseñanza con las maniobras de hidrocinesiterapia pasiva de los diferentes segmentos a tratar, realizados en decúbito supino y decúbito lateral.

El siguiente paso se realizará un trabajo del raquis de forma específica, centrándose en maniobras de masoterapia, stretching y trabajo miofascial.

Por último una serie de estiramientos, con diferentes técnicas de Terapia manual y de Osteopatía, llevadas a cabo con la ayuda del terapeuta.

Se le enseña al alumno como poder llevar un buen seguimiento y control del tratamiento desde el planteamiento de objetivos, planificados adecuadamente para el control de la evolución de nuestros pacientes.

Palabras clave: medio acuático, terapia manual, hidrocinesiterapia

Key words: aquatic environment, manual therapy, hydrocinesitherapy

Referencias

National practice guidelines for physical therapy in patients with low back pain.

GE Bekkering PT MSc, VI HJM Hendriks PT PhD,I, VII BW Koes PhD,II RAB Oostendorp PT MT PhD,I, III, IV RWJG Ostelo PT MSc,VI JMC Thomassen PT,V MW van Tulder PhD.

European Guidelines for the management of acute nonspecific low back pain in primary care. Maurits van Tulder, Annette Becker, Trudy Bekkering, Alan Breen, Maria Teresa Gil del Real, Allen Hutchinson, Bart Koes, Even Laerum, Antti Malmivaara, on behalf of the COST B13 Working Group on Guidelines for the Management of Acute Low Back Pain in Primary Care:

European Guidelines for the management of chronic non-specific low back pain. O Airaksinen, J Hildebrandt, AF Mannion, H Ursin. November 2004. Amended version June 14th 2005.

Benjamin Waller University of Jyväskylä, Finland, Johan Lambeck Faculty of Kinesiology and Rehabilitation Sciences, Katholieke Universiteit Leuven and Daniel Daly Faculty of Kinesiology and Rehabilitation Sciences, Katholieke Universiteit Leuven, Belgium. Received 22nd February 2008; returned for revisions 20th April 2008; revised manuscript accepted 16th August 2008.