

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE TECNOLOGÍA MÉDICA



**Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes
adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada,
Piura - 2022**

.

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Tecnología
Médica con Especialidad en Terapia física y Rehabilitación

Autora:

Claudia Sholayhs Ramírez Sullón

.

Asesora:

Navarro Mendoza, Edgardo
(Código ORCID: 0000-0003-4310-4929)

Piura – Perú

2023

Índice de contenidos

Palabras clave:	iv
RESUMEN	vi
ABSTRACT.....	vii
INTRODUCCIÓN	1
1. Antecedentes y fundamentación científica	1
2. Justificación de la investigación.....	6
3. Problema.....	7
4. Conceptuación y Operacionalización de las variables.	7
5. Hipótesis.....	8
6. Objetivos.....	8
Metodología.....	10
1. Tipo y Diseño de investigación.....	10
2. Población – Muestra.....	10
3. Técnicas e instrumentos de investigación.....	11
4. Procesamiento y análisis de la información.....	11
RESULTADOS	12
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN	16
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	17
Referencias bibliográficas.....	19
Anexos y apéndice	24
DEDICATORIA	30
AGRADECIMIENTO	31

Índice de tablas

Tabla 1 Pre test y post test sobre la efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia con problemas de movilidad funcional.....	15
Tabla 2 Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultas mayores con lumbalgia según sexo.....	16
Tabla 3 Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con lumbalgia según edad.....	17
Tabla 4 De. Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con lumbalgia según ocupación.....	18...

Palabras clave:

Liberación Miofascial, Musculo cuadrado lumbar, adultos mayores, lumbalgia,

Keywords:

Myofascial release, quadratus lumborum muscle, older adults, low back pain,

Línea de investigación

Área	Ciencias Médicas y de Salud
Subárea	Ciencias de la salud
Disciplina	Salud Pública
Línea de investigación	Fisioterapia del Adulto Mayor.

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Vicerrector de Investigación de la Universidad San Pedro:

HACE CONSTAR

Que, de la revisión del trabajo titulado "Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022" del (a) estudiante: **RAMIREZ SULLON CLAUDIA SHOLAYIBS**, identificado(a) con Código N° **2514100069**, se ha verificado un porcentaje de similitud del **29%**, el cual se encuentra dentro del parámetro establecido por la Universidad San Pedro mediante resolución de Consejo Universitario N° 5037-2019-USP/CI para la obtención de grados y títulos académicos de pre y posgrado, así como proyectos de investigación anual Docente.

Se expide la presente constancia para los fines pertinentes.

Climbote, 22 de septiembre de 2023

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

Dr. JAVIER MARTÍNEZ CARRIÓN
VICERRECTOR



NOTA: Este documento carece de valor si no tiene adjunta el reporte del Software TURNITIN.

RESUMEN

La presente investigación tuvo por objetivo: Determinar la efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acudieron a una clínica privada, Piura – 2022.

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo aplicada, de corte longitudinal y diseño cuasi experimental, la población estuvo conformada por todos los adultos mayores de los cuales se tomó como muestra 50 adultos mayores.

Se utilizó como técnica la Liberación miofascial la entrevista, la evaluación y la observación; y como instrumento se confeccionó una hoja de envío de recojo de datos según las variables.

En el desarrollo e indagación de la investigación se utilizó pruebas estadísticas, Microsoft Excel 2016 y el programa estadístico IBM SPSS 27. Con la presente investigación se determinó la efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con dolor en la zona lumbar. Llegando a las siguientes conclusiones: La tabla 1 explica que, con respecto a la escala de dolor, las personas sometidas al pre test arrojaron una media de 7,04 y en el post test arrojaron una media de 6,06, la diferencia es de casi un dígito logrando reducir los problemas de movilidad funcional.

Sobre el objetivo específico 2, muestra el predominio del sexo masculino 52,00 % sobre el femenino 48,00 %. Con respecto a las escalas de dolor se puede leer que 44,00% de hombres presentan dolor moderado y un 40,00 % de mujeres igual. 8,00 % de varones presentan dolor severo igual en el caso de las mujeres.

Sobre el objetivo específico 3, permite observar que existe mayor número de pacientes con edades comprendidas entre 60 a 65 años y 66 a 70 años, representado un 24,00 % del total. Con respecto al nivel de dolor se observa que el 84,00% presentan un dolor moderado.

Los resultados expuestos en la tabla 4 demuestran que un 76 % de pacientes presentan una etapa de dolor moderado y un 24 % un grado de dolor severo, posiblemente, esto

último por el grado de esfuerzo del trabajo según ocupación, resaltando los de ocupación (choferes).

ABSTRACT

The objective of this investigation was: To determine the effectiveness of the myofascial release of the quadratus lumborum muscle in older adult patients with low back pain who attended a private clinic, Piura - 2022.

The research had an applied quantitative approach, longitudinal cut and quasi-experimental design, the population was made up of all the older adults, of which 50 older adults were taken as a sample.

Myofascial release was used as a technique, the interview, the evaluation and the observation; and as an instrument a data collection sheet was applied.

In the processing and analysis of the information, statistical tests, Microsoft Excel 2016 and the IBM SPSS 27 statistical program were used. With the present investigation, the effectiveness of the myofascial release of the quadratus lumborum muscle in elderly patients with low back pain was determined. Arriving at the following conclusions: Table 1 shows that, with respect to the pain scale, the patients submitted to the pre-test gave an average of 7.04 and in the post-test they gave an average of 6.06, the difference is of almost one digit, managing to reduce functional mobility problems.

On the specific objective 2, it shows the predominance of the male sex 52.00% over the female 48.00%. Regarding the pain scales, it can be read that 44.00% of men present moderate pain and 40.00% of women have the same. 8.00% of men present severe pain the same as in the case of women.

Regarding the specific objective 3, it allows us to observe that there is a greater number of patients with ages between 60 to 65 years and 66 to 70 years, representing 24.00% of the total. Regarding the level of pain, it is observed that 84.00% present moderate pain.

The results shown in Table 4 show that 76% of the patients present a moderate level of pain and 24% a severe level of pain, possibly the latter due to the degree of work effort according to occupation, highlighting those of occupation (drivers).

INTRODUCCIÓN

1. Antecedentes y fundamentación científica

La liberación miofascial se usa tanto en las fascias como el aparato musculoesquelético en su conformación e intestinos del ser humano. Ya que ayuda al procedimiento tridimensional de la circulación del estriamiento continuo de la técnica de la fascia, para poder anular sus limitaciones. Las fascias del cuerpo están comprometidas en su totalidad cubriendo la distribución del organismo adherente. El método de la liberación miofascial sirve en el procedimiento de muchas enfermedades que perjudican los tejidos blandos, como también en otros más difíciles como fibromialgia. Este epitelio está compuesto por gran cantidad en colágeno. Por otro lado López (2021) pudo “determinar el nivel de discapacidad lumbar de los usuarios que asisten a los centros de rehabilitación privada de la ciudad Ibarra”; siendo un estudio cuantitativo, transversal no experimental. Obteniendo como resultado en las edades de los adultos jóvenes el nivel de discapacidad lumbar afectó a las pacientes mujeres ocasionando minusvalía en sus movimientos rutinarios.

Por lo concerniente en otro estudio mantuvieron determinar la asociación entre dolor, discapacidad y calidad de vida en pacientes con lumbalgia inespecífica. Los resultados presentaron estadísticamente el coeficiente de correlación de Spearman de 0,596 que nos informa una relación entre moderada y severa en sus variables de intensidad de dolor e índice de discapacidad. Concluyendo que las variables se asocian positivamente y el estilo de vida se ve influenciada negativamente según Cárdenas y Chalco (2021).

Beñat Teruggi Irastorza. (2019) en su programa de fortalecimiento *de los* estabilizadores del tronco como prevención y mejora de las lumbalgia nos menciona que hay dolor en la parte baja de la espalda que puede deberse a anomalías en raíces nerviosas, músculos, ligamentos, estructuras fasciales, vértebras, discos intervertebrales u órganos de la cavidad abdominal correspondiente a la zona lumbar de la columna vertebral desde la parte más baja de las costillas posteriores, alrededor de la porción superior de T12, hasta la zona inferior al pliegue de los glúteos, con o sin

compromiso de las extremidades inferiores y con limitación funcional y se estima que aproximadamente un 80 % de las personas lo presentará al menos una vez en la vida. Conociéndola como La enfermedad del siglo.

Además, Polo et al. (2018) nos comentan en su artículo sobre la rehabilitación vestibular en la enfermedad de Meniere, siendo esta una enfermedad que causa problemas posturales como el mareo, el estudio fue en la ciudad, se aplicó el cuestionario DHI a una paciente de 46 años que sufría de mareos, después de aplicar las terapias mediante el DHI se pudo observar una mejora importante en la paciente, si bien es cierto sería mejor una muestra mayor, según la información estudiada, se encuentran resultados positivos gracias a la rehabilitación vestibular.

La lumbalgia es motivada con frecuencia por los puntos gatillo del cuadrado lumbar, que muchas veces esta patología es escondida. El dolor lumbar agudo de procedencia miofascial que no se ve difícil por agentes duraderos garantiza de cierto modo al tratamiento terapéutico miofascial específica de este músculo. Por otro lado, el estrés añadido y exigido ha hecho el síndrome agudo de un músculo aislado a uno crónico resultando muchas veces con dolor y rigidez asociada a un mal funcionamiento de las articulaciones. La alteración del músculo cuadrado lumbar se lanza luego a la zona de la articulación sacroilíaca y a la parte inferior de la nalga, también se proyecta en el curso de la cresta iliaca incluyendo al cuadrante inferior del abdomen y la ingle y el trocánter mayor puede ser grave y dar somnolencia ya que ese dolor empeora en reposo y al estar sentado durante tiempo. (Simons, 2010). Antiguamente se pensaba que el reposo en la persona dañada por lumbalgia era la reparación indicándole que proteja la parte posterior de su cuerpo con la finalidad de limitar la actividad física, en este sentido hay estudios científicos publicados en los últimos quince años, que nos demuestran lo contrario que un acertado ejercicio físico con un buen tratamiento fisioterapéutico acorta y mejora el grado de dolor.

CLASIFICACIÓN DE LA LUMBALGIA

Lumbalgias mecánicas	<ol style="list-style-type: none">1. Lumbalgias por alteraciones estructurales (espondilólisis, espondilolistesis, escoliosis, patología discal, artrosis interapofisaria, dismetrías pélvicas, embarazo, sedentarismo, hiperlordosis)2. Lumbalgias por traumatismo: distensión lumbar, fractura, subluxación de la articulación, espondilolistesis y fractura traumática
Lumbalgias no mecánicas	<ol style="list-style-type: none">1. Lumbalgias inflamatorias: espondiloartritis anquilosante, espondiloartropatías2. Lumbalgias infecciosas: agudas y crónicas3. Lumbalgias tumorales4. Lumbalgias no vertebrales y viscerales (dolor referido): patología osteoarticular no vertebral (dolor de cadera, articulación sacroiliaca), patología gastrointestinal (ulcus, tumores, diverticulitis, etc.), patología vascular (aneurisma aórtico), patología retroperitoneal (hemorragia, linfoma, absceso del psoas), patología genitourinaria (endometriosis, embarazo ectópico, riñón, urolitiasis)
Otras lumbalgias no mecánicas	Enfermedades endocrinas (osteoporosis con fracturas, alteración paratiroides, condrocalcinosis), hematológicas (hemoglobinopatías, mastocitosis), enfermedad de Paget, sarcoidosis, fibromialgia

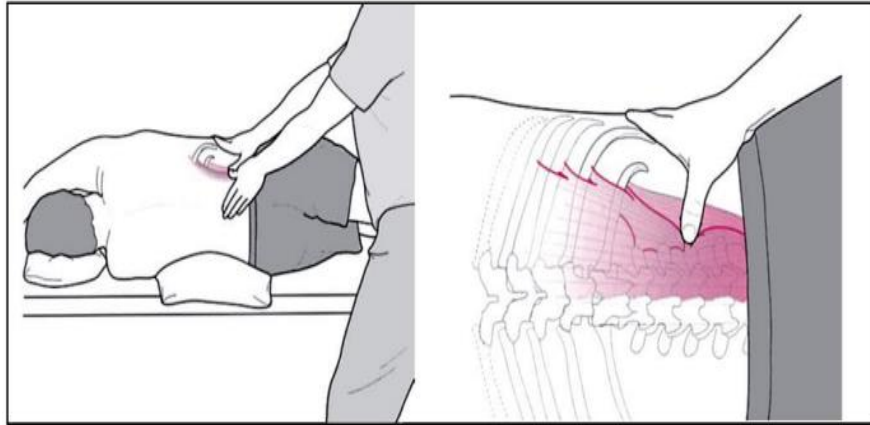
Si bien Calderón y Santiago (2017) en su investigación tuvieron como objetivo “determinar la efectividad de la inducción miofascial en pacientes con dolor lumbar inespecífica, aplicando la técnica de inducción miofascial el cual sostiene que se halla una diferencia muy importante entre los niveles del pretest y el pos test. Esta técnica nos sirve estadísticamente en la disminución del dolor lumbar inespecífico ($p < 0,01$). Esta técnica debe tomarse en cuenta en su tratamiento de esta patología en los puestos asistenciales de las áreas de terapia ya que se puede considerar que el material a usar es muy fácil de conseguir porque no cuestan mucho poniéndolos en práctica los procedimientos adecuados para conseguir un fin.

Por lo concerniente se encontró un estudio cuyo objetivo fue “determinar la efectividad de la liberación miofascial del psoas en pacientes con lumbalgia obteniendo la liberación miofascial de siete a seis puntos logrando un punto de satisfacción en cuanto a su dolor haciendo que mejore su marcha haciendo que estadísticamente justifique su efectividad. Valdez (2017)

La columna vertebral es una estructura en forma de pilar, es un sistema dinámico, compuesto por elementos rígidos, las vértebras, y por elementos elásticos, que son los

discos intervertebrales. Ésta estructura asegura tres características para su funcionalidad: dotar de rigidez para soportar cargas axiales, protección del sistema nervioso central, y otorga una movilidad y flexibilidad para los principales movimientos del tronco.

PALPACION DEL MUSCULO CUADRADO LUMBAR



Según sus propiedades de la disfunción miofascial suele ocurrir:

- Dolor muy fuerte y frecuente siendo muchas veces difícil de ubicarlo. Es muy a menudo, rígido e intenso por la mañana, lo cual va mejorando durante el día; se acopla en mucha fatiga difícil de conciliar el sueño y se inclina a una respuesta altamente del sistema inmunitario).
- Las técnicas miofascial aprovechan las propiedades de mezclas física y químicamente heterogéneas.
- Por otro lado, busca librar las restricciones haciendo que el colágeno muestre su verdadera conformación. Logrando las técnicas superficiales y profundas su salida de los componentes colagenosos. Patricia Gómez (2016)

Según Correcher define al dolor miofascial como una apariencia dolorosa en el aparato locomotor que daña primordialmente a los músculos y fascias. Tiene la sensibilidad bastante alta cuando se palpa y ocasiona dolor a la presión. Los Punto gatillo activo, Punto gatillo latente, Punto gatillo satélite se presentan en esta patología. M Correcher Pilar (2015).

IRRADIACION DE PUNTOS DE GATILLO EN EL MUSCULO CUADRADO LUMBAR



El fin último de la terapia miofascial es pretender volver a establecer algo o ponerlo en el estado que antes tenía el equilibrio del sistema fascial, que pudo ser descompuesto tras adolecer un daño, y retomar su capacidad completa de locomoción, para que éste sea asociado y utilitario con el mínimo gasto de energía para el cuerpo. Myos (2015).

POSICIÓN PARA PALPAR AL MUSCULO CUADRADO LUMBAR



2. Justificación de la investigación.

Esta tesis considera una justificación teórica ya que de esta forma ayudará como antecedentes de referencia de fuentes documentales en adelante para estudios de investigación.

El presente estudio se justifica de forma práctica porque permitirá reconocer a través de la efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas mayores con dolor lumbar que acuden a una clínica privada, Piura – 2022., validar su efectividad de su aplicación al determinar aspectos relacionados a las alteraciones funcionales que tienen que ver con la estabilidad y armonía en los adultos mayores, de manera que pueda establecerse su funcionamiento y mejora en dichas alteraciones.

Se justifica desde el ámbito social, porque será de beneficio para muchos adultos mayores que padezcan de alteraciones de lumbalgia, encontrando alternativas de solución a problemas de desequilibrio tanto como el equilibrio estático y dinámico, considerando los riesgos de caída.

Desde al ámbito científico, será de importancia, para otros investigadores, porque brindará información actualizada de aspectos y situaciones que permitan elaborar otros estudios más profundos en la cual se incorporen nuevas variables y escenarios posible relacionados a las alteraciones funcionales.

La terapia de liberación miofascial (TLM) es un mecanismo de valoración y terapia para recobrar el equilibrio funcional del cuerpo. Esta acción seguramente eleve el flujo de los fluidos corporales en el lugar de disminución, aumentando a contribuir el metabolismo celular y excretando el aumento las toxinas acumuladas en el fluido cerebroespinal. (Rodríguez, 2011)

El ultrasonido es una opción terapéutica que, combinada con otras técnicas de fisioterapia, es útil para el manejo de dolor lumbar a corto plazo. NOORI SA, (2019)

3. Problema.

En 2017 fueron la segunda causa de discapacidad en el mundo (ocasionaron el 16% de los años vividos con discapacidad) y el dolor lumbar sigue siendo el motivo más común de discapacidad desde que se realizaron las primeras mediciones en 1990. Entre el 20% y el 33% de las personas presentan un trastorno muscular que cursa con dolor. Algunas de estas afecciones requieren atención específica o quirúrgica, pero muchas pueden tratarse en centros de atención primaria mediante intervenciones básicas no farmacológicas, como actividad física, control de peso o psicoterapia, en ocasiones combinadas con tratamiento farmacológico.

¿Cuál es la eficiencia de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022?

4. Conceptuación y Operacionalización de las variables.

Definición conceptual de variable	Dimensiones (Factores)	Indicadores	Tipo de escala de medición
VARIABLE INDEPENDIENTE TÉCNICA DE LIBERACIÓN MIOFASCIAL. La liberación miofascial es una técnica de terapia que se utiliza a menudo durante un masaje. Esta terapia se centra en el dolor que proviene de los tejidos miofasciales, es decir, las membranas resistentes que envuelven, conectan y sostienen los músculos. Brent A. Bauer, M.D (2023)	Técnica	Presencia Ausencia	Nominal

<p>VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p>LUMBALGÍA.</p> <p>La lumbalgia es la presencia de dolor en la región lumbar, es decir, en la espalda y cintura, que con frecuencia se recorre a los glúteos y muslos; generalmente se presenta después de realizar un gran esfuerzo con una postura inadecuada, como por ejemplo, después de cargar cosas muy pesadas sin protección de la columna o después de una caída o golpe muy fuerte. (Sitio Web "Acercando el IMSS al Ciudadano")</p>	<p>Discapacidad por dolor lumbar</p>	<p>Postura Movimientos Puntos Gatillo</p>	<p>Ordinal</p>
--	--------------------------------------	---	----------------

5. Hipótesis.

La eficiencia de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar mejora en personas adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura – 2022.

6. Objetivos.

Objetivo General:

Determinar la eficiencia de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acudieron a una clínica privada, Piura – 2022.

Objetivo Específicos:

1. Conocer el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con lumbalgia que presentan problemas de movilidad funcional en el pre test y post test.
2. Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con dolor en la región lumbar según sexo.

3. Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con dolor en la región lumbar según edad.
4. Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con lumbalgia según ocupación

Metodología

1. Tipo y Diseño de investigación.

Esta tesis desarrolló el tipo de investigación básica, (CONCYTEC, 2018).

Diseño de investigación en base a los establecido por los autores Hernández, Fernández, y Baptista, (2014) Se aplicó el diseño cuasi experimental en un solo grupo (pre test y post test) que permitió observar la aplicación de la técnica (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018)

Su esquema es:

G O1 X O2

Donde:

G: grupo

X: Técnica de liberación miofascial.

O1: Medición pre test de la variable.

O2: Medición post test de la variable.

2. Población – Muestra.

La población estuvo constituida por todos los adultos mayores de una clínica privada – Piura 2022. Conformada por 25 adultos mayores de una clínica privada, Piura – 2022, que cumplieron con los criterios de inclusión.

Criterios de Inclusión

- Adultos mayores de 60 años
- Adultos mayores con síntomas de un cuadro clínico lumbar, para realizarse terapia de liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar

Criterios de Exclusión:

- Adultos mayores con incapacidad de movilización (adultos dependen de una silla de ruedas).

3. Técnicas e instrumentos de investigación.

Técnicas

Se utilizó como técnica a la encuesta, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente a los sujetos que constituyen la unidad de análisis del estudio investigado.

Asimismo, se utilizó la técnica de la observación en relación a las dimensiones de las variables de estudios; con la finalidad de procesarlos y convertirlos en información.

Instrumentos

Se usó como instrumento las historias clínicas del centro de terapia que permitirá obtener información relevante de los detalles y eventos que se puedan dar durante su desarrollo.

4. Procesamiento y análisis de la información.

Para el desarrollo de esta investigación se utilizó el análisis y la estadística descriptiva, utilizando tablas y figuras para representar los resultados encontrados en el estudio. Asimismo, el análisis de datos se realizó utilizando herramientas de software estadísticas como SPSS versión 25 y Microsoft Excel 2016.

RESULTADOS

Tabla 1

Según la escala del pre test y post test sobre la efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con dolor lumbar con problemas de movilidad funcional.

Escala de dolor	Media	Coefficiente de Variación	Mínimo	Máximo
Pre test	7.04	13.01 %	7	8
Post test	6.06	16.45 %	6	7

En la tabla 1 se observa que, con respecto a la escala de dolor, los pacientes sometidos a pre test arrojaron una media de 7.04 y en el post test arrojaron una media de 6.06, la diferencia es de casi un dígito.

Tabla 2

Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultas mayores con dolor lumbar según sexo.

Nivel de dolor	Sexo					
	Masculino		Femenino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Leve	0	0.00	0	0.00	0.00	0.00
Moderado	11	44.00	10	40.00	21	84.00
Severo	2	8.00	2	8.00	4	16.00
Total	13	52.00	12	48.00	25	100.00

La tabla 2 muestra el predominio del sexo masculino 52.00 % sobre el femenino 48.00 %. Con respecto a las escalas de dolor se puede leer que 44.00% de hombres presentan dolor moderado y un 40.00 % de mujeres igual. 8.00 % de varones presentan dolor severo igual en el caso de las mujeres.

Tabla 3

Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con dolor lumbar según edad.

Nivel de dolor	Edad											
	60 - 65		66 - 70		71 - 75		76 - 80		81 - 85		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Leve	0	0.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00
Moderado	4	16.00	6	24.00	3	12.00	4	16.00	4	16.00	21	84.00
Severo	1	4.00	0	0.00	3	12.00	0	0.00	0	0.00	4	16.00
Total	5	20.00	6	24.00	6	24.00	4	16.00	4	16.00	25	100.00

La tabla 3 permite observar que existe mayor número de pacientes con edades comprendidas entre 60 a 65 años y 66 a 70 años, representado un 24,00 % del total. Con respecto al nivel de dolor se observa que el 84,00% presentan un dolor moderado.

Tabla 4

Distribución del nivel de escala de dolor sobre el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en personas adultos mayores con dolor lumbar según ocupación

Ocupación		Nivel de dolor			
		Leve	Moderado	Severo	Total
Operador Maquinas	n	0.00	0.00	1	1
	%	0.00	0.00	4	4
Albañil	n	0.00	0.00	2	2
	%	0.00	0.00	8	8
Conductor	n	0.00	4	0.00	4
	%	0,00	16	0.00	16
Agricultor	n	0.00	1	0.00	1
	%	0.00	4	0.00	4
Mantenimiento	n	0.00	2	2	4
	%	0.00	8	8	16
Ama de casa	n	0.00	2	0.00	2
	%	0.00	8	0.00	8
Comerciante	n	0.00	2	1	3
	%	0.00	8	4	12
Docente	n	0.00	3	0.00	3
	%	0.00	12	0.00	12
Enfermería	n	0.00	2	0.00	2
	%	0.00	8	0.00	8
Costurera	n	0.00	1	0.00	1
	%	0.00	4	0.00	4
Secretaria	n	0.00	1	0.00	1
	%	0.00	4	0.00	4
Contador	n	0.00	1	0.00	1
	%	0.00	4	0.00	4
Total	n	0.00	19	6	25
	%	0.00	76	24	100

Los resultados en la tabla 4 demuestran que un 76 % de pacientes presentan un valor de dolor moderado y un 24 % un valor de dolor severo, posiblemente, esto último por el grado de esfuerzo del trabajo según ocupación, resaltando los de ocupación (choferes). La diferencia permite también deducir un buen nivel de recuperación.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En la caracterización de los pacientes la tabla 1 se observa que, con respecto a la escala de dolor, las personas sometidas al pre test arrojaron una media de 7.04 y en el post test arrojaron una media de 6.06, la diferencia es de casi un dígito logrando reducir los problemas de movilidad funcional.

Estos resultados guardan similitud con los encontrados por Calderón y Santiago (2017) cuyo objetivo fue determinar la efectividad de la inducción miofascial en pacientes con dolor lumbar inespecífica, aplicando la técnica de inducción miofascial el cual sostiene que se halla una diferencia muy importante entre los niveles del pretest y el pos test.

La tabla 2 muestra el predominio del sexo masculino 52.00 % sobre el femenino 48.00 %. Con respecto a las escalas de dolor se puede leer que 44.00% de hombres presentan dolor moderado y un 40.00 % de mujeres igual. 8.00 % de varones presentan dolor severo igual en el caso de las mujeres. Lo contrario del estudio de López que el nivel de discapacidad lumbar según el tipo de sexo del grupo de estudio se llegó a presentar en mayor porcentaje que afecta al sexo femenino ocasionando discapacidad en sus actividades de la vida diaria. López (2021)

La tabla 3 permite observar que existe mayor número de pacientes con edades comprendidas entre 60 a 65 años y 66 a 70 años, representado un 24.00 % del total. Con respecto al nivel de dolor se observa que el 84.00% presentan un dolor moderado. A diferencia de López (2021) que tuvo como resultado que el rango de edad predominante es de adultos jóvenes, en el nivel de discapacidad lumbar

Los resultados expuestos en la tabla 4 demuestran que un 76 % de pacientes presentan un nivel de dolor moderado y un 24 % un nivel de dolor severo, posiblemente, esto último por el grado de esfuerzo del trabajo según ocupación, resaltando los de ocupación (choferes). La diferencia permite también deducir un buen nivel de recuperación. La técnica de liberación miofascial estimula mecánicamente el tejido conectivo.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

1. La tabla 1 se observa que, con respecto a la escala de dolor, los pacientes sometidos al pre test arrojaron una media de 7.04 y en el post test arrojaron una media de 6.06, la diferencia es de casi un dígito logrando reducir los problemas de movilidad funcional.
2. Sobre el objetivo específico 2, muestra el predominio del sexo masculino 52.00 % sobre el femenino 48.00 %. Con respecto a las escalas de dolor se puede leer que 44.00% de hombres presentan dolor moderado y un 40.00 % de mujeres igual. 8.00 % de varones presentan dolor severo igual en el caso de las mujeres.
3. Sobre el objetivo específico 3, permite observar que existe mayor número de pacientes con edades comprendidas entre 60 a 65 años y 66 a 70 años, representado un 24.00 % del total. Con respecto al nivel de dolor se observa que el 84.00% presentan un dolor moderado.
4. Los resultados expuestos en la tabla 4 demuestran que un 76 % de pacientes presentan un nivel de dolor moderado y un 24 % un nivel de dolor severo, posiblemente, esto último por el grado de esfuerzo del trabajo según ocupación, resaltando los de ocupación (choferes).

Recomendaciones

- Fomentar charlas educativas a la población para evitar una contractura del musculo cuadrado lumbar
- Se debe tomar en cuenta la postura mientras se duerme.
- El exceso de peso impulsa una considerable presión en la parte de la espalda. Las mujeres embarazadas, pueden usar fajas específicas para mejorar la incomodidad.
- Los estiramientos antes, durante y después de cada actividad diaria facilita la recuperación del músculo después de la actividad.

Referencias bibliográficas

- Arias C, Monyalvan C. (2018) *Relación Entre Dolor, Discapacidad Y Calidad De Vida En Pacientes Con Lumbalgia Inespecífica. Área De Fisioterapia. Hospital Vicente Corral Moscoso 2017- 2018. 2018; 151(2):10–7.*
- Arsiquela Martínez, D. (2013). "*Efectos de un protocolo de inducción miofascial sobre el dolor, discapacidad y patrón de activación del erector espinal en paciente con dolor lumbar inespecífico*". Valencia.
- Barbadillo C, R. A. (2001). *Lumbalgia, Tratamiento de lumbalgia*. España: Jano Especial.
- Beñat Teruggi Irastorza. (2019) *Programa de fortalecimiento de los estabilizadores del tronco como prevención y mejora de la lumbalgia*. (2019) addi.ehu.es
- Biblioteca Nacional de Medicina. (2021). *Maniobra de Epley*. Medlineplus. Recuperado el 05 de mayo del 2022 de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007662.htm#:~:text=Es%20una%20serie%20de%20movimientos,un%20problema%20del%20o%C3%ADdo%20interno.>
- Cabanas, R. (2019). *El control postural: Fisioterapia y ejercicios de core stability tras un daño cerebral*. BlogdelCeadac. Recuperado el 25 de abril del 2022 de <https://blogceadac.imserso.es/el-control-postural-fisioterapia-y-ejercicios-de-core-stability-tras-un-dano-cerebral/>
- Cael, C. (2010). *Anatomía Funcional. Argentina*: Editorial Médica Panamericana.
- Calderón Valverde, Jesús Alberto, Santiago Bazán, Cristhian (2017) *inducción miofascial en la disminución del dolor lumbar mecánico en un hospital de jauja en Perú*. Hospital Hipólito Unanue de Tacna Revista Médica Dolor lumbar;

fisioterapia; uso terapéutico; modalidades de fisioterapia
<http://revista.hospitaltacna.gob.pe/index.php/revista2018/article/view/128>

Chaitow, L. (2009). *Técnicas de Liberación Posicional*. España: Elsevier.

Chalan Esparza, G., Leon Gallardo, N., & Salazar Espinoza, M. (2015, Abril, Octubre (tesis para título)). *Resultado de la aplicacion de liberación posición mediante la técnica de inhibición neuromuscular integrada en puntos gatillo miofasciales para el tratamiento de cervicalgia en el centro de salud "el valle*. Cuenca - Ecuador.

Challco Flores, Flor Mónica (2021) “*Efectividad de la liberación miofascial en pacientes con discapacidad lumbar del hospital regional del cusco periodo 2021*”. Universidad privada Norbert Wiener facultad de ciencias de la salud Escuela de Posgrado.
https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/6557/T061_70031935_S.pdf?sequence=3&isAllowed=y.

Fernández Pérez, A. (2005). *Efectos Neurofisiológicos Psicoimmunológicos y psicológicos a corto plazo en sujetos sometidos a Técnicas de Inducción Miofascial*. España.

Fisiolution (2014). *Lumbalgia o Lumbago, tratamiento de inducción Miofascial* Tu clínica de Fisioterapia y Podología. España.

Frankel, M. N. (2004). *Biomecánica Básica del Sistema Musculoesquelético*. Madrid: Mc Graw Hill Interamericana.

Gómez, P. (2016). *Liberación Miofascial o inducción miofascial*. Madrid - España.

Guisado, P. (2006). *Lumbalgia y Ejercicio Físico*. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte Vol.6, 230.

Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C (2018), *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Recuperado de http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf.

Hidalgo F. *Efectividad de la inducción miofascial respecto del tratamiento convencional con escuela de espalda de la lumbalgia crónica myofascial release in nonspecific chronic low back pain: a randomized clinical trial*. Spine.2017; 42(9): 627-634.

Klaus, V. (2010). *Libro de los Músculos*. Barcelona: Lexus.

Leon Chaitow, J. D. (2009). *Aplicación clínica de Técnicas Neuromusculares*. Barcelona: Editorial Elsevier.

Leon Chaitow, S. F. (2008). *Lumbalgia y Dolor Pélvico*. Barcelona: Editorial Elsevier.

López Morocho, Joselyn Dayana (2021) *Revelo el Nivel De Discapacidad Lumbar En Usuarios Que Asisten A Los Centros De Rehabilitación Privada De La Ciudad De Ibarra 2021*. Univ. Técnica Del Norte Fac Ciencias La Salud Carrera Ter Física Médica [Internet]. 2021; 1:1–84. Available from: http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/7927/1/06_nut_231_trabajo_de_grado.pdf.

M Correcher, P. (2015). *Técnicas Manuales, masajes de liberación miofascial* - <http://pmcorrecher.com/wp-content/upload/2015/09/pmcorrecher-masaje-liberacion.pdf>.

Myos. Inducción Miofascial. Terapia Manual y Pilates. 2015.

Netter. (2008). *Atlas de Anatomia humana*.

NOORI SA, RASHEED A, AIYER R, JUNG B, BANSAL N, CHANG KV, et al.
Therapeutic Ultrasound for Pain Management in Chronic Low Back Pain and Chronic Neck Pain: A Systematic Review. Pain Medicine 2019 Jan 12,.

Polo-Espinoza Yuli,a, Martín J. Previgliano^{2,b}, Janet Jara-López^{1,a}, Lizbeth Ramírez-García^{1,a}, Raquel Tapia-Egoavil^{1,c} (2018) *Rehabilitación vestibular de la Enfermedad de Meniere en el estadio tardío* Departamento de Investigación, Docencia y Rehabilitación Integral en Amputados, quemados y Trastornos Posturales; Instituto Nacional de Rehabilitación Dra. Adriana Rebaza Flores Amistad Perú-Japón. Chorrillos, Perú. Centro Martin Previgliano. Buenos Aires, Argentina.

Pozo, J. I. (2010). *Aplicación de la TLM en lumbalgias*. Tulcán: Atención Ambulatoria IESS.

Reyes, B., & Erazo, k. (Enero a Julio del 2012). *Aplicación de la técnica de la punción seca en el tratamiento del síndrome de dolor miofascial de la musculatura de a columna vertebral* en pacientes del Hospital San Vicente de Paul de la ciudad de Ibarra Universidad del Norte. Ecuador.

Ricardo, F. (2013). *Tratamiento Osteopático de las Lumbalgias y Lumbociáticas*. Madrid: Medos.

Rodríguez Fuentes, I. (2011). Efectividad de la terapia de liberación miofascial en el tratamiento de la cervicalgia mecánico en el ámbito laboral. Coruña.

Rodríguez, I. (2011). Efectividad de la Terapia de Liberación Miofascial. Coruña: Universidad Da Coruña.

Simons, T. y. (2010). *Dolor y Disfunción Miofascial*. España: Editorial Médica Panamericana.

Valdez M. (2017) *Efectividad de la liberación miofascial del psoas en pacientes con lumbalgia* en el Hospital EsSalud III entre agosto – noviembre, Chimbote 2017. [citado 12 de agosto] Disponible en: [http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/7858/Tesis_59053 .pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/7858/Tesis_59053.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Yáñez Amaya, M., & Polio de Martínez, M. M. (agosto a octubre del 2012). *Beneficios de la crioterapia, técnica de liberación miofascial y los ejercicios de estiramiento en pacientes con diagnóstico de lumbociática de 25 a 50 años de edad, de ambos sexos*, atendidos en el Hospital Nacional de Santa Rosa de Lima, departamento de. El Salvador.

Anexos y apéndice



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE TECNOLOGÍA MÉDICA

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

ACTA DE DICTAMEN DE REVISIÓN DEL INFORME DE TESIS N.° 052-2023

Siendo las 10:00 horas, del 20 de abril de 2023, y estando dispuesto al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, aprobado con Resolución de Consejo Universitario 3539-2019-USP/CU, en su artículo 21°, se reúne mediante videoconferencia el Jurado Dictaminador de Informe de Tesis designado mediante **RESOLUCIÓN DIRECTORAL N.° 0107-USP FILIAL PIURA-2023-USP/D..**, de la **Escuela Profesional de Tecnología Médica con Especialidad de Terapia Física y Rehabilitación**, integrado por:

Qf. Walter Gonzales Ruiz	Presidente
Mg. Clodomira Zapata Adrianzén	Secretario
Mg. Máximo Castillo Hidalgo	Vocal
Dr. Agapito Enriquez Valera	Accesitario

Con el objetivo de revisar y evaluar el informe de tesis titulado "Liberación miofascial del músculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una Clínica Privada, Piura -2022", presentado por la egresada(o):

RAMIREZ SULLON CLAUDIA SHOLAYHS

Terminada la revisión y evaluación del mencionado informe, el Jurado Dictaminador acuerda **APROBAR** el informe de tesis quedando listo para ser sustentado.

Siendo las 12:00 horas se dio por terminada la reunión.

Los miembros del Jurado Dictaminador de Informe de Tesis firman a continuación, dando fe de las conclusiones del acta:

Qf. Walter Gonzales Ruiz
PRESIDENTA/E

Mg. Clodomira Zapata Adrianzén
SECRETARIA/O

Mg. Máximo Castillo Hidalgo
VOCAL

c.c.: Interesada
Expediente
Archivo

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

RESOLUCIÓN DIRECTORAL N°107 -2023-USP-FP

Plata, abril 11 del 2023

VISTO:

La solicitud de la graduada **RAMREZ SULLÓN CLAUDIA SHOLAYHS** con código N° **2514100069** del Programa de Estudios de Tecnología Médica en la especialidad en Terapia Física y Rehabilitación sobre designación de Jurado Dictaminador del informe final tesis.

CONSIDERANDO:

Que, la Universidad San Pedro imparte educación superior, se dedica al estudio, la investigación y la difusión del saber y la cultura, así como a la producción de bienes y prestación de servicios que la comunidad local, regional y nacional demandan;

Que la universidad San Pedro cuenta con Reglamentos y Normas necesarias para el desarrollo de las actividades académicas y administrativas, adecuadas a las disposiciones legales vigentes;

Que, de acuerdo con el Artículo 20º numeral 20.06 del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro vigente, concluido el informe de la tesis, con el informe favorable del asesor y la constancia de similitud, el graduado solicitará la aprobación del informe.

Que, de acuerdo con el Artículo 75º numeral 75.02 del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro vigente, los jurados Dictaminadores en las filiales tanto para la obtención del grado de bachiller, el título profesional y el título profesional de segunda especialización son designados por el Coordinador del Programa de Estudios y el Director de la Filial emite la resolución respectiva.

Que, el Asesor de Tesis **Mg. Edgardo Navarro Mendoza** designado mediante Resolución de Dirección de Escuela N°00332-2022-USPEAPTMD, ha presentado informe favorable con fecha 30 de diciembre del 2022.

Estado a las consideraciones anteriores;

SE RESUELVE:

Artículo Primero. - DESIGNAR al Jurado Dictaminador del informe denominada "Liberación miofascial del músculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una Clínica Privada, Plata -2022, presentado por la graduada **RAMREZ SULLÓN CLAUDIA SHOLAYHS**, que estará integrado por:

Mg. Walter Gonzales Ruiz	Presidente
Mg. Elida Egberta Aranda Benites	Secretario
Mg. Maximo Castillo Hidalgo	Vocal
Dr. Agapito Enriquez Valera	Accesorio

Artículo Segundo. - El Jurado Dictaminador del Informe deberá presentar al Director General de la Filial Plata el Dictamen de Evaluación en un plazo de ocho (08) días hábiles, a partir de la emisión de la presente resolución.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE

c.c.: Escuela Profesional,
Jurado,
Interesados,
Archivo.



USP | Filial Plata
Dr. AGAPITO ENRIQUEZ VALERA
DIRECTOR GENERAL



INFORME DE ASESORÍA DE TESIS

A : **Dra. Jenny Cano Mejia**
Decana (e) de la Facultad Ciencias de la Salud

De : **Mg. Edgardo Navarro Mendoza**
Asesor de Tesis

Asunto : **Informe de conformidad de Informe Final**

Fecha : **Piura, 30 de Diciembre del 2022**

Ref. RESOLUCIÓN DE DIRECCION DE ESCUELA N°00332-2022-USP-EAPTMD

Tengo a bien dirigirme a usted, para saludarla cordialmente y al mismo tiempo informarle que el Informe de Tesis titulado **“Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clinica privada, Piura - 2022”**, presentado por el Bachiller, **Claudia Sholayhs Ramirez Sullón**, se encuentra en condición de ser evaluado por los miembros del Jurado Dictaminador.

Contando con su amable atención al presente, es ocasión propicia para renovarle las muestras de mi especial deferencia personal.

Atentamente,

Mg. Edgardo Navarro Mendoza
Asesor de Tesis



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE TECNOLOGÍA MÉDICA

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

RESOLUCIÓN DE DIRECCIÓN DE ESCUELA N° 0544-2022-USP-EAPTM/D

Chimbote, noviembre 11 de 2022

VISTO:

La solicitud que presenta la graduada **RAMIREZ SULLON CLAUDIA SHOLAYHS**, con código N° 2514100069, de la **Escuela Profesional de Tecnología Médica con especialidad en Terapia Física y Rehabilitación- Filial Piura**, sobre aprobación de proyecto de tesis.

CONSIDERANDO:

Que, para continuar con la ejecución de la tesis es necesario la aprobación del proyecto de tesis por el Jurado Dictaminador y emitir la resolución respectiva.

Que, de acuerdo al Artículo 21° numeral 21.05 del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro vigente, si el jurado aprueba el proyecto, el Director de Escuela Profesional emite la resolución y procede al registro respectivo.

Que, con dictamen de evaluación favorable, del 27 de setiembre del 2022, el Jurado Dictaminador, designado mediante **RESOLUCIÓN DIRECTORAL N° 356- 2022-USP-FP**, aprueba la ejecución del proyecto de tesis titulado **"LIBERACIÓN MIOFASCIAL DEL MUSCULO CUADRADO LUMBAR EN PACIENTES ADULTOS MAYORES CON LUMBALGIA QUE ACUDEN A UNA CLÍNICA PRIVADA, PIURA -2022"**

SE RESUELVE:

Artículo Primero: **APROBAR** el proyecto de tesis titulado **"LIBERACIÓN MIOFASCIAL DEL MUSCULO CUADRADO LUMBAR EN PACIENTES ADULTOS MAYORES CON LUMBALGIA QUE ACUDEN A UNA CLÍNICA PRIVADA, PIURA -2022"**, presentado por la graduada **RAMIREZ SULLON CLAUDIA SHOLAYHS**, otorgándole un plazo máximo de seis meses para su ejecución, a partir de la emisión de la presente resolución.

Artículo Segundo: **REGISTRAR** el proyecto de tesis en el libro respectivo de la **Escuela Profesional de Tecnología Médica**.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE

cc: Interesados,
Archivos.
AD/Int:

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
[Firma]
Dr. Agustín Enriquez Salazar
Rector
Escuela Profesional de Tecnología Médica



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE TECNOLOGÍA MÉDICA

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

RESOLUCIÓN DE DIRECCIÓN DE ESCUELA N° 332-2022-USP-EAPTM/D

Chimbo, agosto 23 de 2022

VISTO:

La solicitud que presenta la graduada **RAMIREZ SULLON CLAUDIA SHOLAYHS**, con código N° 2514100069 del Programa de Estudios Tecnología Médica con especialidad en Terapia Física y Rehabilitación - Filial Piura, sobre designación de Asesor de Tesis.

CONSIDERANDO:

Que, el(la) recurrente ha elegido la opción de presentación de la tesis, como modalidad para obtener el Título Profesional conforme al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro Artículo 16°.

Que, de acuerdo al Artículo 20° del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, la Tesis es un trabajo original y crítico de tipo básico y aplicado en el campo correspondiente de área de estudio de la carrera profesional y tiene por finalidad contribuir al desarrollo, institucional, local, regional o nacional.

Que, de acuerdo al Artículo 21° numeral 21.01 del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, el proyecto de Tesis debe ser elaborado de acuerdo a los esquemas adoptados por los modelos de investigación científica, aprobados por la Universidad; y numeral 21.02 el Director de Escuela Profesional mediante resolución designa al asesor de tesis del graduado.

SE RESUELVE:

Artículo Primero: Designar al **Mg. EDGARDO NAVARRO MENDOZA**, como **ASESOR DE TESIS** de la graduada **RAMIREZ SULLON CLAUDIA SHOLAYHS**, para que oriente y asesore el proceso correspondiente a la elaboración del proyecto de investigación y ejecución de la tesis titulada "**Liberación miofascial del músculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una Clínica Privada, Piura-2022**", obligándose un plazo máximo de seis meses para este proceso, a partir de la aprobación del proyecto.

Artículo Segundo: El **ASESOR**, al término de la elaboración y ejecución de la tesis deberá emitir a la Dirección de la Escuela Profesional de Tecnología Médica, el informe del asesoramiento respectivo.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE

c.c.: Asesor/a,
Interesado/a,
Archivo.

AEVicar.

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
Escuela Profesional de Tecnología Médica
Dr. Agustín Espinoza Villena
2022

DEDICATORIA

A Dios porque sin su bendición no hubiera sido posible cumplir mis metas terrenales. A mis padres y mi hija, que quienes con sus palabras de aliento me ayudaban a perseverar y cumplir mis ideales.

AGRADECIMIENTO

Al director de la Escuela Profesional de Tecnología Médica de la Universidad San Pedro, por su predisposición y apoyo para la realización de la presente investigación.

A mi asesor de tesis por sus orientaciones y constante motivación.

A todas aquellas pacientes anónimas que participaron en el estudio; y, a todas las personas que de alguna manera contribuyeron en el desarrollo del presente estudio.

Anexo 01

1. Consentimiento y/o asentimiento informado

Estimado(a):

El presente instrumento es un consentimiento informado a través del cual se le solicita su autorización para participar en la investigación realizada por **Claudia Sholayhs Ramírez Sullón**, estudiante del Programa de Estudio de Terapia Física y Rehabilitación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad San Pedro de la Filial Piura.

El objetivo es determinar la eficiencia de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acudieron a una clínica privada, Piura – 2022, por ello se le solicita responder la encuesta con veracidad.

La información obtenida será totalmente anónima y confidencial y únicamente se hará uso de ella para fines de la presente investigación.

Su participación es totalmente voluntaria por lo que usted puede decidir no continuar en el momento que crea pertinente. Si usted decide colaborar con la investigación le agradeceré responder a todas las preguntas con total sinceridad y firmar este documento aceptando su participación.

Muy agradecida por su colaboración.

Firma del participante

Claudia Sholayhs Ramírez Sullón

Anexo 02:

Instrumentos para recolección de la información.

Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022

Ficha de Recolección de datos

FECHA.....

NOMBRE..... EDAD..... SEXO.....

DIAGNÓSTICO MÉDICO.....

EVALUACIÓN INICIAL:

HA RECIBIDO TRATAMIENTO ANTERIORMENTE	
SI	
NO	

VALORACIÓN INICIAL DEL DOLOR ESCALA (EVA)

Indique en la siguiente escala del 1 al 10 la puntuación que mejor describa el dolor que siente.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Dolor Leve: 1-3

Dolor Moderado: 4-7

Dolor Severo: 8-10

VALORACIÓN FUNCIONAL INICIAL DEL MÚSCULO CUADRADO LUMBAR

VALORACION	SI	NO
Intenta levantar lateralmente el cuerpo de la superficie de apoyo		
Desplaza el tronco por la superficie de apoyo, de forma que el lado derecho de la caja torácica se aproxime al lado derecho de la pelvis		
Levanta lateralmente el cuerpo de la superficie de apoyo con dificultad		
Levanta lateralmente el cuerpo de la superficie de apoyo		

VALORACIÓN FINAL:

VALORACIÓN FINAL DEL DOLOR ESCALA (EVA)

Indique en la siguiente escala del 1 al 10 la puntuación que mejor describa el dolor que siente.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Dolor Leve: 1-3

Dolor Moderado: 4-7

Dolor Severo: 8-10

VALORACIÓN FUNCIONAL FINAL DEL MÚSCULO CUADRADO LUMBAR

VALORACION	SI	NO
Intenta levantar lateralmente el cuerpo de la superficie de apoyo		
Desplaza el tronco por la superficie de apoyo, de forma que el lado derecho de la caja torácica se aproxime al lado derecho de la pelvis		
Levanta lateralmente el cuerpo de la superficie de apoyo con dificultad		
Levanta lateralmente el cuerpo de la superficie de apoyo		

Anexo 3:



INFORME DE ASESORÍA DE TESIS

A : **Dra. Jenny Cano Mejía**
Decana (e) de la Facultad Ciencias de la Salud

De : **Mg. Edgardo Navarro Mendoza**
Asesor de Tesis

Asunto : **Informe de conformidad de Informe Final**

Fecha : Piura, 30 de Diciembre del 2022

Ref. RESOLUCIÓN DE DIRECCION DE ESCUELA N°00332-2022-USP-EAPTM/D

Tengo a bien dirigirme a usted, para saludarla cordialmente y al mismo tiempo informarle que el Informe de Tesis titulado “**Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022**”, presentado por el Bachiller, **Claudia Sholayhs Ramírez Sullón**, se encuentra en condición de ser evaluado por los miembros del Jurado Dictaminador.

Contando con su amable atención al presente, es ocasión propicia para renovarle las muestras de mi especial deferencia personal.

Atentamente,

Mg. Edgardo Navarro Mendoza

Asesor de Tesis

Anexo 04:

DOCUMENTACION ADMINISTRATIVA

Anexo 05:

REPORTE DEL TURNITIN

1/1



**UNIVERSIDAD
SAN PEDRO**

FILIAL PIURA

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Piura, 14 de julio del 2022

OFICIO N° 1875 -2022-USP-PIURA-FP/D

Señor:
Gianfranco Rodríguez
Centro de Terapia Física y Masaje Fisoemaus
Presente. -

ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACIÓN PARA RECOJO DE DATOS

Es muy grato dirigirme a Usted, para expresarle nuestro saludo personal e institucional y a la vez solicitar a su Despacho autorización para recojo de datos, de la Tesis Titulada "**Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022**" a cargo de Srta. Claudia Sholayshs Ramirez Sullón, del Programa de Tecnología Médica – Terapia Física y Rehabilitación – Facultad de Ciencias de la Salud, de Nuestra Universidad.

Agradeciendo por su permanente colaboración con la formación de los futuros profesionales que el país requiere, es propicia la oportunidad para reiterarle mi consideración y estima.

Atentamente,



JCAM/cpc
cc.archivo -
Tramite:46352

www.usanpedro.edu.pe

Carretera Piura Chulucanas km 4.1
Admisión: 073-283950
Dirección: 073-283951
Cobranzas: 073-283952
Post grado: 073-283953

Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	7%
2	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	4%
3	www.npunto.es Fuente de Internet	2/4
4	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	3%
5	www.coursehero.com Fuente de Internet	2%
6	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
7	www.mayoclinic.org Fuente de Internet	1%
8	www.ubp.edu.ar Fuente de Internet	1%

9	repositorio.unan.edu.ni Fuente de Internet	1%
10	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1%
11	riull.ull.es Fuente de Internet	1%
12	1library.co Fuente de Internet	1%
13	publicaciones.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	1%
14	Submitted to UDELAS: Universidad Especializada de las Americas Panama Trabajo del estudiante	<1%
15	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	<1%
16	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
17	javarm.blogalia.com Fuente de Internet	<1%
18	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1%
19	repositorio.unsch.edu.pe Fuente de Internet	3/4
20	documents.tips	

Fuente de Internet


<1%

Excluir citas Apagado
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 10 words

Anexo 06:

REPOSITORIO INSTITUCIONAL



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

1. Información del Autor			
Ramírez Sullón Claudia Sholayhs	47061959	claudias1903@unsp.edu.pe	
Apellidos y Nombres	DNI	Correo Electrónico	
2. Tipo de Documento de Investigación			
<input checked="" type="checkbox"/> Tesis	<input type="checkbox"/> Trabajo de Suficiencia Profesional	<input type="checkbox"/> Trabajo Académico	<input type="checkbox"/> Trabajo de Investigación
3. Grado Académico o Título Profesional ¹			
<input type="checkbox"/> Bachiller	<input checked="" type="checkbox"/> Título Profesional	<input type="checkbox"/> Título Segunda Especialidad	<input type="checkbox"/> Maestría
		<input type="checkbox"/> Doctorado	
4. Título del documento de investigación			
Liberación miojorrial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clinica privada Pura - 2022			
5. Programa Académico			
Fisioterapia y Rehabilitación			
6. Tipo de Acceso al Documento			
<input checked="" type="checkbox"/> Abierto a Pública ² (mailto:repositorio@unsp.edu.pe)		<input type="checkbox"/> Acceso restringido ³ (mailto:repositorio@unsp.edu.pe)	
(*) En caso de restringido sustentar motivo			


A. Originalidad del Archivo Digital

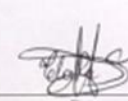
Por el presente deo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador y forme parte del proceso que conduce a obtener el grado académico o título profesional.

B. Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS⁴

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.⁵

Lugar	Dia	Mes	Año
Chimbote	10	10	23

Huella Digital



 Firma

Importante

¹ Según Reglamento de Consejo Directivo N° 001-2019-UNSP/DCI Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar Grados Académicos y Títulos Profesionales. Art. 8, inciso 8.2

² Ley N° 28035 Ley que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto y D.L. 28035-01/2014

³ El autor otorga el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad San Pedro una licencia no exclusiva, para que se pueda hacer entrega de forma en la obra y utilizar en el Repositorio Institucional Digital. Resolviendo siempre las Directivas de Autor y Plagiarismo del Comité de Asesoría y en el Marco de la Ley 822

⁴ En caso de que el autor otorga la seguridad jurídica únicamente se otorga el beneficio del uso y conservación digital de acuerdo a la Directiva N° 004-2019-CONYTES-DCI Pluralidad 3.2 y el Dato Normativo de Funcionamiento del Repositorio Institucional Digital

⁵ Las licencias Creative Commons (CC) es una organización internacional sin fines de lucro que promueve la liberación de los autores en conjunto de licencias flexibles y de permisos de autorización que facilitan el flujo de información, el desarrollo académico, el arte, el trabajo y científico, entre otros. Estas licencias también permiten que el autor otorgue el crédito por su obra

⁶ Según el artículo 12 del artículo 17 del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales (RD/N° 1) de las autoridades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los mandados en sus respectivos instrumentos correspondientes al tipo de acceso abierto o restringido del cual se trata el contenido de acuerdo a la Ley 27444 en su artículo 30.2

Nota: El proceso de liberación de los datos de procedencia de acuerdo a la Ley 27444 en su artículo 30.2

UNIVERSIDAD SAN PEDRO | Repositorio Institucional Digital

Anexo 07

Base de datos

Pretest:

SEXO	OCUPACION	PATOLOGIA	TIPO DE TERAPIA	ZONA AFECTADA	NIVEL DEL DOLOR	N DE TERAPIA	TIEMPO DE TERAPIA	RECUPERACION
F	independiente	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	5ta terapia	45 minutos	45%
M	albañil	Lumbalgia	terapia física	lumbar	7	6ta terapia	45 minutos	45%
M	albañil	Lumbalgia	terapia física	lumbar	8	7ma terapia	45 minutos	45%
M	conductor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
M	conductor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	7	8va terapia	45 minutos	45%
M	conductor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	7	8va terapia	45 minutos	45%
M	conductor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	8va terapia	45 minutos	45%
M	agricultor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	7	8va terapia	45 minutos	45%
M	mantenimiento	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	8va terapia	45 minutos	45%
F	ama de casa	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	8va terapia	45 minutos	45%
F	ama de casa	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	8va terapia	45 minutos	45%
F	ama de casa	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
F	Cosmetóloga	Lumbalgia	terapia física	lumbar	7	7ma terapia	45 minutos	45%

F	comerciante	Lumbalgia	terapia física	lumbar	8	8va terapia	45 minutos	45%
M	comerciante	Lumbalgia	terapia física	lumbar	7	8va terapia	45 minutos	45%
M	profesor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
M	profesor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
F	profesor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	7	7ma terapia	45 minutos	45%
M	profesor	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
F	enfermero	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	6ta terapia	45 minutos	45%
F	enfermero	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
F	secretaria	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
F	contadora	Lumbalgia	terapia física	lumbar	6	7ma terapia	45 minutos	45%
M	mecánico	Lumbalgia	terapia física	lumbar	8	8va terapia	45 minutos	45%
F	empleada	Lumbalgia	terapia física	lumbar	8	7ma terapia	45 minutos	45%

Postest:

OCUPACION	PATOLOGIA	TIPO DE TERAPIA	ZONA AFECTADA	NIVEL DEL DOLOR	N DE TERAPIA	TIEMPO DE TERAPIA	RECUPERACION
Operador de maquinas	lumbalgia	terapia física	lumbar	8	2da terapia	45 minutos	99%
Albañil	lumbalgia	terapia física	lumbar	8	2da terapia	45 minutos	99%
Albañil	lumbalgia	terapia física	lumbar	8	2da terapia	45 minutos	99%
Conductor	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
Conductor	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
Conductor	lumbalgia	terapia física	lumbar	7	1era terapia	45 minutos	99%
Conductor	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
Agricultor	lumbalgia	terapia física	lumbar	7	1era terapia	45 minutos	99%
mantenimiento	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
mantenimiento	lumbalgia	terapia física	lumbar	8	1era terapia	45 minutos	99%
ama de casa	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
ama de casa	lumbalgia	terapia física	lumbar	7	1era terapia	45 minutos	99%
comerciante	lumbalgia	terapia física	lumbar	8	2da terapia	45 minutos	99%
comerciante	lumbalgia	terapia física	lumbar	7	1era terapia	45 minutos	99%
comerciante	lumbalgia	terapia física	lumbar	7	1era terapia	45 minutos	99%
profesora	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
profesora	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
profesora	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
enfermera	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45 minutos	99%
enfermero	lumbalgia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	4 minutos	99%

secretaria	lumb algia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45minutos	99%
contador	lumb algia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45minutos	99%
costurera	lumb algia	terapia física	lumbar	6	1era terapia	45minutos	99%
gasfitero	lumb algia	terapia física	lumbar	7	1era terapia	45minutos	99%
mecánico	lumb algia	terapia física	lumbar	8	2da terapia	45minutos	99%

Anexo 08:

Matriz de consistencia

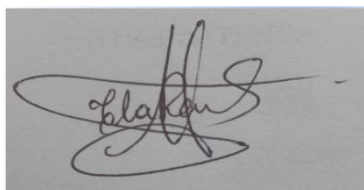
TÍTULO	PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	METODOLOGÍA
Liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022	¿Cuál es la efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022?	La efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la efectividad de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que acuden a una clínica privada, Piura - 2022.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluar el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia según sexo y edad. 2. Calcular el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia según ocupación 3. Medir el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia con problemas de dolor. 4. Conocer el efecto de la liberación miofascial del musculo cuadrado lumbar en pacientes adultos mayores con lumbalgia que presentan problemas de movilidad funcional. 	<p>Tipo: Enfoque cuantitativo</p> <p>Diseño: diseño cuasi experimental en un solo grupo (pre test y post test),</p> <p>Población: Toda la población que acudió a la clínica privada de adultos mayores- Piura 2022.</p> <p>Muestra Esta conformada por 25 adultos mayores</p> <p>Técnica La encuesta y la observación</p> <p>Procesamiento y análisis de la Información. Para el desarrollo de esta investigación se utilizará el análisis y la estadística descriptiva, utilizando tablas y figuras para representar los resultados encontrados en el estudio</p>

Anexo 09

Derechos de autoría y declaración de autenticidad.

Quien suscribe: Claudia Sholayhs Ramírez Sullón, con documento de identidad número 47061956, autora de la tesis titulada “LIBERACIÓN MIOFASIAL DEL MUSCULO CUADRADO LUMBAR EN PACIENTE ADULTO MAYORES CON LUMBALGIA QUE ACUDEN A UNA CLINICA PRIVADA, PIURA-2022 y o efecto de cumplir con las disposiciones vigente consideradas en el reglamento de grados y títulos de la universidad San Pedro, declaro bajo juramento que:

- 1.- La presente tesis es de autoría. Por lo cual otorgo a la universidad San Pedro la facultad de comunicar divulgar, publicar y reproducir parcial o totalmente la tesis con soportes analógicos o digitales, debiendo indicar que la autoría o creación de la tesis corresponde a mí persona.
- 2.- He respetado las normas internacionales de cita y referencias para las fuentes consultadas, establecidas por la universidad San Pedro, respetando de esa manera los derechos del autor.
- 3.- La presente tesis no ha sido publicada ni presentada con anterioridad para obtener el grado académico título profesional alguno.
- 4.- Los datos presentados en el resultado son reales, por tanto, resultados que se exponen en la presente tesis se constituirán en aportes teóricos y prácticos a la realidad investigada.
- 5.- En tal sentido de identificarse fraude plagio, autoplagio o falsificación asumo la responsabilidad y las consecuencias que de mi accionar deviene, sometiéndome a las disposiciones contenidas en la norma de la académica de la universidad.



FIRMA

Chimbote, 3 de abril del 2023

Anexo 10

Fisiolution (2014)

TÉCNICA DE LIBERACIÓN MIOFASCIAL. (TLM) Es una técnica que forma parte de la gran familia de las terapias manuales (masoterapia), siendo esta una de las alternativas de tratamiento en el área de terapia física. Dirigida al tratamiento manual de los desórdenes más comunes que afectan el aparato locomotor. Como su nombre lo indica la Liberación miofascial es el estiramiento de la fascia, que se realiza mediante una tracción sostenida y la presión que se aplica muy suave a los tejidos y generalmente comienza con un suave masaje que está diseñado para calentar y relajar los músculos. A medida que el terapeuta trabaja, él o ella identifica las áreas de tensión que requieren una mayor atención, y volverá a las zonas para estirar y la labor de la fascial.

VENTAJAS DE LA LIBERACIÓN MIOFASCIAL El osteópata asegura que la liberación miofascial “es una terapia que va dirigida a las fascias del cuerpo e indirectamente al resto del aparato locomotor y también al restos de estructuras”. El objetivo de esta terapia es eliminar restricciones de la fascia, y la liberar los músculos más sobrecargados, así como eliminar toxinas, retención de líquidos, mala circulación de la sangre, celulitis y piernas cansadas. Y lo más importante: ayuda a prevenir lesiones y problemas físicos provocados por una mala postura. La liberación miofascial puede ser de gran valía para enfermedades como artritis, artrosis, fibromialgias o lupus. Porro recomienda utilizarla para los músculos como isquiotibiales, cuádriceps, gemelos, tensor de la fascia lata, dorsales, que son los grandes beneficiados, con ayuda de un foam roller, o incluso rooller para otro tipo de musculaturas.

EFFECTOS DE LA TECNICA DE LIBERACION MIOFASCIAL Uno de los efectos de la aplicación de la T.L.M. es la liberación de toxinas. La mejor forma de eliminarlas del organismos es a través de la orina, por lo que se debe recomendar al paciente el incremento de la ingestión de agua. El terapeuta que realiza de una manera eficaz la T.L.M, no solo libera el sistema fascial del paciente, sino también el suyo propio. De este modo, elimina el exceso de tensiones y restricciones de la fascia en su cuerpo. Por esta razón también el terapeuta dedicado a la aplicación de este tipo de tratamiento deberá beber más líquido de lo acostumbrado.

INDICACIONES

- Eliminar las restricciones superficiales
- Eliminación de compresiones musculares

- Restablecer el equilibrio musculo esquelético
- Lumbalgias, dorsalgias, cervicalgia.
- Hombro doloroso.
- Síndrome de fatiga crónica.
- Secuelas del latigazo cervical.
- Fibromialgia.

CONTRAINDICACIONES

- Aneurismas
 - Fracturas de huesos y lesiones agudas de los tejidos blandos
 - Heridas abiertas
 - Estados febriles
 - Tumores malignos
 - Diabetes avanzada
 - Hematomas (no se debe aplicar el tratamiento sobre el hematoma).
 - Hipersensibilidad de la piel
 - Falta de aceptación de las técnicas por parte del paciente. Jiménez Encarni (2015)
- PRINCIPIO DE APLICACIÓN Además de la evaluación global del paciente y tras la anamnesis tendrá especial interés explorar la amplitud del movimiento tisular, la temperatura de los tejidos, la sensibilidad, las restricciones superficiales, etc... Dentro de esa evaluación hay que distinguir la amplitud normal del movimiento y la amplitud restringida (barrera normal barrera patológica). Es recomendable realizar las técnicas antes de otros tratamientos. Las presiones y los movimientos deben ser lentos y suaves. Lo principal es “escuchar la fascia”. Durante el tratamiento, se debe estar atento a las reacciones del paciente y recomendar beber agua tras la sesión de inducción miofascial para eliminar toxinas.

TÉCNICAS BÁSICAS

- SUPERFICIALES: deslizamiento en “J”, deslizamiento transverso y deslizamiento longitudinal.
- PROFUNDAS: manos cruzadas, planos transversos, técnicas telescópicas y balanceo de la duramadre.

RECOMENDACIONES PARA LA APLICACION DE LA TECNICA LIBERACION MIOFASCIAL.

- El ambiente o lugar donde se realice debe tener una buena ventilación, temperatura agradable, debe ser silencioso y con luz tenue.
- El terapeuta debe disponer de un espacio suficiente para el movimiento libre alrededor de la camilla en todas las direcciones.
- El paciente debe llevar la mínima ropa necesaria y despojarse de todo tipo de prendas como: relojes, cadenas, que en un momento dado puedan molestar durante el desarrollo del tratamiento.

POSIBLES RESPUESTAS PARA LA APLICACIÓN DE LA TECNICA DE LIBERACION MIOFASCIAL.

- La piel puede cambiar a color rojo, esta se llama “respuesta vasomotora”
- Los terapeutas pueden sentir calor, una vibración o una pulsación hay diferentes razones posibles para estas respuestas. Razones químicas, eléctricas, fisiológicas.
- La persona puede sentir un cambio en el pulso del corazón en la frecuencia respiratoria o cambio en la temperatura del cuerpo.
- Las personas pueden sentir dolor por algunos días después del tratamiento.

APLICACIÓN DE LA TECNICA DE LIBERACION MIOFASCIAL. Fisiolution (2014)

Paso 1. Primero el terapeuta suaviza el tejido mediante el masaje logrando un calentamiento en el área aplicada y también en sus manos.

Paso 2. El terapeuta posiciona el área dolorosa palpando los tejidos, mientras el paciente respira lenta y profundamente.

Paso 3. El fisioterapeuta ayuda al tejido a seguir un patrón de movimiento espontáneo, enfatizando en la tracción más que en la presión que se ejerce, no forzando el estiramiento sino dejando que sea la estructura la que vaya cediendo.

Paso 4. Se esperan más o menos de 1 a 2 minutos para que el tejido empiece a suavizar y extenderse, cuando se empieza a liberar es posible sentir calor y vibración bajo las manos.

Paso 5. Al terminar la liberación del tejido se debe levantar las manos muy despacio.

EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO Los ejercicios de estiramientos consisten en un estiramiento o alargamiento de los tejidos blandos del aparato músculo-esquelético. Destacan las siguientes características:

- Alargamiento de las partes blandas.
- Liberación de adherencias.
- Reorientación de fibras de colágeno.
- Movimiento de los fluidos intersticiales.
- Facilitan el retorno venoso o Acción térmica: La tensión aumenta su temperatura y, por lo tanto, el músculo estará más preparado para su estiramiento durante la actividad muscular.

