

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL
ESCUELA DE TERAPIA FÍSICA, OCUPACIONAL Y ESPECIAL
“DR. MIGUEL ÁNGEL AGUILERA PÉREZ”
Avalada por la Facultad de Ciencias Médicas de la
Universidad de San Carlos de Guatemala



**INFORME FINAL DEL EJERCICIO TÉCNICO PROFESIONAL SUPERVISADO,
REALIZADO EN SECRETARÍA DE OBRAS SOCIALES DE LA ESPOSA DEL
ALCALDE –SOSEA- CENTROS MUNICIPALES DE FISIOTERAPIA,
MUNICIPALIDAD DE VILLA NUEVA, EN EL MUNICIPIO DE VILLA NUEVA,
GUATEMALA
EN EL PERÍODO COMPRENDIDO DE 4 FEBRERO AL 4 JUNIO**

**“Manejo fisioterapéutico de Cervicalgia en mujeres de 20 a 50 años,
con etiología predominante de estrés”**

Informe presentado por:

DILMA LIZETH DIVAS BATRES

Previo a obtener el título

TÉCNICO DE FISIOTERAPIA

Guatemala, Octubre 2020



**GOBIERNO de
GUATEMALA**
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

Guatemala 22 de octubre de 2020

Secretaria
Dilma Lizeth Divas Batres
Escuela de Terapia Física, Ocupacional y Especial
"Dr. Miguel Ángel Aguilera Pérez"

Señorita Divas Batres:

Atentamente me dirijo a usted para hacer de su conocimiento que esta Dirección aprueba la impresión del trabajo titulado **INFORME FINAL DEL EJERCICIO TÉCNICO PROFESIONAL SUPERVISADO DE FISIOTERAPIA, REALIZADO EN SECRETARIA DE OBRAS SOCIALES DE LA ESPOSA DEL ALCALDE –SOSEA- CENTROS MUNICIPALES DE FISIOTERAPIA, MUNICIPALIDAD DE VILLA NUEVA, EN EL MUNICIPIO DE VILLA NUEVA, GUATEMALA. EN EL PERÍODO COMPRENDIDO DE 4 FEBRERO AL 4 JUNIO 2019, "Manejo fisioterapéutico de Cervicalgia en mujeres de 20 a 50 años, con etiología predominante de estrés",** realizado por la estudiante **DILMA LIZETH DIVAS BATRES. Con registro académico 9011924 y CUI 2638898740101,** previo a obtener el título de Técnico de Fisioterapia. El trabajo fue revisado por la fisioterapeuta Magnolia Vásquez de Pineda.

"ID Y ENSEÑAN A TODOS"

Licenciada Bertha Melanie Girard Luna de Ramirez
Directora





**GOBIERNO de
GUATEMALA**
DR. ALEJANDRO GIANMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

Guatemala 21 de octubre de 2020

Licda. Bertha Melanie Girard Luna de Ramírez
Directora
Escuela de Terapia Física, Ocupacional y Especial
"Dr. Miguel Ángel Aguilera Pérez"
Avalada por la Universidad de San Carlos de Guatemala
Pte.

Apreciable Señora Directora:

De la manera más atenta me dirijo a usted para notificarle que he revisado el **INFORME FINAL DEL EJERCICIO TÉCNICO PROFESIONAL SUPERVISADO DE FISIOTERAPIA REALIZADO EN SECRETARIA DE OBRAS SOCIALES DE LA ESPOSA DEL ALCALDE –SOSEA- CENTROS MUNICIPALES DE FISIOTERAPIA, MUNICIPALIDAD DE VILLA NUEVA, EN EL MUNICIPIO DE VILLA NUEVA, GUATEMALA. EN EL PERÍODO COMPRENDIDO DE 4 FEBRERO AL 4 JUNIO 2019; con el tema: Manejo fisioterapéutico de Cervicalgia en mujeres de 20 a 50 años, con etiología predominante de estrés. Realizado por la alumna DILMA LIZETH DIVAS BATRES. Con registro académico 9011924 y CUI 2638898740101**, previo a obtener el título de Técnico de Fisioterapia y que la misma cuenta con los requisitos necesarios para su aprobación.

Agradeciendo su atención a la presente, atentamente:

Orleta Magnolia Vásquez de Pineda
Supervisora de Práctica Clínica



Municipalidad de Villa Nueva

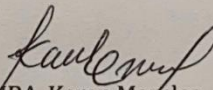
MVN-SOSEA-Of.928-2019

A QUIEN INTERESE:

Por este medio hago constar que la señorita Dilma Lizeth Divas Batres, estudiante de la Escuela de Terapia Física Ocupacional y Especial Dr. Miguel Ángel Aguilera Pérez, realizó práctica en el Centro Municipal de Fisioterapia a cargo de esta Secretaría por el período del 4 de febrero al 7 de junio del año en curso. Realizando un trabajo responsable y satisfactorio.

Para los usos legales que a la parte interesada convengan, extendemos el presente oficio firmado y sellado, a nueve días del mes de octubre del dos mil diecinueve.

Atentamente,


MBA. Karen Morales
Directora

Secretaría de Obras Sociales de la Esposa del Alcalde
Tel. 22691100 ext 320



VILLA NUEVA

MÁS Próspera, educada y segura



www.villanueva.gob.gt

Dedicatoria

A DIOS

Como Padre me concedió la vida y las oportunidades para finalizar esta meta y me acompañó en los momentos más difíciles dándome calma y sabiduría.

A MI PADRES

María de Divas y Oscar Divas, quienes hicieron su mayor esfuerzo por brindarme la mejor educación en conocimientos y valores como muestra de su amor.

A MI HIJOS

Juan Carlos, Pablo Esteban, Helmuth Sebastián Son mi mayor tesoro y el regalo de Dios, también la fuente más pura de inspiración para continuar con mi carrera los amo. Que este logro sea un ejemplo para ustedes que todo en la vida con esfuerzo se puede lograr y que todo lo que sueñen y se propongan si ponen a Dios en todo lo podrán alcanzar.

A MIS HERMANAS

Lesbia, Iris, Sugely por estar siempre presentes acompañándome y por el apoyo moral, que me brindaron a lo largo de esta etapa.

A MIS AMIGOS

Gaby, Karla, Irwin y Melanie Quiero decirles que son parte importante para mí, gracias por sus ánimos, por sus consejos, por sus preocupaciones y por haberme brindado su apoyo en el transcurso de la carrera. Le pido a Dios que sean muchos sus triunfos y bendiciones.

A LA ESCUELA DE TERAPIA FISICA, OCUPACIONAL Y ESPECIAL “DR. MIGUEL ANGEL AGUILERA PEREZ” y catedráticos.

Me brindaron el conocimiento y conciencia social para desempeñar mi carrera profesional de la mejor manera para beneficio de quienes lo requieran.

Índice

Introducción	1
Capítulo I	2
Municipio de Villa Nueva.....	2
Datos Históricos.....	2
Formas de Atención de Salud	3
Grupos Líderes Poblacionales	4
Las Instituciones gubernamentales que tienen presencia en el municipio son:	4
Instituciones que brindan apoyo a la población	5
Barreras de entendimiento entre profesionales de la salud y sus pacientes	5
Utilización de medicina natural	5
Diagnóstico Institucional	6
Datos Institucionales	6
El fisioterapeuta frente al contexto socio cultural:	7
Problemas detectados:.....	8
Investigación Local.....	8
Enfoque de la investigación:	8
Objetivo General.....	9
Objetivos específicos.....	9
Educación para la salud	10
Marco Teórico	10
Columna cervical	10
Vértebras cervicales y estructuras de soporte.....	10
Cervicalgia	12
Causas de la Cervicalgia	13
Bloqueos vertebrales.....	13
Mala postura	13
Contracturas	14
Enfermedades.....	14
Lesión.....	14
Estrés	14

Las terapias físicas más indicadas en cervicalgia:	16
Ejercicios de Estiramiento	16
Auto masaje	19
Capítulo II	21
Técnicas e instrumentos.....	21
Población atendida	21
Muestra	21
Tipo de investigación: cualitativa, descriptiva	21
Técnicas de recolección de datos	22
Entrevista semiestructurada.....	22
Formas de recolección de datos	22
Expedientes de usuario	22
Hoja de ficha clínica	22
Carnet de Citas de usuarios de Clínica Municipal de Villa Nueva	22
Hoja de asistencia	22
Evaluación Muscular	23
Evaluación amplitud articular	23
Escala del dolor.....	23
Metodología.....	23
Capitulo III	25
Análisis e interpretación de resultados.....	25
Porcentaje mensual de pacientes de febrero a junio del 2019	25
Porcentaje de pacientes por mes según sexo, atendidos en Clínicas Municipales Villa Nueva	26
Porcentaje de usuarios según edad atendidos en Clínicas Municipales Villa Nueva	27
Porcentaje de pacientes según lugar de procedencia atendidos en Clínica Municipal Villa Nueva	28
Diagnósticos consultados en clínica municipal desde febrero a junio del 2019	29
Análisis de Casos	30
Capítulo IV	32
Conclusiones.....	32
Recomendaciones	34
Bibliografía	35
ANEXOS	36

Entrevista	37
ASISTENCIA DE FISIOTERAPIA	38
CARNET DE ASISTENCIA.....	39
FICHA CLINICA	40
AMPLITUD ARTICULAR	42
EVALUACIÓN	43
EVALUACIÓN MUSCULAR ACTIVA	44
Estiramientos	45

Introducción

En el municipio de Villa Nueva se encuentra la clínica Municipal de Fisioterapia Jairo Rodríguez, la cual está a la disposición del pueblo villanovense, esta clínica fue fundada con el propósito de ayudar a las personas con alguna discapacidad permanente o transitoria.

Las terapias fueron dadas por estudiantes de fisioterapia de diferentes universidades, debido a que es un lugar en donde la atención es gratuita por lo que la clínica se sostenía con un porcentaje de donación la Secretaria de la Esposa del Alcalde y algunas donaciones que realizan los usuarios, para beneficio de ellos mismos y de la clínica.

Aunque la clínica era atendida por varios estudiantes de fisioterapia los pacientes siempre tenían que esperar de diez a quince días hábiles para iniciar con su rehabilitación lo cual les afectaba debido algunas lesiones necesitaban tratamiento inmediato.

Las clínicas contaban con equipo de electroterapia, camillas, colchonetas, barras paralelas, mecanoterapia pero uno de los inconvenientes era encontrar el equipo y mobiliario lleno de polvo ya que la infraestructura no era la adecuada, los usuarios manifestaban su inconformidad debido a que esto afectaba también su salud.

A este lugar llegaban personas con diferentes afecciones de la columna vertebral dentro de las cuales se pudo notar una incidencia en el área cervical siendo las personas de sexo femenino las más recurrentes. Por lo cual se decide indagar a cerca de las posibles causas que conllevan a estas lesiones y su manejo terapéutico.

Durante la estadía en la clínica se brindó tratamiento fisioterapéutico a un total de ciento ochenta y un personas de diversos diagnósticos.

Capítulo I

Municipio de Villa Nueva

Datos Históricos

Villa Nueva es un municipio del departamento de Guatemala, en la región metropolitana de la República de Guatemala. Su extensión territorial es de 114 km².



Villa Nueva surge como un poblado en el período hispánico, por decreto de la Asamblea Constituyente del Estado de Guatemala del 8 de noviembre del año 1839, cuando se formó el distrito de Amatitlán, en cuyo artículo 1º se mencionó a Villa Nueva (Valladares, 2016).

Figura 2: Mapa de Villa Nueva

Fuente: obtenida del sitio web www.guatehistoria.com

El distrito cambió su nombre y categoría a departamento, según el acuerdo del Organismo Ejecutivo del 8 de mayo del año 1866.

El departamento de Amatitlán fue suprimido por el decreto legislativo 2081, del 29 de abril del año 1935 y Villa Nueva se incorporó al departamento de Guatemala (Valladares, 2016).

La Fiesta Patronal es el 8 de diciembre en honor a la Inmaculada Concepción de María y el mismo nombre lleva la Parroquia, así como el Municipio: Villa Nueva de la Concepción. Se celebran otras fiestas tradicionales y de manifestación religiosa entre las

que sobresale: La Cuaresma y Semana Santa, Corpus Chisti; el 1ro. De noviembre con la visita al Cementerio a todos los difuntos y el Desfile y Baile de los Fieros (o enmascarados).

Población

Según el Instituto Nacional de Estadística –INE–, para el año 2013 la población del municipio de Villa Nueva era de 1 millón de habitantes.

Etnia: Ladina mayoritariamente.

Lengua: Español

Religión: La religión predominante es la católica con un 60%, evangélica con un 30%.

Formas de Atención de Salud

Dentro de las formas de atención de salud en Villanueva, podemos mencionar:

En los Centros Comunitarios de Salud -CECOMSAL- se brinda consulta de medicina general para adultos, adulto mayor y pediátrica; también se realizan procedimientos como: extracción de uñas, lavado de oído y nebulización, entre otros.

El Hospital Nacional de Villa Nueva cuenta con los siguientes servicios: consulta externa, las especialidades de maternidad, ginecología, pediatría medicina interna, cirugía, traumatología, ortopedia, psicología, nutrición clínica, fisioterapia y rehabilitación.

Además, se ofrece el servicio de laboratorio, ultrasonidos y radiografías en un centro de diagnóstico del hospital, con la intención de que el paciente no tenga que pagar por estos servicios en centros privados.

IGGS consultorio de villa nueva consulta externa, maternidad.

Clínica privadas un total 30 clínicas de consulta externa, odontología.

Grupos Líderes Poblacionales

Entre estos podemos mencionar:

El consejo municipal conformado por el Alcalde municipal, Edwin Escobar, síndicos y concejales.

Consejo comunitario de desarrollo -COCODES- son 15 que tienen como objetivo gestionar asuntos de interés desde las comunidades.

Consejos municipales de desarrollo -COMUDE- son 10 los que velan por el bienestar de las comunidades e intercambian experiencias y problemas con los COCODES.

Las Instituciones gubernamentales que tienen presencia en el municipio son:

- Ministerio de Salud, a través del Centro de Salud.
- Ministerio de Educación.
- Organismo Judicial, mediante el Juzgado de Paz.
- Tribunal Supremo Electoral, a través de la Sub - delegación de registros de ciudadanos.
- Ministerio Público -MP-
- Policía Nacional Civil -PNC-
- Municipalidad de Villa nueva

Instituciones que brindan apoyo a la población

- Dirección Municipal de la Mujer -DMM- .
- Instituto de Ciencia y Tecnología Agrícola (ICTA).
- Cuerpo de Bomberos Municipales Décima Estación
- Autoridad del Lago de Amatitlán- AMSA

Barreras de entendimiento entre profesionales de la salud y sus pacientes

Desconocimiento: La mayoría de las personas no sabe que es la fisioterapia o tienen una idea errada de ésta.

Y otra parte de la población ignora la existencia de esta profesión.

Utilización de medicina natural

La mayoría de las personas que asisten al centro municipal de fisioterapia utilizan más la medicina moderna, claramente existen algunos pacientes que por el dolor intenso de la lesión o porque tienen una edad avanzada recurren a la medicina tradicional aplicando ungüentos como alcanfor para aliviar su dolor.

Diferencia entre diagnóstico tradicional o moderno: Los pacientes del centro municipal de fisioterapia en su mayoría utilizan los servicios médicos modernos debido a la municipalidad brinda varios servicios para la salud del villanovense.

Diagnóstico Institucional

Datos Institucionales

Las clínicas de fisioterapia de la Municipalidad de Guatemala funcionan bajo la coordinación de Secretaría de Obras Sociales de la Esposa del Alcalde estas clínicas han funcionado desde el 2015.

Filosofía:

Misión

Promover acciones y estrategias para implementar programas y/o proyectos que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los grupos más vulnerables que son la niñez adolescencia, adulto mayor apoyando al vecino villanovense.

Visión

Fortalecer los núcleos familiares con el fin de promover el desarrollo integral, dentro de las comunidades.

Dirección

Mercado Concepción (mercado nuevo) 16 avenida 4-79, zona 4, Tel. 5427-8233.

Servicios que brinda la clínica:



Fisioterapia

Brindan atención en casos de fracturas, lesiones deportivas, problemas neurológicos, artrosis, problemas en general de espalda y niños con discapacidad.

Terapia del Habla: se brinda tratamiento para niños y adultos con dificultades para articular palabras o dificultada de pronunciación.

Terapia ocupacional: se brindan tratamientos funcionales de una manera recreativa, para niños y adultos.

Servicio Social gestionando silla de ruedas y prótesis.

Población que se atiende: villanovenses de todas las edades niños, adolescentes, adultos y adulto mayor.

Mayor diagnóstico consultante dentro de la clínica:

Fracturas, parálisis facial y evento cerebro vascular y cervicalgias.

Horarios de atención: lunes a viernes de 7:00 a 12 horas y de 13 a 15:00 horas.

El fisioterapeuta frente al contexto socio cultural:

Villa nueva es uno de los municipios más grandes de Guatemala y la población crece día con día también, de allí la necesidad de los guatemaltecos de ser atendidos en el área de salud por lo que se crea el centro de fisioterapia de Villa Nueva, en este se brinda el servicio de fisioterapia sin costo. Durante el Ejercicio Técnico Supervisado, se pudo observar que a este lugar acudían personas de todas las edades, la mayoría de una posición en económica baja con la necesidad de ser atendidas, también llegan niños de hogares con labor social, con sus encargadas para que se les brinde el servicio de fisioterapia. El centro trata de suplir las necesidades de los usuarios con los pocos recursos con los que se cuenta.

La función del estudiante en ejercicio profesional supervisado, en este contexto, consiste en adherirse a los programas ya existentes en la institución, contribuir a los objetivos de la

misma y aportar al servicio, con investigación en casos que tienen alta incidencia, para la mejor atención a los mismos.

Problemas detectados:

Las Clínicas Municipales de Villa Nueva, cuentan con infraestructura adecuada. El Servicio de Fisioterapia cuenta con el equipo necesario para llevar a cabo los tratamientos.

Entre los problemas detectados podemos mencionar que: Los pacientes acuden a su tratamiento pero en su mayoría no siguen las instrucciones que se daban para trabajar en casa, lo cual repercute en el tiempo de recuperación de los mismos.

También se detectó la alta incidencia de mujeres con cervicalgia, en las cuales no existe una patología física existente, creyéndose que el origen de esta es el estrés cotidiano al que son sometidas.

Investigación Local

Se pudo observar que a la Clínica Municipal de Villa Nueva acudían pacientes con distintos diagnósticos como fracturas de codo, fracturas de tibia y peroné, parálisis facial, y uno de los diagnósticos más recurrentes fue el de cervicalgia y lumbalgia por estrés en edades comprendidas de 30 a 50 años mayoritariamente de sexo femenino.

Enfoque de la investigación:

El enfoque de la investigación estará dirigido a desarrollar un protocolo de tratamiento fisioterapéutico que incluya medios físicos adecuados, ejercicios de estiramiento, fortalecimiento muscular y ejercicios de relajación, en las pacientes femeninas con diagnóstico de estrés. También se instruyó sobre manejo de dolor en casa para disminuir el mismo, cuando este se intensifica.

Objetivo General

Contribuir con la atención fisioterapéutica, de los pacientes que asisten a la Clínica Municipal de Villa Nueva.

Disminuir los signos y síntomas de la cervicalgia en mujeres de 20 a 50 años de edad, con diagnóstico de cervicalgia, con etiología predominante de estrés, a través de un tratamiento rehabilitador adecuado, aplicados en forma individual y grupal.

Objetivos específicos

- Investigar las posibles causas relacionadas con el dolor cervical en mujeres de 20 a 50 años que han acudido a la clínica Municipal Jairo Rodríguez
- Realizar evaluaciones de escala visual analógica –EVA- para determinar el grado de dolor que presenta el paciente y su evolución
- Realizar entrevistas para recabar información para posible diagnóstico
- Concientizar a los pacientes acerca de la importancia del estiramiento y auto masaje en casa e instruirlos sobre técnicas de relajación para manejar el estrés en casa y el trabajo.
- Aplicar agentes físicos y electro estimulación para la relajación de los músculos cervicales y lumbares.

Educación para la salud

Durante la estadía en la Clínica Municipal de Villa Nueva se atendió a un total de diez mujeres con diagnóstico de Cervicalgia a las cuales fueron evaluadas y entrevistadas para recabar información sobre la posible causa del diagnóstico.

Después de realizar la evaluación entrevista a cada una de las usuarias, se impartió una charla interactiva acerca de la higiene postural, con el objetivo de enseñarles a los pacientes la manera correcta de realizar sus actividades diarias cuidando su postura.

De acuerdo al resultado de la posterior evaluación y entrevista se impartió un taller de técnicas de relajación en colchoneta, para que los pacientes pudieran aprender cómo manejar el estrés cotidiano.

Se brindó un plan educacional individualizado sobre estiramientos y auto masaje.

Marco Teórico

Columna cervical

Comienza en la base del cráneo. Siete son las vértebras que componen la columna cervical, además de ocho pares de nervios cervicales. Cada vértebra cervical se denomina C1, C2, C3, C4, C5, C6 y C7. Los nervios cervicales también se abrevian desde C1 hasta C8.

Vértebras cervicales y estructuras de soporte

Los huesos cervicales (las vértebras) son más pequeños que las demás vértebras espinales. La función de la columna cervical es contener y proteger la médula espinal, soportar el cráneo y permitir los diversos movimientos de la cabeza (por ejemplo, rotarla de un lado al otro, inclinarla hacia adelante o atrás).

Un sistema complejo de ligamentos, tendones y músculos ayuda a soportar y estabilizar la columna cervical. Los ligamentos previenen el movimiento excesivo, que podría provocar lesiones graves. Los músculos también ayudan a mantener el equilibrio y la estabilidad espinales y permiten el movimiento.

La columna cervical se subdivide en dos partes: la región cervical superior (C1 y C2) y la inferior (C3 a C7). La C1 se denomina atlas y la C2 se denomina axis. El occipucio (CO), también conocido como hueso occipital, es un hueso plano que forma la parte trasera de la cabeza.

Atlas

El atlas es la primera vértebra cervical y por eso se abrevia C1. Esta vértebra sostiene la cabeza. Tiene un aspecto diferente al de otras vértebras. El atlas es un anillo óseo formado por dos masas laterales unidas en las partes frontal y posterior por el arco anterior y el arco posterior.

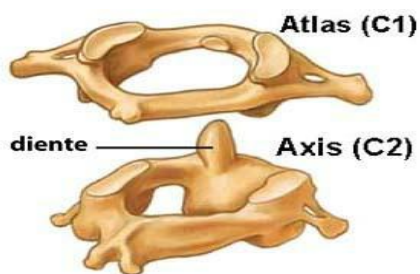


Figura 5: esqueleto de la columna vertebral

Fuente: obtenida del sitio web, www.mapsofworld.com

Axis

El axis es la segunda vértebra cervical o C2. Es un proceso parecido a un diente sin

punta que se proyecta hacia arriba. También se lo conoce como el "diente" o proceso odontoide. El diente proporciona un tipo de pivote y collar que permiten que la cabeza y el atlas roten a su alrededor.

Arcos de movilidad

Incluye los movimientos de flexión, extensión, inclinación lateral y rotación de ambos lados. Se dice que el 50% de la flexión y extensión proviene de la articulación atlanto occipital y el 50 % de la rotación de la articulación atlanto axial. El resto se distribuye en toda la columna cervical.

Pruebas activas y pasivas: Flexión y extensión: el paciente debe tocar el tórax con el mentón y mirar directamente al techo.

Rotación: Debe quedar el mentón casi alineado con el hombro de cada lado.

Inclinación lateral: pedirle al paciente que toque el hombro con su oreja, sin levantar el primero. Debe haber al menos 45 ° de movilidad.

Cervicalgia

Desde el punto de vista mecánico la columna cervical es una unidad funcional semejante a la columna lumbar. Como columna debe soportar el peso de la cabeza y lo hace en un apoyo inestable, no la apoya en su centro, sino en su parte posterior, lo que crea una situación de equilibrio inestable, que se resuelve con la cabeza bien posicionada y con una fuerza y resistencia adecuadas de los músculos que actúan con este fin, sobre todo los músculos posteriores del cuello.

Cuando la cabeza, en la visión de perfil, no está bien posicionada (está muy adelantada y/o muy arqueada), y/o los músculos posteriores cervicales especialmente no están adecuadamente fuertes y resistentes, se crean unas tensiones mecánicas y unas compresiones inadecuadas de las estructuras cervicales, discos y articulaciones que hay entre las vértebras, que acaban produciendo sintomatología cervical, dolor. Esta causa mecánica-postural es la más frecuente en las cervicalgias.

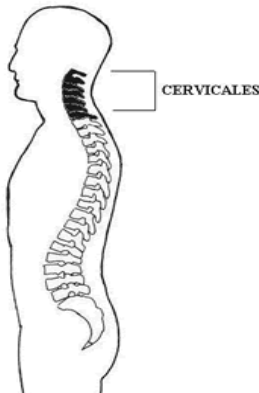


Figura 14: esqueleto de la columna vertebral

Fuente: obtenida del sitio web, www.mapsofworld.com

Causas de la Cervicalgia

Bloqueos vertebrales

Una mala postura provoca un dolor intenso y constante debido al desgaste de las vértebras. Esto puede evolucionar y pasar a ser una hernia cervical, la cual nos producirá dolor en nuestro brazo, mediante el daño que recibe la raíz nerviosa.

Mala postura

Una postura equivocada y durante un periodo de tiempo prolongado provocará una tensión no voluntaria que bloqueará a las vértebras debido a la tensión creada en toda la musculatura del cuello y alrededores.

Contracturas

Las contracturas musculares y los pinzamientos en zonas como los trapecios, nos pueden producir fuertes dolores de cuello.

Enfermedades

Algunas enfermedades como la artritis reumatoide y la espondilitis anquilosante, que son enfermedades inflamatorias, producen ciertas molestias en el cuello, llegando a paralizar el cuello. La osteoporosis, que es el desgaste del calcio que forman nuestros huesos, también puede producir estos dolores de cuello.

Lesión

Si hemos sufrido un latigazo cervical, nos inmovilizan el cuello mediante un collarín y esto, a la larga se traduce en un problema, porque sufriremos una rectificación forzada de la columna cervical.

Estrés

El estrés puede provocar el bloqueo de las vértebras y también tensión muscular en la zona cervical, lo cual favorece al bloqueo. La medicina oriental ha demostrado que el estrés afecta primero a los órganos internos y estos a su vez afectan mediante reflejos al cuello.

Malas posturas, traumatismos, estrés y tensión nerviosa, esfuerzos, pueden dañar e inflamar las articulaciones, músculos, ligamentos y nervios del cuello dando lugar a dolor, contracturas, pérdidas de movilidad, dolores de cabeza, mareos, vértigos, dolor referido a los brazos y hormigueos en las manos entre otros síntomas.

Debido a que el dolor de cuello (cervicalgia) puede producirse por diversos tipos de lesiones distintas, que producen síntomas parecidos, es preciso identificar la causa en

concreto de cada paciente para poder aplicar un tratamiento adecuado para el origen del problema y no sólo tratar los síntomas que produce, para evitar que la lesión empeore y se cronifique.

Se observa con mayor frecuencia a partir de los 30 años, aunque cada vez es más su presentación en los jóvenes que sufren dificultades familiares de tipo laboral. El sexo predominante es en las mujeres en relación 13 a 5 con respecto a los hombres. El dolor se presenta en la columna cervical con diferentes irradiaciones, acompañado por espasmos musculares, una de las zonas más dolorosas es la región occipital.

Evoluciona por fases: Aguda- Subaguda- Crónica Crisis aguda en pacientes crónicos. Puede en ocasiones tener referencia a síntomas neurológicos, estado emocional la relación dolor y el estado psicológico del enfermo con cervicalgia son de importancia ya que influye en la terapéutica los altos niveles de ansiedad y depresión. Existe una triada sintomática caracterizada por dolor- rigidez- irradiación asociada con vértigo, inestabilidad, lagrimeo, ruidos en el oído (Couto, 5/2010).

La intervención del fisioterapeuta tiene un papel importante en la rehabilitación funcional del cuello. La vida moderna obliga a tener actividades estáticas prolongadas del cuello y de estas provocan los efectos nefastos que acaban desembocando en las cervicalgias. En la vida diaria no hacemos intervenir los extensores cervicales. Pasamos largas horas en flexión: en la oficina, frente a la televisión o el ordenador, leyendo o bloqueando el cuello conduciendo.

Las terapias físicas más indicadas en cervicalgia:

Electroterapia con efecto analgésico y relajante: infrarrojos, ondas cortas, ultrasonidos, laser. El TENS, por su efecto analgésico, también es de gran utilidad.

El masaje muscular, ayuda a la relajación y sedación de las contracturas musculares.

La cinesiterapia es el tratamiento que por medio de diferentes ejercicios sin dolor contribuye a ganar amplitud articular y a desbloquear.

El calor de la sauna contribuye a relajar la musculatura tensa.

La gimnasia de pausa (unos minutos) varias veces al día y durante las actividades laborales (oficina).

Movilizar el cuello antes y después de conducir.

Adaptar la altura de la mesa de trabajo para no estar en posición inclinada. Es mejor (si posible) utilizar una mesa con plano inclinado que horizontal.

También es muy importante la elección de la almohada (entre 15 y 18 cm).

El paciente debe aprender y practicar los ejercicios que no le producen dolor, evitar la postura del cuello en flexión y así irá reduciendo las hipertonías cervicales y la rigidez, lo que ayuda a evitar las cefaleas y mareos (síntomas molestos de la cervicalgia) (Palasiet, 2019).

Ejercicios de Estiramiento

La elongación del cuello se debe realizar de la siguiente manera:

Los pacientes deben pararse aproximadamente a dos pies de la esquina, mirando hacia la pared.

Los pies deben permanecer juntos.

Se deben colocar los antebrazos uno en cada pared y los codos deben encontrarse apenas por debajo de la altura de los hombros (Figura 15).

Muévase hacia adelante todo lo que pueda siempre y cuando no sienta dolor. Los pacientes van a sentir cómo se elongar la parte frontal de los hombros y el pecho.



Figura 15: esqueleto de la columna vertebral
Fuente: obtenida del sitio web, www.mapsofworld.com

Mantenga la elongación por cerca de 30 segundos a 1 minuto.

Este ejercicio puede realizarse de 3 a 5 veces por día. Debe realizarse antes de hacer algún ejercicio de fortalecimiento de cuello.

Elongación del músculo elevador de la escápula

La elongación del músculo elevador de la escápula es importante también para eliminar el dolor de cuello. El elevador de la escápula es un músculo que tiende a tensarse y puede volverse muy sensible en la zona que se une con el omóplato. Este ejercicio de elongación puede realizarse mientras está sentado o parado.

Extienda el músculo a través de la elevación del codo por encima del hombro, hacia el costado, para elongar.

En esta posición, primero apoye el codo contra el marco de una puerta. Esto rota hacia arriba la parte externa del omóplato y hacia abajo su parte interna, lo cual extiende el músculo elevador de la escápula (Figura 16).

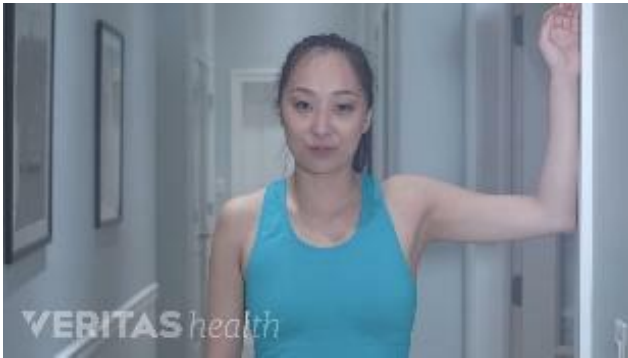


Figura 16: esqueleto de la columna vertebral
Fuente: obtenida del sitio web, www.mapsofworld.com

Luego, rote la cabeza hacia el lado opuesto del que está elongando y lleve el mentón hacia abajo, elongando así la parte trasera del cuello (Figura 4).



Figura 17: esqueleto de la columna vertebral
Fuente: obtenida del sitio web, www.mapsofworld.com

En tercer lugar, coloque los dedos de su otra mano en la parte superior de la cabeza y presione suavemente la cabeza hacia abajo, aumentando levemente la elongación (Figure 18).



Figura 18: esqueleto de la columna vertebral

Fuente: obtenida del sitio web, www.mapsofworld.com

Mantenga esta posición por aproximadamente 30 segundos a 1 minuto.

Algunos estudios han demostrado que es importante elongar los músculos que se encuentran tensos antes de fortalecer los músculos que se encuentran débiles. Se cree que los músculos tensos se relajan después de su elongación, haciendo que los ejercicios de fortalecimiento posteriores sean más efectivos.

La elongación del cuello nunca debe realizarse hasta el punto de dolor o mialgia. El adecuado manejo del dolor suele ser una parte importante de cualquier rutina de elongación del cuello (Morrison, 2019).

Auto masaje

Con el auto masaje podemos aliviar muchos problemas, desde dolores de cabeza por tensión, contracturas en la cervical, en los trapecios.

Entre los beneficios está el incrementar el flujo sanguíneo local (lo que se conoce como vasodilatación), lo cual favorece el drenaje de sustancias bioquímicas locales que incrementan el dolor.

Elevación del umbral del dolor debido a una liberación de endorfinas. El umbral del dolor es el estímulo mínimo que se necesita para sentir dolor; al elevarlo los estímulos que nos producen dolor no nos afectarán.

Si existe alguna posibilidad de daño o lesión, los beneficios del masaje terapéutico en todo caso serán superiores al daño potencial.

Las fuerzas mecánicas del auto masaje aplicadas sobre los tejidos blandos tienen efectos sobre la flexibilidad del tejido conectivo; estimulan el sistema miofascial y estimulan cambios en el tono muscular.

Libera las bandas tensas musculares, que son el lugar dónde se producen los puntos gatillo miofascial. Aumento de movilidad en los tejidos piel, fascia y músculos. Produce un estado de relajación y bienestar (Blount, 1980).

Capítulo II

Técnicas e instrumentos:

Población atendida:

Pacientes de diversos diagnósticos, edad, sexo femenino y masculino, asignados a la etesista, en el servicio de fisioterapia de secretaria de obras sociales de la esposa del alcalde –SOSEA- Centros municipales de fisioterapia, municipalidad de Villa Nueva, en el municipio de Villa Nueva, Guatemala.

Muestra:

10 pacientes con diagnóstico de cervicalgia, mujeres de 20 a 50 años, con etiología predominante de estrés.

Tipo de investigación: cualitativa, descriptiva

Investigación cualitativa: es la recogida de información basada en la observación de comportamientos naturales, respuestas abiertas para la posterior interpretación. Este método no descubre sino que construyen el conocimiento gracias al comportamiento entre las personas implicadas y toda su conducta observable. En este método se pueden trabajar las entrevistas (Ibáñez, 2001).

Investigación descriptiva: el objetivo de esta investigación consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción de actividades proceso u personas. Se examinan las características del problema escogido, establecen a fin de clasificar los datos categorías precisas que se adecuen al propósito del estudio y permitan poner de manifiesto las semejanzas diferencia y relaciones significativas (Ibáñez, 2001).

Técnicas de recolección de datos:**Entrevista semiestructurada**

Es un intercambio de ideas, opiniones mediante una conversación que se da entre una, dos o más personas donde un entrevistador es el designado para preguntar en base a un guion estructurado, las preguntas son abiertas.

Formas de recolección de datos**Expedientes de usuario**

Expediente que se integra dentro de la clínica para la atención fisioterapéutica contiene información sobre datos personales, historia clínica y de estudios radiológicos. Certificaciones de intervenciones médicas y donde se realiza las anotaciones de cada usuario.

Hoja de ficha clínica

Esta consta de datos generales del usuario, diagnóstico y la historia clínica referida por los médicos.

Carnet de Citas de usuarios de Clínica Municipal de Villa Nueva

El carnet de asistencia consta de datos personales del usuario, y el control de citas, hora y día de cada tratamiento brindado.

Hoja de asistencia

Es una hoja oficio que tiene diferentes campos, nombre y apellido del usuario, edad, diagnóstico y fecha de los días que se prestó el servicio de fisioterapia.

Evaluación Muscular

Esta consta de dos componentes de la fuerza muscular y la resistencia que se aplica a un segmento a evaluar. Valorando así la capacidad de movimiento en contra la gravedad de un músculo.

Evaluación amplitud articular

Esta consta de diferentes segmentos del cuerpo se utiliza para verificar, la capacidad de movimiento que tienen las articulaciones para identificar así su rango normal o limitación en algún movimiento articular.

Escala del dolor

Escala visual analógica (EVA) la intensidad del dolor se representa del 0 al 10 siendo 0 no dolor y 10 dolor fuerte e insoportable. Valorando así un dolor de leve a moderado en un segmento del cuerpo.

Metodología

La clínica brindaba ayuda a la comunidad de Villa nueva y San miguel Petapa por medio de la atención fisioterapéutica gratuita, para que los pacientes puedan ser atendidos deben llevar diagnóstico e indicación de la terapia, fotocopia de DPI, fotocopia de recibo de luz y boleto de ornato al entregar la papelería se le indicaba que después de dos semanas se le estaría llamando para indicarle los días y la hora de terapia, las personas acudían dos veces por semana a su tratamiento físico que duraba 45 minutos por sesión. La clínica se sostiene a base de donaciones de los pacientes las cuales eran papel higiénico, toallas húmedas, bolsas de basura y plantas para la urbanización del jardín.

La clínica era atendida por practicantes de fisioterapia y etesista de distintas universidades.

Los pacientes son asignados por la licenciada en fisioterapia que estaba a cargo de la clínica, a los diversos practicantes de acuerdo al horario, que era de ocho de la mañana a doce del mediodía y de una a dos de la tarde. Los pacientes llegaban con diferentes diagnósticos. Se llenaba un carnet con sus datos y fechas de citas, en la primera terapia se hacía una evaluación para poder realizar el tratamiento indicado y se le asignaba los días de terapia. Se dan 12 sesiones y se evalúa para poder determinar si se daba de alta o continuaba con su tratamiento. Se realizaba una estadística mensual de los pacientes atendidos. Y cada quince días se daba un plan educacional con tema asignado dirigido a los villanovense por medio de la televisión. La clínica cuenta con un área específica para la escuela de columna que es impartida los martes y jueves. Si un paciente necesita psicología u otras especialidades, se refiere a las mismas, dentro de los servicios de la institución. Los días viernes se imparte las clases de gimnasia para adulto mayor que se realiza en el área de estacionamiento de la clínica

Capítulo III

Análisis e interpretación de resultados

Se presentan los datos obtenidos durante el ETSP, realizado durante los meses de febrero a junio del 2019 en Centros Municipales De Fisioterapia, Municipalidad De Villa Nueva.

Tabla No.1

Porcentaje mensual de pacientes de febrero a junio del 2019

	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Total
PACIENTES	51	48	39	28	15	181
PORCENTAJE	28%	27%	22%	15%	8%	100%

Fuente obtenida: hoja de estadística mensual de pacientes febrero a junio del 2019

Gráfico No. 1

Porcentaje mensual de pacientes de febrero a junio del 2019

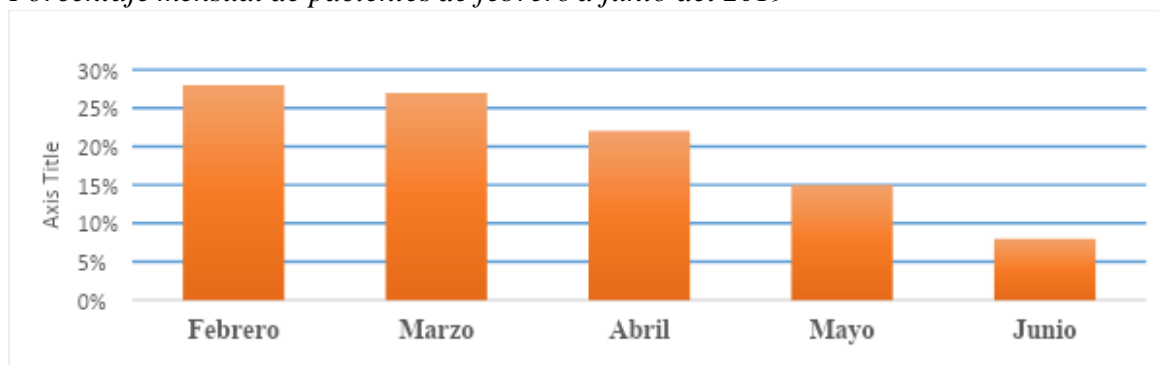


Figura No. 1: porcentajes de pacientes de febrero a junio del 2019

Análisis: La gráfica No. 1, muestra el porcentaje de pacientes atendidos siendo el mes de febrero con un alto índice del 28%, que corresponde a 51 personas atendidas en el centro. El porcentaje se mantiene constante hasta el mes de mayo en el que hubo rotación a otra sala, con menor número de pacientes. El mes de junio es el de menor índice con un 8%, debido a que el ETSP, culminó, el 4 de junio.

Tabla No. 2

Porcentaje de pacientes por mes según sexo, atendidos en Clínicas Municipales Villa

Nueva

	MASCULINO	FEMENINO	Total	PORCENTAJE	
				M	F
Febrero	18	33	51	35%	65%
Marzo	16	32	48	33%	67%
Abril	18	21	39	46%	54%
Mayo	10	18	28	36%	64%
Junio	6	9	15	40%	60%
Total	68	113	181	100%	100%
Porcentaje General	38%	62%	100%		

Fuente obtenida: hoja de estadística mensual de pacientes febrero a junio del 2019

Grafico No. 2

Porcentaje mensual de pacientes de febrero a junio del 2019

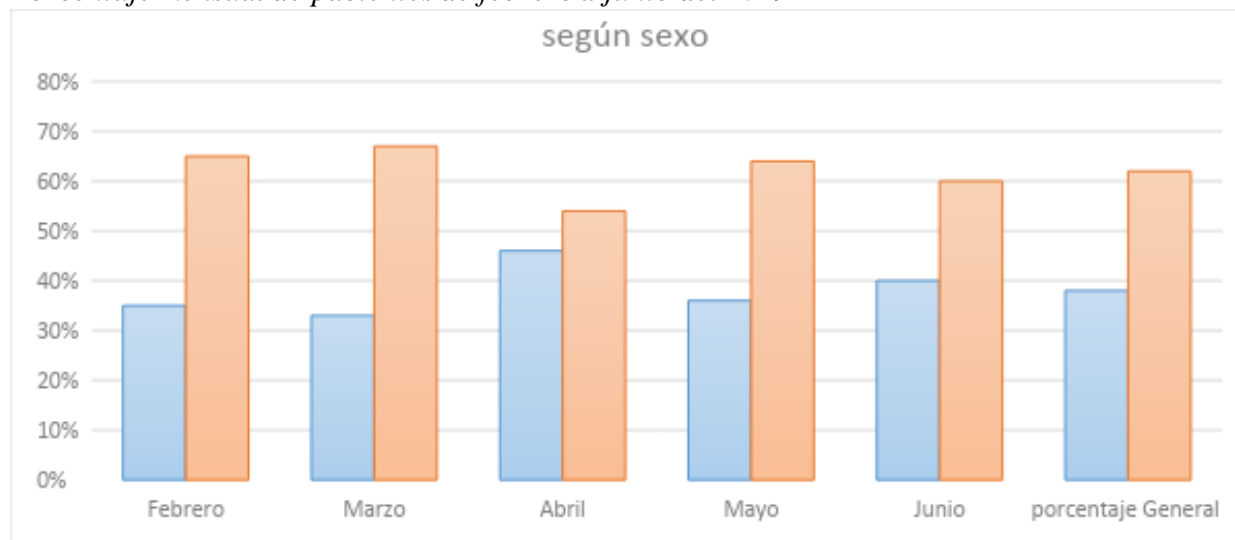


Figura No. 2 porcentajes de pacientes por mes según sexos atendidos en Clínicas Municipales Villa Nueva

Análisis: gráfica No. 2 demuestra que la incidencia de la población atendida son pacientes del sexo femenino con el 62% en promedio y el 38% en promedio perteneciente al sexo masculino de manera general.

Tabla No. 3

Porcentaje de usuarios según edad atendidos en Clínicas Municipales Villa Nueva

SEGÚN EDAD					
Porcentaje	Total	0 años a 20 años	21 años a 40 años	41 a 60 años	61 a 80 años
	181	55	52	49	25
100%		30 %	29 %	27 %	14 %

Fuente obtenida de la hoja de asistencia de los pacientes de febrero a junio del 2019

Gráfica No. 3

Porcentaje de pacientes según edad atendidos en Clínicas Municipales Villa Nueva.

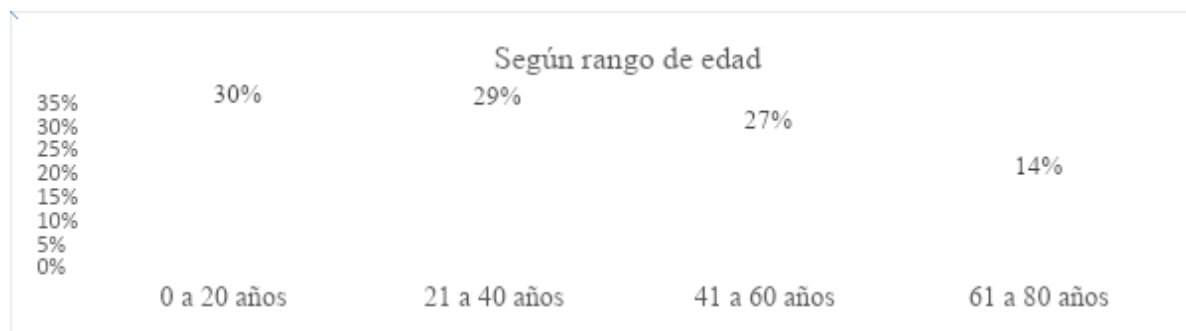


Figura No.3: porcentaje de pacientes según rango de edad de febrero a junio de 2019

Análisis: gráfica No. 3 demuestra que la incidencia en rango de edad con un porcentaje de 27% en las edades de 41 años a 60 años, seguida la de pacientes adultos de 21 a 40 años con el 29% con un 30% pacientes jóvenes en las edades de 0 a 20 años, siendo menor porcentaje usuarios entre las edades de 61 a 80 años con el 14%. En la clínica municipal se brinda atención a la población que lo necesite.

Tabla No. 4

Porcentaje de pacientes según lugar de procedencia atendidos en Clínica Municipal Villa Nueva

		Zona 1	Zona 4	Zona 5	Bárcenas
Total	181	36	50	55	40
Porcentaje	100%	20%	28%	30%	22%

Fuente obtenida de la hoja de asistencia de pacientes de febrero a junio 2019

Gráfica No. 4

Porcentaje de pacientes según lugar de procedencia, atendidos en Clínica Municipal de Villa Nueva.

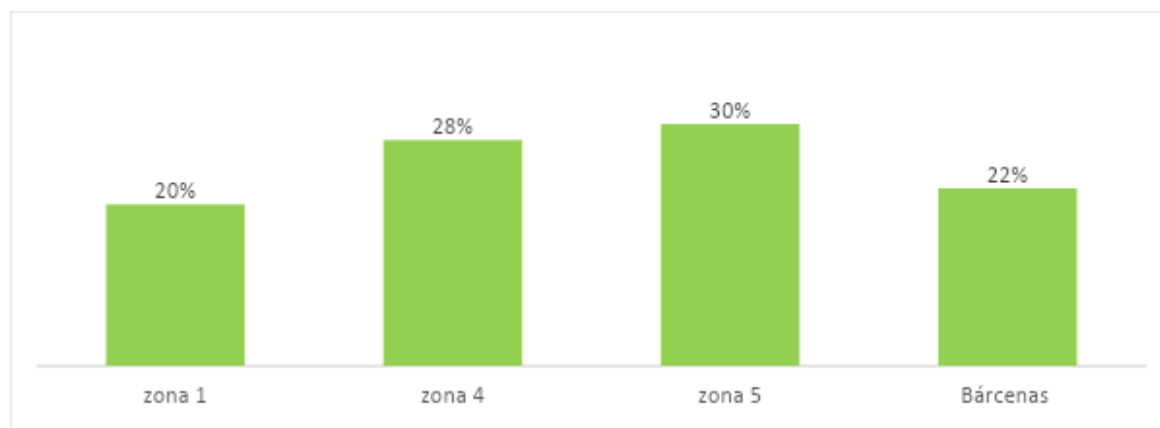


Figura No. 4: porcentajes de pacientes según lugar de procedencia de febrero a junio de 2019.

Análisis: gráfica No. 4 se muestra la incidencia de usuarios que asisten a la clínica son de la zona 5 de Villa Nueva con el 30%, seguido con el 31% de zona 4 con el 28%. El índice de pacientes procedentes de Bárcenas, también es algo con un 22%.

Tabla No.5

Diagnósticos consultados en clínica municipal desde febrero a junio del 2019

Patología	No.	Porcentaje
Fractura de tibia y peroné	7	11%
Ruptura del supraespinoso	5	8%
Cervicalgia	10	16%
Lumbago	7	11%
Fractura de codo	7	11%
Estenosis de hombro	6	9%
Parálisis Facial	8	12%
Nervio ciático	9	14%
Otros	5	8%
Total	64	100%

Fuente: obtenida de la hoja de asistencia de pacientes de febrero a junio 2019

Gráfica No.5

Diagnósticos Consultados en Clínica Municipal desde febrero a junio del 2019

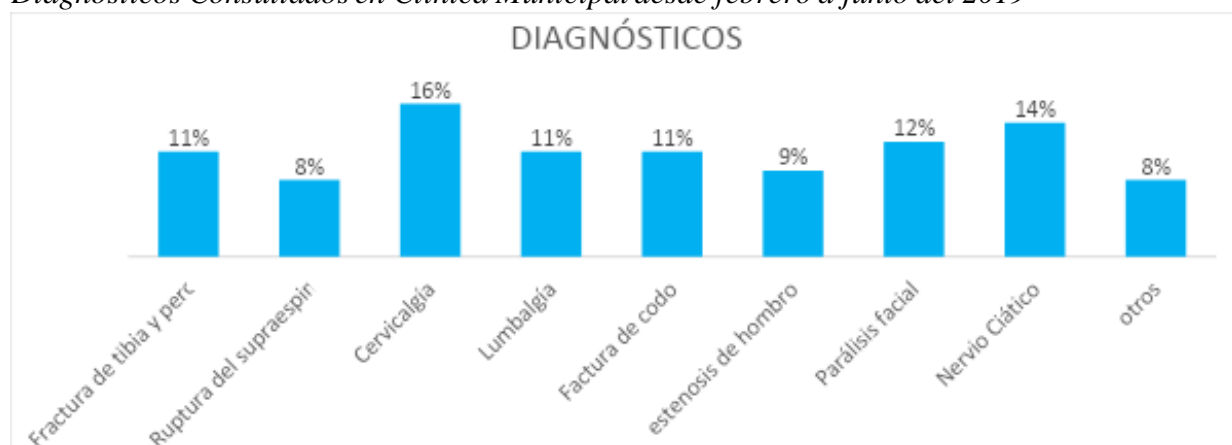


Figura No. 5: porcentaje de diagnósticos de febrero a junio 2018

Análisis: gráfica No.5 demuestra que el diagnóstico con más incidencia, corresponde a

Cervicalgia con un 16% de los pacientes, seguido con un 11% lumbalgia y con un 12% parálisis facial, esto debido al estrés diario en sus diversas labores al que están expuestos los pacientes.

Análisis de Casos

La Cervicalgia era uno de los diagnósticos más frecuentes de la clínica durante el tiempo de ETPS, es notorio que en su mayoría las pacientes eran mujeres amas de casa y/o trabajadoras de diferentes edades y estilos de vida, pero con algo en común, todas reportaron que manejan un alto nivel de estrés.

En la evaluación, las pacientes refirieron dolores intensos del área cervical, según como lo explicaban ellas como un peso sobre los hombros con lo cual tenían que lidiar día a día.

Se consideró importante un abordaje fisioterapéutico integral, personalizado dependiendo de las necesidades de cada una tomando en cuenta la corrección de la postura, estiramientos, ayudando en el tema del estrés, por medio de métodos de relajación, a través de ejercicios simples, pero que al realizarlos de una manera constante disminuyan no solo su dolor si no también su calidad de vida.

El abordaje fisioterapéutico incluyó también un taller y charlas informativas, sobre higiene postural; al comenzar con el taller y las charlas informativas muchas de los usuarios estaban renuentes a creer que el abordaje fisioterapéutico podría ayudar no solo al dolor si no al manejo del estrés.

Durante el tiempo que duró su tratamiento se fue notando que poco a poco hubo una mejoría en el estado de salud físico y nivel de estrés de las pacientes, esto se vio reflejado por medio de las evaluaciones de escala de dolor, amplitud articular y fuerza muscular.

En algunos usuarios hubo leve mejoría, esto debido a que su asistencia a tratamiento fue irregular, esto según reporte de las pacientes, debido a problemas personales que no les permitieron cumplir con el plan terapéutico propuesto.

Se concluyó que las diez pacientes que fueron atendidas en la Clínica Municipal de Villa Nueva por el diagnóstico de Cervicalgia no tenían etiología traumática si no estaban relacionadas con el nivel de estrés que manejan diariamente. Por lo cual se dio un tratamiento rehabilitador integral para el manejo y control del estrés, por medio de técnicas de relajación, estiramientos y auto masaje en casa.

Las usuarias notaron y manifestaron una evidente mejoría en la movilidad cervical así como una disminución del dolor siempre y cuando ellas lograban controlar su estrés por medio de las técnicas de relajación y estiramiento aprendidas en la clínica.

Capítulo IV

Conclusiones

- Se contribuyó con la atención fisioterapéutica de ciento ochenta y un pacientes, en los Centros Municipales de Fisioterapia de Villa Nueva la mayoría pertenece al sexo femenino, con un porcentaje de 62 %, en cuanto a edad, se atendió, en un porcentaje de 30% a personas comprendidas entre las edades de 0 a 20 años.
- Se brindó atención fisioterapéutica a un número de 10 pacientes de sexo femenino, con el diagnóstico de cervicalgia de 20 a 50 años de edad, con etiología predominante de estrés, aplicado en forma individual y grupal.
- Se concluyó por medio de las entrevistas y evaluaciones realizadas a las 10 pacientes con Cervicalgia que en la clínica Municipal Jairo Rodríguez, una de las mayores causas de Cervicalgia en mujeres de 20 a 50 años que laboran, estudian y son amas de casa, sufrían esta lesión debido al alto grado de estrés y problemas emocionales que manejan en su vida cotidiana.
- Se realizó escala visual analógica –EVA- al inicio del tratamiento en la cual las pacientes presentaban un dolor promedio de ocho a diez. Se inició con tratamiento fisioterapéutico con agentes físicos, electro estimulación, estiramientos y masoterapia para ayudar con disminución del dolor, la cual se evaluó al finalizar el tratamiento por medio de la escala de –EVA- y se constató una mejoría promediada de 0 a 3 en la escala de dolor.
- Se recabo información por medio de las evaluaciones y las entrevistas realizadas a diez pacientes y se determinó por medio de estas que la causa principal es el estrés, por medio de esta información se pudo brindar un tratamiento fisioterapéutico individualizado para los usuarios.

- Se impartieron talleres de técnicas de respiración y estiramientos para el manejo del estrés a mujeres en edades comprendidas veinte a cincuenta años, amas de casa, estudiantes y trabajadoras.
- Se concluyó que las técnicas de relajación tuvieron un efecto positivo en el manejo del estrés en los usuarios, mejorando la movilidad cervical.
- Al concluir el ETPS se demostró que la fisioterapia ayudó a los usuarios con el manejo del estrés por medio de ejercicios de relajación y estiramiento.
- Debido a que los usuarios notaron una mejoría significativa en cuanto al dolor y habilidades en su desempeño diario se logró concientizar para que siguieran realizando ejercicios en casa.

Recomendaciones

- Se recomienda a las Clínicas Municipales de Villa Nueva que se sigan impartiendo las técnicas de relajación y estiramiento para el manejo del dolor y el estrés.
- Programar actividades recreativas para socializar y salir de la rutina de las actividades diarias.
- Que el Centro pueda integrar a todos los pacientes con diagnóstico Cervicalgia a la escuela de columna.
- Debido a que en la clínica Municipal de Villa nueva acuden cada vez más personas ya que el servicio es gratuito es de vital importancia que más compañeros Etesistas puedan realizar su práctica final para ayudar a la población.

Bibliografía

- Arevalo, P. (01 de abril de 2019). *slideshare*. Obtenido de slideshare:
<https://www.slideshare.net/seposada/msculos-e-la-columna-vertebral-humana>
- Blount, W. P. (1980). COLUMNA VERTEBRAL-ANOMALIA Y DEFORMIDADES. En W. P. Blount, *COLUMNA VERTEBRAL-ANOMALIA Y DEFORMIDADES* (pág. 252). Baltimore: Baltimore; Williams & Wilkins.
- Couto, C. M. (5/2010). *El libro de la Espalda*. Guatemala: AUGA.
- Garcia, D. M. (29 de marzo de 2019). Obtenido de <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/dolor-cervical>: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/dolor-cervical>
- Morrison, G. (29 de marzo de 2019). *SPINE-health*. Obtenido de SPINE-health:
<https://www.spine-health.com/espanol/dolor-de-cuello/ejercicios-para-el-fortalecimiento-del-cuello>
- Palasiet, e. (29 de marzo de 2019). <https://www.termasmarias.com/Cervicalgias.asp>. Obtenido de El palasiet: <https://www.termasmarias.com/Cervicalgias.asp>

ANEXOS

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL
ESCUELA DE TERAPIA FÍSICA, OCUPACIONAL Y ESPECIAL
"DR. MIGUEL ÁNGEL AGUILERA PÉREZ"
AVALADA POR LA FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS DE LA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA



Entrevista

Para mujeres de 20 a 50 años diagnosticadas con Cervicalgia.

¿En qué momento empezó su dolor?

¿Cree que exista alguna causa que haya provocado este dolor?

¿Existe algún motivo que le cause estrés?

¿Cuál es su ocupación?

¿Ha sentido mejoría después del tratamiento?



Municipalidad de Villa nueva

Clínica Municipal de Fisioterapia

Interior del Mercado Concepción

CARNET DE ASISTENCIA

Nombre: _____

Edad: _____ No. identificación _____

Género: femenino Masculino

Diagnóstico: _____

No. de emergencia: _____

Encargado: _____



CONTROL DE CITAS

No. de cita	Fecha	Hora



FICHA CLINICA

DATOS GENERALES

Nombre completo: _____ Edad: _____

Sexo: _____ Ocupación: _____ Religión: _____

Nacionalidad: _____ Dirección: _____

Número de teléfono: _____

ANTECEDENTES:

Familiares _____

Médicos: _____

Quirúrgicos: _____

Traumáticos: _____

FECHA DE EVALUACIÓN: _____

FISIOTERAPEUTA: _____

ANAMNESIS:

DIAGNÓSTICO: _____

¿Cuántos días de evolución?

¿Cómo sucedió?

¿Qué medicamento ha tomado?

Nivel de dolor de 1 a 10:



Tipo de dolor:

¿Tiene dificultades para realizar actividades de la vida diaria?

¿Qué movimiento provoca más dolor?

¿A qué hora del día inicia el dolor?

¿El dolor es puntual o se irradia a otras partes?

Contracturas visibles y palpables:

OBSERVACIONES:

FECHA DE EVALUACIÓN: _____ FISIOTERAPEUTA: _____

AMPLITUD ARTICULAR

Movilidad pasiva

Nombre completo: _____ Edad: _____

Diagnóstico _____

Hombros:

Izquierdo	Eva.	1era: vol.	2era: Evol.	Derecho	Eva.	1era: Evol.	2era: Evol.
Flexión con elevación				Flexión con elevación			
Flexión				Flexión			
Extensión				Extensión			
Abducción				Abducción			
Aducción				Aducción			
Rotación externa				Rotación externa			
Rotación interna				Rotación interna			

CODOS

Izquierdo	Eva.	1era: evol.	2era: evol.	Derecho	Eva.	1era: evol.	2era: evol.
Flexión				Flexión			
Extensión				Extensión			

ANTEBRAZO

Izquierdo	Eva.	1era: evol.	2era: evol.	Derecho	Eva.	1era: evol.	2era: evol.
Supinación				Supinación			
Pronación				Pronación			

MUNECA

Izquierdo	Eva.	1era: evol.	2era: evol.	Derecho	Eva.	1era: evol.	2era: evol.
flexión dorsal				Flexión dorsal			
Flexión palmar				Flexión palmar			
Desviación radial				Desviación radial			
Desviación cubital				Desviación cubital			

FECHA DE EVALUACIÓN: _____

FISOTERAPEUTA: _____

EVALUACIÓN

Nombre:

Edad:

Profesión:

Diagnóstico

Medición articular de cuello

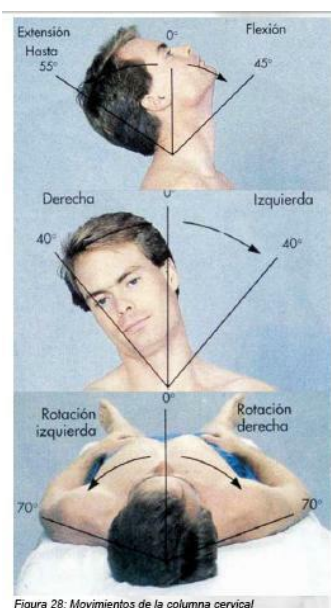


Figura 28: Movimientos de la columna cervical

Flexión _____

Extensión _____

Inclinación Der. _____

Inclinación Izq. _____

Rotación a la Derecha _____

Rotación a la Izq. _____

EVALUACIÓN MUSCULAR ACTIVA

Nombre completo: _____ Edad: _____

Diagnóstico: _____

Miembro Superior:

DERECHO

IZQUIERDO

CUELLO	1°	2°	3°	1°	2°	3°	
							Extensión

	1°	2°	3°	1°	2°	3°	
OMÓPLATO							Abducción rotación superior
							Elevación
							Aducción
							Depresión y aducción
							Aducción y rotación inferior
HOMBRO							Flexión
							Extensión
							Abducción
							Abducción horizontal
							Aducción horizontal
							Rotación externa
CODO							Rotación interna
							Flexión
ANTEBRAZO							Extensión
							Supinación
MUÑECA							Pronación
							Flexión con desviación radial
							Flexión con desviación cubital
							Extensión con desviación radial
DEDOS							Extensión con desviación cubital
							Flexión metacarpofalangaica
							Flexión interfalangaica proximal
							Flexión interfalangaica distal
							Extensión metacarpofalangaica
							Abducción
							Aducción
PULGAR							Oposición
							Flexión metacarpofalangaica
							Extensión metacarpofalangaica
							Flexión interfalangaica
							Extensión interfalangaica
							Abducción
						Aducción	
						Oposición	

FECHA DE EVALUACIÓN: _____ FISIOTERAPEUTA: _____

Estiramientos

