



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE TERAPIA FÍSICA

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

“LA TÉCNICA CUPPING COMO COMPLEMENTO EN EL TRATAMIENTO FISIOTERAPÉUTICO DE LA CERVICALGIA MECÁNICA EN EL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA PASTORAL SOCIAL CARITAS AMBATO”

Requisito previo para optar por el Título de Licenciado en Terapia Física

Autor: Villagómez Ibarra, Luis Andrés.

Tutor: Lcda. Peñafiel Luna, Andrea Carolina.

Ambato – Ecuador

Mayo 2015

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre el tema **“LA TÉCNICA CUPPING COMO COMPLEMENTO EN EL TRATAMIENTO FISIOTERAPÉUTICO DE LA CERVICALGIA MECÁNICA EN EL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA PASTORAL SOCIAL CARITAS AMBATO”** de Luis Andres Villagómez Ibarra estudiante de la Carrera de Terapia Física, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Abril del 2015

LA TUTORA

.....
Lcda. Peñafiel Luna, Andrea Carolina

AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO

Los criterios emitidos en el Trabajo de Investigación **“LA TÉCNICA CUPPING COMO COMPLEMENTO EN EL TRATAMIENTO FISIOTERAPÉUTICO DE LA CERVICALGIA MECÁNICA EN EL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA PASTORAL SOCIAL CARITAS AMBATO”**, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autor de éste trabajo de grado.

Ambato, Abril del 2015

EL AUTOR

.....

Villagómez Ibarra, Luis Andres

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los derechos en línea patrimonial de mi tesis, con fines de difusión pública; además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Ambato, Abril del 2015

EL AUTOR

.....

Villagómez Ibarra, Luis Andres

APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informe de Investigación, sobre el tema: **“LA TÉCNICA CUPPING COMO COMPLEMENTO EN EL TRATAMIENTO FISIOTERAPÉUTICO DE LA CERVICALGIA MECÁNICA EN EL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA PASTORAL SOCIAL CARITAS AMBATO”**, de Luis Andres Villagómez Ibarra, estudiante de la Carrera de Terapia Física.

Ambato, Mayo 2015

Para constancia firman

.....
1er VOCAL

.....
2do VOCAL

.....
PRESIDENTE

DEDICATORIA

Este trabajo realizado con mucha constancia, lo dedico a mis mejores amigos y compañeros, Mis Padres, quienes con su sabiduría, cariño, comprensión y apoyo supieron cursar el camino adecuado para cada uno de mis pasos, estando en los momentos difíciles y trascendentales, siempre con palabras de aliento, amor y dureza me enseñaron que pese a las adversidades de la vida se puede lograr todo lo que se propone.

A mi hermano que fue un incentivo importante en mi vida de estudiante, ya que juntos sobrellevamos momentos significativos y aprovechamos consejos tanto de nuestros padres como de la familia que permanece a nuestro lado, esto va dedicado para ustedes.

Villagómez Ibarra, Luis Andres

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por haberme dado una familia unida, ya que por medio de ellos supe aprovechar la oportunidad de crecer y salir adelante como persona de bien. A mis padres por el apoyo brindado durante la realización del proyecto, a la Universidad Técnica de Ambato por haberme dado un espacio para surgir con docentes de calidad, quienes me brindaron su sabiduría durante mi formación profesional, supieron impartir sabiamente sus conocimientos, permitiéndome ahora afrontar un nuevo reto en la vida.

A todos mis familiares y amigos que estuvieron presentes durante mi proceso estudiantil.

Villagómez Ibarra, Luis Andres

Índice Contenido

Pág.

CAPÍTULO I

1	PROBLEMA	2
1.1	Tema de Investigación	2
1.2	Planteamiento del Problema.....	2
1.2.1	Contextualización.....	2
1.2.2	Análisis crítico.	4
1.2.3	Prognosis:	5
1.2.4	Formulación del problema	5
1.2.5	Preguntas directrices.....	5
1.2.6	Delimitación.....	6
1.3	Justificación	6
1.4	Objetivos	8
1.4.1	Objetivo General.....	8
1.4.2	Objetivos Específicos.....	8
2	MARCO TEÓRICO	9
2.1	Antecedentes investigativos	9
2.2	Fundamentación filosófica	11
2.2.1	Fundamentación Ontológica:	11
2.2.2	Fundamentación Epistemológica:.....	11
2.2.3	Fundamentación Axiológica:	11
2.2.4	Fundamentación Metodológica:.....	12
2.2.5	Fundamentación Ética:.....	12
2.3	Fundamentación legal.....	12
2.4	Categorías fundamentales	15
2.5	Fundamentación científica de la variable independiente.....	16
2.5.1	Técnica Cupping.....	16
2.5.2	Masotetapia.....	23
2.5.3	Terapia alternativa	30
2.6	Fundamentación científica de la Variable Dependiente.....	32

2.6.1	Cervicalgia mecánica	32
2.6.2	Afecciones posturales	34
2.6.3	Afecciones musculo esqueléticas.....	38
2.7	Hipótesis.....	42
2.8	Señalamiento de variables	42
3	METODOLOGÍA.....	43
3.1	Enfoque investigativo	43
3.2	Modalidad básica de la investigación	43
3.3	Nivel o tipo de investigación	43
3.4	Población y Muestreo	44
3.5	Criterios de inclusión y exclusión.....	44
	Criterios de inclusión.....	44
	Criterios de exclusión	44
3.6	Operacionalización de variables	45
3.6.1	Variable Independiente: Técnica Cupping.....	45
3.6.2	Variable Dependiente: Cervicalgia mecánica	46
3.7	Recolección de información	47
4	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	48
4.1	Análisis de encuesta a los pacientes.....	48
4.2	ESCALA DE EVA	60
4.3	prueba T (escala de eva)	65
	Estadísticas para una muestra	65
4.4	ESCALA DE daniels	66
4.5	prueba T (escala de daniels).....	67
	Estadísticas para una muestra	67
4.6	Verificación de la hipótesis.....	68
5	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	69
5.1	Conclusiones.....	69
5.2	Recomendaciones.....	70

6	LA PROPUESTA	71
6.1	Datos Informativos	71
6.2	Antecedentes de la Propuesta	71
6.3	Justificación	72
6.4	Objetivos	73
6.4.1	Objetivo General	73
6.4.2	Objetivos Específicos	73
6.5	Análisis de Factibilidad	73
6.6	Fundamentación Científica – Técnica	74
6.7	Modelo Operativo.....	89
6.8	Administración de la propuesta	90
6.9	Previsión de la Propuesta.....	90
7	Bibliografía	91

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1	Categorización de variables.....	15
Gráfico No. 2.	Género de los pacientes	49
Gráfico No. 3	Rangos de edad.....	50
Gráfico No.4	Tiempo frente a un computador	51
Gráfico No. 5	Actividad laboral implica someterse a estrés y cansancio físico	52
Gráfico No. 6	Movimientos repetitivos en horas de trabajo	53
Gráfico No. 7	Padece de dolores.....	54
Gráfico No. 8	Causa que desata su dolor.....	55
Gráfico No. 9	Presenta limitaciones al realizar actividades	56
Gráfico No. 10	Tratamiento para sus dolores	57
Gráfico No. 11	Conoce usted sobre la Técnica Cupping	58
Gráfico No. 12	La técnica de Cupping alivio su dolor	59

Gráfico No. 13 Antes y Después (Escala de EVA).....	60
Gráfico No. 14 Antes y Después (Escala de Daniels).....	62
Gráfico No. 15 Escala de Eva.....	64
Gráfico No. 16 Escala de Eva.....	66

ÍNDICE DE IMÁGENES

Imagen No. 1 Diagrama Conceptual.....	20
Imagen No. 2 Posiciones recomendadas.....	20
Imagen No. 3 Áreas no adecuadas.....	22
Imagen No. 4 Masoterapia.....	23
Imagen No. 5 técnica de desplazamiento.....	25
Imagen No. 6 Ventosas Chinas Fisioterapéuticas.....	74
Imagen No. 7 <i>Goma de aspiración y pistola de succión</i>	75
Imagen No. 8 Aceite de vaselina.....	75
Imagen No. 9 Toallas.....	76
Imagen No. 10 Bobina de papel.....	76
Imagen No. 11 Posición adecuada del paciente.....	77
Imagen No. 12 Palpación de puntos Ashi.....	78
Imagen No. 13 Aplicación de las ventosas.....	78
Imagen No. 14 Aplicación de las ventosas.....	79
Imagen No. 15 Posición adecuada del paciente.....	79
Imagen No. 16 <i>Colocación de aceite de vaselina</i>	80
Imagen No. 17 Aplicación de ventosa corrida.....	80
Imagen No. 18 <i>Posición adecuada del paciente</i>	81
Imagen No. 19 <i>aplicación de ventosa rápida</i>	82
Imagen No. 20 <i>Posición adecuada del paciente</i>	83
Imagen No. 21 <i>Palpación de puntos Ashi</i>	83
Imagen No. 22 <i>Aplicación de las ventosas</i>	84

Imagen No. 23 <i>Aplicación de las ventosas</i>	85
Imagen No. 24 <i>Posición adecuada del paciente</i>	85
Imagen No. 25 <i>Colocación de aceite de vaselina</i>	86
Imagen No. 26 <i>Aplicación de ventosa corrida</i>	86
Imagen No. 27 <i>Posición adecuada del paciente</i>	87
Imagen No. 28 <i>Aplicación de ventosa rápida</i>	88

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Variable Independiente	45
Tabla No. 2 Variable Dependiente	46
Tabla No. 3 Género de los Pacientes	49
Tabla No. 4 Rangos de edad.....	50
Tabla No. 5 Tiempo frente a un computador	51
Tabla No. 6 Actividad laboral implica someterse a estrés y cansancio físico.....	52
Tabla No. 7 Movimientos repetitivos en horas de trabajo	53
Tabla No. 8 Padece de dolores	54
Tabla No. 9 Causa que desata su dolor	55
Tabla No. 10 Tratamiento para sus dolores.....	57
Tabla No. 11 Conoce usted sobre la Técnica Cupping	58
Tabla No. 12 La Técnica de Cupping alivio su dolor.....	59
Tabla No. 13 Escala de EVA.....	60
Tabla No. 14 Escala de DANIELS	66
Tabla No. 15 Modelo Operativo	89
Tabla No. 16 <i>Previsión de la propuesta.</i>	90

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE TERAPIA FÍSICA

“LA TÉCNICA CUPPING COMO COMPLEMENTO EN EL TRATAMIENTO FISIOTERAPÉUTICO DE LA CERVICALGIA MECÁNICA EN EL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA PASTORAL SOCIAL CARITAS AMBATO”

Autor: Villagómez Ibarra, Luis Andres

Tutor: Lcda. Peñafiel Luna, Andrea Carolina.

Fecha: Ambato, Abril 2015

RESUMEN

La técnica Cupping busca el equilibrio de la energía corporal expulsando factores patógenos. Las ventosas es una de las mejores técnicas que tiene como mecanismo de acción el producir un vacío interno mediante la extracción del aire, logrando así el objetivo básico de succión, teniendo en cuenta que la terapia natural moderna aplica esta técnica con el fin de eliminar el dolor y molestias corporales, además de producir una serie de estímulos cutáneos y tisulares. Las ventosas habitualmente son de plástico o cristal, que se reduce su efecto curativo al de aspiración. La eficacia de esta técnica será la respuesta orgánica que depende de la fuerza de succión, el tiempo de permanencia y las zonas corporales donde se coloque.

Por otro lado tenemos las Ventosas Calientes cuya aplicación requiere más tiempo de preparación y de aplicación así como mayor cuidado y experiencia por parte del terapeuta, para obtener los resultados deseados y para no dañar al paciente.

Se aplica alcohol sobre la Ventosa y se quema para aplicarla inmediatamente sobre la zona de tratamiento produciéndose así una aspiración por vacío al apagarse la ventosa.

Si la Ventosa es de cristal, el proceso resulta fácil de controlar visualmente, pero si es de un material opaco como bambú, cerámica o madera, requiere que el terapeuta posea más práctica en su manipulación. El efecto que origina el calor se suma al de aspiración, abriendo los poros, aumentando la circulación y sacando elementos de desecho o retenidos.

El tratamiento con la técnica Cupping dura aproximadamente una hora, con la aplicación de ventosas terapéuticas de quince o veinte minutos. Los pacientes comentan que a partir de la primera aplicación se percibe cambios notorios en la reducción del dolor y su desenvolvimiento diario.

PALABRAS CLAVES: TÉCNICA_CUPPING, ESTÍMULOS_CUTÁNEOS, ESTÍMULOS_TISULARES, PROBLEMAS_MUSCULARES, SUCCIÓN, DOLOR_CABEZA, CUELLO_ESPALDA.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

CAREER OF PHYSICAL THERAPY

"THE CUPPING TECHNICAL AS COMPLEMENT IN THE TREATMENT
PHYSIOTHERAPY IN THE CERVICALGIA MECHANICS IN THE
ADMINISTRATIVE STAFF OF SOCIAL PASTORAL CARITAS AMBATO"

Author: Villagómez Ibarra, Luis Andres.

Tutor: Lcda. Peñafiel Luna, Andrea Carolina.

Date: Ambato, April 2015

SUMMARY

The Cupping technique seeks to balance the body's energy expelling pathogenic factors. Suckers is one of the best techniques whose mechanism of action produce an internal vacuum the air extraction means, thus achieving the main objective of suction, considering that modern natural therapy applied this technique in order to remove bodily pain and discomfort, and produce a series of cutaneous stimuli and tissue. The suckers are usually plastic or glass, its curative effect is reduced by suction. The effectiveness of this technique will be dependent response organic suction force, and the residence time zones where the body is placed.

On the other hand we have the Hot Suction whose application requires more time for preparation and implementation as well as greater care and experience of the therapist, to get the desired results and to not harm the patient.

Cup alcohol on Applied and burned to apply immediately on the treatment area thereby producing a vacuum aspiration to turn off the suction cup.

If the suction cup is made of glass, the process is easy to visually check, but if it is of an opaque material such as bamboo, ceramic or wood, requires that the therapist holds more practice in handling. The heat effect originating joins the suction pores opening, increasing circulation and removing waste items or retained.

Cupping treatment with the technique takes about an hour, with the application of therapeutic suction fifteen or twenty minutes. Patients report that from the first application noticeable change is perceived in reducing pain and daily functioning.

KEYWORDS: TECHNICAL_CUPPING, CUTANEOUS_STIMULI, TISSUE_STIMULATION, MUSCLE_PROBLEMS, SUCTION, HEADACHE, NECK_BACK.

INTRODUCCIÓN

La Técnica Cupping es un método empleado en la medicina china, con el fin de provocar estímulos cutáneos y tisulares mediante la producción del vacío por medio de ventosas terapéuticas.

Consiste en la aplicación de ventosas en puntos Ashi, mediante formas básicas de aplicación. Ventosa fija, su procedimiento consiste en localizar puntos dolorosos y de energía acumulados, para proceder con la colocación de ventosas dejando en una zona establecida. Ventosa corrida, se aplica una capa de aceite sobre la superficie para empujar la ventosa y retroceder a lo largo del circuito deseado, se retiran las copas luego de que el área se congestione. Ventosa rápida, se coloca las copas produciendo el vacío y se retira de inmediato, esta acción se repite varias veces hasta que la piel tome un color diferente. Ventosa roja, refiere a producir un sangrado antes de la aspiración simultánea, se retira la copa cuando este congestionada por sangre y toxinas.

El tiempo de aplicación depende de la tolerancia que existe en la zona de estímulo, ya que puede producir reacciones poco frecuentes pero normales, como marcas circulares o hematomas provocados por la succión, que en pocos días desaparece.

Para la Pastoral Social Caritas Ambato se torna transcendental brindar a su personal administrativo atención fisioterapéutica en las áreas de trabajo para mejorar su rendimiento en las diferentes competencias.

CAPÍTULO I

PROBLEMA

1.1 TEMA DE INVESTIGACIÓN

La Técnica Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico de la cervicalgia mecánica en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1 Contextualización

Macro

Estudios realizados en el año 2012 en el Colegio Americano de Reumatología Estadounidense (American College of Rheumatology), demuestran que existe prevalencia del 10 al 20% de la población femenina entre 20 y 49 años que presentan síntomas de dolor muscular con prioridad en la zona cervical en el personal administrativo que laboran en una oficina.

De ocho a nueve de cada diez personas son mujeres alrededor de los 40 años. Se presume que se presente entre el 1 y el 3% de la población, más o menos entre 4 y 6 millones de personas que padecen cervicalgia mecánica, los mismos que asocian esta patología a su trabajo diario. ⁽¹⁾

Dando como resultado una cifra significativa de personas que presentan puntos gatillos en zona cervical, que se agudiza con posturas antiálgicas, lo que ocasiona patologías musculares que originan dolor de la musculatura, así como también afectación en cuello y hombros.

Meso

Según datos tomados en el año 2012 del Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos se puede apreciar que las personas del total de su tiempo únicamente un 38.24% lo ocupan para descansar y relajarse, un 3.58% para alimentarse y un 2.75% para acudir a consulta médica, por lo que se concluye que las personas económicamente activas se ven afectadas por el déficit de descanso, relajación y mala alimentación, se podría decir que por estos factores se producen la mayoría de patologías que alteran su rendimiento, si a esto se le suma el estrés por el ritmo de vida que llevan, se puede hablar de patologías físicas como cervicalgias.⁽²⁾

En el Ecuador son muy común las cervicalgias, se sabe que aproximadamente de cada 10 personas 8 han sufrido en algún momento dolor de cuello. Afecta a cualquier persona sin límite de edad, sexo o raza, pero se encuentran más propensos a experimentar una cervicalgia las personas que están sometidos a tensión y estrés. De igual manera es más frecuente en personas mayores de 30 años, ya que por su edad vamos a encontrar problemas adicionales como artrosis, osteoporosis entre otras.

Estas circunstancias conllevan a problemas posturales dado que el desgaste físico que las personas padecen provoca que su rendimiento laboral se vea afectado, además de su vitalidad y energía al momento de realizar sus actividades de la vida cotidiana.

Micro

La Ciudad de Ambato es considerada una localidad de gran actividad productiva que buscan satisfacer exigencias de la vida cotidiana, razón por la cual el número de personas que laboran en varias dependencias es alto, existiendo patologías musculares originadas por depresión, ansiedad, estrés, cansancio corporal y posturas mantenidas, por lo cual estos factores registran síntomas de dolores de cabeza, cuello y espalda, causadas por cervicalgias mecánicas.

En la Pastoral Social Caritas Ambato, el personal administrativo labora diariamente ocho horas, en donde los oficinistas se ven obligados a adoptar malas posturas mientras realizan actividades frente a un computador o escritorio durante periodos de tiempo extensos, realizando movimientos repetitivos y posturas mantenidas, con lo que se ve comprometida con mayor frecuencia la columna cervical, por ende afecta la salud del Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

Aproximadamente en la Pastoral Social Caritas Ambato se atiende a una población de 50 pacientes diarios con distintas patologías, de las cuales el 56% acude por problemas de la columna cervical con gran incidencia en el sexo femenino del 48%, con prevalencia de edad entre 25 a 45 años; para ayudar a los pacientes en su rehabilitación se aplican distintas modalidades de tratamiento convencional, a las cuales no toda la población puede acceder debido al tiempo y costo que demandan tratarse dichas patologías.

1.2.2 Análisis crítico.

La cervicalgia mecánica es la forma más frecuente de dolor cervical, se conoce como el dolor de cuello provocado por espasmos y contracturas musculares, asociado a factores posturales durante extensos periodos de trabajo y el estrés que acarrea el mismo, donde está expuesto a realizar movimientos repetitivos y posturas mantenidas, originando tensión cervical y puntos gatillo en varias zonas corporales, con mayor frecuencia en cuello y hombros. Esta enfermedad se ha convertido en un problema de salud pública principalmente por la falta de tratamiento curativo y su alta prevalencia.

Además hay que tomar en cuenta las diferentes actividades adicionales que desempeñan los mismos oficinistas dentro de la Institución, lo cual conlleva a cervicalgias mecánicas, ocasionando distintos grados de afectación que repercuten en la calidad de vida personal, familiar y laboral.

1.2.3 Prognosis:

Debido a la falta de innovación para buscar nuevas técnicas curativas y métodos de tratamiento para mitigar los problemas formados por dolores musculares cervicales, en sus jornadas laborales y actividades adicionales que desempeñan en su vida cotidiana, se producen problemas que aquejan a su salud física y psicológica, originando cervicalgias mecánicas, provocando una limitación en sus funciones e incapacidad para cumplir con sus labores diarias, lo que compromete no solo a su salud corporal sino también a su economía, además de provocar fatiga muscular, desgaste físico y afectación en la movilidad cervical.

Además la actividad que realiza el personal administrativo en atención al cliente contribuye a las contracturas musculares cervicales y por ende al estrés, pues existe gran demanda en las distintas competencias, dando como resultado una atención deficiente, ausencia laboral e incumplimiento de sus actividades, provocando un alto impacto en la producción y economía; esta situación se podría disminuir aplicando un tratamiento con la Técnica Cupping y procurando que este sea constante ya q el éxito del mismo será la continuidad del paciente durante el tiempo de rehabilitación.

1.2.4 Formulación del problema

¿Cuál es la efectividad de la Técnica Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico de la Cervicalgia Mecánica en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato?

1.2.5 Preguntas directrices

¿Cuáles son las principales características epidemiológicas del Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato que tiene cervicalgia mecánica?

¿Cuál es la intensidad del dolor que provocan las cervicalgias mecánicas en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato?

¿Cuál es el grado de fuerza que se ve afectada por las cervicalgias mecánicas en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato?

¿La Técnica Cupping brindara mejores beneficios como complemento en la terapia convencional en el tratamiento de las cervicalgias mecánicas en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato?

1.2.6 Delimitación

De contenido

Campo: Ciencias de la Salud.

Área: Terapia Física.

Aspecto: Técnica Cupping en cervicalgias mecánicas.

Delimitación Espacial: Pastoral Social Caritas Ambato.

Delimitación Temporal: Septiembre 2014 – Marzo 2015.

1.3 JUSTIFICACIÓN

La presente investigación es de gran interés por:

La incidencia de patologías de columna cervical que presenta el personal administrativo, debido a posturas mantenidas por largos periodos de tiempo y estrés laboral, lo que conlleva a producir puntos gatillos cervicales, por lo que padecen dolores de espalda, cuello y hombros.

El escaso conocimiento por parte del personal de las causas y mecanismos que provocan puntos dolorosos a nivel muscular, aumentan el riesgo de originar cervicalgias mecánicas, convirtiéndose de tal manera en un problema de salud pública prevalente, con un fuerte impacto a nivel vital, social, familiar y laboral.

Las intensas jornadas de trabajo y labores adicionales que desempeñan en la Pastoral Social Caritas Ambato y en sus hogares, dejan expuesto al personal a niveles altos de estrés y cansancio corporal, lo cual produce en ellos problemas tanto de salud física como psicológica, de ahí el interés de investigar una técnica de tratamiento alternativo que sea factible, rápido y con un costo accesible, con fines de aliviar las dolencias del personal suscitadas en sus áreas de trabajo y actividades cotidianas que desempeñan, tomando en cuenta que el tiempo que disponen es mínimo para acudir a tratamiento.

La visión de la investigación es mejorar su nivel de vida en el aspecto social, familiar y laboral, relacionándolo directamente con la misión de aliviar las molestias de manera rápida y satisfacer las necesidades del personal con un tratamiento accesible, ya que disminuye los dolores ocasionados por dicha patología de forma eficaz.

La Técnica Cupping, es un método de tratamiento curativo innovador, nunca utilizado en un entorno laboral y a nivel regional. Es poco conocida y aplicada a nivel mundial, teniendo como referencias a países Norteamericanos y Europeos, pero presenta excelentes resultados en el tratamiento de cervicalgias mecánicas.

La investigación es de gran interés para el personal ya que por medio de la Técnica Cupping obtendrán beneficios satisfactorios al registrar mejoras en su salud corporal, por ende mejora su actividad productiva; aportando científicamente dicha técnica en ser el mejor método para abrir los meridianos del cuerpo, que son los conductos a través de los cuales fluye la energía, por lo que esta terapia alternativa funciona de forma similar a la acupuntura. El presente trabajo va ser factible gracias al apoyo de la Pastoral Social Caritas Ambato y su personal administrativo.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo General

Evaluar la efectividad de la Técnica Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico de la Cervicalgia Mecánica en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Identificar las principales características epidemiológicas del Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato que tiene cervicalgia mecánica.
- Determinar la intensidad del dolor que provocan las cervicalgias mecánica en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.
- Valorar el grado de fuerza que se ve afectada por las cervicalgias mecánicas en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.
- Cotejar los beneficios de la Técnica Cupping sobre el dolor y la fuerza muscular en la cervicalgia mecánica del Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Para sustentar la presente investigación se buscó referencias investigativas en los registros de la Universidad Técnica de Ambato encontrando los siguientes temas:

Tema: “Aplicación de la técnica de electrocinèsis manual en cervicalgia de origen mecánico en los pacientes de 25 a 50 años del centro de traumatología y artroscopia la merced de la ciudad de Latacunga, período marzo –agosto del 2012” (Chacón Beltrán, 2012)

Autora Chacón Beltrán, B

Objetivo general: Identificar la influencia de la electrocinesis manual en la cervicalgia de origen mecánico en los pacientes de 25 - 50 años del centro de traumatología y artroscopia La Merced de la ciudad de Latacunga. Utiliza una investigación de campo, documental – bibliográfico y experimental, conto con una población de 114 pacientes, luego de haber realizado los estudios pertinentes llega a la conclusión: La electrocinesis manual constituyó un arsenal terapéutico efectivo en el manejo de esta patología, con resultados positivo, superando la terapéutica de la electroterapia convencional; que permite al trabajador mantenerse laboralmente activo mejorando notablemente la calidad de vida (Chacón Beltrán, 2012)

Las corrientes de estimulación aplicadas con una combinación de movimientos de electrodos con maniobras de masaje, aumenta la eficacia del tratamiento fisioterapéutico en Cervicalgias.

Tema: ”Aplicación de la técnica de masaje alternativo en pacientes de 25 a 45 años que presentan Cervicalgia en la Fundación Corazón de María en la ciudad de Pelileo en el periodo Agosto – Diciembre 2008” (Carrasco Morales, 2008)

Autora Carrasco Morales, SM.

Objetivo general: determinar los efectos terapéuticos mediante la aplicación de la técnica de shiatsu en pacientes que presentan cervicalgias en la Fundación Corazón de María en la ciudad de Pelileo.

Utiliza una investigación de campo, experimental y bibliográfica, lo ejecuta con una población de 20 pacientes. La conclusión a la que llega es: “Los efectos terapéuticos que produce la aplicación de la técnica shiatsu actúan en forma positiva que al relacionarse con las patologías en este caso la cervicalgia, producen reacciones fisiológicas biológicas favorables gracias a la eliminación del dolor que al paciente al desenvolverse en su medio sin molestias producidas por la patología que padece”. Luego de haber revisado las conclusiones la investigadora comprobó su hipótesis y llego a la conclusión que el shiatsu es un buen tratamiento para las cervicalgias ya que sus beneficios ayudan a disminuir sintomatología de la patología presente.

Pablo, P 2013. Tiene como objetivo notificar los beneficios y efectividad de la Técnica Cupping como tratamiento en Cervicalgias Mecánicas en pacientes que presentan cuadro de puntos dolorosos ocasionados por posturas mantenidas, estrés laboral y factores emocionales y sociales.

Después de la revisión de los criterios emitidos por pacientes que colaboraron para la ejecución del presente artículo, expresan que el tratamiento dura aproximadamente una hora, con un tiempo de colocación de ventosas terapéuticas de quince a veinte minutos, ya que en varios estudios combinaron metodologías terapéuticas complementarias.

Pacientes opinan que a partir de la primera sesión los resultados son notorios, la reducción del dolor cervical es eficaz, por ende la fatiga corporal en actividades cotidianas sufre un cambio positivo e insinuaron reducción significativa de molestias en hombros, pero si se quiere mantener los resultados adquiridos recomiendan completar el tratamiento que consiste en 10 sesiones seguidas, posteriormente se reduce el número de sesiones semanales para conservar los cambios. Luego del análisis total del artículo, se concluye que la técnica Cupping como tratamiento en afecciones cervicales es efectiva, ya que mejora la postura y reduce el dolor, incrementando indirectamente la elasticidad en región cervical en

el desarrollo de actividades diarias, aumentando el bienestar personal, familiar y laboral.

2.2 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

La investigación se encuentra enmarcada en el enfoque crítico – propositivo puesto que la finalidad consiste en un proceso de interpretación, comprensión y explicación del objeto de estudio, en este caso las molestias que aquejan las cervicalgias mecánicas, por lo que se necesita conocer el problema en sus diferentes escenarios, para así buscar solución e incentivar una mejor calidad de vida, evitando que el problema se agudice y sus consecuencias sean más graves, poniendo en riesgo la salud física y el rendimiento laboral.

2.2.1 Fundamentación Ontológica:

El estudio del tratamiento de la cervicalgia mecánica es fundamental ya que es una de las patologías que causa dolor y limitación física, por ende ausencia laboral al no ser tratado oportunamente por algún método alternativo como la técnica Cupping, que ayudará a optimizar el estilo de vida de las personas que serán objeto de estudio, provocando cambios radicales en su salud.

2.2.2 Fundamentación Epistemológica:

Desde la perspectiva dialéctica, existen dimensiones importantes de las cervicalgia mecánica que evidencian limitación funcional en actividades cotidianas y laborales, que se fundamenta en originar dolores intensos que conllevan a posturas mantenidas y movimientos repetitivos, reduciendo su vitalidad y energía, de ahí la relevancia de una solución inmediata.

2.2.3 Fundamentación Axiológica:

La presente investigación pretende servir al personal administrativo que padece de cervicalgia mecánica, por ende la aplicación del tratamiento con la Técnica Cupping ira de la mano con ética, calidad humana, persistencia, veracidad,

voluntad y responsabilidad, demostrada en gestos y actitudes positivas, ya que es importante la pronta recuperación del personal.

2.2.4 Fundamentación Metodológica:

La investigación tiende a inclinarse por el paradigma cuali-cuantitativo, permitiendo acceder a la recolección de datos mediante la encuesta, con lo que ayudará a verificar la hipótesis, poniendo en juego la persistencia y veracidad crítica del investigador para poner en marcha un tratamiento para cada paciente acorde a sus requerimientos.

2.2.5 Fundamentación Ética:

El Fisioterapeuta es un profesional de la Salud, cuyos cometidos están siempre encaminados a la aplicación correcta de habilidades y destrezas, las mismas que van ligadas a responsabilidad y transparencia al guiar y responder todas las interrogantes y necesidades que presente el paciente, buscando su beneficio sin causar perjuicio alguno respetando su integridad para conseguir el objetivo del tratamiento propuesto.

2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL.

De acuerdo a la investigación hay que tomar en cuenta los siguientes aspectos legales estipulados en la Constitución de la República del Ecuador.

Título VII

RÉGIMEN DEL BUEN VIVIR.

Capítulo primero.

Sección segunda.

Salud.

Art. 358.- El sistema nacional de salud tendrá por finalidad el desarrollo, protección y recuperación de las capacidades y potencialidades para una vida saludable e integral, tanto individual como colectiva, y reconocerá la diversidad social y cultural. El sistema se guiará por los principios generales

del sistema nacional de inclusión y equidad social, y por los de bioética, suficiencia e interculturalidad, con enfoque de género y generacional.

Art. 359.- El sistema nacional de salud comprenderá las instituciones, programas, políticas, recursos, acciones y actores en salud; abarcará todas las dimensiones del derecho a la salud; garantizará la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación en todos los niveles; y propiciará la participación ciudadana y el control social.

Art. 360.- El sistema garantizará, a través de las instituciones que lo conforman, la promoción de la salud, prevención y atención integral, familiar y comunitaria, con base en la atención primaria de salud; articulará los diferentes niveles de atención; y promoverá la complementariedad con las medicinas ancestrales y alternativas.

La red pública integral de salud será parte del sistema nacional de salud y estará conformada por el conjunto articulado de establecimientos estatales, de la seguridad social y con otros proveedores que pertenecen al Estado, con vínculos jurídicos, operativos y de complementariedad.

Art. 363.- El Estado será responsable de:

1. Garantizar las prácticas de salud ancestral y alternativa mediante el reconocimiento, respeto y promoción del uso de sus conocimientos, medicinas e instrumentos. (Asamblea Nacional Constituyente , 2008, pág. 105)

Ley de Riesgo Laboral

Capítulo I

Artículo 2. Objeto y Carácter de la norma.

1. La presente Ley tiene por objeto promover la seguridad y la salud de los trabajadores mediante la aplicación de medidas y el desarrollo de las actividades necesarias para la prevención de riesgos derivados del trabajo.

A tales efectos, esta Ley establece los principios generales relativos a la prevención de los riesgos profesionales para la protección de la seguridad y de la salud, la eliminación o disminución de los riesgos derivados del trabajo, la información, la consulta, la participación equilibrada y la formación de los trabajadores en materia preventiva, en los términos señalados en la presente disposición. (Ley de Prevención e Riesgos Laborales, 2013)

Capítulo III

Artículo 22. Vigilancia de la salud.

1. El empresario garantizará a los trabajadores a su servicio la vigilancia periódica de su estado de salud en función de los riesgos inherentes al trabajo.

Esta vigilancia sólo podrá llevarse a cabo cuando el trabajador preste su consentimiento. De este carácter voluntario sólo se exceptuarán, previo

informe de los representantes de los trabajadores, los supuestos en los que la realización de los reconocimientos sea imprescindible para evaluar los efectos de las condiciones de trabajo sobre la salud de los trabajadores o para verificar si el estado de salud del trabajador puede constituir un peligro para el mismo, para los demás trabajadores o para otras personas relacionadas con la empresa o cuando así esté establecido en una disposición legal en relación con la protección de riesgos específicos y actividades de especial peligrosidad.

En todo caso se deberá optar por la realización de aquellos reconocimientos o pruebas que causen las menores molestias al trabajador y que sean proporcionales al riesgo.

2. Las medidas de vigilancia y control de la salud de los trabajadores se llevarán a cabo respetando siempre el derecho a la intimidad y a la dignidad de la persona del trabajador y la confidencialidad de toda la información relacionada con su estado de salud.
3. Los datos relativos a la vigilancia de la salud de los trabajadores no podrán ser usados con fines discriminatorios ni en perjuicio del trabajador.
El acceso a la información médica de carácter personal se limitará al personal médico y a las autoridades sanitarias que lleven a cabo la vigilancia de la salud de los trabajadores, sin que pueda facilitarse al empresario o a otras personas sin consentimiento expreso del trabajador.
No obstante lo anterior, el empresario y las personas u órganos con responsabilidades en materia de prevención serán informados de las conclusiones que se deriven de los reconocimientos efectuados en relación con la aptitud del trabajador para el desempeño del puesto de trabajo o con la necesidad de introducir o mejorar las medidas de protección y prevención, a fin de que puedan desarrollar correctamente su funciones en materia preventiva.
4. En los supuestos en que la naturaleza de los riesgos inherentes al trabajo lo haga necesario, el derecho de los trabajadores a la vigilancia periódica de su estado de salud deberá ser prolongado más allá de la finalización de la relación laboral, en los términos que reglamentariamente se determinen.
5. Las medidas de vigilancia y control de la salud de los trabajadores se llevarán a cabo por personal sanitario con competencia técnica, formación y capacidad acreditada. (Ley de Prevención e Riesgos Laborales, 2013)

2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

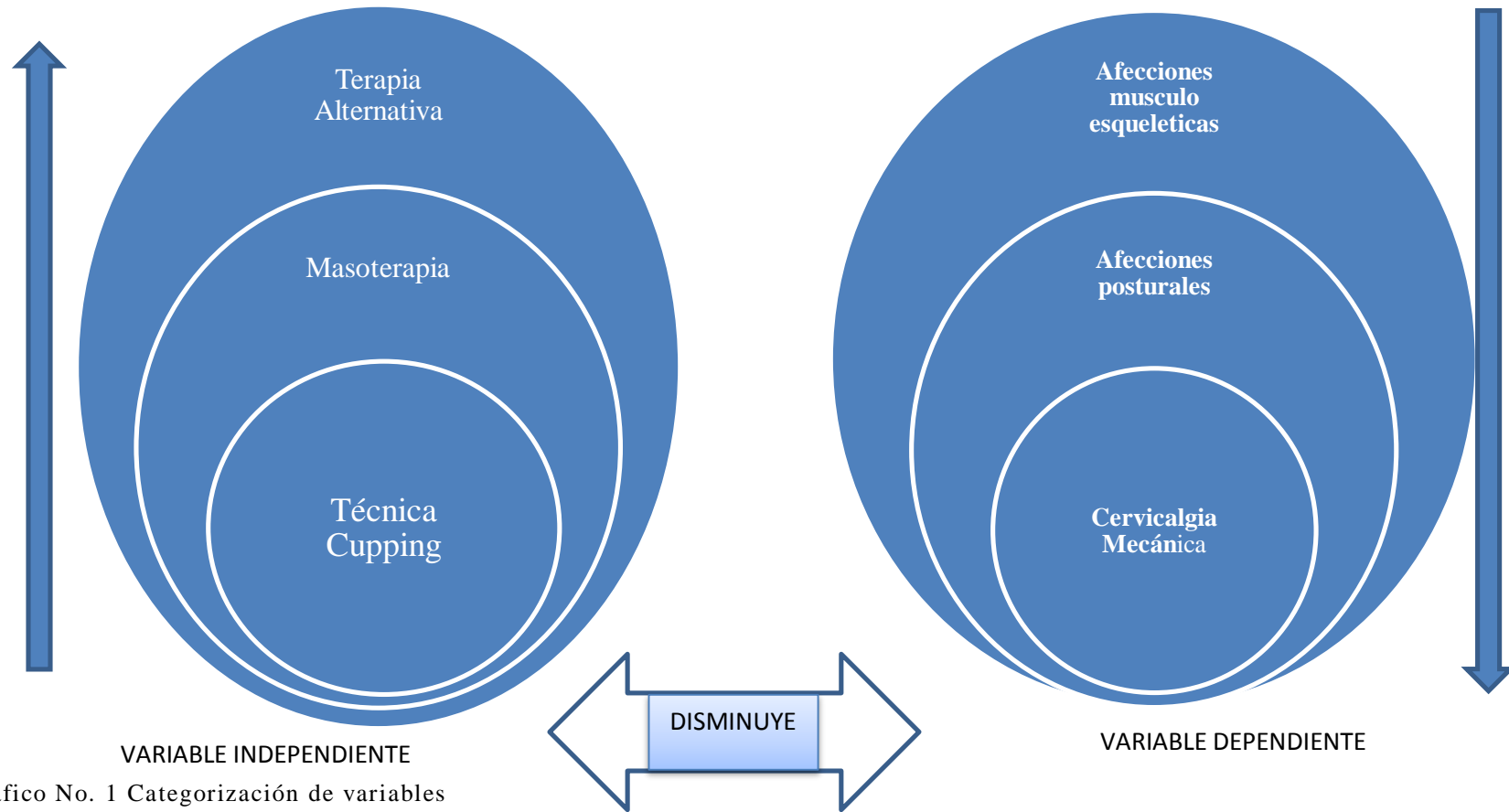


Gráfico No. 1 Categorización de variables
Elaborado por: Andrés Villagómez

2.5 FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

2.5.1 Técnica Cupping

La terapia con ventosas también se denomina “con el término inglés cupping, que deriva de ‘cup’ que en inglés significa taza” (Sales, 2013). Se trata de uno de los métodos terapéuticos empleados en la Medicina Tradicional China con la finalidad de provocar determinados estímulos cutáneos y tisulares mediante la producción del vacío.

Cupping es: “Una técnica útil en molestias de los meridianos debido a un estancamiento de la sangre o del Qi. También es eficaz para expulsar los factores patógenos externos sobre todo el viento y el frío” (Sales, 2013). Consiste en utilizar ventosas, y a la falta se recomienda aplicar tazas o vasos a modo de ventosa sobre determinados puntos acupunturales del cuerpo.

Historia

Es una terapia muy antigua, cuyos registros se encuentran en diversas partes del mundo.

La terapia de aplicación de ventosas tiene en China una larga historia que se remonta a más de 2000 años. También los egipcios la usaron, dejaron constancia escrita de su uso e Hipócrates y Galeno fueron defensores de sus numerosos beneficios. En Europa y América los médicos empezaron a utilizarla a principios del siglo XIX y desde entonces ha venido confirmándose clínicamente lo que la observación había mostrado, la aplicación de ventosas aporta numerosos beneficios para la salud. (Sales, 2013).

Se menciona con gran acierto que esta terapia es de origen chino, la medicina china se ha extendido por todo el mundo trayendo benéficos positivos a la salud del ser humano.

Procesos que se benefician del masaje con ventosas

Entre los más importantes tenemos:

- Fibromialgias.
- Inflamación de tejidos y articulaciones.
- Estreñimiento.
- Retención de líquidos y edemas.
- Problemas circulatorios.
- Ciática.
- Celulitis.
- Estrés.

Acciones del masaje con ventosas

Entre los más importantes tenemos:

- Drena y mueve líquidos.
- Sedante del sistema nervioso.
- Expulsa la congestión.
- Estira los músculos y el tejido conectivo.
- Suelta las adhesiones.
- Suministra sangre a la piel y limpia toxinas.

La aplicación de ventosas provoca:

- Efecto revulsivo (inflamación externa para quitar un problema interno)
- Efecto relajante muscular.
- Efecto analgésico.
- Hiperemia local.
- Eliminación de factores patógenos externos, sobre todo frío y humedad.
- Regulan el sistema nervioso.
- Aumentan las defensas.

Base y características de la aplicación de ventosas

Las Ventosas tradicionalmente han sido de bambú, cristal, cerámica o de arcilla. Hasta llegar en la actualidad a las ventosas de plástico por aspiración de presión negativa del aire con pera de goma o magnéticas (Centro Naturista Slalow, 2013).. Actualmente, es posible obtener el grado de vacío necesario según la aplicación.

Se puede obtener “vacío con una bomba que succiona a distancia y poco tiene que ver con los antiguos métodos que consistían en quemar sustancias como el algodón mojado con alcohol en su interior y aplicar la ventosa inmediatamente para evitar quemar al enfermo” (Gigong y masaje Holistic en Peru, 2013). Se menciona que la bomba de succión evita quemaduras ya que antiguamente utilizaban métodos rudimentarios que provocaban algún tipo de molestia.

Las Ventosas pueden clasificarse en dos tipos generales:

Las Ventosas más habituales en nuestros tiempos son de plástico, su uso rápido, eficaz y fácil es curativo además se reduce la aspiración ya que no puede ser calentada.

Por otro lado, tenemos:

Las Ventosas Calientes cuya aplicación requiere más tiempo de preparación y de aplicación así como mayor cuidado y experiencia por parte del terapeuta, para obtener los resultados deseados y para no dañar al paciente. Se aplica alcohol sobre la Ventosa y se quema para aplicarla inmediatamente sobre la zona de tratamiento produciéndose así una aspiración por vacío al apagarse la ventosa.

Si la Ventosa es de cristal, el proceso resulta fácil de controlar visualmente, pero si es de un material opaco como bambú, cerámica o madera, requiere que el terapeuta posea más práctica en su manipulación. El efecto que origina el calor se suma al de aspiración, abriendo los poros, aumentando la circulación y sacando elementos de desecho o retenidos (Gigong y masaje Holistic en Peru, 2013).

En cada uno de estos dos tipos, podemos diferenciar a su vez otros dos tipos:

- Ventosa blanca: consiste en aplicar simplemente la ventosa y obtener así su efecto terapéutico.

- Ventosa roja: se aplica la ventosa al mismo tiempo que se hace un sangrado que es aspirado simultáneamente. Esta aplicación puede realizarse con o sin calor.

“Las Ventosas modernas se aplican gracias a una bomba de succión o a una pera de goma” (Díaz, 2011). Son mucho más prácticas que las Ventosas tradicionales. Las Ventosas pueden aplicarse de varias formas, dejarlas fijas, quitarlas y ponerlas rápidamente, moverlas una vez colocadas, sacudirlas, girarlas, etc.

El método de aplicación varía según la patología que se trate. A modo de información hay que mencionar que, si la aplicación de las Ventosas es fija pueden aparecer marcas circulares moradas que desaparecerán en una semana aproximadamente, ya que la sangre y las toxinas han emergido a la piel.

Protocolo para las terapias

La selección de punto correcto de acuerdo al malestar o enfermedad puede explicarse como sigue:

- Punto Ashi, es el punto más evidente del dolor.
- Se muestra en el modelo del torso los mencionados puntos Ashi, “ los situados en la línea del medio anterior y posterior del tronco del cuerpo humano son puntos de acupuntura (el vaso regulador y el vaso concepción).” (Díaz, 2011)
- Tomar el punto: el referido punto se toma para tratamiento y pueden dividirse en dos grupos, utilizándose en días alternados. (3)

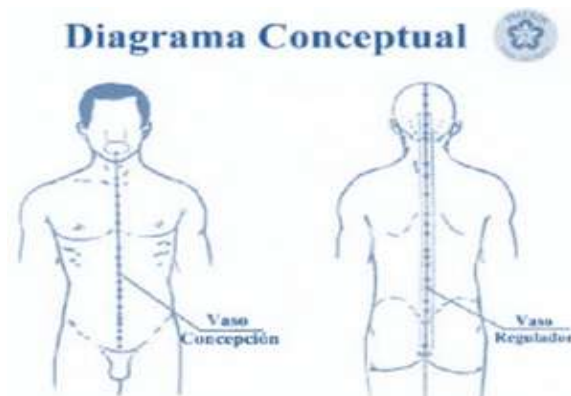


Imagen No. 1 Diagrama Conceptual

Fuente: <http://es.scribd.com/doc/74154310/Pequeno-Manual-para-Terapias-con-Ventosas#scribd>

- Seleccionamos la ventosa adecuada y una postura cómoda, generalmente acostado boca abajo o tumbado decúbito dorsal, lateral o en las distintas posturas adecuadas para la sesión.

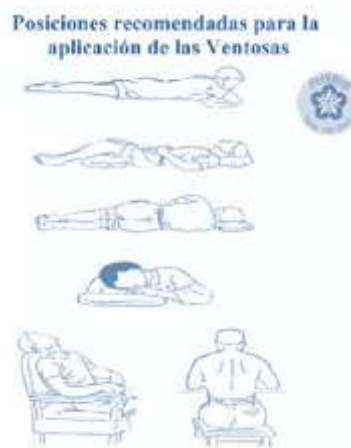


Imagen No. 2 Posiciones recomendadas

Fuente: <http://es.scribd.com/doc/74154310/Pequeno-Manual-para-Terapias-con-Ventosas#scribd>

Formas básicas de aplicar las ventosas

Los autores mencionan

Ventosa fija.

Se deja en un sitio fijo un tiempo de 10 a 15 minutos.

Se elige los puntos según las dolencias o enfermedad del paciente, se masajea suavemente con la punta de los dedos buscando estancos dolorosos de energía y fluidos, una vez localizados los Ashis, se procede a colocar la ventosa según el esquema.

Habitualmente deja marcas circulares en la piel que son hematomas provocados por la succión, que desaparecen en pocos días.

Ventosa corrida.

Antes de correr la ventosa aplique una capa de aceite como vaselina sobre la superficie donde colocara las ventosas. Luego tirar y empujar las ventosas y retroceder a lo largo de los canales o a lo largo del circuito deseado, luego quitar las copas hasta que la piel del área se congestione. Este método puede actuar tanto como sangrado y raspado de terapia y es adecuado para los sitios con amplia área, piel suave y abundantes músculos, tales como espalda, nalgas, muslos y otras zonas.

Ventosa rápida.

Quitar la ventosa inmediatamente y repetir muchas veces hasta que la piel agarre color. Este método se utiliza principalmente en los sitios donde no es muy uniforme y las ventosas se caen con facilidad.

Ventosas rojas.

Hace referencia a que a la vez se hace sangrado y se aspira simultáneamente para poder sacar la sangre cuando se requiere. La ventosa roja se puede aplicar sea con calor y sin él. (Universida Lanibna de Costa Rica, 2012)

En los pacientes con piel delicada el tiempo es limitado por la tolerancia del cuerpo humano. Retirar la ventosa que esta congestionada con estancos de sangre, linfa, tóxicos, etc.

Precauciones en el uso

- Las ventosas están terminantemente prohibidas en pacientes con enfermedades hematológicas tales como Hemofilia, Leucemia, Anemia, Trombocitopenia.
- Las ventosas no son apropiadas en áreas alérgicas o ulceradas.
- Las ventosas no son adecuadas para aquellas áreas con grandes vasos sanguíneos, taquicardias o aglomeración de ganglios linfáticos como en zonas submandibular, supraclavicular, lateral cervical, piel axilar y piel con alergias.

- Las ventosas no son apropiadas en “tumores localizados, traumas o fracturas, zonas con venas varicosas, cicatrices recientes y zonas genitales” (Diaz, 2011).
- Las ventosas no son adecuadas para mujeres embarazadas, durante la menstruación, pacientes con tuberculosis activa, calambres musculares.



Imagen No. 3 Áreas no adecuadas

Fuente: <http://es.scribd.com/doc/74154310/Pequeno-Manual-para-Terapias-con-Ventosas#scribd>

Después de poner las ventosas, puede aparecer fenómenos como ampollas en la piel, gotas de agua, puntos sangrados, estas son reacciones terapéuticas poco frecuentes, pero normales. La ampolla si es leve, será absorbida espontáneamente, y si la ampolla es mayor, indica que la enfermedad es más severa, hay que descargar el líquido y a continuación, se aplica una gasa estéril para prevenir la infección.

Si el paciente siente las ventosas demasiado apretadas, molestias, dolor intolerable, es posible que la fuerza de succión de la ventosa sea demasiado fuerte o que el sitio donde están no sea apto. Las ventosas deben quitadas y colocar de nuevo o cambiar los puntos de colocación o poner ventosas más pequeñas.

2.5.2 Masoterapia

Masoterapia es “una serie de técnicas manuales fisioterapéuticas, en las cuales a través de toques, fricciones, palpaciones de forma rítmica y una presión para desencadenar ciertos efectos positivos en el organismo” (Ramón, 2013). Se busca el bienestar físico - psíquico del individuo en alguna dolencias que lo aquejen.



Imagen No. 4 Masoterapia

Fuente: <https://reantu.wordpress.com/que-hacemos/terapias-complementarias/masoterapia/>

En un tratado médico conocido como

NEI CHING y atribuido al emperador amarillo Huang Ti, contiene las referencias chinas más antiguas del masaje. El libro Hindú del Ayurveda, escrito alrededor de 1.800 años antes de Cristo se refieren al masaje como una fricción o lavado que recomendaban como medio de ayudar al cuerpo a sanar por sí mismo. La literatura médica de los doctores egipcios, persas y japoneses hacen numerosas referencias a los beneficios y la utilidad del masaje cuando se trata de curar o controlar un gran número de enfermedades o dolencias específicas.

También los romanos y griegos creían firmemente en los beneficios del masaje y hombres como Homero, Hipócrates, Sócrates, Platón (Ramón, 2013)

Ellos se encuentran entre los más grandes hombres de sus respectivas épocas, revisaron la práctica del masaje.

Como funciona o actúa el masaje

Estimulo nervioso: “A través del tacto se activan los centros nerviosos de la piel lo cual provoca una respuesta del organismo al impulso recibido relajando las fibras sensitivas en el sistema tegumentario (piel y sus anexos)” (Ramón, 2013).

Estimulo mecánico: “Al entrar a planos más profundos con técnicas de presión y amasamiento en la piel, músculos y vasos sanguíneos, se estimulan los centros de receptores libres y mixtos de calor, dolor y presión” (Ramón, 2013), lo cual genera una acentuación del flujo venoso, aumentando la elongación y relajación de los músculos y el cuerpo en general, trayendo un bienestar total al paciente, acortando así el tiempo de recuperación en dolencias físicas.

Acción refleja: El masaje actúa en

los tejidos superficiales y profundos, pero su acción no se limita a la zona donde se da el masaje, sino que de modo reflejo se trasmite su efecto a las funciones de otros órganos y sistemas así como a todo el organismo en general, al ampliar el aparato receptor global del ser humano. Tenemos que al trabajar ciertos puntos o zonas locales especificas se pueden activar las funciones de otros órganos a distancia. (Ramón, 2013)

Beneficios del masaje

Aumenta el aporte sanguíneo a la región tratada.

Aumenta la autoestima.

Equilibra el metabolismo.

Aumenta la circulación venosa y linfática.

Elimina células muertas y acelera la producción de células nuevas.

Aumenta el calor en la zona.

Mejora el tono muscular y reduce la atrofia muscular debido a la inactividad forzosa.

Ayuda a liberar tensiones, entre ellas las crónicas de cuello y hombro.

Maniobras o técnicas del masaje.

Efuraje - afloramientos o deslizamientos.

Se realiza solo sobre la piel por lo que es de tipo superficial.

El propósito de la aplicación en el cuerpo usando un movimiento rítmico, suave y lento es el de producir una acción refleja, la presión ejercida debe ser muy suave para asegurar la obtención de este efecto, el cual influye sobre el sistema tegumentario y sobre el sistema nervioso (activándolo o sedándolo). Se realiza siguiendo la dirección del retorno circulatorio sanguíneo y linfático, su ejecución es con los dedos y palmas.



Imagen No. 5 técnica de desplazamiento

Fuente: <https://reantu.wordpress.com/que-hacemos/terapias-complementarias/masoterapia/>

Amasamientos.

Esta técnica se realiza:

A nivel más profundo influyendo sobre el sistema muscular y óseo. Consiste en una sucesión regular de compresiones y descompresiones de los tejidos, de movilizar los músculos y los tendones bajo los dedos de la mano.

Se utilizan una o las dos manos para abarcar el grupo muscular entre el pulgar y los dedos restantes; se presiona y posteriormente se suelta, con un movimiento de estiramiento o circular al terminar la manipulación. La presión ejercida es poco intensa e intermitente, no existe deslizamiento de la piel y las manos pueden no variar de posición durante el masaje o pueden desplazarse.

Las manos se mueven de distal a proximal con maniobras perpendiculares o paralelas a la dirección de las fibras musculares que poco irán distendiéndose y relajándose. (Ramón, 2013)

Efectos:

Disminuye la contracción muscular.

Favorece la circulación y mejora la nutrición celular.

Eleva ligeramente la temperatura del musculo para alcanzar la relajación.

Aumento de la capacidad de contracción muscular y fortalecimiento de las fibras musculares.

Amasamiento digital o maso digital: presionar con las yemas de todos los dedos, incluyendo el pulgar colocándolo ligeramente flexionados y formando círculos pequeños se avanza hacia arriba luego se desciende del mismo modo alternando el movimiento sin levantar las manos.

Amasamiento palmo digital: este movimiento se compone de dos fases de movimientos alterno y movimiento al unísono. En el primer caso sujetar el musculo con las dos manos, presionándolo con las palmas y el pulgar, y avanzar alternadamente realizando un movimiento de vaivén sin levantarlas, el movimiento será primero ascendente y luego descendente siempre de la misma forma.

En el segundo caso al unísono se realiza igual pero con las dos manos a la misma altura, ascendiendo y descendiendo a la vez a un ritmo moderado. (Dr. Santiago, R. 2010)

Percusiones:

Consiste en: “golpear los tejidos de forma rápida y breve, alternante con una o con las dos manos relajadas. Las manos pueden disponerse de distintas formas: Con la palma ahuecada, con la región cubital, con la eminencia hipotenar y con la yema de los dedos” (Ramón, 2013). Inicialmente serán débiles, posteriormente se aumentara su intensidad de forma gradual.

Efectos:

Se produce un estímulo que provoca contracciones musculares.

Favorece el aumento del tono muscular.

Mejora la nutrición de los tejidos.

Aumenta la sensibilidad motriz.

Produce una vasodilatación arterial.

Usos:

Cuando es superficial, se da con la palma de la mano y los dedos cerrados tiene acción activan te de la circulación periférica.

Cuando es profundo, golpetear en la dirección natural de retorno dela la circulación sanguínea y linfática.

Tiene el propósito de vaciar venas y vasos linfáticos, y forzar así su contenido en la dirección de la circulación natural.

Es muy importante que los músculos del paciente estén relajados y estar a favor de la gravedad, hacer movimientos profundos pero no pesados y siempre en dirección de la circulación venosa.

Vibraciones.

Se realiza una contracción estática de los antebrazos generando equilibrio entre los flexores y extensores de los dedos.

En esta no existe deslizamiento de las manos sobre la piel ni movilización sobre los planos subyacentes.

Las manos pueden disponerse de distintas formas: Con la yema de los dedos, con los nudillos o cualquier otra parte de la mano o muñeca.

Efectos:

Estimulante del flujo sanguíneo.

Es un recurso para relajar el musculo, también estimula los músculos inactivos, se usan en fibromialgias.

Disminución del tono muscular.

Activa los procesos metabólicos y regeneradores.

Roce o frotación.

Este movimiento recorre varias veces la zona a un ritmo lento y se levanta la mano cuando se llega al extremo del recorrido.

La dirección del masaje siempre es centrípeta.

La presión ejercida debe ser gradual, suave y uniforme.

Efectos:

Preparar la zona para la práctica de otras maniobras.

Produce una hiperemia local.

Estimula la circulación en las fibras musculares.

Disminuye las contracturas musculares.

Acción relajante y sedante general.

Disminución del tono muscular.

Fricción profunda:

En esta maniobra no existe deslizamiento de la mano sobre la piel del paciente, la mano se adhiere firmemente a la piel y la moviliza sobre los planos subyacentes.

Se puede aplicar con la yema del pulgar, con la punta de los dedos y el talón de la mano. El sentido de la maniobra depende de la zona a tratar: circular, longitudinal, en estrella.

Efectos:

Reduce el espasmo muscular.

Provocan efectos reflejos sobre los puntos de gatillo al presionar sobre ellos.

Se utiliza para relajar.

Descripción:

“Formando una “C” con la mano, se usa en partes donde hay gran cantidad de músculos grandes, se utilizan el reborde proximal de la mano; se ejerce una fricción profunda pero hay que tener cuidado de no lesionar con una aplicación excesiva de fuerza” (Ramón, 2013).

Percusiones: entre estas tenemos.

Tecleado: “con los diez dedos, como si se tocara el piano teclear rápidamente la zona a tratar, de forma suave y en todas las direcciones, las dos manos actúan a un ritmo rápido” (Ramón, 2013). Efectos: es sedante y calmante de cualquier dolor sobre las regiones hipersensibles, actúa sobre la circulación a flor de piel y del sistema nervioso.

Ventosas o golpeteo concavo: “con los dedos totalmente doblados dejando el hueco de la palma de la mano en forma de ventosa, se golpetea sobre la zona con las falanges y el resto del a mano, se alternan las manos a un ritmo rápido” (Ramón, 2013).

Efectos:” ejerce una acción especialmente sobre los músculos, nutriendo sus tejidos, eliminando el tejido adiposo, evita la flacidez” (Ramón, 2013).

2.5.3 Terapia alternativa

La Terapia alternativa es considerada como el conjunto de prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de manera individual o en combinación para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades. (7)

La terapia alternativa hoy en día demuestra interés de muchas personas por acceder a tratamientos considerados más naturales y sanos que dependen más de los elementos de la naturaleza y menos de sustancias químicas y farmacológicas como las que se suelen utilizar en la medicina occidental. Sin embargo, la medicina alternativa presenta muchas limitaciones a la hora de resolver situaciones de complejidad mayor debido a que el alcance de sus componentes no es tan extenso.

Normalmente, la terapia alternativa se basa en dos pilares principales: por un lado, en el uso de componentes naturales que se obtienen directamente de la naturaleza y que puestos en combinación resultan en variados medicamentos que se consiguen en diferentes formatos. Por otro lado, la medicina alternativa también recurre a terapias y tratamientos no invasivos que se estructuran alrededor de sistemas de meditación y relajación ya que muchas de las dolencias y complicaciones actuales que sufren las personas se relacionan con el stress y los hábitos de la rutina diaria.

En muchos casos, la medicina alternativa puede ser más efectiva que la medicina occidental debido a que el uso de elementos y sustancias químicas es mucho menor, por lo cual el organismo puede a largo plazo verse menos dañado o afectado por ellas. Además, muchas veces el evitar el consumo de tales sustancias limita la dependencia que se observa en muchas personas.

La lista de lo que se considera medicina complementaria y alternativa cambia continuamente, ya que una vez se comprueba que una terapia determinada es eficaz, esta se incorpora al tratamiento convencional de la salud al igual que cuando surgen enfoques nuevos para la atención sanitaria.

- La medicina complementaria se utiliza conjuntamente con la medicina convencional. Un ejemplo de terapia complementaria es el uso de aromaterapia para ayudar a mitigar la falta de comodidad del paciente después de la cirugía.
- La medicina alternativa se utiliza en lugar de la medicina convencional. Un ejemplo de una terapia alternativa es el empleo de una dieta especial para el tratamiento del cáncer en lugar de la cirugía, la radiación o la quimioterapia recomendados por un médico convencional. (8)

Edzard Ernst escribió en el Medical Journal of Australia que “cerca de la mitad de la población de los países desarrollados usa medicina complementaria y alternativa” (Ernst 2003). Una encuesta (Barnes et al 2004) publicada en mayo de 2004 por el NCCAM estadounidense concluía que en 2002 el 36 % de los estadounidenses había usado algún tipo de terapia alternativa en los 12 meses anteriores, donde se incluía como tal hasta la práctica del yoga, la meditación. Si la oración era considerada como terapia alternativa, entonces la cifra subía hasta el 62.1 %. Otro estudio de Astin et al (1998) sugiere una cifra parecida del 40 %. Una encuesta telefónica británica hecha por la BBC entre 1209 adultos en 1998 mostraba que cerca del 20 % de los adultos británicos había usado la medicina alternativa en los 12 meses anteriores.

El uso de la medicina alternativa parece ir en aumento. Eisenburg et, llevaron a cabo un estudio en 1998 que mostró que el uso de la medicina alternativa había subido desde el 33.8 % en 1990 hasta el 42.1 % en 1997. En el Reino Unido, un informe de 2000 ordenado por la Cámara de los Lores sugería que “los datos de los que se dispone parecen apoyar la idea de que el uso de la medicina complementaria y alternativa en el Reino Unido es alto y está en aumento”, parte de lo cual es explicado por el crecimiento de la población inmigrante extraeuropea que mantiene la utilización de dichas técnicas. (8)

2.6 FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

2.6.1 Cervicalgia mecánica

La cervicalgia mecánica es la forma más frecuente de dolor cervical. Los factores mecánicos osteoarticulares y ocupacionales son los principales desencadenantes. Se conoce como cervicalgia mecánica el dolor de cuello provocado por espasmos y contracturas musculares, asociado a factores posturales durante extensos periodos de trabajo y el estrés que acarrea el mismo, donde está expuesto a realizar movimientos repetitivos y posturas mantenidas, originando tensión cervical y puntos gatillo en varias zonas corporales, con mayor frecuencia en cuello y hombros.

Los músculos tienen que vencer la fuerza de la gravedad para mantener el cuello erguido. Los músculos del cuello estabilizan la cabeza durante los movimientos, como al girar, al hacer movimientos bruscos o al comer. También nos ayudan para levantar los hombros y los brazos. En los pacientes con cervicalgia se ha notado que tienen menor resistencia muscular en la columna cervical que otras personas, es decir, tienen menos reservas para realizar actividades fuera de lo común. (Salima Pourrier, 2011)

Generalmente cuando es un cuadro agudo permiten el descanso nocturno, no interrumpen el sueño, pero cuando el cuadro es crónico es uno de los elementos que más se ven afectados. En muchas ocasiones puede identificarse como causa desencadenante una mala postura delante del ordenador, dormir sin un apoyo adecuado de la cabeza o cargar peso con un solo brazo. En general, el dolor mecánico es intermitente, es recidiva frente a estímulos parecidos y se relaciona con el uso.

El dolor cervical mecánico se acepta que puede extenderse hasta la región dorsal alta y zona del deltoides. Se presenta de tres formas diferentes:

- Cervicalgia aguda, dolor de instauración brusca o rápida, relacionada con movimientos violentos o forzados, frecuentemente aparece al levantarse en la mañana. Se acompaña de dolor y gran limitación de la movilidad.
- Cervicalgia subaguda, la instauración del dolor es lenta con intensidad moderada o leve, persiste semanas o meses, y remite. Puede ser recidiva o evolucionar a crónica.
- Cervicalgia crónica, es superior a 3 meses, dolor de intensidad moderada o leve pero permanente. Generalmente no tiene períodos de remisión total aunque la intensidad puede fluctuar. Los movimientos extremos resultan dolorosos; es más frecuente en mujeres y puede estar acompañada de conflictos en la esfera psicosocial. ⁽¹¹⁾

Los problemas cervicales responden a múltiples causas y, por lo general, de difícil abordaje por los clínicos. A esto se debe, probablemente, que estos trastornos sean tan prevalentes y tan rebeldes al tratamiento.

El dolor cervical es una causa frecuente de consulta médica, tanto en la atención primaria, como en la asistencia especializada y urgencias médicas. Se estima que más de la mitad de la población padece cervicalgia en algún momento de su vida.

2.6.2 Afecciones posturales

Postura

Es la posición del cuerpo con respecto al espacio circundante y el tiempo y la fuerza constante de la gravedad que determina el mantenimiento coordinado por diversos músculos que movilizan las extremidades por mecanismos propioceptivos y de equilibrio.

Es parte de nuestra personalidad, es una descripción somática de las emociones internas. Nos vemos, nos paramos según nos sentimos y queremos actuar, en una forma consciente o inconsciente adoptamos una postura determinada que ya es parte de nosotros y de nuestro medio en el cual nos desarrollamos.

La postura no es siempre estática, es dinámica.

Mala postura o defecto de postura

Es una relación deficiente entre las diferentes partes del cuerpo, que produce aumento de la tensión y fatiga en las estructuras de sostén y en la cual, hay desajuste del cuerpo sobre base de sustentación.

Es preciso determinar si dicha postura se debe solo al hábito o es consecuencia de una deformidad esquelética subyacente.

Un organismo alcanza el equilibrio cuando puede contraer y mantener posturas, posiciones y actitudes. La postura y el equilibrio son la base de las actividades motrices.

Si se gira en forma inadecuada o se exige un esfuerzo excesivo en cualquier parte de la columna vertebral puede sufrir un efecto doloroso sobre las vértebras, los músculos o ligamentos que conectan a las vértebras entre sí.

Deformaciones de la columna:

La columna vertebral, que consiste en numerosos segmentos, puede presentar curvas de deformación adquiridas de tres tipos, a saber, cifosis, lordosis y escoliosis.

Escoliosis:

La escoliosis es una deformidad complicada caracterizada por una curvatura lateral y una rotación vertebral. A medida que la enfermedad progresa, las vértebras y las apófisis espinosas en el área de la curva mayor rotan hacia la concavidad de la curva.

Las vértebras en rotación empujan las costillas en el lado convexo de la curva posteriormente y provocan que las costillas se amontonen juntas en el lado cóncavo. En los casos más avanzados, la caja torácica entera toma una forma ovoide provocando que las costillas en el lado cóncavo protruyan anteriormente, mientras que las costillas en el lado opuesto están deprimidas. La escoliosis se asocia también con frecuencia con cifosis y lordosis.

Además de la rotación, la escoliosis también provoca otras alteraciones patológicas en las vértebras y las estructuras relacionadas en el área de la curva. Los espacios discales se vuelven más estrechos en el lado cóncavo de la curva y más anchos en el lado convexo.

Las vértebras también se acuñan y son más gruesas en el lado convexo. En el lado cóncavo de la curva, los pedículos y las láminas son más cortos y finos y el canal vertebral raquídeo más estrecho.

Los cambios estructurales descritos son más frecuentes en las formas idiopáticas de escoliosis; la patología puede variar algo en las formas paralítica y congénita. Generalmente, en la curva paralítica, que está causada por un desequilibrio muscular grave.

Cifosis postural:

La cifosis es por definición una desviación postural de la columna en el plano sagital fuera de sus límites. Generalmente, se considera que la cifosis normal se halla entre 20° y 40°. El tipo más común de cifosis es la cifosis postural. No es una condición directamente patológica pero parece formar parte de la postura adolescente que se está volviendo demasiado común. Los niños adoptan extrañas actitudes sentados y erectos que agravan su cifosis postural, especialmente durante la aceleración del crecimiento adolescente, a menos que se tomen medidas terapéuticas. La cifosis postural es especialmente común en las chicas adolescentes. El desarrollo de los senos hace a veces que las chicas sean extremadamente tímidas; puede adoptar un caminar cabizbajo de dorso redondo, para esconder los incipientes pechos, en particular si la chica es alta para su edad.

Si se coge a tiempo, este tipo de cifosis se puede corregir generalmente con ejercicios posturales agresivos. En algunos casos, un corsé espinal también puede ser muy correctivo.

Por qué son causados los dolores de espalda

La mayoría de los dolores de espalda son llamados con frecuencia, no específicos, porque no existe una causa obvia y tampoco hay curas.

Muchos factores diferentes, incluyendo los psicológicos, están involucrados en este tipo de dolor y las causas pueden Variar de persona en persona. En ciertos casos pueden ser provocados por torceduras musculares y lesiones en los ligamentos o articulaciones próximas. En otros, el dolor es causado por fibrosis en los músculos de la espalda.

Algunas personas pueden desarrollar dolores de espalda cuando están sometidas a estrés, así como otras desarrollan dolores de cabeza por tensión. Estos dolores generalmente se curan sin tratamiento pero pueden repetirse con el tiempo.

Las afecciones de la espalda suelen comenzar con malos hábitos. Moverse de manera inadecuada y adoptar malas posturas son causas comunes del dolor de espalda. La postura incorrecta puede afectar los discos, huesos, nervios y tejidos blandos, causando problemas como dolor, rigidez y otros síntomas.

Los daños por la mala postura

La mala postura puede causar dolor. Encorvarse demasiado causa compresión del disco intervertebral; el exceso de curvatura lumbar puede sobrecargar e inflamar las vértebras. En consecuencia, los músculos de la espalda podrían contraerse o producir espasmos para entablillar y proteger la columna vertebral.

La postura es la clave para moverse sin peligro:

La columna vertebral soporta el peso del cuerpo todo el día, ya sea si está durmiendo de pie o inclinado. Ciertas posiciones imponen mayores esfuerzos en la columna que otras; si mantiene la postura correcta en todas las posiciones, podrá aligerar la carga de la columna vertebral.

2.6.3 Afeciones musculo esqueléticas

Afecciones musculares

El sistema muscular tiene tres funciones principales: permitir el movimiento, generar calor y proporcionar estabilidad postural para el cuerpo. Cuando una patología golpea el sistema muscular, sus efectos pueden ser devastadores no sólo para los propios músculos sino que también para toda la capacidad de funcionamiento del cuerpo. Las patologías del sistema muscular suelen ser muy dolorosas y resultar en deficiencias físicas.

La tarea más obvia del sistema muscular es permitir el movimiento en el cuerpo, que consigue recibiendo impulsos eléctricos desde el cerebro.

Los músculos forman el 40% del peso total corporal y debido a su masa son la fuente principal del cuerpo de generación de calor. Los músculos también ayudan a regular la temperatura corporal, haciendo que sea constante. El sistema muscular es tan complejo en sus conexiones que un músculo afectado podría causar repercusiones en todo el sistema.

Sin duda alguna, una de las patologías más frecuentes es la producida por problemas cervicales, su sintomatología es de lo más variada. En la mayoría de los casos estos problemas son debidos a una constante rigidez muscular, que produce a su vez, una tensión por toda la zona cervical.

Esta tensión muscular es responsable de la sensación de toda la zona del cuello y parte de los hombros en constante rigidez y en ocasiones queda tan contraída que no permite girar el cuello, dicha tensión muscular, produce una compresión de pequeñas venas y vasos sanguíneos, impidiendo el buen funcionamiento del riego sanguíneo craneal, produciendo perturbaciones circulatorias que van desde migrañas, vértigos, etc. ⁽¹³⁾

Causantes de todos estos problemas

El mayor problema es debido al mal uso que hacemos de esta zona, ya que por diferentes razones la sometemos a mucha tensión. La columna cervical es una región anatómica que va a sufrir la influencia de la gravedad, de hecho hay que tener en cuenta que $2/3$ del peso del cráneo se encuentra en la parte anterior, por ello la musculatura posterior debe trabajar más para mantener erguida la cabeza en posición vertical, haciendo que su musculatura y ligamentos, a menudo, se encuentren fatigados o a su vez sobrecargados.

Por ejemplo en personas que por su trabajo deben estar con el cuello mirando hacia arriba prolongadamente como puede ser el caso de personas que trabajan en una oficina todo el día frente a un ordenador manteniendo los hombros y trapecios en constante tensión sobrecargando ésta zona.

La región cervical se ve especialmente implicada en desencadenantes emocionales, stress, preocupaciones, que es donde se somatizan principalmente los problemas mentales a través de tensiones y contracturas musculares.

La relación que tienen las cervicales con las molestias en brazos y manos como hormigueos, adormecimientos e insensibilidad, es muy directa, ya que todas estas sensaciones están producidas por afectación de las vértebras cervicales, que en ocasiones, provocan pinzamientos vertebrales, comprimiendo uno o varios nervios, afectando a todo el recorrido del brazo. ⁽¹³⁾

También cualquier tensión anormal de la musculatura cervical o trapecios pueden transmitir una contractura en cadena, que igualmente, puede irritar o comprimir un nervio en todo su trayecto, e incluso ser la causa de padecer estos pinzamientos.

En una perspectiva generalizada, los principales síntomas y signos de las patologías musculares son los siguientes: debilidad, fatigabilidad, calambres musculares, dolor muscular, fibrilaciones, hipotonía, miotonía, atrofia, hipertrofia y retracciones musculares.

La atonía y la atrofia son dos clases generales de enfermedades que pueden desarrollarse a partir de una enfermedad del sistema muscular. La atonía se refiere a un estado en el que los músculos ya no mantienen su elasticidad normal y se vuelven blandos. La atrofia se refiere a un estado en el que el tejido muscular se atrofia, cada fibra muscular se encoge en tamaño. Esto puede ser causado por el desuso muscular o cuando los impulsos nerviosos son ineficaces.

Los pacientes con **debilidad muscular** se cansan más de lo normal, y suelen describir trastornos en la función motora que son el resultado de la incapacidad de contraer y de mantener la contracción de los músculos con el vigor normal. Es útil dividir los síntomas de debilidad según las regiones corporales afectas. La debilidad de los músculos del cuello provoca síntomas como incapacidad para levantar la cabeza de la almohada o una tendencia de la cabeza a caer hacia delante.

La fatigabilidad no debe confundirse con la astenia, que es una sensación más o menos permanente de cansancio e impotencia global, pero en la cual el balance muscular individual no revela verdadera debilidad ni agotamiento de la respuesta a contracciones repetidas. Otra confusión en la sintomatología es la tendencia que tienen los pacientes a atribuir erróneamente como debilidad los déficit en la función que son el resultado de la espasticidad, rigidez, dolor y anquilosamiento.

La miotonía se caracteriza por la persistencia de una contracción fuerte del músculo después de que ha cesado la estimulación. Es indolora y mejora con la repetición del movimiento.

El dolor muscular puede producirse de manera espontánea o en la contracción muscular. El dolor durante la actividad puede producirse en la lesión muscular, en la miopatía, en los calambres o en la contracción tónica de larga duración. Es frecuente la aparición de dolor en las enfermedades musculares inflamatorias.

El dolor del calambre muscular tiene comienzo agudo y corta duración, asociándose a contracción muscular palpable y se alivia inmediatamente estirando el músculo. (14)

Afecciones óseas y Esqueléticas

Existen varias patologías que afectan a la estructura ósea, las más importantes son las siguientes:

Osteoporosis

Enfermedad sistémica del esqueleto, caracterizada por una masa ósea baja y un deterioro de la microarquitectura del tejido óseo, con el consiguiente incremento en la fragilidad ósea y susceptibilidad a su fractura, por encima de los cincuenta años se considera que una de cada cuatro mujeres y uno de cada ocho hombres tienen osteoporosis en algún grado.

Artrosis

Enfermedad que afecta cualquier articulación del cuerpo. Puede ser primaria; es decir, que no tiene causa desencadenante conocida; o secundaria, en cuyo caso se debe especificar su origen.

Entre las múltiples causas que pueden desencadenar una Artrosis, se encuentran los traumatismos, las infecciones, las enfermedades sistémicas o reumatológicas.

En general, cualquier factor que dañe el cartílago de una articulación desencadenará su progresivo desgaste y destrucción, lo que finalmente pasará a ser una Artrosis de esa articulación. Toda artrosis tiene tratamiento, el cual dependerá del grado de destrucción de la o las articulaciones.

En una primera etapa se tratan sus síntomas. Posteriormente y a medida que avanza la destrucción articular se puede llegar, en los casos más avanzados, al reemplazo de la articulación dañada por una Prótesis.

Osteoartritis

No sólo la osteoporosis es un reto para la tercera edad, también y seguramente un dolor más frecuente, silencioso y extendido es el derivado de la osteoartritis, con el incremento absoluto y relativo de la población de la tercera edad, se estima que del 1,5 millón de personas de más de 65 años de nuestro país, el 80% tienen o pasan por algún tipo de osteoartritis de modo permanente o esporádico e intermitente en su frecuencia. Por lo general, ya a partir de los cincuenta años este tipo de trastornos coexisten con algún otro de tipo crónico. ⁽¹³⁾

2.7 HIPÓTESIS

HI. La aplicación de la Técnica Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico disminuye la Cervicalgia Mecánica en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

HO. La aplicación de la Técnica Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico no disminuye la Cervicalgia Mecánica en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

2.8 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES

Variable independiente: Técnica Cupping

Variables dependiente: Cervicalgia Mecánica.

Termino de relación: Disminuye

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 ENFOQUE INVESTIGATIVO

El enfoque es cuantitativo, ya que se manejarán mediciones numéricas y análisis estadísticos que permitirán realizar las valoraciones y representaciones de la investigación utilizando la Escala de EVA y la Escala de Daniels. El enfoque es cualitativo, ya que se orienta en una investigación que intenta promover un conjunto social de salud, busca vías de solución a las variables, tratando de estudiar mediante una encuesta a un grupo de pacientes en concreto, sobre cuyo comportamiento se generara una explicación razonable.

3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN

La modalidad que matizará es Cuasi - experimental, porque se realizó un muestreo conveniente con la población que encaja en el criterio de cervicalgia mecánica con el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato

3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN

Explicativo: porque estará dirigido a responder a las causas de los eventos presentados, mediante un estudio debidamente estructurado, siendo su interés central exponer el por qué ocurre un fenómeno.

3.4 POBLACIÓN Y MUESTREO

La presente investigación se realizará en la Pastoral Social Caritas Ambato, ubicado en la provincia de Tungurahua en el Cantón Ambato, en la parroquia La Matriz, en las calles Lalama entre Rocafuerte y Cuenca, el que se llevara a cabo en el personal administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato con un total de personal existente con cervicalgia mecánica de 22 individuos, por lo cual, se deduce que la población a estudiarse representa el total del universo.

3.5 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.
- Personal Administrativo de género masculino 7
- Personal Administrativo de género femenino 15
- Disposición a participar en la investigación.

Criterios de exclusión

- Personal Administrativo que necesitan del uso diario de un computador durante largos periodos de tiempo para realizar sus labores diarias confirme su cronograma.
- Personal Administrativo que realiza movimientos repetitivos y posiciones mantenidas durante su jornada de trabajo diario.

3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

3.6.1 Variable Independiente: Técnica Cupping

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
Método terapéutico con finalidad de provocar estímulos cutáneos y tisulares mediante la producción del vacío, combinando formas básicas de aplicación fija, corrida y rápida. (Villagómez,I. 2015)	Ventosa fija Ventosa corrida Ventosa rápida	Una aplicación, de 5 min. en musculo trapecio. Tres sesiones por semana. Aplicación con 10 sesiones.	¿Ha recibido tratamiento con técnicas innovadoras para sus dolores? ¿Cree usted que tres sesiones por semana aliviaran su dolor?	Encuesta	Cuestionario

Tabla No. 1 Variable Independiente
Elaborado por: Andrés Villagómez

3.6.2 Variable Dependiente: Cervicalgia mecánica

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
Dolor cervical por tensión y estrés de varias fibras musculares, que desata agotamiento y pérdida de fuerza. (Villagómez,I. 2015)	Dolor	Intensidad del dolor.	0 – 10 grados	Test del dolor	Escala visual analógica del dolor (EVA)
	Fuerza	Valoración numérica.	0 - 5 grados	Test muscular	Escala de Daniels.

Tabla No. 2 Variable Dependiente
Elaborado por: Andrés Villagómez

3.7 RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Intervención: Se encuentra encaminada a la aplicación de la Técnica Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico de la Cervicalgia Mecánica, el cual consiste en la ejecución del tratamiento convencional que consta de la aplicación de compresa química caliente durante 10 minutos, luego se emplea electroterapia utilizando corrientes interferenciales con tiempo de 10 minutos, además se utiliza ultrasonido en la zona a tratar con 1 o 1,5 w/cm² de intensidad, 1Mhz de frecuencia durante 5 minutos. Luego se procede a la aplicación de la Técnica Cupping con sus métodos fijo, corrido y rápido; el tiempo de colocación de las ventosas terapéuticas va ser de 15 a 20 minutos, durante 10 sesiones, dirigidas al Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

3.7 Procesamiento y Análisis

3.7.1 Plan de Procesamiento de la información

Se ha utilizado la técnica de encuesta con aplicación del cuestionario como instrumento para establecer la recolección de la información, al igual que la Escala de EVA y la Escala de Daniels, para de esta manera tabular los datos obtenidos en la investigación.

Se utilizará tablas y cuadros estadísticos para satisfacer los requerimientos de la investigación, finalizando con el análisis e interpretación de resultados. Para al final formular conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE ENCUESTA A LOS PACIENTES

En la parte correspondiente al análisis e interpretación de resultados, se detalla las respuestas obtenidas de los pacientes externos de la Pastoral Social Caritas Ambato, para lo cual se procedió a establecer el cuestionario de preguntas, en total se estableció 10 preguntas considerando la escala de Likert; de igual manera se realizó los diferentes cuadros y análisis de la Escala de Eva y la Escala de Daniels, luego se procedió a su respectiva tabulación y el posterior análisis de los datos estadísticos obtenidos, la interpretación se realiza en base al criterio del investigador y de la observación durante el trabajo.

1. Datos generales

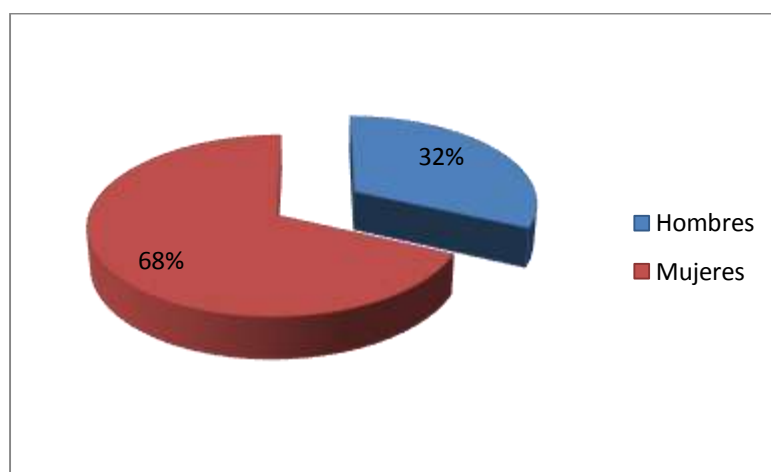
Género

Tabla No 3 Género de los Pacientes

Descripción	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	7	31,8
Mujeres	15	68,2
Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No 2. Género de los pacientes



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

De las respuestas obtenidas, se observa que el 68% de los encuestados son de género femenino, mientras que el 32% son de género masculino, de acuerdo a este análisis son las mujeres las que presentan con mayor frecuencia dolencias en zona cervical por cansancio y estrés.

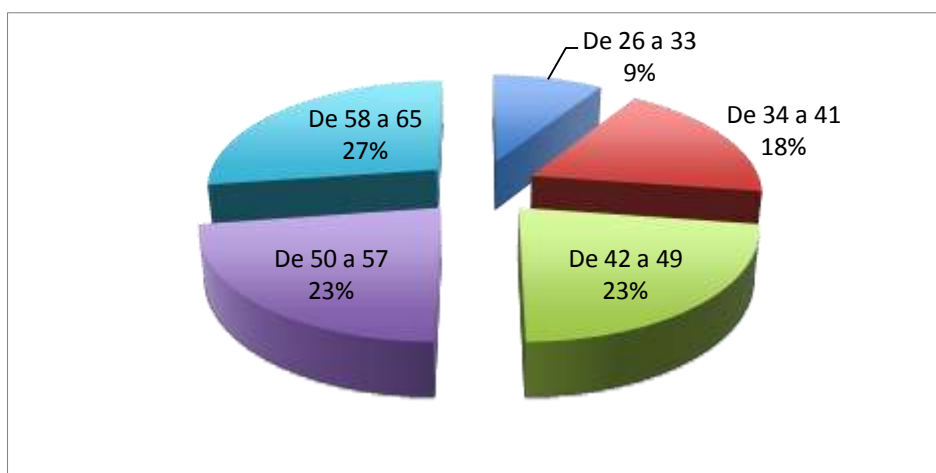
Edad

Tabla No 4 Rangos de edad

Descripción (años)		Frecuencia	Porcentaje
	De 26 a 33	2	9,1
	De 34 a 41	4	18,2
	De 42 a 49	5	22,7
	De 50 a 57	5	22,7
	De 58 a 65	6	27,3
	Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 3 Rangos de edad



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

Del 100% de encuestados, se observa que el rango de edad con mayor porcentaje es el que va desde 58 a 65 años el 27%. Luego el de 50 a 57 años con el 23% y existe similar porcentaje 23% con el de 42 a 49 y 26 a 33 años, con lo cual se observa que los pacientes con mayor edad son los que presentan dolencias cervicales con más continuidad.

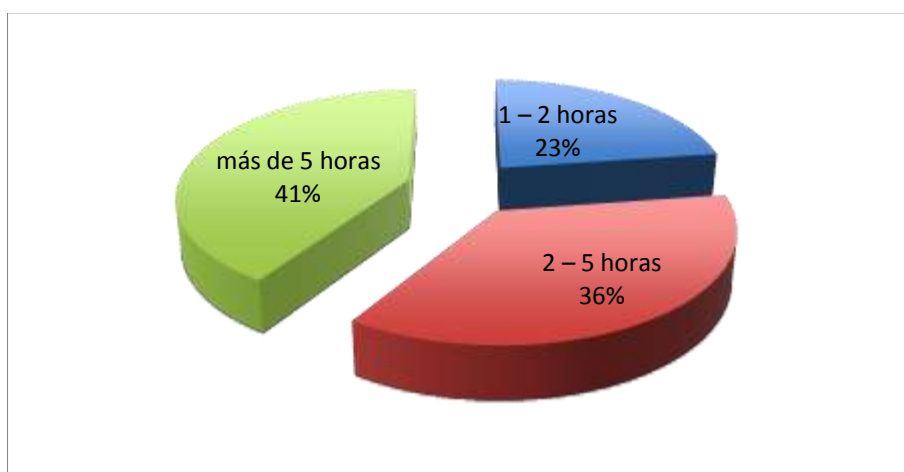
1. ¿Qué tiempo pasa frente a un computador?

Tabla No 5 Tiempo frente a un computador

Descripción	Frecuencia	Porcentaje
1 – 2 horas	5	22,7
2 – 5 horas	8	36,4
más de 5 horas	9	40,9
Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación de campo
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No.4 Tiempo frente a un computador



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

Con los resultados obtenidos, se especifica que la mayoría, es decir el 41% utiliza un lapso de tiempo extenso el computador, mientras que de 2-5 horas lo hacen el 36% y de 1-2 el 20%. Con estos datos se detalla que el hábito de uso del computador es recurrente, pues la frecuencia de uso es eminente y causaría un cansancio y estrés muy elevado.

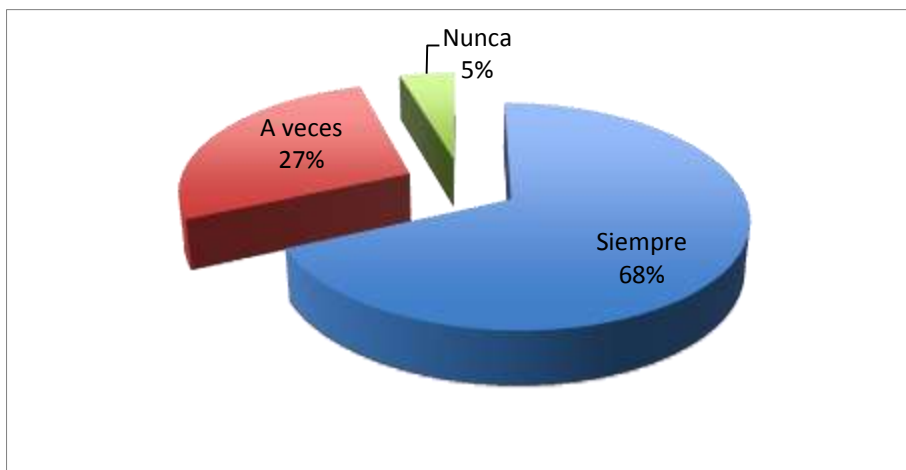
2. ¿Su actividad laboral implica someterse a estrés y cansancio físico?

Tabla No. 6 Actividad laboral implica someterse a estrés y cansancio físico

Descripción		Frecuencia	Porcentaje
	Siempre	15	68,2
	A veces	6	27,3
	Nunca	1	4,5
	Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 5 Actividad laboral implica someterse a estrés y cansancio físico



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

Del 100% de los encuestados, manifestaron que su actividad laboral está sometida con el transcurso de su labor el 68% presenta estrés y cansancio físico que repercuten en dolencias musculares cervicales, a veces el 27% y solo el 5% no presentan estrés y cansancio, por lo que se determina que un porcentaje alto está sometido a un esfuerzo físico diario y esto conlleva a dolores musculares.

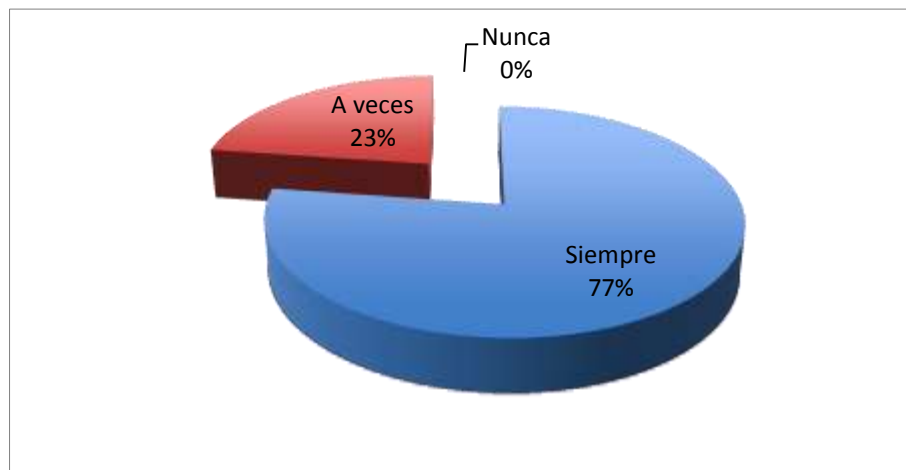
3. ¿Realiza movimientos repetitivos en horas de trabajo?

Tabla No. 7 Movimientos repetitivos en horas de trabajo

Descripción		Frecuencia	Porcentaje
	Siempre	17	77,3
	A veces	5	22,7
	Nunca	0	0,0
	Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 6 Movimientos repetitivos en horas de trabajo



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

De los resultados, se observa que en horas de trabajo el 77% siempre realiza movimientos repetitivos y el 23% de personas realizan movimientos iterativos, con lo que se determina su dolencia a nivel de la zona cervical.

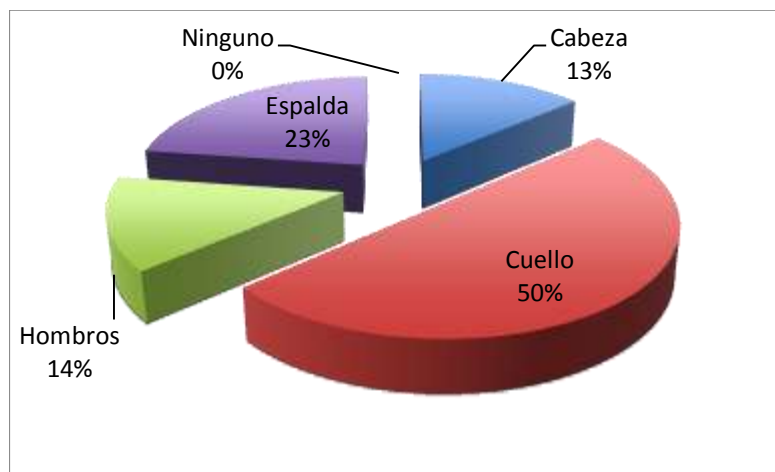
4. Padece de dolores de:

Tabla No. 8 Padece de dolores

Descripción	Frecuencia	Porcentaje
Cabeza	3	13,6
Cuello	11	50,0
Hombros	3	13,6
Espalda	5	22,7
Ninguno	0	0,0
Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 7 Padece de dolores



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

Con los datos obtenidos en el campo, se determina que el 50% de los pacientes, padecen de fuertes dolores de cuello, el 23% dolores de espalda, el 14% de hombros, y él 13% presenta dolores de cabeza, lo que se direcciona a identificar dolores en la parte cervical de las personas.

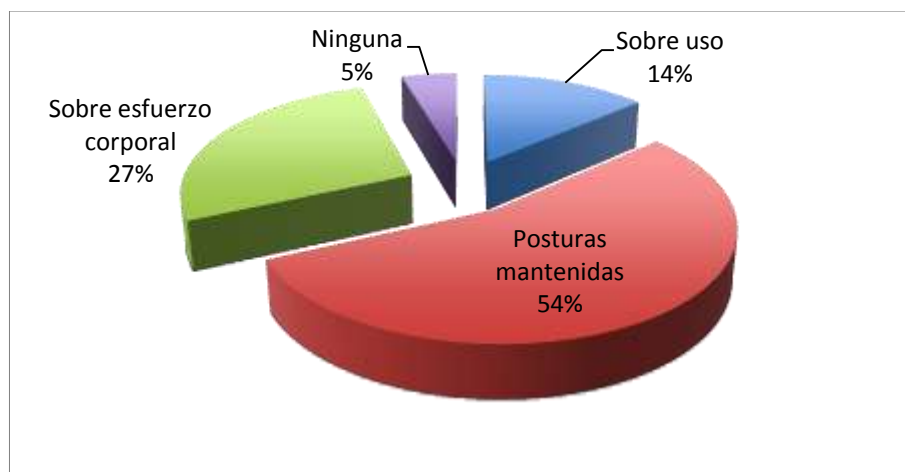
5. ¿Cuál es la causa que desata su dolor?

Tabla No. 9 Causa que desata su dolor

Descripción	Frecuencia	Porcentaje
Sobreuso	3	13,6
Posturas mantenidas	12	54,5
Sobre esfuerzo corporal	6	27,3
Ninguna	1	4,5
Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 8 Causa que desata su dolor



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

De acuerdo a las encuestas realizadas, la cantidad de encuestados, el 54% afirma que la causa de su dolor son por posturas mantenidas en sus diversas actividades, mientras que el 27% de ellos, afirma que su dolencia es por causa de un sobre esfuerzo corporal, así mismo el 14% es por el sobreuso de la misma zona corporal y por último el 5% es por una causa desconocida.

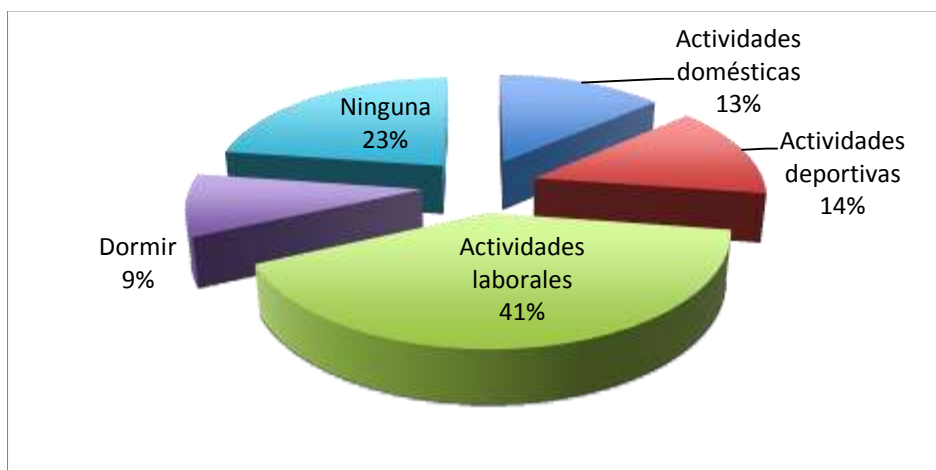
6. Presenta limitaciones al realizar actividades del diario vivir, de que tipo

Cuadro N°11 Presenta limitaciones al realizar actividades del diario vivir, de que tipo

Descripción		Frecuencia	Porcentaje
	Actividades domésticas	3	13,6
	Actividades deportivas	3	13,6
	Actividades laborales	9	40,9
	Dormir	2	9,1
	Ninguna	5	22,7
	Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 9 Presenta limitaciones al realizar actividades



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

El 41% de los encuestados, manifiestan que al realizar sus diversas actividades cotidianas presenta algún tipo de limitación, el 23% no presenta ninguna, mientras que el 14% al realizar actividades físicas deportivas, el 13% al realizar actividades domésticas y por último el 9% al dormir, por ende determinamos que la mayoría al realizar diversas actividades si presentan dolencias en zona cervical desatando estrés.

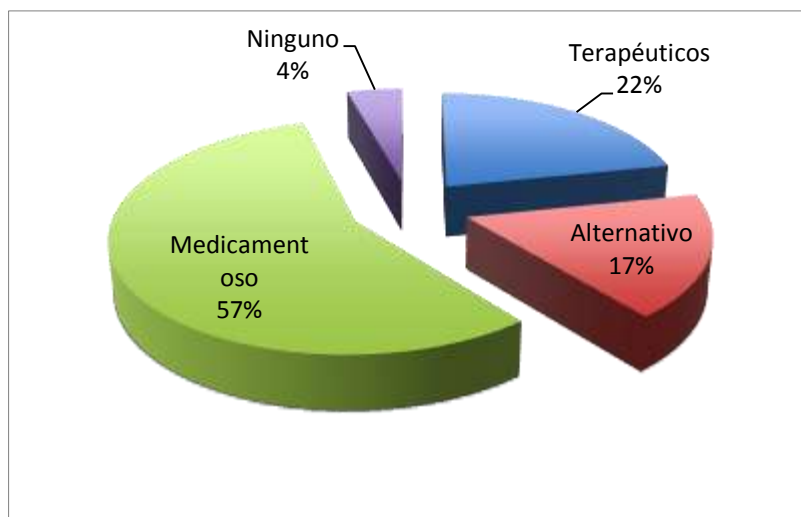
7. Ha recibido tratamiento para sus dolores, que tipo

Tabla No. 10 Tratamiento para sus dolores

Descripción		Frecuencia	Porcentaje
	Terapéuticos	5	22
	Alternativo	4	17
	Medicamentoso	13	57
	Ninguno	1	4
	Total	23	100

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 10 Tratamiento para sus dolores



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

El 57% de los pacientes afirman que han recibido un tratamiento farmacológico para calmar su dolencia, mientras que el 22% han tenido un tratamiento terapéutico, el 17% ha recibido un tratamiento alternativo y el 4% no ha recibido atención alguna para su malestar.

8. Conoce usted sobre la Técnica Cupping

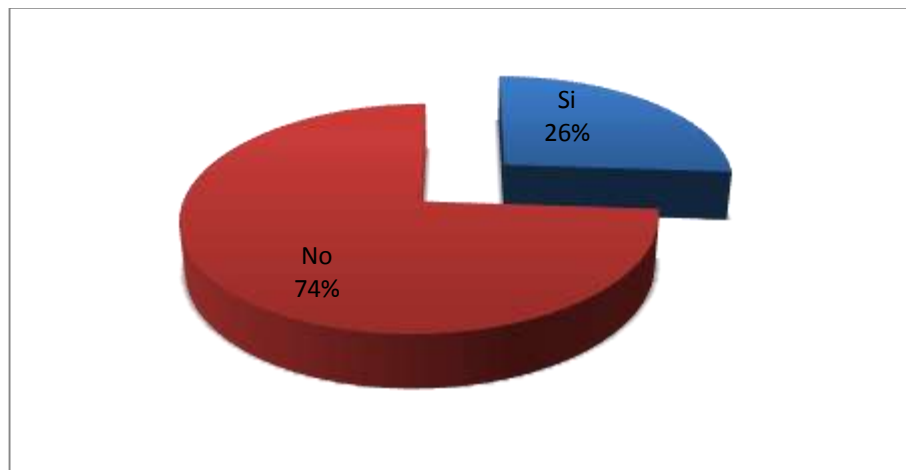
Tabla No. 11 Conoce usted sobre la Técnica Cupping

Descripción		Frecuencia	Porcentaje
	Si	6	26,1
	No	17	73,9
	Total	23	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación

Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 11 Conoce usted sobre la Técnica Cupping



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación

Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

De los resultados obtenidos, se observa que el 74% de los encuestados desconocen los beneficios terapéuticos que tiene la Técnica de Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico puesto que disminuye la Cervicalgia Mecánica y el 26% manifiesta que si ha recibido este tratamiento alternativo con buenos resultados.

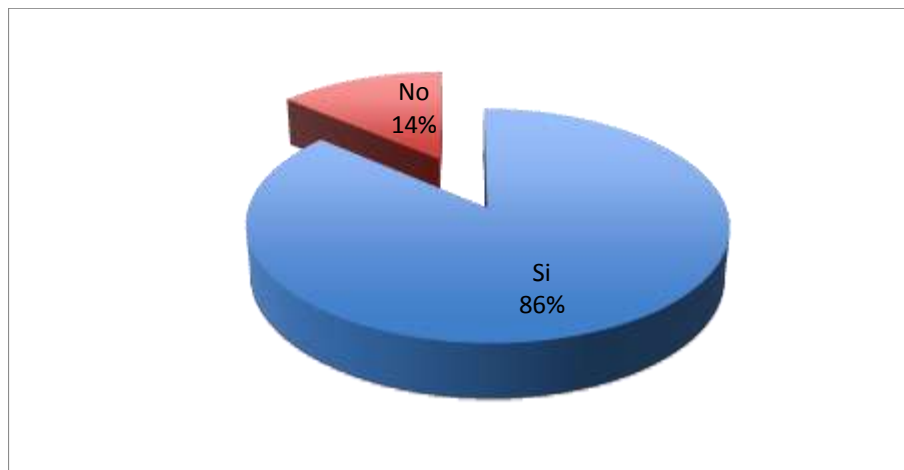
9. **¿Cree Ud. Que el tratamiento con la Técnica de Cupping alivio su dolor?**

Tabla No. 12 La Técnica de Cupping alivio su dolor

Descripción		Frecuencia	Porcentaje
	Si	19	86,4
	No	3	13,6
	Total	22	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 12 La técnica de Cupping alivio su dolor



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
Elaborado por: Andrés Villagómez

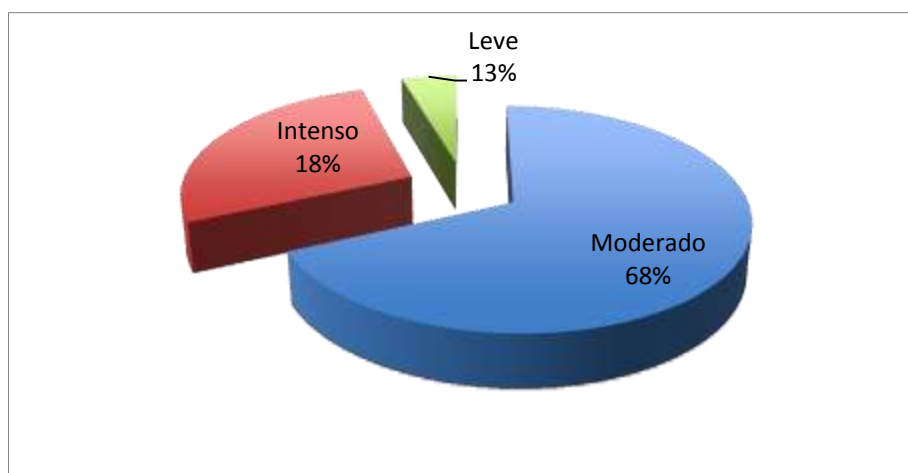
Análisis e interpretación de resultados

El 86% de los encuestados considera que la Técnica de Cupping alivio su dolencia y continuara con dicho tratamiento de forma frecuente, y en un porcentaje mínimo con el 14% indica que no tuvo una recuperación significativa.

4.2 ESCALA DE EVA

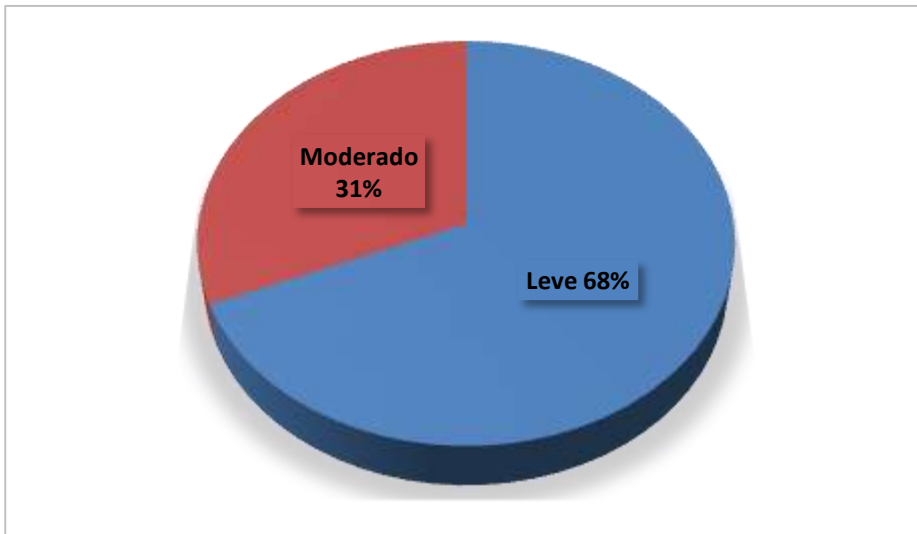
Tabla No. 13 Escala de EVA				
	Antes		Después	
	#	%	#	%
Leve (0-2)	3	13,6	15	68,1
Moderada (3-7)	15	68,1	7	31,9
Intensa (8-10)	4	18,3	0	0
TOTAL	22	100%	22	100%

Gráfico No. 13 Antes y Después (Escala de EVA)



Fuente: Antes (Escala de EVA)

Elaborado por: Andrés Villagómez



Fuente: Después (Escala de EVA)
Elaborado por: Andrés Villagómez

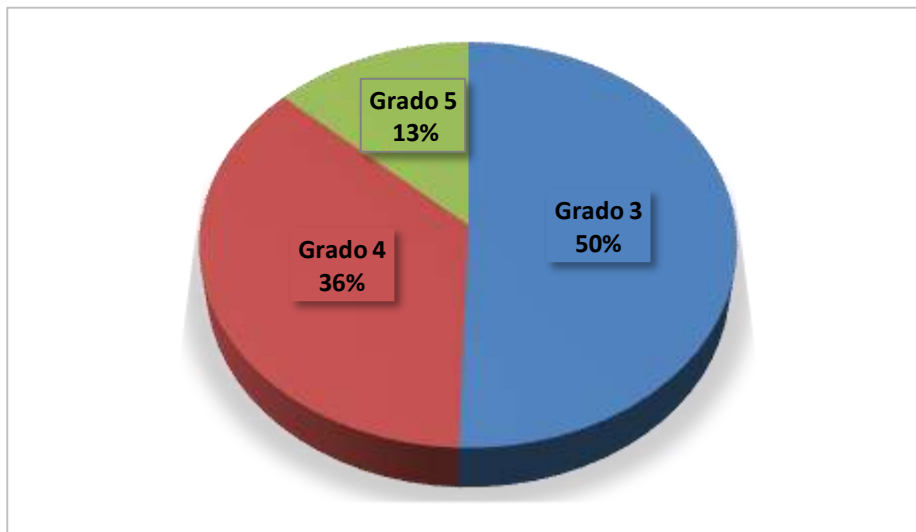
Análisis e interpretación de resultados

De los resultados obtenidos, se observa que antes de la aplicación de la Técnica Cupping en la escala de EVA el 13% se encuentra en un grado leve, 68% en moderado y 18% en intenso; mientras que después de la aplicación se obtiene un 68% en grado leve, seguido del moderado con 32% y 0% en intenso. Por ende se deduce que existe una mejoría significativa ya que después de la aplicación la mayoría de pacientes llega a grado leve, por tanto se determina que la Técnica Cupping reduce el nivel de dolor en las cervicalgias mecánicas.

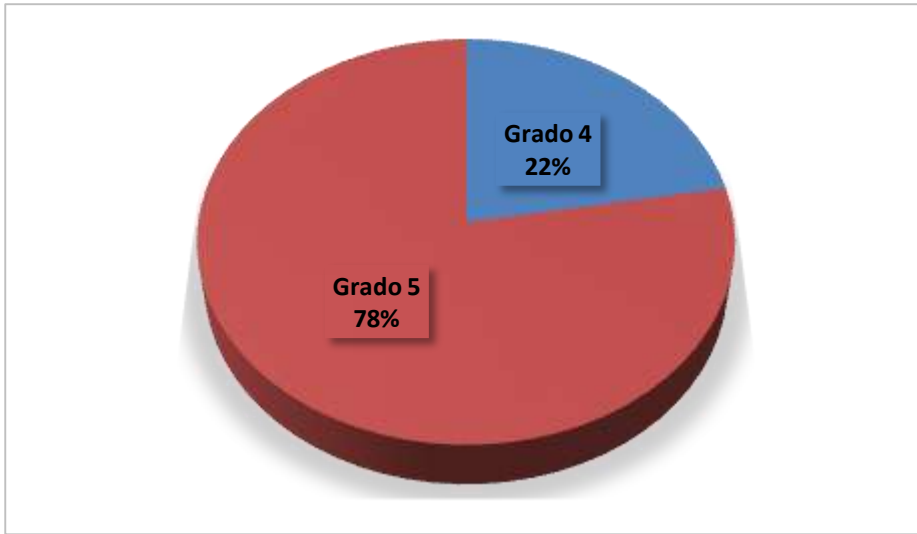
4.3 ESCALA DE DANIELS

Tabla No. 144 Escala de Daniels				
GRADOS	Antes		Después	
	#	%	#	%
0	0	0	0	0
1	0	0	0	0
2	0	0	0	0
3	11	50,0	0	0
4	8	36,3	5	22,7
5	3	13,7	17	77,3
TOTAL	22	100%	22	100%

Gráfico No. 14 Antes y Después (Escala de Daniels)



Fuente: Antes (Escala de Daniels)
Elaborado por: Andrés Villagómez



Fuente: Después (Escala de Daniels)
Elaborado por: Andrés Villagómez

Análisis e interpretación de resultados

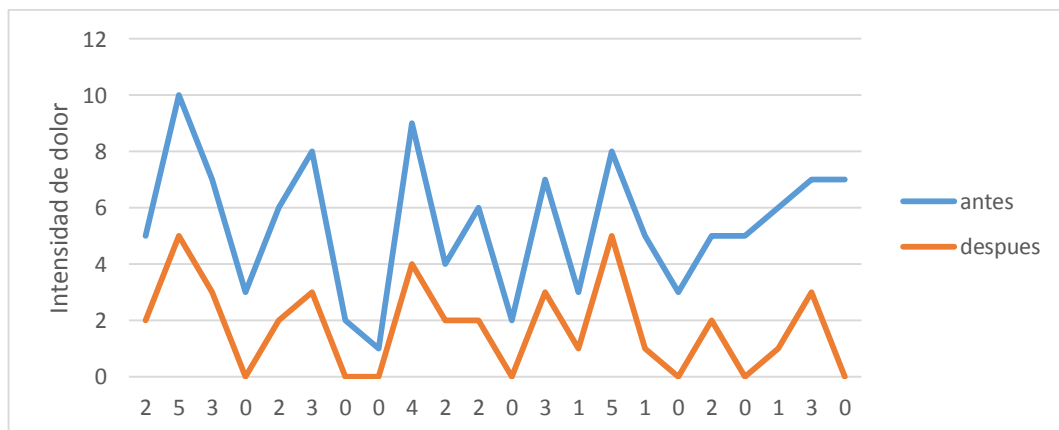
De los resultados en la escala de Daniels, se determina que antes de la aplicación de la Técnica Cupping el 50% se encuentra en grado 3, seguido de un 36% en grado 4 y 13% en grado 5; después de la aplicación se denota una recuperación relevante ya que los resultados obtenidos en los pacientes llegan a 22% en grado 4 y 78% en grado 5, lo cual comprueba que la aplicación de la Técnica Cupping es efectiva en las cervicalgias mecánicas.

4.4 ESCALA DE EVA

Tabla No. 15 Escala de EVA			
	Pacientes	antes	después
Leve (0-2)	1	5	2
moderada (3-7)	2	10	5
intensa (8-10)	3	7	3
	4	3	0
	5	6	2
	6	8	3
	7	2	0
	8	1	0
	9	9	4
	10	4	2
	11	6	2
	12	2	0
	13	7	3
	14	3	1
	15	8	5
	16	5	1
	17	3	0
	18	5	2
	19	5	0
	20	6	1
	21	7	3
	22	7	0

Fuente: escala de EVA antes y después de la aplicación
 Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 15 Escala de Eva



Fuente: Encuestas aplicadas en la investigación
 Elaborado por: Andrés Villagómez

4.5 PRUEBA T (ESCALA DE EVA)

Estadísticas para una muestra

		Statistic	Sesgo	Tip. Error	Intervalo de confianza al 95%	
					Inferior	Superior
Inicio escala de EVA	N	22				
	Media	5,41	-.03	.50	4,41	6,41
	Desviación tip	2,404	-.057	.280	1,783	2,906
	Error tip. De la media	.512				
Final Escala de EVA	N	22				
	Media	1,71	-.01	.33	1,69	2,50
	Desviación tip	1,631	-.048	.198	1,181	1,963
	Error tip. De la media	.348				

Prueba para una muestra

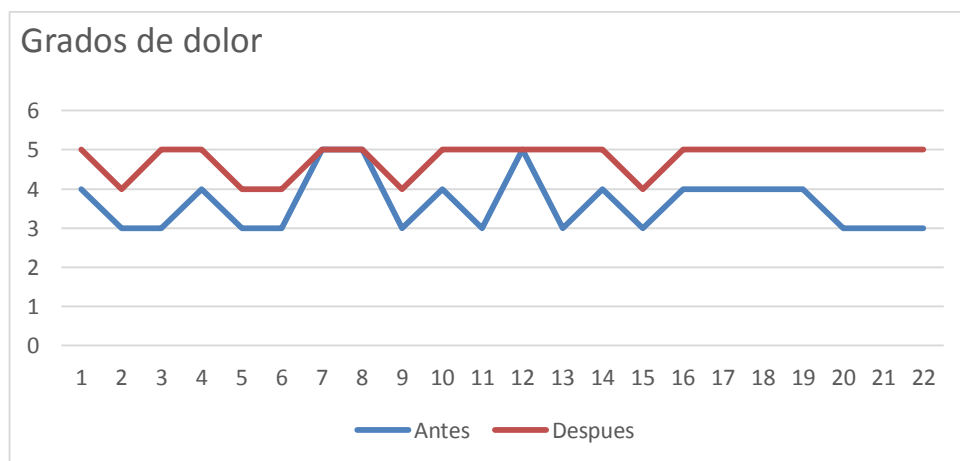
	Valor de prueba : 0					
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% intervalo de confianza para la diferencia	
					Inferior	Superior
Inicio Escala de EVA	10,556	21	.000	5,409	4,34	6,47
Final Escala de EVA	5.098	21	.000	1,773	1,05	2,50

4.6 ESCALA DE DANIELS

Tabla No. 16 Escala de DANIELS				
Grados		Pacien	Antes	Después
0	Ninguna respuesta muscular	1	4	5
1	Musculo realiza contracción visible	2	3	4
2	Aplitud compl. Sin gravedad/sin resistencia	3	3	5
3	Amplitud compl. Contra gravedad/sin resistencia	4	4	5
4	Amplitud compl. Contra gravedad/resistencia mo	5	3	4
5	Amplitud compl. Resist máxima/contra gravedad	6	3	4
		7	5	5
		8	5	5
		9	3	4
		10	4	5
		11	3	5
		12	5	5
		13	3	5
		14	4	5
		15	3	4
		16	4	5
		17	4	5
		18	4	5
		19	4	5
		20	3	5
		21	3	5
		22	3	5

Fuente: Escala de Daniels antes y después de la aplicación
 Elaborado por: Andrés Villagómez

Gráfico No. 16 Escala de Eva



4.7 PRUEBA T (ESCALA DE DANIELS)

Estadísticas para una muestra

		Statistic	Sesgo	Tip. Error	Intervalo de confianza al 95%	
					Inferior	Superior
Inicio escala de Daniels	N	22				
	Media	3,64	-.01	.15	3,36	3,91
	Desviación tip	.727	-.026	.087	.510	.873
	Error tip. De la media	.155				
Final Escala de Daniels	N	22				
	Media	4,77	.00	.09	4,59	4,91
	Desviación tip	.429	-.012	.065	.294	.503
	Error tip. De la media	.091				

Prueba para una muestra

	Valor de prueba : 0					
	t	Gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% intervalo de confianza para la diferencia	
					Inferior	Superior
Inicio Escala de Daniels	23,470	21	.000	3,636	3,31	3,96
Final Escala de Daniels	52,190	21	.000	4,773	4,58	4,96

4.8 VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS

De acuerdo a la investigación realizada se comprueba la hipótesis: La aplicación de la Técnica Cupping como complemento en el tratamiento fisioterapéutico disminuye la Cervicalgia Mecánica ya que es un procedimiento adecuado en el Personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas puesto que proporciona relajación muscular, provocando determinados estímulos cutáneos y tisulares a nivel de la región cervical, mejorando relativamente la condición física general de las personas, sobre todo la sintomatología dolorosa y el aumento de la fuerza muscular, los cuales se evidencian en la escala de EVA y en la escala de Daniels.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

Una vez culminada la investigación se concluye lo siguiente.

- La cervicalgia mecánica afecta a la mayoría de personas en algún momento de su vida, se puntualiza que los factores epidemiológicos predisponentes para la aparición de esta patología son las posturas mantenidas 54%, movimientos repetitivos con un 77%, estrés laboral con un 68%, con frecuencia mayor en el género femenino de 68% y la zona con más afección es el cuello con 50%, todos estos elementos generan un desbalance muscular a nivel de columna cervical en el personal administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.
- La Técnica Cupping aumenta la efectividad de un tratamiento convencional en relación a los beneficios que ofrece y al tiempo de recuperación, con dependencia a la escala de EVA existe una reducción del dolor considerable y con relación a la escala de Daniels se evidencia aumento de la fuerza muscular a la vez, por lo que es necesario implementarlo en una rehabilitación ya que brinda un alivio a corto plazo y mejora su rendimiento laboral, vital y energético.
- Al observar al paciente con cervicalgia mecánica después de aplicar la técnica Cupping, se percibe cambios en su aspecto físico y psicológico favorables para su salud, ya que mejora la condición postural, disminuye la impotencia funcional, reduce problemas de dolor y tensión muscular, aumenta su bienestar personal y armonía corporal, esto se evidencia ya que el paciente demuestra una actitud positiva y optimismo al realizar actividades.

5.2 RECOMENDACIONES

- Además de recibir el tratamiento indicado es necesario instruir al paciente sobre los factores epidemiológicos que pueden desatar las cervicalgias mecánicas para la prevención de la misma; además el conocimiento de estos factores epidemiológicos permite establecer grupos de riesgo donde se pueda realizar actividades preventivas o diagnósticos en etapas tempranas y así evitar el progreso hacia la cronicidad de la cervicalgia.
- Realizar valoraciones periódicas en el transcurso del tratamiento para determinar los progresos del paciente y así denotar la disminución del grado de dolor y el aumento de la fuerza muscular después de la aplicación de la Técnica Cupping.
- Implementar un programa de tratamiento con la Técnica Cupping para el manejo de las cervicalgias mecánicas que aquejan al personal administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

CAPÍTULO VI

LA PROPUESTA

6.1 DATOS INFORMATIVOS

Título: Aplicación de la Técnica Cupping como complemento en un plan de tratamiento fisioterapéutico para cervicalgia mecánica.

Institución ejecutora: Pastoral Social Caritas Ambato.

Beneficiarios: Personal administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

Ubicación: Ambato, parroquia la matriz.

Tiempo estimado para la ejecución:

Inicio: Septiembre 2014

Fin: Marzo 2015

Equipo técnico responsable:

Andrés Villagómez egresado de la carrera de Terapia Física de la Universidad Técnica de Ambato.

Costo: \$600.00 dólares.

6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA

El abordaje del tratamiento fisioterapéutico para cervicalgias mecánicas se considera importante ya que es una patología frecuente pero existe poca información con respecto a tratamientos alternativos que complementen una fisioterapia.

Se considera que la población más afectada es de sexo femenino, ya que además de laborar en oficinas realizan actividades adicionales en sus domicilios manteniendo posturas inadecuadas durante periodos de tiempo largos, ocasionando fatiga muscular a nivel de columna cervical.

Se ultima que la eficacia de la Técnica Cupping remonta en ayudar a mejorar la calidad de vida del paciente y reintegrarlo a sus actividades cotidianas, ya que el dolor siempre se torna como un limitante para ejercer cualquier actividad.

6.3 JUSTIFICACIÓN

El presente proyecto se lo ejecutó para reincorporar sin molestia alguna a sus labores diarias al personal administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato quienes experimentaron dolores en la zona cervical, a causa de posiciones mantenidas y desbalances musculares.

Con esta propuesta se aspira brindar al paciente una alternativa a los tratamientos convencionales, la Técnica Cupping se pone en deferencia en la Pastoral Social Caritas Ambato, para que sea utilizada en cervicalgia mecánica, implementando como técnica complementaria en vista de las necesidades que exige el paciente para mitigar sus dolencias.

Este esquema de tratamiento está constituido de acuerdo a las características del paciente y al tipo de sintomatología que presente, con una proyección terapéutica de evitar la cronicidad de la patología y recidivas recurrentes.

La aplicación de la Técnica Cupping resulta eficaz en pacientes que presentan un cuadro de cervicalgia mecánica, ya que al producir el vacío mediante la succión se logra provocar determinados estímulos cutáneos y tisulares, produciendo la expulsión de factores patógenos.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 Objetivo General

Implementar un plan de tratamiento con la Técnica Cupping como complemento en una fisioterapia convencional para cervicalgia mecánica.

6.4.2 Objetivos Específicos

Capacitar al paciente sobre los métodos que se van a manejar en la cervicalgia mecánica.

Elaborar un programa de tratamiento en base a la Técnica Cupping con el fin de verificar la eficacia de la técnica en cervicalgia mecánica.

Evaluar el programa de tratamiento implementado para el personal con cervicalgia mecánica.

6.5 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD

El presente documento acerca de la Técnica Cupping se constituirá en un valioso recurso para fisioterapeutas y pacientes, lo cual les permitirá mejorar la calidad de servicios fisioterapéuticos en la Pastoral Social Caritas Ambato.

La propuesta es factible en muchos aspectos trascendentales, pues se cuenta con el conocimiento científico, el apoyo de las autoridades y profesionales que laboran en la Pastoral Social Caritas Ambato, resaltando aquellos que se encuentran en el área de terapia física.

Además los pacientes están predispuestos a someterse a tratamientos alternativos, los cuales no son dolorosos ni invasivos, mejorando su aspecto físico y psicológico.

Se dispone con las habilidades y destrezas en el manejo de los diferentes métodos para el desarrollo de la propuesta.

Se preponderan las acotaciones de experiencias y sugerencias de personal especializado, para la elaboración del esquema de tratamiento de esta técnica, que resaltara la calidad de atención a los pacientes que presenten cervicalgia mecánica.

6.6 FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA – TÉCNICA

El presente esquema permitirá a los profesionales instruirse a cerca de la aplicación de la técnica en pacientes con cervicalgia mecánica, mejorando de tal forma sus dolencias y brindarle una mejor vitalidad y energía.

Materiales a utilizar



Imagen No. 6 Ventosas Chinas Fisioterapéuticas
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato



Imagen No. 7 Goma de aspiración y pistola de succión
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato



Imagen No. 8 Aceite de vaselina
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato



Imagen No. 9 Toallas
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato



Imagen No. 10 Bobina de papel
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

ESQUEMA DE APLICACIÓN DE LA TÉCNICA CUPPING

(Decúbito Prono)

Forma básica de aplicación de ventosas: Ventosa Fija.

Posición del paciente: decúbito prono, acostado sobre una almohada a nivel del tórax.

Posición del fisioterapeuta: de pie a lado del paciente.



Imagen No. 11 Posición adecuada del paciente
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Localizar los puntos Ashi mediante la palpación, es decir los puntos referidos con más evidencia de dolor, se realiza a modo de masaje con la yema de los dedos buscando estancos dolorosos de energía.



Imagen No. 12 Palpación de puntos Ashi
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Se coloca las ventosas fisioterapéuticas chinas en los puntos Ashi, en fascículos del musculo trapecio superior (porción descendente), medio (porción transversa), e inferior (porción ascendente).



Imagen No. 13 Aplicación de las ventosas
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Se coloca las ventosas en el sitio fijo un tiempo de 5 minutos. Hay que reiterar que el tiempo puede ser limitado sea por la piel delicada o por la tolerancia del cuerpo humano.



Imagen No. 14 Aplicación de las ventosas
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Forma básica de aplicación de ventosas: Ventosa corrida.

Posición del paciente: decúbito prono, acostado sobre una almohada a nivel del tórax.

Posición del fisioterapeuta: de pie a lado del paciente.



Imagen No. 15 Posición adecuada del paciente
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Antes de correr la ventosa se debe aplicar una capa de aceite de vaselina sobre la superficie donde se aplicara la ventosa.



Imagen No. 16 Colocación de aceite de vaselina

Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Se coloca la ventosa produciendo el vacío, para luego empujar la copa y retroceder a lo largo del circuito deseado. El tiempo estimado para la aplicación es de 5 minutos o a su vez se retira la ventosa después de que la piel del área aplicada se congestione.



Imagen No. 17 Aplicación de ventosa corrida

Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Forma básica de aplicación de ventosas: Ventosa rápida.

Posición del paciente: decúbito prono, acostado sobre una almohada a nivel del tórax.

Posición del fisioterapeuta: de pie a lado del paciente.



*Imagen No. 18 Posición adecuada del paciente
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato*

Se coloca la ventosa produciendo el vacío, para luego ser retirada inmediatamente a la aplicación, esta acción se repite varias veces hasta que la zona se congestione. El tiempo estimado de aplicación es de 5 minutos.



Imagen No. 19 aplicación de ventosa rápida
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

ESQUEMA DE APLICACIÓN DE LA TÉCNICA CUPPING

(Sedestación)

Forma básica de aplicación de ventosas: Ventosa Fija.

Posición del paciente: sedestación, con los antebrazos apoyados sobre la camilla y la cabeza inclinada hacia delante.

Posición del fisioterapeuta: de pie detrás del paciente.



Imagen No. 20 Posición adecuada del paciente
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Localizar los puntos Ashi mediante la palpación, es decir los puntos referidos con más evidencia de dolor, se realiza a modo de masaje con la yema de los dedos buscando estancos dolorosos de energía.



Imagen No. 21 Palpación de puntos Ashi
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Se coloca las ventosas fisioterapéuticas chinas en los puntos Ashi, en fascículos del musculo trapecio superior (porción descendente), medio (porción transversa), e inferior (porción ascendente).



Imagen No. 22 *Aplicación de las ventosas*
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Se coloca las ventosas en el sitio fijo un tiempo de 5 minutos. Hay que reiterar que el tiempo puede ser limitado sea por la piel delicada o por la tolerancia del cuerpo humano.



Imagen No. 23 *Aplicación de las ventosas*

Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Forma básica de aplicación de ventosas: Ventosa corrida.

Posición del paciente: sedestación, con los antebrazos apoyados sobre la camilla y la cabeza inclinada hacia delante.

Posición del fisioterapeuta: de pie detrás del paciente.



Imagen No. 24 *Posición adecuada del paciente*

Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Antes de correr la ventosa se debe aplicar una capa de aceite de vaselina sobre la superficie donde se aplicara la ventosa.



Imagen No. 25 Colocación de aceite de vaselina

Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Se coloca la ventosa produciendo el vacío, para luego empujar la copa y retroceder a lo largo del circuito deseado. El tiempo estimado para la aplicación es de 5 minutos o a su vez se retira la ventosa después de que la piel del área aplicada se congestione.



Imagen No. 26 Aplicación de ventosa corrida

Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

Forma básica de aplicación de ventosas: Ventosa rápida.

Posición del paciente: sedestación, con los antebrazos apoyados sobre la camilla y la cabeza inclinada hacia delante.

Posición del fisioterapeuta: de pie detrás del paciente.



*Imagen No. 27 Posición adecuada del paciente
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato*

Se coloca la ventosa produciendo el vacío, para luego ser retirada inmediatamente a la aplicación, esta acción se repite varias veces hasta que la zona se congestione. El tiempo estimado de aplicación es de 5 minutos.



Imagen No. 28 Aplicación de ventosa rápida
Fuente: Pastoral Social Caritas Ambato

6.7 MODELO OPERATIVO

Fases	Etapas	Metas	Actividades	Responsables	Resultados	Tiempo
1ra	Información	Dar a conocer al personal administrativo sobre la efectividad del tratamiento con la Técnica Cupping para su rápida recuperación.	Demostrar que la Técnica Cupping brinda beneficios en el manejo de cervicalgias mecánicas.	Investigador: Andrés Villagómez	Importancia por parte de los pacientes por la aplicación de una técnica innovadora.	1 día
2da	Ejecución	Aplicación del tratamiento con la Técnica Cupping en pacientes con cervicalgia mecánica.	Aplicar los métodos y técnicas requeridos en el tratamiento para el dolor cervical.	Investigador: Andrés Villagómez	Alivio de las dolencias en un periodo de tiempo corto.	10 días
3ra	Evaluación	Registrar las notas de evolución del tratamiento aplicado.	Análisis de los resultados obtenidos con la aplicación del tratamiento en los pacientes de la Pastoral Social Caritas Ambato.	Investigador: Andrés Villagómez	Estimar los resultados obtenidos con la aplicación complementaria de este tratamiento.	5 días

Tabla No. 17 Modelo Operativo
Elaborado por: Andrés Villagómez

6.8 ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

El presente trabajo fue elaborado en la Pastoral Social Caritas Ambato, en donde se ejecutó lo necesario para la aplicación de la Técnica Cupping ya que se considera viable dar a conocer sobre las bondades de la Técnica. Cuenta con la autorización del Jefe de personal y la supervisión de la Lcda. Andrea Carolina Peñafiel Luna como tutora y también de los pacientes que van a ser sometidos a tratamiento con la Técnica Cupping.

6.9 PREVISIÓN DE LA PROPUESTA

Preguntas básicas	Explicación
¿Qué evaluar?	La efectividad de la Técnica Cupping en pacientes con cervicalgia mecánica.
¿Por qué evaluar?	Para evidenciar que la aplicación de la Técnica Cupping como complemento en un tratamiento fisioterapéutico es efectiva en el manejo de cervicalgia mecánica.
¿Para qué evaluar?	Para demostrar que los objetivos establecidos se cumplieron a cabalidad.
¿Quién evalúa?	Investigador: Andrés Villagómez
¿Cuándo evaluar?	Al inicio y al final del tratamiento
¿Cómo evaluar?	Cualitativamente usando la respuesta de cada paciente al tratamiento
¿Fuentes de información?	Bibliografía, Internet y folletos
¿Con qué evaluar?	Encuesta e historia clínica

Tabla 18 *Previsión de la propuesta.*
Elaborado por: Andrés Villagómez

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bibliografía

- Asamblea Nacional Constituyente . (2008). *Ministerio de Educación*. Recuperado el 2014, de Constitución del Ecuador: <http://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2012/08/Constitucion.pdf>
- Carrasco Morales, S. (2008). *Universidad Técnica e AMbato*. Obtenido de pro.edu.ec: determinar los efectos terapéuticos mediante la aplicación de la técnica de shiatsu en pacientes que presentan cervicalgias en la Fundación Corazón de María en la ciudad de Pelileo
- Centro Naturista Slalow. (2013). *Centro-shalom.com*. Recuperado el 2014, de técnicas con ventosas: http://www.centro-shalom.com/spa/tecnica_01.php?var1=Ventosas&nar1=44
- Chacón Beltrán, B. (13 de Enero de 2012). *Universidad Técnica de Ambato*. Recuperado el Mayo de 2014, de Repo.uta.edu.ec: <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/handle/123456789/4398/Chac%C3%B3n%20Beltr%C3%A1n%20Betthy%20Amparo.pdf?sequence=1>
- Cardichi, P. J. (2003). *Terapia de masaje Shiatsu: con técnicas orientales para el sano equilibrio del cuerpo*. Mexico: Berbera.
- Díaz, F. E. (2011). *Pequeño Manual Para Terapias con Ventosas*. Merida: La Azulia.
- Discovery Dsalud. (2015). Cuppin una Antiquísima y Eficaz Terapia. *Eb de la revista Discovery de Salud*.
- Gigong y masaje Holístico en Perú. (2013). *Gigong y masaje Holístico en Perú*. Recuperado el 2014, de Las ventosas: <http://qigongymasajeholisticoperu.blogspot.com/p/las-ventosas-son-una-tecnica.html>
- Josep, M. G. (2006). *Masaje con ventosas*. Barcelona: Cataluña.
- (⁶)Torres, M. S. (2006). *Guía de masoterapia para fisioterapeutas*. Madrid: Medicina Panamericana.
- Xhardez, Y. (2010). *vademecum de kinesiología y de reeducación funcional*. Argentina: Ateneo.

LINKOGRAFÍA

(¹)http://www.forpas.us.es/documentacion/04_33_1.pdf . (ABRIL de 2012).

(²)http://www.inec.gob.ec/nuevo_inec/index.html. (28 de ABRIL de 2012).

(⁴)<http://www.webconsultas.com/curiosidades/descubre-el-cupping-o-masaje-con-ventosas-11929>. (25 de MARZO de 2014).

(³)<https://es.scribd.com/doc/74154310/Pequeno-Manual-para-Terapias-con-Ventosas>. (15 de MAYO de 2015).

(¹³)<https://sites.google.com/a/uaem.mx/oscardmusculo/home/patologias-musculares>. (s.f.).

Ley de Prevención e Riesgos Laborales. (15 de diciembre de 2013). Recuperado el 2014, de <http://www.ugt.es/Documentos%20de%20apoyo/prl08.pdf>

Ramón, A. (31 de Julio de 2013). *Scribd*. Recuperado el Mayo de 2014, de Mesoterapia(1): <https://es.scribd.com/doc/157264985/MASOTERAPIA-1>

Sales, M. M. (2013). *Aplicacion de ventosas*. Recuperado el 2014, de Salud y terapias naturales: <http://www.enbuenasmanos.com/articulos/muestra.asp?art=1817>

Universidad Lanibna de Costa Rica. (2012). *Scrib.com*. Recuperado el 2014, de Documentos : <http://es.scribd.com/doc/102509459/Terapia-Con-Ventosas>

(¹¹)www.bioterapiaintegral.cl/pdf/t_holisticas.pdf. (FEBRERO de 2014).

www.dolopedia.com/index.php/ESCALAS_SUBJETIVAS_DEL_DOLOR. (12 de NOVIEMBRE de 2013).

(¹⁰)www.enbuenasmanos.com/articulos/muestra.asp?art=1817. (25 de MARZO de 2014).

(⁹)www.institutoconfuciomedellin.org/noticias/Documents/Medicina%20Tradicional%20China.pdf. (08 de JULIO de 2013).

www.masajes-xiaoying-madrid.com/masaje/masaje-con-ventosas. (ENERO de 2012).

(⁸)www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000427.htm. (AGOSTO de 2010).

(¹⁴)www.rheumatology.org/Practice/Clinical/Patients/Diseases_And_Conditions/La_Fi_bromialgia/. (FEBRERO de 2013).

[www.saludterapia.com/articulos/glosario/d/55-](http://www.saludterapia.com/articulos/glosario/d/55-masajeconventosas.html#axzz3FW1dzUr3)

[masajeconventosas.html#axzz3FW1dzUr3](http://www.saludterapia.com/articulos/glosario/d/55-masajeconventosas.html#axzz3FW1dzUr3). (FEBRERO de 2012).

www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/medicina-alternativa/terapia-ventosas.html. (FEBRERO de 2014).

⁽¹²⁾www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v30n1/art08v30n1.pdf. (MARZO de 2013).

⁽⁷⁾www.terapiasalternativastenerife.com/ventosas.html. (13 de FEBRERO de 2013).

CITAS BIBLIOGRÁFICAS - BASE DE DATOS UTA.

EBSCO HOST: Barrier, A. (2011). Obtenido de Post traumatic dolor muscular:Casepresentation.:<http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?sid=34d68ed79ff641ee9bd0a13a86a4d06f%40sessionmgr4001&vid=0&hid=4112&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=a9h&AN=69533463>

EBSCO HOST: Caballero, E. (2012). Recuperado el 2014, de Gadget2.0,Ergonomíadedoblefilo.:<http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?sid=60c302fb231f4f5aa3677e0c29f9b66b%40sessionmgr4002&vid=0&hid=4112&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=fua&AN=75378937>

EBSCO HOST: Manning, D. (2012). Recuperado el 2014, de Reliability of a seated three-dimensional passive intervertebral motion test for mobility, end-feel, and pain provocation in patients withcervicalgia:<http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?sid=97ad412879cd48e5bc38535347a92ec1%40sessionmgr4004&vid=0&hid=4112&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=a9h&AN=79624936>

EBSCO HOST: Weitten, T. a. (2010). Recuperado el 2014, de disseses,hyperintensesetfébriles.:<http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?sid=858c1255163945199207d24a9f5ce15e%40sessionmgr4002&vid=0&hid=4112&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=a9h&AN=51835727>

EBSCO HOST:Wessely. (2011). Recuperado el 2014, de Post-traumatic refractory with disseses and headaches: Case presentation.:<http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?sid=86447078fbc4403c996509c612f6ba5a%40sessionmgr4002&vid=0&hid=4112&bdat a=Jmxhbmc9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=a9h&AN=59327206>

ANEXOS

Anexo 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Señor (a): _____

Cédula de Identidad: _____

En pleno uso de mis facultades libres, y voluntariamente manifiesto que he sido informado y en consecuencia autorizó a que se me realice el procedimiento fisioterapéutico para el tratamiento de cervicalgia mecánica con la aplicación de la Técnica de Cupping para disminuir el grado de dolor de la zona corporal afectada, teniendo en cuenta que:

1. He comprendido la naturaleza y propósito del procedimiento.
2. He tenido la oportunidad de aclarar mis dudas.
3. Estoy SATISFECHO (a) con la información proporcionada.
4. Entiendo que mi consentimiento puede ser revocado en cualquier momento antes de la realización del procedimiento.
5. Reconozco que todos los datos proporcionados referente al historial médico son ciertos y que no he omitido ninguna que pueda influir en el tratamiento.

Por tanto, declaro estar debidamente informado y comprendo las indicaciones y los riesgos de este tratamiento y en tales condiciones doy mi consentimiento a la realización del tratamiento propuesto.

.....

FIRMA

ANEXO 2



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD



CARRERA TERAPIA FÍSICA

Objetivo: Identificar los factores que ocasionan cervicalgias mecánicas en el personal Administrativo de la Pastoral Social Caritas Ambato.

Datos generales

1. Genero

Masculino

Femenino

1. 1 Edad

.....

2. ¿Qué tiempo pasa frente a un computador?

1 – 2 horas

2 – 5 horas

más de 5 horas

3. ¿Su actividad laboral implica someterse a estrés y cansancio físico?

Siempre

A veces

Nunca

.....

Otros (indique ¿Cuál?)

4. ¿Realiza movimientos repetitivos en horas de trabajo?

Siempre (____) A veces (____) Nunca (____)

5. Padece de dolores de:

Cabeza (____) Cuello (____) Hombros (____) Espalda (____) Ninguno (____)

6. ¿Cuál es la causa que desata su dolor?

Sobre uso (____) Posturas mantenidas (____) Sobre esfuerzo corporal (____) Ninguna (____)

7. Presenta limitaciones al realizar actividades del diario vivir, que tipo

Actividades domésticas (____) Actividades deportivas (____)

Actividades laborales (____) Dormir (____) Ninguna (____)

8. Ha recibido tratamiento para sus dolores, que tipo

Terapéuticos (____) Alternativo (____) Medicamentoso (____) Ninguno (____)

9. Conoce usted sobre la Técnica Cupping

Si (____) No (____)

10. ¿Cree Ud. Que el tratamiento con la técnica de Cupping alivio su dolor?

Si (____) No (____)

Anexo 3

Historia clínica

Nombres y Apellidos:.....

Edad:.....

Sexo: Masculina..... Femenino.....

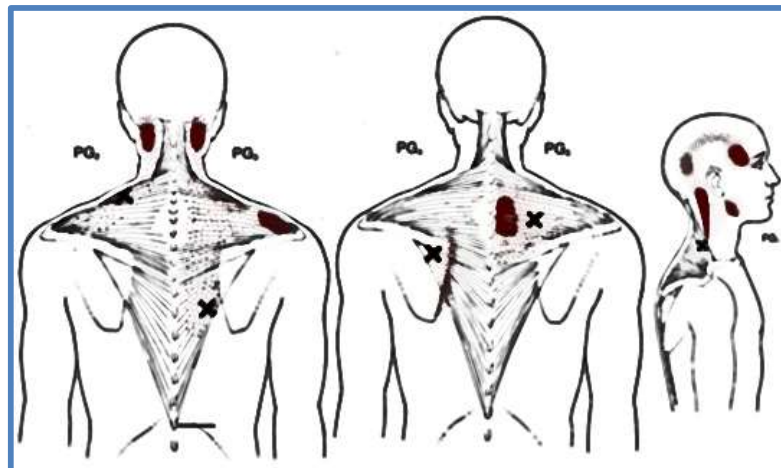
Ocupación:.....

Tipo de trabajo:

De alto riesgo cervical.....

Sedestación prolongada.....

Localización del dolor



Lapso d tiempo que experimenta el dolor:

Días.....meses.....semanas.....años.....

Forma de iniciar el dolor:

Repentino.....

Sobre esfuerzo.....

Accidente.....

Sin causa.....

Sintomatología asociada:

- Dolor de cabeza.....
- Dolor de hombros.....
- Trastorno de sueño.....
- Adormecimiento de manos.....

Número de cuadros repetitivos de cervicalgia:.....

Número de ausencias laborales por este motivo:.....

Tratamientos previos recibidos:

- Reposo:.....
- Medicación:.....
- Fisioterapia:.....
- Otros:.....

Test muscular

- Flexión:.....
- Extensión:.....
- Rotación D/I:...../.....
- Inclinación D/I:...../.....

Rango de valoración activa

- Flexión...../..... 1. Dolor al final del movimiento. 2Dolor durante el recorrido
- Extensión...../..... 1. Dolor al final del movimiento. 2Dolor durante el recorrido
- Inclinación D/I:...../.....1. Dolor al final del movimiento. 2Dolor durante el recorrido
- Rotación D/I:...../..... 1. Dolor al final del movimiento. 2Dolor durante el recorrido

Anexo 4

Escala visual analógica del dolor (EVA)

Señalar en la línea de intensidad del dolor sabiendo que el 0 representa ausencia de dolor y el 10 el máximo dolor que haya experimentado.



Anexo 5

Valoración de fuerza muscular

(Escala de Daniels)

Grados	Descripción
0	Ninguna respuesta muscular
1	Musculo realiza contracción visible / palpable sin movimiento
2	Musculo realiza todo el movimiento. Sin gravedad / sin resistencia
3	Musculo realiza todo el movimiento. Contra gravedad / sin resistencia
4	Movimiento en toda amplitud. Contra gravedad / resistencia moderada
5	Musculo soporta resistencia manual máxima. Movimiento completo / contra gravedad