

XXXI Curso Internacional SEMIOOYM



Madrid 2009

Técnicas de tejidos blandos

Dr. Jordi Sagrera-Ferrandiz.
Dr. C. Daniel Strán Frugoni.



Grup Barcelona de Medicina Ortopèdica i Manual

INTRODUCCIÓN

DOLOR MECÁNICO en Partes Blandas de MMII:

- Directo (local).
- Indirecto (segmentario). *Siempre presente en los procesos evolucionados.*

Proceso inflamatorio:

Dolor - Restricción Funcional – Compromiso SN.

(Bandas Tensas; Puntos Gatillos; Hipertonía;
Acortamiento Muscular; Debilidad Muscular).

PB. en Patología Mecánica

- Elementos móviles del aparato locomotor.
- Ponen de manifiesto la patología del sistema (*verdaderos órganos sensoriales*).
- De tratamiento imprescindible en Medicina Ortopédica Manual (*Dr. Maigne*).
- Objetivo Terapéutico: lograr balance y máxima adecuación funcional.

TÉCNICAS

Nimmo Modificado

- Teno-Muscular.
- Sentido transversal.
- Territorio segmentario.

Masaje en Estiramiento

- Muscular.
- Sentido longitudinal.
- Unidad muscular.

En el nivel fascial, al límite del dolor.

TÉCNICA NIMMO MODIFICADA (TNM)

Arrastre Resolución

Dr. C. Daniel Strán.

T/CNICA NIMMO MODIFICADA

- Técnica de aplicación neuro-mio-fascial, con el fin de localizar y tratar las lesiones mecánicas de partes blandas en relación funcional con un segmento vertebral.
- Consiste en realizar una presión deslizante sobre el tendón, en sentido transversal a su inserción.

T/CNICA NIMMO MODIFICADA

- **Secuencia:**

- 1) Se coloca al músculo o grupos musculares en posición de estiramiento fisiológico para exponer los tendones de inserción.
- 2) Aplicamos una presión deslizante en un trayecto paralelo al reper óseo, a 1 cm. de distancia, deteniéndonos en la zona de dolor durante uno pocos segundos (de 3 a 6).
- 3) Se repite la secuencia de trabajo 3 ó 4 veces.

T/CNICA NIMMO MODIFICADA

- **Características:**

- La presión deslizante se realizará “al límite dolor” (*Dr. Jordi Sagrera-Ferrandiz*).
- Las presiones deslizantes se llevan a cabo en dirección transversal a las fibras de inserción muscular y en una sola dirección.
- Se repite varias veces, hasta que desaparezca la sensación de tensión.
- La velocidad ha de ser lenta y progresiva para evitar el reflejo miotático.

T/CNINA NIMMO MODIFICADA

- **Efectos:**

- Diagnóstico: localiza la lesión en un determinado Segmento Vertebral.
- Terapéutico directo: rotura de adherencias fibrosas.
- Terapéutico indirecto: bloqueo del estímulo doloroso que provoca la lesión por vía aferente al SNC.
- Relajación

T/CNICA NIMMO MODIFICADA

- **Indicaciones:**

- Tratamiento de lesiones mecánicas directas o indirectas (*Síndrome célula-teno-miálgico de Maigne*).
- Esguinces.
- Contracturas.
- Acortamientos musculares en general.

T/CNICA NIMMO MODIFICADA

- **Contraindicaciones:**
 - Lesiones no mecánicas
 - Lesiones agudas recientes
 - Heridas
 - Inflamaciones agudas en general

TÉCNICA NIMMO MODIFICADA

Grupos musculares de inserción tibial posterior
(L4-5 – L5-S1)



GBMOIM

Dr. C. Daniel Strán.

TÉCNICA NIMMO MODIFICADA

Grupos musculares de inserción en articulaciones del pie. (L4-5 – L5-S1)



GBMOIM

Dr. C. Daniel Strán.

T/CNICA NIMMO MODIFICADA

- **Momento de aplicación:**
 - Luego de la exploración física.
 - Comenzar por la región para-vertebral, y luego el sector loco-regional correspondiente.
 - Siempre seguida de cepillado muscular específico y Masaje en Estiramiento.



Muchas Gracias!!!



www.metodostran.info

cdstran@hotmail.com

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

Dr. J. Sagrera Ferrándiz

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- Técnica de aplicación a nivel miofascial, que consiste en realizar una presión deslizante sobre un músculo durante la fase de estiramiento

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Secuencia:**

- 1) Se efectúa un estiramiento miofascial hasta llegar a la sensación de tensión
- 2) Aplicamos presiones deslizantes durante unos segundos (de 10 a 20”), como máximo 1 minuto
- 3) Se permite al músculo relajarse (5”)
- 4) Se repite la secuencia de trabajo 2 ó 3 veces

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Características:**

- La presión deslizante no ha de producir dolor
- Las presiones deslizantes se llevan a cabo en la dirección de las fibras musculares y en sentido opuesto a la zona lesionada
- Se repite varias veces, hasta que desaparezca la sensación de tensión
- La velocidad ha de ser lenta y progresiva para evitar el reflejo miotático

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Efectos:**
 - Alargamiento de la estructura miofascial
 - Potenciar el efecto de un estiramiento con el masaje
 - Rotura de adherencias fibrosas
 - Relajación

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Indicaciones:**
 - Tratamiento de lesiones musculares
 - Esguinces
 - Contracturas
 - Acortamientos musculares en general

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Contraindicaciones:**
 - Lesiones agudas recientes
 - Heridas
 - Inflamaciones agudas en general

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Momento de aplicación:**
 - Nunca en frío, sin previo trabajo de tejido blando
 - Después de realizar Técnica Nimmo



MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Masaje en estiramiento sobre músculo Tibial anterior:**



MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- Masaje en estiramiento sobre músculo Tríceps sural:



Primer tiempo



Segundo tiempo



Tercer tiempo

MASAJE EN ESTIRAMIENTO

- **Masaje en estiramiento sobre músculos Peroneos:**



MUCHAS GRACIAS !!!



Dr. J. Sagrera Ferrándiz
Tel. 93 4153066
Mail: j.sagrera@dr-sagrera.com