

Cinesiterapia Pasiva



La cinesiterapia pasiva es la realizada por el terapeuta sobre el paciente. En este caso el paciente no realiza ningún tipo de movimiento activo y es el terapeuta el que realiza todo el esfuerzo físico de mover los diversos segmentos o grupos musculares.



1. Barrera "Final Feel"

El término *end feel* (sensación final) se refiere a la calidad de la resistencia que se siente al final del rango de movimiento pasivo de una articulación.

Esta resistencia es causada por las estructuras anatómicas que limitan el movimiento, como músculos, tendones, ligamentos o huesos.

El fisioterapeuta evalúa el *tacto final* para determinar la naturaleza del bloqueo articular y diferenciar entre condiciones normales o patológicas.



- Tipos de *sensación final*:

Normal

Duro: El movimiento se detiene bruscamente por contacto óseo (ej., extensión del codo).

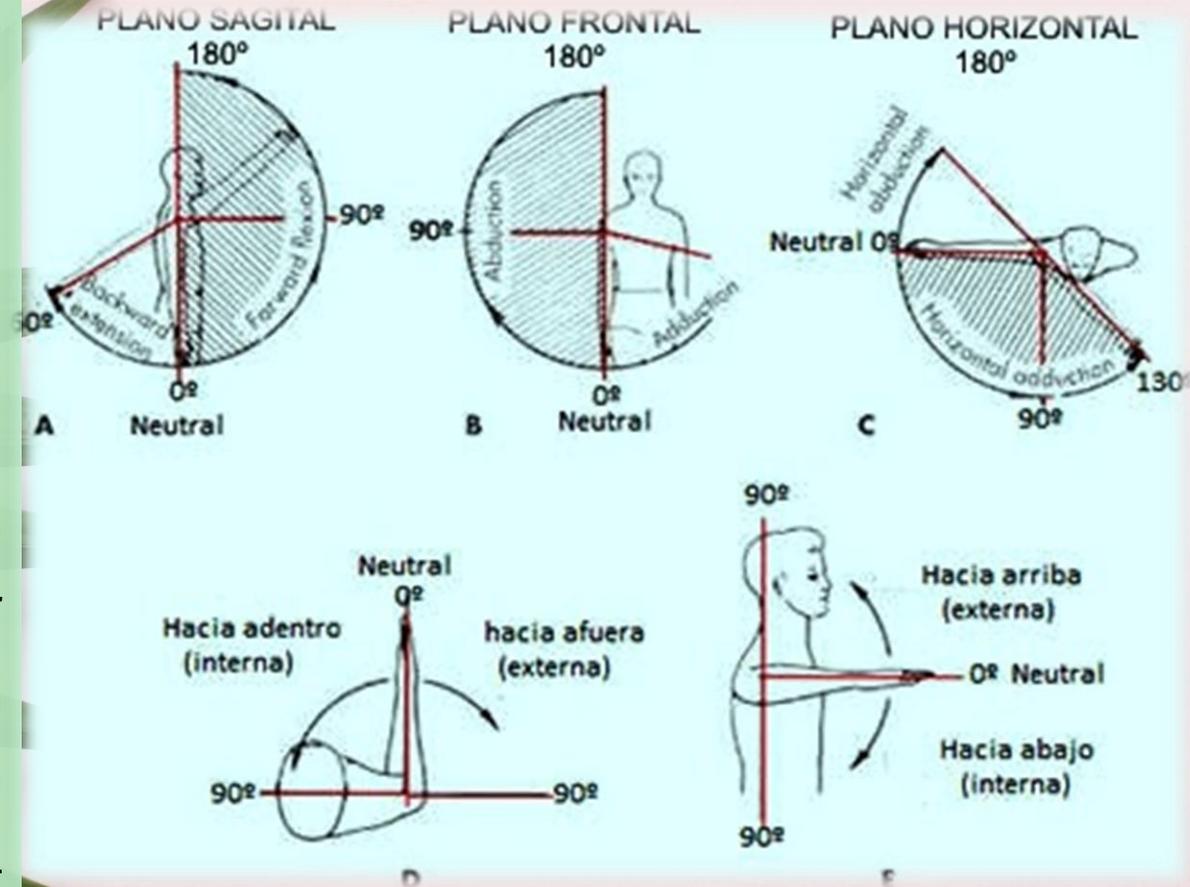
Blando: El movimiento es detenido por la compresión de tejidos blandos (ej., flexión del codo).

Elástico o firme: Limitado por el estiramiento de tejidos como ligamentos o cápsulas articulares (ej., rotación externa del hombro)

Tipos de End Feel y sus características

TOPE	CARACTERÍSTICAS
Duro (óseo)	Abrupto e inflexible
Interposición de tejido blando	Dos superficies blandas juntándose = compresión blanda
Blando	Esponjoso
Duro (patomecánica)	Parada abrupta

- 2. Grados de movimiento
- El *rango de movimiento* (ROM, por sus siglas en inglés) es la cantidad de movimiento que tiene una articulación desde su posición neutral hasta el final del movimiento, y se mide en grados.
- Los grados de movimiento se refieren a la cantidad máxima de desplazamiento que puede realizar una articulación en diferentes planos del cuerpo. Los grados específicos varían según la articulación y la dirección del movimiento (flexión, extensión, abducción, etc.).



- Los **grados de movimiento ROM** varían según la articulación y el tipo de movimiento (flexión, extensión, abducción, rotación, etc.).

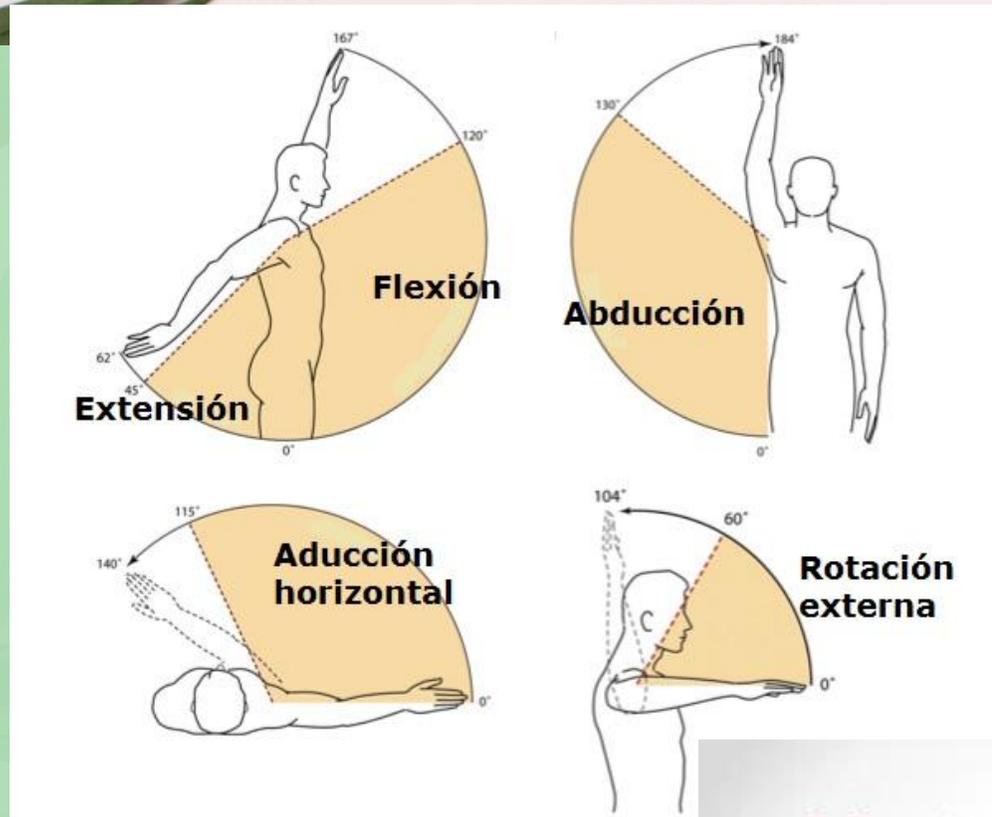
1. *Columna vertebral*

- Flexión cervical: $0^{\circ} - 45^{\circ}$
- Extensión cervical: $0^{\circ} - 45^{\circ}$
- Rotación cervical: $0^{\circ} - 60^{\circ}$
- Inclínación lateral cervical: $0^{\circ} - 45^{\circ}$
- Flexión lumbar: $0^{\circ} - 60^{\circ}$
- Extensión lumbar: $0^{\circ} - 25^{\circ}$
- Inclínación lateral lumbar: $0^{\circ} - 25^{\circ}$
- Rotación lumbar: $0^{\circ} - 30^{\circ}$



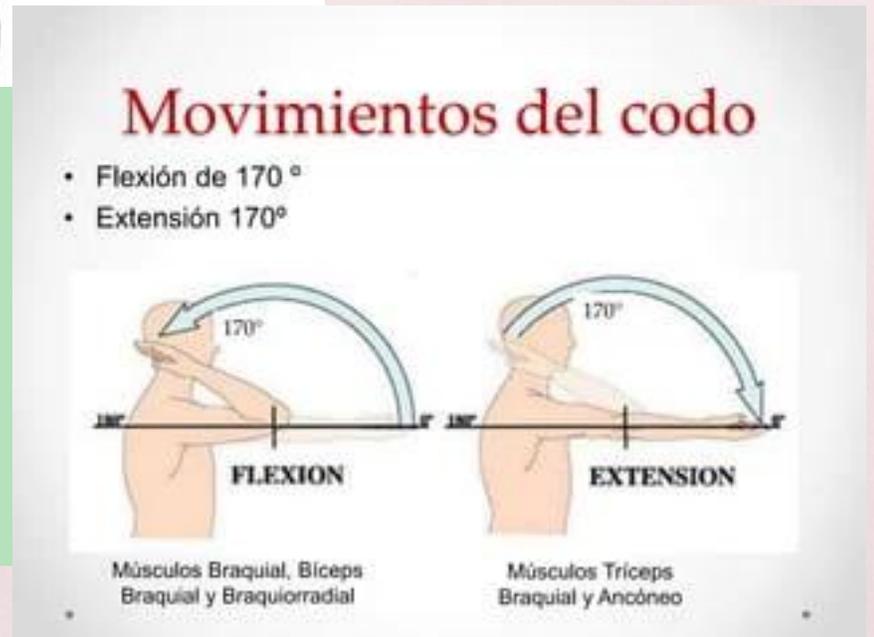
2. Hombro

- Flexión: 0° - 180°
- Extensión: 0° - 60°
- Abducción: 0° - 180°
- Aducción: 180° - 0°
- Rotación interna: 0° - 70°
- Rotación externa: 0° - 90°



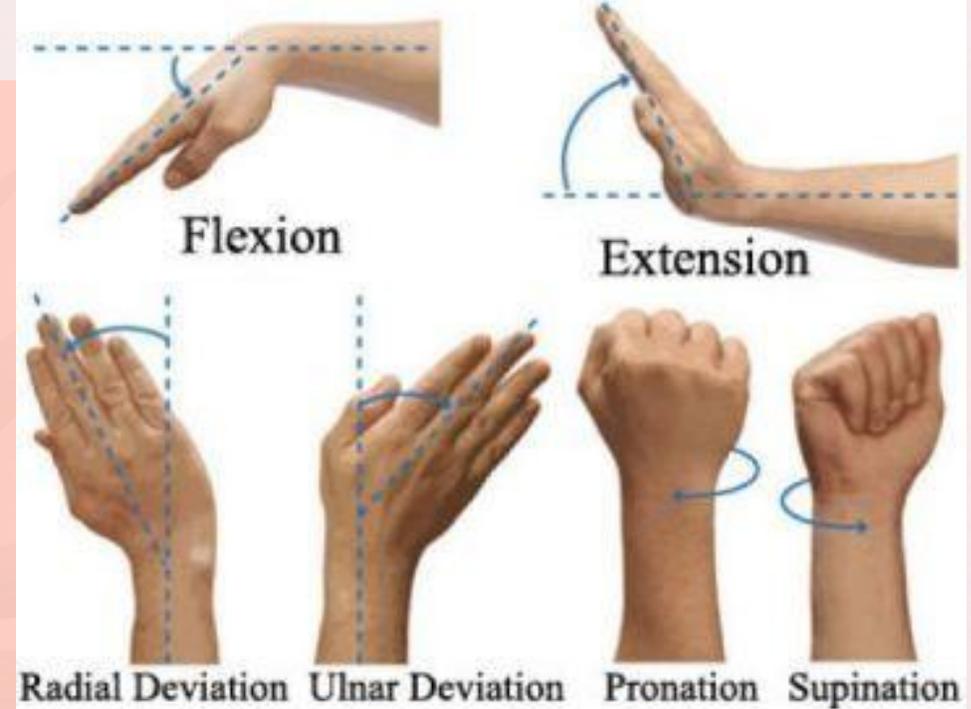
3. Codo

- Flexión: 0° - 150°
- Extensión: 150° - 0°
- Pronación: 0° - 80°
- Supinación: 0° - 80°



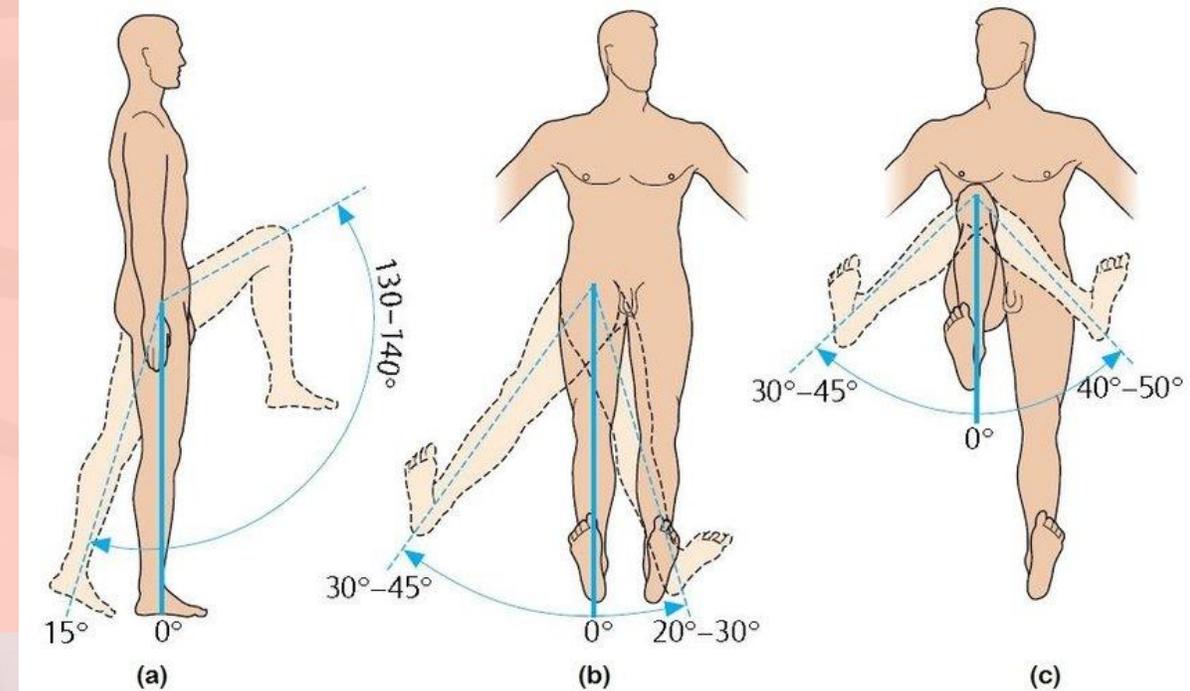
4. Muñeca

- Flexión: $0^{\circ} - 80^{\circ}$
- Extensión: $0^{\circ} - 70^{\circ}$
- Desviación radial: $0^{\circ} - 20^{\circ}$
- Desviación cubital: $0^{\circ} - 30^{\circ}$



5. Cadera

- Flexión: $0^{\circ} - 120^{\circ}$
- Extensión: $0^{\circ} - 30^{\circ}$
- Abducción: $0^{\circ} - 45^{\circ}$
- Aducción: $0^{\circ} - 30^{\circ}$
- Rotación interna: $0^{\circ} - 45^{\circ}$
- Rotación externa: $0^{\circ} - 45^{\circ}$

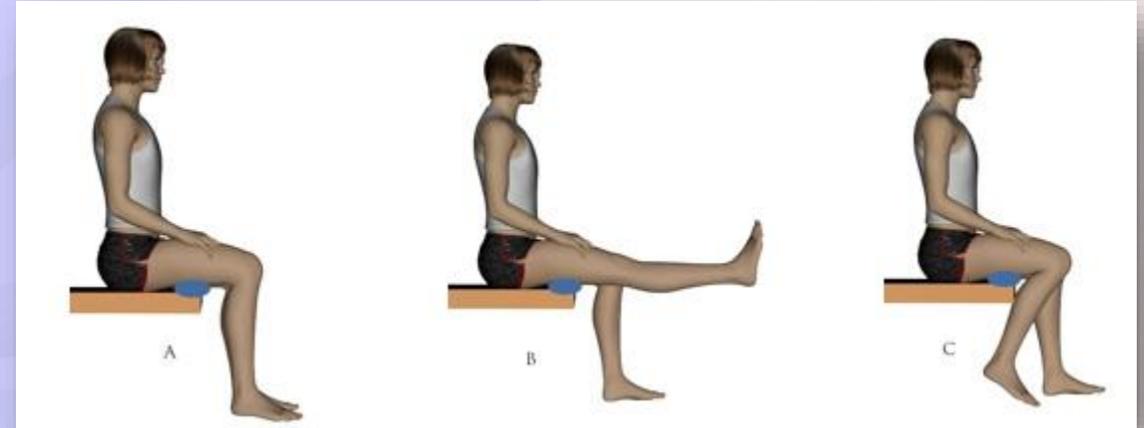


6. Rodilla

- Flexión: 0° - 135°
- Extensión: 135° - 0°

7. Tobillo

- Flexión dorsal: 0° - 20°
- Flexión plantar: 0° - 50°
- Inversión (supinación): 0° - 35°
- Eversión (pronación) : 0° - 15°

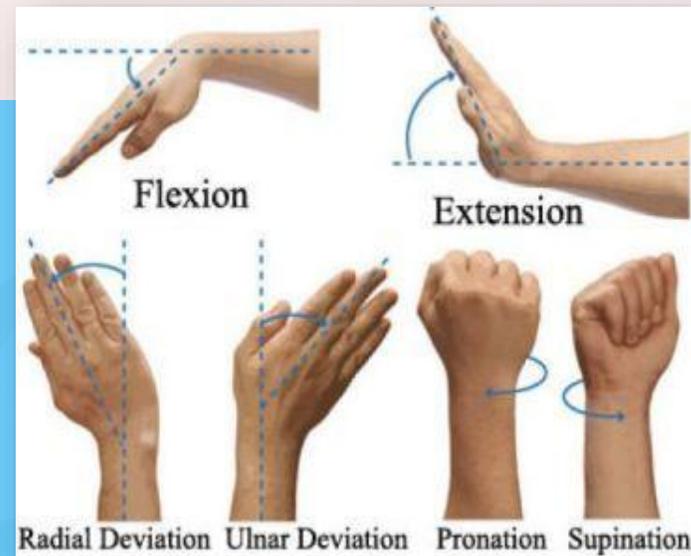


8. Dedos (metacarpofalángicas y falanges)

- Flexión metacarpofalángica: $0^{\circ} - 90^{\circ}$
- Extensión metacarpofalángica: $0^{\circ} - 45^{\circ}$
- Flexión interfalángica proximal: $0^{\circ} - 100^{\circ}$
- Extensión interfalángica proximal: $100^{\circ} - 0^{\circ}$
- Flexión interfalángica distal: $0^{\circ} - 90^{\circ}$
- Extensión interfalángica distal: $90^{\circ} - 0^{\circ}$

9. Dedos del pie

- Flexión metatarsofalángica: $0^{\circ} - 45^{\circ}$
- Extensión metatarsofalángica: $0^{\circ} - 70^{\circ}$



Movilización analítica simple



- La **movilización analítica simple** es una técnica dentro de la fisioterapia y la cinesiterapia que se utiliza para movilizar una articulación de manera específica y controlada.
- Se enfoca en movimientos concretos y limitados a una sola articulación o parte del cuerpo, lo que permite trabajar de forma precisa y dirigida.



Características principales de la movilización analítica simple:

- 1. Movimiento específico :** Se realiza un movimiento controlado sobre una sola articulación o segmento corporal, sin involucrar otras articulaciones o partes del cuerpo.
- 2. Control y precisión :** El fisioterapeuta realiza el movimiento de forma lenta y controlado para asegurar que está trabajando exclusivamente en la articulación afectada, mejorando la movilidad o el rango de movimiento.



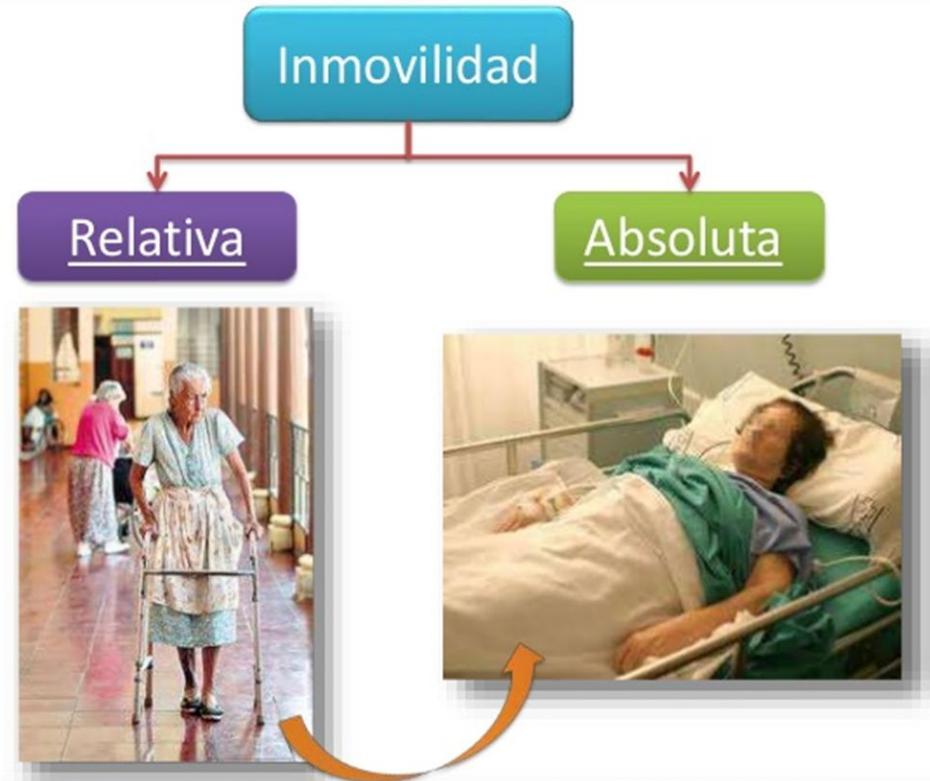
3. Aplicación terapéutica : Se utiliza para mejorar la flexibilidad, recuperar el rango de movimiento articular, disminuir la rigidez y mantener la funcionalidad articular después de una lesión o una inmovilización prolongada.

4. Adaptabilidad : La movilización se puede ajustar según el estado del paciente, ya sea aplicando movimientos pasivos y progresar a movimientos activos.



Indicaciones:

- Lesiones articulares o musculares.
- Rigidez articular postquirúrgica.
- Pérdida de movilidad debido a inmovilización prolongada.
- Tratamientos post-trauma, como fracturas o esguinces.



Beneficios:

- Mejora la amplitud del movimiento articular.
- Aumenta la circulación sanguínea local.
- Facilita la recuperación de tejidos.
- Previene adherencias y rigideces en las articulaciones afectadas.





La movilización analítica simple es un enfoque terapéutico centrado en la precisión y el control para mejorar el rango de movimiento y la funcionalidad de articulaciones específicas en un contexto de rehabilitación.

Mobilización analítica específica



La **movilización analítica específica** es una técnica que se utiliza para movilizar una articulación de manera extremadamente precisa, con el objetivo de restaurar el rango de movimiento normal o mejorar la funcionalidad.

- Esta técnica se centra en el trabajo sobre componentes muy concretos de una articulación o segmento corporal, considerando aspectos biomecánicos específicos y aplicando movimientos cuidadosamente controlados.



Características de la movilización analítica específica:

- 1. Movimiento focalizado :** A diferencia de la movilización analítica simple, la movilización analítica específica se centra en un punto o segmento particular de la articulación, como un plano de movimiento concreto o un grado específico de rotación o gradual articular.
- 2. Ajuste preciso :** El fisioterapeuta ajusta las fuerzas y el ángulo de movimiento con gran precisión, dirigiendo el esfuerzo hacia el componente específico de la articulación que está afectado, como los ligamentos, cápsulas articulares o estructuras periarticulares.



3. Manual de aplicación : Se realiza de forma manual por el fisioterapeuta, que utiliza técnicas como tracción, gradual, rotación, dependiendo del objetivo terapéutico y el estado clínico del paciente.

4. Corrección de patrones de movimiento : Además de restaurar el rango de movimiento, la movilización analítica específica se emplea para corregir patrones de movimiento anormales o compensatorios que el cuerpo puede haber adoptado tras una lesión o cirugía.



Indicaciones:

- Alteraciones articulares complejas, como en casos de adherencias o restricción severa del movimiento.
- Lesiones estructurales que afectan la movilidad de una articulación, como contracturas capsulares o disfunciones biomecánicas.
- Procesos postquirúrgicos donde es crucial la recuperación de movimientos específicos de una articulación.
- Tratamiento de rigidez articular localizada o restricciones en un plano específico del movimiento.



Beneficios:

- **Recuperación del movimiento normal** : Al actuar sobre un segmento específico de la articulación, la movilización analítica específica ayuda a restablecer los movimientos normales que pueden estar alterados.
- **Mejora en la biomecánica** : Facilita la restauración del funcionamiento biomecánico adecuado, mejorando la coordinación y el control motor.
- **Prevención de complicaciones** : Evita la formación de adherencias o contracturas que puedan limitar aún más el movimiento.
- **Mejora de la movilidad en planos específicos** : En los casos donde la limitación está presente en un único plano de movimiento, esta técnica puede dirigirse de forma efectiva a esa restricción.





La movilización analítica específica es una técnica de fisioterapia dirigida a trabajar sobre componentes muy concretos de una articulación con una gran precisión. Esto la convierte en una herramienta esencial para recuperar el rango de movimiento y la funcionalidad en pacientes con limitaciones articulares complejas.