

DOI: <https://doi.org/10.37536/RIECS.2023.8.S1.389>

# Tratamiento mediante movilizaciones osteopáticas en pacientes con trastornos de la articulación temporomandibular. Revisión sistemática

Roberto Adán de la Encina <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** Antecedentes: Los trastornos temporomandibulares (TTM) afectan a un elevado porcentaje de la población. Entre sus principales síntomas y signos, cabe destacar dolor en la zona de la mandíbula, dolor, disminución de la movilidad de la mandíbula y disminución de la calidad de vida. La terapia manual y el ejercicio terapéutico son las opciones más empleadas en la actualidad para tratar esta patología desde el ámbito fisioterapéutico. Dentro de la terapia manual, un posible tratamiento lo constituyen las movilizaciones osteopáticas articulares. *Objetivos:* i) Revisar la eficacia de las movilizaciones osteopáticas, aplicadas en distintas zonas de la articulación temporomandibular, en el tratamiento del TTM; ii) determinar si es conveniente introducir estas técnicas en el abordaje multimodal más frecuentemente empleado para el tratamiento del TTM; y iii) definir cuáles son las variables y escalas más empleadas para la valoración del TTM. *Metodología:* Se realizó una revisión sistemática consultando diferentes bases de datos: PubMed, Physiotherapy Evidence Database (PEDro), Cochrane y Web of Science (WOS), desde 2018 hasta la actualidad. *Resultados:* Se incluyeron nueve artículos (seis ensayos clínicos y tres revisiones sistemáticas), que analizan factores como la mejora del dolor, la calidad de vida, el rango de movimiento o la kinesiofobia en sujetos tratados con movilizaciones osteopáticas en la mandíbula o la columna. *Conclusión:* El tratamiento de los pacientes con TTM mediante movilizaciones osteopáticas craneomandibulares, cervicales o cervicomandibulares mejora significativamente la máxima apertura de la boca y la intensidad del dolor, entre otras variables. Sin embargo, el tratamiento mediante movilizaciones en las vértebras torácicas no produce mejoras significativas. Las movilizaciones osteopáticas, en su conjunto, no revelan resultados superiores a la hora de mejorar los signos y síntomas del TTM que otras terapias ya utilizadas, como el ejercicio terapéutico.

**Palabras clave:** Articulación, Temporomandibular, Trastorno, Osteopatía, Movilizaciones, Fisioterapia, Terapia Manual.

---

# Técnicas de automasaje, concienciación corporal y educación terapéutica en pacientes con fibromialgia. Estudio de casos

Samuel Asencio Alonso <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** Introducción: la fibromialgia (FM) es una alteración multifactorial que se caracteriza por su carácter persistente en el tiempo del cual, aunque aún no se conoce del todo su etiología, probablemente tenga que ver con un problema en el procesamiento del dolor a nivel del sistema

nervioso central. En España la prevalencia es del 2% y mundialmente del 4%, siendo la prevalencia mucho mayor en mujeres. **Objetivo:** conocer el efecto de una intervención basada en una rutina de automasajes, concienciación corporal y educación terapéutica en pacientes con FM. **Diseño:** estudio de casos. **Participantes:** dos mujeres que pasaron los criterios de inclusión. **Intervención:** 8 sesiones guiadas de manera presencial dos veces por semana con una duración de 2 horas aproximadamente y, dos sesiones de refuerzo online con dos semanas de separación de entre ellas, con una valoración cada día de sesión mediante la escala visual analógica sobre el dolor y la ansiedad, además de una valoración inicial, una a corto plazo y otra a medio plazo. **Variables e instrumentos de medida:** las variables cuantitativas de estudio fueron los criterios diagnósticos de la FM mediante el índice de dolor generalizado y la escala de severidad de los síntomas, el impacto de la fibromialgia, la calidad del sueño, la depresión y ansiedad, la quinesofobia y la conexión corporal. Además de realizarse grupos de discusión focal para el análisis cualitativo.

**Palabras clave:** Fibromialgia, Dolor Crónico, Masaje, Terapia de Liberación Miofascial, Fisioterapia, Educación en Salud, Atención Plena.

---

## Educación para la salud sobre el suelo pélvico en mujeres judocas: serie de casos

Verónica Colás Lafuente <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** *Introducción:* el suelo pélvico (SP) es un conjunto de músculos, ligamentos y fascia situados en la región pélvica que tiene las funciones de: sostener las vísceras pélvicas en su posición natural, asegurar la continencia urinaria y anal y permitir una correcta función sexual. Si estas funciones se alteran pueden aparecer las disfunciones del suelo pélvico (DSP), estas disfunciones están presentes en la vida de al menos el 57% de las mujeres españolas. Las DSP tienen un gran impacto en la calidad de vida de las personas que las padecen. Entre los factores de riesgo que se describen para las DSP se encuentran las situaciones en las que se produce un aumento repetido de la presión abdominal (PA). En este sentido, ciertos deportes se consideran de impacto sobre el SP, ya que trabajan en situaciones de aumento de PA de forma frecuente. El judo es un arte marcial japonés que entre sus características se encuentra la realización de gestos que implican un aumento de PA. A pesar de ello, existe muy poca información y educación con respecto a las repercusiones que tiene este deporte en el SP. Por tanto, es relevante que las mujeres que practiquen este deporte conozcan la anatomía, funciones y factores de riesgo y hábitos de prevención que ayudan al cuidado de su SP, así como a percibirlo y aprender a contraer y automatizarlo durante la práctica deportiva. *Objetivo:* implementar un programa educativo sobre SP en mujeres judocas para educarlas sobre su SP y prevenir las disfunciones de su SP. *Metodología:* estudio descriptivo, longitudinal, prospectivo que se llevó a cabo durante el mes de mayo de 2023 en las instalaciones del Club Deportivo Gimnasio Tamura con un grupo de 8 mujeres judocas de entre 18 y 30 años. Para su desarrollo se realizaron tres sesiones cuya duración varió entre 90 y 120 minutos. Se suministró una encuesta de elaboración propia para valorar los conocimientos previos a la sesión 1 y otra encuesta para valorar los conocimientos adquiridos en cada sesión, también de elaboración propia, al acabar cada una de las sesiones. *Resultados:* tras el programa educativo al menos

6 de las 8 participantes conocen la situación, su anatomía y funciones del SP y sabe identificar al menos 3 factores de riesgo para su SP. Conclusiones: un programa educativo de Educación para la Salud en mujeres que practican judo mejora su conocimiento sobre la anatomía, funciones y factores de riesgo del SP; además de identificar como el judo en específico afecta al mismo y las medidas que pueden aplicar para prevenir su deterioro.

**Palabras clave:** Suelo pélvico, Disfunciones, Judo, Deporte de alto impacto, Programa educativo, Prevención, Fisioterapia.

---

## Vivencias de los talleres de autocuidado desde la Fisioterapia para madres lactantes. Un estudio cualitativo

Andrea Estrada Blanco <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** Antecedentes: la lactancia materna es beneficiosa tanto para la madre como para el bebé, pero a menudo no se prolonga el tiempo recomendado por la OMS. Durante esta etapa, se experimentan cambios físicos y emocionales que pueden dificultar la lactancia. La Fisioterapia podría acompañar en esta etapa. Objetivo: recopilar las vivencias y necesidades de las madres durante la lactancia y ofrecer herramientas que mejoren su salud desde la Fisioterapia. Metodología: estudio cualitativo fenomenológico mediante técnicas de conversación y observación (grupos focales y observación participante). Las conversaciones se grabaron en audio y se tomaron notas de campo para su posterior análisis. Resultados: surgieron tres familias: cambios físicos y emocionales, necesidades experimentadas y acompañamiento de la Fisioterapia. La recuperación física varía ampliamente y los cambios emocionales suelen ser negativos. Las madres disponen de poco tiempo para el autocuidado y necesitan apoyo tanto de su entorno familiar como de profesionales de la salud. Los talleres de autocuidado y cuidado del bebé resultaron útiles para tomar consciencia de posturas perjudiciales y de la salud general de las madres, mientras que el masaje infantil brindó bienestar a los bebés. Conclusión: debido a la falta de información en esta etapa, son necesarias iniciativas accesibles desde las instituciones públicas que fomenten la lactancia materna, la salud física y emocional de las mujeres en esta etapa. Los fisioterapeutas pueden mejorar la salud y la calidad de vida de las mujeres lactantes y sus bebés mediante talleres de autocuidado y cuidado del bebé.

**Palabras clave:** Postparto, Lactancia, Fisioterapia, Autocuidado, Talleres.

---

# Efectividad de las técnicas de Liberación Miofascial frente al Estiramiento Pasivo en corredores de larga distancia. Estudio Piloto

Javier Ezequiel Ferrero <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** Se pretende comprobar los efectos de las técnicas de liberación miofascial frente a la técnica de estiramiento pasivo sobre la musculatura isquiorural de corredores de larga distancia. Es un Estudio piloto con una muestra de 10 sujetos sanos de entre 21 y 45 años. Se distribuyeron aleatoriamente en 2 grupos, cada uno con 5 participantes. Un grupo recibió 4 sesiones de liberación miofascial. Otro grupo recibió 2 sesiones de estiramiento pasivo. Se utilizaron las variables ROM activo y pasivo de la flexión de cadera con extensión de rodilla (Goniómetro manual), fuerza de los flexores de rodilla (Dinamómetro) y actividad electromiográfica de los músculos isquiotibiales (Electromiógrafo). Hubo un aumento estadísticamente significativo de 3,8º del ROM activo y 3,4º del ROM pasivo en el grupo de liberación miofascial, por los 3,2º de ROM activo y 2,8º de ROM pasivo de mejoría en el grupo de estiramiento pasivo. En la variable fuerza, se observaron aumentos estadísticamente significativos únicamente en el grupo de liberación miofascial: 2,28kgf y 0,94kgf de media. No se encontraron diferencias significativas en la activación muscular de ninguno de los 2 grupos. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos. La aplicación de técnicas de liberación miofascial y estiramiento pasivo ha logrado tener unos efectos estadísticamente significativos a corto plazo, aumentando ambas el ROM activo y pasivo de cadera. Sin embargo, sólo la liberación miofascial mostró un aumento en la fuerza de los flexores de rodilla, mientras que ninguna tuvo efecto sobre la amplitud de actividad muscular de los isquiotibiales.

**Palabras clave:** Terapia de Liberación miofascial, Carrera, Músculos isquiosurales, Rango del Movimiento Articular, Electromiografía.

---

## Elastografía cuantitativa en la valoración de la fascia: revisión sistemática cualitativa

Claudia Fernández Jiménez <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** El sistema fascial tiene gran relevancia en el organismo, pero hasta el momento ha sido ignorado. Son necesarios métodos de valoración objetivos que aporten información concreta sobre el estado del tejido fascial. La elastografía cuantitativa (EC) es una técnica prometedora en la valoración de la fascia plantar y de los tendones, pero no se conoce su capacidad de valoración del resto de regiones fasciales. El objetivo de esta revisión es investigar la evidencia científica disponible acerca de la fiabilidad y la validez de la EC en la valoración de la fascia, exceptuando la fascia plantar y los tendones. Se realizaron búsquedas bibliográficas en Pub Med, PEDro, Cochrane, Web Of Science, Scielo, y revista Cuestiones de fisioterapia. Los estudios fueron escogidos siguiendo unos criterios de selección, y seguidamente se analizó su calidad metodológica. Se incluyeron 16 estudios. Los resultados revelaban que la EC suele utilizarse en conjunto con la ecografía modo-B, posicionando la

sonda en una orientación longitudinal a las fibras del tejido, mostrándose alta fiabilidad en los estudios incluidos, y todo ajustado a pacientes sanos en las regiones de la fascia toracolumbar, banda iliotibial, y fascia profunda isquiotibial y de los gastrocnemios. Podría concluirse que la EC es una técnica fiable para la valoración de la fascia en pacientes sanos. Además, la orientación longitudinal de la sonda con respecto al tejido es la más fiable. Se precisan más investigaciones de fiabilidad y validez de este instrumento de valoración en cualquier región fascial, tanto en pacientes sanos como con alguna lesión.

**Palabras clave:** Fascia, Elastografía Cuantitativa, Técnicas De Imagen De Elasticidad.

---

## Teleasistencia mediante Observación de acciones en niños/as y adolescentes con Parálisis cerebral: vivencias desde una visión cualitativa

Lydia Gómez del Horno <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** La teleasistencia ha supuesto un recurso útil para los servicios sanitarios y ha mejorado la continuidad de la asistencia a poblaciones con diversidad funcional como los niños y adolescentes con Parálisis Cerebral; atendiendo al hogar como su entorno diario y a la presencia de la familia como una constante en sus vidas. El objetivo de este estudio es recoger la vivencia de los niños y adolescentes con Parálisis Cerebral y sus familias tras participar en un programa de teleasistencia mediante la Terapia de Observación de Acciones con la finalidad de mejorar la marcha, la funcionalidad en las actividades de la vida diaria y la participación social. Se trata de un estudio cualitativo de tipo fenomenológico compuesto por ocho niños y adolescentes con Parálisis Cerebral de entre 7 a 16 años que han participado en un programa de Teleasistencia, siete familiares y dos fisioterapeutas. La recolección de datos se realizó a través de observación participante y conversación mediante entrevistas individuales que fueron codificadas mediante una codificación abierta y axial para su posterior análisis. Los resultados mostraron mejoras en la marcha, en la funcionalidad dentro de casa y en la participación social de los participantes; pero también reflejan los conocimientos adquiridos sobre la Parálisis Cerebral, así como la adquisición de una mayor empatía y capacidad de entendimiento con las dificultades que otras personas pueden presentar. Los hallazgos obtenidos evidencian que la teleasistencia es un complemento beneficioso en los tratamientos fisioterapéuticos para niños y adolescentes con Parálisis Cerebral.

**Palabras clave:** Fisioterapia, Modelo centrado en el hogar, Modelo centrado en la familia, Parálisis Cerebral, Teleasistencia, Terapia de Observación de Acciones.

---

# Efectividad del tratamiento de fisioterapia para los puntos gatillo miofasciales en los trastornos temporomandibulares

María Martín Báguena <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

**Resumen:** *Antecedentes:* “El trastorno temporomandibular es una afección general que presenta varios signos y síntomas que incluyen dolor en la articulación temporomandibular y los músculos masticatorios, ruidos articulares, dolor de oído, dolor de cabeza, función irregular o restringida de la mandíbula, dificultad para masticar y apertura limitada de la boca”. Cuando existe este trastorno, puede aparecer dolor miofascial en los músculos masticadores, por presencia de un punto gatillo miofascial. El dolor miofascial temporomandibular afecta hasta el 45,3 % de la población general. El propósito de esta revisión fue analizar la evidencia científica que existe sobre la efectividad de la fisioterapia para los puntos gatillo miofasciales en los trastornos temporomandibulares. *Métodos:* Se realizó una revisión sistemática cualitativa de Ensayos Clínicos, Ensayos Clínicos Aleatorios, revisiones sistemáticas, series de casos y estudios cuasiexperimentales, entre octubre de 2022 y abril de 2023 en las bases de datos: Pubmed, Cochrane y PEDro. Para evaluar la calidad metodológica se empleó la escala PEDro, la Declaración PRISMA y la escala MINCIR. *Resultados:* Se incluyó 7 referencias bibliográficas, siendo 6 de ellas ECAs y una revisión sistemática. *Conclusión:* Todos los métodos analizados son efectivos para reducir la intensidad de dolor en los músculos masticatorios. La punción seca, la manipulación articular atlantooccipital, el ejercicio terapéutico y la combinación del ejercicio con la compresión isquémica y la técnica de inhibición sobre los músculos suboccipitales, son técnicas efectivas para aumentar la apertura máxima de la mandíbula y el umbral de dolor a la presión en el músculo masetero.

**Palabras clave:** Trastornos de la articulación temporomandibular, Fisioterapia, Puntos gatillo, Temporomandibular y Puntos gatillo miofasciales.

---

## Abordaje fisioterapéutico de las tendinopatías del Aquiles

Pablo Tello Sacristán <sup>1</sup>, I. Dolores Román Curto <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Estudiante 4º curso Grado en Fisioterapia, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá

<sup>2</sup> Profesor/a Departamento de Biología de Sistemas, Universidad de Alcalá

**Resumen:** La tendinopatía aquilea o del Aquiles es una patología muy extendida entre la población. Presenta una elevada incidencia en el ámbito deportivo, afectando especialmente a los corredores. El objetivo principal de esta revisión es determinar cuáles son las técnicas de fisioterapia que muestran mejores resultados en la práctica clínica para el tratamiento de esta dolencia. Además, se revisará cuáles son las técnicas más utilizadas, así como las variables más estudiadas y las escalas más empleadas para evaluarlas. Se realizó una revisión sistemática consultando las bases de datos Pubmed, PEDro, Cochrane Plus y Web of Science, desde 2017 hasta la actualidad. Se emplearon tres escalas para medir la calidad metodológica de los estudios: i) la Escala PEDro, para los ensayos clínicos y estudios

piloto; ii) la Escala PRISMA, para las revisiones sistemáticas y meta-análisis; y iii) la Escala SIGN, para todos los estudios. Se incluyeron 9 estudios que analizan las diferentes intervenciones de fisioterapia que se emplean en el tratamiento de la tendinopatía del Aquiles, así como su efecto sobre la intensidad del dolor y la funcionalidad del miembro afectado de los pacientes. Las técnicas más eficaces son las ondas de choque extracorpóreas, el programa de ejercicios en excéntrico y la terapia láser. La terapia de ejercicios en excéntrico es la más utilizada por su sencillez y bajo precio. El efecto positivo de esta terapia mejora cuando se combina con otras técnicas, como el tratamiento con ondas de choque extracorpóreas o la terapia con láser de alta energía.

**Palabras clave:** Tendinopatía del Aquiles, Fisioterapia, Terapia física, Ejercicio, Punción seca, Terapia de ondas de choque.

---



© 2023 por los autores; Esta obra está sujeta a la licencia de Reconocimiento 4.0 Internacional de Creative Commons. Para ver una copia de esta licencia, visite <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.