

PUNCIÓN SECA: ABORDAJE DE LOS PUNTOS GATILLOS MIOFASCIALES

PRESENTACIÓN GENERAL

El Síndrome de Dolor Miofascial es una de las patologías más frecuentes del sistema musculoesquelético pudiendo alcanzar, según datos estadísticos, una prevalencia del 85%. Uno de sus principales síntomas es el dolor miofascial, dolor regional profundo e intenso, producto de la presencia de puntos gatillos miofasciales (PGM) o trigger points.

El punto gatillo miofascial es un nódulo hipersensible que, entre otras características, se localiza en una banda tensa del músculo esquelético constituyendo el factor etiológico y causal del dolor miofascial.

Una de las modalidades terapéuticas utilizadas para tratar este síndrome es desactivando el /los PGM por medio de un tratamiento de fisioterapia invasivo o técnica de punción seca; brindándole al profesional otra herramienta terapéutica relevante para el éxito de su tratamiento.

OBJETIVO GENERAL:

- Aportar al kinesiólogo los conocimientos necesarios para el abordaje diagnóstico y terapéutico del Síndrome de Dolor Miofascial utilizando a la punción seca como medio de tratamiento de los puntos gatillo miofasciales, en los principales músculos esqueléticos del cuerpo humano.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Utilizar los procedimientos diagnósticos para evaluar e identificar los puntos gatillos miofasciales (PGM) en pacientes con Síndrome de Dolor Miofascial (SDM)
- Conocer y aplicar las normas de Bioseguridad para la práctica de la punción seca.
- Ejecutar los procedimientos de las técnicas de punción seca para desactivar el/los PGM de los principales músculos esqueléticos.
- Conocer los mecanismos neurofisiológicos desencadenados por la punción seca que validan la efectividad del tratamiento de los PGM.

CONTENIDOS

Introducción a la técnica de punción seca:

- Análisis, competencia, diferencia y complemento con la Acupuntura Tradicional China y la Acupuntura Occidental.

Introducción al SDM

- Definición de SDM y PGM.
- Clasificación de los PGM.
- Diferencias entre los PGM activos y latentes.
- PGM y los puntos de acupuntura descriptos por la medicina Tradicional China: Paralelismo.

Características clínicas de los PGM

- Criterios de diagnóstico de los PGM.
- Patofisiología.
- Factores de activación y perpetuación.

Evaluación física y complementaria de los PGM

- Maniobras de palpación para identificar las bandas tensas musculares y los PGMs.
- Pruebas diagnósticas para determinar la posible presencia de un PGM en los principales músculos esqueléticos del cuerpo humano.
- Aplicación de las maniobras de palpación y pruebas diagnósticas para identificar los PGM.
- Evaluaciones complementarias que pueden identificar la presencia de PGMs.

Tratamiento de los PGM por medio de la punción seca

- Generalidades
- Normas de Bioseguridad para la práctica.
- Descripción de las diferentes técnicas de punción seca, superficial y profunda.
- Mecanismos neurofisiológicos que desencadena la punción. Efectos de la punción sobre el tejido conjuntivo.
- Consideraciones generales para realizar el tratamiento.
- Aplicación de la técnica de punción seca para el SDM de las siguientes regiones corporales:

SDM DE CABEZA, CUELLO Y HOMBRO

- Masetero.
- Trapecio fibras superiores.
- Elevador de la escápula.

SDM DE MIEMBRO SUPERIOR

- Infraespinoso
- Supraespinoso
- Redondo menor
- Supinador largo
- 1er. Radial externo.

SDM DORSO-LUMBAR

- Iliocostal / Dorsal largo / multífidos.
- Cuadrado lumbar.

SDM DE MIEMBRO INFERIOR

- Glúteo medio.
- Piramidal o Piriforme
- Tensor de la fascia lata.
- Recto anterior / Vasto externo del cuádriceps
- Tibial anterior.
- Gastrocnemius.

- Peroneo lateral largo y corto.
- Aplicación de la técnica de stretching/estiramiento con frío como complemento de la técnica de punción seca.

Punción seca para tendinopatías:

- Objetivos de la punción seca para tendinopatías.
- Técnicas de punción.
- Protocolos de tratamiento para diferentes tendinopatías.

FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA

- Baldry, P. (2005). *Acupuncture, Trigger Points and Musculoskeletal Pain*. 3er. edición. Editorial Elsevier. USA.
- Chaitow, L. DeLany, J. (2006). *Aplicación Clínica de las Técnicas Neuromusculares – Parte superior del tronco*. Editorial Paidotribo. España.
- Clair Davis (2001). *The Trigger Point Therapy Workbook*. New Harbinger Publication, USA.
- Dimitrios Kostopoulos; Konstantine Rizopoulos, (2001). *The Manual of Trigger Point and Myofascial Therapy*. Slack Incorporated.
- Dominik Irnich (2013). *Myofascial Trigger Points - Comprehensive diagnosis and treatment*. Churchill Livingstone.
- Dommerholt, J.; Mayoral del Moral, O.; Gröbli, C.,(2006). Trigger Point dry needling. *The Journal of Manual & Manipulative Therapy* Vol. 14 No. 4 (2006), E70 - E87
- Dorsher, P. y Cummings, M. (2007). *Anatomy for Acupuncture*. Primal Pictures. Londres.
- Dorsher, P.; Fleckenstein, J. (2009). Puntos Gatillo y Puntos de Acupuntura Clásica (primera parte). *Revista Internacional de Acupuntura* Vol. 3 N°1, Págs. 15-25.
- Edited by
- Elżbieta Skorupska, Michał Rychlik and Włodzimierz Samborski, (2015). Intensive vasodilatation in the sciatic pain area after dry needling. Skorupska et al. *BMC Complementary and Alternative Medicine* (2015) 15:72
- Furlan, A. et al. (2008). Acupuncture and dry needling for low back pain. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2005, Issue 1. Art. No.: CD001351. DOI: 10.1002/14651858.CD001351.pub2.
- García-Franco, M. y otros (2006). Estudio comparativo de dos técnicas de infiltración miofascial en puntos gatillo: punción seca e inyección de anestésico local. *Rehabilitación (Madr)*. 2006;40(4):188-92
- Gil E., Martínez G. L., Aldaya C., Rodríguez M. J.(2007). Síndrome de dolor miofascial en la cintura pélvica. *Rev. Soc. Esp. Dolor* 5: 358-368; 2007.
- Giles Gyer, Jimmy Michael and Ben Tolson (2016). *Dry needling for Manual Therapists*. Editorial Singing Dragon, Londres.
- Gunn, Chan (1996). *Treatment of Chronic Pain – Intramuscular stimulation for Myofascial Pain of Radiculopathic Origin*. 2^{da}. edición. Editorial Churchill Livingstone. New York.
- Hernandez, F. M. (2009). Síndromes miofasciales. *ReumatolClin*.2009;5(S2):36–39.
- Hong, C. Z., (2004). Puntos gatillo miofasciales: fisiopatología y correlación con puntos acupunturales. *Revista Científica del colegio de kinesiólogos de la Provincia de Buenos Aires*, Año3, N°10. Págs 21-27.
- Hoopwood, V.; Lovesey, M.; Mokone, S. (1997). *Acupuncture & Related Techniques in Physical Therapy*. Editorial Churchill Livingstone. New York.

- Irnich, Dominik (2013). Myofascial Trigger Points- Comprehensive diagnosis and treatment- . Churchill Livingstone. Elsevier. China.
- Jan Dommerholt and César Fernández de las Peñas (2013). Punción seca de los puntos gatillo. Editorial Elsevier.
- Janet Travel, David Simons (1983). Myofascial pain and Disfunction- The Trigger Point Manual- The Lower Extremities. Edition:
- Janet Travel, David Simons (1999). Myofascial pain and Disfunction- The Trigger Point Manual- The Upper Half of the Body. Edition:
- León Chaitow y Sandy Fritz (2008). Cómo conocer, localizar y tratar los puntos gatillos miofasciales. Editorial Elsevier. Lippincot Williams & Wilkins.
- Ma, Y.T.; (2010). Biomedical Acupuncture for Sports and Trauma Rehabilitation: Dry needling techniques. Editorial Elsevier. USA.
- Ma, Y.T.; Ma, M.; Cho, Z. H. (2005). Biomedical Acupuncture for Pain Management. Editorial Elsevier. USA.
- Martínez Cuenca, J; Martín, D. (2004). Criterios diagnósticos y características clínicas de los puntos gatillo miofasciales. Fisioterapia 2005;27(2):65-8.
- Mayoral del Moral, O. (2004). Fisioterapia invasiva del síndrome de dolor miofascial. Fisioterapia 2005;27(2):69-75
- Muscolino, J. E. (2009). The Muscle and Bone Palpation Manual with triggers points, referral patterns and stretching. Editorial Mosby Elsevier. USA.
- Muscolino, J. E. (2009). The Muscle and Bone Palpation Manual with triggers points, referral patterns and stretching. Editorial Mosby
- Oliván Blazquen, V. y otros (2007). Efectividad de la punción seca en los puntos gatillo miofasciales en la lumbalgia crónica. Fisioterapia 2007;29(6):270-7.
- Pérez –Palomares, S. et al. (2009). Contributions of miofascial pain in diagnosis and treatment of shoulder pain. A randomized controlled trial. BMC Musculoskeletal Disorders 2009, 10:92.
- Peter E. Baldry (2005). Acupuncture, trigger points and musculoesekeletal pain. 3ra. Edición. Editorial Elsevier.
- Simeon Niel-Asher (2005). The Concise Book of Trigger Points. Second edition. Lotus Publishing. England.
- Simeon Niel-Asher (2008). The concise Book of Trigger Points. 2nd. Edition. North Atlantic Books Berkeley, California. Williams & Wilkins. USA.
- Simons, D. (2005). Revisión de los enigmáticos puntos gatillo miofasciales como causa habitual de dolor y disfunción musculoesqueléticos enigmáticos. Fisioterapia 2005;27(2):103-20.
- Simons, D.; Travel, J.; Simons, L. (2002). Dolor y Disfunción Miofascial – El Manual de los Puntos Gatillo. 2^{da}. edición. Editorial Médica Panamericana. Buenos Aires.
- Tixa S. (1999). Atlas de Anatomía Palpatoria. Editorial Masson. Barcelona.
- Whitfield Reaves (2009). The Acupuncture Handbook of Sports Injuries & Pain. Hidden Needle Press. USA.
- Yun-tao Ma (2011). Biomedical Acupuncture for Sports and Trauma Rehabilitation- Dry needling techniques. Churchill Livingsg