



DOCENTE: LILIA DEL CARMEN MORENO MOLINA

ALUMNA: YADIRA VENTURA RAMIREZ

MATERIA: MASOTERAPIA

TRABAJO: ENSAYO

8CUATRIMESTRE

MASAJE TRANSVERSAL

El masaje transversal también se le llama “Técnica Cyriax”.

Es una técnica utilizada en el ámbito de la terapia manual o física, este sirve para tratar lesiones tendinosas o ligamentosas pudiendo extender a otros tejidos de tipos conjuntivos en el cuerpo humano.

Características y criterios

Dentro de esta técnica se manejan técnicas especiales y criterios básicos:

- Se realiza de forma transversal (perpendicular) a la dirección de fibras de tejido.
- Se realiza sobre los tejidos profundos.

El Doctor J. Cyriax desarrollo esta técnica porque tenía 3 criterios básicos:

- Todo dolor procede de una lesión
- El tratamiento para que sea eficaz debe realizarse sobre la lesión
- El tratamiento tiene que ir dirigido a conseguir la curación o reparación de lesión.

Cuando se produce una lesión traumática o degenerativa, se van a poner en marcha una serie de mecanismos en los tejidos para reparar esa lesión. Siempre van a cumplir 3 fases:

1 FASE Inflamatoria o aguda inicial

2 FASE Reparación tisular

3 FASE Remodelado

Efectos de la aplicación de la técnica Cyriax mejora la cicatrización

- ✓ **Mejora la cicatrización**
- ✓ **Mejora la eliminación de fibras al cicatrizar**
- ✓ **Evitar que aparezcan alteración en la elasticidad del tejido.**
- ✓ **Efecto analgésico durante el tratamiento**

Principios de la aplicación de la técnica:

- Es principal la aplicación de la técnica justo en el lugar de la lesión ya que los efectos de la técnica son locales y de aplicación manual.
- Tiene que ser masaje profundo, no tenemos que deslizar a piel (nuestros dedos y la piel debe ser un todo), por eso no se debe utilizar ningún tipo de lubricante

La duración de la sesión varia, en lesiones agudas hay que hacer una fricción entre 3-5 minutos y en lesiones crónicas o en fase de reparación si la sesión es mayor lo óptimo es de 20 minutos.

Contraindicaciones de la técnica Cyriax

- Lesiones cutáneas o fragilidad de la piel
- Artritis (inflamación articular)
- Tejido nervioso (sobre ningún nervio superficial)