



UNIVERSIDAD EL SURESTE

MATERIA:

Masoterapia II

ACTIVIDAD:

Realiza un ensayo de masaje transverso.

PROFESOR:

Moreno molina Lilia del Carmen.

ALUMNA:

Padilla Velasco Imelda lizeth.

INTRODUCCION.

En este ensayo aprenderemos todo sobre el masaje transversal como para que sirve, sus características, sus efectos fisiológicos indicaciones de la técnica cyriax y sus contraindicaciones, esto nos servirá para saber mas sobre el masaje transversal.

Masaje transversal.

El masaje transversal también es llamado “Técnica Cyriax”, es una maniobra de masaje.

Es una técnica muy utilizada en el ámbito de la terapia manual y física, fundamentalmente para tratar lesiones tendinosas y ligamentosas.

Características:

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

J. Cyriax desarrolló esta técnica porque tenía 3 criterios básicos:

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

Proceso:

Cuando se produce una lesión traumática o degenerativa, se van a poner en marcha una serie de mecanismos en el organismo para reparar esa lesión.

Esto es en lo que consiste la técnica de Cyriax, sobre todo para evitar la pérdida de elasticidad, esto se consigue mediante dos efectos fisiológicos:

1.- Efecto mecánico:

Gracias a este efecto, se van a estimular la producción de fibras de colágeno paralelas al tejido, y se va a evitar que aparezcan las adherencias entre las fibras.

Debido a la fricción conseguimos una hiperemia local o aumento de llegada de sangre que ayuda a la llegada de nutrientes y a la eliminación de los desechos.

2.-Efecto químico:

Se manifiesta en que conseguimos que se produzcan endorfinas, encefalinas y sustancias analgésicas que inhiben la transducción de los estímulos dolorosos, con lo que también ayuda al efecto analgésico posterior a la técnica.

3.- Efectos de la aplicación de la técnica Cyriax Mejorar la cicatrización

Mejora la cicatrización.

Mejorar la eliminación de fibras al cicatrizar.

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 un masaje profundo, no tenemos que deslizar la 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 varía, en lesiones agudas hay que hacer una fricción de entre **3-5 minutos** y en lesiones crónicas o en fase de reparación, la sesión es mayor y lo óptimo son **20 minutos**.

La frecuencia de las sesiones va a ser más continua en el principio.

Hay que explicarle al paciente que va a ser una técnica que le va a molestar, sobre todo inicialmente porque luego, por el efecto analgésico, va a disminuir el dolor.

Indicaciones de la técnica Cyriax

Lesiones traumáticas: O degenerativas de partes blandas.

Lesiones musculares: Roturas fibrilares tanto intervenidas como no, y pequeñas, en la fase aguda no se hará sobre la zona de rotura ya que podemos romper las nuevas fibras.

Lesiones ligamentosas: se realiza en posición de acortamiento sobre el ligamento.

Lesiones tendinosas: Es importante el fácil acceso al tendón y la posición del paciente va a ser muy importante.

Contraindicaciones de la técnica Cyriax

Lesiones cutáneas o fragilidad de la piel.

Infecciones sobre la zona.

Neoplasias.

Tejido nervioso (sobre ningún nervio superficial).

Sobre calcificaciones de tendones.

Si hay una lesión muscular de origen desconocido, hay que evitar aplicarlo hasta conocer su origen.