

# TABLA DE CONTENIDOS

	<b>Página</b>
<b>RESUMEN</b>	1
<b>I INTRODUCCIÓN</b>	<b>2</b>
<b>II MARCO TEÓRICO</b>	<b>5</b>
1. Características del sistema fascial	5
1.1. Fascia	5
1.2. Fascia superficial	6
1.3. Fascia Profunda	7
1.4. Roles de la fascia	8
1.5. Mecánica facial	8
1.6. Fascia de Cuello	10
1.7. Fascia Miembro Superior	11
2. Restricción miofascial	12
3. Dolor de cuello	14
4. Técnicas liberación miofascial	15

<b>III</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	17
<b>IV</b>	<b>OBJETIVOS</b>	18
	Objetivo General	18
	Objetivo Específicos	18
<b>V</b>	<b>MARCO METODOLÓGICO</b>	19
1.	Diseño de la investigación	19
	1.1. Tipo de estudio	19
	1.2. Tipo de Muestra	19
	1.3. Comité de bioética	20
	1.4. Criterios de inclusión	20
	1.5. Criterios de exclusión	21
2.	Técnica e Instrumentación	21
	2.1 Evaluaciones	22
	2.1.1 Evaluación dolor subjetivo	22
	2.1.2 Evaluación dolor objetivo	23
	2.1.3 Evaluación del rango de inclinación	24
	2.1.4 Evaluación de EMG del músculo Trapecio Superior	24
	2.1.4.1 Protocolo de instalación	24

2.1.4.2	Normalización de la señal electromiográfica	25
2.1.4.3	Contracción voluntaria máxima	26
2.1.4.4	EMG del músculo Trapecio Superior	27
2.4	Protocolo de técnicas de liberación miofascial	27
2.5	Análisis estadístico	28
<b>VI</b>	<b>RESULTADOS</b>	<b>30</b>
1.	Datos antropométricos	30
2.	Dolor subjetivo, escala EVA	31
3.	Dolor Objetivo, Algometría de presión	32
4.	Rango de inclinación	34
5.	Activación muscular del trapecio superior	35
5.1	Actividad funcional:	35
<b>VII</b>	<b>DISCUSIÓN</b>	<b>40</b>
<b>VIII</b>	<b>CONCLUSIONES</b>	<b>43</b>
<b>IX</b>	<b>PROYECCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>44</b>
<b>X</b>	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>45</b>

<b>XI</b>	<b>ANEXOS</b>	49
	<b>ANEXO 1:</b> Certificado comité de bioética	49
	<b>ANEXO 2:</b> Cuestionario selección de sujetos	50
	<b>ANEXO 3:</b> Consentimiento informado	52
	<b>ANEXO 4</b> Escala visual Análoga (EVA)	55
	<b>ANEXO 5:</b> Descripción técnicas de liberación miofascial	56

## LISTA DE FIGURAS

	<b>Página</b>
<b>FIGURA 1:</b> Curva Tensión-deformación del colágeno.	9
<b>FIGURA 2:</b> Cronograma de intervención	22
<b>FIGURA 3:</b> Algómetro de presión y evaluación de la variable Dolor Objetivo	23
<b>FIGURA 4:</b> Instalación de electrodo de superficie	25
<b>FIGURA 5:</b> Posicionamiento de sujeto para evaluación de electromiografía	26
<b>FIGURA 6:</b> Posicionamiento de sujeto para la actividad funcional	27
<b>FIGURA 7:</b> Técnica liberación miofascial: “J”	56
<b>FIGURA 8:</b> Técnica liberación miofascial: Deslizamiento longitudinal	57
<b>FIGURA 9:</b> Técnica liberación miofascial: Deslizamiento Transverso	58
<b>FIGURA 10:</b> Técnica liberación miofascial: Manos cruzadas	59

## LISTA DE TABLAS

	<b>Página</b>
<b>TABLA 1.</b> Estadísticos descriptivos y Normalidad de variables antropométricas	30
<b>TABLA 2.</b> Medias y Comparación por pares de Dolor Subjetivo	31
<b>TABLA 3.</b> Medias y Comparación por pares de Dolor Objetivo	33
<b>TABLA 4.</b> Medias y Comparación por pares de Rango de inclinación	34
<b>TABLA 5.</b> Porcentaje de Activación muscular del Trapecio superior y Comparación por pares para momento 1	36
<b>TABLA 6.</b> Porcentaje de Activación muscular del Trapecio superior y Comparación por pares para momento 2	37
<b>TABLA 7.</b> Porcentaje de Activación muscular del Trapecio superior y Comparación por pares para momento 3	39

## LISTA DE GRÁFICOS

	<b>Página</b>
<b>GRÁFICO 1.</b> Comportamiento de la variable Dolor subjetivo	32
<b>GRÁFICO 2.</b> Comportamiento de la variable Dolor Objetivo	33
<b>GRÁFICO 3.</b> Comportamiento de la variable Rango de inclinación	35
<b>GRÁFICO 4.</b> Porcentaje de Activación muscular del Trapecio superior en momento 1	36
<b>GRÁFICO 5.</b> Porcentaje de Activación muscular del Trapecio superior en momento 2	38
<b>GRÁFICO 6.</b> Porcentaje de Activación muscular del Trapecio superior en momento 3	39

## **ABREVIATURAS**

- 1. ACT:** Actividad funcional
- 2. AM:** Activación muscular
- 3. DO:** Dolor objetivo
- 4. DS:** Dolor subjetivo
- 5. EVA:** Escala Visual Análoga
- 6. FM:** Fibromialgia
- 7. MLG:** Medida lineal general
- 8. RDI:** Rango de inclinación
- 9. TLM:** Técnica de liberación miofascial
- 10. TS:** Trapecio Superior