

**EFFECTOS DE LA LIBERACION DE LA FASCIA TORAXICA EN 11
ESTUDIANTES DE 4º AÑO MEDIO DEL COLEGIO VALENTIN LETELIER DE
LINARES**

**KAREN MORAGA HERRERA
LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA**

RESUMEN

El sistema fascial del organismo es una ininterrumpida red que, de diferentes modos, controla todos los componentes de nuestro cuerpo. A nivel muscular cualquier alteración de la fascia afecta en el correcto funcionamiento de esta unidad. Desde el punto de vista de la respiración, si existe una restricción miofascial en los músculos respiratorios, esta se verá reflejada en la menor capacidad de contracción de estos músculos. Objetivo: El propósito de este estudio fue determinar si existen o no cambios en los volúmenes pulmonares y diámetro transversal de tórax en inspiración máxima al aplicar técnicas kinésicas de liberación miofascial en pacientes asintomáticos respiratorios, en 11 pacientes sanos entre 17 – 20 años de cuarto medio del colegio Valentín Letelier de la ciudad de Linares. Metodología: Para ello se obtuvo una muestra de 11 estudiantes a los cuales se les realizó una espirometría y medición del diámetro transversal antes y después de aplicar dos técnicas de liberación miofascial en el tórax: Inducción de la pared torácica anterior y Plano Transverso diafragmático. Resultados: De los resultados obtenidos tenemos que en relación a la espirometría el VEF1 y la CVF no presentaron variación, a diferencia del PEF, en donde el 54% aumentó 45 lts/min, el 9% se mantuvo sin variación y el 36% disminuyó 21,25 lts/min. En la medición del diámetro trasversal el 100% de los estudiantes aumentó dicho diámetro con un promedio de 1,15 cm, independiente del sexo. Independiente a los cambios obtenidos el análisis Mann Whitney no arrojó diferencias significativas ($U= 51$; $p= 0,5508$) entre los estudiantes pre y post-técnica en el Diámetro Transversal. Este mismo análisis también no arrojó diferencias significativas ($U= 50,5$; $p= 0,5301$) en la Espirométrica pre y post-tratamiento. Conclusión: El análisis Mann Whitney no arrojó diferencias significativas en la evaluación espirométrica pre y post-tratamiento Por lo tanto se rechaza h_1 se acepta h_0 .