
**EFFECTOS DE LA APLICACIÓN DE UN PROTOCOLO DE TÉCNICAS DE
LIBERACIÓN MIOFASCIAL EN SECRETARIAS CON DOLOR DE CUELLO**

**LEYLA ALLENDE TORRES
KRISTIAN NAVARRO MORALES
LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA**

RESUMEN

El dolor de cuello es una afección que se presenta frecuentemente entre el 30% y el 50% de la población mundial anual. En Chile, constituye una enfermedad profesional y puede encontrarse en trabajadores que realizan esfuerzos repetidos y que presentan largas jornadas laborales en posturas mantenidas.

El objetivo de esta investigación fue determinar los efectos de la aplicación de un protocolo de Técnicas de Liberación Miofascial en el dolor, rango de inclinación y la activación muscular del trapecio superior en siete Secretarias con dolor de cuello entre 40 y 55 años de la Universidad de Talca. Se midieron las variables; Dolor Subjetivo (DS), Dolor Objetivo (DO), Rango de inclinación (RDI) y Activación Muscular (AM), se evaluaron en 4 sesiones: basal, sesión 1, sesión 2 (48 hrs) y sesión 3 (posterior 5 días). Se realizó posteriormente un modelo lineal general de medidas repetidas para analizar cada variable. El DS no presentó diferencias significativas, en cambio el DO hubo diferencias significativas inmediatamente después de aplicación de TLM y el RDI presentó diferencias significativas post 48hrs. Sin embargo la AM no presenta cambios significativos en ninguno de sus análisis comparativos durante la actividad funcional (ACT).

A través del análisis descriptivo todas las variables evidencian un comportamiento hacia la mejoría. DS presenta una disminución considerable la cual perdura en el tiempo, DO muestra un aumento del umbral del dolor el cual también perdura post a 5 días. A su vez RDI refleja mejorías que se mantienen y son sumativas en el tiempo, finalmente la AM no muestra variaciones.

Todas las variables analizadas, presentan diferencias significativas en el análisis inter-sujetos, en cambio intra-sujetos no se observaron en ninguno de los análisis diferencias significativas. La aplicación de TLM sobre la musculatura TS disminuye el dolor, aumenta rangos de inclinación y no mejora la activación muscular después de la aplicación.