
**MANIPULACIÓN FASCIAL: EFECTIVIDAD DE LAS TÉCNICAS EN EL
TRATAMIENTO DE DOLOR LUMBAR**

**FELIPE AGUILAR CHACÓN
JUAN PABLO GÓMEZ
LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA**

RESUMEN

El dolor lumbar se presenta desde la segunda década de vida hasta la vejez, con diferentes causas y diversas manifestaciones. Las posturas sostenidas en el tiempo, trabajos repetitivos que involucren diferentes planos de movimiento para la columna lumbar son algunas de las causas del dolor lumbar y aspectos frecuentes en la vida cotidiana de estudiantes de odontología, sobre todo aquellos que durante años se desempeñan en esta función.

Es por esto que nuestro estudio tiene como objetivo determinar los efectos que tiene la aplicación de un protocolo de manipulación de fascias en la zona lumbar en estudiantes de odontología de 5° año de la Universidad de Talca. Se asignó una muestra (n=20) con dos grupos aleatoriamente iguales, dividiéndolos en un grupo experimental(n=10) y un grupo control(n=10). Se midieron las variables, flexibilidad, adherencias miofasciales y dolor mediante escala visual análoga (EVA) y a través del Algómetro de Presión en la zona lumbar, pre y post protocolo de liberación de fascias (5 minutos; 48 horas).

Los resultados indican que el protocolo utilizado disminuye el dolor en la zona lumbar y aumenta la flexibilidad a corto plazo, sin tener una incidencia significativa a mediano y largo plazo. En las adherencias y restricciones miofasciales no se encontraron cambios significativos a lo largo del tiempo analizado, por consiguiente el protocolo no produce una disminución de éstas, en la zona evaluada. Por consiguiente dada la escasa investigación clínica del tema, este estudio representa un precedente para futuras investigaciones.