

EFFECTIVIDAD DE LA PUNCIÓN SECA VS TERAPIA MANUAL EN EL DOLOR DE CUELLO.

INTRODUCCIÓN

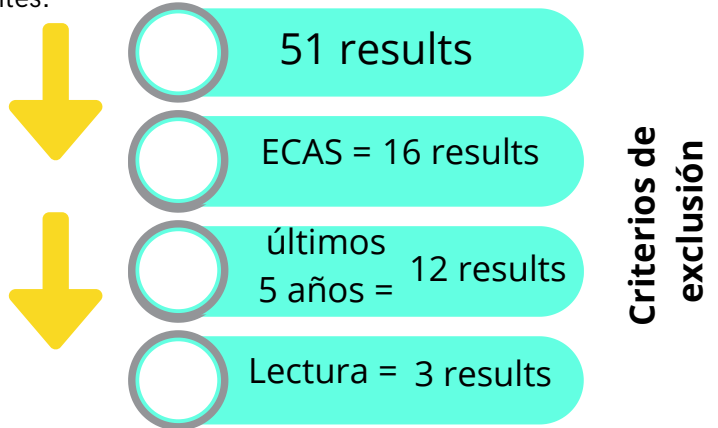
El dolor cervical, también conocido como cervicalgia, es una de las afecciones musculoesqueléticas más comunes en la población adulta. Incluye dolor de cuello, que se puede irradiar y cuya causa es diversa, destacando el estrés, las malas posturas, la artrosis y los traumatismos. Entre un 50-70% de la población experimentará algún episodio de cervicalgia en su vida, y es un trastorno que afecta al bienestar físico y la calidad de vida. Desde la fisioterapia, hay que tratarlo con un enfoque integral, y técnicas como por ejemplo a destacar la punción seca (introducción de una aguja en los puntos gatillo miofasciales) o la terapia manual (mediante masoterapia o manipulaciones con o sin thrust de la región cervico-dorsal) y el ejercicio terapéutico, con el objetivo de mejorar el dolor, la movilidad y la calidad de vida de los pacientes.

MÉTODO

Pregunta PICO:

¿Es efectiva la punción seca en comparación con la terapia manual en la mejoría del dolor de cuello?

keywords: manual therapy; dry needling; neck pain; range of movement



Búsqueda realizada en Pubmed

RESULTADOS

ARTÍCULOS	INTERVENCIÓN	COMPARACIÓN	RESULTADOS
Dry Needling Versus Manual Therapy for Patients With Mechanical Neck Pain: A Randomized Controlled Trial	G1: Punción seca + ejercicio terapéutico (39) Punción seca en trapecios, esplenio, largo del cuello y multifidos.	G2: Terapia manual + ejercicio terapéutico (39) Ejercicios de Maitland en el cuello y manipulaciones dorsales con thrust.	G2 obtuvo mejorías significativas en la mejoría de (discapacidad, función, mejoría percibida) a corto y medio plazo frente a la punción seca con ejercicio.
Efficacy of dry needling as an adjunct to manual therapy for patients with chronic mechanical neck pain: a randomised clinical trial	G1: Punción seca real + manipulación dorsal + ejercicios específicos de cuello (21)	G2: Punción seca falsa + manipulación dorsal + ejercicios específicos de cuello (21)	No existieron diferencias significativas en el dolor o discapacidad. Si que hubo mejorías significativas a favor del G1 en el Rango de movimiento.
Efficacy of dry needling as an adjunct to manual therapy for patients with chronic mechanical neck pain: a randomised clinical trial	G1: Punción seca real + terapia manual (47) Punción seca en trapecio superior e inferior y en angular de la escápula + intervención manual G2	G2: Punción seca falsa + terapia manual (54) Aguja sin punta + Terapia de manos cruzadas, masaje de cuello, inhibición de suboccipitales y técnicas de contracción relajación	G1 obtuvo mejorías significativas en las medidas de resultado de Dolor, rango de movimiento y discapacidad.

CONCLUSIÓN

La punción seca es una técnica de tratamiento interesante si se combina con técnicas varias, como podrían ser la terapia manual y el ejercicio. Haciendo un tratamiento combinado podemos obtener más mejorías en el dolor cervical y en el aumento del rango de movimiento.

BIBLIOGRAFÍA



LUNA CRUZ VIVAS, JAVIER MARTÍN GARCÍA Y FRANCISCO JOSÉ EXTREMERA GARCÍA