

TERAPIA MANUAL

La práctica de Terapia Manual requiere formación teórico-práctica específica y debe estar respaldada por evidencia científica y guías internacionales (IFOMPT, APTA, AAOMPT), garantizando un tratamiento seguro y de calidad.



Definición

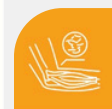
La Terapia Manual es un abordaje fisioterapéutico basado en el razonamiento clínico, que combina técnicas manuales específicas con ejercicio terapéutico y educación al paciente. Su objetivo es prevenir, evaluar y tratar disfunciones del sistema neuromusculoesquelético.

El tratamiento se fundamenta en una valoración exhaustiva y en la selección de intervenciones adaptadas a cada persona, ajustando parámetros como intensidad, dirección, profundidad, fuerza y duración de la maniobra.

Beneficios

- ✓ Modula el dolor.
- ✓ Mejora la movilidad articular y el rango funcional de movimiento.
- ✓ Favorece la extensibilidad de tejidos contráctiles y no contráctiles.
- ✓ Reduce edema y restricciones del tejido blando.
- ✓ Mejora la función y la capacidad de movimiento.

Aplicaciones clínicas más frecuentes



Tendinopatías

La terapia manual puede disminuir el dolor y mejorar la movilidad. Sus resultados son mayores cuando se combina con ejercicios específicos, formando parte de un abordaje integral.



Artrosis y artritis

En procesos artrósicos e inflamatorios puede ayudar a aliviar el dolor y mejorar la movilidad. Su aplicación debe individualizarse y combinarse con ejercicio terapéutico y tratamiento médico cuando esté indicado.



Fisioterapia postquirúrgica

Tras una intervención quirúrgica, la terapia manual puede complementar al ejercicio terapéutico para modular el dolor, facilitar el movimiento y favorecer la recuperación funcional, adaptándose al tipo de cirugía y a la fase del postoperatorio.

“El dolor es una señal del cuerpo para indicar que algo ha cambiado. No siempre implica una lesión, pero puede afectar al movimiento, al bienestar emocional y a la calidad de vida.”

- Escucha a tu cuerpo
- Consulta a tu fisioterapeuta
- El movimiento y un buen abordaje pueden ayudarte

