

Artículo original

Universidad Médica de Holguín. Facultad de Tecnología de la Salud

Cesar Fornet Fruto

Evaluación de los ejercicios isométricos y los ejercicios de Charriere en pacientes con síndrome doloroso cervical subagudo.

Evaluation of isometric and Charrière exercises in patients with subacute cervical pain syndrome.

Odalís Claro Pupo 1 Lidia Esther Romero Hernández 2

1. *Especialista de Primer Grado en Medicina general Integral y Fisiatría. Asistente. Facultad de Tecnología de la Salud Cesar Fornet Fruto. Holguín. Cuba*
2. *Máster en Medicina Natural y Bioenergética. Especialista de Primer Grado en Medicina general Integral. Asistente. Universidad Médica de Holguín. Cuba*

RESUMEN

Las cervicalgias y cervicobraquialgias, que forman parte del síndrome doloroso cervical, corresponden a dos cuadros patológicos muy relacionados entre sí, que constituyen un frecuente motivo de consulta, y están consideradas como una de las entidades dolorosas más frecuentes de la columna vertebral. Se realizó un estudio longitudinal prospectivo y explicativo, de corte experimental, en 102 pacientes que acudieron al Centro de Rehabilitación Integral del Policlínico "Pedro del Toro" municipio Holguín en el periodo comprendido de mayo a diciembre del 2011, con el objetivo de evaluar los resultados del tratamiento kinesiológico con ejercicios isométricos de cuello, respecto a los ejercicios de Charriere, en el síndrome doloroso

cervical subagudo. La afectación fue más frecuente en el sexo femenino, con un 77,4%, y en edades por encima de los 40 años; las condiciones predominantes fueron las de jubilados, amas de casa y trabajadores de oficina. No practicar ejercicio físico y los malos hábitos posturales constituyeron los principales factores de riesgo. En la mayoría de los pacientes estuvieron presentes el dolor localizado (55%) y la limitación de los movimientos (60,8%). Se concluye que hubo significación estadística en ambos programas para el alivio del dolor y la limitación articular. La efectividad del programa que incluyó isométricos fue de 81% y la del de Charriere de 77%, sin diferencias significativas entre ambos. Se recomienda evaluar los resultados a largo plazo en cuanto a las recidivas y tomar medidas de promoción de salud encaminadas a la eliminación de factores de riesgo contribuyentes a la aparición de esta enfermedad.

Palabras Clave: Evaluación, ejercicios isométricos, ejercicios de Charriere, síndrome doloroso, cervical subagudo.

ABSTRACT

The cervical and cervicobraquialgias, which are part of the cervical pain syndrome, correspond to two pathological boxes closely related among themselves, which constitute a common reason for consultation, and are considered as one of the more frequent painful entities of the spinal column. Holguín was a longitudinal study prospective and explanatory, experimental, 102 patients who came to the center of Integral rehabilitation of the polyclinic "Pedro del Toro" Township in the period from May to December of 2011, with the objective of evaluating the results of the kinesiological treatment with isometric exercises neck on Charrière exercises, in the subacute pain cervical syndrome. Involvement was more frequent in females, with 77.4%, and at an age over 40 years; the prevailing conditions were retirees, housewives and office workers. Not to engage in physical exercise and poor postural habits constituted the main risk factors. In the majority of patients were present localized pain (55%) and the limitation of movements (60.8%). It is concluded that there was statistical significance in both programs for the relief of pain and limitation articulate. The effectiveness of the program which included isometric was 81% and Charrière's 77%, no significant differences between the two. It is recommended to assess results in the long term in terms of recurrence and health promotion

measures aimed at the Elimination of risk factors contributing to the emergence of this disease.

Keywords: Evaluation, isometric exercises, Charrière, subacute pain, cervical syndrome exercises.

Correspondencia

Dra. *Odalís Claro Pupo*. Correo electrónico odalisclaro@infomed.sld.cu