



- La nueva terapia manual con el Richelli's
Painreliever

Autor: Stefan Richelli

Fisioterapeuta y Osteopata

Propietario de la clínica Richelli osteopatía y fisioterapia

Índice:

Portada

Índice

Introducción

Funcionalidad

Problemas que soluciona el RPR

Descarga de las manos

Es una herramienta multifuncional

Es una herramienta multidireccional

Comparación con otras herramientas

Características técnicas y manejo elemental

Conclusión

● Introducción

- La mano es sin duda el mayor exponente de la terapia manual .Ella nos permite la aplicación de las técnicas existentes .
- Por muy perfecta y compleja que sea nuestra mano siempre habrá un limite donde nuestra mano pierda eficacia. De echo en la mayoría de oficios el hombre se ayuda de herramientas para mejorar el remasultado de su trabajo. A nadie se le ocurre cavar con las manos o apretar un tornillo sin una llave.
- En la terapia manual nuestras manos se someten a un esfuerzo grande con ciertas técnicas como puntos gatillo o cyriax.Pero incluso técnicas mas suaves como el amasamiento si se alarga mucho en el tiempo y es muy repetitivo nos agota y puede con el tiempo producirnos lesiones .
- Seria pues lógico que los que utilizamos nuestras manos para el tratamiento tuviéramos una herramienta que nos permita ser sensitivos a la vez que nos protege las articulaciones y nos permita con un mínimo de esfuerzo realizar el mismo tratamiento.
- La clave esta pues en no perder la sensibilidad que es lo que destaca la terapia manual de otras y al mismo tiempo ser mas eficaces sin cansarnos. Si además de poder aplicar cualquier técnica de terapia manual le añadimos a la herramienta la cualidad de poder realizar técnicas que con nuestras manos seria casi imposible estamos ante **la nueva terapia manual**



Funcionalidad

El RPR permite la aplicación de todas las técnicas de terapia manual, además de permitir al usuario un fácil agarre en un número infinito de posiciones .

Por su diseño nos permite mantener un contacto de nuestros dedos con el paciente a la par que utilizamos el RPR por lo que no perdemos sensibilidad en el tratamiento Cada centímetro del RPR esta diseñada para ser una superficie útil al tiempo que permite mov en todas las direcciones

Su gancho nos permite la separación de planos musculares y fijarlos en esa posición el tiempo que queramos técnica que resulta del todo imposible con las manos.

▪

Problemas que soluciona el RPR

- Descarga las manos del terapeuta

- Con el gancho podemos enrollarlo alrededor de un músculo (como una llave stilson) separando planos musculares y llegando a ejercer una fuerza máxima sin ningún esfuerzo

- Efecto palanca del mango

- Varios puntos de apoyo, uno puede ser fijo (efecto compás)

- Se puede utilizar dos manos en vez de una



Problemas que soluciona el RPR

- Por sus superficies perfectamente proporcionadas es muy agradable al tacto para el paciente (se confunde con la mano)

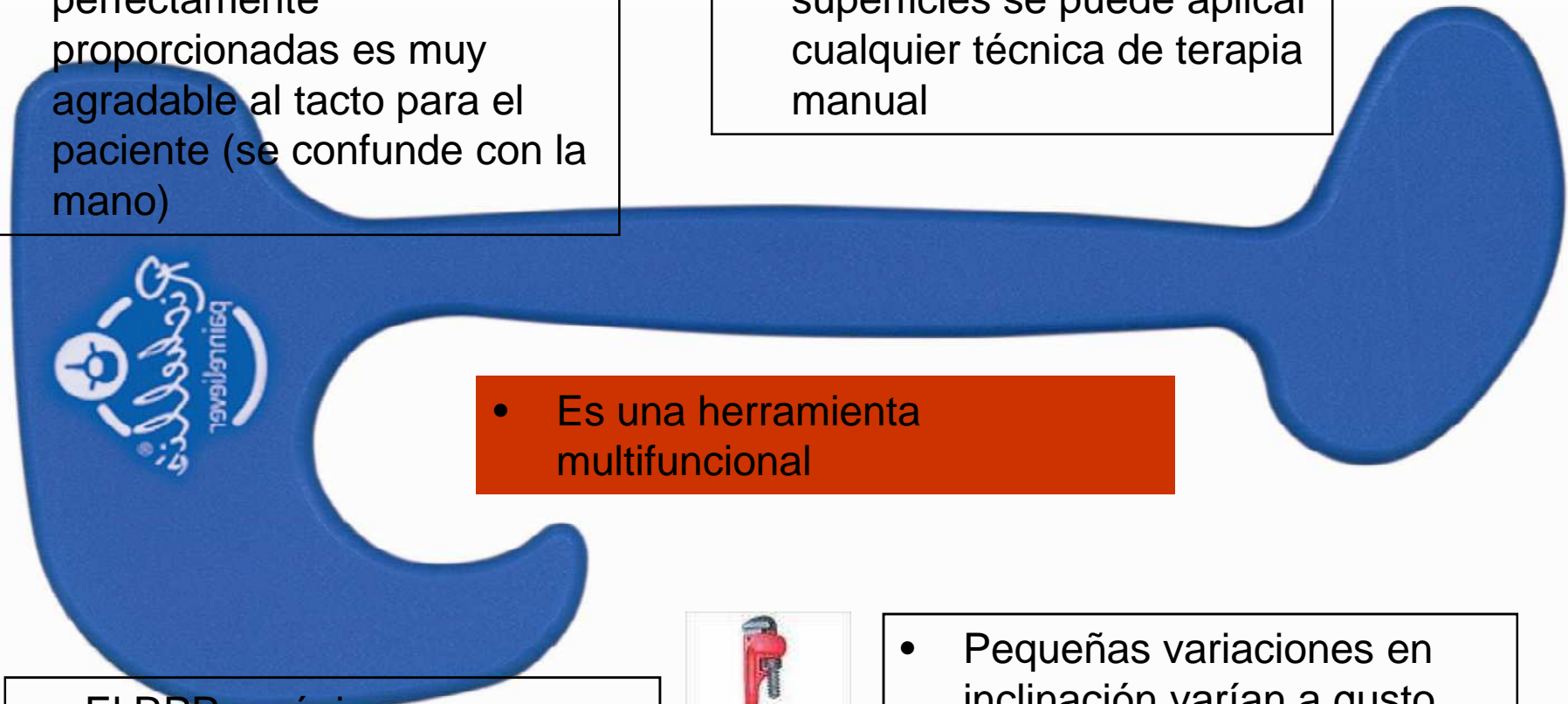
- Gracias a sus múltiples superficies se puede aplicar cualquier técnica de terapia manual

- Es una herramienta multifuncional

- El RPR es único por su gancho que lo equipara a una llave stilson para la anatomía humana.



- Pequeñas variaciones en inclinación varían a gusto las superficies de contacto y así su funcionalidad



Problemas que soluciona el RPR

- El gancho permite tratar superficies opuestas (cara anterior y posterior) sin modificar la posición del terapeuta o del paciente



- Por sus cantos redondeados se puede combinar un mov. lineal con uno transversal o incluso circular

- Es una herramienta multidireccional



- Gracias al gancho se puede trabajar de forma igualmente efectiva y sencilla traccionando o empujando la herramienta .



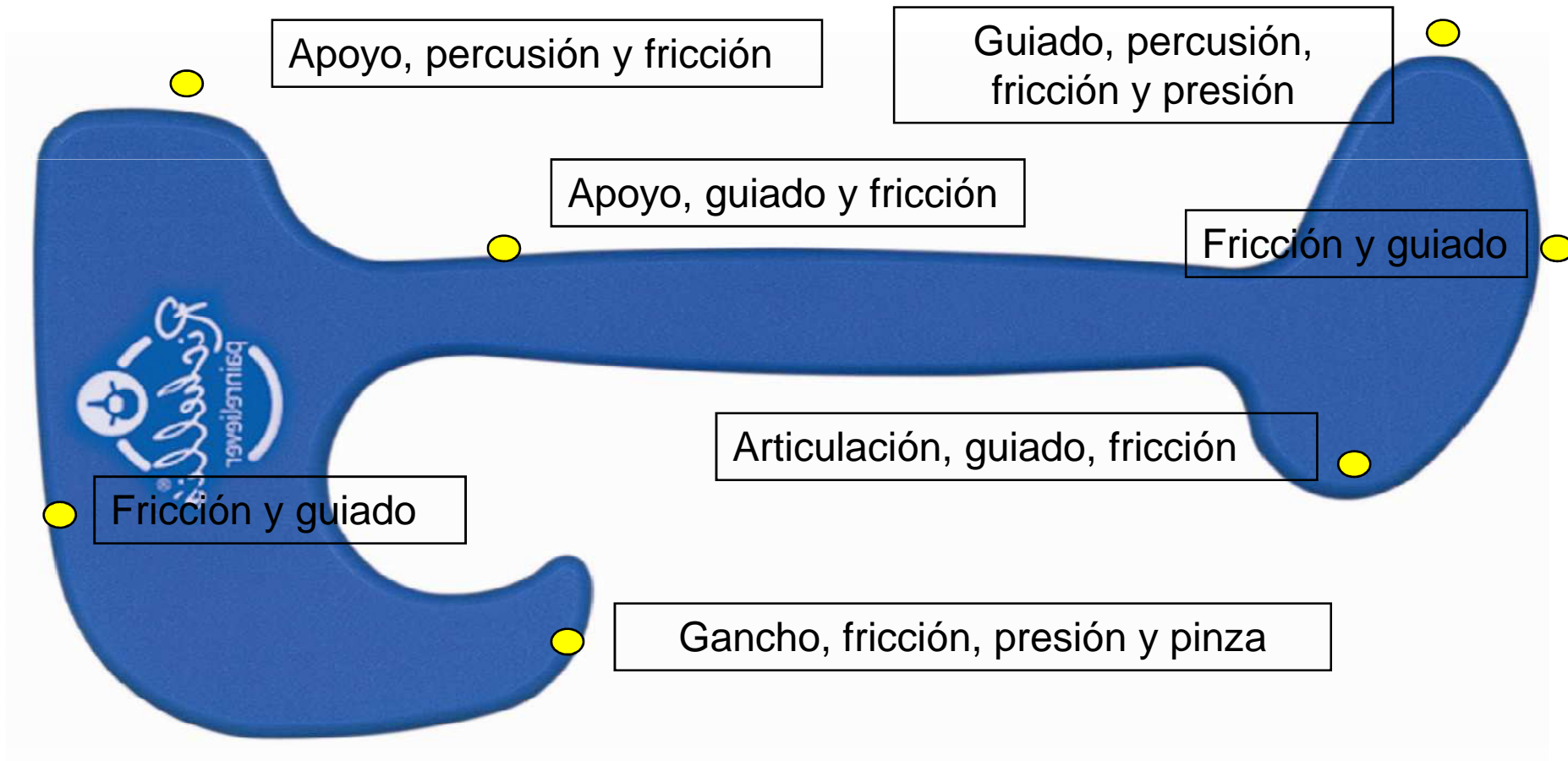
- Tiene una superficie en uno de los extremos que crea junto a la mano una articulación que permite m. en 360°



•Comparación con otras herramientas




Ninguna herramienta tiene un gancho. Tampoco un extremo en forma de "t", que permita crear una articulación con la mano del terapeuta, con el fin de crear un guiado en todas las direcciones, solo con modificar el mov. del otro extremo lo que evita cambiar de posición para modificar el tratamiento.





- A continuación paso a describir las características técnicas del RPR mostrando sus aplicaciones practicas como su manejo mas elemental. En mi web http://www.richelliosteopatia.com/index_pain.htm encontrareis toda la información disponible como videos, foro y cursos.



La superficie convexa en contacto con la mano cóncava, forman una articulación que estabiliza y guía el RPR

Con el mango ahora se puede imprimir el móv. deseado. Si se realizan móv. de ascenso y descenso sin modificar la mano de guiado se consigue en la superficie convexa que esta en contacto con el paciente un móv. de deslizamiento y empuje por el cambio de angulación de la punta que le hace ganar altura y se consigue una mayor presión gradual (avanza y rueda)

Si el móv. de ascenso y descenso se realiza por encima de la perpendicular de la sup. a tratar con respecto al mango, se avanza y rueda hacia el terapeuta y por debajo de la perpendicular se rueda y avanza desde el terapeuta. Así pues solo con modificar la inclinación del mango se puede trabajar en uno u otro sentido sin tener que cambiar de posición. Ni se empuja ni traiciona gracias a la palanca haciendo el esfuerzo mínimo.

El gancho en este caso se usa como sustitución del dedo. La mano distal hace siempre de guiado pero además puede ejercer también presión. Según variamos la posición del mango, bajando por debajo de la horizontal de la supf a tratar, aumentamos la presión por el ángulo de incidencia y el mero peso de la mano proximal que en este caso tracciona. En cualquier momento podemos detener el avance para solo hacer mov. de fricción transversal, presión fija o circumducción según movamos el mango desde la parte distal

o combinar estos mov. con el avance. Todo ello sin cambiar de **posición las manos ni el terapeuta.**





Aquí el gancho permite acceder a sup. escondidas como a la cara anterior del tendón de alquiles. Esto lo conseguimos por su forma específica de gancho que en su cara mas proxyma al mango se vuelve ligeramente sup. hacia la concavidad de este .permitiendo así contactar con la cara ant del tendón de alquiles. Según variamos la pos. del mango alejando el mango del tobillo (próxima imagen) conseguimos un estiramiento transversal del tendón y una mayor superficie de contacto. En esta pos. podemos practicar móv. de fricción moviendo el mango en rotaciones ligeras de derecha a izq. Si aproximamos el mango protegiendo el maléolo con dos dedos ,por efecto de palanca, conseguimos un mayor estiramiento transversal sin ningún esfuerzo. Esta técnica la podemos combinar con deslizamiento

longitudinal del tendón. Si estamos a los pies del paciente podemos tratar los dos lados del tendón solo con cambiar el RPR de lado..

Aquí la punta del gancho toma un mayor contacto con la cara anterior del tendón. En esta posición y con móv. ascendentes y descendentes ligeros conseguimos realizar un cyriax sin ningún esfuerzo.



El gancho actúa como dedo realizando pasadas longitudinales sobre el músculo. La fuerza la da la mano **opuesta con su propio peso** y por el efecto **palanca del mango**. La mano **guía puede modificar la inclinación del RPR (flecha verde)** así podemos **cambiar entre una superficie de contacto mas plana de la punta del gancho** o utilizar la parte **convexa del gancho en su parte exterior**



Según avanzamos el extremo del mango con respecto al gancho ,**tanto en contacto plano o convexo** ,disminuimos automáticamente la superficie de **contacto pudiendo aumentar de forma conjunta o separada la presión y precisión** .



Aquí se ve claramente que a menor avance del mango hay una mayor superficie en punta de gancho



Para invertir el sentido del deslizamiento no necesitamos cambiar de postura colocándonos en sentido opuesto al móv. a realizar. Basta con modificar la posición del mango que ahora queda posterior con respecto al gancho. El esfuerzo siempre es mínimo por el efecto palanca. Por la forma específica del gancho y utilizando solo una mano , el RPR es la única herramienta que transforma el móv. de tracción en presión y deslizamiento. Permitiendo con la mano libre alinear o modificar a voluntad la posición de la extremidad a tratar



A parte de poder avanzar y retroceder con el RPR sin cambiarnos de postura, en caso de las extremidades , también podemos tratar la cara opuesta del músculo que tenemos de frente sin tener que darle la vuelta al paciente. Esto nos hace ganar tiempo y aumentar la comodidad del paciente sin perder efectividad o fuerza.

Una cualidad única del gancho es que se puede utilizar como pinza. Para ello se enrolla alrededor del músculo lo que hace que su vientre se introduzca en el interior del gancho. Si esta presión no es suficiente podemos introducir uno o varios dedos que además nos permite masajear mucho mejor las fibras fibrosadas o contracturadas. La presión final se puede modificar constantemente imprimiendo mov. con el mango acercándonos al gancho o bien alejándonos. Esta técnica también nos permite **despegar adherencias** del músculo imprimiendo un fuerte estiramiento lateral del músculo **a parte de despegarlo** de planos mas profundos.





Ejemplo para músculos menos accesibles y pequeños



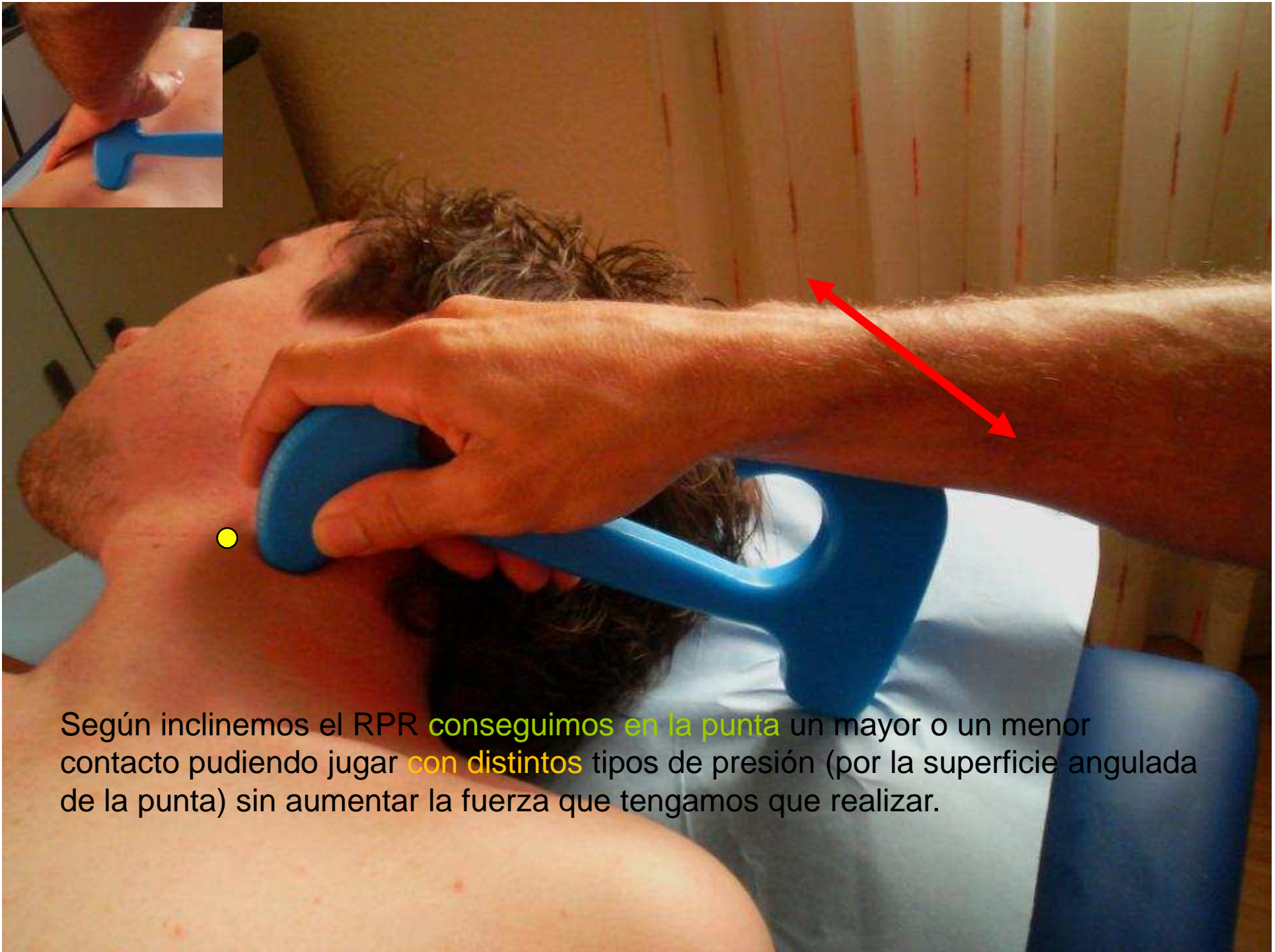
Para la compresión de puntos trigger en grandes músculos no hay una herramienta mejor por el efecto de pinza que se logra con el gancho del RPR. Es igualmente eficaz para estiramientos y la combinación de presión y fricción



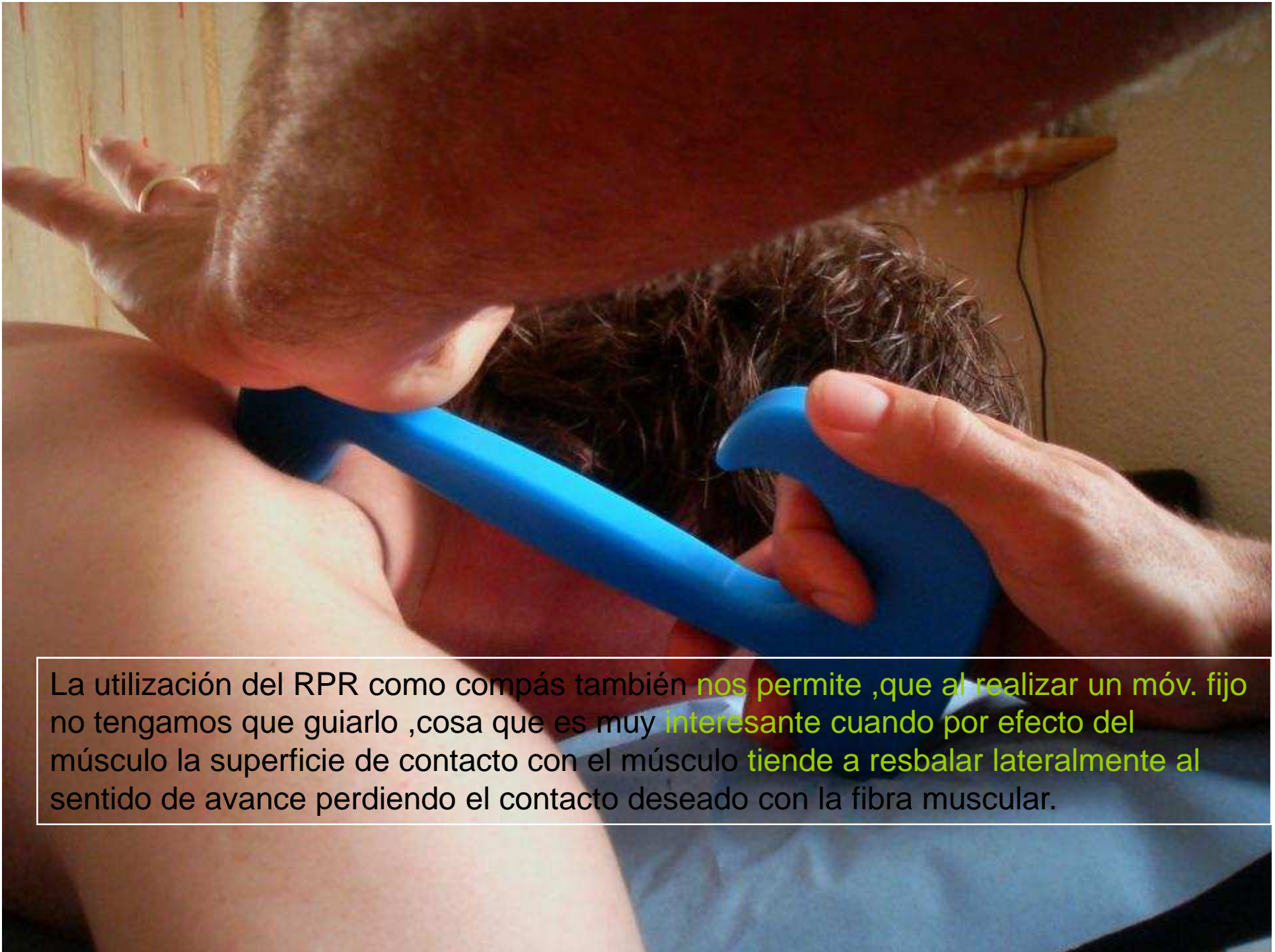
Toda superficie se aprovecha. El mango es una excelente herramienta cuando hay que tratar grandes superficies en extremidades. En función de la presión de las manos y de su inclinación podemos buscar desde un drenaje a un amasamiento profundo. Los dos extremos del RPR nos brindan dos magníficas superficies de contacto donde las manos se encuentran muy seguras y permiten un perfecto guiado sin esfuerzo.



Utilizar el RPR como un compás, apoyando el extremos del gancho en la camilla , se descarga enormemente las articulaciones del terapeuta .El simple peso apoyado en el RPR es suficiente para conseguir una presión sobre el músculo a tratar .Con un suave móv. de vaivén podemos masajear cualquier músculo. Aquí se demuestra una vez mas la importancia anatómica de su diseño.



Según inclinemos el RPR conseguimos en la punta un mayor o un menor contacto pudiendo jugar con distintos tipos de presión (por la superficie angulada de la punta) sin aumentar la fuerza que tengamos que realizar.



La utilización del RPR como compás también nos permite ,que al realizar un móv. fijo no tengamos que guiarlo ,cosa que es muy interesante cuando por efecto del músculo la superficie de contacto con el músculo tiende a resbalar lateralmente al sentido de avance perdiendo el contacto deseado con la fibra muscular.



En la zona lumbar permite un tratamiento del cuadrado lumbar y paravertebrales al mismo tiempo. Paravetebral y cuadrado lumbar en su parte mas externa o cuadrado lumbar del lado opuesto y parte interna cuadrado lumbar mismo lado terapeuta. Esta técnica se puede aplicar prácticamente en cualquier zona anatómica. Al haber varios puntos de apoyo el dolor no se percibe en un único lugar siendo mas soportable.



Normalmente con todas las demás herramientas hay que hacer una fuerza considerable en el punto de apoyo para realizar un cyriax. Con el RPR no se ejerce **una fuerza** tangencial sino que siempre se usa la palanca que es la que nos da la **fuerza**. Al realizar **movimientos de vaivén** del mango, la punta del gancho, a parte de desplazarse y atrapar el tendón lo fricciona. Las manos **tampoco resbalan sobre la herramienta** al hacer **fuerza**, especialmente cuando tenemos las manos con crema.



Podemos acceder a planos profundos



El RPR se **introduce** presiona y tracciona

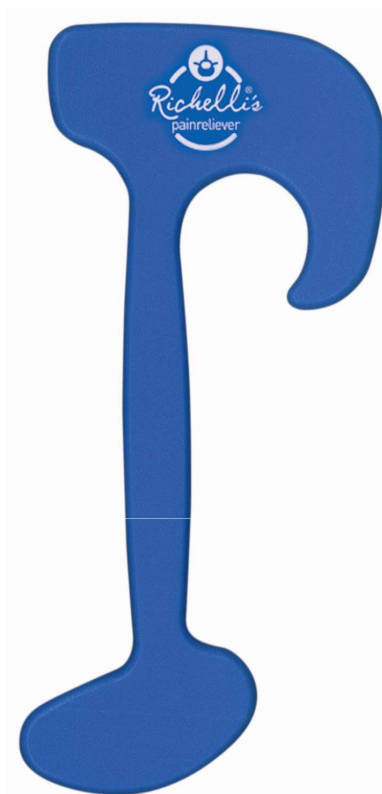
El RPR nos permite desplazar grandes planos para imprimir elasticidad en los tejidos,



Nos cansamos menos



Tratamiento más eficaz



Mayor rentabilidad



Menor
coste para
la mutua o
paciente



Más rápida
recuperación



CONCLUSIONES



- La terapia RPR es un nuevo concepto de tratamiento para fisioterapeutas que consigue:



Ventajas para
el
fisioterapeuta

- Economiza tiempo y esfuerzo
- Previene lesiones

Ventajas para
la mutua o
paciente

- Disminuye el tiempo de recuperación
- Menor gasto sanitario