



Punció seca

El dolor causat per les contractures musculars és un dels trastorns més habituals a les consultes de fisioteràpia. Els músculs poden generar nòduls de contracció persistents, mentre la resta del múscul està en repòs i relaxat. Aquestes contractures es perceben com una part més tensa i adolorida del múscul, i sovint no permeten fer, amb normalitat, els moviments habituals ni les activitats de la vida diària.

A banda de totes les tècniques conservadores de què disposem els fisioterapeutes per alleugerir les contractures, existeix una tècnica anomenada punció seca. Es tracta d'una tècnica invasiva amb la qual, mitjançant la inserció d'una agulla a la contractura, es propicien una sèrie de fenòmens mecànics i biològics que fan disminuir la tensió muscular.

Les agulles utilitzades poden ser d'acupuntura o específiques de punció seca. Malgrat això, ambdues tècniques són ben diferents, tant tècnicament com conceptualment, i la punció seca se situa en el context de les ciències mèdiques contemporànies més actuals.

Fent ús del raonament clínic i a partir del relat del pacient, la palpació i d'altres proves específiques, el fisioterapeuta diagnosticarà la contractura i determinarà si la punció seca és un tractament adequat. Si ho és, el fisioterapeuta introduirà l'agulla buscant arribar-hi i produir l'anomenada resposta d'espasme local; una contracció involuntària, sobtada, que succeeix al múscul quan contactem amb el nòdul. Aleshores es pot actuar de diferents maneres: provocar més respostes d'espasme local, aplicar electroestimulació a les agulles... sempre amb la intenció de fer disminuir la tensió muscular.

El fisioterapeuta també haurà d'ensenyar els exercicis, les correccions posturals, ergonòmiques i/o gestuals adients per tal d'evitar recaigudes i factors perpetuadors del problema.

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya disposa d'un cens de professionals formats en aquesta tècnica, atès que és necessària una formació específica per poder realitzar-la. D'aquesta manera es garanteix a l'usuari que l'atendrà un professional amb un mínim de 60 hores de formació i sempre sota uns paràmetres de seguretat, atès que cal evitar certs riscos i garantir un tractament de qualitat.

Miquel Àngel Martínez Nogales
Fisioterapeuta col·legiat núm. 4445
Membre de la Comissió de Fisioteràpia
Neuromusculoesquelètica del Col·legi
de Fisioterapeutes de Catalunya

tech&natural
kyroccream
F'activa

