



ENFERMERÍA ESTÉTICA

Dra. Dayanna Nastul

Médico General – Estético y Regeneración avanzada

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA TERAPIA MANUAL EN ESTÉTICA?



1 INVALUABLE CAPACIDAD DE EVALUACIÓN

Las manos perciben cambios sutiles que ningún equipo puede detectar en tiempo real.



2 ADAPTACIÓN CONTINUA

Permite ajustar la intensidad, dirección y ritmo según la respuesta inmediata de los tejidos.



3 EXPERIENCIA DEL PACIENTE

Contribuye al confort, disminuye la tensión y mejora la adherencia al tratamiento integral.



LA TERAPIA MANUAL
sigue siendo esencial
porque combina ciencia,
criterio clínico y adaptación
terapéutica.



4 COMPLEMENTO INDISPENSABLE

Potencia los resultados de otras tecnologías, cosmecéuticos y estrategias terapéuticas.



5 INDIVIDUALIZACIÓN REAL

Cada paciente es único. La terapia manual permite un abordaje verdaderamente personalizado.



6 VALOR PROFESIONAL

El criterio clínico y la toma de decisiones basada en evidencia marcan la diferencia en los resultados y en la seguridad.

¿POR QUÉ SIGUE SIENDO INDISPENSABLE?



La tecnología tiene parámetros fijos; las manos tienen ciencia y adaptación.



Responde a estímulos neurofisiológicos y sensoriales complejos.



Favorece la funcionalidad tisular y la recuperación de forma transitoria y segura.



Integra al paciente en el proceso terapéutico y promueve el cuidado integral.



Permite intervenir con precisión, seguridad y respeto por los tejidos.



¿QUÉ PODRÍA PREGUNTAR UNA PACIENTE?

“¿Realmente necesito terapia manual si ya me voy a hacer radiofrecuencia?”



Respuesta modelo:

Sí. Son técnicas complementarias. La terapia manual prepara, potencia y acompaña el resultado, adaptándose a su respuesta individual de forma segura y efectiva.

“ La evidencia guía nuestras decisiones; las manos aplican la ciencia con propósito. ”



¿QUÉ ES LA TERAPIA MANUAL?

Conjunto de técnicas realizadas con las manos que utilizan el conocimiento científico para aplicar estímulos mecánicos sobre los tejidos blandos con un objetivo terapéutico específico.

“Las manos son el instrumento, el conocimiento es el que guía y transforma.”



UN ENFOQUE INTEGRAL Y CIENTÍFICO

La terapia manual combina múltiples disciplinas para generar respuestas fisiológicas beneficiosas y seguras.



¿CÓMO OCURRE?

Mecanismo de acción de la terapia manual

- 1** **Aplicación del estímulo mecánico**
Presión, tracción, fricción, vibración, percusión.
- 2** **Detección por mecanorreceptores**
En piel, fascia, músculo, tendones y articulaciones.
- 3** **Transducción de la señal**
La información viaja al sistema nervioso central.
- 4** **Respuesta fisiológica**
Cambios locales, reflejos neurofisiológicos y modulación del dolor.
- 5** **Efecto terapéutico**
Mejora de la función tisular y del bienestar del paciente.



ENFOQUE PROFESIONAL

Cada paciente es único, cada tratamiento también.



NUESTRO COMPROMISO

Seguridad • Eficacia • Ética • Empatía • Resultados



¿CÓMO RESPONDE EL ORGANISMO AL ESTÍMULO MANUAL?



Cada maniobra es un **lenguaje** que el **cuerpo comprende** a través de sus receptores y sistemas de respuesta.



1. ESTÍMULO MECÁNICO

La presión, el deslizamiento y la tracción aplican fuerzas sobre los tejidos.



2. MECANORRECEPTORES

Los receptores en la piel, fascia, músculo y vasos detectan el estímulo mecánico.



3. MECANOTRANSDUCCIÓN

El estímulo se convierte en señales bioeléctricas y bioquímicas dentro de la célula.



4. SISTEMA NERVIOSO

Las señales viajan por vías aferentes hacia el sistema nervioso central, donde se procesan e integran.



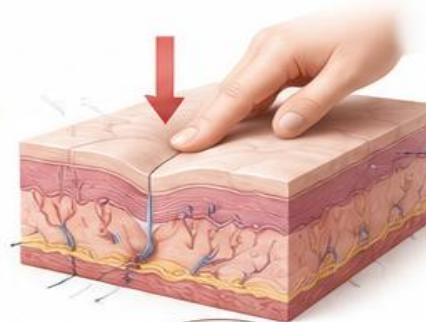
5. RESPUESTA FISIOLÓGICA

Se activan respuestas locales y sistémicas adaptadas según la intensidad, duración y características del estímulo.



6. EFECTO TERAPÉUTICO

Se generan cambios funcionales y clínicos que contribuyen al bienestar y a los objetivos del tratamiento.



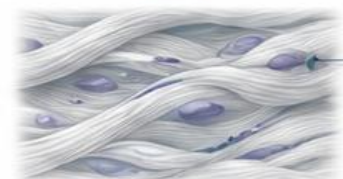
PIEL

Receptores cutáneos detectan presión, estiramiento y vibración.



TERMINACIONES NERVIOSAS

Transducen el estímulo mecánico en impulsos nerviosos.



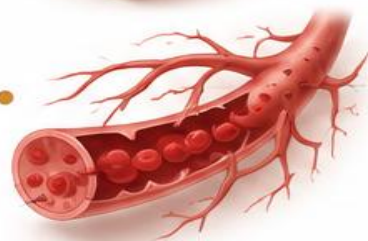
FASCIA

Tejido altamente sensitivo que transmite fuerzas y señales mecánicas.



MÚSCULO

Responde con cambios en el tono, la elasticidad y la circulación local.



VASOS SANGUÍNEOS

Se modula el flujo sanguíneo y linfático, favoreciendo la nutrición y eliminación de desechos.

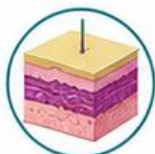


Comprender la fisiología permite aplicar la técnica con **criterio clínico**.

7

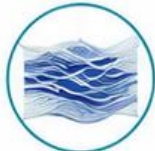
RESPUESTA FISIOLÓGICA DE LOS TEJIDOS AL ESTÍMULO MANUAL

El contacto y la presión controlada generan adaptaciones locales y sistémicas que favorecen la función y la estética.



PIEL

Aumenta la perfusión, la oxigenación y la temperatura. Mejora la nutrición y la elasticidad.



FASCIA

Favorece el deslizamiento entre planos, disminuye adherencias y optimiza la transmisión de fuerzas.



MÚSCULO

Disminuye el tono excesivo, mejora la extensibilidad y la función contráctil. Reduce dolor.



VASOS SANGUÍNEOS

Aumenta el flujo sanguíneo y linfático, mejora el intercambio de nutrientes y la eliminación de desechos.



SISTEMA NERVIOSO

Modula la nocicepción, induce relajación y mejora la comunicación neuromuscular. Favorece el equilibrio autónomo.

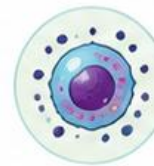


¿QUÉ OCURRE EN EL ORGANISMO?



RESPUESTA VASCULAR

Vasodilatación local, aumento del flujo sanguíneo y linfático, mejora del retorno venoso y eliminación de metabolitos.



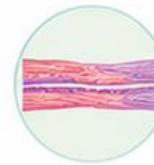
RESPUESTA CELULAR

Aumento del intercambio de nutrientes y oxígeno, estimulación del metabolismo celular y reparación tisular.



RESPUESTA NEUROLÓGICA

Disminución de la sensibilidad al dolor, modulación del sistema nervioso autónomo y sensación de bienestar.



RESPUESTA MECÁNICA

Reorganización de fibras de colágeno y elastina, mejora de la viscoelasticidad y la movilidad tisular.



RESPUESTA SISTÉMICA

Relajación global, reducción del estrés, mejora del sueño y del estado anímico.



La terapia manual actúa como un estímulo inteligente que el cuerpo interpreta, respondiendo con adaptación, homeostasis y recuperación.



IDEA CLAVE

La calidad del estímulo determina la calidad de la respuesta.

8

DOSIFICACIÓN DEL *estímulo mecánico*

El efecto de una técnica depende de la forma como se aplica, no solo de la maniobra.



PRESIÓN

Intensidad adecuada al objetivo y tolerancia.



DIRECCIÓN

Sigue el trayecto anatómico y el flujo linfático o vascular.



VELOCIDAD

Lenta: efecto sedante.
Rápida: efecto estimulante.



RITMO

Ritmo uniforme genera respuestas predecibles.



DURACIÓN

Tiempo suficiente para provocar respuesta fisiológica.



FRECUENCIA

Número de repeticiones adecuadas al objetivo.



SUPERFICIE

El área de contacto modifica la profundidad.



Ajustar estas variables permite obtener resultados seguros y efectivos.

VARIABILIDAD BIOLÓGICA

¿POR QUÉ CADA PACIENTE RESPONDE DIFERENTE?

No existen protocolos universales: **cada organismo es único.**



EDAD Y SEXO

Influyen en la elasticidad y recuperación tisular.



HIDRATACIÓN

Afecta la movilidad y la respuesta celular.



CALIDAD DEL TEJIDO

Densidad, grosor y estado del tejido.



ESTADO INFLAMATORIO

Modifica la sensibilidad y la tolerancia.



DOLOR Y SENSIBILIDAD

Condicionan la intensidad y la tolerancia al estímulo.



ESTRÉS Y SUEÑO

Influyen en el tono muscular y la percepción del dolor.



MEDICACIÓN

Puede modificar la respuesta fisiológica y la sensibilidad.



ENFERMEDADES

Condicionan la seguridad y la efectividad.



RECUERDA

Observar, preguntar y palpar con criterio permite individualizar cada tratamiento.

MÁS OBSERVACIÓN → MEJOR DECISIÓN → MEJOR RESULTADO



LA CLAVE

Adaptar siempre la técnica al paciente, no al revés.





INDICACIONES DE LA TERAPIA MANUAL



Herramienta complementaria para objetivos estéticos y de bienestar.



MEJORAR LA CIRCULACIÓN



- Aumenta el flujo sanguíneo y linfático.
- Favorece la oxigenación de los tejidos y la nutrición celular.



FAVORECER EL DRENAJE LINFÁTICO



- Reduce la retención de líquidos y toxinas.
- Disminuye edema y sensación de pesadez.



MEJORAR LA ELASTICIDAD Y TONO



- Estimula fibras de colágeno y elastina.
- Mejora la firmeza y la calidad de los tejidos.



REDUCIR TENSIÓN MUSCULAR



- Disminuye dolor y contracturas.
- Relaja la musculatura superficial y profunda.



MEJORAR ASPECTO DE LA PIEL



- Aporta luminosidad y vitalidad.
- Mejora textura, turgencia y aspecto general.



IDEA CLAVE

Cuando está correctamente indicada, la terapia manual contribuye a optimizar los resultados de otros tratamientos estéticos y a promover el bienestar integral del paciente.



PREPARACIÓN DEL ENTORNO PROFESIONAL



Un entorno adecuado garantiza seguridad, confort y confianza.



**LIMPIEZA
E HIGIENE**



Espacio limpio,
desinfectado y libre
de desorden.



**VENTILACIÓN
E ILUMINACIÓN**



Ambiente bien ventilado
e iluminado. Temperatura
agradable.



**PRIVACIDAD
Y CONFIDENCIALIDAD**



Garantizar privacidad
física y respeto
a la información.



**EQUIPAMIENTO
ADECUADO**



Camilla estable, sábanas
limpias, insumos
en buen estado.



**INSUMOS
ORGANIZADOS**



Todo al alcance
de la mano y
debidamente ordenado.



**AMBIENTE
CONFORTABLE**

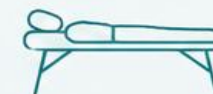


Música suave (opcional),
aromas agradables
y ambiente tranquilo.



IDEA CLAVE

Un entorno profesional bien preparado favorece la seguridad,
el bienestar y la efectividad del tratamiento.





PREPARACIÓN DEL PACIENTE



Una preparación adecuada favorece la relajación, la seguridad y la efectividad del tratamiento.



EXPLICAR EL PROCEDIMIENTO



- Informar lo que se realizará, beneficios y sensaciones esperadas.
- Resolver dudas y generar confianza.



CONFORT TÉRMICO



- Mantener una temperatura agradable en la sala.
- Usar toallas o mantas para su comodidad.



VESTIMENTA ADECUADA



- Proporcionar la ropa desechable necesaria.
- Descubrir solo el área a tratar.



HIDRATACIÓN Y VACIADO



- Recomendar hidratación antes y después del tratamiento.
- Sugerir vaciado de vejiga previo.



POSICIÓN CÓMODA



- Colocar al paciente en posición adecuada.
- Asegurar alineación y soporte corporal.



VERIFICAR COMODIDAD



- Confirmar que la posición y la presión sean confortables.
- Ajustar antes de iniciar la técnica.



IDEA CLAVE

Un paciente cómodo, informado y seguro se relaja mejor y responde de manera más efectiva al tratamiento.





SELECCIÓN DEL MEDIO DESLIZANTE



El medio deslizante adecuado protege la piel, mejora el deslizamiento y potencia los resultados de la técnica.



BASE ACUOSA

- Ligera y de fácil absorción.
- Ideal para técnicas suaves y faciales.
- No deja sensación grasa.
- Requiere reaplicación frecuente.



BASE OLEOSA

- Mayor deslizamiento y duración.
- Ideal para técnicas profundas y corporales.
- Nutre y protege la piel.
- Evitar en pieles acnéicas o muy grasas.



ENRIQUECIDOS CON ACTIVOS

- Contienen ingredientes como aloe vera, vitamina E, árnica, centella asiática.
- Potencian efectos específicos.
- Elegir según el objetivo del tratamiento.



CONSIDERACIONES DE LA PIEL

- Piel sensible: preferir productos hipoalergénicos y sin fragancia.
- Piel acnéica: usar productos no comedogénicos.
- Realizar prueba en área pequeña si es necesario.



OTROS CRITERIOS IMPORTANTES

- No debe irritar ni resecar la piel.
- Fácil de retirar.
- Compatible con el equipo y el entorno.
- Verificar fecha de caducidad y conservación.



RECOMENDACIONES



Usar la cantidad necesaria, ni muy poca ni en exceso.



Reaplicar según el tipo de técnica y zona trabajada.



Retirar el exceso al finalizar para mayor confort.



Mantener el producto en un lugar fresco, limpio y cerrado.



IDEA CLAVE

El medio deslizante correcto no solo facilita la técnica, también **protege la piel y mejora la experiencia del paciente.**



RECUERDA

Elegir el medio deslizante adecuado es parte del criterio profesional.

VALORACIÓN CLÍNICA ANTES DEL TRATAMIENTO



Una valoración completa permite conocer al paciente, identificar riesgos, definir objetivos y personalizar el tratamiento de forma segura y efectiva.

1

ANAMNESIS DETALLADA



- Datos personales.
- Motivo de consulta.
- Antecedentes personales y familiares.
- Enfermedades actuales y medicamentos.
- Hábitos y estilo de vida.
- Alergias.



2

EXPLORACIÓN FÍSICA



- Inspección visual.
- Palpación de tejidos.
- Evaluación de tono, elasticidad y temperatura.
- Presencia de dolor o sensibilidad.



3

EVALUACIÓN DEL TEJIDO



- Estado de la piel (hidratación, textura, grosor, coloración).
- Tejido adiposo.
- Fibrosis o adherencias.
- Edema.
- Flacidez.

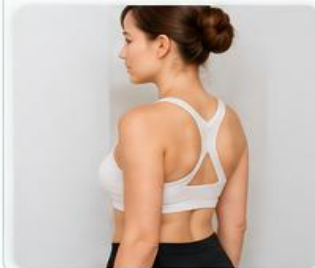


4

ANÁLISIS FUNCIONAL



- Rango de movimiento (si aplica).
- Postura y patrón de movimiento.
- Actividad física del paciente.



5

DEFINICIÓN DE OBJETIVOS REALISTAS



- Objetivos del paciente.
- Objetivos terapéuticos alcanzables.
- Plan de tratamiento personalizado.



SIGNOS DE ALERTA (REQUIEREN DERIVACIÓN MÉDICA)



Dolor, enrojecimiento o hinchazón en extremidades.



Dolor torácico, dificultad para respirar.



Fiebre, infección activa.



Sangrado anormal o toma de anticoagulantes sin control.



Embarazo de alto riesgo.



Lesiones cutáneas abiertas, infecciones o quemaduras.



PREGUNTAS CLAVE PARA LA VALORACIÓN

- ✓ ¿Qué desea mejorar el paciente?
- ✓ ¿Existen enfermedades o medicamentos que pueda afectar el tratamiento?
- ✓ ¿Hay dolor o molestias al tacto?
- ✓ ¿Cuáles son sus expectativas reales?



IDEA CLAVE

Una valoración completa es la base de un tratamiento exitoso y seguro.
Conocer al paciente es conocer su historia, sus tejidos y sus objetivos.





CONTACTO TERAPÉUTICO INICIAL



El inicio de la sesión establece conexión, confianza y seguridad.
Un contacto adecuado prepara al paciente para el tratamiento.



**SALUDO Y
PRESENTACIÓN**



**EXPLICAR
EL PROCEDIMIENTO**



**GENERAR
CONFIANZA**



**CONTACTO
SUAVE Y RESPETUOSO**



**EVALUAR RESPUESTA
INICIAL**



IDEA CLAVE

Un buen inicio favorece la relajación,
la cooperación y los mejores resultados.





VALORACIÓN TÁCTIL DURANTE EL TRATAMIENTO



Las manos evalúan, perciben y guían cada maniobra para adaptar la técnica y optimizar resultados.



PERCEPCIÓN DE TEXTURA



- Identificar irregularidades o adherencias.
- Detectar cambios en la calidad de la piel y tejidos.



VALORACIÓN DE TENSIÓN



- Evaluar tono muscular y fascia.
- Identificar zonas de mayor tensión o sensibilidad.



EVALUACIÓN DE TEMPERATURA



- Comparar áreas corporales.
- Detectar aumentos o disminuciones anormales de temperatura.



IDENTIFICACIÓN DE DOLOR



- Observación de respuestas no verbales.
- Ajustar presión, ritmo o dirección según tolerancia.



MONITOREO DE CAMBIOS



- Valorar cambios durante la sesión.
- Adaptar la técnica a la respuesta del paciente.



CONEXIÓN CONTINUA



- Mantener presencia, atención y comunicación.
- Favorecer seguridad y bienestar.



IDEA CLAVE

La valoración táctil es una herramienta diagnóstica y terapéutica que permite tomar decisiones en tiempo real para un tratamiento seguro, efectivo y personalizado.



EFFLEURAGE

MANIOBRA DE DESLIZAMIENTO



OBJETIVO

Preparar los tejidos, mejorar la circulación y promover relajación.



EJECUCIÓN

Manos planas en contacto total con la piel. Deslizamiento suave, continuo y rítmico en dirección anátomo-funcional.



INDICACIONES

Inicio y cierre de la sesión, edemas, fatiga muscular, estrés, preparación previa a otras maniobras.



ERRORES FRECUENTES

- Retirar las manos de la piel.
- Presión excesiva o dolorosa.
- Movimientos irregulares.

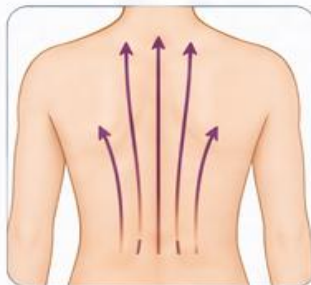


EFFECTO FISIOLÓGICO

Aumenta el flujo sanguíneo y linfático superficial, eleva la temperatura tisular y genera relajación.

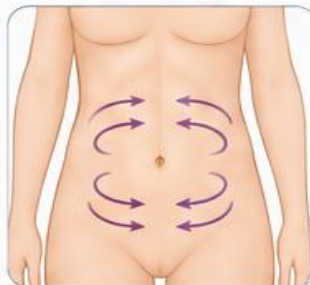
DIRECCIÓN DEL MOVIMIENTO

ESPALDA



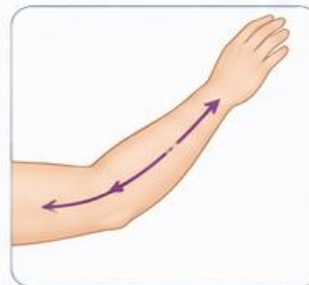
De distal a proximal, paralelo a la columna vertebral.

ABDOMEN



Sentido horario, siguiendo el trayecto del colon.

MIEMBROS SUPERIORES



De mano a hombro, siguiendo el retorno venoso.

MIEMBROS INFERIORES



De pie a ingle, siguiendo el retorno venoso y linfático.

CUELLO



Desde la base del cráneo hacia hombros y clavículas, de forma descendente.



IDEA CLAVE

El effleurage es la base de toda sesión efectiva: **conecta**, prepara y armoniza cuerpo y mente.



PETRISSAGE

MANIOBRA DE AMASAMIENTO



OBJETIVO

Movilizar los tejidos profundos, mejorar la circulación y reducir tensión muscular.



EJECUCIÓN

Agarre, levantamiento y compresión del tejido con movimientos rítmicos y alternos.



INDICACIONES

Tensión muscular, contracturas, adherencias, celulitis, recuperación deportiva.



ERRORES FRECUENTES

- Presión excesiva o dolorosa.
- Tironear la piel en vez del tejido.
- Ritmo irregular.

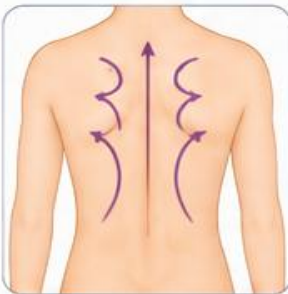


EFECTO FISIOLÓGICO

Mejora la circulación, oxigena los tejidos, reduce la tensión muscular y favorece la elasticidad.

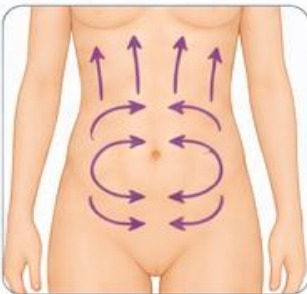
DIRECCIÓN DEL MOVIMIENTO

ESPALDA



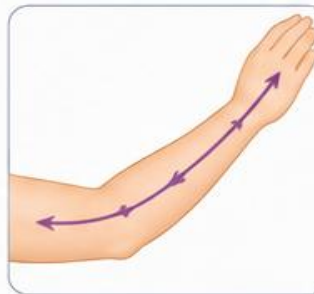
Desde la región lumbar hacia los hombros de forma alterna.

ABDOMEN



Amasamiento en sentido horario o ascendente según objetivo.

MIEMBROS SUPERIORES



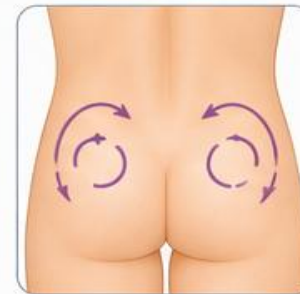
Desde la muñeca hacia el hombro, envolviendo el tejido muscular.

MIEMBROS INFERIORES



Desde el tobillo hacia el muslo, trabajando las masas musculares.

GLÚTEOS



Movimientos circulares y ascendentes desde la parte inferior.



IDEA CLAVE

El petrissage moviliza los tejidos en profundidad, disminuye la tensión y mejora la nutrición tisular.



FRICCIÓN

MANIOBRA DE DESLIZAMIENTO PROFUNDO



OBJETIVO

Actuar sobre tejidos profundos, adherencias y puntos gatillo para liberar tensiones.



EJECUCIÓN

Con la yema de los dedos, pulgar, nudillos o antebrazo. Movimientos cortos, lentos y firmes sobre un área específica.



INDICACIONES

Contracturas localizadas, cicatrices, adherencias, fascitis, puntos gatillo y tejido fibroso.



ERRORES FRECUENTES

- Presión excesiva desde el inicio.
- Realizar sobre zonas inflamadas.
- Movimientos superficiales o rápidos.



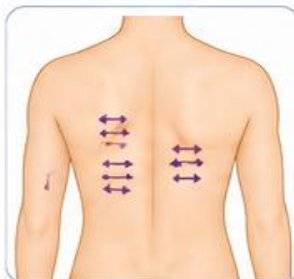
EFFECTO FISIOLÓGICO

Rompe adherencias, mejora la movilidad del tejido, aumenta la irrigación local y reduce el dolor.



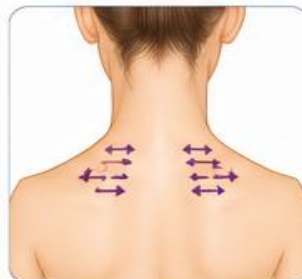
DIRECCIÓN DEL MOVIMIENTO

ESPALDA



Movimientos cortos y transversales sobre las fibras musculares.

CUELLO Y HOMBROS



Aplicar en sentido transversal o en pequeñas diagonales sobre los músculos.

MIEMBROS SUPERIORES



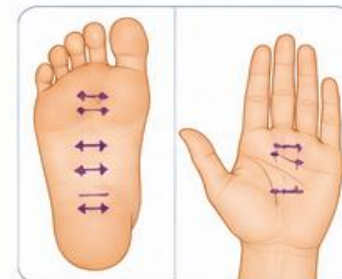
En dirección transversal o circular sobre puntos específicos.

MIEMBROS INFERIORES



Sobre bandas tensas o puntos gatillo con movimientos cortos.

PLANTAR Y MANOS



Presión lenta y profunda en puntos reflejos o zonas de tensión.



IDEA CLAVE

La fricción trabaja en profundidad para liberar adherencias y restaurar la movilidad natural de los tejidos.



TAPOTEMENT

MANIOBRA DE PERCUSIÓN



OBJETIVO

Estimular los tejidos, tonificar la musculatura y activar la circulación.



EJECUCIÓN

Golpes rítmicos, rápidos y controlados con la mano en diferentes formas (planos, cupulados, en pinza).



INDICACIONES

Atonía muscular, preparación física, fatiga, congestión, retención de secreciones.



ERRORES FRECUENTES

- Golpes demasiado fuertes.
- Realizar sobre áreas óseas.
- Ritmo irregular o caótico.



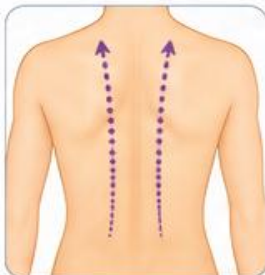
EFECTO FISIOLÓGICO

Activa la circulación, estimula el sistema nervioso, aumenta el tono muscular y produce sensación de vitalidad.



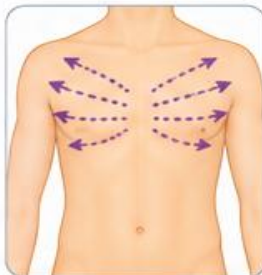
DIRECCIÓN DEL MOVIMIENTO

ESPALDA



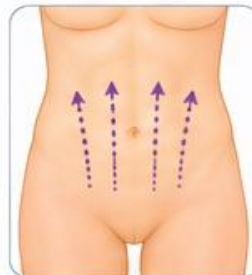
De distal a proximal con movimientos rítmicos ascendentes.

PECHO



Desde el centro hacia los lados y hacia arriba con percusiones suaves.

ABDOMEN



De distal a proximal siguiendo el trayecto del colon.

MIEMBROS SUPERIORES



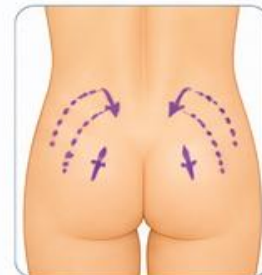
De distal a proximal con movimientos rítmicos y ligeros.

MIEMBROS INFERIORES



De distal a proximal con percusiones alternadas.

GLÚTEOS



Desde la parte inferior hacia arriba y hacia los lados.



IDEA CLAVE

El tapotement energiza el cuerpo y despierta los tejidos, siempre con ritmo, ligereza y control.



VIBRACIÓN

MANIOBRA DE OSCILACIÓN



OBJETIVO

Relajar tejidos, reducir el dolor, disminuir la tensión y favorecer la relajación general.



EJECUCIÓN

Movimientos rápidos y pequeños de oscilación, con contacto constante y controlado.



INDICACIONES

Dolor muscular, contracturas, ansiedad, insomnio, preparación para el descanso.



ERRORES FRECUENTES

- Movimientos excesivamente amplios.
- Presión inadecuada o inconstante.
- Realizar sobre zonas inflamadas.



EFECTO FISIOLÓGICO

Efecto sedante, disminuye el dolor, favorece el drenaje linfático y genera relajación profunda del sistema neuromuscular.



DIRECCIÓN DEL MOVIMIENTO

ESPALDA



De manera vertical o ligeramente oblicua sobre las fibras musculares.

CUELLO Y HOMBROS



Pequeñas oscilaciones horizontales o circulares sobre los músculos.

ABDOMEN



Oscilaciones suaves en sentido horario o transversal.

MIEMBROS SUPERIORES



Desde la muñeca hacia el hombro con movimientos rápidos y controlados.

MIEMBROS INFERIORES



De distal a proximal con vibraciones suaves y rápidas.

GLÚTEOS



Oscilaciones verticales o circulares para relajación profunda.



IDEA CLAVE

La vibración es la caricia terapéutica de las manos: relaja, armoniza y devuelve equilibrio al cuerpo y a la mente.



COMBINACIÓN DE MANIOBRAS

SECUENCIAS QUE POTENCIAN RESULTADOS



BENEFICIOS

- ✓ Mejora la circulación
- ✓ Disminuye la tensión
- ✓ Optimiza el drenaje
- ✓ Relaja y recupera tejidos



INDICACIONES

- Tensión muscular
- Estrés y fatiga
- Celulitis y adiposidad
- Recuperación deportiva



CONTRAINDICACIONES

- Fiebre
- Infecciones activas
- Trombosis
- Lesiones agudas



ERRORES FRECUENTES

- Saltarse pasos
- Presión inadecuada
- Ritmo irregular
- No adaptar al paciente

PRINCIPIOS PARA COMBINAR



OBJETIVO

Definir el resultado esperado.



SECUENCIA

De lo superficial a lo profundo.



INTENSIDAD

Progresiva y adecuada.



OBSERVACIÓN

Adaptar según respuesta del paciente.



CONTINUIDAD

Ritmo, fluidez y coherencia.

SECUENCIAS EFECTIVAS

RELAJACIÓN GENERAL	REDUCTORA / REMODELANTE	DEPORTIVA	DRENANTE	RELAX ANTIESTRÉS
1  EFFLEURAGE 2  PETRISSAGE 3  FRICCIÓN LIGERA 4  VIBRACIÓN 5  EFFLEURAGE FINAL	1  EFFLEURAGE ACTIVADOR 2  FRICCIÓN PROFUNDA 3  PETRISSAGE PROFUNDO 4  FRICCIÓN CIRCULAR 5  EFFLEURAGE DRENAJE	1  EFFLEURAGE CALENTAMIENTO 2  FRICCIÓN TRANSVERSAL 3  PETRISSAGE PROFUNDO 4  TAPOTEMENT (LIGERO) 5  EFFLEURAGE RECUPERACIÓN	1  EFFLEURAGE SUAVE 2  MOVIMIENTOS CIRCULARES 3  BOMBEO SUAVE 4  VIBRACIÓN SUAVE 5  EFFLEURAGE DRENAJE	1  EFFLEURAGE LENTO 2  PETRISSAGE SUAVE 3  FRICCIÓN SUAVE 4  VIBRACIÓN ARMÓNICA 5  EFFLEURAGE FINAL
 RESULTADO Relaja, descongestiona y armoniza. 	 RESULTADO Moviliza grasa, mejora circulación y drena. 	 RESULTADO Prepara, mejora rendimiento y acelera recuperación. 	 RESULTADO Favorece el drenaje, disminuye edema. 	 RESULTADO Relaja, reduce estrés y mejora bienestar. 



IDEA CLAVE

La combinación correcta transforma una técnica en una experiencia terapéutica completa.



SECUENCIAS EFECTIVAS

RELAJACIÓN GENERAL

- 1  EFFLEURAGE
- 2  PETRISSAGE
- 3  FRICCIÓN LIGERA
- 4  VIBRACIÓN
- 5  EFFLEURAGE FINAL




RESULTADO

Relaja, descongestiona y armoniza.



REDUCTORA / REMODELANTE

- 1  EFFLEURAGE ACTIVADOR
- 2  FRICCIÓN PROFUNDA
- 3  PETRISSAGE PROFUNDO
- 4  FRICCIÓN CIRCULAR
- 5  EFFLEURAGE DRENAJE




RESULTADO

Moviliza grasa, mejora circulación y drena.



DEPORTIVA

- 1  EFFLEURAGE CALENTAMIENTO
- 2  FRICCIÓN TRANSVERSAL
- 3  PETRISSAGE PROFUNDO
- 4  TAPOTEMENT (LIGERO)
- 5  EFFLEURAGE RECUPERACIÓN




RESULTADO

Prepara, mejora rendimiento y acelera recuperación.



DRENANTE

- 1  EFFLEURAGE SUAVE
- 2  MOVIMIENTOS CIRCULARES
- 3  BOMBEO SUAVE
- 4  VIBRACIÓN SUAVE
- 5  EFFLEURAGE DRENAJE




RESULTADO

Favorece el drenaje, disminuye edema.



RELAX ANTIESTRÉS

- 1  EFFLEURAGE LENTO
- 2  PETRISSAGE SUAVE
- 3  FRICCIÓN SUAVE
- 4  VIBRACIÓN ARMÓNICA
- 5  EFFLEURAGE FINAL




RESULTADO

Relaja, reduce estrés y mejora bienestar.



SELECCIÓN DE MANIOBRAS

ELEGIR LA MANIOBRA ADECUADA PARA CADA PACIENTE



VALORAR
al paciente



IDENTIFICAR
objetivo terapéutico



EVALUAR
tejidos y respuesta



SELECCIONAR
maniobras



DOSIFICAR
intensidad y tiempo



EVALUAR Y
AJUSTAR

¿CUÁL ES EL OBJETIVO PRINCIPAL?

FACTORES DEL PACIENTE



EDAD

Niños, adultos
o adultos mayores.



CONDICIÓN MÉDICA

Patologías, cirugías,
medicación.



TEJIDOS

Tono, sensibilidad,
elasticidad, edema.



OBJETIVO TERAPÉUTICO

Relajación, drenaje,
tonificación, recuperación,
reducción de dolor, etc.



PREFERENCIAS DEL PACIENTE

Nivel de presión tolerado
y expectativas.



CONTRAINDICACIONES

Absolutas y relativas
a considerar.



RELAJACIÓN

Disminuir tensión
y estrés

¿QUÉ NECESITA
EL TEJIDO?

Relajar, calmar,
mejorar circulación

MANIOBRAS
RECOMENDADAS



EFFLEURAGE



VIBRACIÓN



DRENAJE

Eliminar líquidos
y toxinas

¿QUÉ NECESITA
EL TEJIDO?

Estimular linfa,
disminuir edema

MANIOBRAS
RECOMENDADAS



EFFLEURAGE
LENTO



BOMBEO
SUAVE



TONIFICACIÓN

Aumentar tono
muscular

¿QUÉ NECESITA
EL TEJIDO?

Estimular fibras,
activar musculatura

MANIOBRAS
RECOMENDADAS



PETRISSAGE
PROFUNDO



TAPOTEMENT
(LIGERO)



DOLOR / INFLAMACIÓN

Aliviar dolor y
disminuir inflamación

¿QUÉ NECESITA
EL TEJIDO?

Calmar, desinflamar,
mejorar circulación

MANIOBRAS
RECOMENDADAS



EFFLEURAGE
SUAVE



VIBRACIÓN
SUAVE



ADHERENCIAS / FIBROSIS

Romper adherencias
y mejorar movilidad

¿QUÉ NECESITA
EL TEJIDO?

Movilizar, romper
adherencias

MANIOBRAS
RECOMENDADAS



FRICCIÓN
PROFUNDA



PETRISSAGE
PROFUNDO



PRE / POST EJERCICIO

Preparar o recuperar
el tejido

¿QUÉ NECESITA
EL TEJIDO?

Activar o recuperar,
disminuir fatiga

MANIOBRAS
RECOMENDADAS



EFFLEURAGE
RÁPIDO



TAPOTEMENT
(LIGERO)



REGLA
DE ORO



Observa y escucha
al paciente



Piensa en el
objetivo



Elige la maniobra
correcta



Aplica con la dosis
adecuada



Evalúa y
ajusta siempre

ERRORES FRECUENTES EN LA TERAPIA MANUAL

Pequeños errores pueden disminuir la eficacia y comprometer la seguridad del tratamiento.



PRESIÓN EXCESIVA

Provoca dolor, defensa muscular y lesiones.



RITMO IRREGULAR

Genera incomodidad y disminuye la efectividad.



MALA ERGONOMÍA

Sobrecarga, fatiga y riesgo de lesión para el terapeuta.



PERDER ERGONTACTO

Interrumpe el flujo terapéutico y genera incomodidad.



IGNORAR AL PACIENTE

No evaluar ni escuchar reduce la seguridad y los resultados.



MISMA TÉCNICA PARA TODOS

No considera diferencias individuales ni objetivos terapéuticos.



PRESIÓN PROGRESIVA

Ajustada al tejido y a la respuesta del paciente.



MOVIMIENTO CONSTANTE

Ritmo armónico que favorece la respuesta fisiológica.



POSTURA CORRECTA

Alineación corporal que protege y mejora el rendimiento.



CONTACTO CONTINUO

Mantiene el flujo de la maniobra y la efectividad.



REEVALUACIÓN CONSTANTE

Observa, pregunta y adapta según la respuesta del paciente.



TRATAMIENTO PERSONALIZADO

Adecúa técnicas, intensidad y objetivos a cada paciente.



IDEA CLAVE

La calidad de una sesión depende tanto de **evitar errores** como de **ejecutar correctamente** cada maniobra.





DATOS DEL PACIENTE

Edad / Sexo: 34 años / Femenino

Ocupación: Profesora

Motivo de consulta:
Dolor y tensión en cuello, hombros y espalda alta desde hace 2 semanas.

Antecedentes relevantes:
Sin patologías crónicas.
No cirugías previas.

Medicación: Ninguna.



ALGORITMO DE DECISIÓN CLÍNICA



¿QUÉ OBSERVAS?

¿Qué hallazgos son más relevantes?



¿EXISTEN CONTRAINDICACIONES?

¿Hay algún riesgo que deba considerar?



¿CUÁL ES EL OBJETIVO?

¿Qué desea lograr la paciente con el tratamiento?



¿QUÉ MANIOBRAS ELEGIRÍAS?

¿Cuáles son las más adecuadas para este caso?



¿CÓMO LAS COMBINARÍAS?

¿En qué secuencia y con qué intensidad?

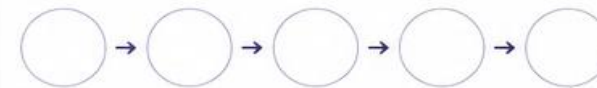


¿CÓMO EVALUARÍAS LA RESPUESTA?

¿Qué indicadores usarás para medir la efectividad?

DISEÑA TU PLAN DE TRATAMIENTO

SECUENCIA PROPUESTA



MANIOBRAS SELECCIONADAS



INTENSIDAD



DURACIÓN TOTAL ESTIMADA

_____ min

ZONAS A TRABAJAR



MEDIOS Y RECURSOS



RECUERDA

Cada paciente es único.
Tu evaluación y criterio
guían tu tratamiento.



HALLAZGOS DE LA VALORACIÓN



Tono muscular
Aumentado en trapecios y paravertebrales cervicales.



Movilidad
Limitada a la rotación cervical bilateral.



Dolor
4/10 EVA al movimiento y palpación.



Tejidos
Sin signos de edema ni inflamación.



Piel
Íntegra, hidratada, sin alteraciones.



Estado general
Estable.



OBJETIVO TERAPÉUTICO

Disminuir tensión muscular, mejorar movilidad cervical y promover relajación general.



RESULTADO ESPERADO

Paciente con menor tensión, mayor movilidad y sensación de bienestar.

INDICADORES DE MEJORA



Disminución del dolor (EVA)



Mayor rango de movimiento



Menor tono muscular



Relajación y bienestar percibidos



ALGORITMO DE APLICACIÓN DE LA TERAPIA MANUAL



IDEA CLAVE

Evaluar, planificar, aplicar, reevaluar y ajustar.
Así se logra un tratamiento manual seguro, efectivo y personalizado.





PRECAUCIONES DE LA TERAPIA MANUAL



Situaciones que requieren **adaptación** de la técnica, del estímulo o del área de tratamiento para garantizar la **seguridad del paciente**.



ESTADO GENERAL COMPROMETIDO

Fiebre, fatiga extrema, debilidad, enfermedades agudas o descompensadas. Evaluar y, si es necesario, reprogramar el tratamiento.

- **Acción:** Valorar condición clínica antes de iniciar.



ALTERACIONES DE LA PIEL

Heridas abiertas, infecciones, dermatitis, quemaduras, erupciones o lesiones cutáneas.

- **Acción:** Evitar la zona afectada y derivar si es necesario.



ALTERACIONES DE LA COAGULACIÓN

Tendencia a sangrado, uso de anticoagulantes, plaquetopenia u otros trastornos hematológicos.

- **Acción:** Usar presiones suaves, evitar maniobras profundas o fricción intensa.



PATOLOGÍA MUSCULOESQUELÉTICA

Fracturas recientes, lesiones ligamentarias, hernias discales sintomáticas, osteoporosis no controlada.

- **Acción:** Adaptar la técnica y evitar maniobras de alto riesgo.



ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Hipertensión no controlada, insuficiencia cardíaca, arritmias inestables, trombosis recientes.

- **Acción:** Usar técnicas suaves, evitar posiciones que aumenten la carga circulatoria.



EMBARAZO

Adaptar el tratamiento según el trimestre y evitar zonas y posiciones no seguras.

- **Acción:** Priorizar técnicas suaves y posición cómoda y segura.



PARA RECORDAR



La precaución no limita el tratamiento, lo hace más **seguro** y efectivo.

Siempre evalúa, adapta y comunica con el paciente.



IDEA CLAVE

La valoración constante y la adaptación de la técnica son esenciales para prevenir complicaciones y obtener resultados óptimos.





CONTRAINDICACIONES DE LA TERAPIA MANUAL

Situaciones en las que la terapia manual puede ser perjudicial o aumentar el riesgo de complicaciones.

ABSOLUTAS

No realizar terapia manual.
Riesgo alto para el paciente.



INFECCIONES AGUDAS

Fiebre, sepsis, tuberculosis activa, infecciones bacterianas no tratadas.



ENFERMEDADES ONCOLÓGICAS

Tumores malignos activos o metástasis óseas conocidas.



TROMBOSIS Y RIESGO TROMBOEMBÓLICO

Trombosis venosa profunda, tromboflebitis aguda, embolia pulmonar reciente.



FRACTURAS INESTABLES O RECIENTES

Hasta completar el proceso de consolidación y con autorización médica.



INSUFICIENCIA CARDÍACA DESCOMPENSADA

Riesgo de sobrecarga circulatoria y complicaciones.

RELATIVAS

Requieren evaluación y adaptación de la técnica.



FIEBRE O ENFERMEDAD AGUDA

Resfriados, gripe, procesos inflamatorios sistémicos.



HIPERTENSIÓN NO CONTROLADA

Riesgo de elevación adicional de la presión arterial.



TRASTORNOS DE LA COAGULACIÓN

Hemofilia, uso de anticoagulantes, plaquetopenia.



EMBARAZO

Especialmente primer trimestre y zonas específicas del abdomen.



PATOLOGÍAS NEUROLÓGICAS

Neuropatías severas, esclerosis múltiple en fase aguda.

LOCALES

Evitar la técnica en el área afectada.



HERIDAS ABIERTAS

Cortes, úlceras, quemaduras.



AFECCIONES CUTÁNEAS

Dermatitis, psoriasis activa, infecciones cutáneas.



HEMATOMAS RECIENTES

Contusiones o equimosis no resueltas.



VÁRICES INFLAMADAS

Flebitis superficial, varices dolorosas o trombosadas.



CICATRICES RECIENTES

Hasta completar el proceso de cicatrización y con autorización.



RECUERDA

- ✓ La seguridad del paciente es la prioridad principal.
- ✓ Evalúa siempre la historia clínica, estados actuales y factores de riesgo.
- ✓ Cuando exista duda, consulta con el profesional tratante.
- ✓ Adapta la técnica, la intensidad y la zona de tratamiento.
- ✓ El consentimiento informado es fundamental.



IDEA CLAVE

Conocer y respetar las contraindicaciones protege al paciente y garantiza un tratamiento seguro, ético y efectivo.



CONCLUSIONES

5 IDEAS QUE TODO PROFESIONAL DEBE RECORDAR



VALORAR ANTES DE TRATAR

Una evaluación completa guía cada decisión terapéutica y garantiza seguridad.



TERAPIA MANUAL

Ciencia, técnica
y criterio clínico



INDIVIDUALIZAR CADA SESIÓN

Cada paciente es único. Adaptar el tratamiento a sus necesidades y respuesta.



DOSIFICAR CORRECTAMENTE

La intensidad, ritmo y duración del estímulo determinan la respuesta de los tejidos.



REEVALUAR CONTINUAMENTE

Observar, preguntar y adaptar el tratamiento asegura efectividad y bienestar.



COMBINAR CON CRITERIO

Integrar las maniobras en una secuencia lógica potencia los resultados terapéuticos.



LA TERAPIA MANUAL NO ES SOLO TÉCNICA,
ES RESPETO, OBSERVACIÓN Y CONEXIÓN CON EL PACIENTE.



EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS

¿Qué habilidades has desarrollado en esta unidad?

COMPETENCIAS QUE DEBES ALCANZAR



RECONOCE
las indicaciones y
contraindicaciones.



Evalúa la seguridad
del paciente antes
de tratar.



IDENTIFICA
las maniobras fundamentales
de la terapia manual.



Diferencia cada
maniobra y su
finalidad.



EJECUTA
correctamente cada
maniobra.



Aplica técnica,
ritmo e intensidad
adecuada.



SELECCIONA
la maniobra adecuada
según el objetivo
terapéutico.



Elige la técnica
más efectiva para
cada situación.



INTEGRA
las maniobras en una sesión
segura y personalizada.



Combina técnicas
según la evaluación
y respuesta del
paciente.



RECUERDA

La práctica, la observación y el criterio clínico
transforman la teoría en resultados terapéuticos.



Cada sesión es una oportunidad
para crecer como profesional.

AUTOEVALUACIÓN



Necesito
reforzar



En
proceso



Lo
logré



“ Toda terapia manual moviliza los tejidos,
pero **no toda terapia manual** moviliza
el sistema linfático. ”

UN PUENTE HACIA UNA TÉCNICA ESPECIALIZADA



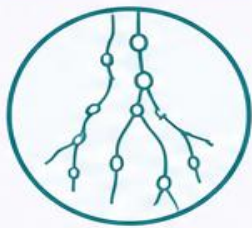
**TERAPIA MANUAL
GENERAL**

Moviliza y prepara
los tejidos.



**SISTEMA
CIRCULATORIO**

Transporta sangre y
nutrientes a los tejidos.



**SISTEMA
LYMFÁTICO**

Drena líquidos, elimina
desechos y fortalece
defensas.



**DRENAJE LYMFÁTICO
MANUAL**

Técnica precisa y delicada
que optimiza el flujo
linfático.

Más conocimiento, más precisión, mejores resultados.



En la siguiente unidad aprenderemos una de las
técnicas manuales más precisas y delicadas de la práctica clínica:
..... *el drenaje linfático manual.*

