

## EFFECTIVIDAD DEL PROTOCOLO DE HOMBRO DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO VIRGEN MACARENA EN LA CAPSULITIS ADHESIVA DE HOMBRO

“II Jornadas Internacionales de Investigación en Educación y Salud”

Autores: Beatriz López Aguilar, Julio Olivares Baez, Macarena Muñoz González –Fisioterapeutas- SAS.

Email de contacto: beaphysio@hotmail.com

### INTRODUCCIÓN

La capsulitis adhesiva consiste en la inflamación de la cápsula articular, cuya etiología es incierta y que se caracteriza por una pérdida progresiva de la movilidad pasiva y activa del hombro, rigidez articular y dolor. El tratamiento con cinesiterapia ayuda a una pronta recuperación de la movilidad funcional.

### OBJETIVOS

El objetivo básico era mejorar la movilidad funcional del hombro a través del protocolo de ejercicios implantado en el Hospital Universitario Virgen Macarena, que selecciona una batería de ejercicios suaves que incrementan el rango articular con menor dolor.

### MATERIAL Y MÉTODOS

Se selecciona una muestra de 10 pacientes, que acuden al servicio de fisioterapia del Hospital Universitario Virgen Macarena, diagnosticados de capsulitis adhesiva de hombro. Se valora el rango articular con goniometría, el dolor con la escala analógica visual (EVA) y la fuerza muscular a través de la escala de Daniels.

### RESULTADOS

Tras dos meses de intervención, los pacientes presentaron menor debilidad en las extremidades superiores, mejoraron el balance articular y no presentaron dificultad al realizar actividades cotidianas ( ducharse, peinarse, vestirse, etc.).

Hubo una variabilidad considerable en los parámetros de balance articular sobretodo, ya que los valores goniométricos basales variaban de un paciente a otro. Algunos pacientes presentaban limitados los últimos 20° de movilidad en casi todos los arcos destacando las rotaciones. Fue en estos donde la efectividad del protocolo fue menor, consiguiendo un aumento de un 5-10° de movilidad articular mayor al estado inicial tras terminar la intervención. En el resto de pacientes, se llegó a conseguir una mejora de entre 30-60° en los movimientos de flexión y abducción.

En la escala EVA la media del dolor pre-tratamiento de la muestra tuvo un valor de 4,7 (algo fuerte) y acabó tras el tratamiento con una media de 2,7 (moderado), lo que indica que hubo una mejoría en el dolor articular. Finalmente, la fuerza muscular deltoidea presentaba un valor de +3 en la escala Daniels (contracción contra gravedad) mejoró considerablemente llegando a obtener un valor de +4/5 (contracción contra resistencia ejercida al movimiento activo).



-Figura 1-. ALGUNOS EJERCICIOS INCLUIDOS EN EL PROTOCOLO DE HOMBRO

### CONCLUSIONES

En este trabajo se aborda la realización de un protocolo de ejercicios destinados a la recuperación funcional de la capsulitis de hombro, con la finalidad de incrementar la movilidad. De este modo favorecemos la salud y la calidad de vida de los pacientes que padecen esta patología.

### BIBLIOGRAFÍA

1. Jain TK, Sharma NK. [The effectiveness of physiotherapeutic interventions in treatment of frozen shoulder/adhesive capsulitis: a systematic review](#). J Back Musculoskelet Rehabil. 2014;27(3):247-73.
2. Ibrahim M, Donatelli R, Hellman M, Echternach J. [Efficacy of a static progressive stretch device as an adjunct to physical therapy in treating adhesive capsulitis of the shoulder: a prospective, randomised study](#). Physiotherapy. 2014 Sep;100(3):228-34.
3. Koh PS, Seo BK, Cho NS, Park HS, Park DS, Baek YH. [Clinical effectiveness of bee venom acupuncture and physiotherapy in the treatment of adhesive capsulitis: a randomized controlled trial](#). J Shoulder Elbow Surg. 2013 Aug;22(8):1053-62