

ÍNDICE

PRÓLOGO	9
I. EVALUACIÓN DE LA CABEZA Y DEL CUELLO	11
Generalidades sobre la cabeza y el tronco	11
<i>Morfología de la cabeza y del cuello</i>	13
Incidencias kinesioterapéuticas de la evolución de la cabeza y del cuello	13
Situación	13
Organización	14
Abordaje kinesioterapéutico	16
<i>Morfología del tórax</i>	19
Incidencias kinesioterapéuticas de la evolución del tórax	19
Situación	19
Organización	19
Abordaje kinesioterapéutico	20
<i>Morfología lumboabdominal</i>	21
Incidencias kinesioterapéuticas de la evolución abdominolumbopelviana	21
Situación	21
Organización	21
Abordaje kinesioterapéutico	23
<i>Morfología pelviana</i>	24
Introducción	24
Incidencias kinesioterapéuticas de la evolución pelviana	25
Situación	25
Organización	25
Abordaje kinesioterapéutico	26
Palpación	27
<i>Palpación cutánea</i>	27
Palpación craneofacial	27
Palpación del cuello	27
Palpación dorsotorácica	28
Palpación lumboabdominal	29
Palpación pelviana	29
<i>Palpación ósea</i>	30
Palpación craneocervical	30

Palpación del cuello	32
Palpación dorsotorácica	35
Palpación lumboabdominal	36
Palpación pelviana	38
<i>Palpación muscular</i>	39
Palpación de los músculos de la región cervical	39
Palpación de los músculos posteriores del tronco	43
Palpación de los músculos anteriores del tórax	46
Palpación de los músculos abdominales	49
<i>Palpación ligamentaria</i>	53
Ligamentos de la región cervical	53
Ligamentos dorsoescapulares	53
Ligamentos de la cintura pelviana	53
Aponeurosis del abdomen	53
Examen de la estática	57
<i>Condiciones del examen</i>	57
<i>Examen en el plano frontal</i>	57
Examen de espaldas	59
Examen de frente	63
Examen del plano sagital	63
Organización del raquis	65
<i>Auxiliares técnicos del examen estático</i>	68
Examen dinámico	72
<i>Examen articular cualitativo</i>	72
Examen de la cabeza	72
Examen del cuello	73
Examen de la región dorsotorácica	74
Examen de la región lumbar	76
<i>Examen articular cuantitativo</i>	78
Examen de la cabeza	78
Examen del cuello	78
Examen del tronco	83
Examen de la extensibilidad	91
<i>Medida de la extensibilidad de los músculos del cuello</i>	91
<i>Medida de la extensibilidad de los músculos del tronco</i>	91
Examen funcional	97
Examen funcional cervical	97
Examen funcional dorsotorácicorrespiratorio	100
Examen funcional abdominal	101
Pruebas de estabilidad del raquis	104
Pruebas de equilibrio del raquis	106
2. KINESIOTERAPIA PASIVA	110
<i>Introducción</i>	110
<i>Movilizaciones temporomandibulares</i>	110
<i>Movilizaciones cervicales</i>	114
Movilizaciones globales	114
Movilizaciones analíticas	118
<i>Movilizaciones dorsotorácicas</i>	123
Movilizaciones vertebrales	123
Movilizaciones costovertebrales	128
Movilizaciones globales	129
<i>Movilizaciones lumbares</i>	131
Movilizaciones globales	131
Movilizaciones localizadas	138

Movilizaciones autopasivas	139
Movilizaciones combinadas	140
Posturas	141
<i>Movilizaciones sacroilíacas</i>	142
3. KINESIOTERAPIA ACTIVA	144
<i>Introducción</i>	144
<i>Organización motora del tronco y del raquis cervical</i>	145
Raquis cervical	145
Movimientos efectuados en el plano anteroposterior	145
Movimientos de rotación-inclinación	146
<i>Técnicas activas de los músculos del raquis cervical</i>	146
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la flexión</i>	146
Ejercicios en cadena facilitadora a partir del tronco	146
Ejercicios selectivos	149
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros inferiores	150
Ejercicios en cadena facilitadora a partir de los miembros superiores	151
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la extensión</i>	152
Ejercicios en cadena facilitadora a partir del tronco	153
Ejercicios selectivos	155
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros inferiores	156
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores	157
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la traslación anterior</i>	157
Ejercicios en cadena facilitadora a partir del tronco	157
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores	158
Ejercicios selectivos	159
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la traslación posterior</i>	159
Ejercicios en cadena facilitadora a partir del tronco	160
Ejercicios en cadena facilitadora a partir del miembro inferior	161
Ejercicios en cadena facilitadora a partir del miembro superior	161
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la inclinación y la rotación</i>	161
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir del tronco	162
Ejercicios selectivos	169
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores	170
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros inferiores	170
Raquis dorsolumbar	176
<i>Técnicas activas de los músculos del raquis dorsolumbar</i>	177
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la flexión</i>	177
Ejercicios en cadena facilitadora a partir de la cabeza	177
Ejercicios selectivos	178
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros inferiores	178
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores	182
Ejercicios en cadena facilitadora a partir de una sollicitación doble	184
Ejercicios realizados a partir de la respiración	185
Ejercicios con aparatos	186
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la extensión</i>	187
Ejercicios en cadena facilitadora a partir de la cabeza	188
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores	191
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros inferiores	194
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de una doble sollicitación	195
Ejercicio de la cadena de alargamiento	196
<i>Trabajo de los músculos que efectúan la inclinación y la rotación</i>	197
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir del tronco o del cuello	198
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores	205
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores y del cuello	214

8 ÍNDICE

Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros inferiores	216
Ejercicios en cadenas facilitadoras a partir de los miembros superiores e inferiores ...	222
El cajón abdominal	224
Técnicas activas de los músculos que participan en el cajón abdominal	224
<i>Ejercicios de sollicitación del conjunto de los músculos del cajón abdominal</i>	<i>224</i>
<i>Ejercicios en sollicitación de una parte de los músculos del cajón abdominal</i>	<i>226</i>
LECTURAS COMPLEMENTARIAS	229
ÍNDICE ANALÍTICO	231