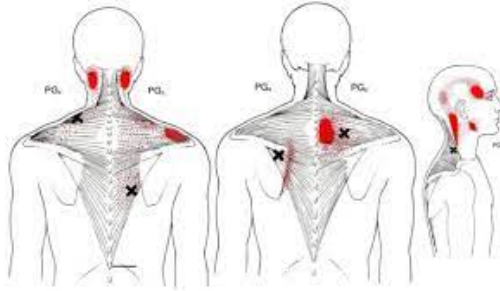
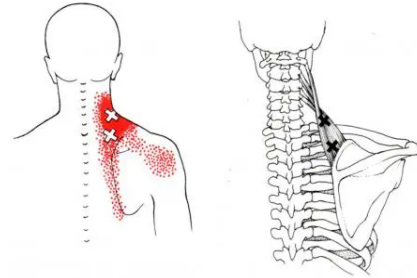


CERVICALGIAS

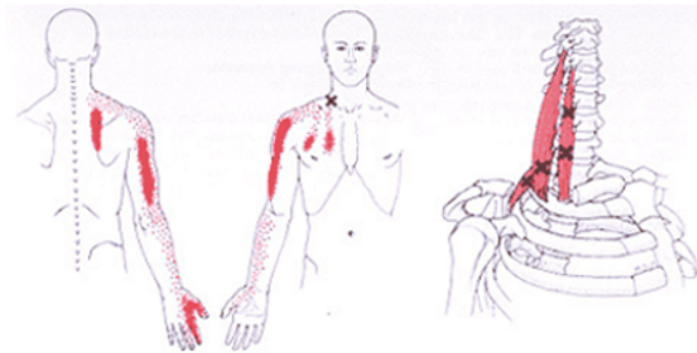
Trapezio



Elevador de la escápula

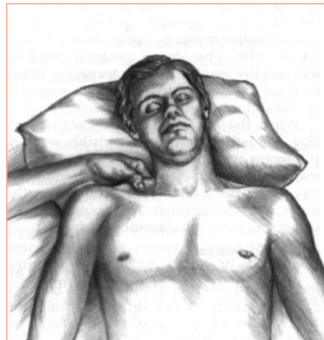


Escalenos



(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)

Maniobras de evaluación del trapecio



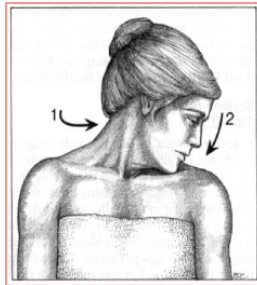
(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)

Maniobras de evaluación del elevador de la escápula



Maniobras de evaluación de los escalenos

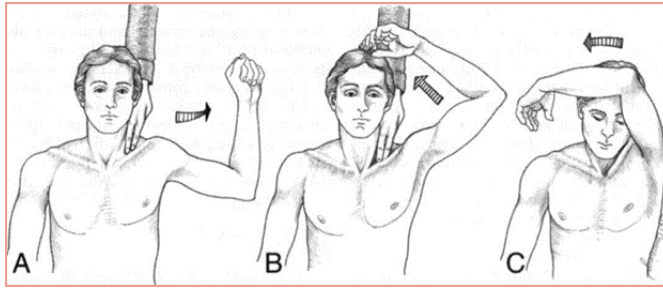
1. **Test del calambre de los escalenos** (activa el dolor de los puntos gatillos).
Para evaluar los escalenos izquierdos, la cabeza rota hacia la izquierda, el mentón se hunde en la fosa supraclavicular. Esta postura genera dolor local e irradiado.



(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)

2. **Test de alivio de los escalenos**

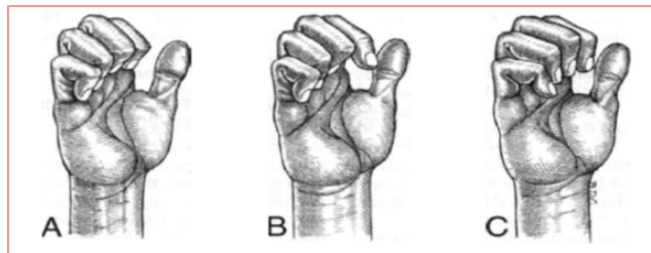
La activación de los puntos gatillos de los escalenos eleva la primera costilla y se comprimen los nervios del plexo braquial. El paciente eleva el antebrazo por delante de la frente, mientras eleva el hombro y tira de él hacia adelante, logrando despegar la clavícula y aliviando la compresión. El examinador con los dedos puede demostrar como se agranda dicho espacio. La radiculopatía cervical no cambia con esta maniobra.



(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)

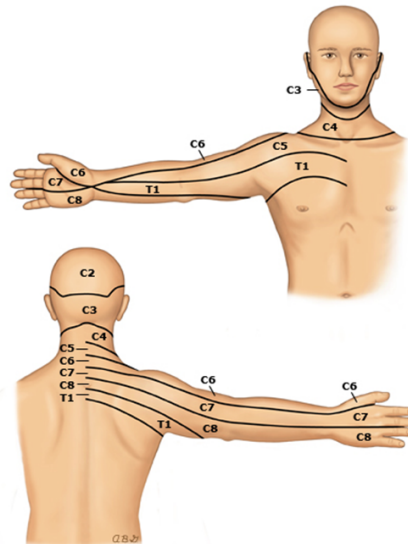
3. Test de flexión de los dedos

En condición normal podemos tocar las almohadillas de la palma de la mano en las articulaciones metacarpofalángicas. En la activación de los puntos gatillos no se llega a palpar dichas almohadillas.



(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)

En los casos donde la cervicalgia se asocie a la presencia de **parestesias o debilidad** de los miembros superiores el profesional debe distinguir si el cuadro se produce por el compromiso de una raíz de la columna cervical, con relación al dermatoma afectado.



Maniobras de elongación de trapecio

Considerando la elongación del trapecio izquierdo como ejemplo: consiste de tres componentes:

1. Flexión lateral hacia derecha.
2. Rotación del mentón 45° hacia la izquierda.
3. Descenso del hombro izquierdo.

Para intentar la elongación se flexiona hacia derecha, se rota 45° a la izquierda, mientras con el otro extremo se intenta descender el hombro.

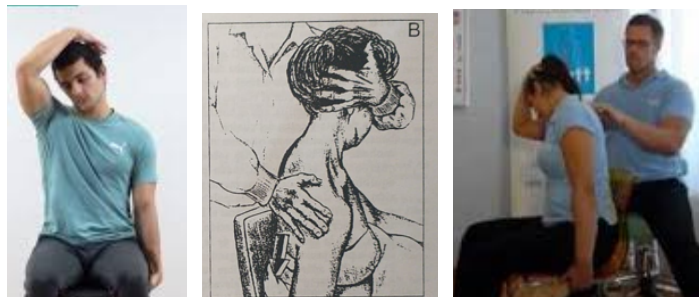


(imágenes de Fisioonline, <https://www.youtube.com/watch?v=E-S668PJIOU>)

Maniobras de elongación del elevador de la escápula

Considerando el músculo del lado derecho como ejemplo:

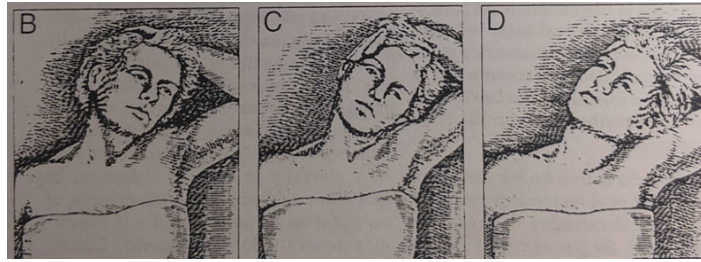
1. Rotación del cuello a la izquierda
2. Flexión anterior
3. Flexión lateral a la izquierda
4. Descenso del hombro derecho



(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)

(imágenes de https://www.youtube.com/watch?v=zkb_btHFtKA y <https://www.youtube.com/watch?v=Y4vpeTDvqXs>)

Maniobras de elongación de los escalenos

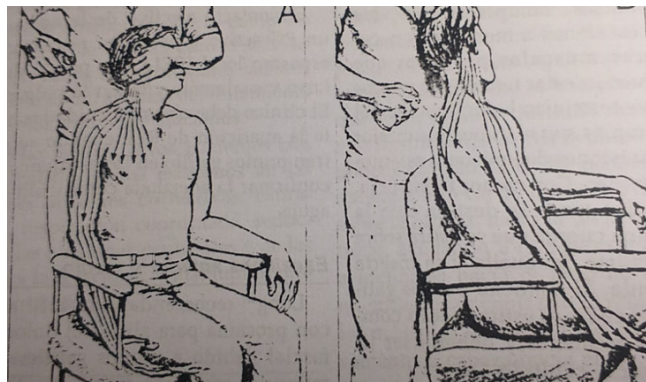
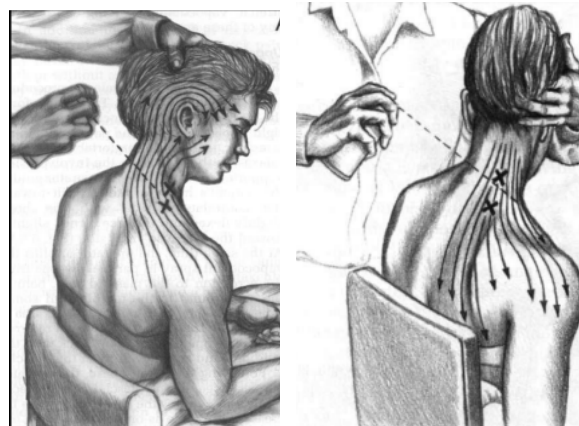


(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)

Elongación de escalenos derechos (como en la foto):

- Todas las maniobras se practican colocando la mano derecha bajo los glúteos. La mano izquierda toma la oreja derecha e inclina la cabeza hacia la izquierda.
- B. Cuando además se gira la cabeza hacia la izquierda, se estira el escaleno posterior.
- C. Si se practica mirando al frente, se elonga el escaleno medio.
- D. Si se rota la cabeza hacia el lado afectado se elonga el escaleno anterior.

Colocación del frío en spray para afecciones del trapecio, elevador de la escápula y escalenos respectivamente.



(Travell y Simons, segunda edición, 2002. Panamericana)