

Valoración músculo-tendinosa



Generalidades



Análisis completo

La valoración musculotendinosa analiza la función, fuerza, integridad, y rendimiento muscular y tendinoso.



Detección de lesiones

Permite detectar: debilidad, acortamientos, puntos dolorosos, roturas parciales o completas y lesiones tendinosas.



Planificación terapéutica

Es fundamental para el diagnóstico funcional y la planificación del tratamiento fisioterapéutico.

Valoración muscular

Inspección y observación

Postura, trofismo muscular, simetría, atrofas o hipertrofias.

Palpación

- Consistencia del vientre muscular.
- Dolor a la palpación, puntos gatillo.
- Continuidad del tendón, presencia de engrosamientos o defectos.

Movilización pasiva

- Evalúa extensibilidad y elasticidad.
- Identifica contracturas o rigideces.

Pruebas funcionales

- Contracción isométrica, isotónica, excéntrica.
- Capacidad de mantener la contracción.
- Aparición de dolor, fatiga o compensaciones.



Balance muscular manual

Valoración de fuerza muscular (Ej, Test de Daniels y Worthingham)

Escala de 0 a 5:

0

0: ausencia de contracción



2: movimiento completo sin gravedad



4: movimiento completo contra gravedad + resistencia moderada

1

1: contracción palpable, sin movimiento



3: movimiento completo contra gravedad



5: fuerza normal, movimiento completo contra gravedad + resistencia máxima

Valoración de extensibilidad muscular

Pruebas de longitud muscular específicas:

Isquiotibiales

elevación de pierna recta



Recto femoral

prueba de Ely



Psoas-ilíaco

prueba de Thomas



Tríceps sural

flexión dorsal con rodilla extendida



Detecta retracciones, acortamientos y limitaciones de rango.

Valoración tendinosa

- **Palpación directa:** continuidad, grosor, nodularidad.
- **Pruebas de provocación de dolor:**
 - Maniobra de Mills(epicondilitis lateral).
 - Maniobra de Finkelstein (tenosinovitis de De Quervain).
 - Test de Thompson (ruptura del tendón de Aquiles).
- **Signos indirectos:** derrame local, crepitación, inflamación.

Posibles hallazgos

Dolor localizado o irradiado

Debilidad muscular o pérdida de fuerza

Acortamiento o retracción muscular

Espasmos, contracturas o puntos gatillo

Lesiones tendinosas parciales o completas

Alteración de la elasticidad o del tono



Conclusiones

- La valoración musculotendinosa es fundamental para identificar lesiones musculares y tendinosas.
- Permite establecer un diagnóstico funcional, determinar la gravedad y guiar la fisioterapia.
- Una correcta combinación de inspección, palpación, pruebas de fuerza y extensibilidad garantiza una evaluación integral.