

# **EFFECTIVIDAD DE LA TÉCNICA DE KLAPP PARA LA REHABILITACIÓN DE LA HIPERLORDOSIS LUMBAR GENERADA EN LAS MADRES GESTANTES ENTRE LOS 16 Y 35 AÑOS DE EDAD QUE ASISTEN AL PROGRAMA DE PSICOPROFILAXIS DEL HOSPITAL SANTA MARGARITA DEL MUNICIPIO DE COPACABANA.**

**ANDREA HERRERA GONZALEZ, GLORIA RAMIREZ MEDINA FUNDACION UNIVERSITARIA MARIA CANO**

## **RESUMEN**

Se realizó una investigación de tipo descriptivo y experimental, de la técnica de klapp a 14 madres gestantes entre los 16 y 35 años de edad que asisten al programa de psicoprofilaxis del hospital santa margarita del municipio de Copacabana durante el primer semestre del 2006; para comprobar su efectividad en la rehabilitación de la hiperlordosis lumbar generada por el embarazo. Se desarrollo una evaluación postural y una encuesta inicial y final arrojando como resultado en la aplicación de la técnica que el 40% de las pacientes les disminuyo el dolor en la zona lumbar, el 60% de las pacientes evaluadas y encuestadas el dolor persiste, donde las pacientes que presentan dolor en la zona lumbar 90% es constante y 100% su dolor disminuye en la posición bípeda y sedente. La técnica de klapp es un método que tiene influencia sobre los espinales y ligamentos de la columna, se emplea para estirar y fortalecer tales músculos.

**Palabras claves:** Klapp, hiperlordosis, psicoprofilaxis, embarazo.

## **INTRODUCCION**

El embarazo es un estado en el cual se generan muchos cambios en la mujer que abarcan tanto el aspecto físico como el psicológico y social, afectando su personalidad y su imagen corporal, al ser la hiperlordosis lumbar uno de los factores que mas molestias genera en las madres gestantes se ha decidido hacer una propuesta de intervención fisioterapéutica aplicando la técnica de klapp en las madres gestantes entre los 16 y 35 años de edad que asisten al programa de psicoprofilaxis del hospital santa margarita del municipio de

Copacabana, para obtener los beneficios de dicho tratamiento y disminuir los efectos negativos y las contrariedades generadas por dicha patología, lo que permitirá un mejor desarrollo del embarazo y una mejor labor en el momento del parto.

Se ha comprobado que aproximadamente un 50 a 90% de las mujeres<sup>1</sup> embarazadas padecen dolor en la zona lumbar o ciática a causa de la hiperlordosis generada por los cambios anatómicos que sufren su columna vertebral durante el proceso de embarazo, de ellas hasta un 15% presenta severas molestias que alteran considerablemente su funcionalidad. Lamentablemente existe la equivocada creencia que estas molestias son "parte del proceso" o "normales" obviando la posibilidad de mejorar, en todo o en parte, la calidad de vida de la mujer embarazada.

En la inmensa mayoría de los casos el dolor surge como consecuencia de la contractura de la musculatura de la espalda, solo excepcionalmente el dolor es consecuencia de una alteración orgánica de la columna vertebral, es por esto que se ha decidido implementar la técnica de klapp que trabaja para comprobar la efectividad que tiene aplicada a dicha patología.

En el siguiente trabajo se desarrollara un completo análisis sobre la eficacia de la técnica de klapp para la rehabilitación de la hiperlordosis lumbar generada en madres gestantes entre los 16 y 35 años que asisten al programa de psicoprofilaxis del hospital santa margarita del municipio de Copacabana, por medio de una intervención fisioterapéutica, analizando causas y efectos de la hiperlordosis lumbar durante el embarazo, como aplicar la técnica de Klapp para rehabilitación de la misma y por ultimo análisis los resultados obtenidos.

---

<sup>1</sup> [www.iqf.com](http://www.iqf.com)  
[www.espalda.org.com](http://www.espalda.org.com)

## **METODO**

Para demostrar la efectividad de la técnica de Klapp se realizó una investigación de tipo descriptiva y experimental durante el primer semestre del 2006; además se realizó una evaluación postural y una encuesta al inicio y al final del tratamiento a 14 madres gestantes entre los 16 y 35 años que asisten al programa de psicoprofilaxis del hospital Santa Margarita del municipio de Copacabana.

La importancia de este trabajo de investigación radica en que por medio de una intervención fisioterapéutica, analizando causas y efectos de la hiperlordosis lumbar durante el embarazo, como aplicar la técnica de Klapp para rehabilitación de la misma y por último análisis los resultados obtenidos.

## **RESULTADOS**

A 4 de las pacientes (40%) sí les ha disminuido el dolor, a las otras 6 (60%) no. Para 4 de las pacientes el dolor se clasifica en 5; para 3 pacientes el dolor está en 3; para 2 de las pacientes el dolor está en 2 y para una se encuentra en 1. Para 6 de las pacientes (60%) el dolor continúa igual, y para las cuatro restantes (40%) se ha mejorado. Para 9 pacientes (90%) el dolor es constante y para 1 (10%) es intermitente. Para todas las pacientes el dolor sigue aumentando cuando están acostadas. Para todas las pacientes el dolor sigue disminuyendo cuando están de pie. Todas las pacientes calificaron en 5 (el más alto) los ejercicios de psicoprofilaxis. Todas las pacientes piensan que éstos ejercicios sí son importantes para mejorar la salud. Todas las pacientes recomendarían estos ejercicios a otra persona.

Durante la evaluación inicial y final no se observan cambios, por lo cual no presenta ninguna variación. 5 pacientes tenían la cabeza alineada, 2 en anteropulsión, 2 con inclinación a la izquierda, 1 con inclinación derecha y ninguna presentó retropulsión. 5 pacientes tenían los hombros caídos a la izquierda, 2 caídos a la derecha y 3 los tenían alineados. Todas las pacientes presentan hiperlordosis, y 2 de ellas tienen cifosis dorsal. Todas las pacientes presentaban valgo bilateral y ninguna presentó alguno de los otros parámetros.

Todas las pacientes presentaban anteversión; de éstas 10, 8 tenían la pelvis nivelada y 2 presentaban la pelvis caída: 1 a la derecha y 1 a la izquierda. 6 pacientes tenían recurvatum bilateral y 1 lo tenía unilateral; 2 pacientes presentaban genuvaro bilateral y 1 genuvalgo bilateral y ninguna presentó torsión tibial. De las 10 pacientes 1 tenía pie cavo bilateral y 1 pie plano bilateral.

## **DISCUSION**

En el estudio realizado, se reconoce la técnica de klapp como tratamiento para la escoliosis la cual es una patología de la bipedestación. Por eso desarrolla un sistema de trabajo en descarga de la columna vertebral; se compone de una serie de posturas y de movimientos en cuadrupedia.

Las teorías de klapp, según las cuales la posición de cuadrupedia constituye un factor favorable para tratar desviaciones del raquis, al evitar la actuación de la fuerza de la gravedad como fuerza axial sobre el mismo. Constituyen una serie de ejercicios que se realizan en posición básica de gateo, con una postura inicial variable según sea la altura de la desviación, pueden ser ejercicios simétricos, pero frecuentemente se trata de ejercicios, segmentarios, asimétricos y correctores de la deformidad. Además de estos ejercicios, se preconizan los de desplazamiento en gateo hacia la derecha o izquierda, según la desviación que se pretenda corregir; es decir, los ejercicios que propone klapp es una serie de posiciones estáticas y progresivas que buscan rehabilitar no solo la escoliosis transversal y longitudinal sino también corregir otras deformidades del raquis como la hipercifosis, espalda plana e hiperlordosis.

El estudio preliminar del tratamiento del dolor en la zona lumbar generada por hiperlordosis generada por el embarazo, se demostró que los pacientes no mejoraron según su apreciación subjetiva, dado a la misma inconstancia en la asistencia y compromiso con el programa de psicoprofilaxis.

## **CONCLUSION**

No se pudo demostrar la efectividad de la técnica de klapp para la rehabilitación de la hiperlordosis lumbar de las madres gestantes entre los 16 y 35 años que asisten al programa de psicoporfilaxis del hospital santa margarita del municipio de Copacabana.

Se pudo concluir también que la asistencia al programa y el tiempo de tratamiento no son los adecuados lo que dificulta comprobar la efectividad de la técnica.

La falta de compromiso y la falta de concientización por parte de las madres con su higiene postural dificultan que se pueda desarrollar de manera óptima un plan de tratamiento y por lo tanto lograr un buen resultado.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

BUTINA, Carmen. Embarazo primera infancia y pubertad: Etapas del embarazo Cuarta edición. México: CEAC, 1991. 322 p. ISBN: 966-7278-19-3

GERD, Boger. KERSTIN, Hoppe. FREDICHS, Moller. Fisioterapia para ortopedia y reumatología: Enfermedades de la columna vertebral. Primera Edición. Barcelona: Paidotribo, 2003. 435 p. ISBN: 84-8019-417-0

JOANNES, Rohen. CHIHURO, Yokochi. ELKE, Drecoll. Atlas de anatomía humana: Tronco. Quinta edición. Barcelona: Elsevier Science, 2002. 500p. ISBN: 84-8174-646-0

PIRIE, Lime. El deporte durante el embarazo y ejercicios de posparto: cambios físicos en el embarazo. Primera Edición. Madrid: panamericana, 1991. 487p. ISBN: 84-9327-306-0

[www.espalda.org.com](http://www.espalda.org.com)

[www.efisioterapia.net](http://www.efisioterapia.net)

[www.igf.com](http://www.igf.com)

[www.geocities.com](http://www.geocities.com)

[www.rincondelvago.com](http://www.rincondelvago.com)

