

PRINCIPIOS DE LAS TÉCNICAS INDIRECTAS CON THRUST EN LUMBAR ROLL

LESIONES	PROBLEMA MECÁNICO	METAS	POSICIÓN	REDUCCIÓN DEL SLACK	PUESTA EN TENSIÓN	THRUST
• ERSd	Imbricación de la carilla derecha	Abrir la carilla derecha	Laterocúbito izquierdo	Deslizamiento anterior	F.Sd.Ri.	Rotación izquierda
• FRSd	Desimbricación de la carilla izquierda	Cerrar la carilla izquierda	Laterocúbito derecho	Deslizamiento lateral	E.Si.Rd.	Lateralidad de la izquierda hacia la derecha
• N.Si.Rd	Convexidad derecha con rotación automática del grupo vertebral	Invertir la convexidad, desrotar el ápex	Laterocúbito izquierdo	Ningún deslizamiento o deslizamiento anterior	N.Sd.Ri.	Rotación izquierda

Técnicas de músculo energía para las vértebras lumbares según Fred MITCHELL

LESIONES	PROBLEMA MECÁNICO	BARRERA MOTRÍZ	POSICIÓN	CONTRACCIÓN ISOMÉTRICA
• ERSd	• Imbricación de la carilla derecha	• FRiSi	• Laterocúbito derecho	• Lateroflexión derecha
• FRSd	• Desimbricación de la carilla izquierda	• ERiSi	• SIM derecho	• Lateroflexión derecha
• NSiRd	• Convexidad derecha con rotación automática del grupo adaptativo.	• N.Sd de la vértebra ápex de la curva	• Laterocúbito izquierdo++ O derecho	• Lateroflexión izquierda*

*El principio de corrección en caso de lesión en ERS o FRS es la relajación post- isométrica, en caso de lesión en NSR es una corrección miotensiva: la contracción en lateroflexión, en posición neutra de las carilla, tracciona sobre las vértebras que giran automáticamente en rotación hacia la nueva convexidad formada (se utiliza la vértebra del ápex como vértebra “estárter”).