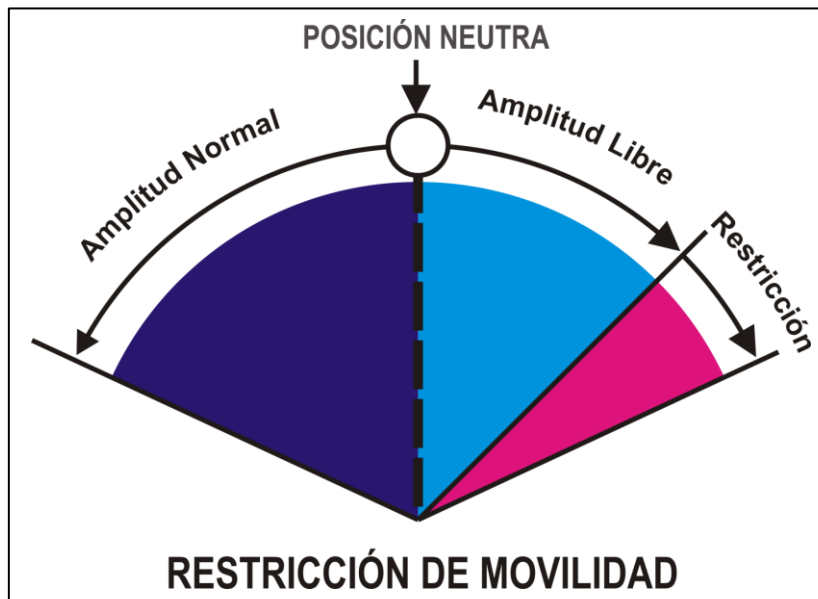


TECNICAS FUNCIONALES DE JOHNSTON: PRINCIPIOS DE LAS TÉCNICAS FUNCIONALES SEGÚN JOHNSTON

LA DISFUNCIÓN SOMÁTICA



MECANISMO DE LA TÉCNICA FUNCIONAL

LA POSICIÓN DE FACILIDAD:

- Disminuye la nocicepción → «black out» sensorial.
- Relaja los husos neuromusculares y permite movimiento hacia la barrera.
- Disminuye la disparidad entre las fibras extra e intrafusales.
- Suprimir la hiperactividad gamma y por lo tanto reducir la facilitación medular (sensibilización central).
- Normaliza equilibrio autónomo y función nerviosa periférica.
- Mejora flujo de líquidos, la homeostasis y la función fisiológica.

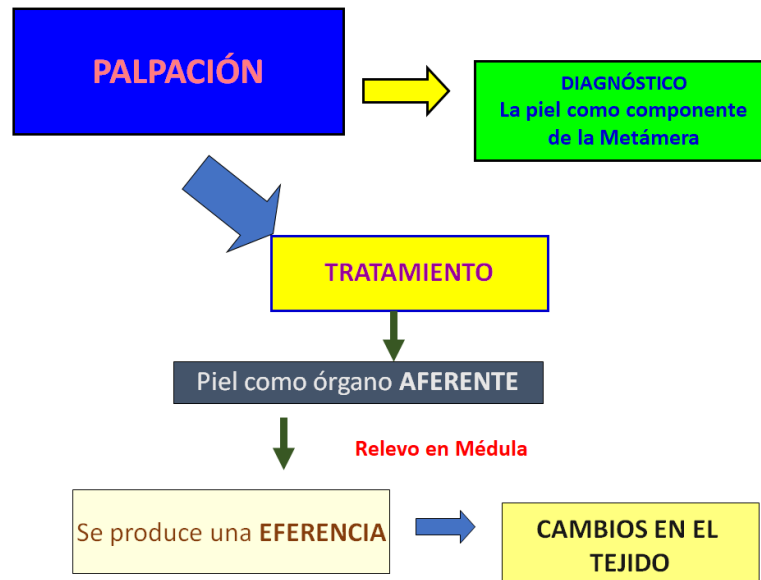
NOTA: La técnica funcional no puede liberar las adherencias facetarias, ni liberar los meniscos sinoviales, ni suprimir las hernias discales.

Ir en el **sentido de la lesión en los 3 planos del espacio**, es decir en el **sentido opuesto a la barrera motriz**, hace que los tejidos se relajen y que la articulación se libere.

La reducción de las tensiones relajando las fibras intrafusales y los receptores anuloespirales provoca la disminución del espasmo muscular.

Cuando le pedimos al paciente que respire profundamente en la búsqueda del **camino de liberación** ayuda a la oxigenación y la relajación tisular aumenta la circulación vascular e linfática.

TECNICAS FUNCIONALES DE JOHNSTON: PRINCIPIOS DE LAS TÉCNICAS FUNCIONALES SEGÚN JOHNSTON



ETAPAS DE LA TECNICA FUNCIONAL

1º Diagnóstico: buscar zona de TART

Percusión, palpación superficial y profunda

Test de movilidad

FACILIDAD (LIBRE) ↔ RESTRICCIÓN (NO LIBRE).

2º Acumular los parámetros libres (F/E,S,R, deslizamientos AP-lateral, tracción-compresión):Exagerar la posición de la lesión. Acumular las posiciones de facilidad para equilibrar las tensiones.

3º Respiración profunda: inspiración-espирación.

4º Buscar camino de liberación (Recorrer el camino de la lesión hasta la posición neutra).

5º Vuelta pasiva en posición neutra.

6º Testar de nuevo todo.

LA TECNICA FUNCIONAL

RECORDAD: Sólo se utilizan los PRIMERO PRIMEROS GRADOS de movimiento, no la amplitud total (son los grados de movimientos donde aparece la facilidad en cada uno).

Lo que importa es la sensación de FACILIDAD y de RESTRICCIÓN.

El tratamiento consiste en *añadir* o **acumular** esos *parámetros* buscando un CAMINO DINÁMICO y no una posición.

TECNICAS FUNCIONALES DE JOHNSTON: PRINCIPIOS DE LAS TÉCNICAS FUNCIONALES SEGÚN JOHNSTON

ACUMULAR es añadir cada PARÁMETRO, uno por uno, en el orden que elijas, sin olvidar ninguno, hasta que estén todos ensamblados.

La búsqueda de los parámetros es similar a un ciego caminando con su bastón, el cual utiliza para localizar la facilidad o la restricción y finalizar su camino, nosotros utilizaremos PISTAS PALPATORIAS.

La fase siguiente involucra la **RESPIRACIÓN**, INSPIRACIÓN y ESPIRACIÓN, tanto del paciente como del osteópata simultáneamente para comenzar **EL CAMINO** o **VIAJE DE LIBERACIÓN DE TENSIÓN**.

El CAMINO es una *sensación decreciente* de *tensión*, como un globo desinflándose.

El CAMINO comienza con la INSPIRACIÓN O EXPIRACIÓN PROFUNDA: dura todo el tiempo de la respiración y se termina en el punto de equilibrio (dynamic neutral).





ESCUELA DE OSTEOPATÍA DE MADRID