

Facilitación Neuromuscular Propioceptiva
MÉTODO KABAT

www.fisiokinesiterapia.biz

FNP - Creado por el Dr Herman Kabat 1940

- Margaret Knott (Fisiot) + Dorothy Voss

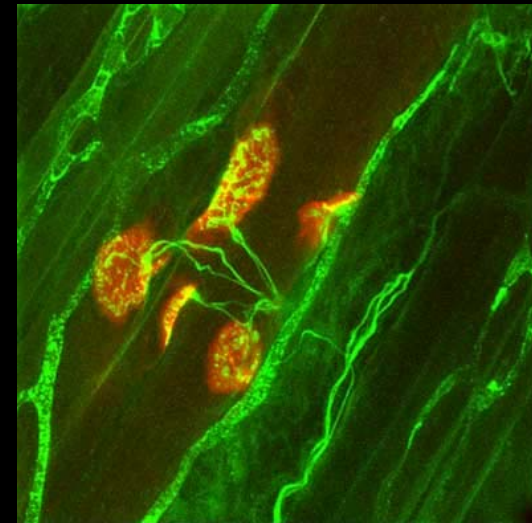
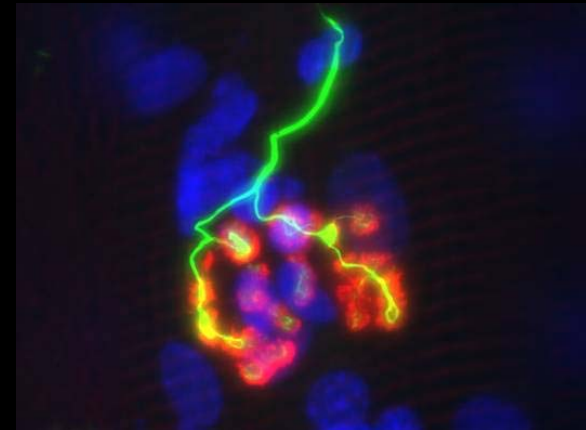
- 1er libro de FNP en 1956

“Todos los seres humanos , incluyendo aquellos con discapacidad, tienen un potencial real sin explorar” (1950)

“La modificación de los impulsos sensoriales (inhibidores o facilitadores) es la clave de la reeducación del movimiento funcional.”

Conceptos básicos F.N.P.

- Facilitación
- Neuromuscular
- Propiocepción



- La **FNP** es un método integral : tto dirigido a la globalidad, no a un segmento ni problema específico.
(movimientos integrados, funciones)
- Enfoque **Positivo**, refuerza y emplea lo que el paciente puede hacer.
- Guiar el movimiento mediante los segmentos y resistencia apropiada.
- Ayudar a lograr un movimiento coordinado a través del sincronismo.
- Objeto de todo tratamiento es alcanzar el máximo nivel de **FUNCIONALIDAD**.

Principios

- Voz de mando.
- Posición del paciente.
- Posición del terapeuta.
- Tomadas. (E. exteroceptivos)
- Movimiento espiral-diagonal.
- Tracción y coaptación. (E. propioceptivos)
- Resistencia.
- Sincronismo.
- “Visión” (E. teleceptivo)

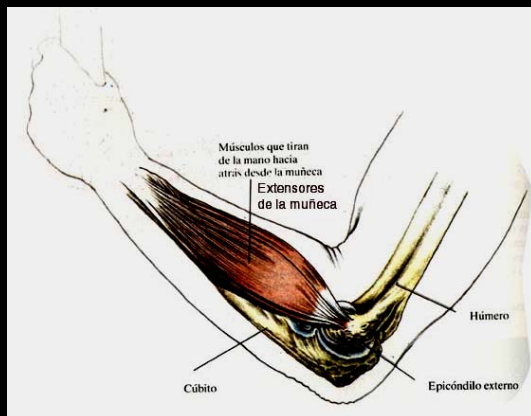


RESUMEN

- **Contracción concéntrica:** Activación coordinada de fibras musculares, que permiten una contracción muscular, ACERCANDO sus puntos de inserción.



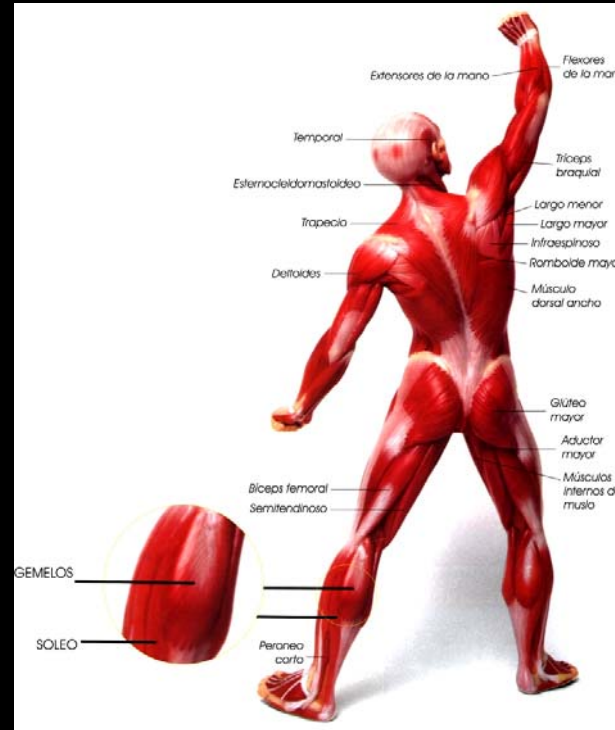
- **Contracción excéntrica:** Activación coordinada de fibras musculares, que permiten una contracción muscular, ALEJANDO sus puntos de inserción.



- **Músculos tónicos:**

También llamados músculos
ESTÁTICOS.

Permiten el **CONTROL ANTIGRAVITATORIO.**



- **Músculos fásicos:**

También llamados músculos
DINÁMICOS.

Permiten el **DESPLAZAMIENTO** en relación al centro
de gravedad.

- **Estabilidad:**

Activación de la musculatura con una inervación recíproca a nivel alto para producir contracciones de agonistas y antagonistas. La estabilidad lleva a una postura.

“La postura es movimiento en su mínima amplitud posible”
(Paeth B., 1996)

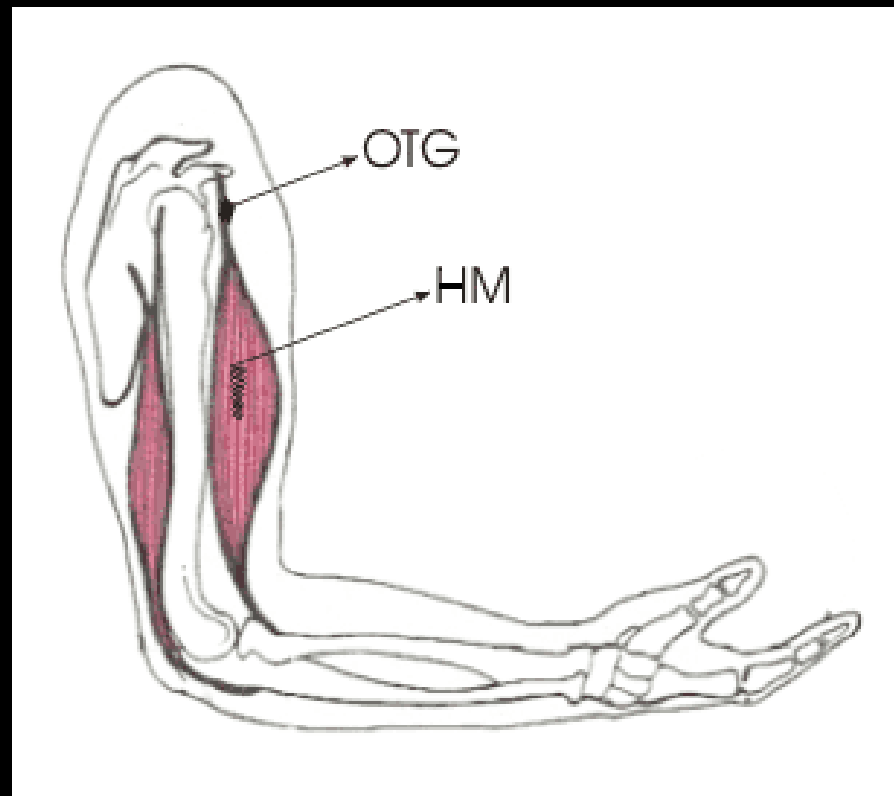


- **Cadenas musculares:**

Es la expresión de una coordinación motriz organizada para cumplir un objetivo. Es un concepto **FUNCIONAL.**

- **Reflejo Miotático:**

- Huso muscular (HM)
- Órgano tendinoso de Golgi (OTG)

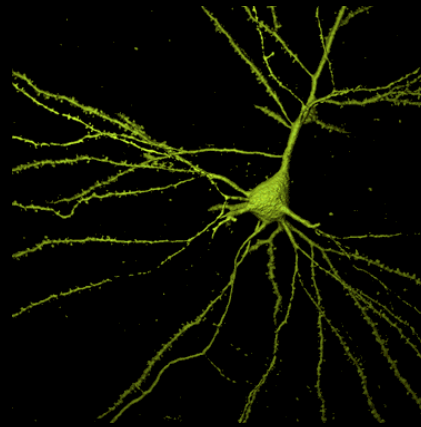
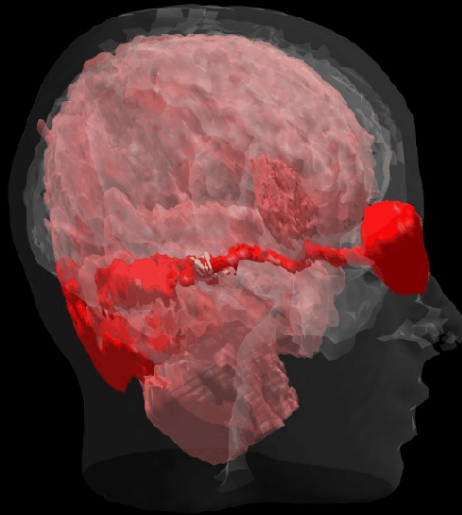


Bases neurofisiológicas (Sherrington)

a) **Facilitación:**

Se refiere al acercar a la membrana a una despolarización para provocar un potencial de acción.

(Sumación espacial – Sumación Temporal)



b) **Descargas Posteriores:**

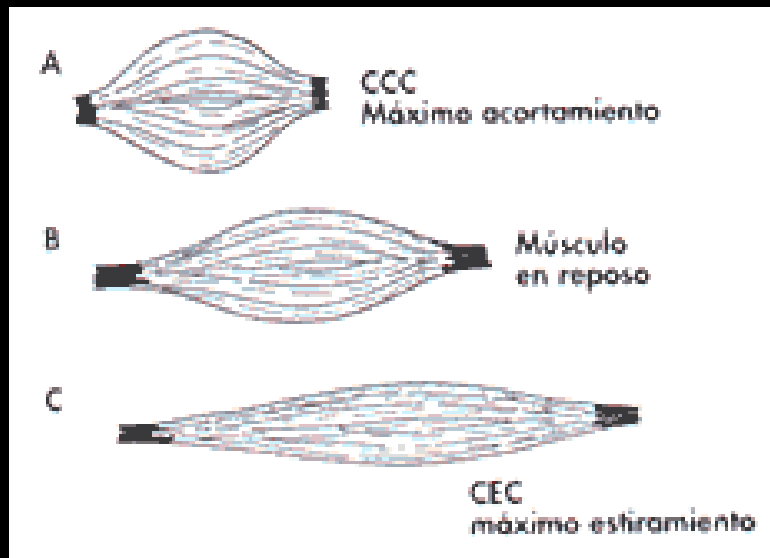
Se refiere a una sumación de estímulos, los cuales multiplican el tiempo de estado excitatorio de una motoneurona.

c) Irradiación:

Cuando un músculo o grupo muscular realiza un contracción potente, esta contracción permite la contracción de grupos musculares vecinos, dependiendo de la intensidad y de la cantidad de estímulos.

d) Máxima contracción-máxima relajación:

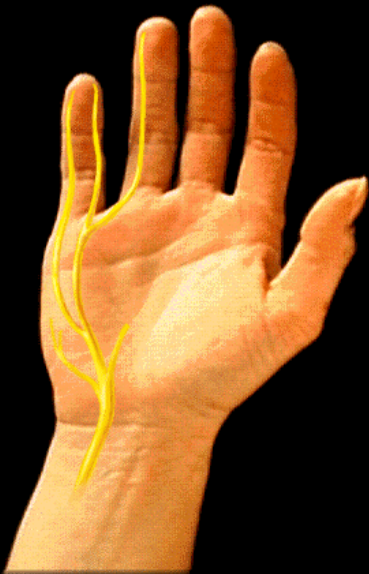
Mientras mayor sea la contracción de un músculo, mayor será la relajación que podrá alcanzar.



e) Inervación recíproca: Se refiere a la doble inervación de los grupos musculares.
(*Excitación de agonistas - Inhibición de antagonistas*)

f) Inducción sucesiva:

“Después de trabajar un grupo muscular, se produce (reflejamente) una facilitación de la musculatura antagonista”.

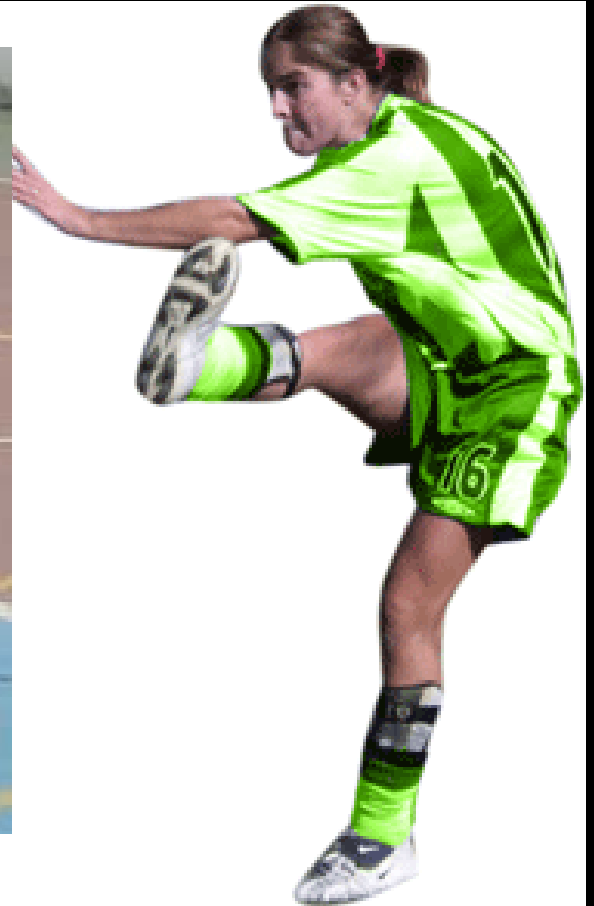


g) Reflejos:

Ej: Reflejo de estiramiento.







DIAGONALES MMSS

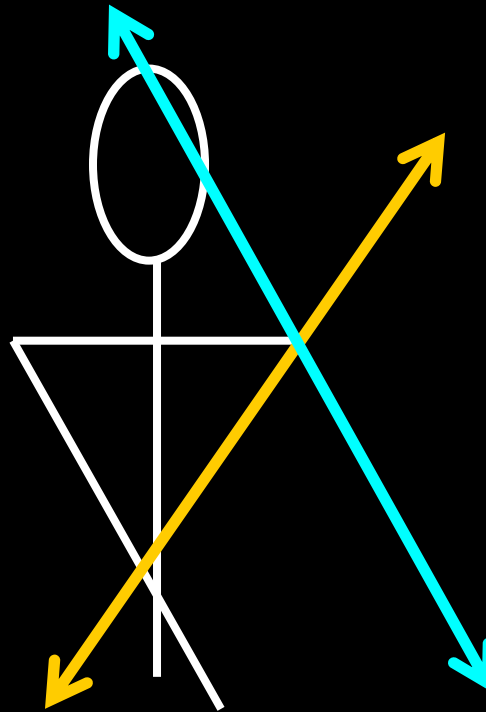
2 Diagonales

Arriba – afuera

Arriba – adentro

Abajo – adentro

Abajo – afuera



3 Pivots (ejes): Proximal – medial – distal

DIAGONALES MMII

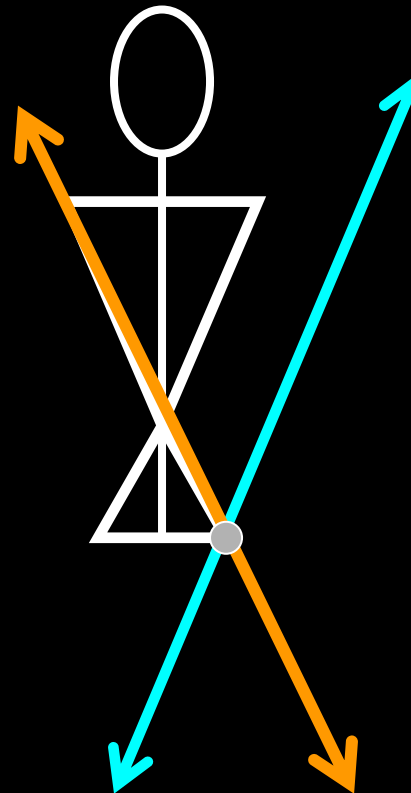
2 Diagonales

Arriba – afuera

Arriba – adentro

Abajo – adentro

Abajo – afuera



Ej: “chutear”

3 Pivots (ejes): Proximal – medial – distal

PATRONES DE MOVIMIENTO MMSS

Diagonal : **Arriba - afuera** **Abajo - adentro**

Flex. – Abd. – Rot. Ext.

Extendido, Flex., Ext.

supinación – Ext. muñeca – Ext. dedos

Ext. – Add. – Rot. Int.

Extendido, Ext., Flex.

pronación – Flex. muñeca – Flex. dedos

PATRONES DE MOVIMIENTO MMSS

Diagonal : Arriba - adentro Abajo - afuera

Flex. – Add. – Rot. Ext.

Extendido, Flex., Ext.

supinación – Flex. muñeca – Flex. dedos

Ext. – Abd. – Rot. Int.

Extendido, Ext., Flex.

pronación – Ext. muñeca – Ext. dedos

PATRONES DE MOVIMIENTO MMII

Diagonal : Arriba - afuera Abajo - adentro

Flex. – Abd. – Rot. Int.

Extendido, Flex., Ext.

eversión – dorsiflexión – Ext. ortejos

Ext. – Add. – Rot. Ext.

Extendido, Ext., Flex.

inversión – Flex. plantar – Flex. ortejos

Ej: hemiparético

PATRONES DE MOVIMIENTO MMII

Diagonal : Arriba - adentro Abajo - afuera

Flex. – Add. – Rot. Ext.

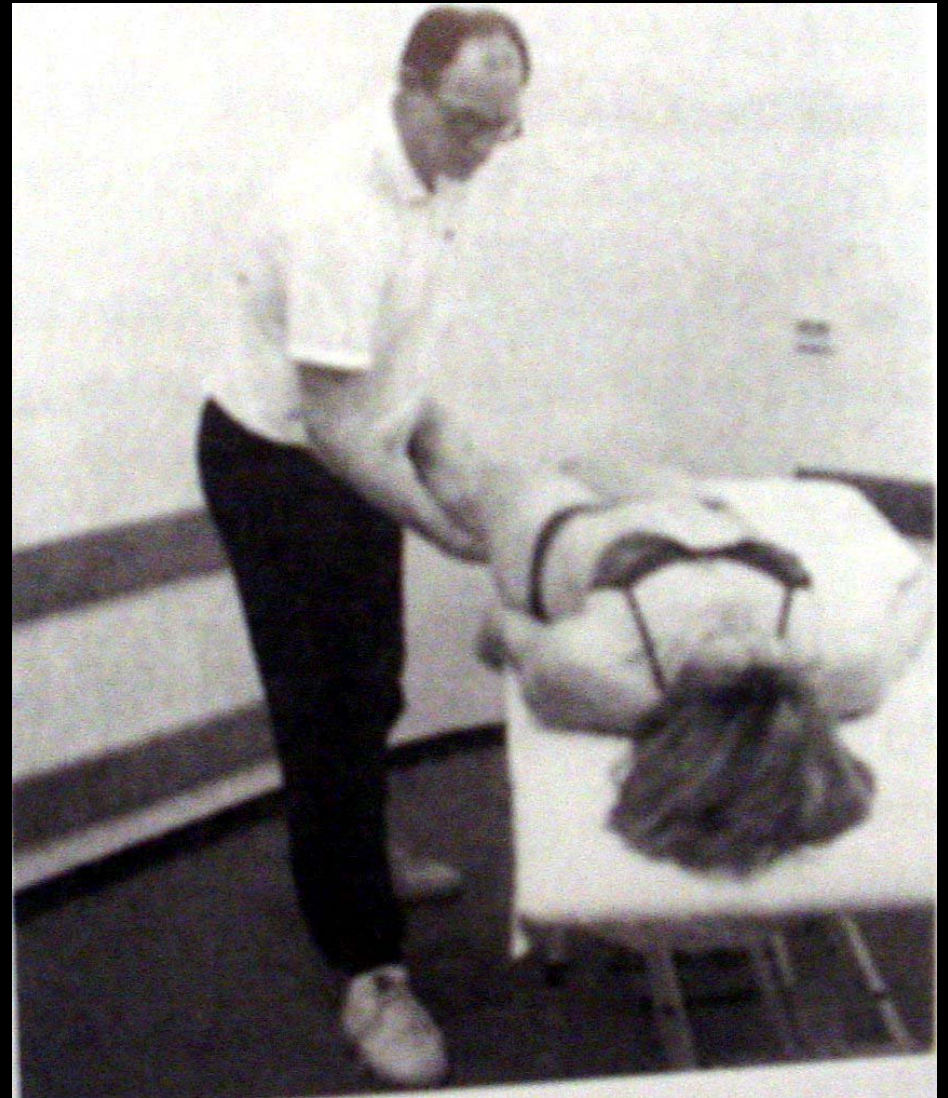
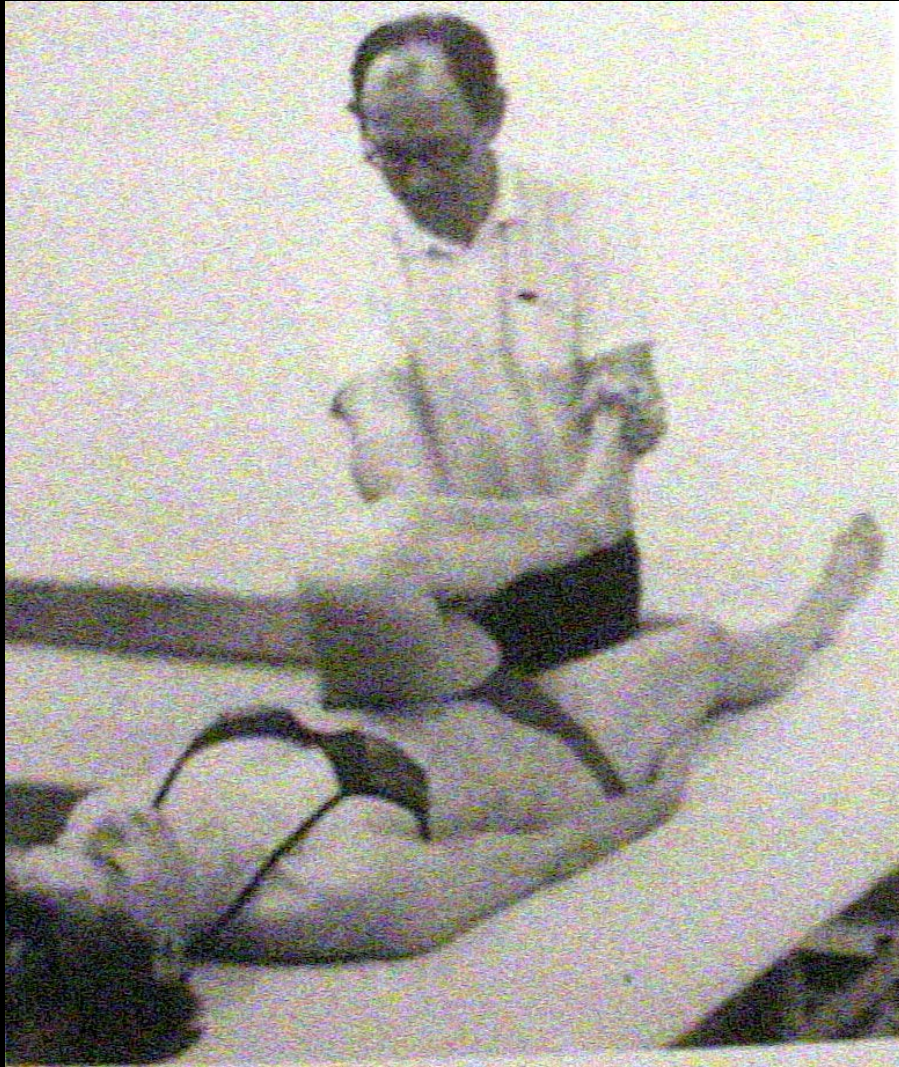
Extendido, Flex., Ext.

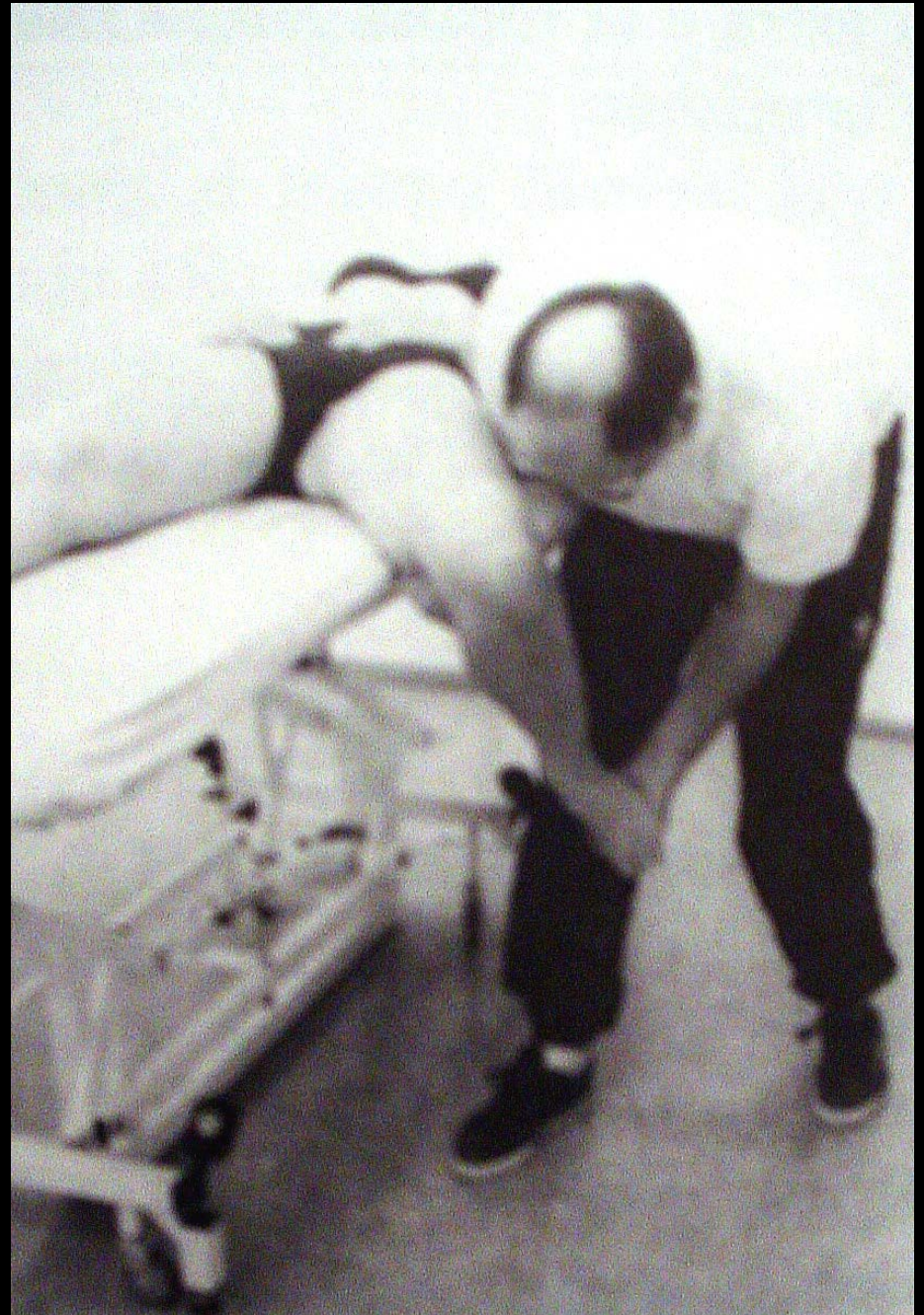
inversión – dorsiflexión – Ext. ortejos

Ext. – Abd. – Rot. Int.

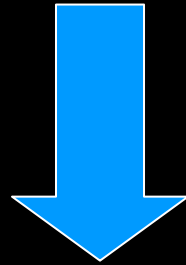
Extendido, Flex., Ext.

Eversión – Flex. plantar – Flex. ortejos





6 Patrones X cada Diagonal



12 Patrones para MMSS

12 Patrones para MMII

PATRONES

```
graph TD; PATRONES --> Unilaterales; PATRONES --> Bilaterales; Bilaterales --> Simétricos; Bilaterales --> Asimétricos;
```

Unilaterales

Bilaterales

Simétricos

Asimétricos





TRONCO



CUELLO



MMSS



Estabilización



Faja Toraco-abdominal



Sedente

Decúbitos

Activación de ABDOMINALES

P. simétricos

- Recto anterior
- Faja Toraco-abdominal

P. asimétricos

- Rectos oblicuos

IRRADIACIÓN

A.V.D.

(alimentación – respiración – habla – estabilidad – sedente – bípedo)

Activación de ABDOMINALES



SUPINO a SEDENTE



SEDENTE a BÍPEDO



TÉCNICAS DEL MÉTODO KABAT

1) INVERSIÓN DE ANTAGONISTAS

- **Inversión Lenta:**

(C. Isotónica agonista – C. Isotónica antagonista)

- **Inversión Lenta-Mantener:**

(C. Isotónica agonista, C. Isométrica – C. Isotónica antagonista, C. Isométrica)

- **Estabilización Rítmica:**

(C. Isométrica agonista – C. Isométrica antagonista)

TÉCNICAS DEL MÉTODO KABAT

2) TÉCNICAS DE ÉNFASIS

- **Mantener – relajar – movimiento activo:**

(Mov. Pasivo, “mantengo” (C. Isométrica), relajo, C. Isotónica)

- **Contracciones repetidas:**

(C. Isométricas – C. Isotónicas) : Alternadas

TÉCNICAS DEL MÉTODO KABAT

3) TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

- **Contraer – relajar:**

(C. **Isotónica**, en toda la amplitud del movimiento. Luego se realiza una elongación pasiva)

- **Mantener – relajar:**

(C. **Isométrica**, en toda la amplitud del movimiento. Luego se realiza una elongación pasiva)

















