

# MOVILIZACIONES CERVICALES CON AYUDA DE UNA TOALLA

## (Maniobra de Sagrera)

Redacción GBMOIM



He aquí una maniobra manipulativa sencilla, exenta de peligros, de fácil ejecución y sumamente efectiva, indicada en pacientes de complejión débil, en ancianos, en pacientes temerosos de ser tocados y mediante la cual podemos movilizar los segmentos del raquis cervical con total seguridad.

Paciente en decúbito supino sobre la camilla y terapeuta en la cabecera de ésta. Una toalla mediana doblada a la larga por la mitad, se coloca de través bajo la cabeza del paciente.



El terapeuta, asiendo ambos extremos de la toalla, ejerce una ligera elevación, suspendiendo la cabeza del paciente, mientras la hace rodar lentamente hacia un lado y otro al tirar de los extremos de la toalla alternativamente, interrumpiendo de vez en cuando la maniobra para asociar movimientos de tracción suave mediante el cierre de ambos extremos de la toalla sobre la zona del mentón y haciéndola prestar funciones de una fronda de tracción.

Mientras se efectúan las tracciones cervicales, tirando con una mano de la toalla, la otra mano del terapeuta permanece colocada bajo la región occipital sin traccionar y sólo sirviendo de apoyo a ésta.



A medida que va cediendo la contractura se repite dicha tracción, asociando primero un componente de lateroflexión mientras traccionamos (para elongar pasivamente los músculos angulares y escalenos) y posteriormente movimientos suaves de rotación (para mejorar el deslizamiento de las articulares posteriores).

La maniobra se repite varias veces a lo largo de unos 10 minutos, procurando que cada uno de los movimientos vaya ganando grados en las direcciones no dolorosas.

Se trata de una maniobra de gran utilidad para ganar la confianza del paciente, que puede comprobar por sí mismo de esa manera su capacidad de movimiento indoloro, sin que las manos de un extraño atenacen su cuello.

Muchas veces, a lo largo de dichos movimientos, suaves y totalmente pasivos, nos sorprende a nosotros y también al paciente el notar un resalte en el recorrido, siempre indoloro, que algunas veces se acompaña de un suave crujido y que interpretamos como signo inequívoco de manipulación.

Por otra parte, se trata de la maniobra de movilización que menos riesgos conlleva para el tratamiento del raquis cervical, pues como el arrastre provocado por la toalla es tan suave, la resistencia de las estructuras anatómicas al final del recorrido hace que la toalla deje de arrastrar la cabeza y que se deslice por debajo de ésta produciendo una suave maniobra de fricción.

Esto mismo ocurre cuando el paciente, ante la posible sensación de dolor, ofrece la mínima resistencia de defensa a la maniobra.