

**EFICACIA ENTRE EL CROSS TAPE Y COMPRESION ISQUÉMICA EN PUNTOS GATILLO MIOFACIALES LATENTES DE MUSCULOS EPICONDILEOS LATERALES EN SECRETARIAS**

**OMAR IBARRA SILVA  
VICENTE MARDONES PAVEZ  
LICENCIADO EN KINESIOLOGIA**

**RESUMEN**

Los efectos del dolor lateral de codo (Epicondialgia lateral, EL) en la población mundial ascienden al 3%. En Chile, constituye una patología laboral y puede encontrarse en trabajadores que realizan esfuerzos repetidos. El punto mas alto ocurre en mujeres de 42 – 46 años de edad, alcanzando una incidencia del 10%.

El objetivo de este estudio fue determinar la eficacia entre la técnica “Crosstape” (CT) y la técnica “compresión isquémica” (CI), en puntos gatillo miofasciales latentes (PGML) de músculos epicondíleos laterales de codo en secretarias de la Universidad de Talca. Se asignó la muestra (n = 14) a dos grupos aleatoriamente iguales. se midieron las variables; fuerza de prensión (FP), umbral de presión doloroso (UPD) y rango de flexión pasivo de muñeca (ROM flexión pasivo) en el miembro afectado, antes y después de cada sesión durante el tratamiento (4 sesiones). Se realizó posteriormente un modelo lineal general de medidas repetidas para analizar cada variable.

En ninguna variable hubo diferencias significativas en relación al tiempo. Sin embargo en la variable de UPD pre y post intervención de la terapia de CT para el día 2, y días 1, 2 y 3 para la terapia de CI, se encontraron diferencias significativas. Para la variable FP pre y post intervención hubo diferencias significativas en los días 1,2 y 3 en favor de la terapia de CT. Para la variable ROM de flexión pasivo de muñeca existieron diferencias en el día 2 para el CT y en el día 3 para la CI. Al comparar ambas técnicas solo se obtuvieron resultados significativos en la variable de FP en los días 2 y 3 en favor del CT.

La aplicación del CT sobre PGMsL parece disminuir el dolor, mejorar la fuerza y rangos articulares inmediatamente después de la aplicación. La CI presenta resultados similares exceptuando la FP.