

PRÁCTICA 6. ELECTRO-EXCITOMOTRICIDAD I

| | | | |
|---|--|--|---|
| FECHA | | ASISTENCIA | <input type="checkbox"/> Completa: <input type="checkbox"/> Parcial: he llegado minutos tarde o he salido minutos antes. |
| GRADO DE APROVECHAMIENTO <i>(Recuerda que es posible que sea la única vez que realices esta práctica a lo largo de la carrera, ¡Trata de aprovecharla al máximo!)</i> | | <input type="checkbox"/> He aprovechado la práctica por completo (he participado activamente, colaborado con mis compañeros, resuelto dudas...) <input type="checkbox"/> He aprovechado la práctica, aunque siendo sinceros, creo que la podría haber aprovechado mejor. <input type="checkbox"/> Apenas he aprovechado la práctica. | |

OBJETIVOS

- Experimentar corrientes de EENM con baja frecuencia.
- Saber aplicar los parámetros para la aplicación de corrientes de EENM con baja frecuencia.
- Aplicar las EENM con baja frecuencia en situaciones clínicas.

PRINCIPIOS TEÓRICOS

Protocolo de Electro-Fortalecimiento

| |
|--|
| Fase de calentamiento <ul style="list-style-type: none"> • <10Hz; 3 minutos. Pasivo. |
| Fase de entrenamiento <ul style="list-style-type: none"> • 20-30Hz: fibras tipo I <ul style="list-style-type: none"> • Rampas: 2s-10s-2s (descanso 16s) • 10-20 min • 50-60Hz: fibras tipo IIa <ul style="list-style-type: none"> • Rampas: 2s-6s-1s (descanso 10s) • 10-20 min • 80-90Hz: fibras tipo IIb <ul style="list-style-type: none"> • Rampas: 1s-3s-1s (descanso 6s) |
| Fase de vuelta a la calma <ul style="list-style-type: none"> • <10Hz; 2 minutos. Pasivo. |

PRÁCTICAS

Práctica 6.1. Realiza un protocolo de electro-excitomotricidad para el vasto interno derecho utilizando baja frecuencia.

| Parámetros | Valor |
|----------------------------------|---|
| Colocación paciente | En función del ejercicio a realizar, para que sea contra-resistencia. |
| Electrodos | Dos electrodos adhesivos. |
| Colocación electrodos | En puntos motores o sobre el vientre muscular. |
| Forma de onda | Rectangular bifásica simétrica. |
| Tiempo de pulso | 200 μ s |
| Frecuencia | Según el tipo de fibra a estimular: <ul style="list-style-type: none">- Fibras tipo I: 20-30 Hz- Fibras tipo IIa: 50-60 Hz- Fibras tipo IIb: 80-90 Hz |
| Tiempo de contracción y descanso | Según el tipo de fibra que se quiera estimular y el grado de preparación del paciente. |
| Intensidad | Zona 2 (por encima del umbral motor, en función de tolerancia y grado de preparación del paciente) |
| Modo | CC |
| Precaución | Precauciones generales de electroterapia. Resulta fundamental acompañar la estimulación eléctrica con una activación muscular voluntaria de forma coordinada. |

Describe las sensaciones durante la sesión y las sensaciones posteriores a la misma.

ANOTACIONES