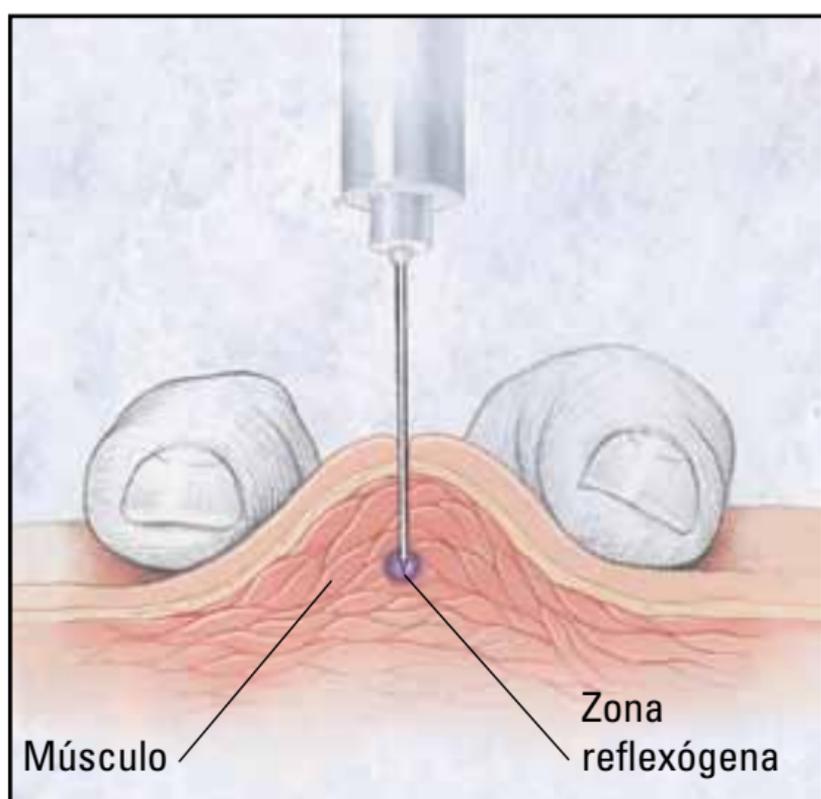


Inyección en zonas reflexógenas



¿Qué es una zona reflexógena?

Una **zona reflexógena** es un “nudo” tenso y doloroso de fibras musculares. Puede formarse cuando un músculo está distendido o lesionado. A menudo, el nudo puede sentirse debajo de la piel. Una zona reflexógena es muy sensible al tacto. El dolor también puede extenderse a otras partes del músculo afectado. Los músculos que rodean la rodilla, el omóplato u otros huesos son propensos a tener zonas reflexógenas. Esto se debe a que existe mayor probabilidad de que estos músculos se lesionen.



Una inyección en una zona reflexógena puede contribuir a relajar el músculo afectado y aliviar el dolor.

Alivio del dolor en zonas reflexógenas

La causa de los dolores o espasmos musculares puede ser una o más zonas reflexógenas. Su médico puede decidir aplicarle inyecciones en los puntos dolorosos para relajar el músculo. Esto puede ayudar a aliviarle el dolor. Además, si el músculo está relajado, también es posible que se facilite el movimiento. Así, usted podrá ejercitarse para fortalecer el músculo y ayudar a que se cure.



Sus dolores o espasmos musculares pueden ser causados por una o más zonas reflexógenas.

Acerca de las inyecciones

Cualquier músculo del cuerpo puede tener una o más zonas reflexógenas. Es posible que sean necesarias varias inyecciones en cada zona reflexógena para un mayor alivio del dolor. Estas inyecciones pueden administrarse en sesiones con una separación de una o dos semanas. En algunos casos, es probable que no sienta un cambio notable en sus síntomas hasta después de la tercera inyección.

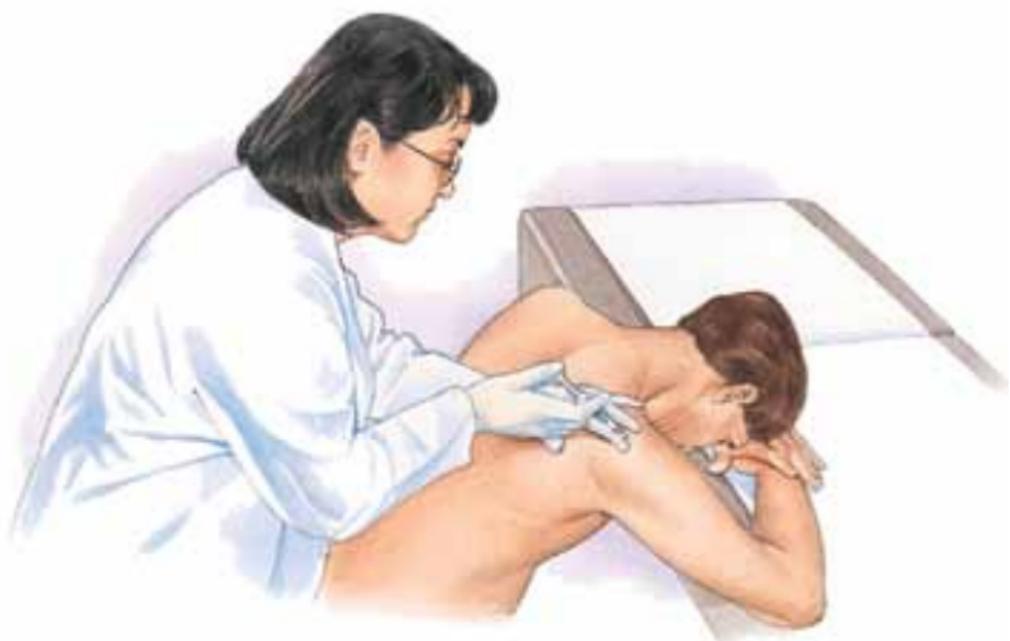
La inyección

La mayoría de las inyecciones en las zonas reflexógenas se aplican en el consultorio médico. Posiblemente su médico le pida que deje de tomar ciertos medicamentos. Lleve los resultados de pruebas consigo, tal como le indique el médico. Cuando concurra para el tratamiento, el médico le examinará y probablemente usted deba llenar algunos formularios.

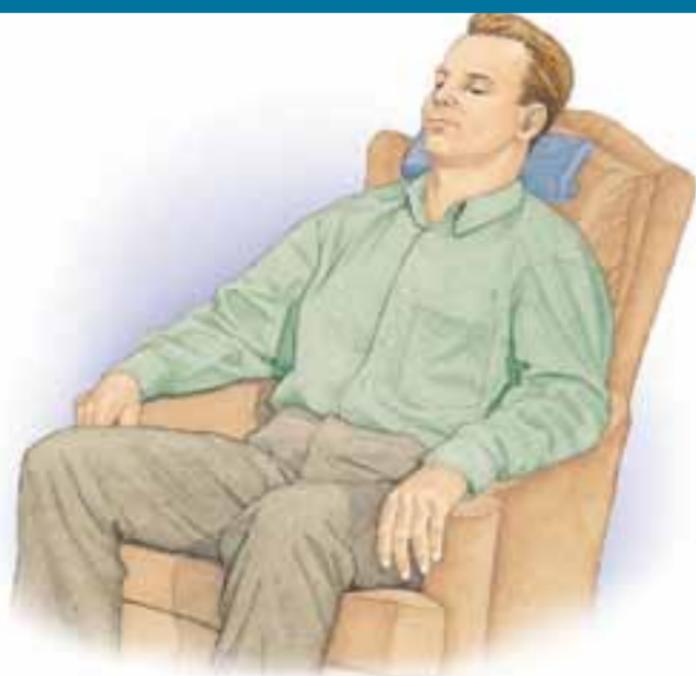
Durante el procedimiento

Usted permanecerá sentado en una silla o recostado en una camilla para que el médico pueda acceder al músculo afectado.

- Su médico palpará y estirará el músculo para encontrar el punto exacto de la zona reflexógena. Es posible que esto le duela, pero no será por tiempo prolongado.
- Una vez encontrada la zona reflexógena, se aplica la inyección. La inyección puede contener medicamentos, como anestesia local (que adormece la zona). Pregúntele a su médico qué tipo de medicamento emplea.
- Si tiene otras zonas reflexógenas, el médico repetirá el proceso.



Una vez que se encuentra la zona reflexógena, se aplica la inyección para ayudar a relajar el músculo y aliviar el dolor.



Posiblemente el médico le indique que se ponga hielo o aplique calor en la zona tratada después de la inyección.

Después del tratamiento

Podrá irse a casa poco después del tratamiento. Tómese las cosas con calma el resto del día. Es posible que sienta algo de dolor en los lugares donde le aplicaron las inyecciones durante un día aproximadamente. Póngase hielo o aplique calor en las zonas tratadas según las indicaciones de su médico. Consulte qué medicamentos puede tomar de forma segura si necesita calmar el dolor. Si el médico se lo aconseja, podrá volver a trabajar el día después del tratamiento.

Cuándo debe llamar al médico

Llame a su médico si el dolor aumenta, si tiene fiebre por encima de los 101°F, escalofríos o supuración en la zona tratada.

Riesgos y posibles complicaciones

Es *poco frecuente* que se presenten riesgos y complicaciones, pero, de haberlos, pueden incluir:

- Infección
- Sangrado
- Punción en el pulmón (neumotórax)
- Daño en los nervios

Retomar las actividades

Póngase en actividad para favorecer la curación de los músculos. Su médico puede recomendarle ejercicios para que realice. No deje de hacerlos con la frecuencia indicada. También es posible que el médico le indique terapia física. Elongue y fortalezca los músculos y adopte una buena postura; eso le ayudará a prevenir nuevos dolores o espasmos musculares.

Este material no reemplaza
la atención médica profesional.

©2010 The StayWell Company. www.krames.com
800-33-3032 Todos los derechos reservados.

KRAMES
staywell

www.kramesstaywell.com 800.333.3032