



Punción Seca Integrativa

La punción seca integrativa es un tratamiento altamente efectivo para una amplia variedad de afecciones neuromusculares. No es apropiado para todas las condiciones o patologías, y el uso de esta técnica quedará a discreción de su profesional de la salud.

¿Cómo funciona?

La punción seca integrativa no es acupuntura (medicina tradicional china). Está basada en la neuroanatomía y en el estudio científico moderno de los sistemas musculoesquelético y neuromuscular. Se introduce una aguja de filamento muy fina a través de la piel hasta los tejidos profundos que presentan inflamación, hinchazón o puntos gatillo que producen dolor. La punción seca actúa provocando una microlesión dentro del tejido patológico, mejorando el flujo sanguíneo, liberando tejidos acortados, normalizando la respuesta inflamatoria y modulando el dolor a nivel central. Este efecto mecánico y neuromuscular crea un entorno que mejora la capacidad del cuerpo para reparar el tejido disfuncional y optimizar la función.

¿Qué condiciones pueden tratarse?

Debido a los efectos neurofisiológicos descritos, la punción seca puede ser efectiva para la mayoría de las afecciones neuromusculares. Estas incluyen, entre otras: dolor de cuello, espalda y hombros; dolor en brazos (codo de tenista, síndrome del túnel carpiano, codo de golfista); dolores de cabeza, incluyendo migrañas y cefaleas tensionales; dolor mandibular; dolor en glúteos y dolor en piernas (ciática, distensiones de isquiotibiales, rigidez o espasmos en las pantorrillas).

¿Las agujas son estériles?

Sí. Utilizamos únicamente agujas estériles, desechables y de un solo uso.

¿El procedimiento es doloroso?

La aguja de filamento es muy delgada, sólida y flexible, lo que permite que se introduzca a través de la piel sin cortarla. Nuestro objetivo es que el tratamiento sea prácticamente indoloro. Sin embargo, durante el procedimiento buscamos provocar una sensación descrita como dolor sordo, pesadez o reproducción del síntoma habitual. Esta respuesta fisiológica es necesaria para reducir el dolor. También puede experimentarse una pequeña contracción muscular involuntaria que ayuda a liberar la tensión y disminuir el dolor. Estas sensaciones

son normales y deseables. Su profesional supervisará el proceso y realizará ajustes para que la experiencia sea lo más cómoda y terapéutica posible.

¿Cómo me sentiré después del tratamiento de punción seca?

Las respuestas varían. Muchos pacientes experimentan alivio inmediato de los síntomas y un aumento en el rango de movimiento. Puede presentarse sensibilidad o dolor leve, similar al dolor posterior al ejercicio, que puede ser inmediato o aparecer de forma tardía. Si ocurre, generalmente dura entre uno y dos días. El uso de calor, masajes suaves y movimiento ligero suele ser beneficioso. Puede presentarse moretón leve en los sitios tratados, especialmente en ciertas áreas del cuerpo. Los moretones grandes son poco frecuentes. En raras ocasiones, el tratamiento puede aumentar temporalmente los síntomas. Si esto persiste más allá de uno o dos días, informe a su profesional para ajustar el plan de tratamiento.

¿Continuaré realizando ejercicios u otros tratamientos?

Sí. Su programa personalizado seguirá integrando métodos tradicionales de fisioterapia, que pueden incluir terapia manual, ejercicio terapéutico, entrenamiento de resistencia, ejercicios de estabilización y entrenamiento postural.

¿Cuántos tratamientos necesitaré?

Esto dependerá de la categoría en la que se encuentre, determinada por el estado de la lesión y su salud general. El objetivo es provocar cambios mecánicos y bioquímicos sin el uso de medicamentos, por lo que se busca una respuesta acumulativa para interrumpir el ciclo del dolor. Su profesional podrá brindarle mayor orientación después de la evaluación inicial.

¿Qué debo hacer para prepararme para el tratamiento?

- No comer durante los 30 minutos previos al tratamiento.
- Mantenerse bien hidratado, pero vaciar la vejiga antes del procedimiento.
- Usar ropa holgada, pantalones cortos o traje de baño para facilitar el acceso a las áreas dolorosas.

¿Qué debo o puedo hacer después del tratamiento? ¿Qué debo evitar?

Las recomendaciones varían según la condición y la respuesta individual, pero generalmente incluyen aumentar la ingesta de agua, aplicar calor en el área tratada, realizar estiramientos suaves indicados por su profesional y continuar con las actividades diarias normales. El movimiento es beneficioso para maximizar los efectos del tratamiento.

¿El tratamiento de punción seca está cubierto por mi seguro médico?

La punción seca se factura utilizando códigos específicos del seguro. Su profesional o el personal administrativo podrá informarle si su seguro cubre este tratamiento.

No todos los profesionales de la salud están capacitados para realizar la técnica de punción seca integrativa. Los profesionales de SU CLÍNICA cuentan con formación avanzada y han sido certificados por el Instituto de Punción Seca Integrativa.