



## El ejercicio fisioterapéutico en pacientes adolescentes con Síndrome de Hiper movilidad articular

Ardy Rafael Rodríguez García\*

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" (Cuba)

### Dirección

Dr. C. Jorge de Lázaro Coll Costa

Dr. C. Jerry Bosque Jiménez

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" (Cuba)

Fecha de lectura: 26 de junio de 2017



### Editado por:

© Generalitat de Catalunya  
Departament de la Presidència  
Institut Nacional d'Educació  
Física de Catalunya (INEFC)

ISSN: 2014-0983

### \*Correspondencia:

Ardy Rafael Rodríguez  
García  
[ardycore29@gmail.com](mailto:ardycore29@gmail.com)

### Sección:

Tesis doctorales

### Idioma del original:

Castellano

### Portada:

Nuevos deportes olímpicos  
en Toquio 2020. Escalada.  
Foto: Escalada. Juegos  
Asiáticos 2018. Finales  
combinadas femeninas.  
Compite Kim Ja-in de  
Corea del Sur.  
Escalada líder.  
JSC Sport Climbing.  
Palembang, Indonesia.  
REUTERS / Edgar Su.

### Resumen

Las enfermedades hereditarias del tejido conectivo han despertado el interés de profesionales de la ciencia genética y de la cultura física. El Síndrome de Hiper movilidad articular (SHA) y el Síndrome de Ehlers Danlos, tipo hiper laxitud (SED-HL) se caracterizan por la amplitud excesiva en las articulaciones, las artralgias, las mialgias y las deformidades del aparato locomotor imposibilitando un buen desempeño en las actividades de la vida diaria y escolar a quienes los padecen. El autor propone, como objetivo general, diseñar un programa de ejercicios fisioterapéuticos para aliviar las dolencias del Sistema Osteomioarticular (SOMA) en adolescentes con SHA y SED-HL. El programa cuenta con propuestas de ejercicios, dosificación, indicadores de la carga adaptados, orientaciones metodológicas, control y evaluación que permiten la planificación de la rehabilitación física para las personas afectadas. El diagnóstico incluyó encuesta a 21 especialistas. Se realizó un estudio preexperimental de control mínimo con pretest-postest para un solo grupo de corte descriptivo de naturaleza holística, en una muestra de 20 pacientes. Los sujetos asistieron al Centro de Actividad Física y Salud de la UCCFD Manuel Fajardo, donde se les realizaron evaluaciones iniciales, intermedias y finales al concluir la aplicación del programa. Los adolescentes que recibieron el programa evidenciaron respuestas adaptativas, poniéndose de manifiesto en la morfología y mejoría en todos los indicadores evaluados, se les aliviaron las dolencias del SOMA y mejoró el desempeño en las actividades de la vida diaria y escolares. Los especialistas valoraron de muy adecuado el programa de ejercicios físico-terapéuticos con una efectividad esperada elevada y lo consideraron novedoso, efectivo y de utilidad social.

**Palabras clave:** ejercicio fisioterapéutico, síndrome de hiper movilidad articular, síndrome de ehlers danlos, tipo hiper laxitud.