# HUMANA-VITAL S.A.S NIT 900217648-1

## CUNDEPORTES (ASISTENCIA A TERAPIA FISICA)

**Nombre del Paciente** Samuel Jeronimo Riaño **CC/TI, RC** 1.073.601.675

**Diagnóstico:** M624- Contractura muscular

**Nombre del Acudiente:** _____ **Parentesco** _____ **C.C** _____

| Fecha | Hora | Firma del paciente | Fecha | Hora | Firma del paciente |
|---|---|---|---|---|---|
| 8-10-24 | 7am | | 16/10/24 | 7am | |
| 9-10-24 | 8am | | 17/10/24 | 7am | |
| 10-10-24 | 8am | | 18/10/24 | 7am | |
| 12/10/24 | 8am | | 25/10/24 | 6PM | |
| 15/10/24 | 7am. | | | | |

Nelly Estefania Valderrama | Nelly Estefania Valderrama | 41534

**Nombre del terapeuta** **FIRMA** **REGISTRO** **SELLO DE LA INSTITUCIÓN**

IPS HUMANA - VITAL S.A.S
Especialistas en terapias
Nit. 900.217.648-1

Dirección: calle 11 N°10 A-79 Funza (Cundinamarca) Tel 8263636/3133712938
Página Web www.humanavital.com e-mail.humanavitals.a.s@hotmail.com

Powered by CamScanner

Lugar y fecha de emisión:
FUNZA, jueves, 31 de octubre de 2024 12:24:53

**HISTORIA CLINICA FISIOTERAPIA No. 1.073.601.675**

DATOS PERSONALES

| | | |
|---|---|---|
| Nombres y apellidos | SAMUEL JERONIMO RIAÑO MONTERO | |
| Identificación | TI 1.073.601.675 Edad: 17 años, 4 meses y 7 días | |
| Nacimiento | PACHO (CUNDINAMARCA) domingo, 24 de junio de 2007 | |
| Residencia | FUNZA Dirección: CALLE 13 # 2 - 93 TORRE 4 APT 501 ALTOS DE GUALI Teléfono: 3185028156/3134364626 | |
| Ocupación | ESTUDIANTE Escolaridad: SIN INFORMACION | |
| Responsable | JAZMIN MONTERO Parentesco: MAMÁ Teléfono: 3185028156 | |
| Acompañante | ALEJANDRO NIÑO Parentesco: PADRASTRO Teléfono: 3134364626 | |
| Entidad | CUNDEPORTES EAPB: EPS017 - EPS FAMISANAR LTDA CAFAM-COLSUBSIDIO Tipo usuario: 12 PARTICULAR | |
| Estado civil | SOLTERO (Estrato: 2) Raza: BLANCO (Etnia: HISPANO O LATINO) | Sexo: HOMBRE |
| Discapacidad | NINGUNA Religión: OTRO | G.S. y RH: A+ |

FECHA CONSULTA: martes, 8 de octubre de 2024 16:55:13 - EDAD: 17 años, 3 meses y 14 días
ANTECEDENTES
FAMILIARES: No refiere
HOSPITALARIOS: No refiere
QUIRURGICOS: No refiere
TRAUMATICOS: No refiere
TOXICO ALERGICOS: No refiere
FARMACOLOGICOS: No refiere
PATOLOGICOS: No refiere
EPIDEMIOLOGICOS: No refiere

MOTIVO DE CONSULTA: Paciente refiere tengo dolor a nivel general, y múltiples contracturas.
DIAGNOSTICO MEDICO: Contractura muscular.
OBSERVACION GENERAL: El paciente se presenta con contracturas musculares generalizadas, desde la cabeza hasta los pies, reportando un dolor moderado de 4/10 según la escala visual análoga (EVA). Las áreas más afectadas son la cadera y la rodilla, lo que repercute significativamente en su movilidad y desempeño en el deporte que practica: baloncesto.

Evaluación del dolor y contracturas
Las contracturas musculares se distribuyen de forma amplia. A nivel cervical, los músculos como el esternocleidomastoideo, el trapecio superior y los escalenos presentan una notable rigidez, lo que limita la capacidad de rotación y flexión lateral del cuello. Esto afecta la visión periférica y la agilidad para responder rápidamente a cambios en el juego, como defender o pasar el balón en baloncesto.

En la zona torácica y lumbar, los músculos del erector de la columna y el cuadrado lumbar están contractura dos, lo que restringe la movilidad del tronco.
DOLOR: Manifiesta SI
Localización: Todo el cuerpo Intensidad: 4 Frecuencia: constante

POSTURA
VISTA ANTERIOR: Cabeza: NORMAL Hombros: NORMAL Espinas iliacas: NORMAL Rodillas: NORMAL Pie: NORMAL
VISTA LATERAL: Actitud corporal: NORMAL Cabeza: NORMAL Hombros: NORMAL Columna Vertebral: NORMAL Abdomen: NORMAL Pelvis: NORMAL Rodillas: NORMAL Pie: NORMAL
VISTA POSTERIOR: Cabeza: NORMAL Hombros: NORMAL Escapulas: NORMAL Columna: NORMAL Cadera: NORMAL Rodillas: NORMAL Pie: NORMAL

MEDIDAS ESPECIALES: No evaluadas
COORDINACION: No evaluada
EQUILIBRIO: No evaluado
TROFISMO: No evaluado
MARCHA
Apoyo de talón: Realiza Apoyo medio: Realiza Despegue de dedos: Realiza Cadencia: Realiza Discriminación de cinturas: Realiza Balanceo de brazos: Realiza Diagnóstico fisioterapéutico: Se evidencia afectación del dominio osteomuscular lo que le genera dificultad para ña realización del gesto deportivo.
Pronóstico fisioterapéutico: Reservado



Powered by CamScanner

DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 07/00 Hora de salida: 08/00 No. de sesión: 1
CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: OTROS PROCEDIMIENTOS: Se realizaron estiramientos asistidos enfocados en los isquiotibiales, cuádriceps y gastrocnemios, con el propósito de mejorar la flexibilidad de la cadena posterior. Aunque el paciente manifestó cierta incomodidad durante los estiramientos prolongados, se reportó una ligera disminución en la rigidez percibida. A continuación, se aplicó termoterapia, utilizando compresas calientes en la zona lumbar y caderas durante 15 minutos. Esto ayudó a reducir el dolor en la región lumbar y de la cadera.

Finalmente, se realizaron ejercicios de movilidad activa en cadera, rodilla y tobillo, dentro de los rangos no dolorosos, durante 10 minutos. El paciente toleró bien los ejercicios, aunque presentó fatiga muscular en la rodilla después de cinco repeticiones de movimientos de extensión.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Afectación de cadenas musculares

En cuanto a las cadenas musculares, se observa que la cadena anterior está comprometida debido a las contracturas del cuádriceps y el psoas-ilíaco. Esto afecta la flexión de la cadera y la extensión de la rodilla, dos acciones clave para el desplazamiento y los saltos en baloncesto. La cadena posterior también está afectada, especialmente en los isquiotibiales, glúteos y gastrocnemios. Esta cadena es crucial para la potencia en la extensión de la cadera y la capacidad de frenar o saltar, movimientos esenciales en el baloncesto.

Las cadenas cruzadas, tanto anterior como posterior, se ven comprometidas debido a las limitaciones en la movilidad de la columna torácica y lumbar, lo que afecta la torsión del cuerpo. Esto repercute directamente en la habilidad para realizar pases y lanzamientos de manera efectiva, ya que el cuerpo no puede girar con la rapidez y la amplitud necesarias.

Conclusión
Las contracturas musculares múltiples afectan de manera severa la movilidad general del paciente, limitando funciones esenciales para el baloncesto como los saltos, los cambios de dirección, y los movimientos explosivos. El tratamiento deberá enfocarse en liberar las contracturas de las principales cadenas musculares, mejorar la flexibilidad de las zonas afectadas y restaurar los rangos de movimiento para que el paciente pueda volver a sus actividades deportivas de manera segura y efectiva.

Dado lo siguiente se les es enviado 15 sesiones de fisioterapia.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: miércoles, 9 de octubre de 2024 9:32:39 - EDAD: 17 años, 3 meses y 24 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 07/00 Hora de salida: 08/00 No. de sesión: 2
CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: OTROS PROCEDIMIENTOS: e realizaron técnicas de masaje profundo en los grupos musculares principales involucrados en el baloncesto, principalmente en cuádriceps, isquiotibiales y gemelos. Se evidenció una reducción en la tensión muscular y el paciente reportó una sensación inmediata de alivio. Se complementó con estiramientos pasivos asistidos para mejorar la movilidad.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: jueves, 10 de octubre de 2024 12:20:04 - EDAD: 17 años, 3 meses y 17 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 8 Hora de salida: 9 No. de sesión: 3
CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: DESCRIPCION TERAPIA FISICA
Electro estimulador: 12-15 MIN Termoterapia: 12-15 MIN Masaje: 12-15 MIN
ESTIRAMIENTO MIEMBROS INFERIORES
Cadera: Flexores, Extensores, Abductores, Aductores, Rotadores internos, Rotadores externos Rodilla: Flexores, Extensores Cuello pie: Plantiflexión, Dorsiflexión, Inver y ever



Powered by CamScanner

OTROS PROCEDIMIENTOS: Se realiza descarga muscular en miembros inferiores, Se realizaron estiramientos asistidos enfocados en los isquiotibiales, cuádriceps y gastrocnemios, con el propósito de mejorar la flexibilidad de la cadena posterior
EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR
Activos
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). MARIA FERNANDA NEIRA GALINDO CC No. 1.020.835.904 - FISIOTERAPIA - R.M. 1020835904

FECHA CONSULTA: sábado, 12 de octubre de 2024 8:37:55 - EDAD: 17 años, 3 meses y 18 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 8 Hora de salida: 9 No. de sesión: 4
CONDUCTA: modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: DESCRIPCION TERAPIA FISICA
Ultrasonido: 5 MIN Electro estimulador: 7 MIN Crioterapia: 5 MIN Termoterapia: 7 MIN
ESTIRAMIENTO MIEMBROS INFERIORES
Cadera: Flexores, Extensores, Abductores, Aductores
OTROS PROCEDIMIENTOS: se realizan ejercicios para mejorar la movilidad estos se realizan con 3 series de 10 repeticiones, se finaliza con mejora en la elongación muscular
EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR
Activos, Ejercicios isométricos
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): continuar con plan casero
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO NUEVO
Dr.(a). YENCI YULISA ROJAS PUENTES CC No. 1.233.502.075 - FISIOTERAPIA - R.M. 28213

FECHA CONSULTA: martes, 15 de octubre de 2024 9:34:03 - EDAD: 17 años, 3 meses y 24 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 07/00 Hora de salida: 08/00 No. de sesión: 5
CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas.
TRABAJO REALIZADO: OTROS PROCEDIMIENTOS: el paciente manifestó una mejora significativa en la movilidad y reducción de la fatiga muscular. Se aplicaron técnicas de liberación miofascial en la zona lumbar y los miembros inferiores, enfocándose en los puntos de tensión. El masaje deportivo incluyó manipulaciones de amasamiento profundo en los cuádriceps y la musculatura posterior de la pierna. Se finalizó con estiramientos globales y ejercicios de movilidad para aumentar la flexibilidad y prevenir futuras sobrecargas.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: miércoles, 16 de octubre de 2024 9:36:41 - EDAD: 17 años, 3 meses y 24 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 07/00 Hora de salida: 08/00 No. de sesión: 6
CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: OTROS PROCEDIMIENTOS: El paciente asistió nuevamente para una sesión de descarga muscular después de un partido de alta intensidad. Presentaba rigidez muscular en la zona de los abductores y gemelos. Se realizaron técnicas de masaje de presión sostenida y estiramientos miofasciales en las zonas afectadas. El paciente experimentó una reducción notable en la rigidez y se recuperó la flexibilidad normal de las piernas. Se le recomendó realizar ejercicios de estiramiento al final de cada entrenamiento.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO NUEVO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: jueves, 17 de octubre de 2024 7:59:02 - EDAD: 17 años, 3 meses y 23 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 07/00 Hora de salida: 08/00 No. de sesión: 7



Powered by CamScanner

CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas.
TRABAJO REALIZADO: OTROS PROCEDIMIENTOS: Se realiza descarga muscular a nivel del tren inferior se continua con estiramientos de la cadena muscular posterior dde miembros inferiores de 5 series de 10 series se finaliza con sentadillas, refiere que se siente mejor y se va iniciar la próxima sesión fortalecimiento muscular.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: viernes, 18 de octubre de 2024 9:38:27 - EDAD: 17 años, 3 meses y 24 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 07/00 Hora de salida: 08/00 No. de sesión: 8
CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: OTROS PROCEDIMIENTOS: Durante la quinta sesión, el paciente llegó con fatiga acumulada en los gemelos y el tendón de Aquiles, tras una semana de entrenamientos intensivos. Se aplicaron técnicas de masaje de percusión y fricción en las zonas de mayor tensión. Además, se realizaron estiramientos asistidos enfocados en los músculos de la pantorrilla y el tendón de Aquiles. Posteriormente, se incluyeron ejercicios isométricos para cuádriceps, utilizando un peso de 2 kg para cada pierna, con el objetivo de fortalecer los músculos sin generar más sobrecarga. El paciente manifestó una sensación de alivio y disminución del dolor, recuperando el rango de movilidad normal en las articulaciones del tobillo.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: viernes, 25 de octubre de 2024 14:19:40 - EDAD: 17 años, 4 meses y 4 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 14 Hora de salida: 15 No. de sesión: 9
CONDUCTA: modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: DESCRIPCION TERAPIA FISICA
Electro estimulador: 7 MIN Termoterapia: 7 MIN
ESTIRAMIENTO MIEMBROS INFERIORES
Cadera: Flexores, Extensores Rodilla: Flexores, Extensores Cuello pie: Plantiflexión, Dorsiflexión
OTROS PROCEDIMIENTOS: se realiza aplicación de preso terapia por 15 minutos, posteriormente se realizan estiramiento con 3 series de 6 repeticiones, se finaliza con mejora en la movilidad
EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR
Activos, Ejercicios excéntricos
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): continuar con plan casero
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO NUEVO
Dr.(a). YENCI YULISA ROJAS PUENTES CC No. 1.233.502.075 - FISIOTERAPIA - R.M. 28213



Powered by CamScanner