

Punción seca en el punto gatillo

¿Qué es la punción seca en el punto gatillo?

En la punción seca en el punto gatillo (TPDN, por sus siglas en inglés) se inserta una aguja para ayudar a tratar las áreas dolorosas de los músculos, que se conocen como puntos gatillo. Estos puntos gatillo, o nudos en un músculo, se forman cuando los músculos no se relajan o debido al uso excesivo.

La TPDN incluye la colocación de una aguja pequeña (sin medicamento) en el punto gatillo del músculo para ayudar a reducir el dolor, prevenir espasmos musculares y mejorar la actividad muscular. El tratamiento se denomina punción “seca” porque la aguja misma estimula el tejido y no se inyecta nada.

¿Cuáles son los beneficios de la TPDN?

La TPDN puede ser una opción para tratar el dolor, la rigidez muscular o los espasmos. Otros métodos ofrecidos por su fisioterapeuta, entre ellos, la terapia manual, el ejercicio y el estiramiento, pueden ayudar a mejorar los efectos de la punción.

¿Cuáles son los riesgos de la TPDN?

Al igual que sucede con cualquier tratamiento, existen posibles riesgos. Si bien estos son raros, existen y deben tenerse en cuenta.

- Siempre que se coloca una aguja en la piel, existe el riesgo de **infección**. Informe a su fisioterapeuta si tiene alguna condición médica que puede transmitirse a través de la sangre o si tiene una deficiencia inmunitaria.
- **La perforación de un pulmón (neumotórax)** es una complicación rara y es el riesgo más grave asociado con la TPDN. Si esto ocurriera, probablemente usted necesitaría someterse a rayos X del pecho y ningún otro tratamiento. El síntoma principal de la perforación de un pulmón, la falta de aliento, puede durar varios días a semanas. Una perforación de pulmón más grave puede requerir hospitalización y reinsuflación del pulmón.



Punción seca en el punto gatillo

¿Cómo me preparo para la TPDN?

Informe a su fisioterapeuta si pudiera quedar embarazada, si tiene alguna infección conocida, miedo a las agujas o si está tomando medicamentos anticoagulantes, o si tiene el sistema inmunitario deprimido (su sistema inmunitario no funciona correctamente) o historial de linfedema.

¿Qué puedo esperar?

Su fisioterapeuta insertará agujas pequeñas en sus puntos gatillo. Para algunas personas, la inserción de la aguja es indolora mientras que otras pueden sentir una leve molestia o presión.

Es posible que le traten varios sitios en una sola visita.

¿Cuáles son los efectos secundarios?

Los posibles efectos secundarios (reacciones negativas) incluyen:

- **Moretones**, que son comunes y no deberían ser una preocupación a menos que usted esté tomando un anticoagulante. Las agujas son muy pequeñas y no tienen un borde filoso, de modo que la lesión significativa en el tejido a causa de la TPDN es sumamente improbable.
- **Dolor muscular**, que debería desaparecer en el término de 24 horas.

- **Mareos o náuseas**, que pueden ocurrir inmediatamente pero no deberían durar mucho tiempo.

¿Qué sucede a continuación?

La punción seca debe realizarse en combinación con otros tratamientos. Su fisioterapeuta brindará otros tratamientos que pueden incluir terapia manual, ejercicio o estiramiento para aliviar su dolor.

Si elige hacer ejercicio después de su sesión de punción seca, asegúrese de hacerlo con calma porque sus músculos

¿Cuándo debo llamar a mi terapeuta?

Llame a su fisioterapeuta si tiene:

- Problemas para respirar o dolor en el pecho.
- Problemas de sangrado o moretones.
- Calor, enrojecimiento, hinchazón o secreción en el sitio donde se realizó el tratamiento.

Preguntas para mi fisioterapeuta

Trigger Point Dry Needling

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.