



Brian Waterman, MD

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

PROTOCOLO PT PARA CAPSULITIS ADHESIVA NO OPERATORIA

Nombre fecha: _____

Diagnóstico: _____

Fecha de la cirugía _____

Frecuencia: 1 2 3 4 veces/semana

Duración: 1 2 3 4 5 6 Semanas

- Medicamentos para el dolor para pacientes ambulatorios y modalidades o Hielo, calor,

ultrasonido, etc. • Aplicar modalidades con el hombro en la posición máxima (cómoda) (no el brazo al costado) • A/AA/PROM o Sin limitaciones, enfoque en IR y ER a 90° ABD en posición supina. o Trate de preservar tanto IR y ER como sea posible. • Enfaticé GENTLE PROM para comenzar • Trabaje en un arco sin dolor, pero enfaticé las modalidades para estirar. • Trabajar la flexión completa y la abducción.

o Enfaticé el movimiento glenohumeral, bloquea el movimiento escapulotorácico con abducción/flexión de 0-80°.

- Programa de ejercicios de estabilización del manguito rotador y escapular
 - o Comience en 0° y progrese a 45°/90° según lo tolere sin dolor •
- Programa de ejercicios en el hogar • Estiramientos que se deben hacer 3-4 veces al día durante 1-15 minutos por sesión

Comentarios:

___ Evaluación de Capacidad Funcional ___ Endurecimiento por trabajo/Acondicionamiento por trabajo ___ Enseñar HEP

Modalidades:

___ Estimulación eléctrica ___ Ultrasonido ___ Iontoforesis ___ Fonoforesis
___ DIEZ ___ Calor antes/después ___ Hielo antes/después ___ Masaje de puntos gatillo
___ A discreción del terapeuta
___ Otro _____

Firma: _____

Fecha: _____