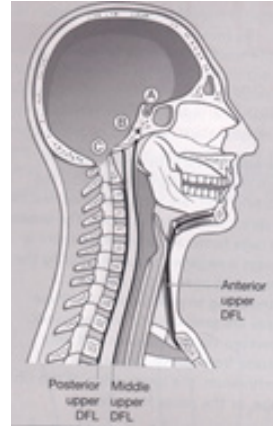


# SESIÓN 8. CRÁNEO Y EXTREMIDAD SUPERIOR

Músculos paravertebrales cervicales  
Músculos prevertebrales cervicales  
Suboccipitales  
Maseteros  
Pterigoideos lateral y medial  
Paladar  
Nariz



## OBJETIVOS

En esta sesión vamos a completar el trabajo en el cráneo y/o en la extremidad superior. Podemos elegir un camino u otro (o los dos), dependiendo de las necesidades de cada caso. Vamos a detallar las estrategias según una cosa u otra.

### TRABAJO FINAL DE CABEZA Y CRÁNEO

El objetivo final de esta parte de la sesión es equilibrar la cabeza sobre el resto del cuerpo, para completar lo que se inició en la sesión 7 de la columna. Trabajamos sobre cuello, rostro y cráneo.

#### - Situar la cabeza erguida

- Alinear físicamente la cabeza con el resto del cuerpo, y en equilibrio con los tejidos axiales, permitirá a los hombros relajarse al no tener que compensar el desequilibrio de bloques, y asegurará un correcto flujo de los fluidos entre la cabeza y el cuerpo.

#### - Abrir la mandíbula y el viscerocráneo

Esta sesión contiene el trabajo intrabucal e intranasal. El propósito de este trabajo es:

- Abrir el inicio del tracto digestivo: la mandíbula y la glotis
- Equilibrar la mandíbula con los huesos temporales a través de la ATM
- Diferenciar el cráneo visceral del neurocráneo
- Liberar los músculos faciales, los cuales a menudo acumulan tensión emocional
- Aumentar el equilibrio autónomo con el trabajo nasal a través del esenoide, la pituitaria y los ganglios autónomos superiores

## ESTRATEGIA

#### - Equilibrar la cabeza sobre la columna

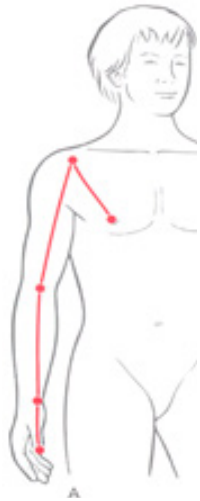
Hacer un trabajo sobre cuello y cabeza para situarlas sobre la columna. Lo que incluirá:

- Escalenos, ECM, esplenio, suboccipitales
- Largo del cuello y largo de la cabeza. Con tracción de la glotis (si es necesario)
- Mandíbula por fuera: maseteros y músculo temporal
- Trabajo intrabucal: encias superiores e inferiores, maseteros y pterigoideos, paladar
- Trabajo nasal: intentaremos profundizar por igual en ambos lados

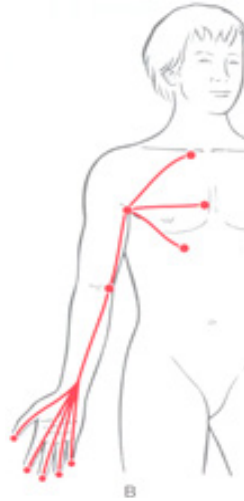
#### - En ausencia de estrategia, trabajaremos:

- Cabeza y cráneo
  - o Cilindro externo del cuello seguido por el cilindro profundo
  - o Boca, mandíbula y cilindro visceral
  - o Nariz
  - o Por último: alisar el rostro, equilibrio cráneo-sacro

# LÍNEAS DE LOS BRAZOS



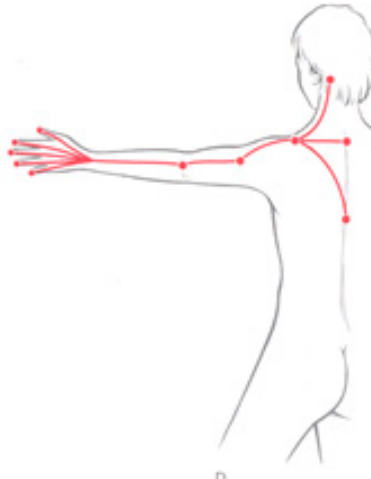
01. Pectoral menor
02. Ap. coracoides
03. Bíceps braquial
04. Periostio de radio
05. Ap. estiloides radial
06. Lig. colateral radial
07. Escafoides/Trapezio
08. Músculos tenares.
09. Parte ext. del pulgar



01. Tercio medial clavic.
02. Cartílagos costales
03. Pectoral mayor
04. Septo interm. medial
05. Epicóndilo humeral
06. Grupo flexor
07. Túnel carpiano
08. Cara palmar dedos



01. Borde media escap.
02. Manguito rotadores
03. Tríceps braquial
04. Olecranon cubital
05. Periostio cubital
06. Ap. estiloides cubital
07. Lig. colateral cubital
08. Piramidal/ganchoso
09. Musc. hipotenar
10. Parte ext. meñique



01. Ligamento nucal
02. Ap. Esp. dorsales
03. Trapecio
04. Espina escápula
05. Acromion
06. Deltoides
07. Tuber. deltoidea
08. Septo interm. lateral
09. Epicóndilo humeral
10. Grupo extensor
11. Cara dorsal dedos

## PERSPECTIVA

En este capítulo identificamos cuatro meridianos miofasciales distintos que van desde el esqueleto axial hasta la mano. A pesar de esta aparente ordenada simetría, las líneas de los brazos exponen más conexiones miofasciales (cruzadas) interconectadas entre ellas que sus correspondientes líneas en las piernas. Esto es debido a que los hombros y brazos humanos están especializados en movilidad (comparado con las piernas). Las líneas del brazo son denominadas por la posición en la que cruzan la articulación del hombro.

## FUNCIÓN POSTURAL

Aunque los brazos cuelgan desde la parte superior del esqueleto no son parte por esto de la “columna estructural” como tal. Dado su peso y sus múltiples conexiones a nuestras actividades, las líneas de los brazos tienen una función postural: la posición del codo afecta a la parte media de la espalda y la posición del hombro tiene un efecto significativo en las costillas y cuello. Esta relación postural entre el esqueleto axial y los brazos, puede comprometer la movilidad y efectividad de la acción de los brazos.

## FUNCION MOTRIZ

En millones de actividades manuales diarias, examinando, manipulando y respondiendo a nuestro entorno, nuestros brazos y manos, en conexión con nuestros ojos se utilizan a través de estas líneas. Las líneas de los brazos actúan cruzando 10 o más niveles articulares en el brazo para acercar o alejar objetos, empujar o tirar de nuestro cuerpo o simplemente sostener alguna parte para un examen y modificación personal. Estas líneas conectan a la perfección con otras líneas particularmente las líneas lateral, espiral y líneas funcionales.

## OBJETIVOS

### - Liberar la extremidad superior para una interacción fácil con el entorno

- ¿Está el brazo libre del cuello y descansa apoyado en la caja torácica? Este debería ser nuestro mayor objetivo.

### - Relaja y tonifica los brazos

- Liberar al coracobraquial si el húmero esta muy pegado al tronco.
- Relajar el braquial anterior si hay una semiflexión permanente del codo.
- Liberar al pronador redondo si las manos miran hacia posterior.
- Relajar a los flexores de los dedos si la mano se mantiene semicerrada en puño.
- Liberar y normalizar todo aquello que observes y que necesite ser equilibrado.

## ESTRATEGIA

### - Equilibra la cintura escapular

- Abre y relaja la clavícula.
- Equilibra el manguito de los rotadores.
- Trabajo de braquial anterior, pronador redondo, flexores de los dedos, musculatura de la palma de la mano.

## APLICACION SESION N.8

### - Análisis postural

- Observa la posición de:
  - o Translaciones y rotaciones de caja torácica, hombros, cabeza y cuello.
  - o Escápula: ascendida, campaneó, inclinada, descendida, separada.
  - o Brazo: rotación int./ext., adelantado, pegado/separado del tronco.
  - o Antebrazo: en pronación/supinación, codo en semiflexión.
  - o Mano: cerrada, abierta, muñeca en flexión - extensión.

### - Creación de una estrategia

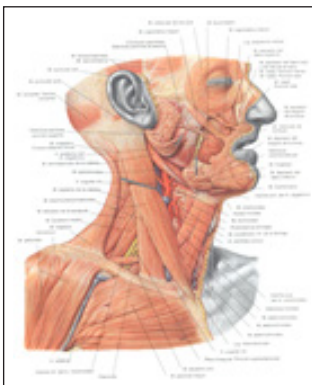
- ¿Dónde hay una mayor restricción?
  - o En la cabeza y cuello
  - o En los brazos

### - Iniciar Protocolo Kinseología

- ¿Que músculo nos ha salido como prioritario?
  - o ¿Que metáfora está refiriendo?
- ¿Qué Elemento es el que está asociado a esta sesión?

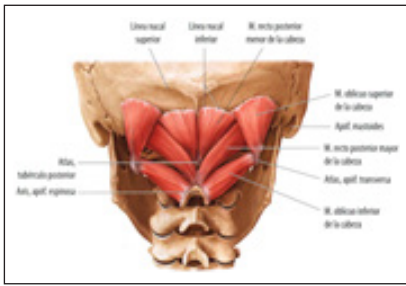
### - Aplicar maniobra de “Tracción del temporal”

- La Sesión 8 puede / debería incluir:



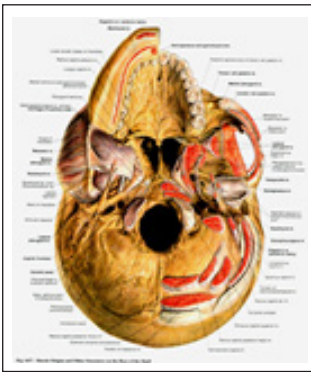
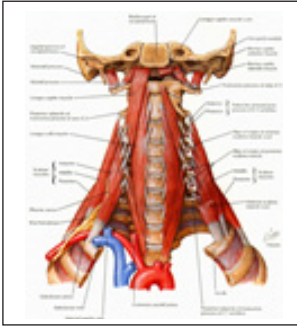
### Cilindro externo

- ECM en rotación del cuello y subiendo desde clavícula hasta mastoides
- Liberar hacia caudal el semiespinoso
- Esplenio de la cabeza
- Trabajo en maseteros y temporales por fuera.
- *Movimiento principal: flexiones y rotaciones de cabeza y/o cuello, abrir y cerrar la boca*



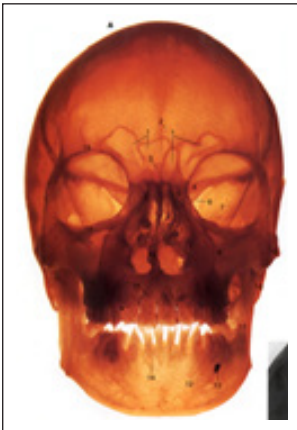
## Cilindro profundo

- Liberación del occipital
  - o Flexión de cabeza
  - o Rotación de cabeza
- Músculos suboccipitales
  - o Recorrer los cuatro músculos
  - o Presionar a RPMeC, RPMaC y OSC
- Abrir los músculos largo del cuello y largo de la cabeza
- Traccionar la glotis (si es necesario)
- Trabajar los escalenos concentrándonos en la fascia del escaleno anterior y en las conexiones con la parte superior de los pulmones
- *Movimiento principal: flexiones y rotaciones de cabeza y/o cuello*



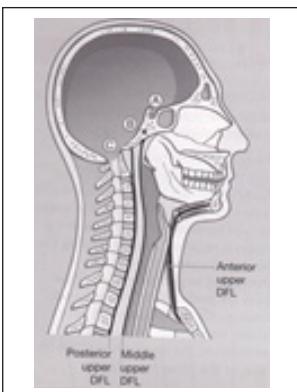
Este trabajo se aplicará de forma lenta y suave; es necesario que seamos pacientes:

- Trabajo intrabucal:
  - o Abrir el espacio entre la mejilla y las encías
  - o Trabajar el suelo de la boca y el paladar
  - o Trabajo intrabucal del masetero y los pterigoideos
- Separar el neurocráneo del viscerocráneo, vía relajación viscerocraneal.



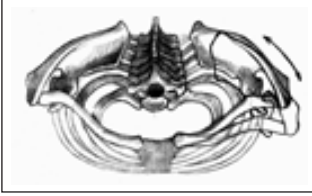
Este trabajo se aplicará de forma lenta y suave; es necesario que seamos pacientes. Usar siempre guantes o protectores de dedos y un lubricante inerte como la vaselina quirúrgica.

- Trabajo nasal, si es realmente necesario
- Preparar al cliente: entrar cuidadosamente, asegurando lubricación por todas partes, estando alerta sus reacciones (ojos, voz y cuerpo).
- Ir directamente al fondo, paralelo al paladar.

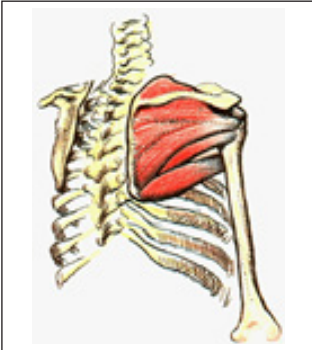


- Alisa a partir de la nariz: masaje facial para tranquilizar y calmar. Pases lentos y profundos del centro a lateral.
- Incluir en el masaje las orejas si se considera necesario
- Realizar el equilibrio cráneo-sacro: situar una mano en el occipital y la otra en el sacro. Esperar y sentir como fluye el líquido encéfalo-raquídeo.
- Permitir al cliente tomarse su tiempo para finalizar la sesión, porque hemos aplicado un trabajo que puede resultar muy delicado para él.

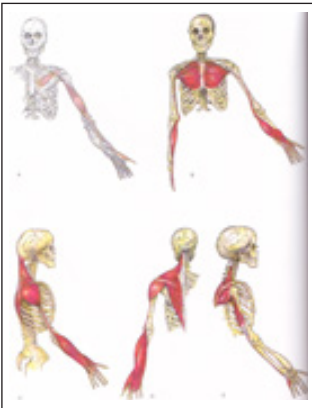
## BRAZOS



- Libera la clavícula a través del subclavio y, en caso de ser necesario, trabaja también el ECM.
- *Movimiento primario: Extensión humero, rotación contralateral del cuello*



- Equilibra los músculos del manguito rotador: supraespinoso (abducción), infraespinoso y redondo menor (rotación lat.), y subescapular (rotación med.).
- Libera y equilibra los otros estabilizadores escapulares, incluyendo el dorsal ancho en la axila.
- Repasa el romboides-serrato y trapecio-pectoral menor.
- Equilibra las líneas de la axila abriendo por delante y por detrás y libera el movimiento del torso en el cuello.



Recorre las líneas del brazo sin olvidar:

- Pelar el trapecio, alisar y envolver al deltoides.
- Plancha el pectoral mayor, bíceps, flexores del carpo y de los dedos, palma de la mano.
- Plancha el deltoides posterior, tríceps, extensores del carpo y dedos, dorso de la mano.
- Trabaja coracobraquial, braquial anterior, pronador redondo y braquioradial si fuese necesario.
- *Movimiento primario: flexo-extensión del codo*

### - Obtén el retorno de la persona

- ¿Cómo siente su cuerpo durante los paseos a lo largo de la sesión?
- ¿Y una vez finalizada la sesión?
  - o Anota sus comentarios

### - Aplicar maniobra de “Tracción del nervio vestibulococlear”

### - Terminar protocolo Kinesiología

- ¿Existe supresión?
- Otros...

## NUEVAS MANIOBRAS

### Tracción de la glotis

Con la persona en decúbito supino, nos sentaremos en el cabezal de la camilla mirando hacia sus pies. Localiza el ECM y sitúa el índice y dedo medio de ambas manos justo en el borde posterior de este músculo, dirígete lentamente hacia medial hasta hacer contacto con las apófisis transversas cervicales y luego supéralas por la cara anterior hasta entrar en contacto, si te es posible, con los cuerpos vertebrales cervicales. Llegados a este punto orientaremos las yemas hacia craneal y pidiéndole a la persona que lleve la barbilla hacia el cuello, traccionaremos suavemente del tejido de la glotis hacia craneal. Asegúrate que te desplazas en paralelo a las vértebras cervicales.

### **Masetero y temporal**

La persona y terapeuta estarán en la misma posición que la maniobra anterior. Realiza pases en sentido descendente y ascendente sobre el masetero, y una vez relajado este músculo, te situas en el ángulo inferior de la mandíbula con los tres dedos centrales de la mano y te diriges hacia el arco cigomático mientras la persona abre lentamente su boca.

Una vez hecha esta maniobra, pon las puntas de los mismos dedos craneal al arco cigomático y presiona hasta notar que comprimes el músculo temporal contra el cráneo. Pídele a la persona que abra la boca lentamente al tiempo que tu traccionas del músculo temporal en dirección superior.

### **Trabajo intrabucal** (para realizar estas maniobras se usará siempre guantes profilácticos)

*Encias:* La persona en supino y nosotros de pie a nivel de su cabeza y mirando hacia craneal. Introduce tu dedo en el espacio comprendido entre el labio inferior y las encias inferiores. Desplaza el tejido de las encias hacia la raíz de los dientes recorriendo toda la hilera de dientes. Repite en el lado contrario y realiza la misma operación con las encias superiores.

*Paladar:* desplaza el tejido de las encias y del paladar hacia la línea media del paladar inferior y superior.

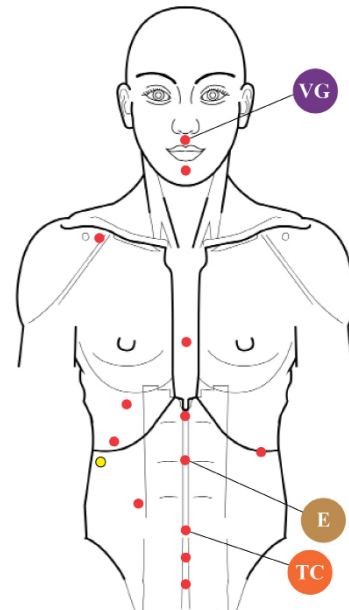
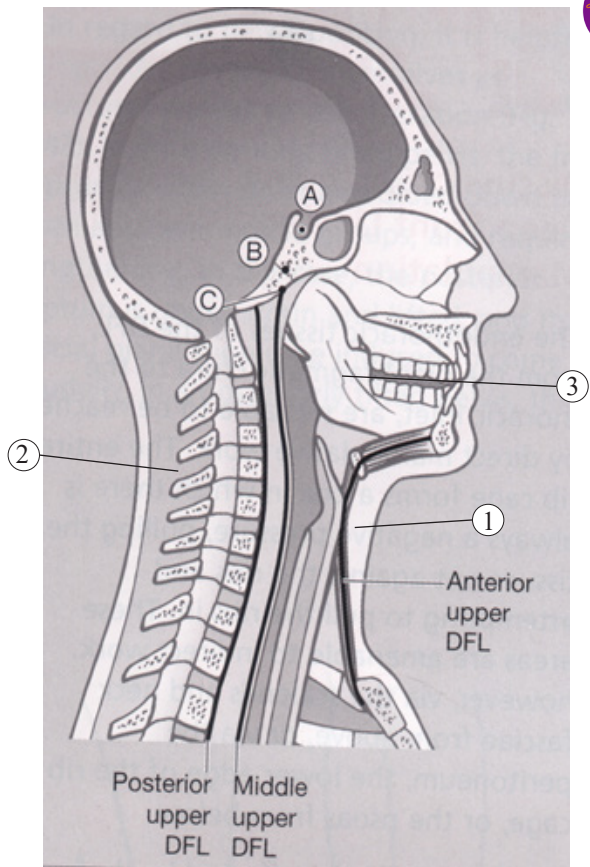
*Masetero, pterigoideo lateral y medial:* localiza el músculo masetero, ubicado lateral a la rama descendente de la mandíbula y realiza pases con la punta de un dedo sobre este músculo. Ligeramente más medial que el masetero, encontramos al pterigoideo lateral, presiona sobre el músculo al tiempo que le pides a la persona que abra lentamente la boca. Situado al final de la hilera de dientes y medial a la mandíbula, encontraremos al pterigoideo medial, repite la operación que has realizado con el lateral.

### **Separa neucráneo del viscerocráneo**

Sitúa la yema del pulgar de la mano más cercana a la persona apoyada en el paladar superior y las yemas del índice y dedo medio sobre el XXX. Realiza un micromovimiento de tracción en sentido anterior y espera a notar como se “despega” la mandíbula superior. Cuando notes que se ha liberado, realiza movimientos en sentido de inclinación, rotación y flexo-extensión para liberar completamente este hueso.

### **Trabajo intranasal** (realizar esta maniobra con guantes profilácticos y lubricante)

La persona en supino y nosotros de pie a nivel de su cabeza y mirando hacia craneal. Sitúa el dedo meñique, que estará empapado en gel lubricante, en la entrada de la fosa nasal. Desplázate a medida que entres en su nariz, primero hacia craneal, paralelo al rostro, para situarte acto seguido, paralelo al paladar y seguir desplazándote hacia profundo. Ve muy lentamente, habla con la persona y estate atento a todas sus señales, verbales o no, por si la maniobra le genera un estrés excesivo. Una vez llegados al punto máximo de profundidad, desplázate en sentido inverso con la misma lentitud con que has entrado. Recuérdales a la persona que, por muy incómoda o dolorosa que le resulte la maniobra, cuando el dedo ya está dentro no puede tirar de tu mano para intentar sacar el dedo de su nariz. Repite con la otra fosa.



1. **TC** -- Flex. Profundos Cuello
2. **E** -- Ext. Profundos Cuello
3. **VG** -- Masticadores

**FLEXORES PROFUNDOS DEL CUELLO**

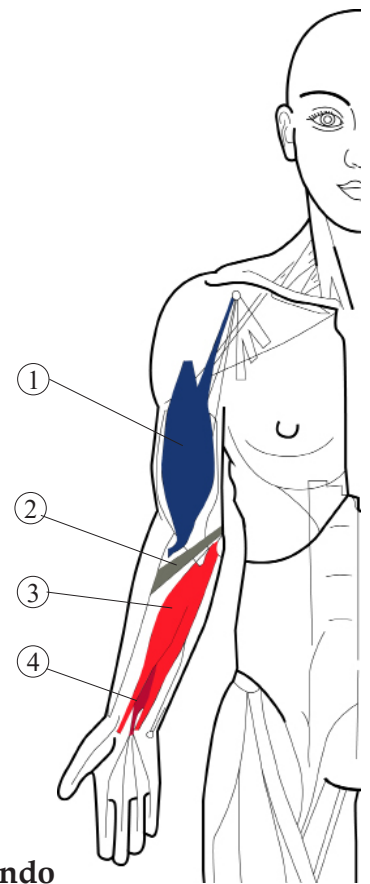
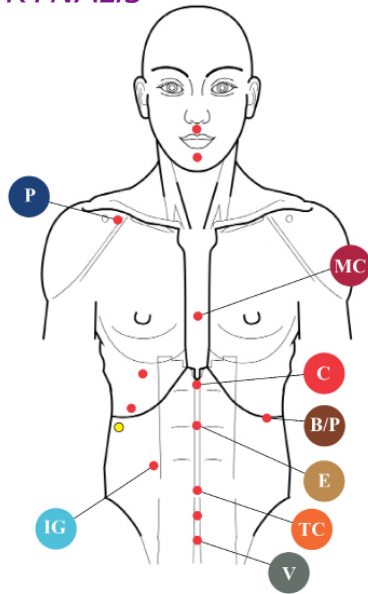
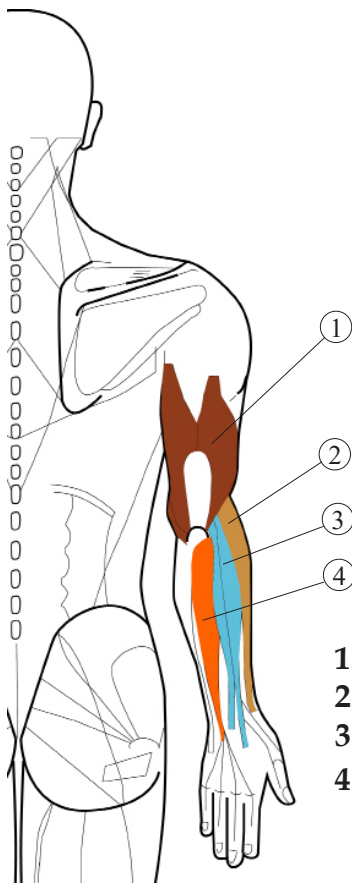
**Metáfora:** ¿Estás teniendo problemas para mantener tu cabeza erguida, L/F? ¿Estás mirando las cosas uniformemente, o estás torcido hacia un lado? ¿Has sufrido algún tipo de latigazo, L/F? ¿Cómo te afecta el aire? ¿Está rancio, fresco,apestoso o fragante, L/F? ¿Está tu cabeza/vida, bloqueada, L/F, o sientes que una brisa pura te aclara la cabeza?

**EXTENSORES PROFUNDOS DEL CUELLO**

**Metáfora:** ¿Estás sacando tu cuello hacia fuera? En sentido L/F ¿estás tomando demasiados riesgos, o necesitas tomar más riesgos?

**MASTICADORES**

# CRÁNEO Y EXTREMIDAD SUPERIOR Sesión 8



- 1. **B/P** -- Tríceps
- 2. **E** -- Braquioradial
- 3. **IG** -- Extensores del carpo
- 4. **TC** -- Extensores de los dedos

- 1. **P** -- Bíceps
- 2. **V** -- Pronador redondo
- 3. **C** -- Flexores del carpo
- 4. **MC** -- Flexores de los dedos

## TRICEPS

**Metáfora:** ¿Estás estirándote lo suficiente para coger algo, o no, L/F? ¿Estás recogiendo demasiado o demasiado poco? ¿Estás absorbiendo demasiadas cosas dulces, o no las suficientes en sentido literal o figurado? ¿Qué tal se te da desmenuzar los problemas en trocitos masticables?

## BRAQUIORADIAL

**Metáfora:** ¿Eres capaz de tocar tu espalda para hacer cosas importantes? ¿Puedes rascar tu propia espalda o hay zonas donde dependes de los demás? ¿Sientes que alguien te está “doblando el brazo”, o alguna cosa sucede a tu espalda que no puedes “controlar o agarrar”? ¿Eres flexible en tu punto de vista, o sólo miras hacia delante, ignorando tus puntos ciegos?

## EXTENSORES DEL CARPO

## EXTENSORES DE LOS DEDOS

## BICEPS

## PRONADOR REDONDO

## FLEXORES DEL CARPO

## FLEXORES DE LOS DEDOS