



suma calidad

a tu formación en fisioterapia

INSTITUTO MCKENZIE ESPAÑA Y PORTUGAL





MÉTODO MCKENZIE DE DIAGNÓSTICO Y TERAPIA MECÁNICA MDT

**DETECCIÓN DE PATOLOGÍA GRAVE MEDIANTE
LA COMPRENSIÓN DE LAS *RED FLAGS***



MÉTODO MCKENZIE DE DIAGNÓSTICO Y TERAPIA MECÁNICA MDT



@MDTSpain_



@mckenzie_es



Instituto McKenzie España y Portugal



infomdt@mckenzie.es



www.mckenzie.es



#FisioMDT



EVALUACIÓN MECÁNICA DOLOR DE COLUMNA



Patología grave de columna <2%



DERIVAR AL ESPECIALISTA



Patología de la raíz nerviosa <10%



TERAPIA MECÁNICA



Dolor lumbar simple >90%





RED FLAGS



El **sistema de banderas** nos permite predecir la presencia de factores que pueden alterar nuestro proceso de toma de decisiones o incluso los resultados de nuestra propuesta de tratamiento

Nicholas M.K. et al., 2011

RED FLAGS



Las **red flags** son signos o síntomas encontrados en la historia y exploración del paciente que **pueden** alterar la recuperación del paciente o ponerlo en riesgo de patologías graves

Sizer P.S. et al., 2007

RED FLAGS



Un examen exhaustivo de la **historia** del paciente, el estudio de las **características de su motivo de consulta**, la **exploración** y los hallazgos de las **pruebas de laboratorio**, mejoran la probabilidad de considerar o descartar la presencia de banderas rojas

Sizer P.S. et al., 2007

RED FLAGS



Las *red flags* son sólo **indicadores de potencial presencia de patología grave**,
debiendo ser bien interpretados para evitar falsos positivos

Downie A. et al. 2013

RED FLAGS



El **80%** de los pacientes que acuden a atención primaria tienen **al menos una red flag positiva**, de modo que, usadas de forma aislada, tienen poco valor diagnóstico

Henschke N. et al. 2009

RED FLAGS



Actualmente no existe un acuerdo entre las diferentes guías clínicas sobre qué *red flags* pueden predecir de forma precisa qué patologías.

Downie A. et al. 2013

RED FLAGS: CATEGORÍAS



Categoría I



Atención inmediata

Categoría II



Historia, exploración
y tratamiento
precavidos

Categoría III



Exploración más
profunda y
diferenciación

Sizer P.S. et al., 2007

PATOLOGÍA GRAVE EN COLUMNA



Cáncer

Fractura vertebral

Infección relacionada
a la columna

Cauda equina

Vascular

RED FLAGS: CÁNCER



- ✓ **Historia previa de cáncer**

Downie A. et al. 2013

- ✓ Mayor de 50
- ✓ Pérdida de peso inexplicable
- ✓ Dolor constante progresivo de predominio nocturno
- ✓ No alivio con el reposo
- ✓ No cesa con tratamiento conservador
- ✓ Debilidad multiradicular



RED FLAGS: FRACTURA VERTEBRAL

- ✓ Edad avanzada
- ✓ Uso prolongado de corticoides
- ✓ Traumatismo
- ✓ Presencia de contusión o abrasión
- ✓ Mayor probabilidad con varias de las anteriores

- ✓ Traumatismo severo en personas jóvenes

Downie A. et al. 2013; Henschke N. et al. 2009



RED FLAGS: **INFECCIÓN RELACIONADA A LA COLUMNA**

- ✓ Malestar general
- ✓ Fiebre
- ✓ Dolor de características no mecánicas
- ✓ Peor con todos los movimientos
- ✓ Velocidad de sedimentación elevada



RED FLAGS: CAUDA EQUINA

- ✓ Alteraciones vesicales o intestinales (incontinencia o retención)
- ✓ Alteración de la función sexual
- ✓ **Anestesia en silla de montar**
- ✓ Comúnmente aparecen ciáticas unilaterales o bilaterales, alteraciones sensitivas y de fuerza y reducción del SLR



RED FLAGS: VASCULAR

- ✓ Patología vascular de base
- ✓ Antecedentes de tabaquismo
- ✓ Antecedentes familiares
- ✓ Mayores de 60
- ✓ Hombre > mujer
- ✓ Antecedentes de traumatismo
- ✓ Mareos, diplopía, disartria, disfagia, caídas
- ✓ Nistagmos, adormecimiento, nausea



*Todo paciente merece una
valoración seria y exhaustiva*

VALORACIÓN MECÁNICA MDT



1. Historia

INSTITUTO MCKENZIE INTERNACIONAL
VALORACIÓN DE LA COLUMNA LUMBAR

Fecha _____
Nombre _____ Sexo M / F _____
Dirección _____
Teléfono _____
Fecha nac. _____ Edad _____
Remitido por: Dr. / B / Otro _____
Actividad laboral _____
Actividades de ocio _____
Limitación funcional en este episodio _____

Resultado del test
Puntuación NPRS (0-10) _____

Sintomas presentes
Presentes desde _____ mejorando / sin cambios / empeorando
Comenzaron por _____ sin razón aparente

Sintomas al inicio: espalda / muslo / pierna _____
Sintomas constantes: espalda / muslo / pierna _____ Sintomas intermitentes: espalda / muslo / pierna _____

Peor flexionando sentado / levantarse de pie caminando tumbado
am / conforme pasa el día / pm quieto / en movimiento
otro _____

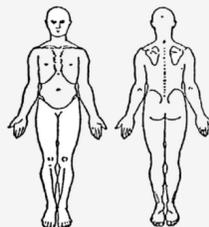
Mejor flexionando sentado de pie caminando tumbado
am / conforme pasa el día / pm quieto / en movimiento
otro _____

Dolor nocturno: sí / no _____ Posturas al dormir: prono / sup / de lado D / I Superficie: _____

Historia previa en columna _____
Tratamientos previos _____

PREGUNTAS ESPECÍFICAS
Tos / estornudo / hacer fuerza _____ Continencia vesical / intestinal: normal / anormal _____ Marcha: normal / anormal _____
Medicación: _____
Salud general / Comorbilidades: _____
Cirugía reciente / relevante: sí / no _____
Historia de cáncer: sí / no _____ Pérdida inexplicada de peso: sí / no _____
Historia de trauma: sí / no _____ Radiología: sí / no _____
Objetivos / expectativas / creencias del paciente: _____

McKenzie Institute International 20200



2. Exploración

EXPLORACIÓN

OBSERVACIÓN POSTURAL
Sentado: lordótico / neutro / cifótico _____ Cambio de postura: mejor / peor / no efecto _____
Bipedestación: lordótica / neutra / cifótica _____ Lateral shift: derecho / izquierdo / no _____ Shift relevante: sí / no _____
Otras observaciones / medidas de referencia funcionales: _____

EXPLORACIÓN NEUROLÓGICA
Déficit motor _____ Reflejos _____
Déficit sensitivo _____ Tests neurodinámicos _____

PÉRDIDA MOVS.	Gran	Mod	Min	No	Sintomas
Flexión					
Extensión					
Side gliding D					
Side gliding I					
Otro					

TEST DE MOVIMIENTOS Describe el efecto en el dolor presente - Durante: Produce, Abole, Aumenta, Disminuye, No Efecto; Contrastando: Perfeccionando, Después: Mejor, Peor, No Mejor, No Peor, No Efecto; Centralizado, Perfeccionado.

Sintomas durante el test	Sintomas después del test	Respuesta mecánica	
		Efecto - i o j RCM o test funcional principal	No efecto
Sintomas pretest de pie			
FIS			
Rep FIS			
EIS			
Rep EIS			
Sintomas pretest tumbado			
FiL			
Rep FiL			
EiL			
Rep EiL			
Sintomas pretest			
SGIS - D			
Rep SGIS - D			
SGIS - I			
Rep SGIS - I			
Otros movimientos			

TESTS ESTÁTICOS
Sentado encorvado / erguido / tumbado en prono en extensión / sentado alargado _____

OTROS TESTS

CLASIFICACIÓN PROVISIONAL
Derangement
Central o simétrico Unilateral o asimétrico por encima de la rodilla Unilateral o asimétrico por debajo de la rodilla
Dirección de Preferencia: _____ Postural OTROS subgrupo: _____
Función: Dirección: _____ Postural OTROS subgrupo: _____

POTENCIALES INDUCTORES DE DOLOR Y/O DISCAPACIDAD Comorbilidades Cognitivo - Emocional Contextual
Descripción: _____

PRINCIPIOS DE TRATAMIENTO
Educación _____
Tipo de ejercicio _____ Frecuencia _____
Otros ejercicios / intervenciones _____
Objetivos tratamiento _____
Firma _____

McKenzie Institute International 20200

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL

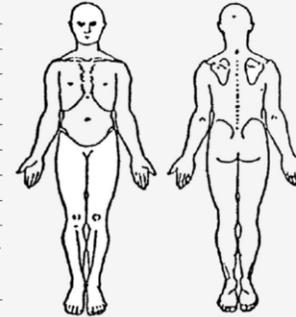


INSTITUTO MCKENZIE INTERNACIONAL VALORACIÓN DE LA COLUMNA LUMBAR

Fecha _____
Nombre _____ Sexo M / F _____
Dirección _____
Teléfono _____
Fecha nac. _____ Edad _____
Remitido por: Dr. / Él / Otro _____
Actividad laboral _____
Actividades de ocio _____
Limitación funcional en este episodio _____
Resultado del test _____
Puntuación NPRS (0-10) _____
Síntomas presentes _____
Presentes desde _____ mejorando / sin cambios / empeorando
Comenzaron por _____ sin razón aparente
Síntomas al inicio: espalda / muslo / pierna _____
Síntomas constantes: espalda / muslo / pierna _____ Síntomas intermitentes: espalda / muslo / pierna _____
Peor flexionando sentado / levantarse de pie caminando tumbado
am / conforme pasa el día / pm quieto / en movimiento
otro _____
Mejor flexionando sentado de pie caminando tumbado
am / conforme pasa el día / pm quieto / en movimiento
otro _____
Dolor nocturno: sí / no _____ Posturas al dormir: prono / sup / de lado D / I _____ Superficie: _____
Historia previa en columna _____
Tratamientos previos _____

PREGUNTAS ESPECÍFICAS

Tos / estornudo / hacer fuerza _____ Continencia vesical / Intestinal: normal / anormal _____ Marcha: normal / anormal _____
Medicación: _____
Salud general / Comorbilidades: _____ Cirugía reciente / relevante: sí / no _____
Historia de cáncer: sí / no _____ Pérdida inexplicada de peso: sí / no _____
Historia de trauma: sí / no _____ Radiología: sí / no _____
Objetivos / expectativas / creencias del paciente: _____



VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



INSTITUTO MCKENZIE INTERNACIONAL VALORACIÓN DE LA COLUMNA LUMBAR

Fecha _____

Nombre _____ Sexo M / F

Dirección _____

Teléfono _____

Fecha nac. _____ Edad

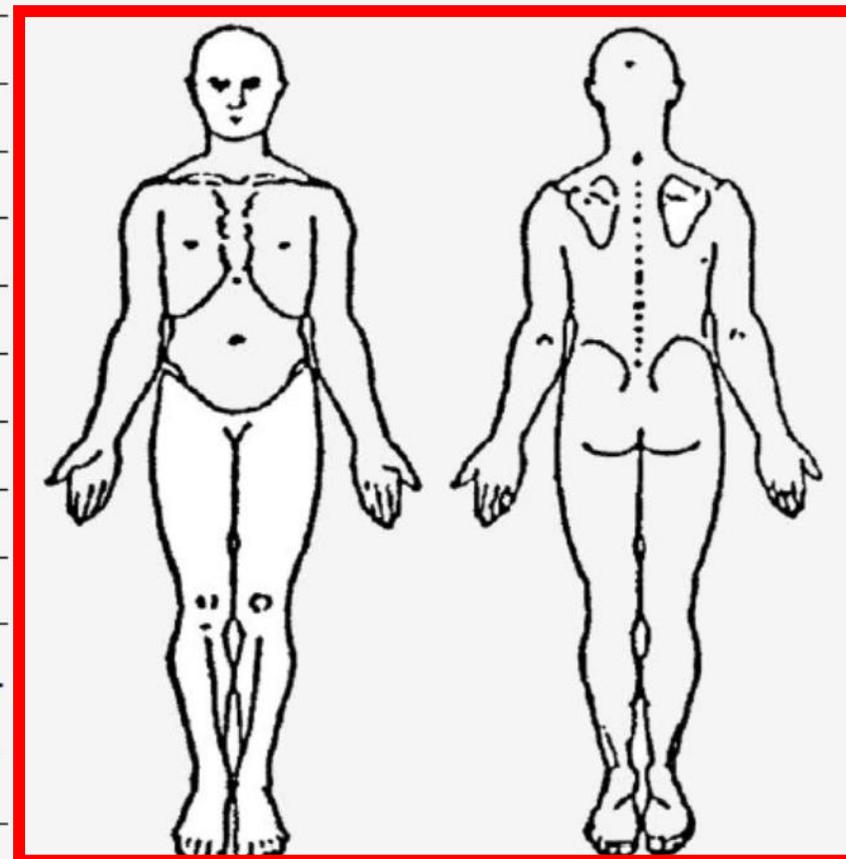
Remitido por: *Dr. / Él / Otro* _____

Actividad laboral _____

Actividades de ocio _____

Limitación funcional en este episodio _____

Resultado del test _____



RED FLAGS: **EDAD**

- ✓ Mayor de 55 años
- ✓ Menor de 20 años





RED FLAGS: DOLOR TORÁCICO

- ✓ Posible relación con metástasis: pulmón, pecho, riñón, tiroides y próstata
- ✓ Dolor visceral irradiado
- ✓ Fractura por colapso
- ✓ Compresión medular T4-T9
- ✓ Patrón radicular

VALORACIÓN MECÁNICA MDT



Puntuación NPRS (0-10) _____

Síntomas presentes _____

Presentes desde _____

mejorando / sin cambios / empeorando

Comenzaron por _____

sin razón aparente

Síntomas al inicio: *espalda / muslo / pierna* _____

Síntomas constantes: *espalda / muslo / pierna* _____

Síntomas intermitentes: *espalda / muslo / pierna* _____



RED FLAGS: TRAUMATISMO

- ✓ Traumatismo severo
- ✓ Traumatismo asociado a personas mayores o córticodependientes

VALORACIÓN MECÁNICA MDT



Peor

flexionando *sentado / levantarse* *de pie* *caminando* *tumbado*
am / conforme pasa el día / pm *quieto / en movimiento*
otro

Mejor

flexionando *sentado* *de pie* *caminando* *tumbado*
am / conforme pasa el día / pm *quieto / en movimiento*
otro



RED FLAGS: **PRESENTACIÓN NO MECÁNICA**

- ✓ Los síntomas no se afectan por movimientos o posiciones de forma relevante o estable

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



Dolor nocturno *sí / no*

Posturas al dormir: *prono / sup / de lado D / I*

Superficie: _____

Historia previa en columna

Tratamientos previos

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



PREGUNTAS ESPECÍFICAS

Tos / estornudo / hacer fuerza

Continencia vesical / intestinal: normal / anormal

Marcha: normal / anormal

Medicación

Salud general / Comorbilidades:

Cirugía reciente / relevante: sí / no

Historia de cáncer: sí / no

Pérdida inexplicada de peso: sí / no

Historia de trauma: sí / no

Radiología: sí / no

Objetivos / expectativas / creencias del paciente:

McKenzie Institute International 2020©



RED FLAGS: **ANTECEDENTES DE SALUD Y COMORBILIDADES**

- ✓ Cáncer
- ✓ Osteoporosis
- ✓ Tuberculosis
- ✓ Drogadictos
- ✓ Inmunodeprimidos



RED FLAGS: **ANTECEDENTES MEDICAMENTOSOS**

- ✓ Uso prolongado de corticoides
- ✓ Uso prolongado de anticoagulantes
- ✓ Ejercicio post antibióticos



RED FLAGS: **SIGNOS SISTÉMICOS**

- ✓ Malestar general
- ✓ Infección
- ✓ Pérdida inexplicable de peso



RED FLAGS: SÍNTOMAS ASOCIADOS

- ✓ Sangrado
- ✓ Tos persistente
- ✓ Esputos con sangre
- ✓ Cambios en el flujo urinario



RED FLAGS: ALTERACIONES VESICALES E INTESTINALES Y ANESTESIA EN SILLA DE MONTAR

- ✓ Alteraciones vesicales o intestinales (incontinencia o retención)
- ✓ Alteración de la función sexual
- ✓ **Anestesia en silla de montar**
- ✓ Comúnmente aparecen ciáticas unilaterales o bilaterales, alteraciones sensitivas y de fuerza y reducción del SLR

VALORACIÓN MECÁNICA MDT



EXPLORACIÓN

OBSERVACIÓN POSTURAL

Sentado: *lordótico / neutro / cifótico* Cambio de postura: *mejor / peor / no efecto* _____
 Bipedestación: *lordótico / neutro / cifótico* Lateral shift: *derecho / izquierdo / no* Shift relevante: *si / no*
 Otras observaciones / medidas de referencia funcionales: _____

EXPLORACIÓN NEUROLÓGICA

Déficit motor _____ Reflejos _____
 Déficit sensitivo _____ Tests neurodinámicos _____

PÉRDIDA MOV.	Gran	Mod	Min	No	Sintomas
Flexión					
Extensión					
Side gliding D					
Side gliding I					
Otro					

TEST DE MOVIMIENTOS Describa el efecto en el dolor presente – Durante: Produce, Abole, Aumenta, Disminuye, No Efecto, Centralizando, Periferizando. Después: Mejor, Peor, No Mejor, No Peor, No Efecto, Centralizado, Periferizado.

Sintomas durante el test	Sintomas después del test	Respuesta mecánica	
		Efecto - ↑ o ↓ ROM o test funcional principal	No efecto
Sintomas pretest de pie			
FIS			
Rep FIS			
EIS			
Rep EIS			
Sintomas pretest tumbado			
FIL			
Rep FIL			
EIL			
Rep EIL			
Sintomas pretest			
SGIS – D			
Rep SGIS – D			
SGIS – I			
Rep SGIS – I			
Otros movimientos			

TESTS ESTÁTICOS

Sentado encorvado / erguido / tumbado en prono en extensión / sentado alargado _____

OTROS TESTS

CLASIFICACIÓN PROVISIONAL

Derangement
 Central o simétrico Unilateral o asimétrico por encima de la rodilla Unilateral o asimétrico por debajo de la rodilla

Dirección de Preferencia: _____

Disfunción: Dirección _____ Postural OTROS subgrupo: _____

POTENCIALES INDUCTORES DE DOLOR Y/O DISCAPACIDAD Comorbilidades Cognitivo – Emocional Contextual

Descripción: _____

PRINCIPIOS DE TRATAMIENTO

Educación _____

Tipo de ejercicio _____ Frecuencia _____

Otros ejercicios / intervenciones _____

Objetivos tratamiento _____

_____ Firma _____

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



EXPLORACIÓN

OBSERVACIÓN POSTURAL

Sentado: *lordótico / neutro / cifótico*

Cambio de postura: *mejor / peor / no efecto* _____

Bipedestación: *lordótico / neutro / cifótico*

Lateral shift: *derecho / izquierdo / no*

Shift relevante: *sí / no*

Otras observaciones / medidas de referencia funcionales: _____



RED FLAGS: **DEFORMIDADES AGUDAS**

- ✓ Posible relación con discitis
- ✓ Posible relación con tumores
- ✓ Posible relación con fracturas

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



EXPLORACIÓN NEUROLÓGICA

Déficit motor

Déficit sensitivo

Reflejos

Tests neurodinámicos

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



PÉRDIDA MOVS.	Gran	Mod	Min	No	Síntomas
Flexión					
Extensión					
Side gliding D					
Side gliding I					
Otro					



RED FLAGS: **LIMITACIÓN PERSISTENTE DE LA FLEXIÓN LUMBAR**

- ✓ Posible relación con problemas de ocupación de espacio

VALORACIÓN MECÁNICA MDT



TEST DE MOVIMIENTOS Describa el efecto en el dolor presente – **Durante:** Produce, Abole, Aumenta, Disminuye, No Efecto, Centralizando, Periferalizando. **Después:** Mejor, Peor, No Mejor, No Peor, No Efecto, Centralizado, Periferalizado.

	Síntomas durante el test	Síntomas después del test	Respuesta mecánica	
			Efecto - ↑ o ↓ ROM o test funcional principal	No efecto
Síntomas pretest de pie				
FIS				
Rep FIS				
EIS				
Rep EIS				
Síntomas pretest tumbado				
FIL				
Rep FIL				
EIL				
Rep EIL				
Síntomas pretest				
SGIS – D				
Rep SGIS – D				
SGIS – I				
Rep SGIS – I				
Otros movimientos				

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



TESTS ESTÁTICOS

Sentado encorvado / erguido / tumbado en prono en extensión / sentado alargado _____

OTROS TESTS _____

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



CLASIFICACION PROVISIONAL

Derangement

Central o simétrico Unilateral o asimétrico por encima de la rodilla Unilateral o asimétrico por debajo de la rodilla

Dirección de Preferencia: _____

Disfunción: Dirección _____ Postural **OTROS** subgrupo: _____

POTENCIALES INDUCTORES DE DOLOR Y/O DISCAPACIDAD Comorbilidades Cognitivo – Emocional Contextual

Descripción: _____

VALORACIÓN MECÁNICA MDT

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



PRINCIPIOS DE TRATAMIENTO

Educación _____

Tipo de ejercicio _____ Frecuencia _____

Otros ejercicios / intervenciones _____

Objetivos tratamiento _____

_____ Firma _____

McKenzie Institute International 2020©

LISTADO DE *RED FLAGS*



- ✓ Edad
- ✓ Dolor torácico
- ✓ Traumatismo
- ✓ Presentación no mecánica
- ✓ Antecedentes de salud y comorbilidades
- ✓ Antecedentes medicamentosos
- ✓ Signos sistémicos
- ✓ Síntomas asociados
- ✓ Alteraciones vesicales e intestinales y anestesia en silla de montar
- ✓ Deformidades agudas
- ✓ Limitación persistente de la flexión lumbar

TAKE AWAY TIPS

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



TAKE AWAY TIPS



El Método McKenzie es una forma sistemática de aplicar Fisioterapia; valorando, clasificando y tratando al paciente



TAKE AWAY TIPS



La valoración del Método McKenzie se inicia con la realización de una Historia y una Exploración del paciente

TAKE AWAY TIPS



Podemos valorar a TODOS los pacientes con el Método McKenzie, pero NO TODOS serán clasificados como síndromes MDT (Derangement, Disfunción y Postural).

TAKE AWAY TIPS



Las *red flags* son indicadores que indican la **posible** presencia de una patología grave, pero no la necesidad de su existencia



TAKE AWAY TIPS

Instituto McKenzie
ESPAÑA Y PORTUGAL



EN CASA



MÉTODO MCKENZIE DE DIAGNÓSTICO Y TERAPIA MECÁNICA MDT



@MDTSpain_



@mckenzie_es



Instituto McKenzie España y Portugal



infomdt@mckenzie.es



www.mckenzie.es



#FisioMDT