

## 1.7 Vendajes

### 1.7.1 Vendaje funcional

#### **EXPLICACIÓN:**

Es el vendaje destinado a conseguir una limitación específica, parcial o total del movimiento que provoca los síntomas evitando la inmovilización de otras estructuras no afectadas por la lesión, respetando al máximo la funcionalidad del segmento.

1. **El vendaje funcional no adhesivo:** Es más global, ofreciendo una menor resistencia mecánica que está indicado cuando hay un derrame de líquido importante tras una lesión o para la estabilización articular, en casos particulares.
2. **El vendaje funcional adhesivo:** consigue la descarga mecánica de las estructuras anatómicas, mejorando el proceso de cicatrización del tejido lesionado, reduciendo el edema y el dolor y protegiendo el tejido de una recidiva
3. **Vendaje funcional terapéutico:** inmovilización más o menos estricta de las estructuras lesionadas, con la posición corregida del segmento, para suplir o reforzar analíticamente los elementos lesionados, respetando una mínima movilidad funcional. Vendaje terapeutico para tendinopatías aquileas, estando el segmento en acortamiento para mejorar la recuperación y evitando el movimiento de flexión dorsal del pie



### 1.7.2 Vendaje neuromuscular

#### EXPLICACIÓN:

Se utiliza una cinta elástica adhesiva creada imitando características a la piel, siendo extensible en su longitud. El método busca obtener una mayor movilidad indolora sin restringir el movimiento, pudiendo mantenerse más tiempo en el cuerpo gracias a que el material permite ser mojado sin perder cualidades y presenta gran capacidad transpirable.

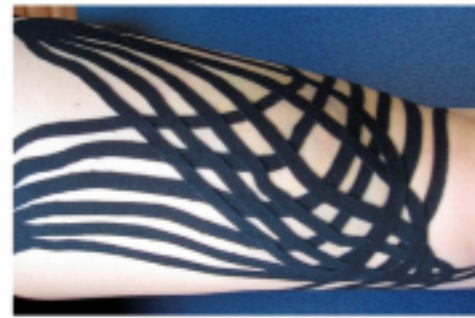
El kinesiotape dependiendo de su colocación, tiene los siguientes efectos

- Elimina la congestión del tejido por mejora de la fluidez de líquidos corporales, mejorando la circulación sanguínea, reduce la inflamación y el exceso de sustancias químicas en el tejido.
- Soporte muscular: mejorando la contracción muscular, reduciendo el tono muscular y su fatigabilidad, alivia el dolor
- Activa los sistemas analgésicos endógenos, activando el sistema inhibitorio espinal y general
- Corrige problemas articulares, a través de corrección de descentrajes, mejorando el rango de movilidad articular

Existen diferentes técnicas con diferente aplicación según el objetivo al que se destine:

1. Aplicación muscular (aumentar o disminuir el tono)
2. Aplicación ligamentosa
3. Técnicas de corrección de la posición articular
4. Técnica de corrección de la posición de la fascia
5. Técnica para aumentar el espacio "space tape"
6. Técnicas para corregir la posición terminal
7. Técnica linfática
8. Técnica en fibrosis, cicatrices y hematomas

Contraindicaciones: trombosis, heridas abiertas sobre la piel, edema general a causa de problemas cardíacos o renales y alergia



### 1.7.3 Vendaje preventivo

#### EXPLICACIÓN:

Muy utilizado en el ámbito deportivo debido en gran parte a las lesiones capsulo-ligamentosas, en posición neutra del segmento, permitiendo una movilidad funcional óptima.

Vendaje preventivo del tobillo, que se utiliza en múltiples deportes como fútbol, rugby, baloncesto,... siempre que sea necesario

