

Primer Curso de Kinesiotape en MEDS

Con éxito se desarrolló este primer Curso de Kinesio-taping nivel 1-2 (KT1-KT2) realizado en MEDS. En marzo de 2010 se dictará un nuevo curso.

La destacada terapeuta argentina y Licenciada en Kinesiología y Fisiatría Adriana Moschini, dictó este Primer Curso de Kinesiotape a distintos profesionales kinesiólogos en el Auditorium de nuestro centro, que contó con una masiva participación. El curso se repetirá nuevamente entre los días 5 y 6 de diciembre.

El uso de la técnica del Kinesiotape, que es traído a Chile por Clínica MEDS, es una forma de terapia integral, no medicamentosa y no invasiva, que se puede aplicar a variados cuadros clínicos.

Esta técnica es un apoyo para los diferentes tratamientos fisioterapéuticos y ofrece tanto a los médicos como kinesiólogos un gran número de nuevas posibilidades de tratamiento en lesiones musculares, articulares, tendíneas, correcciones articulares, problemas linfáticos, entre otras. Además podemos aplicar el Kinesiotape en diferentes patologías como epicondilitis, síndrome de dolor lumbar, desgarros musculares, edemas, etc.



En cuanto al deporte, este vendaje neuromuscular se ha afianzado tanto como método terapéutico como también de prevención y preparación al entrenamiento. En todos los casos, se puede afirmar que este vendaje conserva la movilidad completa del paciente, una ventaja decisiva en comparación con otros métodos terapéuticos similares.

“Hace ya varios años hemos estado utilizando estas cintas en el área de rehabilitación en Argentina. Tiene características únicas, diferentes de las cintas de taping que se han usado anteriormente en la rehabilitación. Es muy diferente, es una cinta elástica, no contiene latex y puede ayudar a la contracción de un músculo y puede silenciar a un músculo muy contracturado. Esta es una herramienta nueva que te permite prolongar la terapia kinésica en tu casa. Hoy con estas cintas el paciente continúa con una terapia las 24 horas. Es una herramienta complementaria, no reemplaza el tratamiento kinésico”, precisó Adriana Moschini.

El Tape

El Kinesiotape fue creado en los años ´70 por el japonés Kenso Kase. Hace una década que comenzó a ser conocido a nivel mundial y solo este año comenzó a llegar a Chile.

“Está confeccionado de un material 100 % de algodón con una adhesivo de acrílico hipoalergénico, que es extensible y viene en diferentes colores. El Kinesiotape se adhiere sobre una base ondulada de fibra acrílica que se activa con el calor del cuerpo y además cuenta con importantes propiedades mecánicas. Gracias a su resistencia al agua y permeabilidad es posible utilizarlo durante largos períodos de tiempo con total comodidad durante la práctica deportiva prolongando el tratamiento kinésico y el bienestar de los pacientes.

Un tema importante a considerar por el kinesiólogo es la ubicación exacta donde colocar el Kinesiotape y la posición que ésta lleve en el cuerpo. “Es importante la posición del vendaje, por ejemplo, si es de distal a proximal o a la inversa. Si el objetivo terapéutico es relajar la musculatura, se usa desde la inserción distal a proximal y lo inverso si el objetivo es activar la musculatura, se utiliza desde el origen proximal hacia la inserción distal.

¿Cuándo activar? cuando se ha tenido el músculo mucho tiempo en reposo, por ejemplo post quirúrgico.
¿Cuándo relajar?, cuando se tiene una contractura muscular”, precisa la experta argentina.

Para realizar con éxito esta terapia es necesaria, además de contar con una formación especializada, de un tape elástico especial como el Kinesiotape.

Cómo actúa.

“Este vendaje ayuda a conseguir dos efectos. En primer lugar se consigue la estimulación de los receptores cutáneos, aliviando así el dolor y estimulando también la sensibilidad profunda (propioceptores). De esta forma influye de forma concreta sobre el tono muscular, articulaciones, ligamentos y nervios. En segundo lugar, ‘levanta’ la piel, causando un efecto positivo de drenaje tanto a nivel de vasos sanguíneos como a nivel linfático”, precisa Claudia Botto, una de las kinesiólogas que aplica esta terapia en MEDS.

Las cuatro técnicas de aplicación

- A) Aplicación muscular
- B) Aplicación ligamentosa
- C) Aplicación correctora
- D) Aplicación linfática

Muscular: Se aplica cuando el tono muscular de base es elevado o reducido, así como cuando existen lesiones musculares.

Ligamentosa: se utiliza en el caso de lesiones y sobrecargas sobre ligamentos y tendones. Producen descarga, alivio del dolor y la mejora del rendimiento, haciendo que la recuperación sea más rápida.

Correctoras: Aquí se distingue entre corrección funcional y de fascia. La corrección funcional se aplica en casos de alineaciones óseas incorrectas, por ejemplo, problemas en la rótula. Las correcciones fasciales se aplican en el caso de adherencia de las fascias musculares, permitiendo reducir la tensión en las mismas y disminuir el dolor.

Aplicaciones linfáticas: Se utilizan en el caso de alteraciones del drenaje linfático aplicadas en dirección del drenaje hacia los ganglios linfáticos

En **MEDS** son varios los Kinesiólogos que desarrollan esta técnica de vendaje neuromuscular (Kinesiotape) con sus pacientes.

Más antecedentes e inscripciones contactarse con **Patricio Hirmas** (kinesiotape@meds.cl).

