

## El kinesiotaping se ha mostrado como un gran revulsivo en las terapias manuales deportivas

A través de los **taping adhesivos** se estimulan sensores de la piel, ligamentos y los músculos

M.J.G. MURCIA

El kinesiotaping es un vendaje muscular que se ha convertido en un revulsivo en las terapias manuales deportivas. Además, el empleo de esta técnica de fisioterapia, desarrollada por el doctor Kenzo Kase hace casi 25 años en Japón, supone una importante novedad en pacientes con problemas de circulación y musculares.

El kinesiotaping es un vendaje de cinta adhesiva en tela acrílica sensible a la presión que, colocado de forma específica, ayuda a la musculatura sin limitar la movilidad articular a la vez que aumenta la circulación sanguínea y linfática. Asimismo, esta técnica permite una mejor actividad de los receptores sensitivos cutáneos. A través de los *taping adhesivos* se estimulan esos sensores de la piel (exteroceptores) y los de los ligamentos y los músculos (propioceptores) para volver a tomar conciencia de la postura correcta y mejorar su fisiología. Esto es posible gracias a la elasticidad de los vendajes, que permite regular la tensión que se ejerce.

Esta técnica puede ser combinada perfectamente con todo



**AYUDA.** Dos deportistas de competición de élite con vendajes de kinesiotaping. / ARCHIVO LV

el gran abanico de terapias disponibles sin que perjudique o tenga menos efectos una que otra, explica Mariano Velázquez, Jefe de Fisioterapia de Clínica La Luz y uno de los coordinadores del curso de Kinesiotaping Neuromuscular realizado en colaboración con la Universidad Francisco Vitoria recientemente en Madrid.

En la actualidad, el Kinesiotaping Neuromuscular cuenta con una gran aceptación entre Fisioterapeutas y pacientes. Esta técnica de vendaje neuromuscular, parece tener efectos fisiológicos sobre las estructuras circulatorias, y acciones analgésicas, exteroceptivas, biomecánicas y neuroreflejas.

Las técnicas de aplicación

son cuatro: técnica muscular y linfática, técnica de ligamento, técnica de aumento de espacio y técnica de corrección facial. Estas aplicaciones abarcan, entre otros muchos aspectos, el tratamiento de la inestabilidad del hombro, ligamentos colaterales de rodilla, dolores menstruales así como Epc y polinosis según sus defensores.