



Vendaje Neuromuscular

Ephedra Formación

Marc García Pujol

Febrero 2022

www.ephedraformacion.com



Características generales

- Cinta adherida a papel rugoso
- Elasticidad de base 10 a 15%
- Elasticidad total 130 a 160%
- Textura en forma de (S)
- Compatible con otros vendajes
- Resistente al agua y duración de unos 4 días.



www.ephedraformacion.com



Efectos fisiológicos

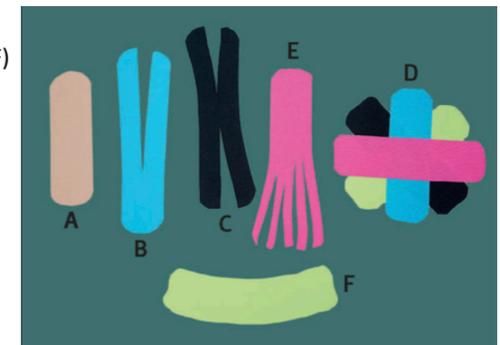
- Efecto analgésico
- Efecto sobre el tono muscular
- Efecto sobre el soporte articular
- Efecto del estímulo de los propioceptores
- Efecto sobre la circulación sanguínea y drenaje linfático
- Efecto neuroreflejo

www.ephedraformacion.com



Formas de aplicación

- Técnica en I: Encima vientre muscular, punto de dolor (A)
- Técnica en Y: Alrededor del vientre muscular (B)
- Técnica en X: Del punto central alrededor del vientre muscular (C)
- Técnica en estrella: Aumenta el espacio del centro (D)
- Técnica en pulpo: Drenaje linfático (E)
- Técnica en donut: aumento del espacio (F)



www.ephedraformacion.com



Efectos fisiológicos según técnicas

Muscular:

- No tensionamos venda
- Músculo en estiramiento
- Aumentar o disminuir tono muscular

Ligamento - Tendón:

- Tensión máxima de la venda

Ligamento:

- Articulación posición funcional
- Ir aumentando hasta el 100% si se requiere.

Tendón:

- Articulación posición relajada
- Tensión hasta un 75%, rodeándolo

Corrección mecánica:

- Articulación posición conveniente
- Tensión del 50%



Efectos fisiológicos según técnicas

Corrección articular funcional:

- Para limitar el movimiento

Fascial:

- Técnica en Y, con pequeñas tracciones del vendaje.
- Técnica en I, pequeñas oscilaciones para adherencias

Segmental:

- Busca efecto neuroreflejo a distancia

Aumento de espacio:

- Técnica en Y, con pequeñas tracciones del vendaje.
- Técnica en I, pequeñas oscilaciones para adherencias

Linfática:

- Efecto elevación de la piel para aumentar espacio y producir drenaje.
- Forma de pulpo, tensión máxima de 10%



Aplicaciones

1. Piel seca, sin grasa ni vello
2. Medir longitud de la venda
3. Ángulos de la venda romos
4. No tocar con los dedos las puntas del vendaje
5. Anclajes sin tensión
6. Friccionarlos para darle calor y más adherencia
7. Solo se pega una vez
8. Si tiene sensación molesta, retirarlo
9. Cuidado con pacientes con problemas cutáneos



Contraindicaciones

- Diagnóstico erróneo
- Mala aplicación por desconocimiento de la técnica
- Heridas
- Alteraciones de la circulación
- Fracturas
- Traumatismos graves
- Alergias a los materiales



Cervicalgias

Características	Técnica Estrella
Indicaciones	Descarga las fascias, por lo que quitamos tensión en la musculatura cervical
Posición del paciente	Flexión cervical
Dirección de las tiras	Tira roja: desde T1 hacia inserción occipital Tira negra: siguiendo la línea de las apófisis transversas
Tensión	No



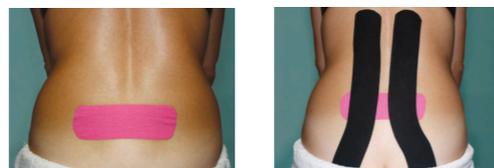
Subluxaciones acromioclaviculares

Características	Técnica Estrella
Indicaciones	Dolor en la articulación acromioclavicular
Posición del paciente	Sentado, posición funcional.
Dirección de las tiras	En el centro de la estrella coincide con el punto de dolor
Tensión	En el centro, entre un 30 y 50%



Tratamiento y descarga región lumbar

Características	Técnica muscular roja; Origen sacro, las tiras cubriendo musculatura paravertebral. Técnica ligamentosa de soporte para estabilizar segmentos lumbares; negra. Se pega primero la parte central finalmente los extremos sin tensión
Indicaciones	Dolor en la región lumbar
Posición del paciente	Flexión anterior del tronco
Dirección de las tiras	De la zona más distal a la proximal (caudal hacia craneal).
Tensión	Ninguna. Técnica muscular



Descarga de lesiones costales

Características	Técnica de ligamento
Indicaciones	Lesiones costales
Posición del paciente	De pie, con los brazos hacia arriba, elevando la caja torácica
Tensión	Máxima en su recorrido costal. Se pega primero la zona central de la tira. Para aplicar las otras dos tiras, utilizamos el mismo sistema pero transversalmente





Osgood - Schlatter

Características	Técnica ligamentosa tira horizontal Técnica correctiva tira vertical
Indicaciones	Dolor en la TTA durante el crecimiento Osgood-Schlather
Posición del paciente	Rodilla en semiflexión
Tensión	Técnica ligamentosa máxima en el centro Técnica correctora: 30 - 50%



Osgood - Schlatter (variante)

Características	Técnica ligamentosa
Tira azul (1 y 2)	Técnica de soporte, para descargar el tendón del cuádriceps
Tira azul (3)	Variante con una técnica ligamentosa curva, bordeando la rótula.
Posición del paciente	Rodilla en semiflexión
Tensión	Máxima en su centro



Alineación de la rótula

Características	Técnica correctiva
Indicaciones	Recentrar la rótula en cualquiera de sus planos
Posición del paciente	Rodilla en extensión



Tendinitis pata de ganso

Características	Técnica muscular
Indicaciones	Inflamación de los tendones que forman la pata de ganso
Posición del paciente	Rodilla en extensión y abducción de cadera. Para incidir en semitendinoso y semimembranoso, flexión de cadera y utilización de técnica en Y para cada músculo.
Dirección de las tiras	Origen en la pata de ganso. Inserción en el pubis
Tensión	Ninguna





Fascitis plantar (1)

Características	Técnica muscular. Técnica conectiva que cubre todo el arco plantar (roja)
Indicaciones	Dolor en la parte anterior del pie
Posición del paciente	Pie en posición funcional a 90º
Dirección de las tiras	Talón-dedos del pie. origen en el calcáneo e inserción den la cabeza de los MTT.
Tensión	Tira azul: ninguna en la parte interna del pie, dejando la zona dolorosa entre los dos extremos parte externa del 20 al 40% de tensión. Tira roja: Tensión media de interno a externo



Fascitis plantar (2)

Características	Técnica muscular. Técnica ligamentosa negra. Técnica correctiva, tensión 50% roja.
Indicaciones	Dolor planta del pie Espolón calcáneo
Posición del paciente	Pie en ligera flexión dorsal
Dirección de las tiras	Del talón a los dedos
Tensión	Ligera tensión, 25-40%



Tendinosis tendón de Aquiles

Características	Técnica ligamentosa
Indicaciones	Dolor en el tendón de Aquiles
Posición del paciente	Flexión dorsal máxima del pie.
Dirección de las tiras	De distal a proximal
Tensión	1. Pie posición indicada 2. Fijamos la tira en calcáneo 3. Tensión máxima en su paso por el tendón de Aquiles 4. Tensión del 50-60% en su paso por la unión miotendinosa 5. Sin tensión a su paso por los gemelos 6. Anclamos a nivel de la inserción proximal de gemelos



Rotura de fibras grado 1 y 2 (Tennis leg)

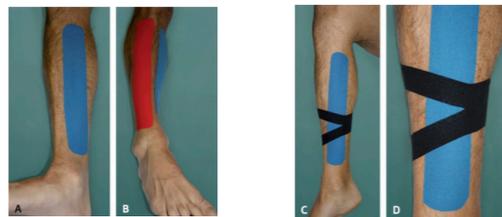
Características	Técnica muscular. La abertura de la Y se iniciará pasado el tendón de Aquiles en su unión miotendinosa
Indicaciones	Roturas de grado 1 o 2 de las fibras de gemelo / sóleo Contracturas del gemelo Nunca en caso de lesión vascular
Posición del paciente	Pie en flexión dorsal máxima, en estiramiento indoloro del trícpes Rodilla en extensión
Dirección de las tiras y tensión	- Distal-proximal, dejando la rotura entre los braxos de la Y - En su paso por el tendón aplicaremos una tensión del 50% en la UMT aplicamos una tensión del 25%
Tensión	Ninguna.





Shin - Splint, Periostitis

Características	Técnica muscular tiras azul y rojo Técnica correctiva tira negra
Indicaciones	Descargar los músculos implicados y rebajar la tensión de estos en sus inserciones en la tibia
Posición del paciente	Estirado 1. Tira azul pie en flexión dorsal 2. Tira roja pie en flexión plantar 3. Tira negra si el punto de máximo dolor esta en la parte interna de la tibia, utilizamos técnica Y con una tracción del 30% en sus extremos, la posición es como se muestra.
Tensión	Tiras rojas y azul, sin tensión Tira negra 30% en sus extremos



Gran edema y equimosis, lesión aguda

Características	Técnica linfática
Indicaciones	Drenar fluidos del tobillo
Posición del paciente	Posición funcional
Dirección de las tiras	- Extremo único sobre la cadena ganglionar más cercana a la inflamación y vamos pegando los extremos intentando cubrir toda la inflamación - Podemos entrelazar varias tiras con el fin de tener más efecto en diferentes cadenas ganglionares y cubrir el área máxima - La tensión es muy escasa o nula, pero colocamos la piel de la zona a tratar en estiramiento indoloro.
Tensión	Ligera tensión en los extremos



Gracias ;)