



 **Mercedes Velasco**
osteópata & quiropráctica

Mercedes Velasco Alfaro
Osteópata y Quiropráctica



 **Kinesiology** terapias alternativas

El Vendaje Neuro-muscular o Kinesiotaping es una técnica que se basa en la utilización de una venda o tape especial, que colocado de forma específica, consigue aportar una ayuda funcional a la musculatura sin limitar la movilidad articular.

Presenta unas ventajas inequívocas derivadas del aumento de la circulación sanguínea y linfática, de modificaciones a nivel de receptores sensitivos cutáneos, así como modificaciones muy beneficiosas a nivel neuromuscular. Podemos usarlo para la mejora de ligamentos, músculos, fascias y articulaciones.

Para esta técnica se usa una especie de esparadrapo elástico que se pega directamente sobre la piel. Esta elasticidad es en sentido longitudinal, mientras que en sentido transversal se mantiene rígido. El nivel de elasticidad según los mejores especialistas del mundo se sitúa entre el 150% y el 160%. La composición de este tejido está basada en el algodón, están libres de látex y llevan un pegamento que les permite adherirse a la piel. Este pegamento es el Cyanoacrylato, de uso médico.



Todo músculo ofrece una respuesta débil, cuando el sistema que debe alimentarlo (nervioso, sanguíneo, linfático, energético) se encuentra bloqueado o se halla sometido a estrés



La composición de este tejido está basada en el algodón, están libres de látex y llevan un pegamento que les permite adherirse a la piel



Una vez colocado sobre la piel, no se despegar por el sudor, y soporta sin problemas la inmersión en el agua, con lo cual se puede duchar o mojar sin ningún problema, pudiendo tratar problemas articulares, esguinces, tendinitis, problemas abdominales, lumbares, lumbosacro...

Esta técnica correctamente aplicada va a traer consigo:

- Normalización de la función muscular.
- Disminución de la inflamación.
- Disminución del dolor.
- Mejor soporte articular.