



EL VENDAJE - NEUROMUSCULAR: *El Método de Kinesio-Taping*



Prof. Edgar Lopategui Corsino
M.A., Fisiología del Ejercicio

 **Web:** <http://www.saludmed.com/>

 **E-Mail:** elopategui@intermetro.edu
saludmedpr@gmail.com

 **Artículo:** <http://www.saludmed.com/kinesiotaping/kinesiotaping.html>



Saludmed 2015, por [Edgar Lopategui Corsino](#), se encuentra bajo una licencia "[Creative Commons](#)", de tipo: [Reconocimiento-NoComercial-Sin Obras Derivadas 3.0. Licencia de Puerto Rico](#). Basado en las páginas publicadas para el sitio Web: www.saludmed.com.



SALUDMED: Es un Portal para Todos



Prof. Edgar Lopategui Corsino
M.A., Fisiología del Ejercicio

[Página Principal](#) | [Universitario](#) | [Académico](#) | [Recursos](#) | [Tendencias](#) | [Laboratorios](#) | [Formularios](#) | [Glosario](#)

BIENVENIDA

Bienvenidos al portal de **Saludmed**, dirigido a todas aquellas personas que deseen enriquecer sus conocimientos en diversas áreas del saber. Para cualquier pregunta, favor de enviarme un correo electrónico a saludmedpr@gmail.com.



CURSOS UNIVERSITARIOS

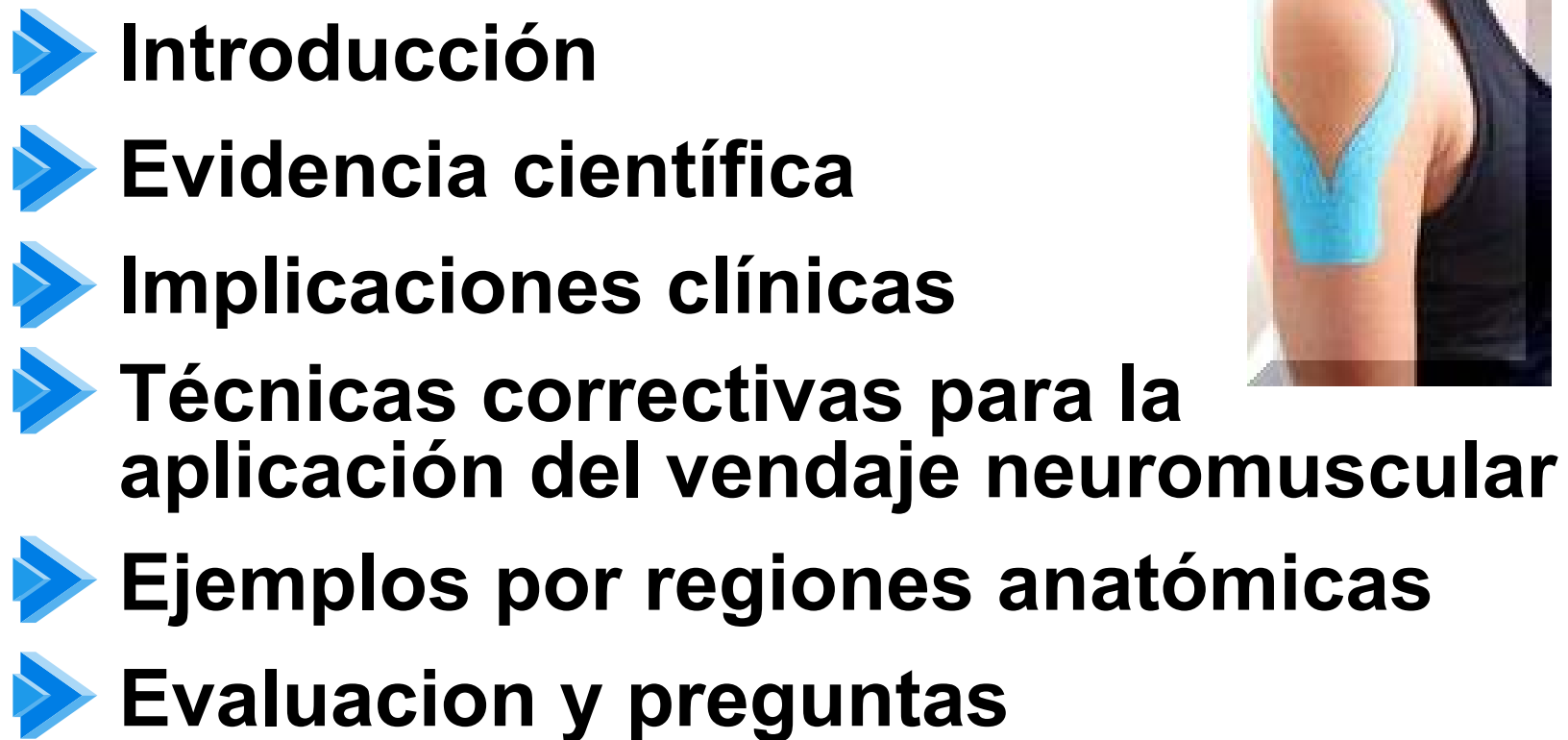
- [Atlas de Anatomía Humana](#)
- [HPER-4308: Diseño de Programas de Ejercicios](#)
- [HPER-2320: Primeros Auxilios y Seguridad Personal para Niños, Jóvenes y Adultos](#)
- [HPER-3270: Anatomía y Cinesiología del Movimiento](#)
- [HPER-3480: Nutrición en el Entrenamiento Deportivo](#)
- [HPER-4170: Fisiología del Movimiento Humano](#)
- [HPER-4302: Metodología del Entrenamiento Deportivo II](#)
- [HPER-3380: Diagnóstico de Lesiones y Prescripción de Deportes Individuales y de Conjunto](#)
- [HPER-3050: Introducción a la Prevención y al Manejo de Lesiones](#)
- [GEHP-3000: Bienestar y Calidad de Vida](#)
- [HPER-4200: Gerencia de Programas de Entrenamiento Personal](#)
- [HPER-4301: Metodología del Entrenamiento Deportivo I](#)
- [HPER-3051: Masajes Terapéuticos](#)
- [HPER-3010: Psicología del Deporte](#)
- [HPER-3430: Salud Personal, Colectiva y Seguridad](#)

VENDAJE ATLÉTICO: *REPASO*

** Vínculo del Tópico de la Clase Anterior con la de Hoy **

- El *vendaje atlético* es beneficioso porque....
- La tira de *ancla* se coloca...
- Uno de los vendajes mas comunes...
- Para remover el vendaje...
- Para una aplicación efectiva del vendaje atlético se requiere....
- Antes de colocar el vendaje atlético se debe...







NOTA: Reproducido de: Beckers, S., & Tennis Warehouse. (2010, 9 de junio). *Kinesio Taping for Tennis Elbow* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=VE7IEZ0Zxxw>

** Lista Focalizada **

- 1.
- 2.
- 3.

- **LIBROS**
- **ARTÍCULOS**
- **DVD/VIDEOS**
- **ORGANIZACIONES**

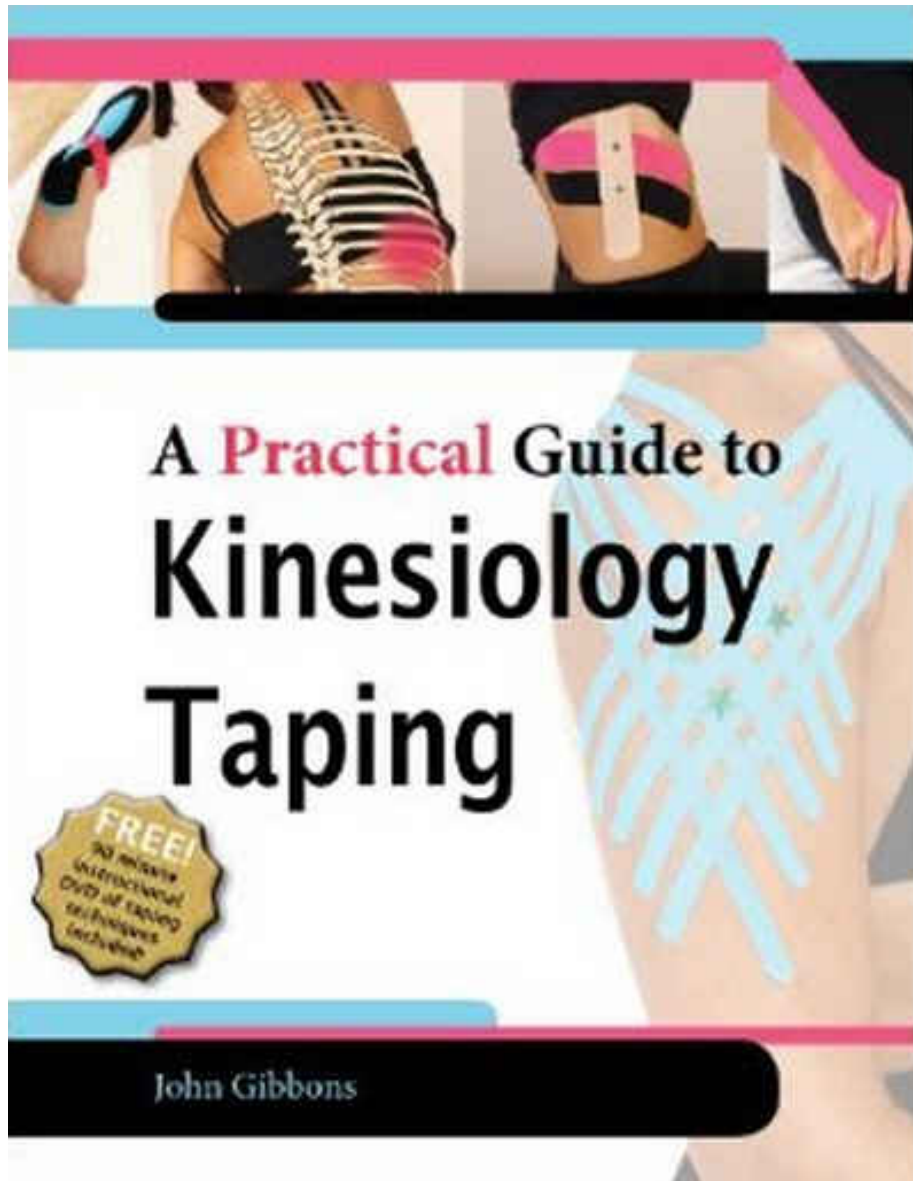


REFERENCIAS FUNDAMENTALES:

LECTURAS RECOMENDADAS:

LIBROS

2014



Gibbons, J. (2014). A ***Practical Guide to Kinesiology Taping***. UK: Lotus Publishing. 120 pp.

2014

Kinesiology Taping

The Essential
Step-by-Step
Guide

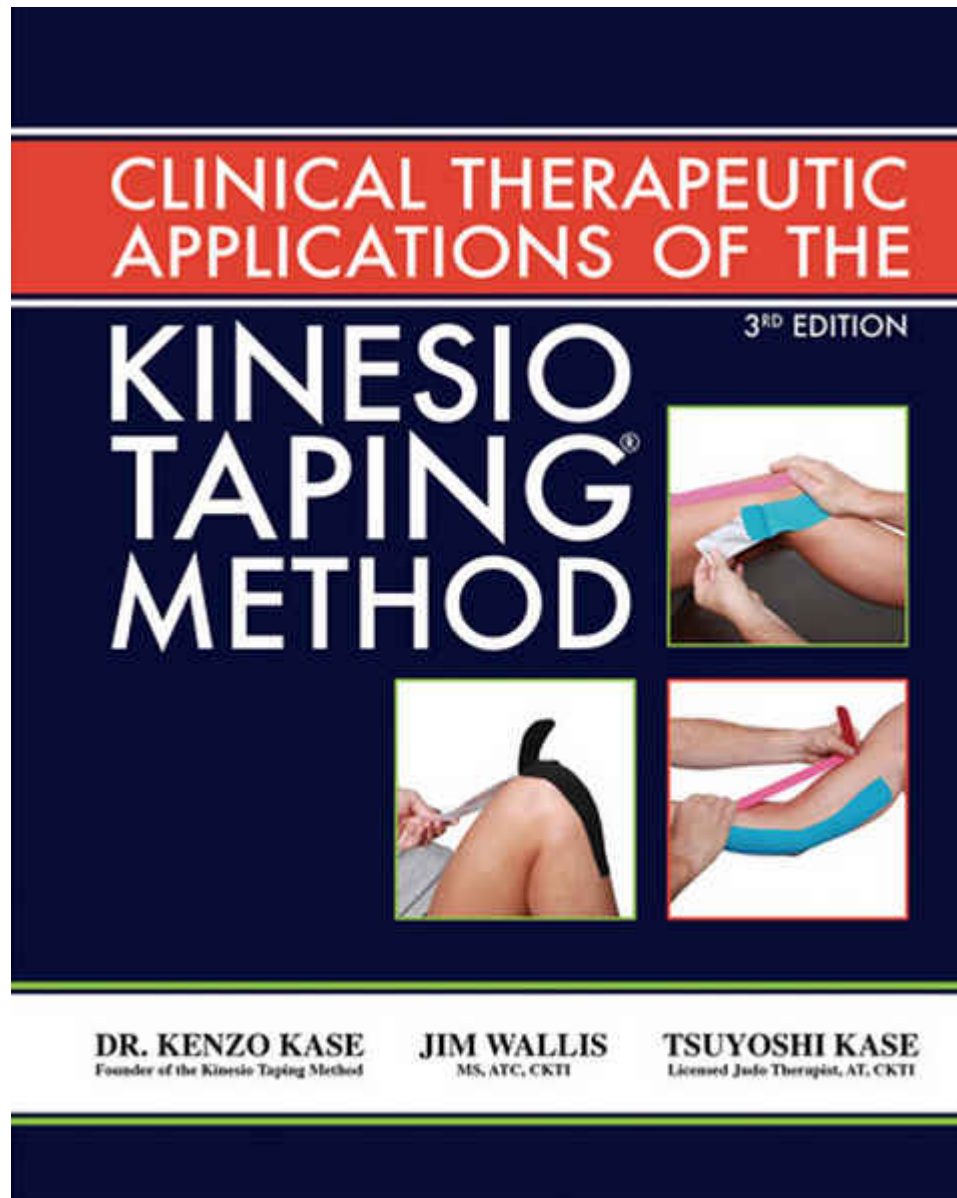


Taping for Sports, Fitness & Daily Life
160 Conditions & Ailments

John Langendoen and Karin Sertel

Langendoen, J., & Sertel, K. (2014). ***Kinesiology Taping The Essential Step-By-Step Guide: Taping for Sports, Fitness and Daily Life - 160 Conditions and Ailments***. Canada: Robert Rose Inc. 256 pp.

2013



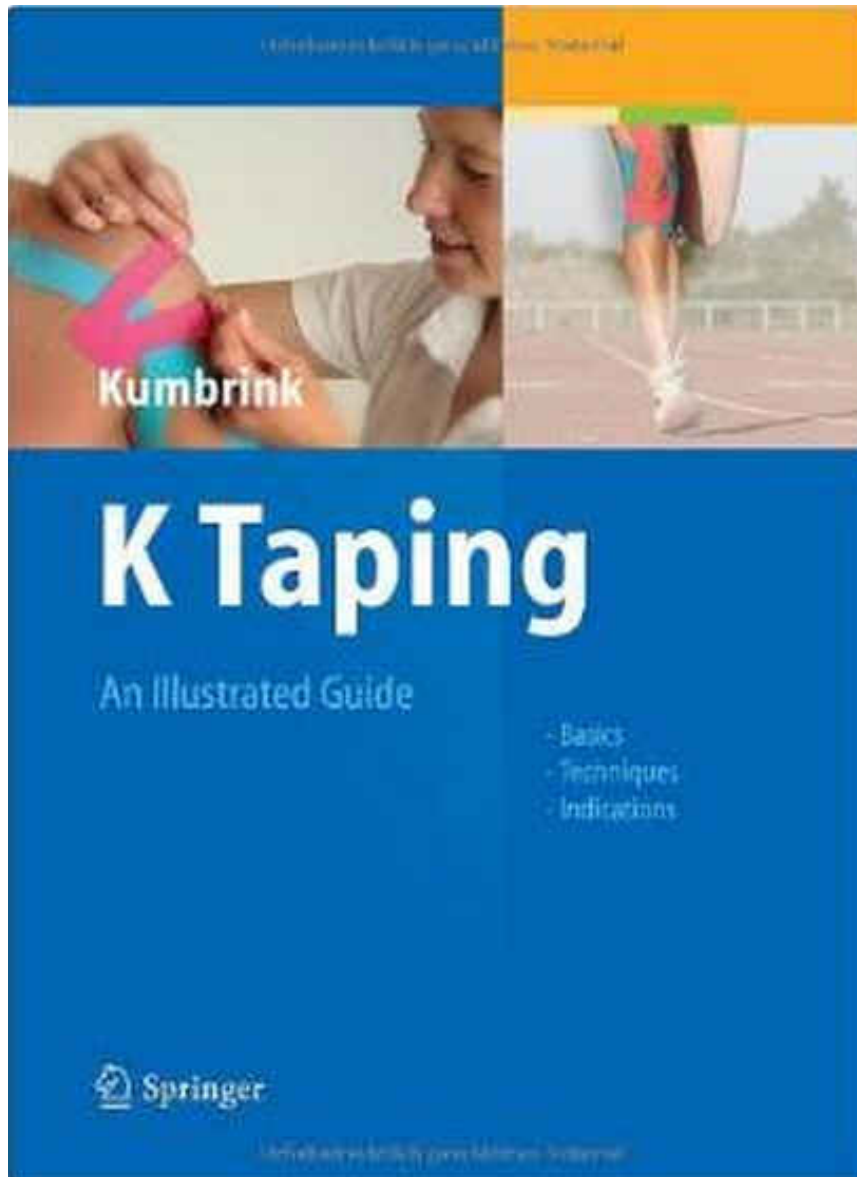
Kase, K., Wallis, J., & Kase, T (2013). ***Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*** (3ra. ed.). New Mexico: Kinesio Taping Association International. 274 pp.

2013



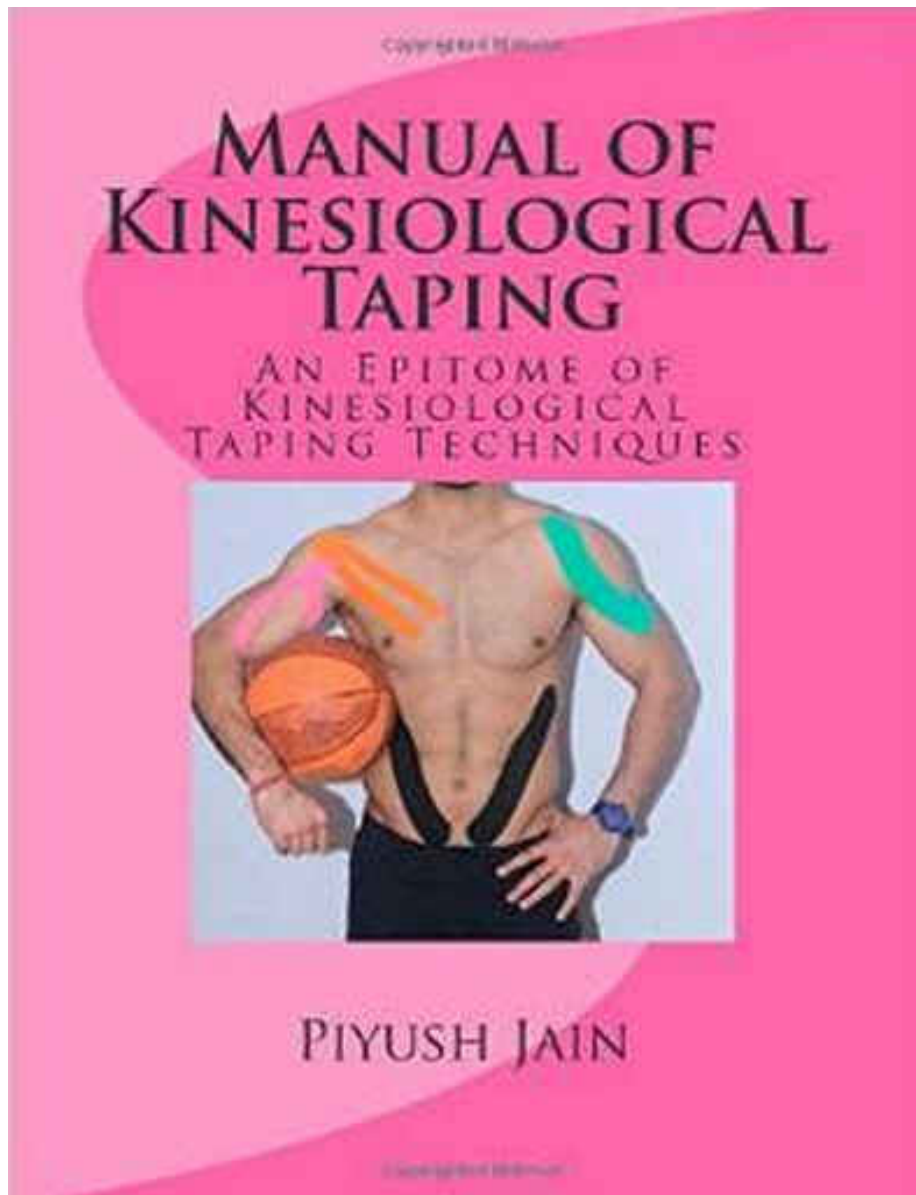
Aguirre, T., &
Achalandabaso, M.
(2013). ***Kinesiology
Tape Manual: 80
Aplicaciones
Prácticas*** (2da. ed.
ampliada y revisada).
Madrid, España:
Distriforma. 232 pp.

2012



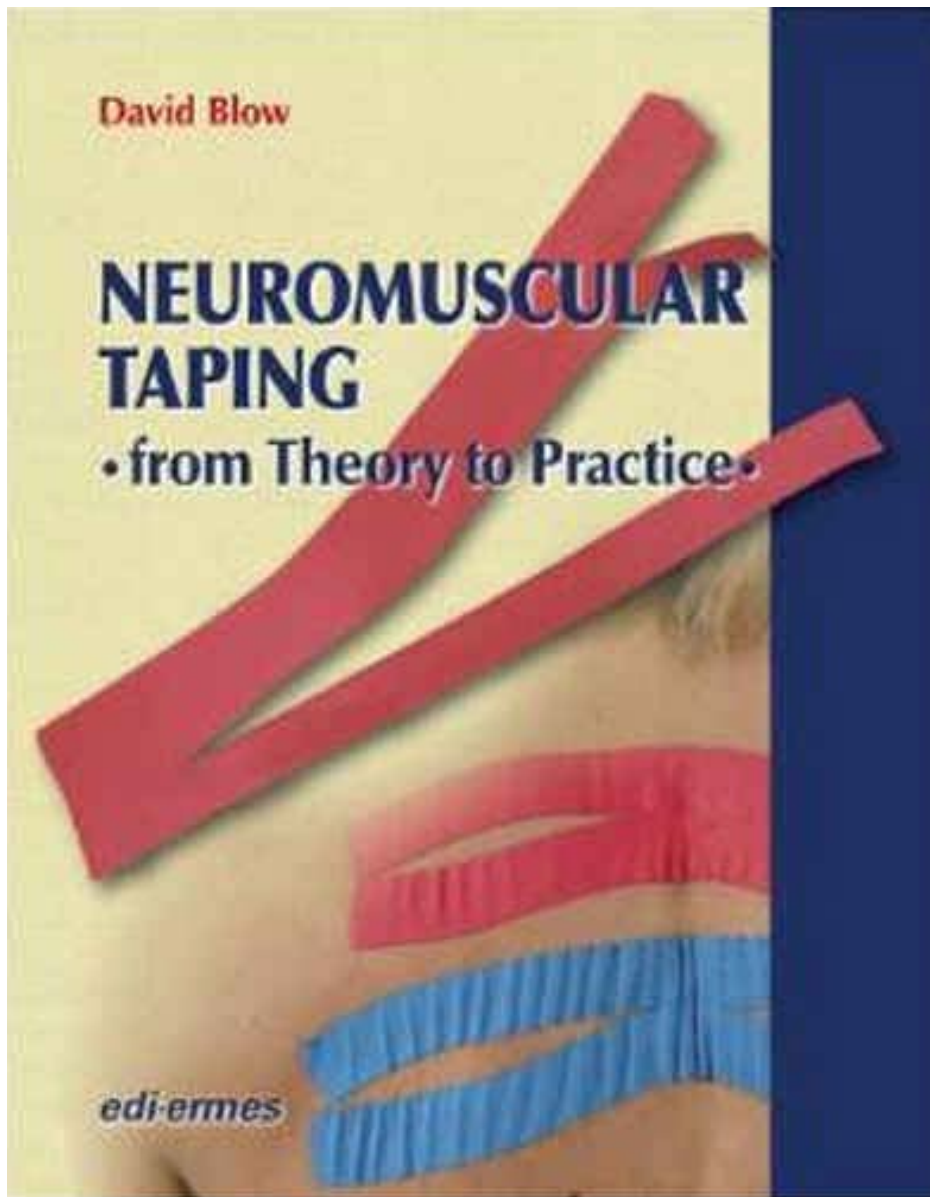
Kumbrink, B. (2012).
***K-Taping: An
Illustrative Guide.***
New York: Springer-
Verlag Berlin
Heidelberg. 208 pp.

2012



Jain, P. (2012).
***Manual of
Kinesiological
Taping: an Epitome
of Kinesiology
Taping Techniques.***
India: CPSTA. 122 pp.

2012



Blow, D. (2012).
***NeuroMuscular
Taping: From
Theory to Practice.***
New York, NY:
edi.ermes America. 384
pp.

2012

A Manual to watch and learn Taping at a glance

TAPING MASTER



Taping by muscles

43 lessons in
'Muscular anatomy in easy terms'
'How to examine muscles'
'Taping method in full color'
positively necessary in Taping
Therapy included



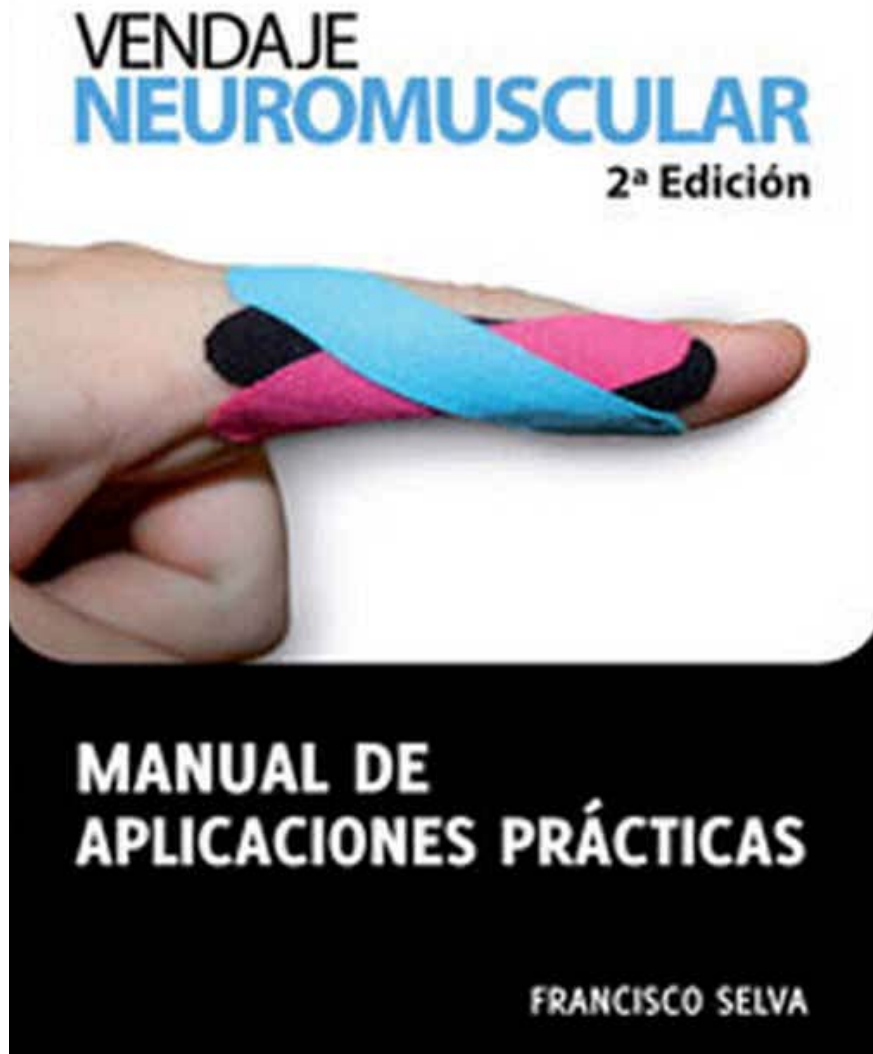
Taping by symptoms

39 lessons in
'Taping method for the symptom' and
'Introduction to rehabilitation muscular strength exercise'
proper to the symptoms included

By Lee Ilgu and Ko Kwangjae

Ilgu, L., & Kwangjae, K.
(2012). ***Taping
Master: A Manual to
watch and Learn
Taping at a Glance.***
Seoul: SPOL CO.

2012



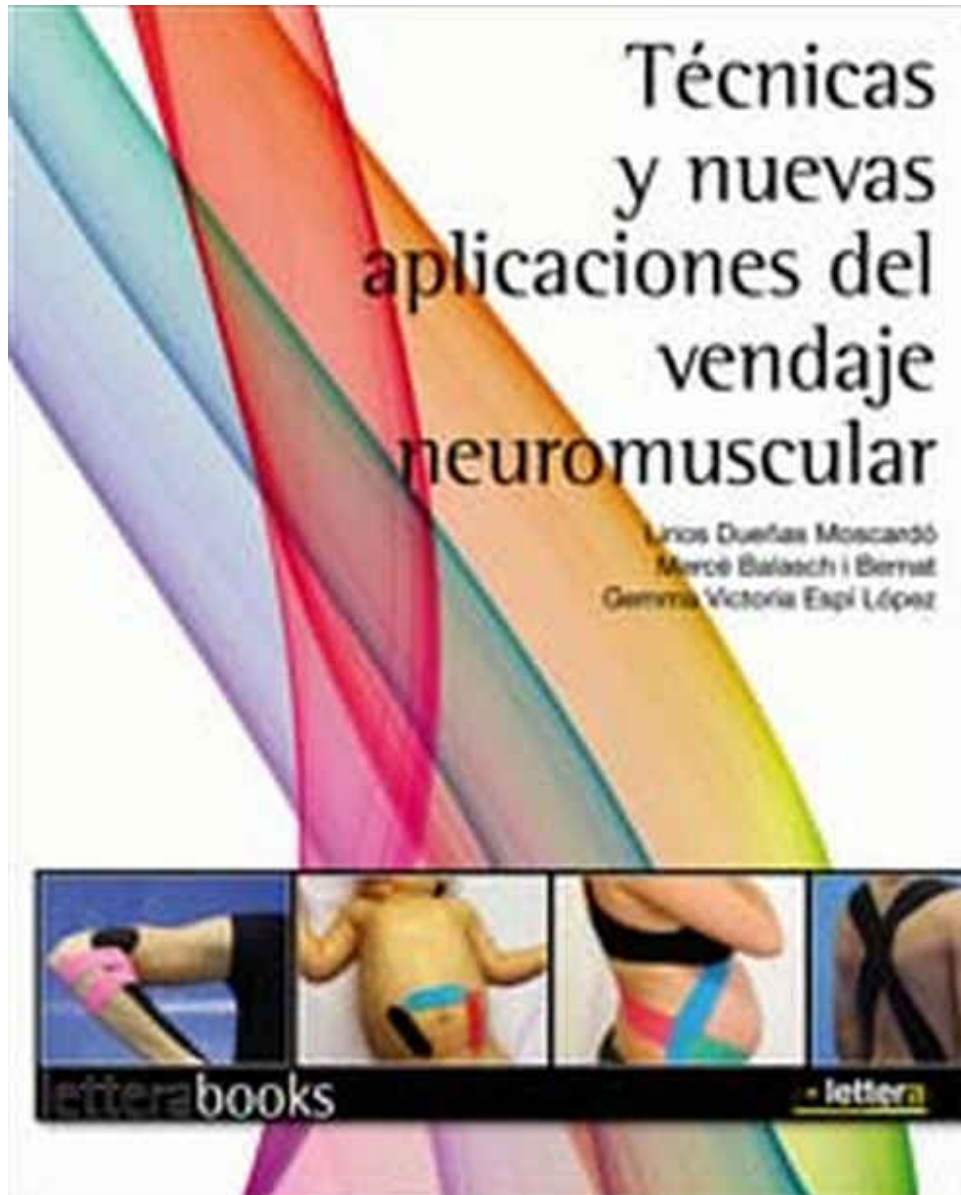
Selva Sarzo, F. J. (2012).
***Vendaje
neuromuscular,
manual de
aplicaciones
prácticas*** (2da. ed.).
España: Physi Rehab
Kineterapy Eivissa S. L.
158 pp.

2012



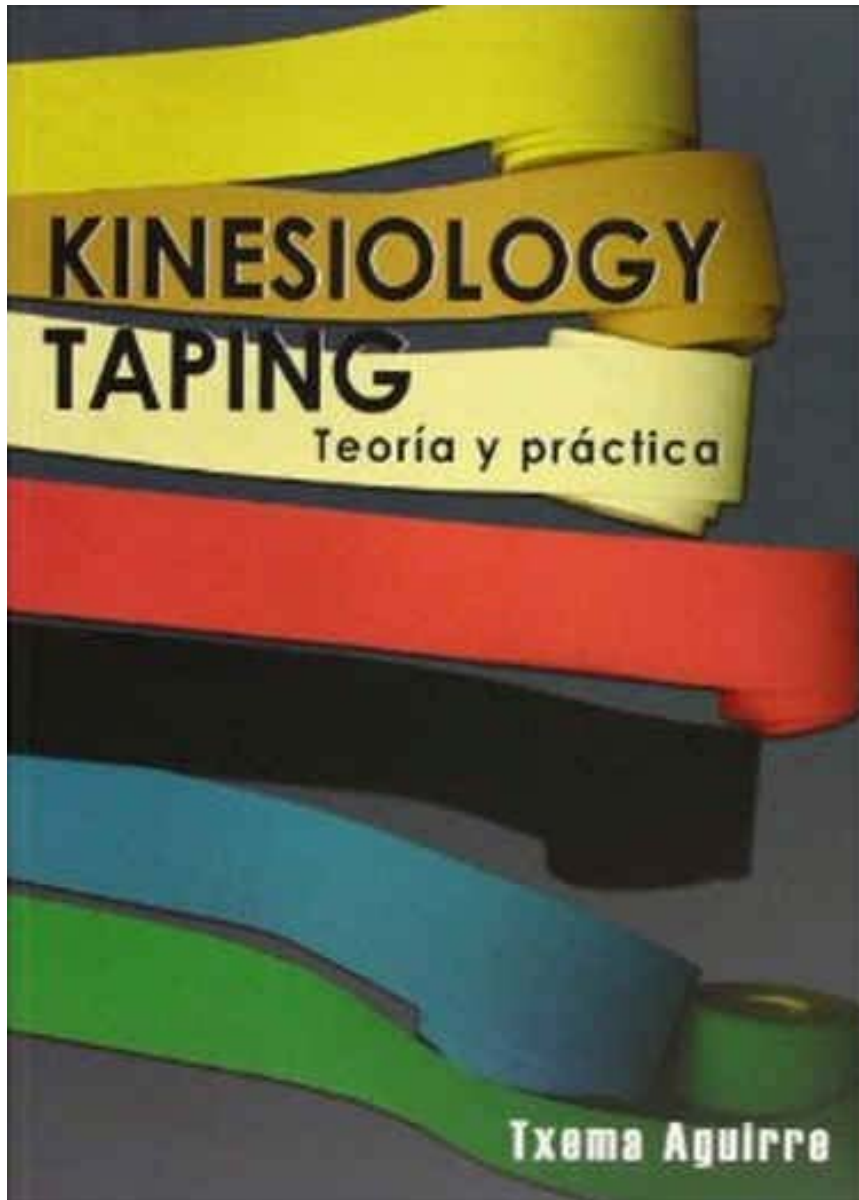
Castillo Montes, F. J.
(2012). ***Bases y aplicaciones del vendaje neuromuscular***. Alcalá la Real, España: Editorial Formación Alcalá, S.L.
126 pp.

2011



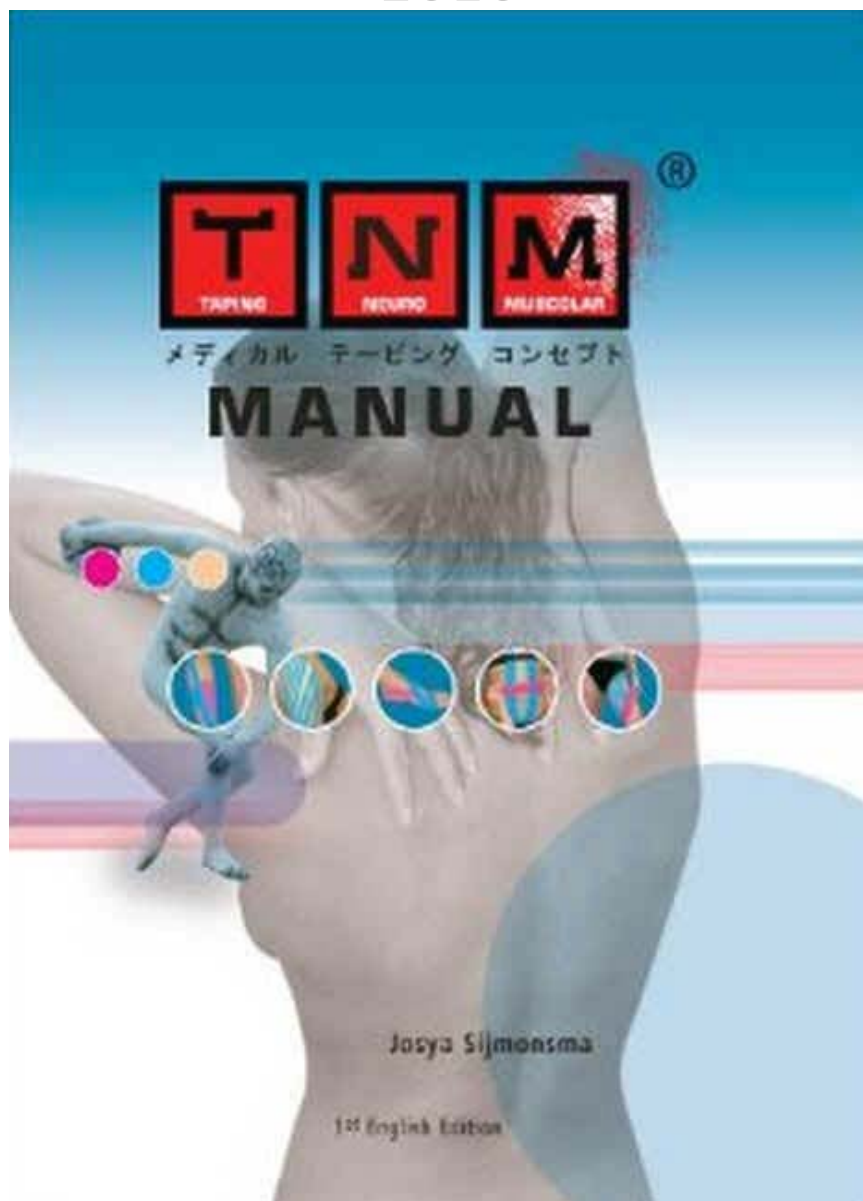
Dueñas Moscardó, L.,
Balasch I Bernat, M., &
Espi Lopez, G. V. (2011).
***Técnicas y nuevas
aplicaciones del
vendaje
neuromuscular.***
Bilbao, España: Lettera
Publicaciones, S.L. 250
pp.

2010



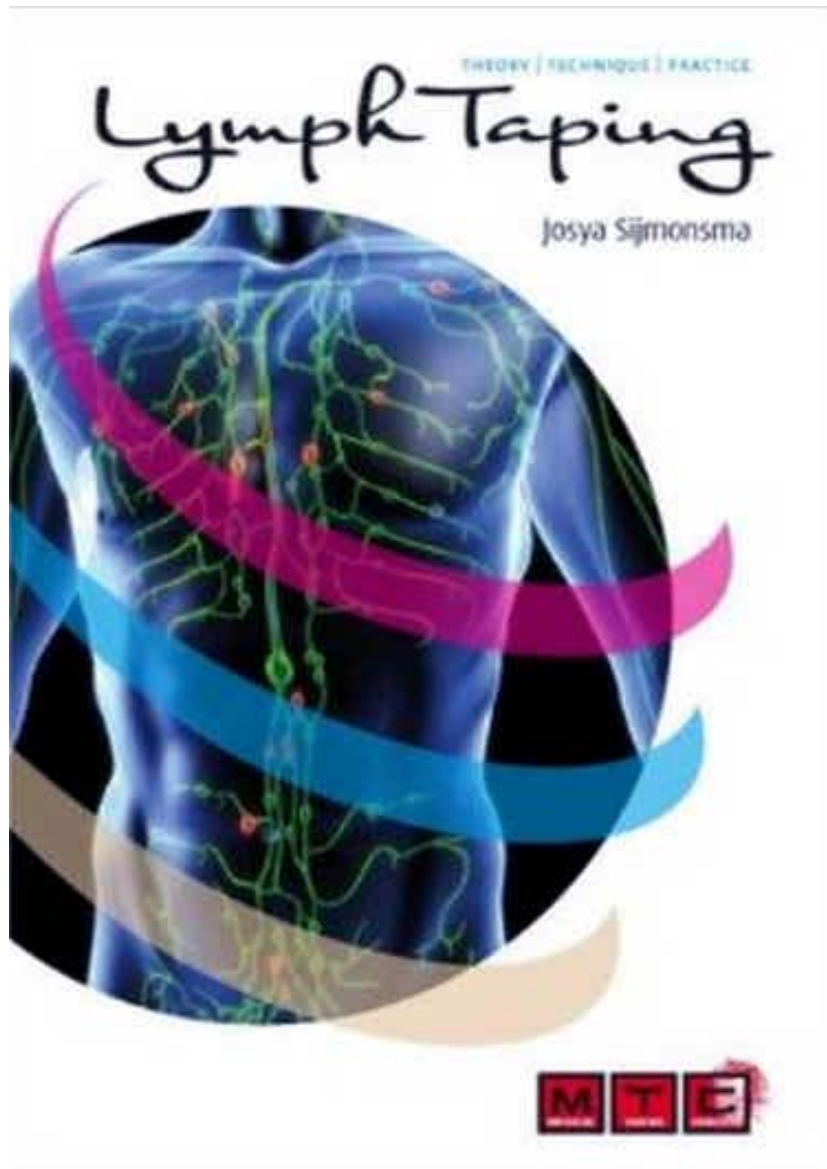
Aguirre Valls, T. (2010).
***Kinesiology taping:
teoría y practica.***
España: Biocorp Europa
S. L. 670 pp.

2010



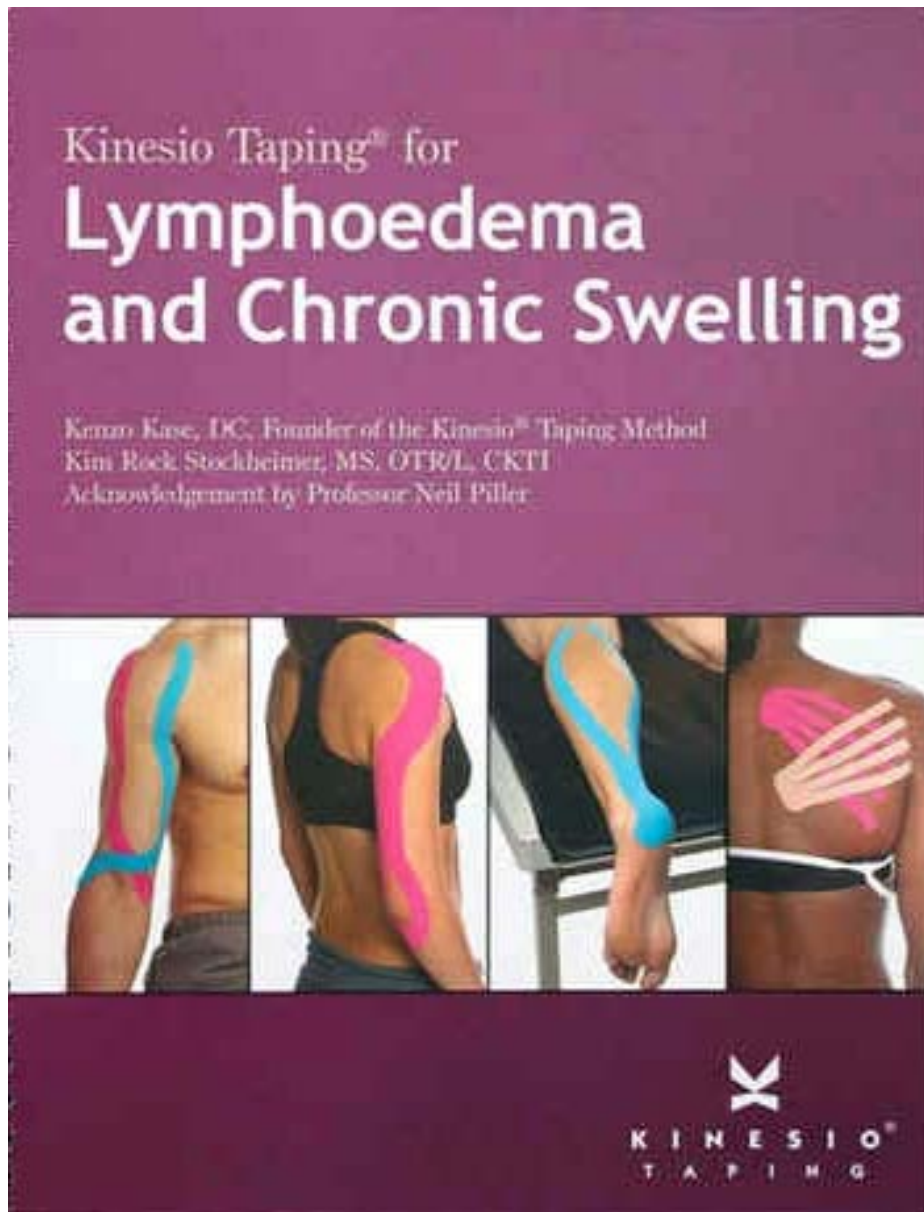
Sijmonsma, J. (2010).
TNM Manual. UK:
ANEID Press.

2010



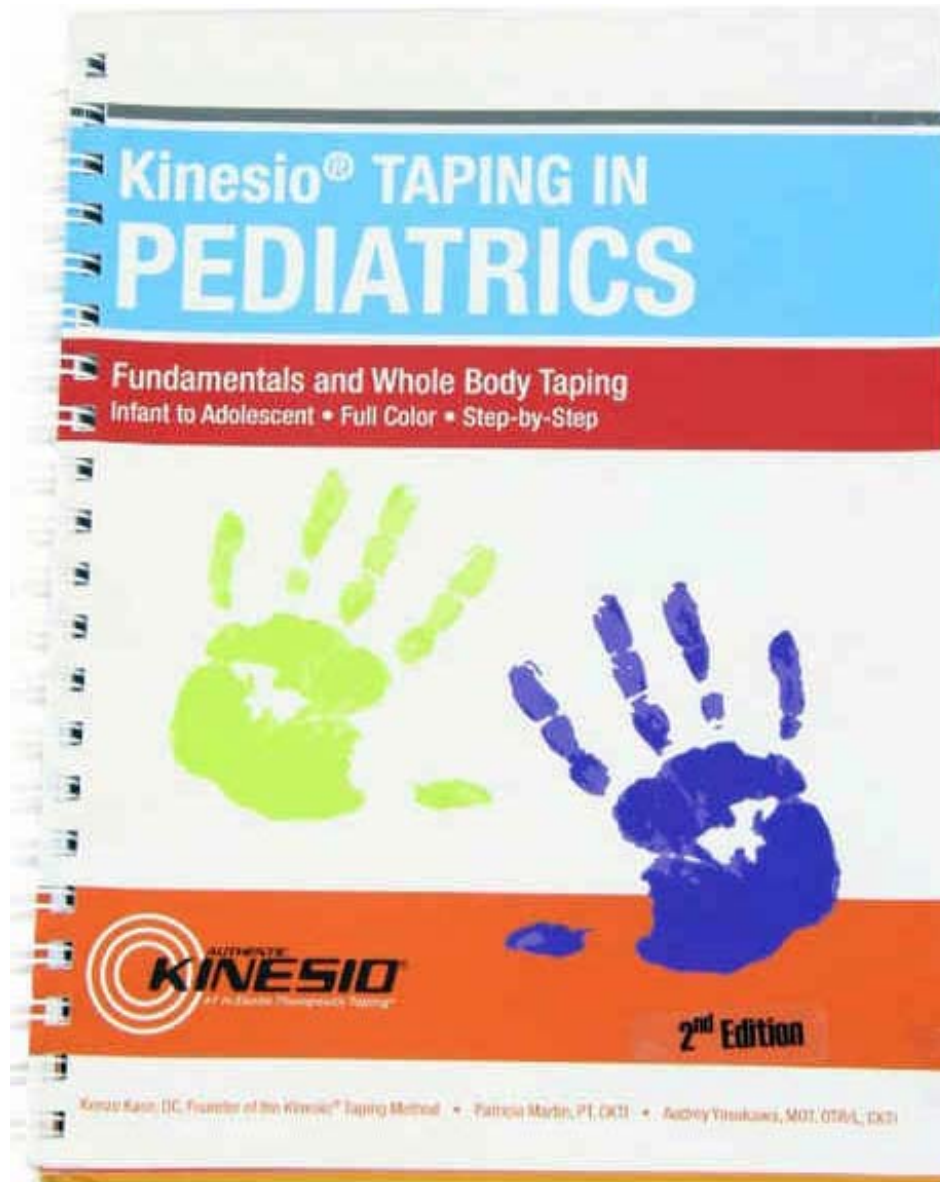
Sijmonsma, J. (2010).
***Lymph Taping:
Theory, Technique,
Practice***. Netherlands:
Fysionair. 200 pp.

2008



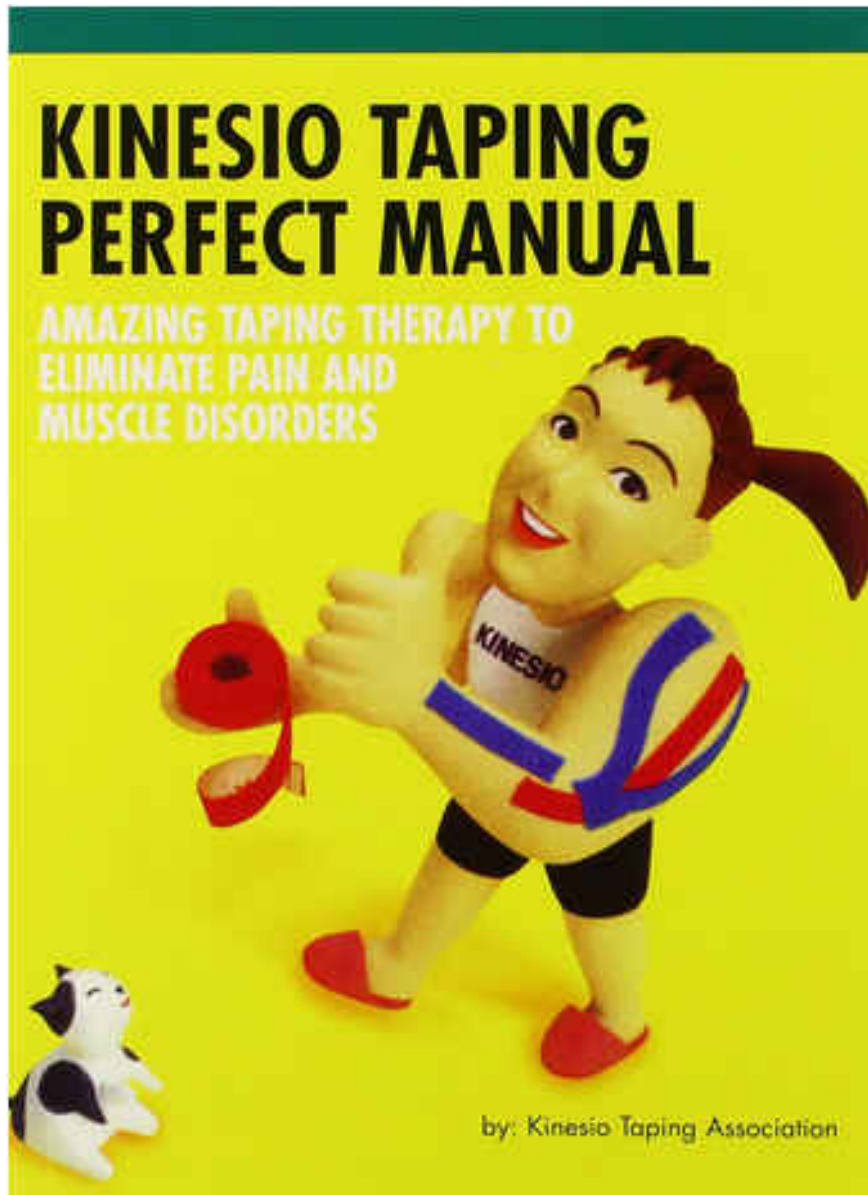
Kinesio (2008).
***Kinesio Taping® for
Lymphoedema and
Chronic Swelling.***
USA: Kinesio®. 172 pp.

2006



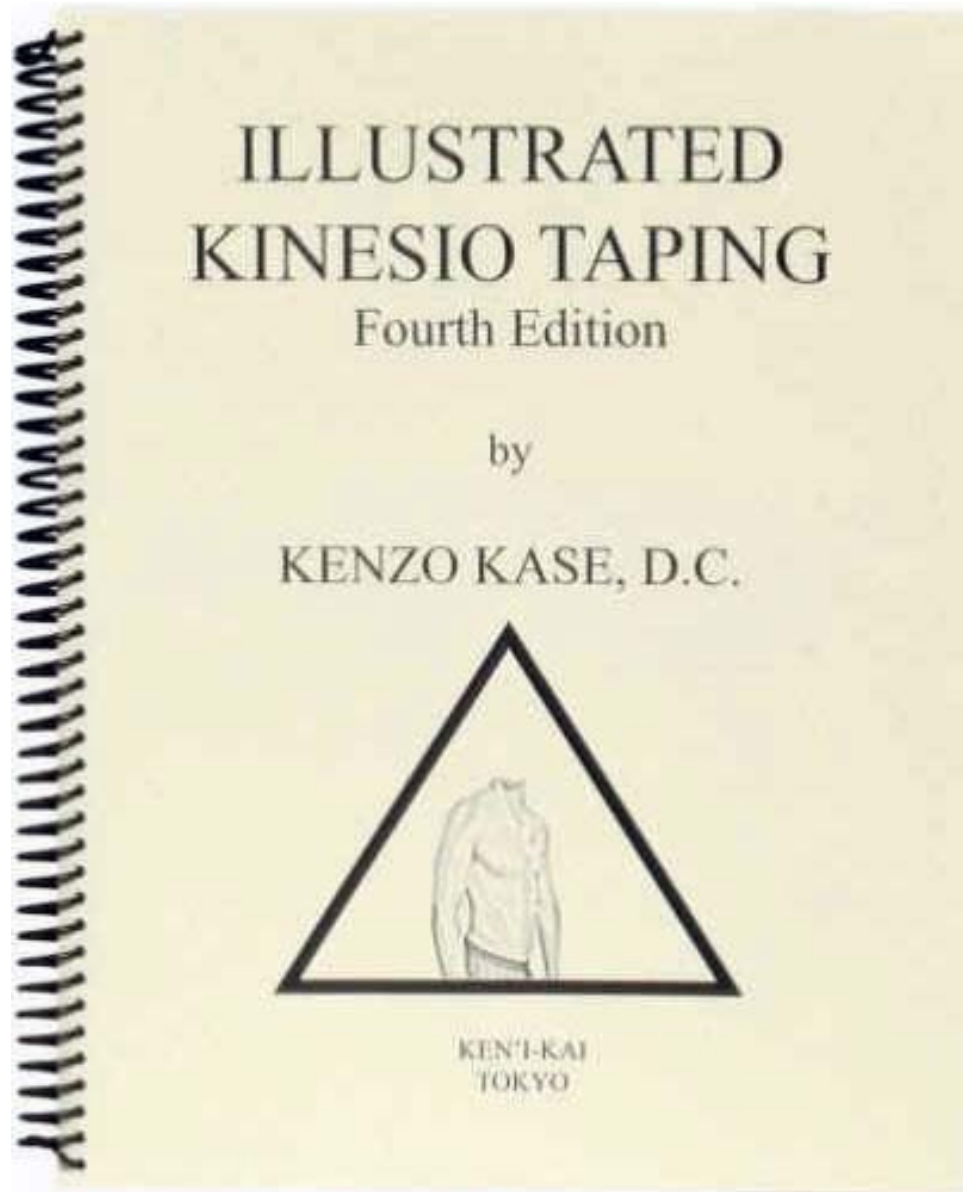
Kase, K., Martin, P., & Yasukawa, A. (2006).
Kinesio® Taping in Pediatrics: Fundamentals and Whole Body Taping (2da ed.) USA: Kinesio®. 245 pp.

2003



Kinesio Taping
Association (2003).
***Kinesio Taping®
Perfect Manual:
Amazing Taping
Therapy to eliminate
Pain and Muscle
Disorders.*** USA:
Kinesio USA Ltd. 132 pp.

2003



Kase, K. (2003).
Illustrated Kinesio Taping (4ta. ed.).
USA: Tokyo, Japan:
KEN'I KAI
INFORMATION. 109
pp.

ARTÍCULOS

Activities in Physical Education and Sport
2014, Vol. 4, No. 2, pp.115-119

NATURE, APPLICATION AND EFFECT OF KINESIO - TAPING

(Preliminary communications)

Mariya Gramatikova, Evelina Nikolova and Stamenka Mitova
*South-West University “Neofit Rilski”, Blagoevgrad,
Faculty of Social Welfare and Sports, Department of Kinesitherapy,
Blagoevgrad, Bulgaria*

Gramatikova, M., Nikolova, E., & Mitova, S. (2014). Nature, application and effect of kinesio – taping . *Activities in Physical Education & Sport*, 4(2), 115-119. Recuperado de <http://fsprm.mk/wp-content/uploads/2014/11/Pages-from-APES-ZA-NA-EMAIL-5.pdf>

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

MYOFASCIAL TAPING

CONTROLLING MYOFASCIAL TENSION

BY MARKUS ERHARD, SPORTS
SCIENTIST AND MYOFASCIAL
THERAPIST

PART 1: THE THEORY

MYOFASCIAL TAPING

Myofascial Taping is a unique, most innovative and revolutionary taping method, based on the regulation of myofascial tension to restore myofascial balance by the use of myofascial release and activation techniques.

The changes caused by Myofascial Taping mount up and provoke

Myofascial Taping is a unique and innovative taping therapy that has been developed by Markus Erhard. It has a revolutionary taping and therapy approach, which is totally different from kinesio taping, based on new fascia research and the myofascial connections (Anatomy Trains) to rid the body of restrictions and restore the natural myofascial balance instantly and effectively. The physiological effects are achieved by intensive myofascial release and activation; the results can be obtained in one therapy session and include improved muscle function and range of motion, enhanced sporting performance and reliable pain relief from acute and chronic myofascial pain.

Erhard, M. (2014). Myofascial taping: controlling myofascial tension. ***Sportex Dynamics***, (39), 18-24.
Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

ISSN 0008-3194 (p)/ISSN 1715-6181 (e)/2013/356-365/\$2.00/©JCCA 2013

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

© 2013 Pearson Education, Inc. or its affiliate(s). All rights reserved. Pearson Education, Inc., publishing as Pearson Benjamin Cummings, 101 Philip Drive, Assinippi Park, New York, NY 10984-2135. Printed in the United States of America. This book is published under the name Pearson Education, Inc. or its affiliate(s) and is not to be reprinted, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of Pearson Education, Inc. or its affiliate(s).

informa
healthcare

D. Morris, MSc, PT¹, D. Jones, MSc, PT², H. Ryan, MSc, PT³, and C. G. Ryan, PhD, PT²

³Senior Physiotherapist, York Teaching Hospital's NHS Foundation Trust, York, UK

doi:10.3109/09593985.2012.731675. Recuperado de <http://www.bamt.be/nieuwsbrief/04-2013/art4.pdf>

REVIEW ARTICLE

© 2012 Adis Data Information BV. All rights reserved.

A Meta-Analysis of the Evidence for its Effectiveness

Sports Performance Research Institute New Zealand, School of Sport and Recreation, Auckland University of Technology, Auckland, New Zealand

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

2012

Revisión de tema

Efectos del vendaje neuromuscular: una revisión bibliográfica

Neuromuscular dressing effects: a literature review

Efeitos neuromusculares de bandages: uma revisão da literatura

Pedro Antonio Calero Saa Ft¹, Gustavo Adolfo Cañón Martínez Ft¹

Recibido: octubre 27 de 2011 • Aprobado: mayo 30 del 2012

Calero Saa, P. A., & Cañón Martínez, G. A., (2012). Efectos del vendaje neuromuscular: una revisión bibliográfica. *Revista Ciencias de la Salud*, 10(2), 273-284. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4173503.pdf>

113



WHAT IS THE CURRENT EVIDENCE FOR THE USE OF KINESIO TAPE?

A LITERATURE REVIEW

s. a. (2012). What is the current evidence for the use of kinesio tape? a literature review. ***SportEX Dynamics***, (34), 24-30. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).

PROFESSIONAL DEVELOPMENT

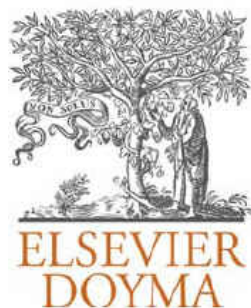
Few people can have failed to notice the rising use of this sometimes brightly coloured tape in recent years. Whether on Gareth Bale's legs, Serena Williams' back or Andy Murray's knee, it's been rapidly gaining popularity with athletes and therapists alike. While some people remain doubtful that it is nothing more than a passing fad, others, myself included, have seen and felt its powerful effects to reduce pain and enhance performance. Every day in clinic I see patients delighted and amazed when I tape them. Every time I teach a taping course I see sceptics become converts by wearing and feeling the tape work on them.

KINESIOLOGY TAPE: THE LOW DOWN

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

2011

Rehabilitación (Madr). 2011;45(2):148–158



REHABILITACIÓN

www.elsevier.es/rh



REVISIÓN

Revisión bibliográfica de la efectividad del *kinesiotaping*

L. Espejo* y M.D. Apolo

Espejo, L., & Apolo, M. D. (2011). Revisión bibliográfica de la efectividad del kinesiotaping. *Rehabilitación*, 45(2), 148-158. doi: 10.1016/j.rh.2011.02.002. Recuperado de http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pidet_articulo=90010474&pidet_usuario=0&pcontactid=&pidet_revista=120&ty=7&accion=L&origen=zonadelectura&web=zl.elsevier.es&lan=es&fichero=120v45n02a90010474pdf001.pdf

© 2013 Pearson Education, Inc. or its affiliate(s). All rights reserved. Pearson Education, Inc., publishing as Pearson Benjamin Cummings, 101 Philip Drive, Assinippi Park, New York, NY 10984-2135. Printed in the United States of America. This book is published under the name Pearson Education, Inc. or its affiliate(s) and is not to be reprinted, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of Pearson Education, Inc. or its affiliate(s).

DOI 10.1007/s10067-010-1475-6

ORIGINAL ARTICLE

doi:10.1007/s10067-010-1475-6. Recuperado de <http://rocktape.com/wp-content/uploads/Kaya-KT-cf-PT-for-Rx-of-sh-impingment-syndrome.pdf>

2011

Taping

The Real Magic of Therapeutic Taping

Uncovering the secrets behind therapeutic taping reveals no smoke and mirrors

By Graceann G. Forrester, PT, DPT, CKTI

Forrester, G. G. (2011). The real magic of therapeutic taping. *Physical Therapy Products*, 22(5), 18-20. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).

PEARLS OF PRACTICE

Kinesio Taping Technique for Patellar Tendinopathy

Pope, M. L., Baker, A., & Grindstaff, T. L. (2010). Kinesio Taping Technique for Patellar Tendinopathy. *Athletic Training & Sports Health Care: The Journal For The Practicing Clinician*, 2(3), 98-99.
Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).

2009

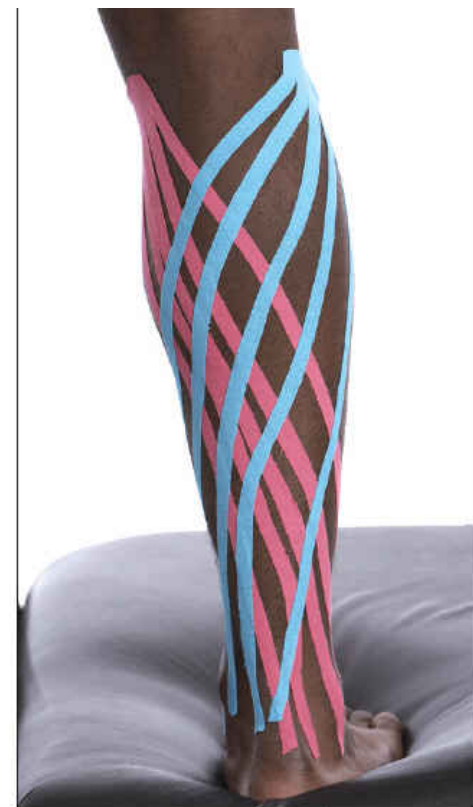
SPORTS PODIATRY

The Kinesio® Taping Method

Here's a new treatment modality for podiatry

By Lisa M. Schoene DPM, ATC

become more adherent the longer



Schoene, L. (2009). The Kinesio® taping method. **Podiatry Management**, 28(5), 149-154, 156.

Recuperado de http://drschoene.com/assets/images/forms/The_Kinesio%C2%AE_Taping_Method.pdf

2008

The Kinesio A REHABILITATIVE TOOL TO COMPLEMENT MASSAGE Taping Method by Jennifer Deleo

Deleo, J. (2008). The Kinesio Taping Method. *Massage Magazine*, (141), 44-51. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).

2007

ALTERNATIVE & COMPLEMENTARY CONCEPTS

John M. Kaltenborn, MS, ATC, *Column Editor*

Kinesio Taping[®], Part I: An Overview of Its Use in Athletes

Leamor Kahanov, EdD, ATC • San Jose State University

Kahanov, L. (2007). Kinesio taping, part 1: an overview of its use in athletes. ***Athletic Therapy Today***, 12(3), 17-18. Recuperado de
<http://www.thiagovilelalemos.com.br/downloads/Kinesio/KT%20uma%20visao%20geral%20no%20uso%20para%20atletas%20parte%201.pdf>

2007

ALTERNATIVE & COMPLEMENTARY CONCEPTS

John M. Kaltenborn, MS, ATC, *Column Editor*

Kinesio Taping®: An Overview of Use With Athletes, Part II

Leamor Kahanov, EdD, ATC • San Jose State University

Kahanov, L., & Kaltenborn, J. M. (2007). Kinesio Taping: An Overview of Use With Athletes, Part II. *Athletic Therapy Today*, 12(4), 5-7. Recuperado de <http://www.thiagovilelalemos.com.br/downloads/Kinesio/KT%20uma%20visao%20geral%20no%20uso%20para%20atletas.pdf>

© MEDSPORTPRESS, Volume 13, Nr 1, 2007, 130-134

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

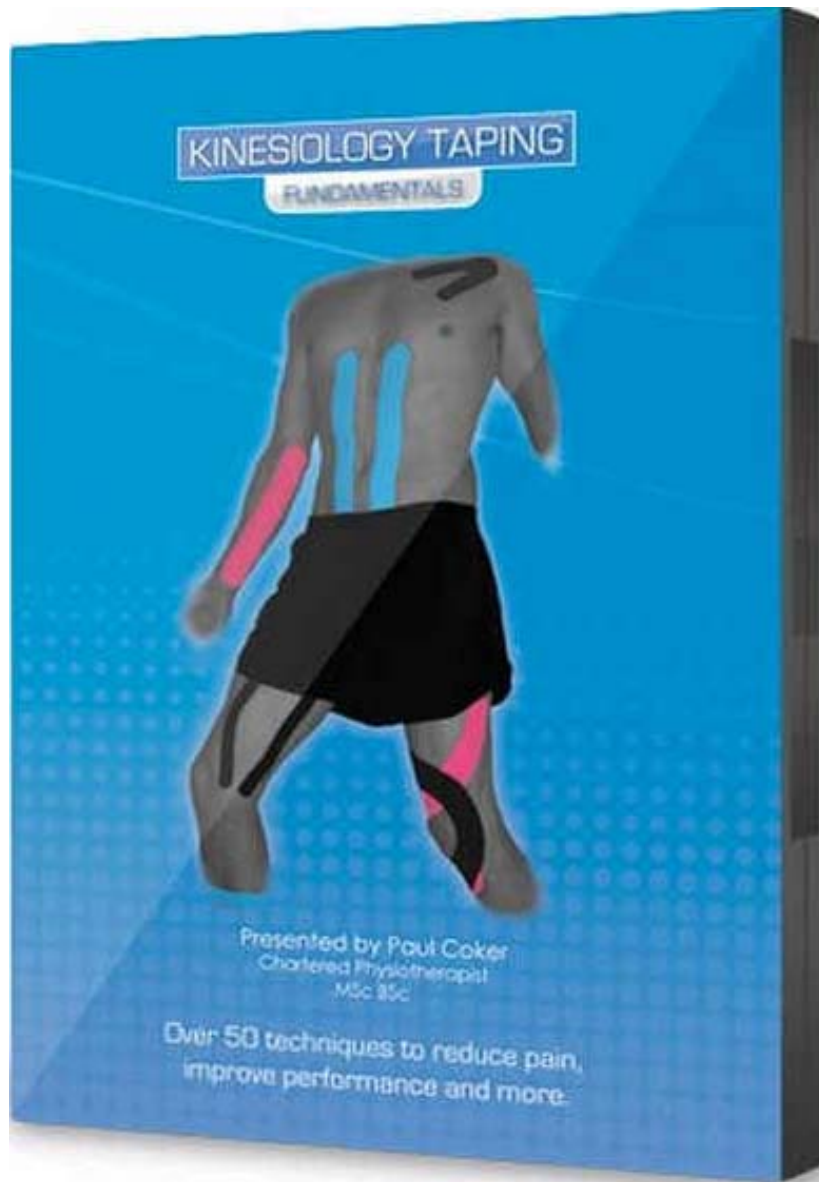
DVD/VIDEOS

2012



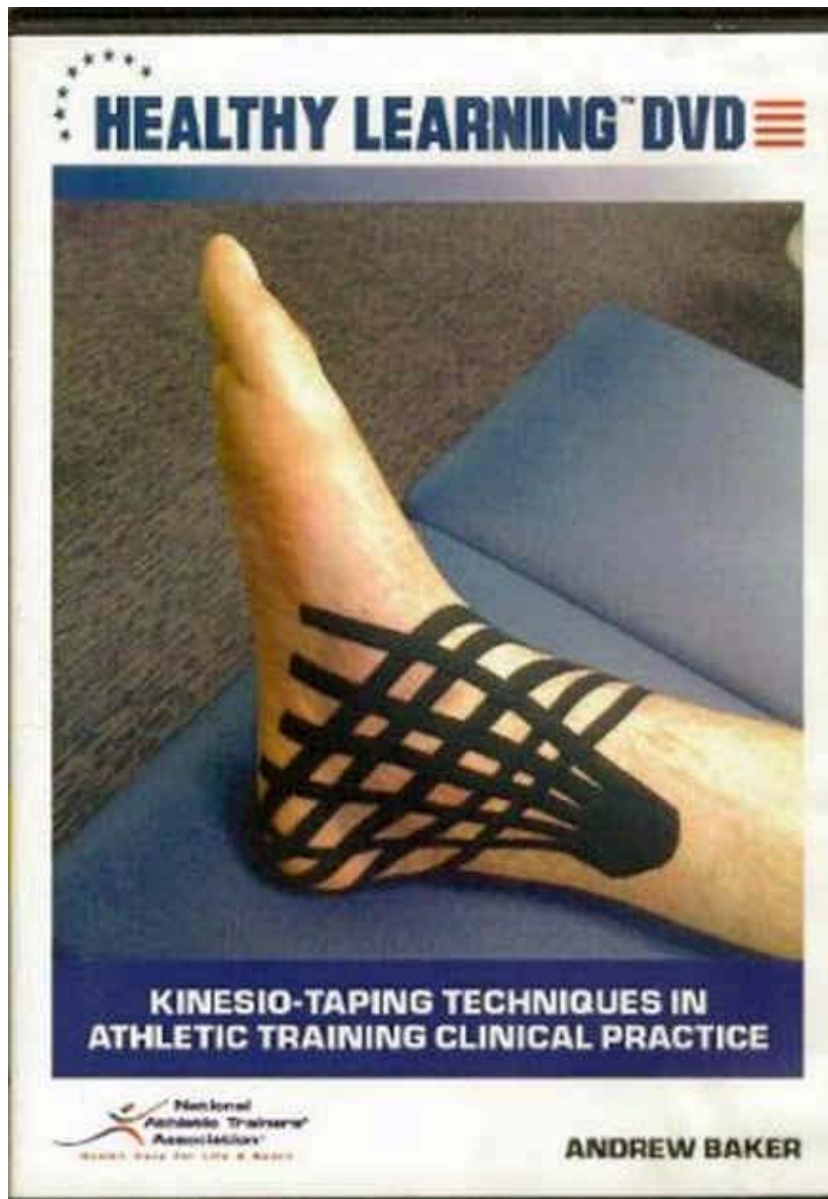
Collaborans Inc.
(Producer). (2012).
***Kinesiology
Taping: Neuro-
Structural
Taping
Technique*** [DVD].
Toronto, Canada:
Collaborans Inc.

2011



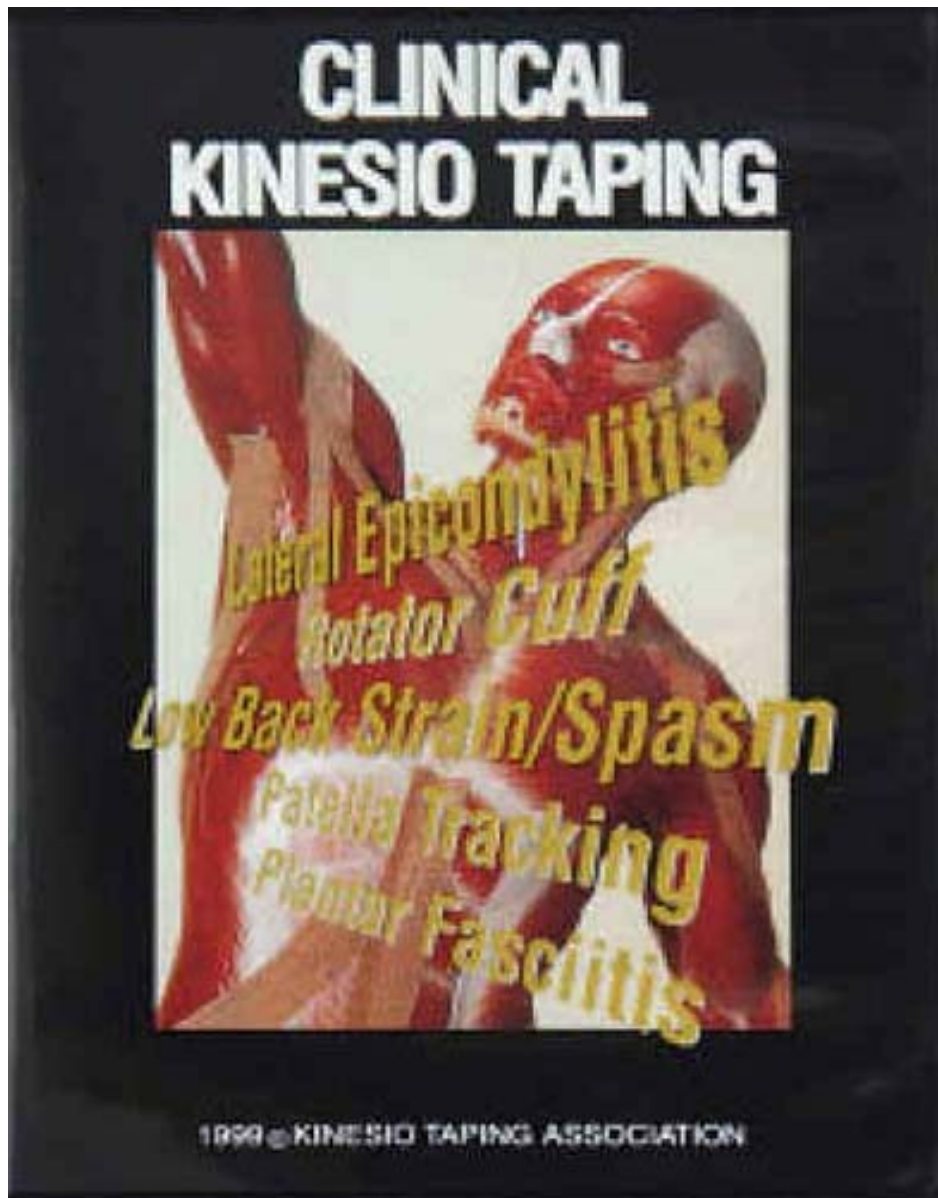
Coker, P. (Autor). (2011).
***Kinesiology Taping
Fundamentals*** [DVD].
Truro, UK: Kinesiology
Taping DVD Ltd.

2010



Baker, A. (Autor). (2010).
***Kinesio Taping
Techniques in Athletic
Training Clinical
Practice*** [DVD].
Monterey, CA: Healthy
Learning.

1995



Wallis, J. (Autor).
Sammons Preston
(Manufacturer).
(1999). ***Clinical
Kinesio Taping***
[DVD]. USA: Kinesio
Taping Association.

ACADEMIAS

KINESIO TAPING® ASOCIACIÓN INTERNACIONAL (KTAI) DIRECCIÓN WEB: <http://www.kinesiotaping.com>



Dr Kenzo Kase

[HOME](#)

[ABOUT](#)

[EDUCATION](#)

[INTERNATIONAL](#)

[MEMBERSHIP](#)

[RESEARCH](#)

[PRODUCTS](#)

[DATABASE](#)

KINESIO TAPING ASSOCIATION INTERNATIONAL

Email or User Name

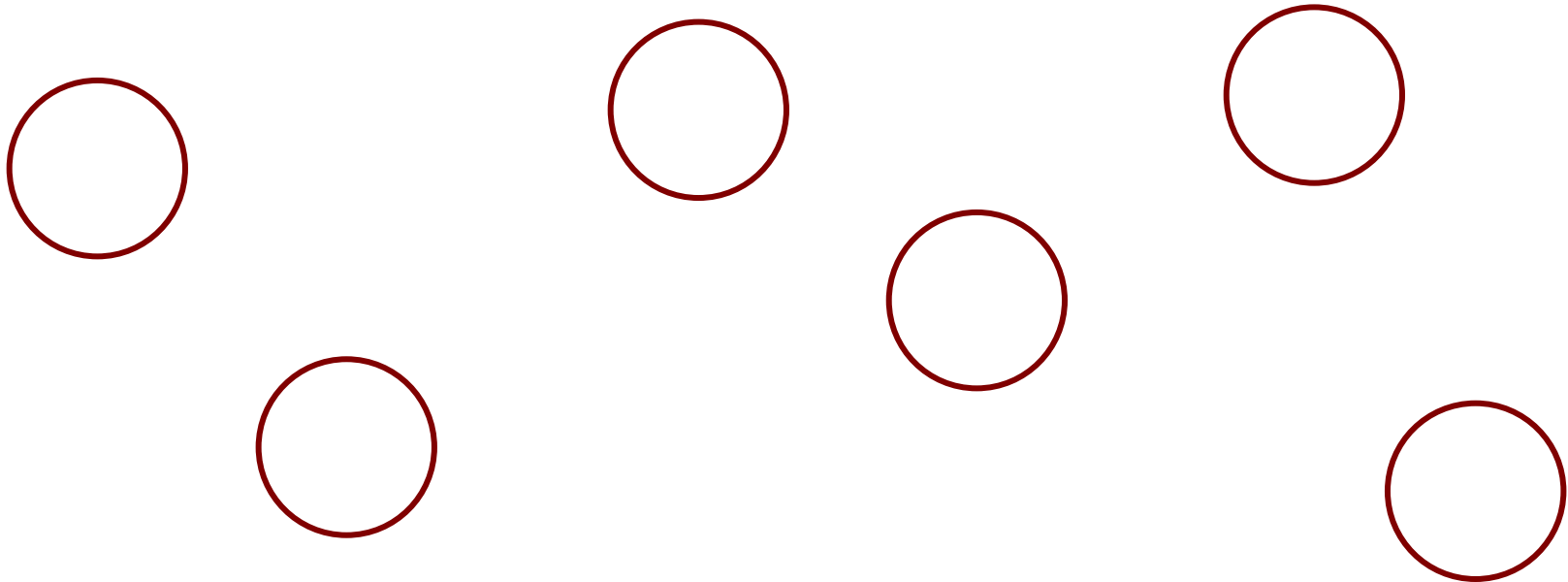
Password

[Log in](#)

[Register](#)



Dibuje sobre estos cuerpos celulares, que tú piensas es el largo y cantidad de dendritas tú posees en estos momentos:



Kinesio Taping® Association International (KTAI):

<http://www.kinesiotaping.com/about/about-video>



The top photograph shows a person's bare shoulder and upper arm. A white, patterned bandage is being applied to the shoulder area. The bottom photograph shows the same person's arm, now wearing a purple long-sleeved shirt. The white, patterned bandage is wrapped around the upper arm, just below the shoulder.

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

John Gibbons Bodymaster Method®

www.johngibbonsbodymaster.co.uk

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

Introduction to Kinesiology Taping

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc.
Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

Overview of Neuro-Structural Taping Technique

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc. Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>



Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=3Rl09Nx78Rk>

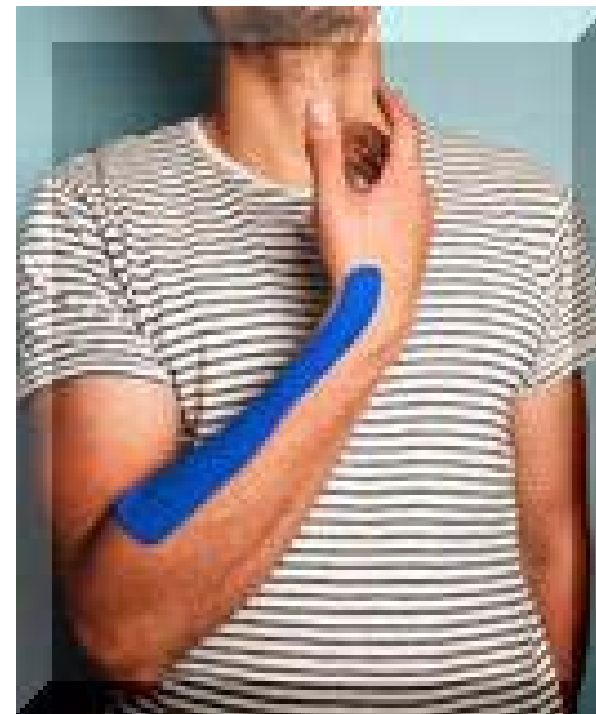


KINESIO-TAPING: *INTRODUCCIÓN*



► **Sinónimos - *Nombres para esta Técnica:***

- Kinesio-taping
- Kinesiology taping
- Medical taping concept
- Balance taping therapy
- Cinta kinesiológica
- Vendaje neuromuscular
- Vendaje neurofascial
- Vendaje exteroceptivo





KINESIO-TAPING: *CONCEPTO*

**Venda elástica especializada
diseñada para **activar** los
procesos de recuperación naturales
del organismo humano**



KINESIO-TAPING: *CONCEPTO*

**Cinta particular encargada de
facilitar el
proceso de sanación
del cuerpo**



Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



KINESIO-TAPING: *CONCEPTO*

**Venda elástica y adhesiva de algodón
confeccionada como una
terapéutica complementaria
para múltiples contextos adversos
a la salud a nivel clínico y deportivo,
con el fin de disminuir el tiempo dedicado a la
recuperación de lesiones y
facilitar los procesos de rehabilitación**



KINESIO-TAPING: *CONCEPTO*

**Técnica especializada de vendaje funcional
constituido de un esparadrapo autoadhesivo,
dirigido a **optimizar las condiciones innatas**
del organismo necesarias para el
proceso de rehabilitación de los atletas y
pacientes de la población general**



KINESIO-TAPING – inicios *TRASFONDO:*

HISTÓRICO

ORIGEN Y EVOLUCIÓN

➤ **1973 - Inicio del concepto original de la técnica de:**

🟣 **Kinesio taping® - Kenzo Kase, D. C. :**

➤ **Preparación académica:**

■ **Licenciado en quiropráctica y acupuntura:**

🟡 **Estudio en Estados Unidos:**
Ejerce en Japón

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 12), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



 1973 - *Propósito inicial:*

► Terapéutica para el hogar:

● **Mantenere su uso:**

En las próximas citas con el Dr. Kase



KINESIO-TAPING – inicios

TRASFONDO:

HISTÓRICO

ORIGEN Y EVOLUCIÓN

➤ **1984 - Funda Asociación en Europa/Internacional:**

🔴 **Kinesio Taping® Association International (KTAI) - CREADA POR Kenzo Kase, D. C. :**

➤ **Sitio Web:**

■ **Kinesio Taping Association International:**

<http://www.kinesiotaping.com>



KINESIO-TAPING – inicios *TRASFONDO:* HISTÓRICO

ORIGEN Y EVOLUCIÓN

➤ **1988 - Inicio de su uso Olímpico:**

🌟 **Juegos Olímpicos - Seúl:**

➤ **Kinesio Tape ganó popularidad:**

■ **Atleta Japonenes:**

● **Usaron el vendaje de:**

Kinesio® Tex (por el Dr. Kenzo Kase, desde 1979)





KINESIO-TAPING – inicios *TRASFONDO:* HISTÓRICO

ORIGEN Y EVOLUCIÓN

➤ **1995 - *Llega a estados Unidos:***
Kinesio Taping

➤ ***K-Taping International Academy:***

● **Certificaciones:**

➤ **Sitio Web:**

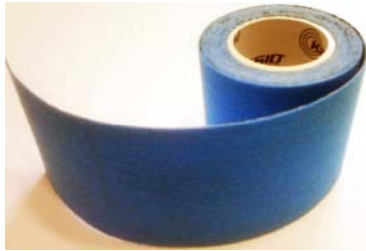
■ **K-Taping® and K-Tape® - *Estados Unidos:***

<http://www2.k-taping.eu/home-en-US>

VENDAJE Y TÉCNICA



NOTA. Reproducido de: *Kinesiology Taping: Fundamentals* [DVD], por C. Paul, 2011, Truro, UK: Kinesiology Taping DVD Ltd. Copyright 2011 por: Kinesiology Taping DVD Ltd.



KINESIO-TAPING – Material *CARACTERÍSTICAS Y USO:*

PROPIEDADES DEL VENDAJE

- Venda de esparadrapo elástico de 100% algodón
- Imita las cualidades de la piel
- 100% libre de medicamentos y latex
- Capa de pegamento acrílico (100%) hipoalergénico
- Este adhesivo acrílico estructurado en forma de onda
- Pegamento acrílico se activa con el calor
- Pega una sola vez
- Efectivo para 3-5 días de uso constante
- Se puede replicar el vendaje
- Estiramiento longitudinal: *40 y 60% su largo en reposo*
- Elasticidad hasta un 180%:



KINESIO-TAPING – Material *CARACTERÍSTICAS Y USO:*

PROPIEDADES DEL VENDAJE

- Venda de esparadrapo elástico de 100% algodón
- Imita las cualidades de la piel:
Textura y elasticidad similar a la piel humana
- 100% libre de:
 - Medicamentos
 - Latex
- Capa de pegamento acrílico (100%) hipoalergénico





KINESIO-TAPING – Material *CARACTERÍSTICAS Y USO:*

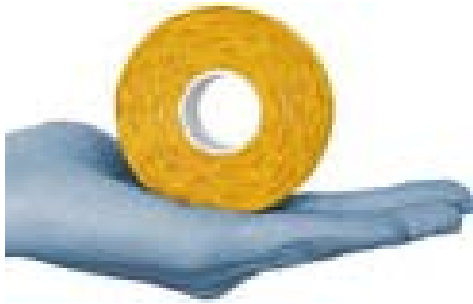
PROPIEDADES DEL VENDAJE

- **Este adhesivo acrílico se encuentra estructurado en forma de onda:**
Para permitir que escape la humedad (resistente a agua)
- **Tal pegamento acrílico se activa con el calor (adhiere a medida que se calienta):**
 - 💜 **Luego de aplicar el vendaje, el frotar el mismo:**
Activa la pega y asegura una adherencia apropiada de esta cita neuromuscular sobre la piel
- **Pega una sola vez**

A diagram illustrating the forces acting on a red band. A finger is shown pulling the band to the right. A large black arrow points to the right, representing the applied force F_H . A blue vector F_{Res} points downwards and to the right, representing the resultant force. A blue vector F_Q points downwards, representing the component of the resultant force perpendicular to the band's length.

NOTA. Reproducido de: *K-Taping: An Illustrated Guide*. (p. 4), por B. Kumbrić, 2012, New York: Springer-Verlag Berlin Heidelberg. Copyright 2012 por: Springer-Verlag Berlin Heidelberg.

A close-up photograph of a blue textured surface, likely the cover or endpaper of a book. The texture is a fine, uniform weave. On the right side, there is a decorative pattern of concentric, wavy lines in a slightly lighter shade of blue, creating a ripple effect. The edges of the material are slightly irregular, and the overall lighting is soft and even.



KINESIO-TAPING – Material *CARACTERÍSTICAS Y USO:*

PROPIEDADES DEL VENDAJE

- **Elástico en dirección longitudinal**
- **Elasticidad hasta un 180%:**
 - 🍇 **El material del vendaje de algodón está adherido al papel de protección a una tensión de fábrica:
*El porcentaje de estiramiento es de 5-10%.***
 - 🍇 **Permite el estiramiento longitudinal a un 40 y 60% de su largo en reposo:
*Estira aproximadamente 140-150% de su longitud original.***



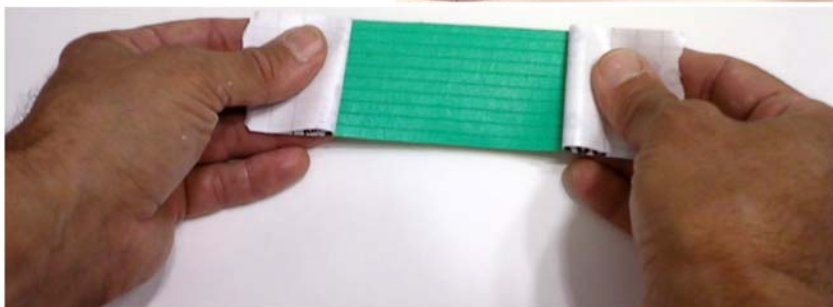
TENSIÓN DEL VENDAJE: MAGNITUD DEL ESTIRAMIENTO

100%

40% - 80%

CLASIFICACIÓN DE LA TENSIÓN:

- ▶ Ausencia - Ancla o Extremo: 0%
- ▶ Sin el Papel - de Fábrica: 10-15%
- ▶ Leve: 15-25%
- ▶ Moderado: 25-35%
- ▶ Severo: 50-75%
- ▶ Completo: 100%



10 | 25% | 50% | 75% | 100%

- ▶ Corrección Mecánica: 50-75%
- ▶ Corrección de la Fascia: 10-50%
 - ◆ Fascia Superficial: 10-25%
 - ◆ Fascia Profunda: 25-50%
- ▶ Corrección de Espacio: 10-35%
- ▶ Corrección Ligamentosa: 75-100%
- ▶ Corrección Tendinosa: 50-75%
- ▶ Corrección Funcional: >50%
- ▶ Corrección e los Linfática: 0-20%
- ▶ Aplicaciones Musculares: 15-35%
 - ◆ Bajar Tono: 15-25%
 - ◆ Subir Tono: 15-35%

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 13, 16-17, 29), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



KINESIO-TAPING – Material *CARACTERÍSTICAS Y USO:*

PROPIEDADES DEL VENDAJE

- Aplicaciones a larga duración:
- Efectivo para 3-5 días de uso constante:
 - 🌀 Para mayor durabilidad y adhesión - Pre-K Gel:
Aplicado sobre la piel, antes del vendaje
- Se puede replicar el vendaje





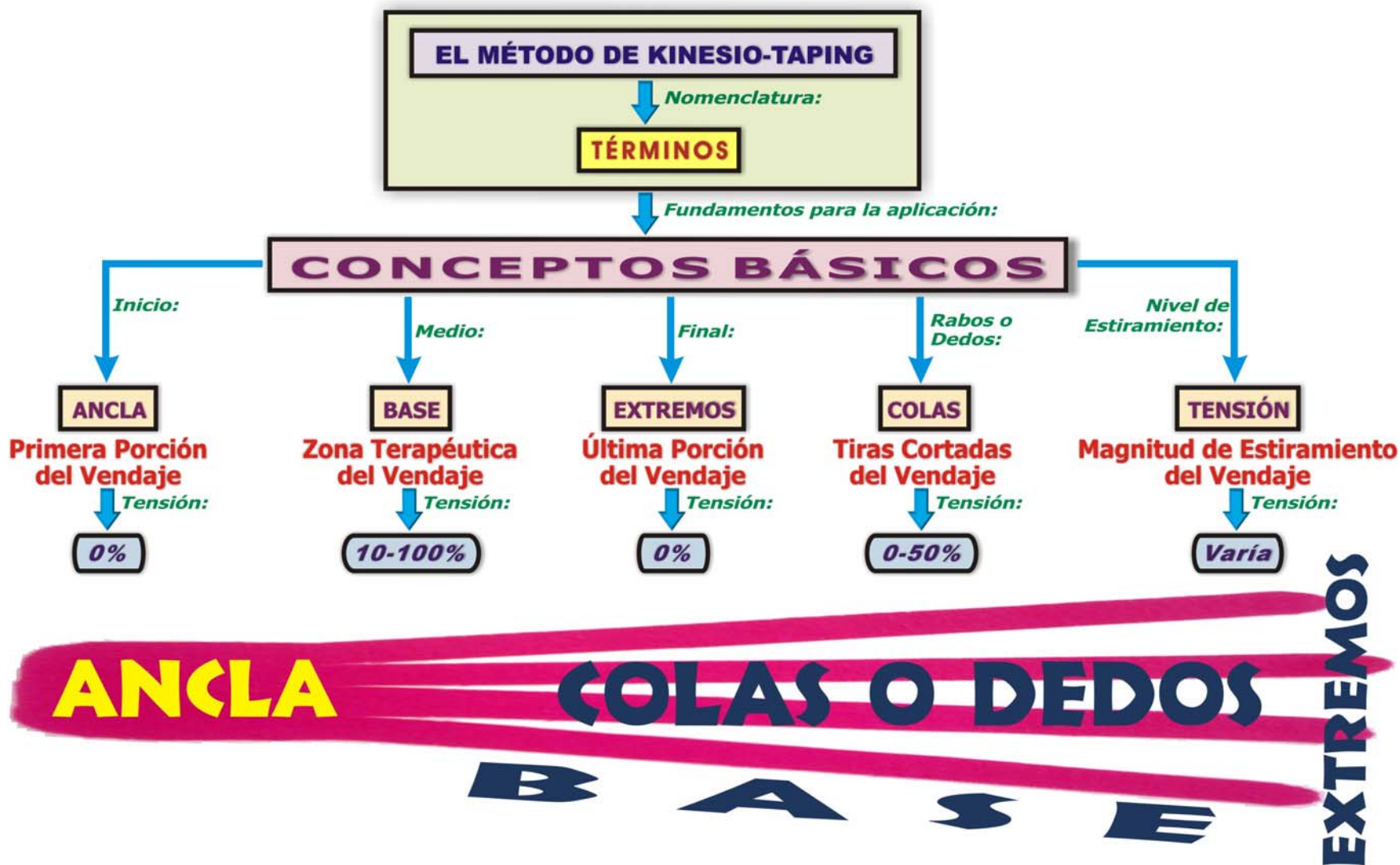
Pre-K Gel:

- Se aplica sobre la piel, antes del vendaje neuromuscular
- Asegura una adhesión confiable, sin importar la presencia de una piel grasosa o levemente sudorosa
- Contiene un desinfectante moderado



** Lista Focalizada **

- 1. Haga una lista de los conceptos que usted encuentra difícil de entender.**
- 2. Discuta estos términos con su compañero de clase al lado de usted.**



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 14), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

TERMINOLOGÍA DE APLICACIÓN

Componentes/Partes Segmentales del Vendaje:

■ Inicio para la colocación del vendaje en la zona afectada:

➡ **BASE, Cuerpo, Recorrido, zona Central o Activa:**

Representa el componente que ejerce la mayor función terapéutica para la región a tratarse con el kinesio-taping

■ Segmento terminal de la cinta neuromuscular:

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



KINESIO-TAPING – Ventajas *BENEFICIOS TEÓRICOS:*

SISTEMAS FISIOLÓGICOS PRINCIPALES



Piel



**Sistemas
Circulatorio
y Linfático**



Fascia



Músculo



Articulación



TÉCNICAS CORRECTIVAS PARA LA: APLICACIÓN DEL VENDAJE NEUROMUSCULAR

EL MÉTODO DE KINESIO-TAPING



Técnicas Correctivas:

APLICACIÓN CLÍNICA



Concepto:

La aplicación sistemática de varias capas de la técnica del vendaje neuromuscular, donde cada capa posee una función específica



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 28), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

**VENDAJE NEUROMUSCULAR
(KINESIO-TAPING)**

↓ *Aplicacion:*

CLÍNICA

↓ *Se dirige a:*

EVALUAR EL PACIENTE

↓ *Identificar Condiciones Específicas:*

PROBLEMAS DE SALUD PARTICULARES

↓ *Tales como:*

Afecciones Musculares, Articulares o Traumas

↓ *Establecer la:*

Estructura del Cuerpo Afectada

↓ *Luego iniciar la:*

Terapia Física Indicada

↓ *Ejemplo:*

VENDAJE CLÍNICO

↓ *Estrategia Indicada:*

**Seleccionar y Aplicar la:
TÉCNICA CORRECTIVA CORRESPONDIENTE
(Según la Condición y META TERAPÉUTICA)**



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 28-29), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



VENDAJE NEUROMUSCULAR (KINESIO-TAPING)

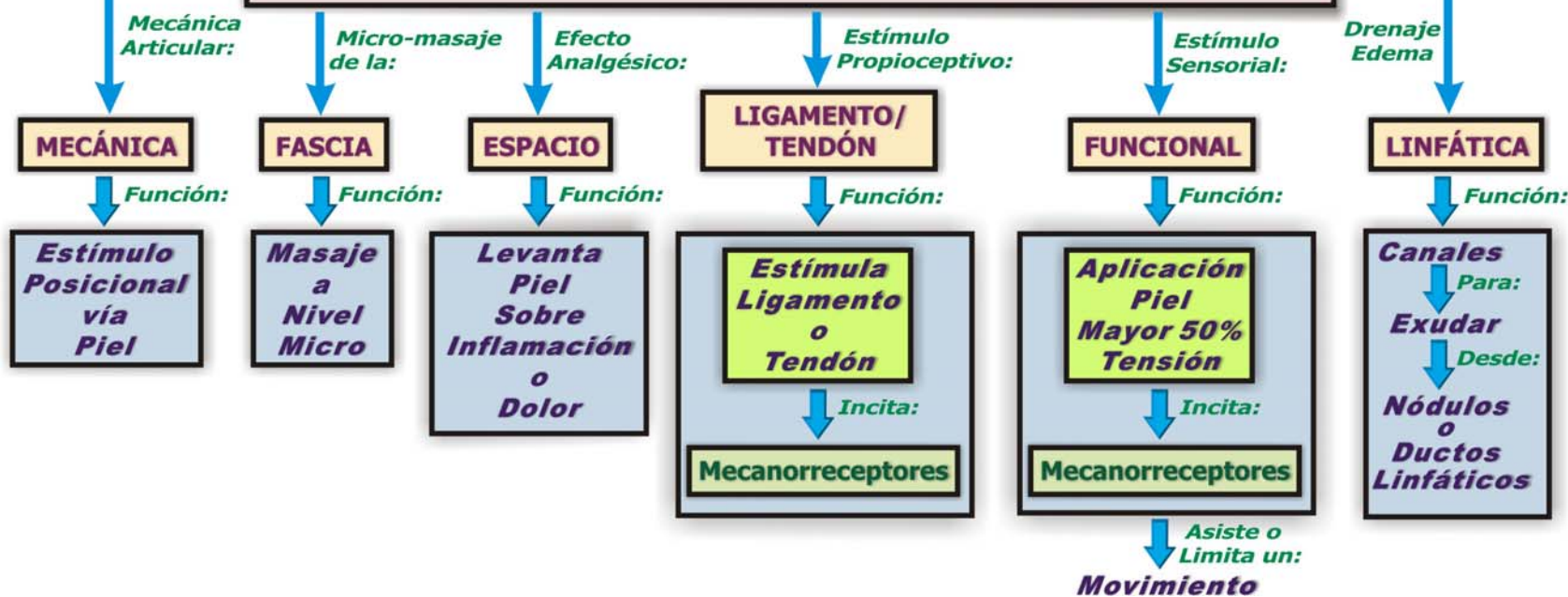
↓ *Aplicaciones Clínicas:*

TÉCNICAS CORRECTIVAS

↓ *Tipos de:*



APLICACIONES CORRECTIVAS



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 28-29), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



VENDAJE NEUROMUSCULAR (KINESIO-TAPING)

↓ *Aplicaciones Clínicas:*

TÉCNICAS DE VENDAJE

↓ *Aplicaciones Musculares:*

TÉCNICA DE VENDAJE MUSCULAR

↓ *Función:*



Estimular o Inhibir la Acción Muscular

↓ *Músculos Esqueléticos-
Sobreuso Agudo, Acortamiento:*

BAJAR TONO

Dirección:

INSERCIÓN a ORIGEN
(Distal a Proximal)

Tensión:

15-25%

↓ *Músculos Esqueléticos-
Débiles Crónicos, Alargados:*

SUBIR TONO

Dirección:

ORIGEN a INSERCIÓN
(Proximal a Distal)

Tensión:

15-35%

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 28-29), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

TÉCNICAS CORRECTIVAS PARA LA: APLICACIÓN DEL VENDAJE NEUROMUSCULAR

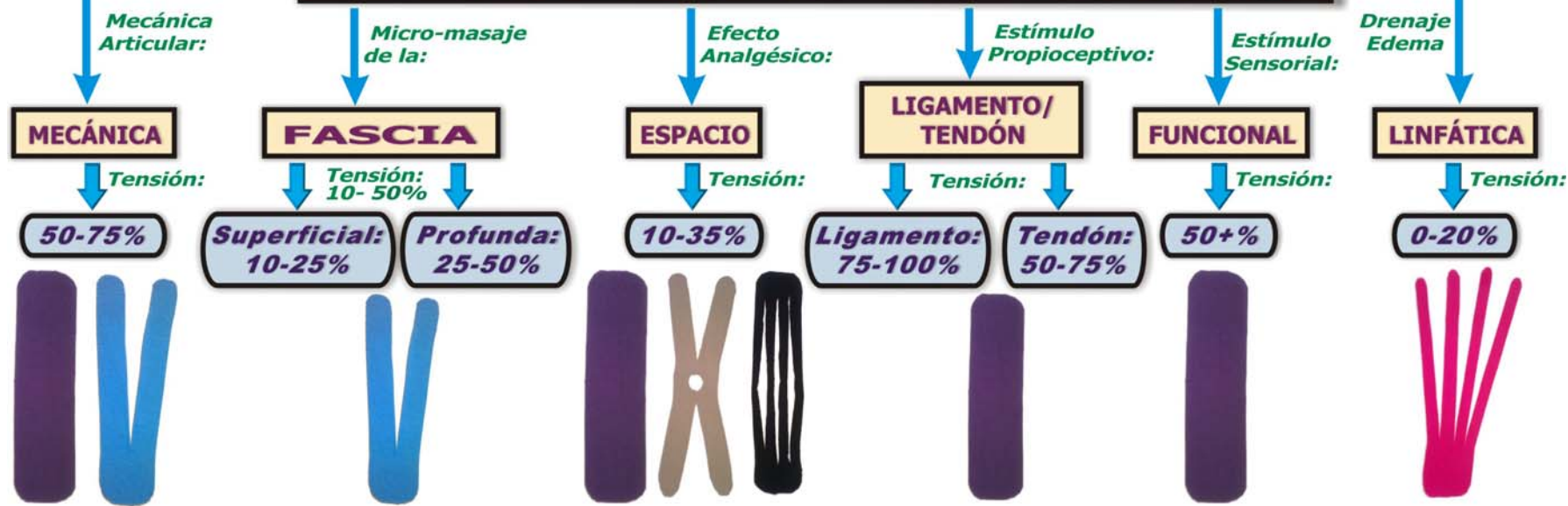
EL MÉTODO DE KINESIO-TAPING

Aplicaciones:

VENDAJE NEUROMUSCULAR

Usos:

TÉCNICAS CORRECTIVAS



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 29-50), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



EFFECTOS TERAPÉUTICOS

-

KINESIO-TAPING – EFECTOS TEÓRICOS:

- Estimula o inhibe la función muscular.
- Favorece el drenaje del líquido linfático o hemorragia subcutánea.
- Ayuda a suprimir el dolor.
- Apoya y corrige las estructuras de la articulaciones (Ej: ligamentos), de manera que provea una mayor estabilidad articular.
- Mejora la propiocepción y estabilidad dinámica
- Corrección de la fascia

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (pp. 4-7), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.

KINESIO-TAPING – BENEFICIOS TEÓRICOS:

- Normalización de la *función muscular*.
- Aumento en el flujo vascular y linfático, mediante el *drenaje del líquido tisular o sangrado* debajo de la piel.
- *Disminución en la magnitud del dolor* a través de la supresión neurológica.
- Posible *corrección de un malalineamiento articular*, al aliviar disturbios vinculados con la tensión muscular, y con una influencia favorable en la función de la fascia y los músculos esqueléticos
- *Elevada propiocepción* por medio de un incremento en la estimulación de mecanorreceptores cutáneos

NOTA. Adaptado de: *A Practical Guide to Kinesiology Taping*. (pp. 22-25), por J. Gibbons, 2014, UK: Lotus Publishing. Copyright 2014 por: John Gibbons.

- Mejorar la la *función muscular*.
- Elimina disturbios circulatorios (Ej: procesos inflamatorios), mediante un aumento en el espacio cutáneo, de manera disminuya la presión y *mejore la circulación linfática*.
- *Reducción en el dolor* por medio del estímulo de mecanorreceptores cutáneos, los cuales inhiben el mensaje de los nociceptores.
- Apoyo a la *función articular*.

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



KINESIO-TAPING – Ventajas *BENEFICIOS TEÓRICOS:*

EFFECTOS TERAPÉUTICOS

► Acción favorable para los músculos esqueléticos:

● Estimula la función muscular:

Asiste, o mejora, la contracción (o tono) muscular

► Técnica (protocolo) para aumentar el tono muscular:

Aplicación del vendaje muscular

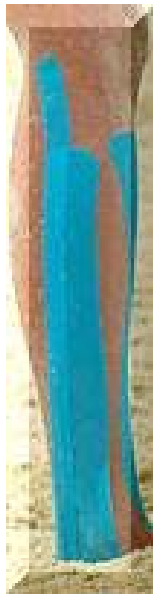
■ Desde el ORIGEN (BASE) del músculo:

● Nivel de estiramiento - 0%:

Ausencia de tensión



NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 4), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



- NOTA.** Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 4), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



➤ **Acción favorable para los músculos esqueléticos:**

Disminuye la contracción (o tono) muscular

Aplicación del vendaje muscular

● Nivel de estiramiento - 0%:

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 4), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.

-

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



EFFECTOS TERAPÉUTICOS

► Mejora la propiocepción y estabilidad dinámica:

Funciones de los PROPIORECEPTORES - Sensores:

Músculos - HUSO MUSCULAR:

Provee información sobre cambios de la longitud muscular

▶ Tendones - ÓRGANOS TENDONOSOS DE GOLGI:

Disponen información sobre cambios en la tensión muscular

► Articulaciones - RECEPTORES ARTICULARES:

Suministran información sobre cambios en los ángulos resultantes de los movimientos a nivel de las coyunturas

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (pp. 4-5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



KINESIO-TAPING – Ventajas *BENEFICIOS TEÓRICOS:*

EFFECTOS TERAPÉUTICOS

► Mejora la propiocepción y estabilidad dinámica:

◆ Mecanismo:

► **Desarrollo de presión sobre los ligamentos y tendones:**
Esto genera un estímulo captado por los sensores: PROPIORECEPTORES

■ Efectos fisiológico esperado:

● Desarrollo de un estímulo hacia el encéfalo:

✓ Luego de procesarse en este comando central, se:

■ Inhibe o excita la acción muscular:

➡ **Resultado:**

Se mejora la propiocepción

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (pp. 4-5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



➤ **Soporta y protege a las estructuras de apoyo de las articulaciones:**

➤ **Técnicas de vendaje para ligamentos (aplicaciones ligamentosas):**

● Estabilidad y soporte a los ligamentos y articulaciones:

Previene lesiones

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

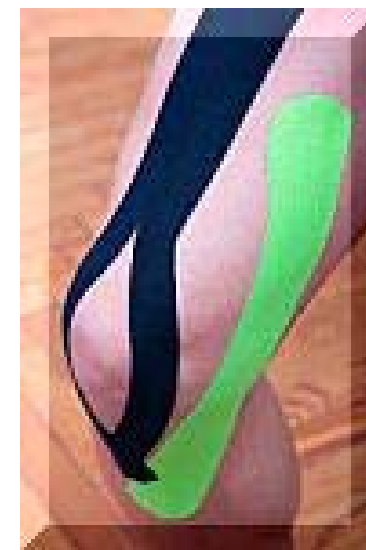
■ Procedimiento:

- Se aplica el vendaje neuromuscular a un ligamentos, o un grupo de éstos:

- ✓ Rodila:

- Vendaje de rodilla empleando el método circuferencial:

➔ **Objetivo:**
Lograr la estabilidad articular



NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



KINESIO-TAPING – Ventajas *BENEFICIOS TEÓRICOS:*

EFFECTOS TERAPÉUTICOS

► Corrección Fascial - *Alinea los tejidos de la fascia:*

● Descripción:

► Concepto:

Una red compleja de tejido conectivo circunda/envuelve el cuerpo humano en su totalidad, a nivel subcutáneo (debajo de la piel, así como los músculos esqueléticos (miofascia), los huesos, vasos sanguíneos, órganos internos, y otras estructuras.

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.

■ Capas:

- **Fascia superficial:**
Aquella fascia que se localiza debajo de la piel
- **Fascia profunda:**
La fascia que rodea los músculos
- **Fascia sub-serosa:**
Aquella fascia que soporta los órganos intenos del cuerpo



NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.

■ La fascia envuelve:

- El vientre de cada músculo esquelético
- Grupos de músculos esqueléticos
- Nervios
- Cohesión/unión entre algunas estructuras:

Mientras permite que otras estructuras se deslicen con facilidad, una sobre la otra



NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.

● Incremento en la disfunción de la fascia



Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

Patología:

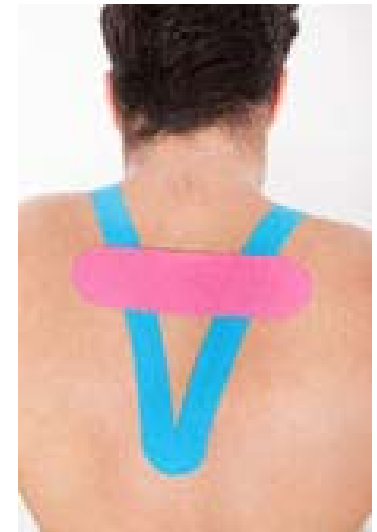
➡ **Entre la fascia y la estructura (Ej: músculo):**

■ Efecto adverso:

● Formación de adhesión entre la fascia y el músculo:

✓ Resultado:

Esto habrá de restringir la función normal del músculo



NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.

2 a 5 días



Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

➤ **Técnicas de vendaje para las fascias (corrección fascial):**

- Se venta esta estructura a un:

80 - 100%



Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



KINESIO-TAPING – Ventajas *BENEFICIOS TEÓRICOS:*

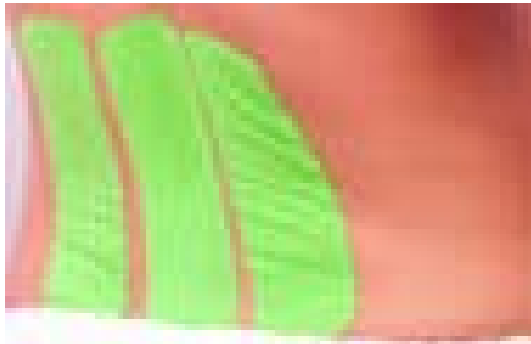
EFFECTOS TERAPÉUTICOS

► Efecto analgésico (alivio del dolor) :

◆ Ventajas terapéuticas:

- Mecanorreceptores
- Crea espacio para áreas de dolor e inflamación
- Asiste, o limita, el movimiento a través de estímulos sensoriales





KINESIO-TAPING – Ventajas

BENEFICIOS TEÓRICOS:

EFFECTOS TERAPÉUTICOS

➤ Efecto analgésico (alivio del dolor) :

● Aplicaciones del vendaje neuromuscular sobre las estructuras afectadas:

➤ Músculos - *con dolor y lesionado*:

■ El vendaje se coloca mientras se encuentra en una posición estirada el músculo afectado del individuo:

● Cuando el músculo, o tejido, haya **regresado a su longitud en reposo**, posterior a la aplicación del vendaje, entonces:

*Se crean arrugas (convoluciones) en el área del vendaje, debido a la **propiedad elástica del vendaje** y a la **energía potencial almacenada** del mismo*

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 5), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



✓ Importancia de estas **convoluciones, o arrugas**, formadas por la venda sobre la piel del sujeto:

■ Representan zonas de la piel que se **levantan**, *consecuentemente*:

➔ Se **crean espacios** entre la piel, lo cual:

● Aumenta el flujo de sangre y linfa:

➤ Esto resulta en - un ***alivio del dolor*** al

● Al despejar o drenar los desechos, de manera que se:

Promueve la sanación

■ El ventaje, también, actúa sobre los ***mecanorreceptores*** de la piel:

➔ Resultado:

● Alivio del dolor, vía:

*El mecanismo de la puerta del dolor
(pain gate mechanism)*

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (pp. 5-6), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.

KINESIO-TAPING – Ventajas

BENEFICIOS TEÓRICOS:

EFFECTOS TERAPÉUTICOS



► Promueve el drenaje linfático:

Aumenta el drenaje linfático del área mediante un incremento en el espacio subcutáneo.



● Técnicas de aplicaciones linfáticas:

► Tipo de corte o forma de la tira - *Pulpo o abanico*:

■ Objetivos:

- Reducir la hinchazón
- Aliviar la magulladuras o contusiones
- Disipar el dolor



NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 6), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



► Promueve el drenaje linfático:

► Acción de levantar la piel:

- **Se reduce la irritación a los receptores del dolor debajo de la piel:**

NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 6), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



KINESIO-TAPING – Ventajas *BENEFICIOS TEÓRICOS:*

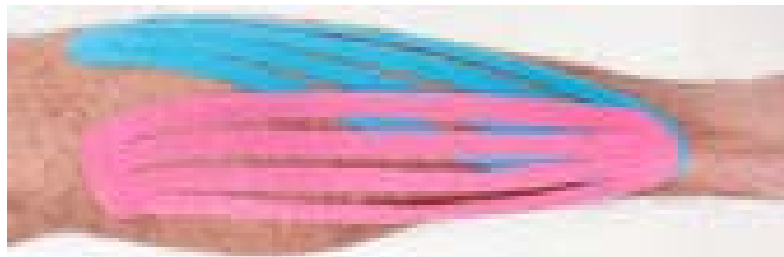
EFFECTOS TERAPÉUTICOS

► Promueve el drenaje linfático:

● Corte en forma de abanico o pulpo:

► Justificación para su uso:

Permite que se ubique directamente sobre los canales linfáticos responsables de remover el exceso de líquidos del cuerpo



NOTA. Adaptado de: *Manual of Kinesiological Taping: an Epitome of Kinesiology Taping Techniques*. (p. 6), por P. Jain, 2012, India: CPSTA. Copyright 2012 por: P. Jain.



KINESIO-TAPING – Ventajas *BENEFICIOS TEÓRICOS:*

EFFECTOS TERAPÉUTICOS

➤ Reposición de estructuras - *Corrige malalineamiento:*

- Estímulo posicional
- Alinea los tejidos de la fascia

➤ Tejido de cicatriz:

- Rompe adhesiones
- Reduce la irrigación



** El Punto más Confuso (Muddiest Point)**

¿Qué conceptos, terminos u otro asunto, discutido bajo este tópico, fue el que usted menos comprendió?



TIPOS TIRAS PARA LA APLICACIÓN DEL: *VENDAJE NEUROMUSCULAR*



FORMA:
I



FORMA:
X



FORMA:
Y



FORMA:
Pulpo
(Fan)



FORMA:
Red
(Web)



FORMA:
Dónut
(Donut
Hole)



FORMA:
Cesta
(Basket
Weave)

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 18-20), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

NOTA. Adaptado de: *Kinesiology Taping: Teoria y Practica*. (p. 33), por T. Aguirre Valls, 2010, España: Biocorp Europa S. L. Copyright 2010 por: Txema Aguirre.



- **I:** *Focaliza la tensión en la zona específica a tratar*
- **Y:** *Disminuye un poco la intensidad del estímulo*
- **X:** *Focaliza el estímulo directamente sobre el tejido*
- **Pulpo:** *Focaliza su trabajo en el nodo linfático*
- **Red:** *Dirigido a drenaje linfático (edema)*
- **Hueco en el Centro:** *Aumento de espacio*
- **Estrella:** *Corrección de espacio en el centro*



 Indicaciones:

-  **Función terapéutica:**

 **Tensión requerida (nivel de estiramiento del vendaje):**

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 16), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



DIRECCIÓN DEL VENDAJE

 Indicaciones:

-  **Función terapéutica:**

 **Tensión requerida (nivel de estiramiento del vendaje):**

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 16-17), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



- Con fines de mejorar la función muscular
- Mantener la función del ligamento, o tendón, lesionado
- Alineación articular (corregir posición articular)
- Facilitar el drenaje linfático y corrección circulatoria
- Para una sanación más efectiva bajo circunstancias de fibrosis, cicatrices y hematomas



KINESIO-TAPING – Usos *FUNCIONES DEL VENDAJE*

INDICACIONES

- Adhesiones fasciales y cicatrices
- Aliviar el dolor
- Incrementar la función orgánica y aplicaciones segmentarias reflejas



KINESIO-TAPING – Usos *FUNCIONES DEL VENDAJE*

INDICACIONES

- Para emplearse conjuntamente con otras modalidades de terapia física: *Hidroterapia, crioterapia, masaje y otras*





KINESIO-TAPING – Usos *FUNCIONES DEL VENDAJE*

CONTRAINDICACIONES

- **Desórdenes dermatológicos (Ej: irritaciones en la piel, psoriasis, eczema, piel apergaminada y otras)**
- **Posterior a traumatismos severos (evitar aplicar en heridas abiertas o en cicatrices que no han sanado)**
- **Problemas circulatorios: *Personas con trombosis o edemas de origen cardiaco o renal (puesto que incrementa la circulación)***
- **Individuos con alergias al material adhesivo acrílico**



CONTRAINDICACIONES

- Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

KINESIO-TAPING

CARACTERÍSTICAS COMERCIALES

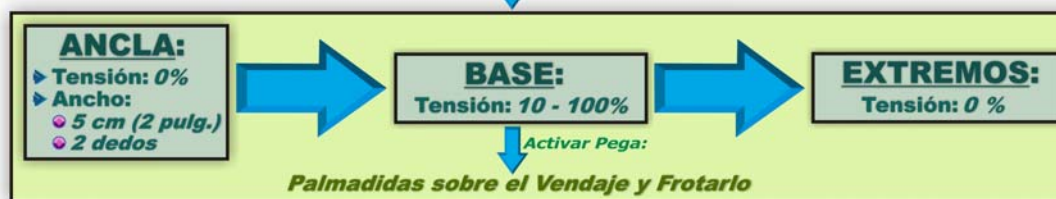
- **Tamaños: 1, 2 y 3 pulgadas de ancho**
- **Tamaños: 1, 2 y 3 pulgadas de ancho**
- **Tamaños: 1, 2 y 3 pulgadas de ancho**
- **Tamaños: 1, 2 y 3 pulgadas de ancho**
- **Tamaños: 1, 2 y 3 pulgadas de ancho**



EL MÉTODO DE KINESIO-TAPING

Protocolo:
Procedimientos Comunes

Preparación:



RE-EVALUAR

Remoción del Vendaje - 3 Técnicas: Enrollar, Piel desde Vendaje, y Presión

PIEL SENSITIVA

Saturar las Fibras de Algodón del Vendaje con:

ACEITE: de Bebé, Mineral, Oliva; **LOCIÓN:** 100% de Sábila (Aloe Vera)

Luego de Remover el Vendaje - Aplicar:

HUMECTANTE: Sobre la Piel del Área donde estaba el Vendaje

EL MÉTODO DE KINESIO-TAPING

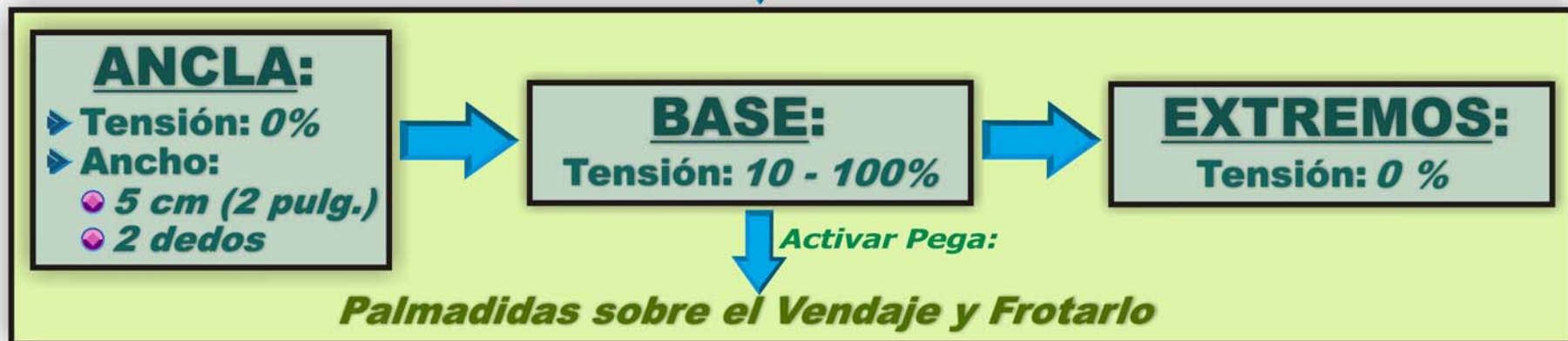
Protocolo:
Procedimientos Comunes

Preparación:





↓ **Aplicar Vendaje - Evitar Contacto con la Pega:**



↓ **Medida Preventiva Volver a Evaluar al Paciente:**

RE-EVALUAR

↓ **REMOCIÓN del Vendaje - 3 Técnicas:**
Enrollar, Piel desde Vendaje, y Presión

PIEL SENSITIVA

↓ **Saturar las Fibras de Algodón del Vendaje con:**

ACEITE: de Bebé, Mineral, Oliva; LOCIÓN: 100% de Sábila (Aloe Vera)

↓ **Luego de Remover el Vendaje - Aplicar:**

HUMECTANTE: Sobre la Piel del Área donde estaba el Vendaje



- Evaluación funcional del paciente
- Historial/prueba de alergia por el adhesivo de vendaje
- Limpiar piel de aceites, lociones y razurar vellos
- Aplicar vendaje 1 hora antes de ejercicio o ducha
- Aplicar adherente en zonas de alta perspiración
- Medir/cortar la longitud correspondiente del vendaje
- Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada
- Seleccionar el color de la venda



KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► Redondear las puntas/extremos de la venda:





➤ **Marcar regiones anatómicas afectadas –**
Marcador de fieltro o estrellitas:







KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► Colocar un ancla *sin estirar*, de 2 a 3 pulgadas de largo:



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 18, 31), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



2 pulgadas



KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

- **Aplicar el porcentaje/grado de estiramiento (o tensión) indicado/necesario de la venda sobre la zona afectada del sujeto:**





KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► Dejar de 1 a 2 pulgadas (2 a 5 centímetros) para el extremo (final) del vendaje, a 0% de tensión:



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (pp. 18-20, 31), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

KINESIO-TAPING – Guías

APLICACIÓN KINESIO-TAPING

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ **Frotar para generar calor y activar la pega del vendaje:**



➤ Pre-requisito para cada Terapia:

➤ Como regla general, lo primero que se debe efectuar es un ***examen físico completo del paciente***. Esto incluye la evaluación muscular correspondiente.

- **Historial médico y familiar**
- **Exploración física**
- **Evaluaciones de función muscular y ortopédicas**

PREPARACIÓN DE LA PIEL

Skin Preparation for Clinical Success

Powered by
 **COLLABORANS**

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc.
Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>



➤ Preparación del Paciente:

► Limpiar toda la zona de la piel con alcohol, desinfectante de manos o algún producto empleado para la preparación de la piel antes del vendaje, como lo es el “*Rock Sauce*” (<http://shop.rocktape.com/rock-sauce-skin-prep-pain-reliever>).

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



PROCEDIMIENTOS PREPARATORIOS

➤ Preparación del Paciente:

- En la presencia de humedad y perspiración en el área:
 - Será necesario aplicar una solución, gel, o **producto, resistente al agua**:
Esto ayudará a la adhesión del vendaje.
 - Evite aplicar una secadora de pelo sobre el vendaje.



➤ Preparación del Paciente:

➤ **Aplique el vendaje como mínimo *1 hora antes de que se efectúe un ejercicio* (sudar), o previo a una ducha:**
Una hora antes que se moje la zona de vendar.

Asegúrese que se ha detenido por completo la perspiración y la piel haya sido limpiada antes de aplicar el vendajes.



KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN DE TÉCNICA:* KINESIO-TAPING

PROCEDIMIENTOS PREPARATORIOS

► Preparación del Paciente:

- **Remedio alternativo para zonas de alta perspiración:**
(Ej: aplicación del vendaje durante la práctica de ejercicios o actividades físicas, o áreas del cuerpo que perspiran profusamente)

► Opciones para tales circunstancias:

■ Adhesión adicional - *Roceador Adherente, ejemplos:*

- **Mueller Tuffner Pre-tape Spray Adherent**
- **Cramer Tuf Skin Tape Adherent Colorless Spray**
- **Cramer QDA Adhesive Spray Colorless**



KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN DE TÉCNICA:* KINESIO-TAPING

PROCEDIMIENTOS PREPARATORIOS

➤ Preparación del Paciente:

● Aplicaciones del vendaje en regiones húmedas o de elevada perspiración:

➤ Uso de adherentes externos:

■ Problemática - *Remoción del vendaje neuromuscular:*

● Mayor dificultad al retirar el vendaje de la piel:

✓ Puesto que el material de este tipo de adhesivo no está basado en goma, se complicará la remoción del vendaje:

■ Sin embargo, para este propósito, se puede utilizar:

➡ Aceite mineral, o

➡ Leche de magnesia

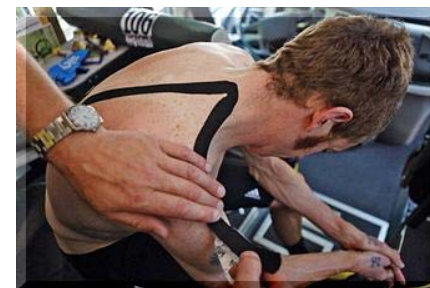


KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN DE TÉCNICA:* KINESIO-TAPING

PROCEDIMIENTOS PREPARATORIOS

► Preparación del Paciente:

- Limpie la piel en la presencia de:
 - Aceites (grasas), lociones o cualquier otra sustancia que pueda interferir con la aplicación efectiva del vendaje cinesiológico.





➤ Preparación del Paciente:

- De ser necesario, depilar los vellos en la zona de la piel donde se colocará la cinta neuromuscular:
 - Justificación - *IDEAL debe ser una zona homogénea:*
 - El vello corporal puede interferir con la calidad, adhesiva del vendaje.
 - El afeitar la zona incrementa los efectos funcionales del kinesio-tape.
 - Al remover el vendaje, se produce menos dolor.

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



► Posición del Sujeto:

- Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



► Posición del Terapeuta Atlético:

- **Fácil acceso a la región anatómica a ser vendada:**
 - ➡ **El terapeuta se debe ubicar en aquella posición que:**
 - Se facilite trabajar con las - *Estructuras/zona en que se aplicará el vendaje*
 - Se pueda cubrir el curso de los músculos esqueléticos, los ligamentos articulares yb otras regiones anatómicas del afectado, donde se montará la cinta cinesiológica

John Gibbons **Bodymaster Method®**

How to apply Kinesiology tape.

www.johngibbonsbodymaster.co.uk

NOTA. Reproducido de: *A Practical Guide to Kinesiology Taping* [DVD], por J. Gibbons, 2014, UK: Lotus Publishing. Copyright 2014 por: John Gibbons. Ir a **John Gibbons Bodymaster Method®**: <http://www.johngibbonsbodymaster.co.uk/>

Kinesiology Tape Handling for Clinical Success



Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>



- ## **Técnica Muscular - *Medición del Vendaje:***

- El músculo del paciente se mantiene estirado.
- La longitud de la venda se mide desde el origen hasta la inserción.
- El vendaje debe sobresalir 2 cm (1.5 -2 pulgadas) o más, desde el largo medido:

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

CÓMO CORTAR LAS TIRAS ESTÁNDARS

John Gibbons Bodymaster Method®

How to cut standard strips of
Kinesiology tape.

www.johngibbonsbodymaster.co.uk

NOTA. Reproducido de: *A Practical Guide to Kinesiology Taping* [DVD], por J. Gibbons, 2014, UK: Lotus Publishing. Copyright 2014 por: John Gibbons. Ir a **John Gibbons Bodymaster Method®**: <http://www.johngibbonsbodymaster.co.uk/>



KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

● **Tira** | – **Aplicada Sobre (por Encima) del Vientre del Músculo, o Zona de la Lesión o Dolor:**

➤ **Indicaciones - Técnicas que Corresponden para este Corte:**

■ **Aplicaciones musculares**

■ **Aplicaciones Ligamentosas:**

● **Técnica de vendaje ligamentosa**

● **Técnica de vendaje tendinosa**

● **Técnica de vendaje de espacio**





KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

🟡 **Tira I:**

➤ **Indicaciones - *Uso Principal:***

■ **Inmediatamente posterior a una lesión muscular aguda:**

🟡 **Objetivos terapéuticos:**

✓ **Aliviar el dolor**

✓ **Reducir la magnitud del dolor**





KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

● **Tira I:**

► **Metodología/Procedimiento:**

■ **Aplicar el vendaje neuromuscular *sobre* el músculo esquelético a ser tratado:**

● **Base - *Inicio de ubicación del vendaje:***

- ✓ **Sujeto en posición neutral o en reposo.**
- ✓ **Colocar esta base del vendaje justamente más allá de 2 cm (proximal) al origen del músculo.**
- ✓ **Se aplica sin tensión (0% estiramiento).**



- ✓ **Atleta en una posición con el músculo estirado.**
- ✓ **Estabilizar la base con una mano, mientras el terapeuta atlético**
- ✓ **aplica el restante del vendaje, a**
- ✓ **10% de tensión/estiramiento.**

✓ Nivel de tensión: *0% de estiramiento*





KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

● **Tira Y** – **Aplicada Alrededor del Vientre Muscular, Circundando/Rodeando a éste mediante sus dos Rabos:**

► **Indicaciones - Técnicas que Corresponden para este Corte:**

- Aplicaciones musculares
- Aplicaciones correctivas:
 - Corrección de la fascia
 - Corrección mecánica





KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

● **Tira Y:**

➤ **Indicaciones - *Uso Principal:***

■ **Facilitar o inhibir el estímulo muscular:**

● **Dispersa la tensión a través de las colitas:**
Disminuye un poco la intensidad del estímulo.

➤ **Metodología/Procedimiento:**

■ **Aplicar el vendaje neuromuscular *alrededor* del músculo esquelético a ser tratado:**

● **Debe ser 2 pulgadas más largo que el músculo afectado:**
Medido desde el origen hasta la inserción.





KINESIO-TAPING – Diseño

FORMAS DE LA VENDA:

TIPOS DE CORTES

► Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:

● Tira X – Aplicada desde un punto Central alrededor del Vientre Muscular:

► Indicaciones - Técnicas que Corresponden para este Corte:

■ Aplicaciones correctivas:

● Corrección mecánica



KINESIO-TAPING – Diseño *FORMAS DE LA VENDA:*

TIPOS DE CORTES

➤ **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

🎯 **Tira X:**

➤ **Indicaciones - *Uso Principal:***

■ **Músculo cruza dos articulaciones:**

Presencia de un músculo de dos articulaciones

■ **Para invertir el origen e inserción de un músculo (Ej: romboides)**

■ **Músculo se estira al máximo:**

El nivel de estiramiento difiere con la trayectoria de los músculos

➤ **Metodología/Procedimiento:**

Aplicar el vendaje desde el **punto central** alrededor del vientre muscular:



KINESIO-TAPING – Diseño *FORMAS DE LA VENDA:*

TIPOS DE CORTES

➤ **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

🌀 **Tira en Abanico o Pulpo** – Aplicada Alrededor de la Zona Inflamada:

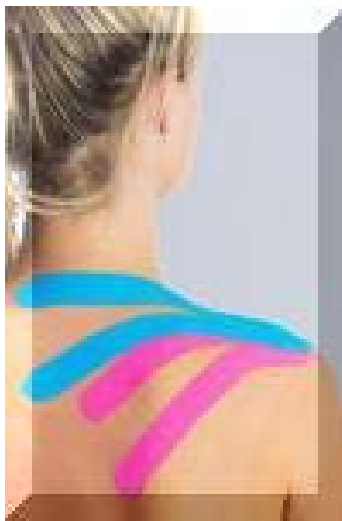
➤ **Indicaciones - Técnicas que Corresponden para este Corte:**

■ **Aplicaciones linfáticas:**

🌀 **Activación de los ductos linfáticos:**

✓ **Mecanismo - Desarrollo de espacio debajo de la piel:**
Esto mejora la circulación





KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

● **Tira en Abanico o Pulpo:**

► **Indicaciones - *Uso Principal:***

■ **Procesos inflamatorios (edema) - *Linfotasis:***

● **Corregir e incrementar el drenaje linfático:**

✓ **Aumentar el - *Flujo de la linfa hacia los:***

■ **Ductos linfáticos - *consecuentemente se reduce el:***

➡ **Linfoedema y la**

➡ **Linfotasis**





KINESIO-TAPING – Diseño *FORMAS DE LA VENDA:*

TIPOS DE CORTES

► Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:

● Tira en **Abanico o Pulpo**:

► Metodología/Procedimiento:

■ Una base con el otro extremo cortado en 4 o 5 tiras (colas o dedos):

● Aplicación de la base:

Cerca del nodo/ducto linfático.

● Despliegue de las tiras:

✓ Sobre la zona del edema o inflamación.

✓ Colocada en forma de abanico.

✓ Con ninguna o muy leve tensión (0 - 15%).





KINESIO-TAPING – Diseño *FORMAS DE LA VENDA:*

TIPOS DE CORTES

► **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

● **Tira en Red (Web) – Aplicada Alrededor de la Zona Afectada:**

► **Indicaciones - Técnicas que Corresponden para este Corte:**

■ **Aplicaciones Ligamentosas:**

● **Técnica de vendaje de espacio**

■ **Aplicaciones Linfáticas**





KINESIO-TAPING – Diseño *FORMAS DE LA VENDA:*

TIPOS DE CORTES

➤ Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:

🟣 Tira en Red (Web):

➤ Indicaciones - *Uso Principal:*

- Zonas dolorosas
- Corrección de espacio
- Drenaje linfático

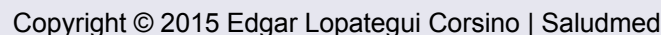




➤ **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

► Metodología/Procedimiento:

- ## ● Colocar la segunda base





KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:

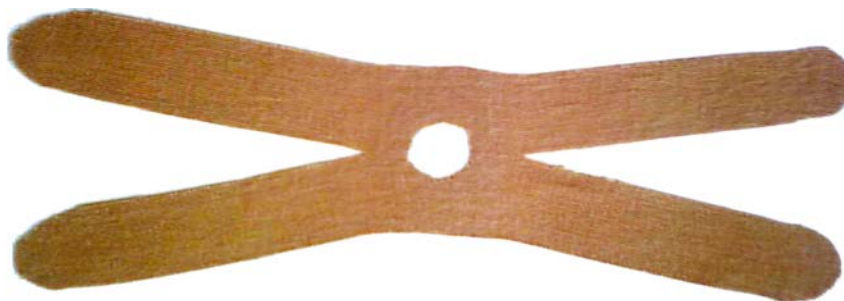
🌀 **Tira en Rosquilla (Donut)** – **Aplicada Alrededor de la Zona Afectada:**

► **Indicaciones - Técnicas que Corresponden para este Corte:**

Corrección de espacio

► **Indicaciones - Uso Principal:**

Creación de espacio para regiones dolorosas



KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► **Seleccionar el diseño (tipos de cortes) de la tira indicada:**

● **Tira en Rosquilla o Técnica del Hueco (Donut):**

► **Metodología/Procedimiento:**

■ **Corte del vendaje - hueco en el centro de una Tira I:**

● **Cortar 2 pulg. de cada extremo en 2 -3 colas**

Como una Tira X con hueco en el centro

■ **Paciente - Arco de movimiento completo:**

Mantener esta posición extrema

■ Aplicación del vendaje:

- **Ubicar el hueco del vendaje sobre el área del espacio correctivo deseado**
- **Aplicar na tensión de leve a moderada: 25-50%**
- **Si se emplea más un una cinta neuromuscular para esta técnica del hueco, entonces:**
Aplicar una leve tensión: 25%



KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► Seleccionar el color del la venda:

● Teoría del color:

► Rojo - *Activador y Estimulante:*

- Estimular *estructuras débiles y deficientes en niveles de energía*
- Aumentar el *tono muscular*

► Azul – *Calmante:*

- Calmar *estructuras de alta energía*
- Reducir el *tono muscular*

► Negro y Beige - *Colores neutros:*

Beige: Para aplicaciones linfáticas



NOTA. Adaptado de: *K-Taping: An Illustrated Guide*. (p. 11), por B. Kumbrink, 2012, New York: Springer-Verlag Berlin Heidelberg.
Copyright 2012 por: Springer-Verlag Berlin Heidelberg.



KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

► Seleccionar el color del la venda:

● Teoría del color – Cromoterapia:

Estrategia para armonizar y zanar las patologías por medio de los colores

► Colores cálidos - Anaranjado, Rojo y Violeta:

Propósito: *Aumentar la temperatura*

► Colores Fríos - Amarillo, Verde y Azúl:

Propósito: *Disminuir la temperatura*

► Estimulantes - Amarillo y Rosa:

Propósito: *Incitar o activar*

► Sedantes - Verde y Azúl:

Propósito: *Aliviar el dolor o función analgésica*





KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA



➤ **Seleccionar el color del la venda:**

🌀 **Uso de color en la cintas neuromusculares:**



NOTA. Adaptado de: *Kinesiology Taping The Essential Step-By-Step Guide: Taping for Sports, Fitness and Daily Life - 160 Conditions and Ailments*. (pp. 30-35), por J. Langendoen, & K. Sertel, 2014, Canada: Robert Rose Inc. Copyright 2014 por: Robert Rose Inc.

John Gibbons **Bodymaster Method®**

How to cut and apply Kinesiology tape.

www.johngibbonsbodymaster.co.uk

NOTA. Reproducido de: *A Practical Guide to Kinesiology Taping* [DVD], por J. Gibbons, 2014, UK: Lotus Publishing. Copyright 2014 por: John Gibbons. Ir a **John Gibbons Bodymaster Method®**: <http://www.johngibbonsbodymaster.co.uk/>

KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ Redonder las puntas/extremos de la venda:

🌀 Justificación/Propósito:

➤ Asegurar mayor durabilidad:

Las puntas redondeadas aseguran una mayor durabilidad en cuanto al roce diario con la ropa

➤ Concentrar la fuerza en la propia venda:

Evitar el escape de energía a través de las esquinas

🌀 Requisito:

➤ Tijeras especializadas para cortar el vendaje neuromuscular:

- Fabricadas de un material de carbón de alta calidad
- Acero inoxidable

KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN KINESIO-TAPING*

➤ Rasgar el papel de protección:

🌀 Para técnicas musculares - *Aplicación de la base:*

➤ Técnica/procedimiento:

- Sostener la cinta verticalmente
- Con el dedo índice, separe el borde del papel de protección:
 - ✓ Se expone la esquina sin papel de protección – *la base:*
se deja intacto el resto del papel de protección



■ El papel de protección se dobla hacia atrás antes de aplicar la base, luego:

- ➡ se fija la base (0% de tensión) del vendaje sobre la porción anatómica afectada:
- ➡ Continúe rasgando el papel en segmentos pequeños, conforme aplique el vendaje en el área:

PRECAUSIÓN: Si se remueve una gran cantidad del papel protector a la vez, entonces esto podría ocasionar que el vendaje se adhiera así mismo, arruinando la aplicación.

➤ Rasgar el papel de protección:

-  **Para corrección ligamentosa o vendaje de espacio -**
Aplicación del centro primero (luego la base):

- **Sostener la cinta horizontalmente, con ambas manos.**
- **Rasgar el papel de protección ubicado en el centro de la venda:**

Esto resulta en el desgarre del papel de protección, no el vendaje

✓ Propósito:

- Para no tocar las puntas: *Evitar tocar el lado adhesivo de la cinta*
 - Para asegurar una mejor/más efectiva adhesión del vendaje en la zona de tratamiento
- ✓ Ahora, el papel de protección se dobla hacia atrás, y *se aplica el vendaje con tensión equitativa a la parte*

KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

► Colocar los anclajes sin estirar:

● Componentes/Partes Segmentales del Vendaje:

► **Ancla** - 0% de tensión/estiramiento:

- Inicio para la colocación del vendaje en la zona afectada:

Representa la primera porción de la cinta neuromuscular que se aplica a la piel

► **Base, Cuerpo, Recorrido, zona Central o Activa:**

- Porción principal/medio del vendaje:

Representa el componente que ejerce la mayor función terapéutica para la región a tratarse con el kinesio-taping

► **Final, o Cola:**

- Segmento terminal de la cinta neuromuscular:

Representa el extremo distal del kinesio-tape

KINESIO-TAPING – Guías

APLICACIÓN KINESIO-TAPING

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ **Aplicar el porcentaje/grado de estiramiento (o tensión) indicado/necesario de la venda sobre la zona afectada del sujeto:**

 Concepto:

Los porcentajes de estiramiento se refieren al nivel de tensión (de estiramiento) disponible/aplicado al vendaje.

KINESIO-TAPING – Guías *APLICACIÓN KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ **Aplicar el porcentaje/grado de estiramiento (o tensión) indicado/necesario de la venda sobre la zona afectada del sujeto:**

🌀 **Determinante:**

➤ **Tipo de recuperación que se requiere, es decir:**

■ **Indicaciones o técnica aplicada:**

✓ **Aplicaciones musculares (técnica de vendaje muscular)**

■ **Tensión para la técnica muscular: 0-10% de tensión**

■ Tensión para la técnica de corrección articular: 50-100%

■ **Tensión para la corrección mecánica: 50-75%**

■ **Tensión para la corrección linfática: 0-15%**

KINESIO-TAPING – Guías Iniciales: *TÉCNICA PARA KINESIO-TAPING*

APLICACIÓN DE LA VENDA

➤ **Aplicar el porcentaje/grado de estiramiento (o tensión) indicado/necesario de la venda sobre la zona afectada del sujeto:**

● **Estiramiento del tejido:**

➤ **Para todas las técnicas de aplicación:**

■ **El músculo/tejido a ser tratado:**

● **Debe ser colocado en una posición estirada:**

✓ **En combinación con las capacidades de estiramiento del vendaje neuromuscular:**

■ **Habrà de crear:**

➡ **Convoluciones:**

según se levante la piel

** AVALÚO: Punto más Nebuloso o más Claro **

- 1. ¿Qué conceptos sobre el tópico de aplicación de la venda neuromuscular no se encuentra claro?**
- 2. ¿Qué conceptos sobre el tópico de la aplicación de la venda neuromuscular entiendes bastante bien?**
- 3. Del tópico de la aplicación de la venda neuromusculra, ¿qué conceptos tienes la necesidad de que se vuelva a discutir?**

113

Removing Kinesiology Tape for Clinical Success



NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc. Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

DESCRIPCIÓN DE LAS CATEGORÍAS

Powered by
COLLABORANS

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

APLICACIÓN ESTRUCTURAL

When and How to Use Structural Applications

Powered by
 **COLLABORANS**

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc.
Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

When and How to Use Neurosensory Applications

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc. Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

When and How to Use Microcirculatory Applications

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc. Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

EL SISTEMA LINFÁTICO

EL SISTEMA LINFÁTICO

FASCIA

**EXPLICACIÓN DETALLADA
Y EJEMPLOS EN CADA
CATEGORÍA**

TOBILLO Y PIE

113



TOBILLO – Anatomía:

HUESOS Y LIGAMENTOS- Vista Lateral



Tibia

Ligamento Tibioperoneo Anterior

Ligamento Tibioperoneo Posterior

Ligamento Peroneoastralino Anterior

Ligamento Peroneoastragalino Posterior

Calcáneo

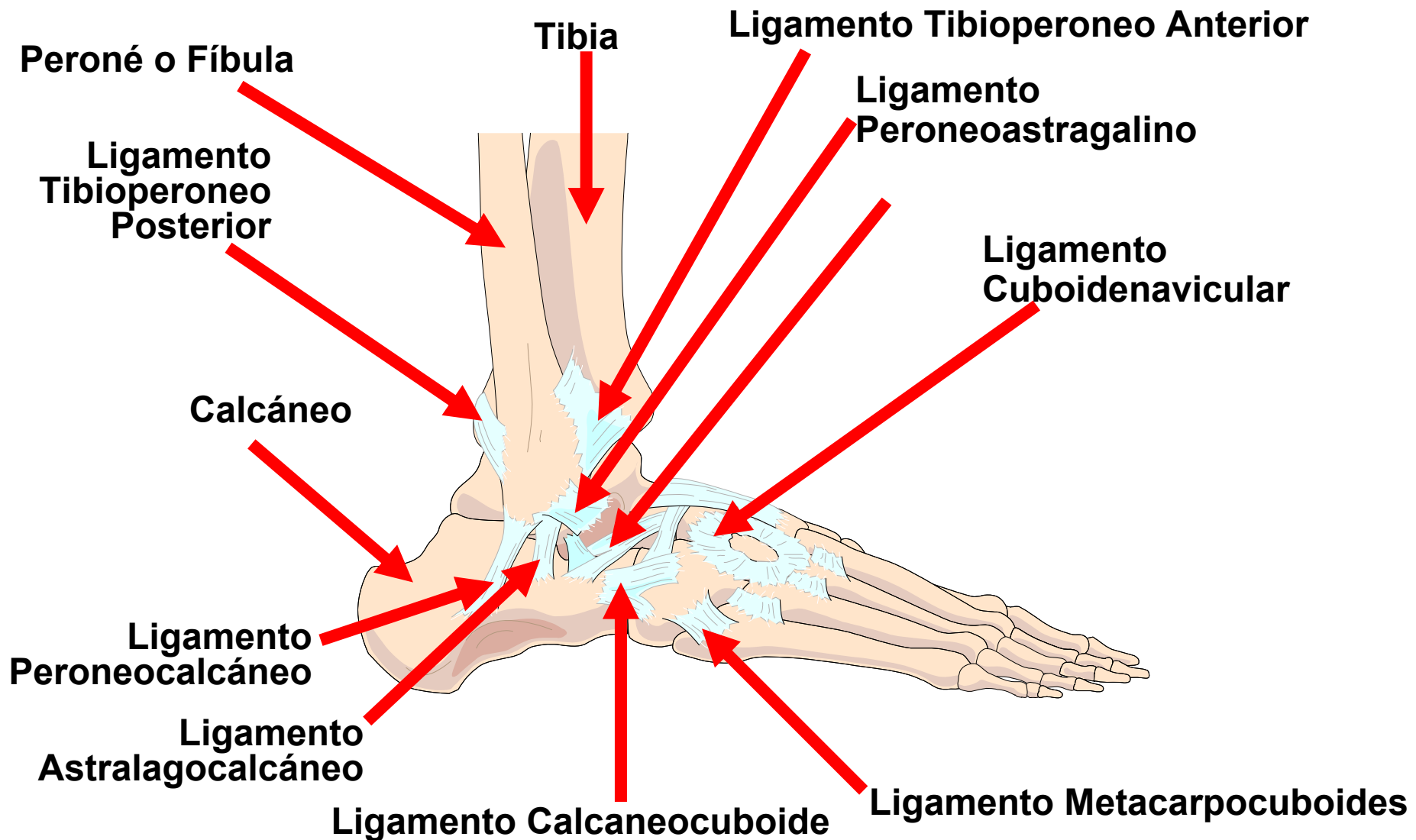
Ligamento Peroneocalcáneo

Ligamento Astralagocalcáneo

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



TOBILLO – Anatomía: *HUESOS Y LIGAMENTOS- Vista Lateral*



NOTA: De: (1997) *3D Super Anatomy*. Cleveland, OH: LifeART - TechPool Studios, Inc.

TOBILLO

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase AGUDA - 0-24 horas: ***PRICER***

- **Protection, Rest, Ice, Compression, Elevation, Referral**
- **Uso de muletas**
- **Estimulación eléctrica**
- **Vendaje neuromuscular correctivo:**
Tiras de drenaje linfático anterior, posterior y medial.

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping Method*. 2da. ed.; (p. 197), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2003, Tokyo, Japan: Kenso Kase. Copyright 2003 por: Kenzo Kase.

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase AGUDA - 24-72 horas:

- **Protection, Rest, Ice, Compression, Elevation, Referral**
- **Masaje para el linfedema de la pierna inferior**
- **Ejercicios de movilidad articular**
- **Baños tobellino (whirpool) frío**

Tiras de drenaje linfático anterior, posterior y medial.

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping Method*. 2da. ed.; (p. 197), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2003, Tokyo, Japan: Kenso Kase. Copyright 2003 por: Kenzo Kase.

TÉCNICA CORRECTIVA LINFÁTICA

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO CON LINFOEDEMA (LATERAL ANKLE SPRAIN WITH LYMPHEDEMA)



NOTA: Reproducido de: The Brace Shop. (2010, 28 de julio). **Mueller Sports Kinesiology Taping For Lateral Ankle Sprains** [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=WYdCIw_n-TI

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO: Corrección Linfática

► Fase AGUDA - 0-72 horas - PASO 1:

● **Pie desde *Vista Medial* - Ubicado en *Flexión Plantar y Eversion*:**

► **Medir; cortar 5 tiras/colas: *Vendaje de Pulpo o Abanico***

► **Inicio o *Ancla* - *Superior al nodo linfático*:**

Unión profunda del tendón de Aquiles: *0% tensión*

► **Cuerpo o *Base (Colas)* - *Área de edema*:**

Sobre el maleolo medial: *0 - 20% de tensión*

► **Final de las Colas: *0% de tensión***

► **Frotar las tiras**

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 220), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase AGUDA - 0-72 horas:

● Técnica correctiva linfática:

Aspectos Anterior, Posterior, Medial
y Lateral de la Pierna Inferior:



Vista Medial

NOTA. Reproducido de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping Method*. 2da. ed.; (p. 198), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2003, Tokyo, Japan: Kenso Kase. Copyright 2003 por: Kenzo Kase.

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO: Corrección Linfática

► Fase AGUDA - 0-72 horas - **PASO 2:**

● **Pie desde *Vista ateral* - Ubicado en *Flexión Plantar e inversion*:**

► **Medir; cortar 5 tiras/colas: *Vendaje de Pulpo o Abanico***

► **Inicio o *Ancla* – *Superior y medial al nodo linfático*:**

Unión profunda del tendón de Aquiles: *0% tensión*

► **Cuerpo o *Base (Colas)* - *Área de edema*:**

Sobre el maleolo lateral y dorso: *0 - 20% de tensión*

► **Final de las *Colas*: *0% de tensión***

► **Frotar las tiras**

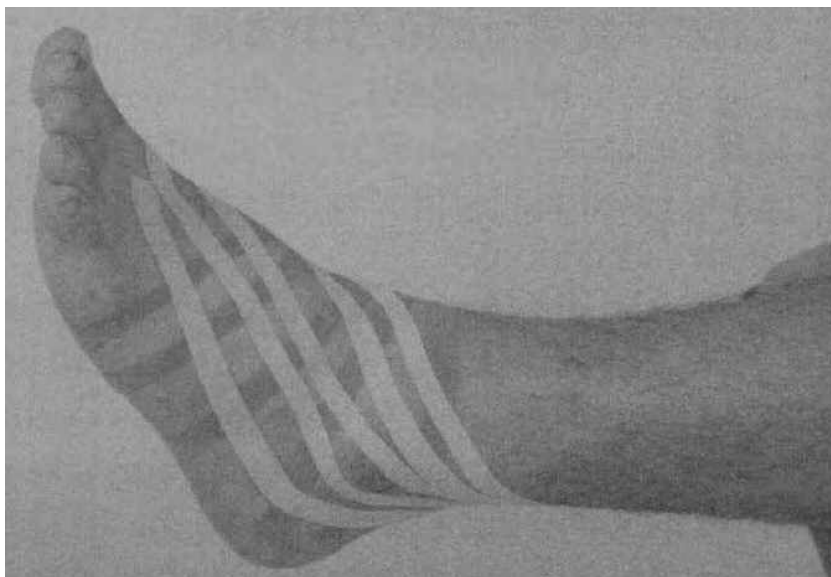
NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 220), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase AGUDA - 0-72 horas:

● Técnica correctiva linfática:



Vista Lateral

NOTA. Reproducido de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping Method*. 2da. ed.; (p. 198), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2003, Tokyo, Japan: Kenso Kase. Copyright 2003 por: Kenzo Kase.



➤ Fase AGUDA - 0-72 horas:

Ayuda: Aplicar otra de *Técnica Corretiva Linfática*

Lugar: Región de la *Pantorrilla*

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase AGUDA - 0-72 horas - **Drenaje Linfático** - *Pierna:*



Taping the Sprained Ankle

Part 1 – Microcirculatory Application Technique

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc. Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase AGUDA - 0-72 horas:

● Técnica correctiva linfática:



**Compresión con una herradura
ortopédica de fieltro sobre la
técnica de corrección linfática**

NOTA. Reproducido de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping Method*. 2da. ed.; (p. 198), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2003, Tokyo, Japan: Kenso Kase. Copyright 2003 por: Kenzo Kase.

LIGAMENTOSA



KINESIO-TAPING – Técnicas Correctivas: *APLICACIONES LIGAMENTOSAS*

* ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO *

FASE POST-AGUDA: Método 1

- Paciente en posición sentada.
- Colocar una toalla o cojín debajo de la pantorrilla, para poder elevar la pierna.
- Paciente debe colocar su tobillo en dorsiflexión, y evitar realizar inversión de su pie.
- Aplicar un tira de “I” desde el lado medial, justamente sobre el maleolo medial, con una tensión de 100%, de manera que se provea estabilidad en el área afectada del tobillo.

NOTA. Adaptado de: *A Practical Guide to Kinesiology Taping*. (p. 17), por J. Gibbons, 2014, UK: Lotus Publishing. Copyright 2014 por: John Gibbons.

* ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO *

FASE POST-AGUDA: Método 1

- **Continue aplicando esta tira de “I” debajo del pie, y termine en el lado lateral, justamente sobre el maleolo lateral.**
- **Asegurar que los ligamentos laterales se encuentren cubiertos**
- **Paciente debe colocar su tobillo en dorsiflexión, y evitar realizar inversión de su pie**
- **Aplicar un tira de “I” desde el lado medial, justamente sobre el maleolo medial, con una tensión de 100%, de manera que se provea estabilidad en el área afectada del tobillo**



NOTA. Reproducido de: *A Practical Guide to Kinesiology Taping* [DVD], por J. Gibbons, 2014, UK: Lotus Publishing. Copyright 2014 por: John Gibbons. Ir a **John Gibbons Bodymaster Method®**: <http://www.johngibbonsbodymaster.co.uk/>

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase POSAGUDA - > 72 horas:

● Técnica correctiva ligamentosa:

► Ligamento:

Ligamento astralagofibular anterior:

► Aplicaciones:

- Patrón de figura de 8
- "Heel Lock" lateral

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 224), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase POSGUDA – >72 horas - **PASO 1:**

● Técnica correctiva ligamentosa:

► Procedimiento:

■ Punto de partida del vendaje:

● Porción medial del tobillo - *Aproximadamente a nivel de la:*

✓ *Articulación navicular de los tarsos*

■ Superficie plantar del pie: *15-25% de tensión, 45°*

■ Orientación - Hacia la: *Porción anterior del maleolo lateral*

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 224), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase POSGUDA – >72 horas - **PASO 2:**

● **Técnica correctiva ligamentosa:**

► **Procedimiento:**

■ **El vendaje circunda la:**

● **Porción lateral del tobillo - *Mientras tanto:***

Sostener el vendaje contra la piel con la otra mano

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 224), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

ESGUINCE LATERAL DEL TOBILLO

► Fase POSGUDA – >72 horas - **PASO 3:**

🌀 Técnica correctiva ligamentosa:

► Procedimiento:

- Aplicación del vendaje sobre el:

Astralagofibular anterior (75-100% de tensión)

- Mover la mano que estaba sosteniendo la tensión sobre la porción lateral del pie, hacia:

la porción superior del maleolo lateral

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 224), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc. Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a **NSTT:** <http://www.nstaping.com>

REGIÓN DEL HOMBRO

Taping of the Shoulder Region Using Pre-Cut Kinesiology Taping Application – Part One

NOTA. Reproducido de: ***Kinesiology Taping: Neuro-Structural Taping Technique*** [DVD], por Collaborans Inc, 2012, Toronto, Canada: Collaborans Inc. Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

PINZAMIENTO MANGUITO ROTADOR

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

PINZAMIENTO DEL MANGUITO ROTADOR

PINZAMIENTO DEL MANGUITO ROTADOR (ROTATOR CUFF IMPINGEMENT)



NOTA: Reproducido de: The Brace Shop. (2010, 28 de julio). *Mueller Sports Kinesiology Taping For Deltoid Injuries* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=uRjmt3mUWps>

CODO Y ANTEBRAZO

CODO Y ANTEBRAZO

CODO Y ANTEBRAZO

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

BURSITIS DEL CODO

FASE AGUDA – 24 a 72 Horas:

► **TIRA 1 – Corte en *Pulpo*:**

● **Posición del paciente:**

Flexión del codo

● **Ancla – 0% tensión:**

► **Longitud: 4-6 pulgadas**

► **Ubicación: *Epicóndilo medial***

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 112), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

- DESDE: Sobre: *Palmaris Longus*
- SOBRE: Región del Tunel Carpal del antebrazo inferior
- HASTA: Fosa anti-cubital

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

EPICONDILITIS LATERAL DEL CODO

EPICONDILITIS LATERAL DEL CODO (TENNIS ELBOW)



NOTA: Reproducido de: Beckers, S., & Tennis Warehouse. (2010, 20 de mayo). ***Kinesio Taping for Tennis Elbow*** [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=ZdkfmfPNfjQ>

Taping for Lateral Epicondylar Pain with Kinesiology Tape in a Roll Format

Copyright 2012 por: COLLABORANS INC. Ir a NSTT: <http://www.nstaping.com>

KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

EPICONDILITIS MEDIAL DEL CODO

EPICONDILITIS MEDIAL DEL CODO (GOLFER'S ELBOW)



NOTA: Reproducido de: KTapeAustralia. (2011, 22 de diciembre). ***Golfer's elbow - Kinesiology taping*** [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=vhMsNBaceNY>



EPICONDILITIS MEDIAL DEL CODO

NOTA: Reproducido de: The Brace Shop. (2010, 28 de julio). *Mueller Sports Kinesiology Taping For Deltoid Injuries* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=uRjmt3mUWps>

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed



KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

SÍNDROME DEL TUNEL CARPAL

► OPCIÓN 1 – Tensión: *Corrección de Espacio - Medio Tira I:*

● Preparación:

Palma de la mano: *Debe estar limpia*

● CORTE en X:

Extremos: *Aproximadamente 2 pulgadas*

● Medición:

► Desde: *Cabeza de los metacarpos*

► Hasta: *Epicóndilos del húmero*



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 124), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



● **Rasgar el papel protector:**

Medio del vendaje: *Separar hasta la colas del vendaje*

● **Posición del Paciente:**

Extensión: *Muñeca y codo*

● **Tensión - Centro del vendaje:**

➤ **Porción sin papel: 25-35%**

➤ **Dirección - *Distalmente*:**

■ **DESDE:** Inserción: *Palmaris Longus*

■ **SOBRE:** Región del Tunel Carpal del antebrazo inferior

■ **HASTA:** Fosa anti-cubital



● **Pegar los extremos del vendaje en X: 0% de tensión**

● **Frotar estas tiras para iniciar la acción de la pega:**
Antes de: *Cualquier movimiento del paciente*

NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 124), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.



KINESIO-TAPING – Aplicaciones: *TÉCNICAS CORRECTIVAS*

SÍNDROME DEL TUNEL CARPAL

► OPCIÓN 1 – Tensión: *Corrección de Espacio - Medio Tira I:*

● SEGUNDO VENDAJE - Dorso de la Muñeca:

- CORTE en I: *4 – 6 pulgadas de largo*
- Rasgar papel de protección: *Medio del vendaje*
- Posición del paciente: *Leve flexión de la muñeca*
- Tensión para tal porción central del vendaje - *15-35%*:
 - APLICADO - Sobre el Dorso de la Mano: *Distal, 2 pulgadas de la Ulna y Radio*
- Frote para activar la pega, antes mover este segmento



NOTA. Adaptado de: *Clinical Therapeutic Applications of the Kinesio Taping® Method*. 3ra. ed.; (p. 125), por K. Kase, J. Wallis, & T. Kase, 2013, New Mexico: Kinesio Taping Association International. Copyright 2013 por: Kinesio IP, LLC.

- PRECAUSIÓN - No deben unirse ambos extremos**
Dejar una brecha pequeña

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

Basado en el t3pico de calorimetr3a indirecta (is3topos marcadores), escriban dos preguntas con sus respectivas respuestas:

1.

2.

CONSUMO ENERGÉTICO:

AVALÚO – Preguntas:

- 1. ¿Cuáles son los factores metabólicos utilizados para estimar el expendio energético en reposo y durante el movimiento humano (actividad física, ejercicios o práctica de deportes)?**
- 2. ¿Cuáles son los equivalentes energéticos (kilocaloría por gramo) de las tres principales sustancias nutritivas que se encuentran en los alimentos de consumo diario?**

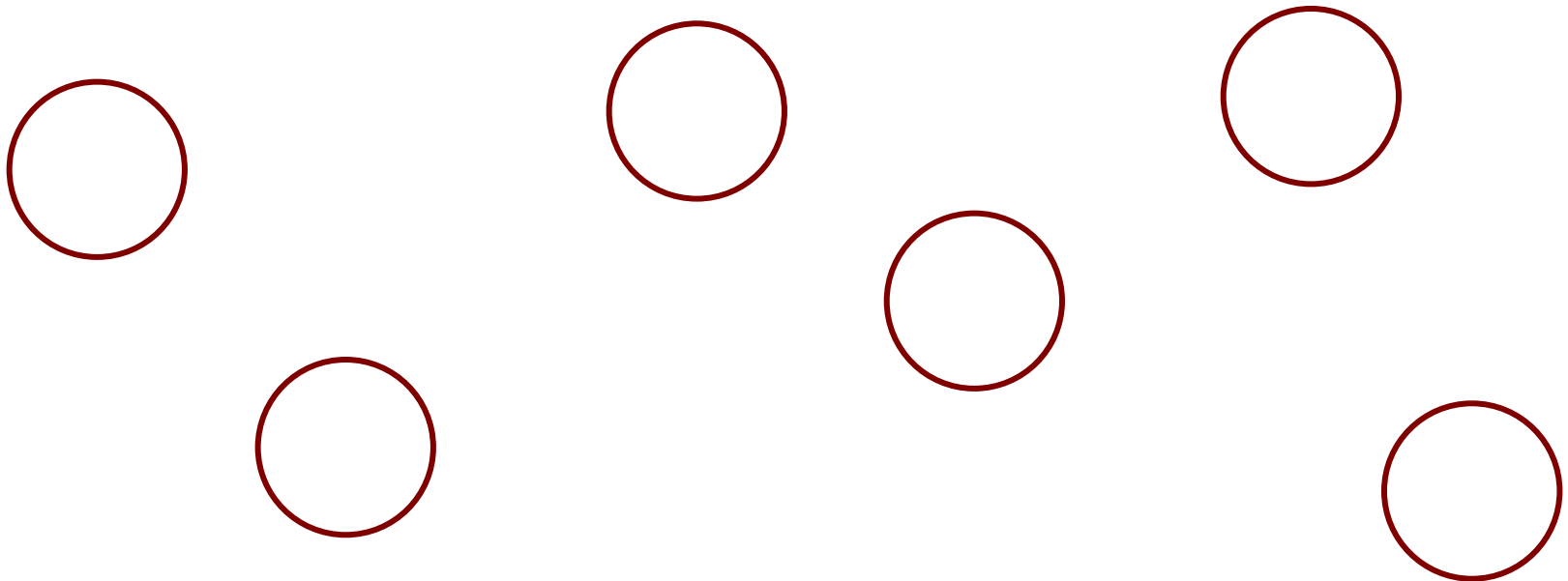
TASA METABÓLICA BASAL: AVALÚO

** Ensayo Breve (One-Minute Paper)**

- 1. ¿Cuál fue el punto más importante presentado bajo el tópico?**
- 2. ¿Qué preguntas sin contestar aún posees?**



Dibuje sobre estos cuerpos celulares, que tú piensas es el largo y cantidad de dendritas tú posees ahora para los conceptos discutidos en la clase de hoy. ¿Porqué tú crees tu tienes esta longitud y cantidad de dendritas.



** Reacción Escrita Inmediata (REI)**

- 1. Algo nuevo que aprendí hoy es...**
- 2. Ya sabía...**
- 3. Se me hizo difícil entender...**
- 4. Lo más que me gustó fue...**
- 5. Lo menos que me gustó fue...**
- 6. Deseo aprender más sobre...**
- 7. De lo que aprendí, lo podría aplicar en...**
- 8. La próxima clase debe iniciarse repasando...**

Completa todas las columnas de esta tabla:

DIAGRAMA "KWL" (CDA)		
Conozco "Know"	Deseo aprender "Want to know"	Aprendí "Learned"

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed

Copyright © 2015 Edgar Lopategui Corsino | Saludmed