

Kinesio taping como herramienta terapéutica

Kinesio taping as a therapeutic tool

Marcos Almirón¹, Mercedes Vázquez².

¹Universidad Nacional de Asunción, Facultad de Ciencias Médicas, San Lorenzo, Paraguay.

²Universidad de la Integración de las Américas, Asunción, Paraguay.

Cómo citar este artículo: Almirón M, Vázquez M. Kinesio taping como herramienta terapéutica. Med. clín. soc. 2020;4(1):49-50

Estimado Editor,

El kinesio taping o vendaje neuromuscular es utilizado en rehabilitación física como elemento terapéutico para el manejo de patologías diversas. Es una técnica creada y desarrollada por el quiropráctico japonés Kenzo Kase en 1973. El profesional buscó un material que asemeje la elasticidad propia de la piel y del músculo humano. En ese sentido, instauró la aplicación adhesiva de un vendaje elástico sobre la superficie cutánea, que pueda moldearse y adaptarse a la misma, según modificaciones de su estructura y conforme haya movilidad segmentaria o en trayectos de las articulaciones móviles o semi móviles y de cadenas musculares, que actualmente es conocida como kinesio taping (1).

Este vendaje tiene una capacidad de elongación de 130-140% de su longitud en reposo, y facilidad teórica de ser aplicado sobre cualquier superficie cutánea, músculos o articulaciones. La técnica de aplicación del vendaje neuromuscular varía en función de algunos objetivos específicos, tales como: aliviar el dolor, mejorar el rango de movilidad activa, ajustar la desalineación biomecánica de los segmentos corporales, o mejorar la circulación venosa y/o linfática (1).

Calero et al. hacen hincapié en que el kinesio taping es una herramienta para aliviar dolor, mejorar el rendimiento deportivo y reducir el impacto de trastornos neuro-músculo-esqueléticos. La aplicación del vendaje en principio fue utilizada por deportistas de los juegos olímpicos de Sydney (2). Más adelante, el mismo se utilizaría en usuarios que aquejaban diversos tipos de patologías, ya sea de origen neurológico, vascular y otros, además de traumatológico.

Labrador Cerrato et al. realizaron un estudio con 45 usuarios, con el fin de evaluar la flexibilidad del raquis lumbar. Los usuarios fueron divididos en 3 grupos: en uno de ellos se utilizó vendaje neuromuscular y en los otros dos, distintas maneras de vendaje. Los resultados informaron una diferencia estadísticamente significativa a favor del vendaje neuromuscular en la evaluación de la flexibilidad del raquis (3).

Autor correspondiente: Lic. Marcos Almirón (marcosalmiron92@gmail.com).

Manuscrito recibido: 20 de octubre de 2019. **Manuscrito aceptado:** 30 de octubre de 2019.
Esta obra está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



En otro estudio, Caballero Moyano et al. evaluaron la flexibilidad de los músculos isquiotibiales, comparando un grupo con vendaje neuromuscular y un grupo control. Se encontró diferencias estadísticamente significativas en el grupo con kinesio taping (4). Asimismo, Hsu et al. reportaron efectos positivos del vendaje neuromuscular en el tratamiento del rango articular y movilidad de otras articulaciones, por ejemplo, el hombro (5).

Tomando en consideración las ventajas terapéuticas que presenta esta técnica no invasiva, y a la vez confortable para el usuario, es recomendable seguir explorando su uso, a través de la evidencia clínica, y con tamaños muestrales adecuados, con el fin de poder indicarla en aquellas poblaciones que puedan requerir su concurso.

CONFLICTOS DE INTERÉS Y FUENTE DE FINANCIACIÓN

Los autores declaran no poseer conflictos de interés. Fuente de financiación: ninguna.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Merino R, Mayorga D, Fernández E, Torres-Luque G. Effect of Kinesio taping on hip and lower trunk range of motion in triathletes. A pilot study. *Journal of Sport and Health Research* 2010;2(2):109-118.
2. Calero PA, Cañón GA. Efectos del vendaje neuromuscular: una revisión bibliográfica. *Rev. Cienc. Salud* 2012;10(2):273-284.
3. Labrador-Cerrato AM, Ortega Sánchez-Diezma P, Lanzas Melendo G, Gutiérrez-Ortega C. Efectos del vendaje neuromuscular sobre la flexibilidad del raquis lumbar. *Sanid. Mil* 2015;71(1):15-21. <https://doi.org/10.4321/S1887-85712015000100003>
4. Caballero Moyano PM, Caparros Manosalva CA, Rojas Matthei DA, Correa Beltran GX, Gajardo Contreras CH. Efectos del vendaje neuromuscular sobre el acortamiento de los músculos isquiotibiales. *Fisioterapia* 2015;37(3): 105-111.
5. Hsu YH, Chen WY, Linc HC, Wanga WTJ, Shih YF. The effects of taping on scapular kinematics and muscle performance in baseball players with shoulder impingement syndrome. *Journal of Electromyography and Kinesiology* 2009; 19(6): 1092-1099. [URL](#).