

# T40. Síndrome de Haglund

TÉCNICA DE TENDÓN

TÉCNICA DE AUMENTO DE ESPACIO

TÉCNICA LINFÁTICA

**COMPLEMENTO EN TENDINITIS DE AQUILES**

**TRAUMATISMOS RETROCALCÁNEOS**



# 13. Aplicaciones prácticas



**1 1ª TIRA EN I, CON CORTES LINFÁTICOS:** 1º ANCLAJE EN LA BASE DEL TALÓN SIN ESTIRAR, FORZAMOS MÁXIMA FLEXIÓN DORSAL, Y PEGAMOS CON TENSIÓN DEL 50% SOBRE TODO EL PERFIL DEL TENDÓN DE AQUILES, DESDE LA BURSA RETROCALCÁNEA PROCURANDO SEPARAR LIGERAMENTE LOS CORTES DE LAS TIRAS.



**2 2ª TIRA EN I, CON CORTES LINFÁTICOS,** TENSIÓN CENTRAL DE 50% Y PEGADO SOBRE BURSA RETROCALCÁNEA CON SEPARACIÓN ENTRE LOS CORTES, LA POSTURA SIGUE SIENDO DE MÁXIMA FLEXIÓN DORSAL.



**3 ANCLAJES FINALES SIN ESTIRAR..**

Se trata de una combinación de lo más resolutiva. Es fundamental dar cortes previos a la cinta para conseguir efecto de drenaje, pues la clave de este vendaje es asociar dicho drenaje al efecto mecánico de descarga de la zona por medio de la Técnica de Tendón y de Aumento de Espacio.

A la hora de pegar la venda con los cortes es muy práctico ir dando toques con la punta de nuestro dedo sobre ellos para ir posicionándolos, pues nos interesa que no se solapen y además que no queden demasiado separados, pues perdería el efecto de conjunto.

Tampoco debemos olvidar que la postura de máxima flexión dorsal del tobillo se mantiene para el pegado de las dos tiras, pues es habitual que tras el pegado de la primera sobre el tendón de Aquiles se deje recuperar la postura fisiológica y se pegue la segunda en esta situación.

Así que recordar: Siempre en máxima flexión dorsal.

Es totalmente compatible con taloneras e incluso con plantillas de descarga que puedan estar utilizándose previamente al vendaje.