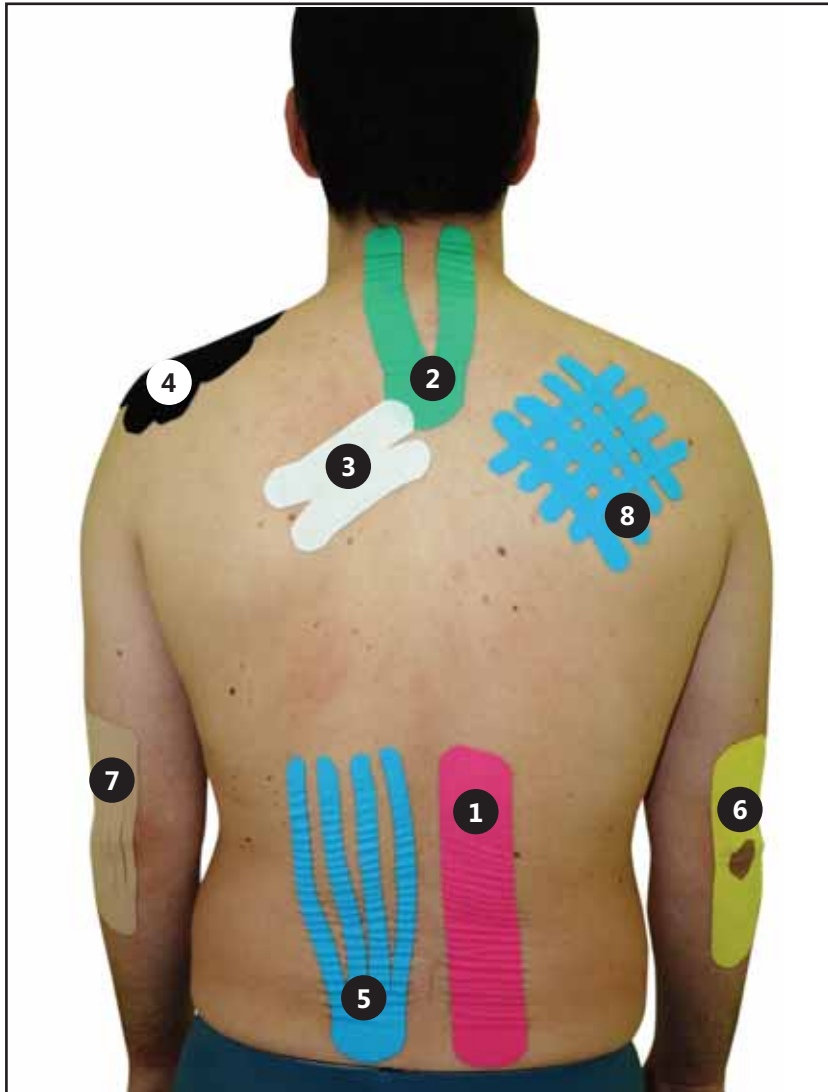


# KINESIOLOGY TAPING Teoría y práctica



- |               |                              |
|---------------|------------------------------|
| 1 EN I        | 5 EN PULPO                   |
| 2 EN Y        | 6 EN DONUT                   |
| 3 EN X        | 7 EN I CON CORTES LINFÁTICOS |
| 4 EN ESTRELLA | 8 EN MALLA                   |

# 4. Formas

El Vendaje Neuromuscular tiene diferentes y múltiples aplicaciones; para conseguir adaptarse a tal variedad de aplicaciones desde una venda única, manipulamos la venda para conseguir diferentes tamaños y formas que nos permitan conseguir el desarrollo de las diferentes técnicas y combinaciones.

Por tanto una de las características específicas de este tipo de Vendaje es la forma que le damos a la venda. Se pueden crear multitud de variantes con respecto a la forma y su denominación va a estar en relación a la morfología, bien ligadas a letras del alfabeto o a elementos genéricos; aquí describimos las más utilizadas

## Las FORMAS de la venda para su aplicación pueden ser:

::Forma en I: Por encima del vientre muscular, punto de dolor o en malla.

::Forma en I con Cortes Linfáticos: También sobre el vientre muscular o incluso sobre la propia articulación.

::Forma en Y: Alrededor/encima del vientre muscular.

::Forma en X: Desde un punto central alrededor del vientre muscular.

::Forma en Estrella: Para aumentar espacio en el centro de un punto con dolor.

::Forma en Pulpo: Para drenaje linfático principalmente, pero también para una mayor analgesia en determinadas aplicaciones no estrictamente linfáticas.

::Forma en Donut: Para aumento de espacio propio de articulaciones con flexo-extensión: codo, rodilla...