8.53. FASCITIS PLANTAR 1

TÉCNICA FASCIAL/TÉCNICA DE CORRECCIÓN DE ESPACIO

:: SOBRECARGA DE LA FASCIA PLANTAR

:: ESPOLÓN CALCÁNEO.

8.53. FASCITIS PLANTAR 1

1. COLOCAMOS LA VENDA EN PULPO, 4 TIRAS, ANCLAJE DE INICIO EN BASE DEL TALÓN NEUTRO, FLEXIÓN DORSAL DEL TOBILLO Y DESLIZAMIENTO DE LAS CINTAS HASTA LA BASE DE LOS METAS.

2. SEGUIMOS EN FLEXIÓN DORSAL DEL TOBILLO Y APLICAMOS UNA O DOS TIRAS DE CORRECCIÓN MECÁNICA SOBRE EL CENTRO DE LA FASCIA CON TENSIÓN 30%.

Al ser una zona de mucho roce, este vendaje tiende a levantarse con facilidad, por lo que debemos asegurar el pegado de las cintas sin tensión; de lo contrario se caería rápidamente. La tendencia actual es colocar tiras de corrección de espacio paralelas sobre las fasciales previas. Podemos colocar un Cross Tape en la base del talón si existe un espolón calcáneo o incluso en mitad de la fascia plantar previo al montaje posterior de la tiras. Los anclajes finales de las tiras de corrección mecánica deben ir sin tensión alguna.