

Hasta no hace mucho sólo se usaba para tratar algunas lesiones deportivas

## **La Gerencia del Área de Salud de Talavera publica un boletín sobre vendajes funcionales**

- La articulación más estudiada y donde se obtienen los mejores resultados es el tobillo
- Este vendaje inmoviliza sólo las estructuras dañadas sin limitar el resto permitiendo parcialmente el movimiento

**10 de febrero de 2012-** La Gerencia del Área de Salud de Talavera de la Reina (Toledo) dependiente del Gobierno Regional ha publicado el boletín “Iniciación a los vendajes funcionales en Atención Primaria” con el objetivo de formar a los profesionales sanitarios en esta técnica que consiste en la inmovilización de los movimientos de la zona lesionada sin limitar la movilidad del resto de las articulaciones.

Esta publicación ha sido elaborada por Manuela Mingo, enfermera de Atención Primaria y experta en aplicaciones clínicas del ejercicio físico que recoge además de información para el profesional sanitario y consejos para los pacientes, la evidencia científica y experiencias de estudios realizados en todo el mundo. Como material de apoyo ofrece enlaces a vídeos en el que se describen la realización de las diferentes técnicas.

El vendaje funcional está indicado en lesiones capsuloligamentosas, musculares, y tendinosas entre otras y se trata de inmovilizar únicamente la zona dañada mediante un sistema de tiras adhesivas de fijación con el que se pretende impedir sólo aquellos movimientos que afectan a las estructuras lesionadas sin limitar el resto, lo que permite realizar las actividades de la vida diaria.

Avenida de Francia, 4  
45071 Toledo

[www.jccm.es](http://www.jccm.es)

La articulación más estudiada y donde el vendaje funcional obtiene los mejores resultados es el tobillo, si bien puede ser aplicada al resto de las articulaciones. La ventaja de esta técnica, tal y como explica su autora, es que 'permite curar lesiones en un corto plazo de tiempo sin que se presenten efectos secundarios que pueden producir otro tipo de inmovilizaciones como pueden ser las atrofonas, anquilosamientos, adherencias, pérdida de la propiocepción o bajas laborales'

### **Dos tipos de vendajes funcionales**

Existen dos tipos de vendajes, el preventivo y el terapéutico. El primero se aplica especialmente en el ámbito deportivo con el fin de evitar recidivas de lesiones y proteger a los deportistas de éstas y se coloca momentos antes de la competición o del entrenamiento y el ámbito de aplicación del segundo es más amplio y sirve para facilitar la curación de determinadas lesiones interrumpiendo lo menos posible la actividades físicas de la vida diaria del paciente. La duración por tanto va a ser determinada por el tipo de lesión y el tipo de actividad.

Manuela Mingo explica que 'esta técnica por su carácter preventivo ha sido utilizada hasta hace unas décadas fundamentalmente para la recuperación de lesiones de los deportistas ya que una parada en uno de sus ciclos de entrenamiento podía suponer la pérdida de todo un año de trabajo y producir efectos secundarios por la falta de movimiento. Si bien actualmente es un tratamiento cada vez más utilizado por los profesionales de enfermería en el ámbito sanitario'

Este documento puede descargarse de la página web de la Gerencia del Área de Salud de Talavera: [http://gaptalavera.sescam.jccm.es/web1/gaptrProfHome.do?main=/gaptalavera/prof\\_enfermeria/vendajes\\_funcionales.html](http://gaptalavera.sescam.jccm.es/web1/gaptrProfHome.do?main=/gaptalavera/prof_enfermeria/vendajes_funcionales.html)