



Check List VENDAJE FUNCIONAL

APLICACIÓN PRÁCTICA DE ESTOS ELEMENTOS AL VENDAJE FUNCIONAL

Colocar la articulación lesionada en posición funcional , buscando un acortamiento de la estructura dañada

Vendaje con pretape de la zona a vendar, en el caso de tener una intolerancia al material adhesivo

Proteger las zonas sensibles con material de acolchado .

Colocación de las tiras de anclaje:

Son tiras de no elásticas, similares al esparadrapo, que se disponen perpendicularmente al eje del miembro. Se colocan formando un círculo incompleto en torno a la extremidad para no interrumpir el retorno venoso al cerrar el círculo.

Se coloca una tira de anclaje proximal y otra distal. Posteriormente sobre estas tiras de anclaje se agarrarán las tiras activas.

Colocación de las tiras activas:

Deberán ir paralelas al eje de la lesión. Van desde una tira de anclaje a otra. El número de tiras irá en función del grado de inmovilización deseado.

Encofrado:

Se colocan tiras sin tensión cubriendo las tiras activas para afianzarlas y protegerlas, quedando toda la zona lesionada "encofrada" desde una tira de anclaje hasta la otra.

Comprobar la comodidad del paciente al realizar algún movimiento. En el caso de vendar un tobillo es importante en este momento aprovechar para corregir cualquier defecto en el patrón de marcha como apoyos deficitarios, contracturas - cojeras. Se vigilará que no aparezcan arrugas en el vendaje y se recordarán los signos de alarma de alteración vascular que tendrá que vigilar hasta la próxima revisión a los 5 días.

En cada revisión se renueva el vendaje ya que **su duración no supera los 5 días** . Se retira con tijeras de pico de pato, teniendo cuidado en no lesionar la piel del paciente y no pasar justo por encima de la lesión. Se comprueba la evolución de la lesión además de vigilar trastornos cutáneos. Si se decide reponer el vendaje, se puede realizar permitiendo una mayor movilidad al poner un número menor de tiras activas. El marcador más importante de la evolución favorable es la disminución del dolor.

IMÁGENES DE LAS TÉCNICAS DE VENDAJE FUNCIONAL: ESGUINCE DE TOBILLO

El esguince de tobillo se presenta en un porcentaje cercano al 99% en el ligamento lateral externo.

El vendaje del tobillo es único, pero podría ser considerado como el ejemplo de vendaje utilizable en “articulaciones de flexo-extensión limitada de carga”.

Materiales utilizados:

Venda adhesiva rígida (tape) de 4 centímetros de anchura

Venda adhesiva elástica (tipo tensoplast) de 7,5 centímetros de anchura

Venda elástica selfix de 10 centímetros

Técnica

Iniciamos colocando el pie en una posición neutra de 90°. Dicha posición es difícil de mantener, ya que la articulación se tiende a relajar, a no ser que contemos con ayuda externa, ya sea de un compañero o del propio paciente

Para ello usamos una venda que fijamos en los dedos de pie y que hacemos que la paciente tense cuando ponemos las tiras activas del vendaje



Colocaremos las tiras de anclaje, con venda elástica inextensible. La distal a la altura de la articulación metatarsofalangica del pie y la proximal a nivel del fin del músculo gemelo o inicio del tendón de Aquiles. Las tiras quedan abiertas en su cara posterior.

Se podrían colocar almohadillado a nivel del tendón de Aquiles y de los maleolos.

A continuación y con el tobillo en flexión de 90° (solicitar ayuda del paciente) se colocará la primera tira activa longitudinal que pase por el talón y se inserte a cada lado de la tira de anclaje proximal. Se fija con una nueva tira de anclaje para que no resbale.



Se coloca una tira activa transversal que pasando por el talón se inserte en la tira de anclaje distal. Se fija con una tira de anclaje.

Estas tiras activas se pueden repetir varias veces, lo habitual es dos o tres veces, haciendo que la nueva se superponga a la anterior en al menos un tercio, y siempre se fijan posteriormente con nuevas tiras de anclaje.

Podemos añadir tiras de anclaje más o menos complicada.



La más importante es aquella que partiendo del dorso del pie pasa por el talón y se inserta en la tira de anclaje del lado lesionado. Se colocan 2 ó 3 tiras abriendo la inserción en el anclaje proximal. Recordar que para hacer estas inserciones es necesario que el ayudante tracciones el pie manteniéndolo a 90° y que cada una sea reforzada con una tira de anclaje.



Posteriormente se realiza el encofrado con venda adhesiva elástica, que permitirá dar solidez y estabilidad al vendaje. Se colocan tiras desde la parte proximal del vendaje, haciendo que cada una se superponga en la mitad a la anterior y no cerrándola por la parte trasera, dejando libre al tendón de Aquiles.



Al llegar al tobillo deben dejar libre el eje de flexión de este, liberando la articulación tibio-peroneo-astragalina, para no limitar el movimiento de flexo-extensión del tobillo. Si no es posible hacerlo directamente se utilizará una "técnica de tijeras" ¹ que permita liberarlo.

Veremos que el encofrado hace que las tiras activas realicen de manera más efectiva su función.



Al finalizar observamos como la articulación presenta un vendaje que le permite la mantener su movilidad, fijando y acortando el ligamento afectado, para facilitar su curación y manteniendo libres las estructuras que pudiesen comprometer la recuperación, como el tendón de Aquiles



Como refuerzo externo, para evitar que se levante y se mueva, y mejora visual podemos recubrir el vendaje con venda selfix.

