

## Kinesiology Tape Manual

### ÍNDICE DE LAS APLICACIONES PRÁCTICAS

9.1. Dolor de cabeza .....	pág 54
9.2. Esguince cervical Agudo .....	pág 56
9.3. Contractura cervical .....	pág 58
9.4. Dolor Cervical en flexión central .....	pág 60
9.5. Dolor cervical en flexión .....	pág 62
9.6. Síndrome del escaleno .....	pág 64
9.7. Tortícolis del Ecom (Esternocleidomastoideo) .....	pág 66
9.8. Contractura de trapecio superior 1 .....	pág 68
9.9. Contractura de trapecio superior 2 .....	pág 70
9.10. Contractura trapecio inferior .....	pág 72
9.11. Tendinitis de supraespinoso .....	pág 74
9.12. Tendinitis Infraespinoso .....	pág 76
9.13. Contractura Redondo Mayor .....	pág 78
9.14. Tenditis Redondo Menor .....	pág 80
9.15. Contractura Romboides 1 .....	pág 82
9.16. Contractura Romboides 2 .....	pág 84
9.17. Tonificación de Romboides .....	pág 86
9.18. Contractura Dorsal Ancho .....	pág 90
9.19. Sobrecarga deltoidea .....	pág 92
9.20. Bursitis Subdeltoidea .....	pág 94
9.21. Conflicto Sub-deltoideo .....	pág 98
9.22. Impingement 1 .....	pág 100
9.23. Impingement 2 .....	pág 102
9.24. Esguince Ácromioclavicular .....	pág 104
9.25. Esguince Acromioclavicular 2 .....	pág 108
9.26. Inestabilidad de hombro 1 .....	pág 110
9.27. Inestabilidad de hombro 2 .....	pág 112
9.28. Contractura de bíceps humeral .....	pág 114
9.29. Elongación tricipital .....	pág 116
9.30. Inflamación tras rotura tricipital .....	pág 118
9.31. Epitrocleitis .....	pág 120
9.32. Epicondilitis .....	pág 122
9.33. Bursitis olecraniana .....	pág 124
9.34. Síndrome del túnel carpiano .....	pág 126
9.35. Potenciación de la dorsiflexión del tobillo .....	pág 128
9.36. Fisura de costilla .....	pág 130
9.37. Contractura lumbar 1 .....	pág 132
9.38. Contractura lumbar 2 .....	pág 134
9.39. Contractura lumbar 3 .....	pág 136
9.40. Contractura cuadrado lumbar .....	pág 138

**APLICACIONES PRÁCTICAS**

9.41. Hernia discal lumbar	pág 140
9.42. Trocanteritis	pág 142
9.43. Síndrome piramidal	pág 144
9.44. Contractura glútea	pág 146
9.45. Síndrome de la cintilla ilirotibial 1	pág 148
9.46. Síndrome de la cintilla ilirotibial 2	pág 150
9.47. Síndrome de la cintilla ilirotibial 3	pág 152
9.48. Contractura de Psoas	pág 154
9.49. Osteopatía de pubis 1	pág 156
9.50. Osteopatía de pubis 2	pág 158
9.51. Descarga de aductores	pág 162
9.52. Atrofia vasto interno	pág 164
9.53. Tendinitis rotuliana 1	pág 166
9.54. Tendinitis rotuliana 2	pág 168
9.55. Condriopatía rotuliana	pág 170
9.56. Derrame sinovial de rodilla	pág 172
9.57. Rotura de fibras gemelo externo aguda	pág 174
9.58. Contractura de gemelos	pág 176
9.59. Síndrome de tríceps sural	pág 178
9.60. Contractura de cuádriceps 1	pág 180
9.61. Contractura de cuádriceps 2	pág 182
9.62. Contractura isquiotibial	pág 184
9.63. Tonificación isquiotibial	pág 186
9.64. Contractura pectoral mayor 1	pág 188
9.65. Contractura pectoral mayor 2	pág 190
9.66. Tendinitis de Aquiles	pág 192
9.67. Tonificación tibial anterior	pág 194
9.68. Periostitis tibial	pág 198
9.69. Esguince de tobillo agudo	pág 200
9.70. Rehabilitación del esguince de tobillo	pág 202
9.71. Corrección de la anteriorización de astrágalo	pág 204
9.72. Hematoma	pág 206
9.73. Rotura de fibras recto anterior	pág 210
9.74. Dolor menstrual	pág 212
9.75. Diarrea	pág 214
9.76. Intestino delgado	pág 216
9.77. Fascitis plantar 1	pág 218
9.78. Fascitis plantar 2	pág 220
9.79. Hallux Valgus	pág 222
9.80. Arco plantar	pág 224