

Cinta terapéutica (Therapeutic tape)

¿Qué es la cinta terapéutica?

La cinta terapéutica es una cinta elástica de tejido de algodón. La cinta:

- Tiene un adhesivo en la parte de atrás para adherirse a la piel.
- Es delgada y porosa. Esto permite que la piel respire, disminuyendo la posibilidad de irritación.
- Puede usarse hasta un máximo de 3 o 5 días.
- No contiene látex ni medicamentos.

¿Por qué mi hijo necesita usar la cinta?

El terapeuta le explicará de qué forma le ayudará a su hijo. La cinta puede:

- Ayudar a «calentar» un músculo débil o a mejorar la tensión muscular (contracción).
- Ayudar a relajar un músculo tenso o sobrecargado para mejorar el rango de movimiento.
- Disminuir el dolor.
- Disminuir la hinchazón y mejorar el flujo sanguíneo.
- Mejorar la percepción (sensación propioceptiva) de una articulación o músculo.
- Mejorar la posición de una articulación.

¿Cómo debe usarla?

Tira de prueba

El terapeuta le ha puesto a su hijo una tira de cinta como prueba.

- Déjesela puesta por entre 24 y 48 horas.
- Retírela **de inmediato** si observa signos de irritación como por ejemplo:
 - Enrojecimiento
 - Erupción
 - Hinchazón
 - Picazón

Uso normal

Deje la cinta puesta por _____ días, para obtener mejores resultados.

- Revise el área con frecuencia, y quite la cinta **inmediatamente** si observa enrojecimiento, erupción, hinchazón o picazón.
- No la vuelva a colocar en el mismo sitio por 24 horas para que la piel descanse.
- Su hijo puede usar la cinta y mojarla mientras se baña en la tina, en la ducha, y cuando nade.
 - Después que la cinta se moje, séquela con una toalla dando toquecitos suaves.
 - **No seque la cinta con un secador de cabello.** Mucho calor hará que sea más difícil quitar la cinta y podría también quemarle la piel al niño.
- Posiblemente puedan empezar a desprenderse los bordes.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cinta terapéutica, continuación

- Si eso ocurre, corte la parte que se ha despegado para prevenir que se pegue a la ropa y se despegue aún más.
- Deje puesta el resto de la cinta por la cantidad de días que le aconsejó el terapeuta del niño.

¿Cómo debo quitarla?

Tómese su tiempo para quitarla. Para quitar la cinta con mayor facilidad:

- Ponga un poco de aceite para bebés, aceite vegetal o producto anti adhesivo sobre toda la superficie de la cinta y déjelo reposar por entre 15 y 20 minutos. Puede también remojar el área en agua tibia en el lavamanos o la bañera por entre 15 y 20 minutos.
- Afloje un extremo de la cinta y sosténgalo.
- **Lentamente**, comience a despegar la cinta de la piel.
 - Retire la cinta en la misma dirección en que crece el vello de su hijo. Esto le causará menos molestias.
 - **No hale la cinta de un tirón.**
- Una vez que quite la cinta, use bastante loción para hidratar la piel y disminuir la irritación. No use loción justo antes de colocar nuevamente la cinta, esto hará que no se pegue bien a la piel.

Si tiene alguna pregunta o inquietud sobre la cinta hable con el terapeuta de su hijo.

| | | |
|-----------|-------|------|
| Terapeuta | Fecha | Hora |
|-----------|-------|------|

Teléfono

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.