

**R35. Subluxación externa
de rótula**

TÉCNICA FASCIAL
TÉCNICA DE CORRECCIÓN MECÁNICA

**CONDROPATÍA EXTERNA DE RÓTULA
SINDROME DE HIPERPRESIÓN EXTERNA DE
RÓTULA**

13. Aplicaciones prácticas



1. TIRA EN I, RODILLA EN SEMIFLEXIÓN, TENSION DEL 50-75%, PEGADO CON PRESIÓN INTERNA EN EL BORDE EXTERNO DE LA RÓTULA.



2. ANCLAJES FINALES EN TENDÓN ROTULIANO Y TENDÓN CUADRICIPITAL CON RODILLA EN FLEXIÓN, SIN TENSION.



3. TIRA EN Y: RODILLA EN EXTENSIÓN, PEGAMOS EL ANCLAJE DE INICIO EN CARA INTERNA DE LA RODILLA, ENCIMA DE LA INTERLÍNEA ARTICULAR.



4. MOVILIZAMOS LA RÓTULA A INTERNO Y VAMOS PEGANDO LA TIRA SUPERIOR E INFERIOR A PEQUEÑOS TIRONCITOS ALTERNANTES, CON LOS ANCLAJES FINALES SIN TENSION.

La tira fascial se puede hacer con movimiento previo de la rótula con nuestra mano y deslizamiento posterior de la venda en alternancia, primero superior, luego inferior, a pequeños tironcitos como el aquí descrito, o igualmente, podemos no movilizar con nuestra mano la rótula y deslizar al unísono las dos tiras fasciales intentando envolverla.

Para realizar la Técnica Fascial, la rodilla debe estar siempre en extensión y los anclajes finales sin tensión.

Por otro lado, para realizar la Técnica de Corrección Mecánica, la rodilla debe estar en semiflexión al comienzo del vendaje y una vez realizada la colocación de la venda con tensión, no olvidar flexionar la rodilla hasta su máxima flexión posible, para terminar pegando los anclajes en esa postura sin tensión en ellos; es muy importante el pegado de los anclajes sin tensión pues de lo contrario la tensión ejercida sobre dichos anclajes realizados en semiflexión, hará de freno de la propia articulación, creando una gran incomodidad en la rodilla.