

Cinta kinesiológica

Manual de usuario

GMD®

Tabla de contenido

Información general del producto

Descripción

Garantía

Especificaciones técnicas

Precauciones y condiciones

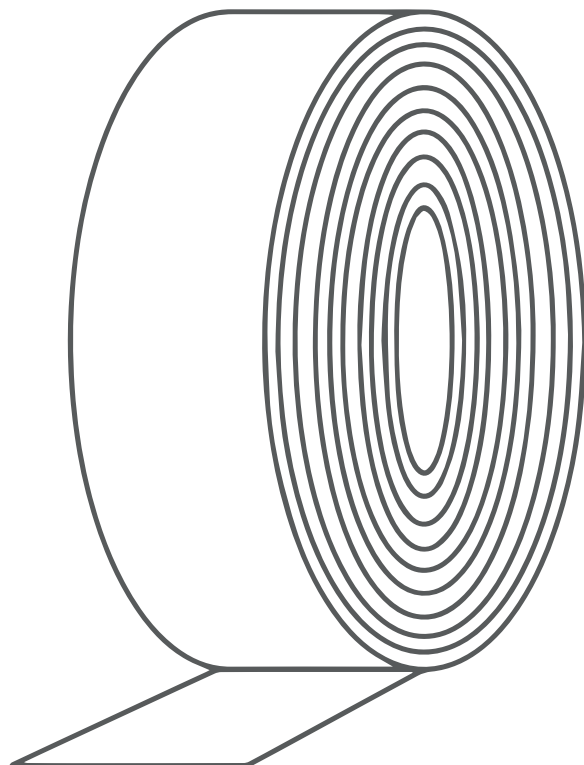
Precauciones

Antes de usar

Uso

Cómo usar la cinta kinesiológica

Cómo retirar la cinta kinesiológica



INFORMACIÓN GENERAL DEL PRODUCTO

Descripción

Cinta elaborada en algodón y spandex para uso terapéutico, preventivo y/o deportivo. Brinda soporte muscular y articular, trata dolores y lesiones en los tendones, ligamentos y músculos, y mejora la circulación sanguínea y linfática, alivia el dolor, estimula los músculos, permite movilizar, disminuye inflamación.

La cinta kinesiológica está disponible en rollos de 4 colores para seleccionar a gusto.

Color	Negro ●	Fucsia ●	Beige ●	Azul ●
Referencia	KT-5X5-20.	KT-5X5-17.	KT-5X5-31.	KT-5X5-12.

GARANTÍA

Este es un producto de un solo uso, la garantía solo cubre defectos de fábrica.

IMPORTADOR:

Impomedical equipos y suministros médicos S.A.
Calle 5 oeste # 4A-12, Cali, Valle del Cauca, Colombia.
Tel +57 (602) 285 50 88.

FABRICANTE:

Anhui Kangfu Industrial Foreing Co., LTD
East Huayuan Road, Industrial Park, Chajian Town, Tianchang City, Anhui Province, China.

Especificaciones técnicas

Composición de la cinta	95% algodón, 5% spandex.
Tipo de adhesivo	Pegamento acrílico alemán.
Dimensiones	Ancho: 5 cm Largo (estirado): 5 m.
Libre de látex	Si.

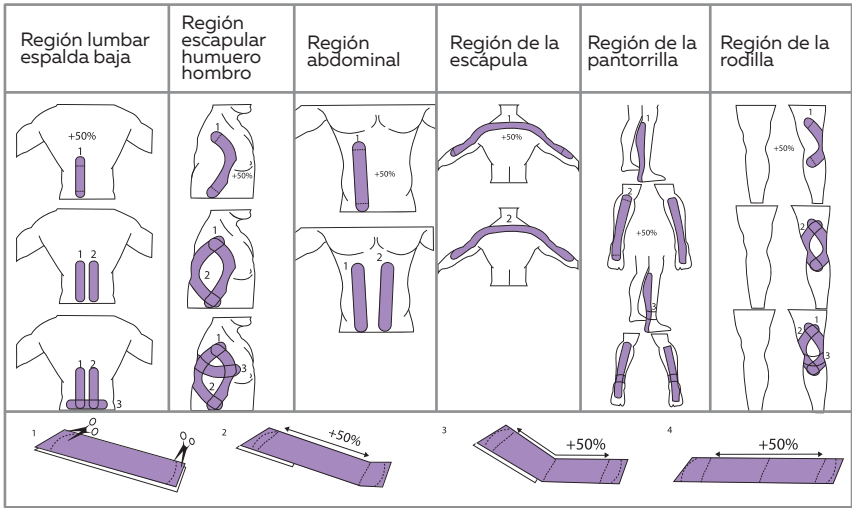
PRECAUCIONES Y CONDICIONES

Precauciones:

- No lo use en heridas abiertas.
- Antes de usar consulte un especialista si usted es susceptible de alguna alergia.
- No la coloque encima de vellos o sobre piel recién rasurada.
- No la use en el caso que usted sea alérgico a materiales acrílicos, algodón o algún otro que cause hipersensibilidad a la piel.
- No guardar el producto directamente al sol o en lugares de alta temperatura.

Antes de usar:

- Asegúrese que la piel esté limpia y seca y que esté libre de aceites como bronceadores, cremas humectantes o similares.
- Verifique que la articulación se encuentre totalmente doblada. En caso que el tape sea colocado en una articulación extendida, el tape se despegará al doblarla.



CÓMO USAR LA CINTA KINESIOLÓGICA

La cinta Kinesiológica de GMD está pensada para tratar dolencias musculares y mejorar el estado de ciertos músculos.

1. Identifique el área a tratar.

Determine el músculo, articulación o zona de dolor donde se aplicará la cinta. Establezca un punto de inicio y un punto final siguiendo la dirección del músculo o el área afectada.

2. Corte la cinta en la longitud necesaria.

Mida y corte la cinta según la zona a cubrir. Recuerde que los primeros y últimos 3 cm no deben estirarse. La parte central de la cinta debe aplicarse con una elongación de aproximadamente 50 %.

3. Redondee las esquinas.

Con unas tijeras, redondee las cuatro esquinas de la cinta. Esto ayuda a evitar que las puntas se despeguen fácilmente durante el uso.

4. Adhiera el extremo inicial sin tensión.

Retire el papel protector de los primeros 3 cm de un extremo y aplique esa parte sobre la piel sin estirla, justo en el punto de inicio identificado.

5. Aplique el resto con tensión.

Retire cuidadosamente el resto del papel protector y adhiera la cinta hacia el punto final con una tensión aproximada del 50 %, dejando los últimos 3 cm sin estirar.

6. Fije el extremo final sin tensión y presione la cinta.

Aplique los últimos 3 cm de cinta sin estiramiento. Luego, presione suavemente toda la cinta con la mano para mejorar su adherencia a la piel.

7. Duración recomendada de uso.

Se recomienda llevar la cinta puesta entre 3 y 4 días. Sin embargo, su duración puede variar según el tipo de piel, la sudoración, el nivel de actividad física y la condición a tratar.

CÓMO RETIRAR LA CINTA KINESIOLÓGICA

1. Humedece la cinta antes de retirarla.

Aplica agua, la cual puede estar tibia, sobre la cinta. Esto ayudará a ablandar el adhesivo y facilitar el desprendimiento.

2. Retira la cinta lentamente y en dirección al crecimiento del vello.

Comienza desde uno de los extremos y tira de la cinta lentamente, manteniéndola lo más paralela posible a la piel, no hacia arriba. Esto reduce la tensión y el riesgo de irritación.

3. Sujeta la piel con la otra mano.

Mientras retiras la cinta, usa la otra mano para sujetar y estirar ligeramente la piel. Esto disminuye la sensación de tirón y ayuda a evitar lesiones cutáneas.

4. Evita arrancarla de golpe.

Nunca retires la cinta de manera brusca o rápida, ya que puede causar enrojecimiento, irritación o incluso pequeñas lesiones.