

Kinesio tape para redução da dor: mais do que um efeito placebo?

Kinesio tape ou Fita de Kinesio consiste na aplicação de fitas elásticas adesivas em diversas regiões do corpo, com o intuito de auxiliar no tratamento de lesões traumáticas e melhorar a funcionalidade dos músculos. Atletas, treinadores de

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Kinesio tape ou Fita de Kinesio consiste na aplicação de fitas elásticas adesivas em diversas regiões do corpo, com o intuito de auxiliar no tratamento de lesões traumáticas e melhorar a funcionalidade dos músculos. Atletas, treinadores de atletismo, quiropráticos e muitas outras pessoas usam o Kinesio tape para ajudar a aliviar os sintomas de dor. Atualmente, não existe uma explicação clara de como a dor é aliviada com o uso do Kinesio tape e se o efeito analgésico é simplesmente um efeito placebo. Além disso, o parâmetro de utilização do Kinesio tape (tensão da fita) mais efetivo para redução da dor permanece desconhecido. O objetivo deste estudo foi determinar se o Kinesio tape aplicado em várias tensões é efetivo na redução da sensibilidade à dor a pressão e ao calor em comparação com uma condição sem fita adesiva (placebo). O estudo foi realizado com nove adultos saudáveis, que utilizando quatro sessões de Kinesio tape. Em cada sessão, foram avaliados os limiares de dor a pressão (LDP) e os limiares de dor ao calor (LDC).

Estes limiares foram avaliados no antebraço direito dos participantes sem fita de Kinesio (pré-teste). Cinco minutos após o teste do LDP e do LDC, um avaliador treinado colocou a fita de Kinesio no antebraço avaliado com as seguintes tensões: 0% (placebo), 25% (baixa tensão), 75% (alta tensão) ou nenhuma fita.

Este processo foi realizado em todos os participantes. Após mais cinco minutos, o LDP e o LDC foram avaliados novamente no antebraço direito enquanto a fita estava no lugar (pós-teste). Para analisar os dados, foi utilizado o teste t pareado para comparar as medidas pré-teste e pós-teste. Para o LDP, a condição de alta tensão aumentou. Já para o LDC, as condições de baixa tensão e alta tensão aumentaram o LDC ($p < 0,05$). Não foram encontradas diferenças significativas nas outras condições. Esses resultados sugerem que o efeito analgésico do Kinesio tape não é apenas um placebo, pois foi observado um efeito de redução da dor que depende parcialmente da tensão da fita.

Referência: D. Ageel, J. Hackett, T. Ohlman, Keith Naugle, Kelly Naugle. Kinesio Tape for Pain Reduction: More than a Placebo Effect? 36th Annual Scientific Meeting of the American Pain Society Pittsburgh, Pennsylvania. May 17-20, 2017.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/kinesio-tape-para-reducao-da-dor-mais-do-que-um-efeito-placebo · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.