

# Taping elastico, utile anche in odontoiatria

La tecnica trova applicazione in odontoiatria per gli edemi post chirurgici, riducendo il dolore e accelerando il processo di guarigione. Interessante anche l'applicazione per il dentista, per prevenire i "dolori professionali"

La tecnica del taping elastico è venuta prepotentemente alla ribalta con gli ultimi giochi olimpici, in cui quasi tutte le discipline hanno presentato atleti vistosamente bendati. È da più di trent'anni però che alcuni studi americani hanno evidenziato le capacità rigenerative dell'apparato muscolare, tendineo, legamentoso ed articolare, amplificabili proprio attraverso la tecnica del taping. Ma questa metodica trova la più innovativa delle sue applicazioni proprio in ambito odontoiatrico, e non solo sul versante del paziente.

Ce ne ha parlato Silvia Cavallini, chinesiologo clinico e specialista in riabilitazione respiratoria, che sul tema organizza corsi rivolti anche ai dentisti (per informazioni: [www.iorespiro.it](http://www.iorespiro.it)).

**Dottorssa Cavallini, in cosa consiste il taping?**

Il taping è composto da una striscia in cotone al di sotto della quale, per tutta la sua lunghezza, è spalmata una colla acrilica priva di lattice; quindi risulta altamente tollerato. Non rilascia alcun farmaco, motivo per il quale non è considerabile doping, e resiste all'acqua e al sudore per due o tre giorni, oltre i quali va rimosso e sostituito. Si applica sulla pelle pulita,

asciutta, priva di peli e creme, senza ulcerazioni e va rimosso con molta cautela data la forte aderenza alla cute.

**Quali sono le basi anatomiche e fisiologiche su cui si basa l'azione del taping elastico?**

Il principio fondamentale è il movimento della fascia in relazione al muscolo sottostante. Ma cos'è la fascia? Va fatta chiarezza perché molti pensano di

poter agire direttamente su un muscolo, mentre questa teoria è stata già contestata da tempo. In anatomia una fascia è uno strato di tessuto fibroso che ricopre muscoli, gruppi di muscoli, vasi sanguigni e nervi, unendo alcune strutture, mentre permette ad altre di scivolare delicatamente una sull'altra. Così come i legamenti, le aponevrosi e i tendini, le fasce sono densi tessuti connettivi, contenenti fasci ravvicinati di fibre di collagene ondulate, orientate parallelamente alla direzione di trazione. Le fasce sono quindi strutture flessibili in grado di resistere a grandi forze unidirezionali di tensione fino a quando il disegno ondulato delle fibre non viene raddrizzato dalla forza di trazione. Queste fibre di collagene sono prodotte dai fibroblasti che si trovano all'interno della fascia.

**In che modo il taping elastico svolge la sua azione?**

Ovviamente noi parleremo della fascia superficiale. Mi spiego meglio: il cerotto aderisce all'epidermide con una certa tensione, che decidiamo a seconda del risultato da ottenere; il messaggio viene trasmesso allo strato sottostante (derma) e allo spazio fisiologico tra derma e muscolo entro il quale scorrono i vasi sanguigni, i vasi linfatici e si trovano i recettori del dolore. Questo *feedback* è la ragione per cui otteniamo una risposta profonda agendo dalla

superficie.

La risposta ottenuta sarà dapprima di ripristino dello spazio interstiziale e, quindi, di scorrimento dei fluidi ristagnanti per un edema o una qualsiasi forma infiammatoria verso i dotti linfatici più vicini.

In seguito applicheremo il taping con modalità diverse per aiutare la parte lesa nel recupero della sua piena funzionalità. Per ultimo useremo il taping per sostenere, fino a completa guarigione, il comparto interessato. Abbiamo una vasta gamma di patologie che si possono trattare con grandi risultati usando il taping elastico. Tra queste, la grande famiglia dei linfedemi, spesso risultato di un atto chirurgico, ne trae grande beneficio: il gonfiore al braccio omolaterale all'intervento di tumore della mammella è già largamente trattato con questa tecnica. I risultati sono molto confortanti e la letteratura di settore è ricca di studi sull'argomento.

**Perché il taping elastico può interessare anche l'odontoiatria?**

La vera novità del taping elastico è proprio questa: possiamo sfruttare la stessa tecnica per gli edemi post chirurgici anche in odontoiatria, prima di tutto riducendo o eliminando l'insorgenza dell'edema chirurgico e quindi del dolore e, in secondo luogo, accelerando il processo di guarigione.



► Silvia Cavallini



**L'utilizzo è limitato al trattamento post-chirurgico?**

Il dentista che non pratica chirurgia potrà trarre un valido aiuto dall'uso del taping su tutte le contratture della muscolatura del collo causate, per esempio, dal bruxismo notturno e su molte altre legate alla malocclusione (cervicalgie, emicranie, contratture del muscolo sternocleidomastoideo) oppure per eliminare sedimenti di muco che invadono seni frontali e paranasali, influendo sulla respirazione e costringendo a dormire a bocca aperta.

Si possono inoltre trattare i frequenti dolori all'articolazione

temporo-mandibolare, le nevralgie date dal nervo trigemino, i dolori causati dal trisma. Ma il taping elastico può trovare applicazione anche per il dentista stesso, per combattere alcune delle tipiche malattie professionali.

**In che modo?**

Questa tecnica può avere un ampio utilizzo nella correzione di cervicalgie, lombalgie, dolori alle spalle, al gomito, ai polsi e alle dita delle mani, che sono tra le più comuni patologie lamentate dalla categoria degli odontoiatri. Alcune sono derivate da difetti di postura, altre

dall'uso degli strumenti a ultrasuoni che trasmettono le vibrazioni a dita, polso, gomito e spalla.

Prima di applicare una taping bisogna fare una corretta diagnosi. Quindi, in caso di dolore acuto, il mio consiglio è quello di avvalersi della competenza di personale qualificato.

È altrettanto vero però che, per esempio, se il dentista sa di dover affrontare una giornata particolarmente impegnativa, può farsi applicare il taping da un collega in zona lombare o cervicale come aiuto e sostegno posturale durante il lavoro e poi rimuoverlo a fine giornata.



**Quali sono le tecniche di applicazione?**

Le tecniche di applicazione sono molteplici ed è difficile se non impossibile spiegarle a parole, infatti solo il personale qualificato nei corsi di formazione è autorizzato ad applicare il taping. L'applicazione linfatica è forse la più semplice poiché avendo una buona conoscenza della posizione dei dotti linfatici di viso e collo, facendo la giusta misurazione del taping sul paziente, è molto difficile sbagliare.

Con un corso di formazione di un giorno, l'odontoiatra è in grado di usare il taping sul suo paziente, quindi acquisire uno

strumento importante per la sua professione e offrire un servizio in più alla propria clientela.

Finora abbiamo seguito alcuni casi clinici, tutti andati a buon fine, cioè senza edemi post chirurgici, gonfiore e dolore.

**A proposito di corsi, ci può fare un bilancio di quelli già tenuti e annunciare quelli in arrivo?**

L'ultimo si è tenuto lo scorso febbraio a Milano, con il patrocinio del Cenacolo odontostomatologico milanese. Rivolto agli odontoiatri e agli assistenti di studio odontoiatrico, il corso

si è proposto di fornire le conoscenze necessarie per le applicazioni del taping sul paziente. Durante il corso si sono alternate sessioni teoriche e pratiche su tutti i casi presentati.

A questa edizione hanno partecipato 18 odontoiatri, tutti molto motivati e interessati. Tirando le somme, direi che ci riteniamo molto soddisfatti e incentivati a organizzarne altre. Per il momento è previsto un secondo corso a Torino, con data indicativa 9 novembre, ma non escludo che se ne tengano altri in altre regioni prima di tale data.

Renato Torlaschi

## LA STORIA DEL TAPING

Il taping elastico è nato in Giappone circa quarant'anni fa dall'idea di un chiropratico che, avendo a che fare con atleti spesso infortunati, ha messo a punto questo tipo di bendaggio elastico in grado di assistere l'atleta durante la gara senza pregiudicare il recupero della parte lesa. La tecnica poi è stata migliorata grazie a numerosi studi americani che sono quelli a cui facciamo riferimento oggi.

Il bendaggio funzionale tradizionale era rigido e non consentiva all'atleta di potersi preparare né tantomeno gareggiare. Il taping elastico ha invece costituito una vera e propria rivoluzione perché si sono ridotti drasticamente i tempi di assenza dalle gare senza prolungare i tempi di guarigione.

Il primo utilizzo del taping elastico è quindi il recupero dello sportivo su muscoli, tendini, legamenti e articolazioni.

Il costo della singola applicazione è alla portata di tutti. Ed è forse il caso di precisare che riguardo al colore – se ne sono visti tanti sugli atleti – è soltanto questione di gusti e non è indicativo di diverse tipologie di taping, non ne modifica le qualità né la durata. È invece molto importante affidarsi a una casa produttrice seria che usi materiali di prima qualità e, soprattutto, un collante non tossico.