



PARA O APOIO DE MEDIDAS TERAPÊUTICAS EM MÚSCULOS, ARTICULAÇÕES E LIGAMENTOS CASO NÃO SE PRETENDA REALIZAR UMA IMOBILIZAÇÃO COMPLETA

- Adequada para apoiar músculos e articulações sem limitar os movimentos
- Resistente à água, permeável ao ar
- As fitas são isentas de látex e podem ser utilizadas em qualquer altura
- Elevado conforto de utilização, material de suporte em 95% algodão e 5% elastano
- Adesivo de acrilato permeável ao ar
- Inclui instruções pormenorizadas para a aplicação

EM CASO DE DÚVIDA SOBRE A TÉCNICA DE APLICAÇÃO, CONSULTE O SEU TERAPEUTA OU MÉDICO!

As fitas cinesiológicas DermaPlast® ACTIVE são fitas de efeito comprovado com adesivo de acrilato de alta qualidade. A estrutura de algodão melhorada garante uma elasticidade ótima.

APLICAÇÕES E INDICAÇÕES GERAIS PARA UTILIZAÇÃO DA FITA CINESIOLÓGICA DERMAPLAST® ACTIVE

1. Identifique as áreas musculares cansadas e doridas. No caso de áreas corporais de difícil alcance, é recomendável colocar a fita com a ajuda de outra pessoa.
2. A área de pele deve estar limpa, seca e sem gordura, para evitar que a fita se descole.
3. Para melhor aderência, recomenda-se a eliminação de pelos, e a aplicação da fita diretamente sobre a pele.
4. É aconselhável limpar a pele com produto desengordurante antes da aplicação da fita cinesiológica DermaPlast® ACTIVE.
5. Para obter uma aplicação excelente da fita, determine a trajetória dos músculos mediante palpação ou contração muscular.
6. Para evitar a formação de bolhas, confirme a inexistência de dobras na fita ou na pele.
7. Dependendo da indicação, a fita é aplicada com ou sem estiramento e alisada, para a ativação da camada adesiva termossensível. Importante: A fita deve ser sempre alisada da base para o fim da fita ou do centro da fita para fora! Nunca ao contrário!
8. O adesivo de acrilato é ativado mediante exposição ao calor (esfregar a fita ou aplicar toalha quente sobre a mesma). A estrutura da fita permite que a pele respire e não dificulta a transpiração. Contudo, em casos isolados, pode ocorrer prurido durante um curto período de **10 a 20 minutos**. Se o **prurido durar mais que 30 minutos**, é aconselhável remover a fita. Para esse efeito, desenrolar ou remover lentamente a fita no sentido do crescimento do pelo num pequeno ângulo, de forma a não repuxar a pele e evitar irritações cutâneas. Pode ser útil esticar a pele com um dedo por detrás do lado já desenrolado da fita. **CONSELHO:** um método suave é o de humedecer a fita com um dissolvente durante cerca de 1-2 minutos e remover conforme anteriormente descrito. A fita não deve ser removida com um movimento brusco!
9. Não é necessário remover a fita para nadar, tomar banho ou duche. A seguir, segue a fita, por ex. com um secador na potência mais baixa. Não esfregar a fita a seco, pois pode descolar-se da pele.

INFORMAÇÕES DE SEGURANÇA

1. Grávidas devem consultar um médico antes de aplicar a fita cinesiológica.
2. Não exponha a fita à luz solar direta nem a temperaturas elevadas.
3. Mantenha a fita cinesiológica DermaPlast® ACTIVE fora do alcance das crianças.
4. Ao aplicar a fita, não provoque vasoconstricção na pele. A fita não deve ficar tensa.
5. Use com cuidado em pacientes com histórico de alergia e sensibilidade a adesivos. Em caso de dúvida, consulte seu médico.
6. Se a aplicação da fita cinesiológica DermaPlast® ACTIVE provocar **irritações da pele**, na forma de prurido, vermelhidão ou erupção cutânea, **com uma duração superior a 30 minutos**, deve remover imediatamente a fita, conforme indicado nas instruções de utilização. Caso necessário, consulte um médico.
7. Não aplicar a fita sobre feridas recentes ou trombozes. Não utilizar em pessoas com tendência para alergias cutâneas ou com problemas de pele.
8. Não utilizar a fita em ligação ou interação com outros métodos de tratamento (argila, massagem terapêutica, eletroterapia).

9. Antes da utilização, a pele deve estar limpa e sem gordura.
10. Se não tem a certeza de como aplicar a fita corretamente, poderá consultar um terapeuta para um primeiro tratamento profissional.
11. Para proteger a pele, não usar a fita durante mais de 7-10 dias. A utilização pode ser repetida várias vezes após uma pausa de 3 a 5 dias. Após algum tempo poderá voltar a aplicar uma fita. Restos de adesivo existentes na pele devem ser removidos.
12. No caso de lesões agudas ou quadros clínicos complexos, a fita deverá ser aplicada por um médico ou fisioterapeuta.
13. A fita cinesiológica DermaPlast® ACTIVE está disponível em várias cores. As características técnicas são iguais para todas as cores de fita.
14. Recomenda-se o aumento da ingestão de líquidos durante a utilização da fita.
15. Evitar a acumulação de calor provocada por roupa (algodão/lã)!

O efeito das fitas cinesiológicas não foi comprovado até à data de acordo com as normas clínicas atuais. Contudo, estas são utilizadas diariamente e com grande sucesso por desportistas profissionais e por terapeutas, demonstrando resultados positivos. Para um paciente/utilizador/terceiro na União Europeia e nos países com regime regulamentar idêntico (Regulamento 2017/745/UE relativo aos dispositivos médicos); se, durante o uso deste dispositivo, ou como consequência do seu uso, ocorrer um incidente grave, reporte o ocorrido ao fabricante e/ou ao representante autorizado e à sua autoridade nacional.

INSTRUÇÕES ESPECIAIS

	Dispositivo médico
	Fabricante
	Data de fabrico
	Distribuidor
	Data limite de utilização
	Código de lote
	Número de referência
	Consultar instruções de utilização
	Não reutilizar
	Manter seco
	Manter longe da luz solar
	Limite de idade 0-14 anos
	Advertência
	Representante autorizado na Comunidade Europeia
	Importador

- Lotus NL B.V., Koningin Julianaplein 10
1e Verd, 2595AA, The Hague, Netherlands
- Nanjing 3H Medical Products Co., Ltd.,
No. 5 Zhushan Road, Gaochun Economic Development Zone,
Nanjing, Jiangsu Province, P.R.China
- Medineo GmbH
Neumühle 2a, 97727 Fuchstadt, Germany

Os seguintes produtos também se encontram disponíveis na gama DermaPlast® ACTIVE:



SINTOMAS NO PULSO

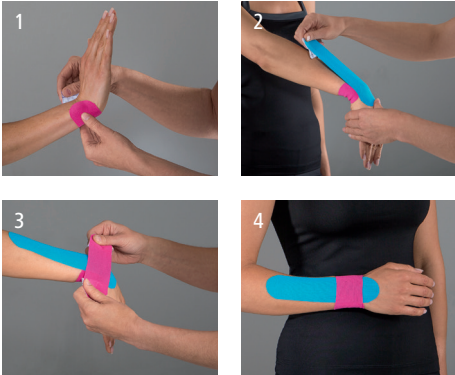
1 fita de aprox. 20 cm

2 fitas de aprox. 10 cm

Modo de aplicação: A aplicação exige a ajuda de outra pessoa.

Posição inicial: Levantar o braço para a frente e esticar o pulso.

- INSTRUÇÃO:**
1. Rasgar a película protetora da primeira fita curta ao centro e aplicar a fita sobre o pulso, a partir do meio. Passar as pontas em volta do pulso, sem esticar, removendo a película protetora restante. (Fig. 1)
 2. Dobrar agora o pulso na direção da palma da mão. Passar a fita comprida esticada sobre o pulso na direção do lado superior do antebraço. Comece na altura do pulso. (Fig. 2)
 3. Mantenha o pulso dobrado. Rasgar a película protetora da segunda fita curta, de novo ao centro, como no primeiro passo. Cole a fita esticada a partir do meio sobre a parte superior do pulso e passe em volta do pulso, sem esticar. Se aplicado corretamente, as pontas das duas fitas sobrepõem-se. (Fig. 3 e 4)



Por fim, esfregar novamente todas as fitas para garantir uma fixação segura.

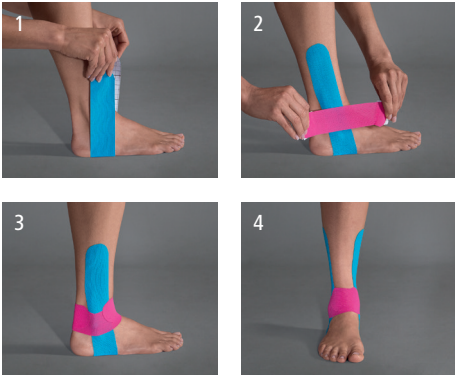
SINTOMAS NO TORNOZELO

1 fita de aprox. 40 cm

2 fitas de aprox. 20 cm

Posição inicial: Colocar o pé na vertical sobre um banco, de modo a formar um ângulo de 90 graus com a perna.

- INSTRUÇÃO:**
1. Rasgar a película protetora da fita comprida no centro. Colar a fita a partir do meio debaixo da planta do pé (como um estribo), esticando para a direita e para a esquerda sobre a articulação do pé, no sentido ascendente. Passar as pontas sem esticar por cima do tornozelo dos dois lados da perna. Retirar então toda a película protetora. (Fig. 1)
 2. Rasgar a película protetora da primeira fita curta no meio. Colar a fita a partir do meio sobre a parte exterior do tornozelo, esticando em volta da articulação do pé, passar as pontas sem esticar e remover a película protetora totalmente. (Fig. 2)
 3. Rasgar a película protetora da segunda fita curta no meio. Colar a fita a partir do meio, partindo da parte interior do tornozelo, em volta da articulação do pé, no sentido da parte exterior do tornozelo. Aplicar as pontas de novo sem esticar, removendo a película protetora. (Fig. 3 e 4)



Por fim, esfregar novamente todas as fitas para garantir uma fixação segura.

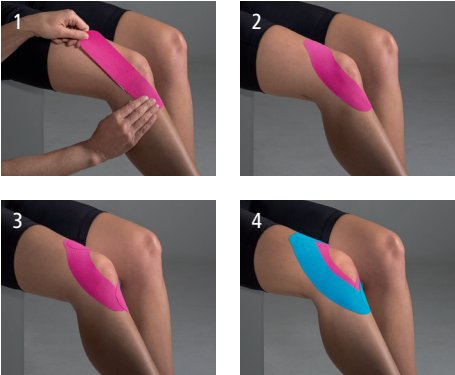
SINTOMAS NA RÓTULA

2 fitas de aprox. 20 cm

2 fitas de aprox. 25 cm

Posição inicial: Posicionar a perna formando um ângulo inferior a 70 graus.

- INSTRUÇÃO:**
1. Rasgar a película protetora da primeira fita curta e retirá-la de uma das pontas cerca de 3 cm.
 2. Aplicar a fita debaixo da rótula sem esticar. Em seguida, passar a fita totalmente esticada pelo lado exterior, ao longo da patela, até à coxa, e colar, retirando a película protetora totalmente. Passar a ponta sem esticar. (Fig. 1 e 2)
 3. **Atenção: as fitas não podem passar sobre a patela, mas sim ao lado dela.**
 4. Colocar a segunda fita curta no lado oposto (interior), seguindo o mesmo procedimento. Passar de novo a ponta sem esticar. (Fig. 3)
 5. No passo seguinte, as duas fitas compridas restantes são coladas como as anteriores, esticando e sobrepondo sobre as primeiras duas fitas. Passar as pontas de novo sem esticar, removendo a película protetora à medida que aplica a fita. (Fig. 4)



Por fim, esfregar novamente todas as fitas para garantir que estão bem presas. Quando corretamente aplicada, no final não se formam pregas de pele sobre a patela, ao esticar o joelho.

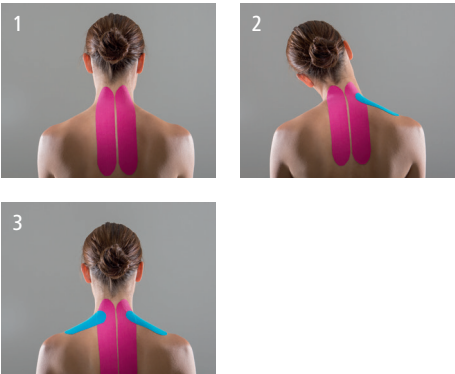
SINTOMAS NA MUSCULATURA CERVICAL, COMO TENSÕES

2 fitas de aprox. 25 cm

2 fitas de aprox. 10 cm

Modo de aplicação: A aplicação exige a ajuda de outra pessoa.

- INSTRUÇÃO:**
1. Baixar a cabeça. Colar as fitas compridas esticadas, à direita e à esquerda da coluna. As fitas deverão terminar abaixo da zona onde nasce o cabelo. Passar as pontas sem esticar. (Fig. 1)
 2. Inclinar a cabeça para a esquerda, continuando a olhar em frente. Aplicar a primeira fita curta à direita, sem esticar, partindo da coluna, descendo ligeiramente na transversal para o acrómio. (Fig. 2)
 3. Tal como no segundo passo, inclinar a cabeça para a direita, continuando a olhar em frente. Aplicar a segunda fita curta agora à esquerda, sem esticar, partindo da coluna, descendo ligeiramente na transversal para o acrómio. (Fig. 3)



Por fim, esfregar novamente todas as fitas para garantir uma fixação segura. Quando corretamente aplicada, depois de endireitar o pescoço formam-se ondas na fita.

SINTOMAS NA ARTICULAÇÃO DO OMBRO

3 fitas de aprox. 20 cm

Modo de aplicação: A aplicação exige a ajuda de outra pessoa.

- INSTRUÇÃO:**
1. Colocar o braço atrás das costas (como a apertar um avental).
 2. Colar uma fita comprida esticada a partir do meio do braço ao longo do músculo anterior do ombro (deltoide), na direção do acrómio, passando a ponta sem esticar. (Fig. 1)
 3. Colocar o braço à frente do peito e colar a fita esticada na aresta posterior do deltoide até ao acrómio, passando de novo a ponta sem esticar. (Fig. 2)
 4. As duas fitas formam uma figura oval.
 5. Deixar o braço pendente solto e rasgar a película protetora da fita curta ao meio. Colar a fita curta esticada ao centro do músculo deltoide. Também aqui passar as pontas de novo sem esticar, removendo a película protetora. (Fig. 3 e 4)



Por fim, esfregar novamente todas as fitas para garantir uma fixação segura. Quando corretamente aplicada, formam-se ondas na fita.

SINTOMAS NA ZONA LOMBAR DA COLUNA VERTEBRAL

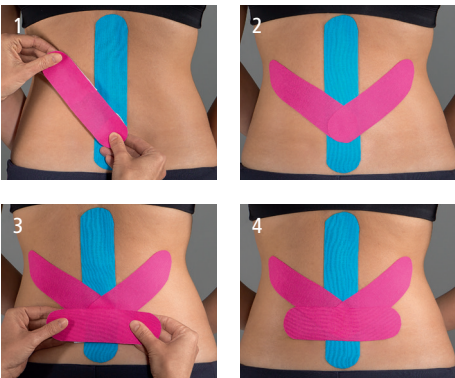
1 fita de aprox. 22 cm

3 fitas de aprox. 20 cm (máx.)

Modo de aplicação: A aplicação exige a ajuda de outra pessoa.

Posição inicial: Posição ligeiramente dobrada, as costas o mais curvadas possível para esticar a musculatura.

- INSTRUÇÃO:**
1. A primeira fita é colocada sobre a coluna vertebral. Começar na ponta inferior e aplicar a fita esticada ao longo da coluna, passando a ponta sem esticar.
 2. Aplicar então a primeira fita menor sobre o local afetado e descrever um ângulo de 45 graus para a esquerda e para cima (sem esticar). (Fig. 1)
 3. Proceder do outro lado da mesma forma, aplicando a segunda fita pequena de novo sobre o local afetado e descrever um ângulo de 45 graus para a direita e para cima (sem esticar). (Fig. 2)
 4. Rasgar agora a película protetora da última fita menor ao meio. Aplicar a fita ao meio sobre o local afetado e na horizontal com ligeira tensão, passando as pontas novamente. (Fig. 3 e 4)



Por fim, esfregar novamente todas as fitas para garantir uma fixação segura. Quando corretamente aplicada, ao endireitar as costas devem formar-se ondas na fita.

Data da revisão do texto: 2021-11-25