



CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE FISIOTERAPIA

**EFEITOS DA KINESIO TAPING NA DOR E FUNCIONALIDADE DE
PACIENTES COM TENDINOPATIA DO MANGUITO ROTADOR**

Alessandra Ribeiro de Sousa
Michael Soares Linard

Orientador: Profa. Esp. Joice Teixeira de Almeida

Trindade-GO
2026

CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE FISIOTERAPIA

EFEITOS DA KINESIO TAPING NA DOR E FUNCIONALIDADE DE PACIENTES
COM TENDINOPATIA DO MANGUITO ROTADOR

Alessandra Ribeiro de Sousa
Michael Soares Linard

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitários
Goyazes – UniGoyazes como requisito
para obtenção do título de Bacharel em
Fisioterapia.

Orientador: Profa. Esp. Joice Teixeira de Almeida

Trindade - GO
2026

Alessandra Ribeiro de Sousa
Michael Soares Linard

**EFEITOS DA KINESIO TAPING NA DOR E FUNCIONALIDADE DE PACIENTES
COM TENDINOPATIA DO MANGUITO ROTADOR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Centro Universitário Goyazes –
UniGoyazes como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
Fisioterapia, aprovada pela seguinte banca
examinadora:

Profa. Esp. Joice Teixeira de Almeida
Centro Universitário Goyazes - Unigoyazes

Profa. Esp. Denize Ferreira
Centro Universitário Goyazes - Unigoyazes

Simone Vallate Peralta (Membro Externo)
Fisioterapeuta

Trindade - GO
16/06/2026

EFEITOS DA KINESIO TAPING NA DOR E FUNCIONALIDADE DE PACIENTES COM TENDINOPATIA DO MANGUITO ROTADOR

Alessandra Ribeiro de Sousa¹; Michael Soares Linard ¹; Joice Teixeira de Almeida²

RESUMO

INTRODUÇÃO: A tendinopatia do manguito rotador é uma das afecções musculoesqueléticas mais frequentes do ombro, associada a dor, limitação funcional e impacto negativo na qualidade de vida. Entre as estratégias fisioterapêuticas, o Kinesio Taping tem sido amplamente utilizado, embora ainda existam divergências científicas quanto à sua eficácia clínica. **OBJETIVOS:** Analisar, por meio da literatura, os efeitos do Kinesio Taping na dor e na funcionalidade de pacientes com tendinopatia do manguito rotador, comparando-o a placebo e outras modalidades de tratamento fisioterapêutico. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica da literatura conduzida conforme pesquisa em artigos científicos. A busca foi realizada nas bases PubMed, Cochrane Library, SciELO e PEDro. Foram incluídos estudos com pacientes adultos diagnosticados com tendinopatia do manguito rotador, tratados com Kinesio Taping isolado ou associado a programas de reabilitação, publicados nos últimos 10 anos. **RESULTADOS:** Foram encontrados 35 estudos, dos quais somente 5 realmente compuseram a pesquisa. Os estudos selecionados abordavam a utilização da Kinesio Taping associada e/ou comparadas a modalidades como exercícios terapêuticos e crioterapia, não encontrando superioridade da mesma. **CONCLUSÃO:** A utilização de Kinesio Taping de forma isolada não foi efetiva para alívio de dor em pacientes com tendinopatia do manguito rotador.

Palavras-chave: Kinesio Taping. Tendinopatia do Manguito Rotador. Dor.

Effects of Kinesio Taping on Pain and Functionality in Patients with Rotator Cuff Tendinopathy

ABSTRACT

INTRODUCTION: Rotator cuff tendinopathy is one of the most frequent musculoskeletal conditions of the shoulder, associated with pain, functional limitation, and a negative impact on quality of life. Among physiotherapy strategies, Kinesio Taping has been widely used, although there are still scientific disagreements regarding its clinical efficacy. **OBJECTIVES:** To analyze, through the literature, the effects of Kinesio Taping on pain and functionality in patients with rotator cuff tendinopathy, comparing it to placebo and other physiotherapy treatment modalities. **METHODOLOGY:** This is a bibliographic review of the literature conducted according to research in scientific articles. The search was carried out in the PubMed, Cochrane Library, SciELO, and PEDro databases. Studies with adult patients diagnosed with rotator cuff tendinopathy, treated with Kinesio Taping alone or associated with rehabilitation programs, published in the last 10 years, were

¹ Acadêmico do Curso de XXX do Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes [Fonte Arial 8]

² Orientador: Prof. Especialista ou Mestre ou Doutor, do Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes (exemplo).

included. **RESULTS:** 35 studies were found, of which only 5 were included in the research. The selected studies addressed the use of Kinesio Taping in association with and/or compared to modalities such as therapeutic exercises and cryotherapy, finding no superiority of Kinesio Taping. **CONCLUSION:** The use of Kinesio Taping in isolation was not effective for pain relief in patients with rotator cuff tendinopathy.

Keywords: Kinesio Taping. Rotator cuff Tendinopathy. Pain.

INTRODUÇÃO

A dor no ombro é um dos distúrbios musculoesqueléticos mais comuns na população, apresentando prevalência pontual que pode chegar a 26% (URWIN et al., 1998). Entre as principais causas, destaca-se a tendinopatia do manguito rotador. Essa condição é multifatorial, sendo influenciada por fatores como aumento abrupto da demanda sobre a unidade musculotendínea, postura inadequada, envelhecimento, que reduz a elasticidade tendínea e ausência de preparo muscular adequado, aumentando o risco de lesões (KOCARI et al. 2023).

Os sintomas tendem a se intensificar durante ou após atividades que envolvem movimentos repetitivos do ombro. Em casos mais graves, a dor pode persistir mesmo em repouso, comprometendo o sono e impactando significativamente a qualidade de vida dos indivíduos afetados (URWIN et al., 1998). Estudos que abordavam a fisiopatologia da tendinopatia de forma geral passaram por atualizações, anteriormente era descrito que no processo de instalação e desenvolvimento da tendinopatia, predominava um modelo linear com uma maior prevalência de processo inflamatório. Atualmente, já é exposto que a fisiopatologia da tendinopatia segue um contínuo, onde ocorre transição entre as fases e o que prevalece de alterações tendíneas são espessamento, aumento da neovascularização, desorganização das fibras de colágeno e degeneração. Tal esclarecimento interfere diretamente na adesão da abordagem terapêutica mais adequada (COOK et al., 2016).

Diversas abordagens terapêuticas têm sido propostas para o tratamento conservador dessa condição, destacando-se o exercício terapêutico com progressão controlada de cargas acompanhadas por medidas adjuvantes, como intervenções medicamentosas (via oral ou injetável), eletrotermofototerapia, crioterapia e a utilização da bandagem neuromuscular (Kinesio Taping – KT) (CHARD et al., 2024).

A bandagem neuromuscular tem ganhado destaque nos últimos anos, sendo amplamente utilizada em contextos clínicos e esportivos. Acredita-se que sua aplicação promova efeitos fisiológicos como melhora da circulação sanguínea e linfática, redução da pressão sobre os tecidos, diminuição da dor e do edema, além de fornecer suporte mecânico sem limitar a mobilidade (LIM; XIANGTAY, 2014). Estudos sugerem que o KT pode proporcionar alívio imediato da dor, embora seus efeitos sejam de curta duração, sendo frequentemente recomendado em associação

com outras intervenções (ARTIOLI; BERTOLINI, 2014).

Nesse contexto, a fisioterapia desempenha papel fundamental na reabilitação desses indivíduos, com foco na redução da dor e na restauração da funcionalidade. No entanto, a ausência de protocolos padronizados, especialmente no que se refere à aplicação da Kinesio Taping, contribui para resultados inconsistentes e limita a consolidação dessa técnica como recurso baseado em evidências.

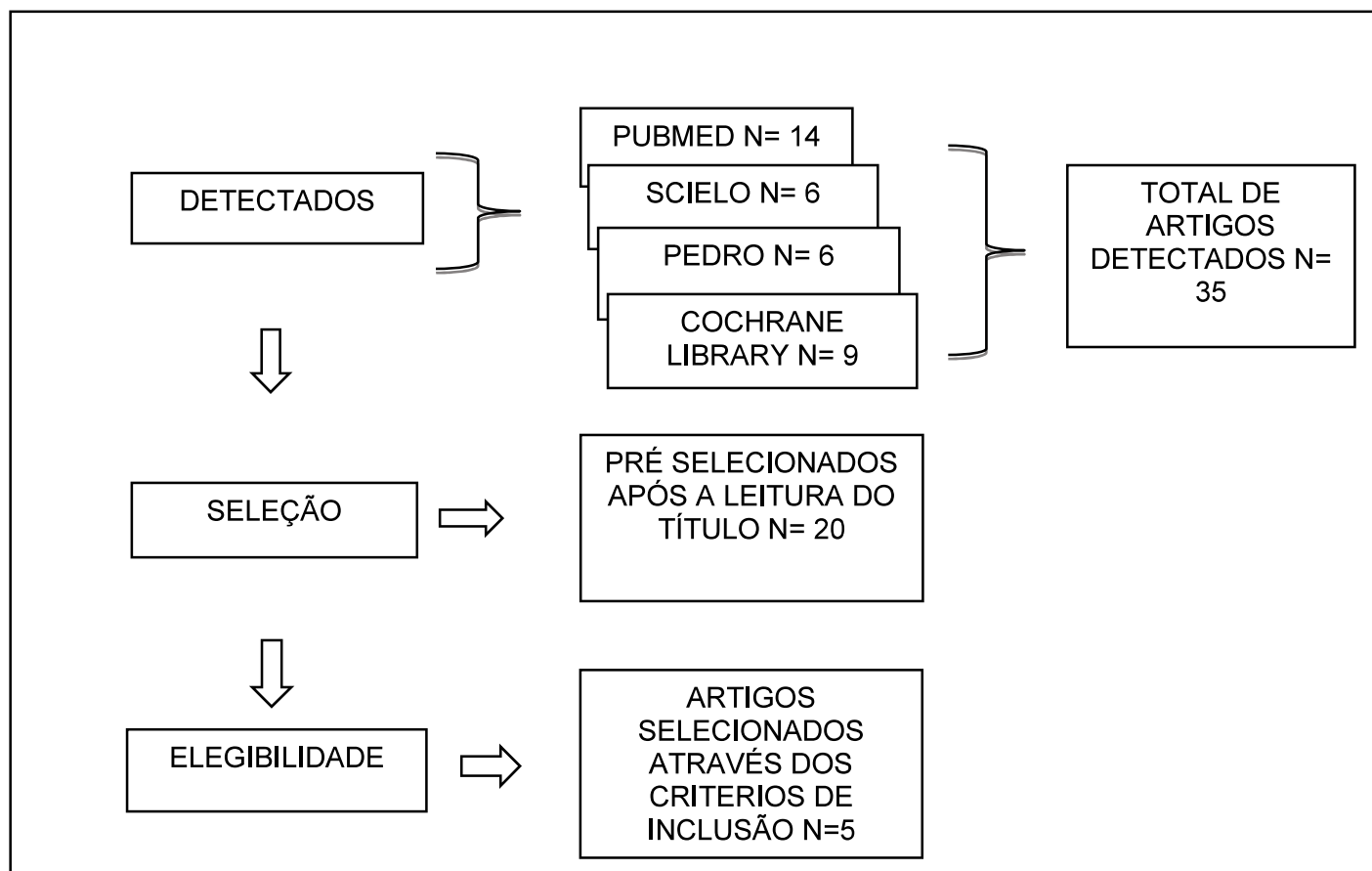
Diante disso, torna-se essencial o desenvolvimento de estudos que analisem criticamente as evidências disponíveis sobre essas intervenções. Assim, o presente estudo busca analisar as evidências acerca da utilização da Kinesio Taping no tratamento da tendinopatia do manguito rotador.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, onde foram realizadas buscas nas bases de dados PEDro (Physiotherapy Evidence Database), Pubmed, Scielo (Scientific Eletronic Library Online) e cochrane Library, utilizando a combinação dos operadores booleanos AND e OR com os seguintes termos em inglês segundo Decs (Descritores em Ciências da Saúde): Rotator Cuff Injuries, shoulder tendinopathy, rotator cuff tendinopathy subacromial pain syndrome, Exercise Therapy, Therapeutic Exercise, Rehabilitation, Physical Therapy Modalities, Bandages, Kinesiology Tape, Kinesio taping, Elastic therapeutic tape, Taping. Foram incluídos no trabalho, estudos que fossem ensaios clínicos, publicados nos últimos 10 anos, estudos que comparassem a kinesio taping isolada ou associada a outras intervenções conservadoras em pacientes com tendinopatia do ombro e que avaliassem o desfecho dor e funcionalidade nesses indivíduos. Foram excluídos estudos que abordasse população pediátrica, que estudava sobre tendinopatia em outros segmentos e estudos que não apresentavam o texto na íntegra.

Foram encontrados, ao todo cerca de 35 artigos, dos quais 20 foram pré-selecionados após a leitura do título e resumo, destes 15 estudos foram excluídos por não obedecerem aos critérios de elegibilidade estabelecidos, restando somente 5 trabalhos que realmente compuseram a atual pesquisa (Figura 1).

Os trabalhos selecionados tiveram as seguintes informações extraídas: autor, ano, população, protocolo realizado, variáveis analisadas e resultados (Tabela 1).



Fonte: próprio autor

RESULTADOS

Os estudos selecionados foram analisados e as informações extraídas expostas na tabela a seguir:

Autor/ano	População	Protocolo realizado	Variáveis analisadas	Resultados
Martins et al, (2020)	60 indivíduos de ambos os sexos na faixa etária entre 18 e 60 anos.	Participantes foram divididos em três grupos com (n= 20 cada): GE: exercícios terapêuticos isolados. GTC: Kinesio Taping. GBTC: Exercícios + Kinesio Taping. O protocolo: quatro semanas com	Dor, mobilidade, força muscular e funcionalidade.	Todos os grupos apresentaram melhora nas variáveis analisadas com destaque para o grupo (GBTC) que realizou exercícios mais

		duas a três sessões semanais		kinesio tape
De oliveira et al, (2021)	52 indivíduos de ambos os sexos entre 18 e 65 anos.	Os participantes foram divididos em dois grupos com (n=26 cada): GKT: Kinesio Taping isolada. GTE: programa de exercícios. O protocolo: seis semanas com uma a duas sessões.	Intensidade da dor, amplitude de movimento, funcionalidade e qualidade de vida.	A adição da KT não levou a resultados superiores em comparação com o tratamento baseado apenas em exercícios, a médio e longo prazo nesses indivíduos.
Miccinilli et al (2018)	40 indivíduos Ambos os sexos com idade máxima de 56 anos.	Os participantes foram divididos em dois grupos com (n=20 cada): GR1: Kinesio Taping tripla+ exercícios reabilitação. GR2: Kinesio Taping placebo + exercícios de reabilitação. O protocolo durou quatro semanas com três sessões semanais.	Dor, função e força muscular.	A aplicação de Kinesio Taping combinada com programa de exercícios terapêuticos convencional pode facilitar a redução da dor, aumento de força e função.
Durgut, E et al (2024)	52 indivíduos de ambos os sexos na faixa etária entre 18 a 65 anos.	Os participantes foram divididos em dois grupos com (n=26 cada): GKT: kinesio Taping+ programa exercícios. GCT: de terapia com programa exercícios. O protocolo teve duração de três dias	A intensidade da dor, força muscular, funcionalidade e amplitude de movimento.	Ambos os grupos tiveram melhora na dor em repouso e noturna, mas o grupo GKT foi mais eficaz na melhora da dor, função, amplitude de movimento e força preensão curto prazo.
Salman, et al (2023)	40 indivíduos de ambos os sexos na faixa etária	Os participantes foram divididos em dois grupos: GA: Taping (n:	Intensidade da dor, qualidade de vida e incapacidade	O estudo demonstrou que tanto a Kinesio

	entre 25 e 50 anos.	20 Kinesio + terapias complementares). GB: agulhamento em seco+ tratamento complementares.	musculoesquelética.	taping quanto o dry needling melhoram significativamente a qualidade de vida, no entanto a Kinesio Taping mostrou ser superior na redução da dor.
--	---------------------	--	---------------------	---

Fonte: próprio autor

Na busca por evidências científicas acerca dos efeitos da técnica de Kinesio Taping na redução da dor e na melhora da funcionalidade em pacientes com tendinopatia do manguito rotador, foi realizada uma busca literária, na qual foram inicialmente identificados 35 artigos. Após a leitura do título e texto na íntegra, 5 estudos foram selecionados para compor a presente revisão.

A população total de indivíduos de todos os estudos foi de 244 pessoas, de ambos os sexos, com uma faixa etária de 18 a 65 anos. Os estudos de Durgut et al. (2024), Martins et al. (2020) e Oliveira et al. (2021), abordaram uma população com idade mínima de 18 anos, o estudo de Salman et al. (2023) elegeu uma população a partir dos 25 anos.

Em relação ao tempo de intervenção, observou-se que Durgut et al. (2024) apresentou o menor tempo de acompanhamento, com duração de 3 dias, enquanto Martins et al. (2020) e Miccinili et al. (2018) apresentaram protocolos com duração de 4 semanas. Já De oliveira et al. (2021) conduziram intervenções com duração de 6 semanas, sendo este o estudo com maior tempo de acompanhamento.

Os estudos analisados utilizaram diferentes instrumentos para avaliação dos desfechos clínicos. Martins et al. (2020) empregaram a Escala Visual Analógica (EVA) para avaliação da intensidade da dor, goniometria para mensuração da amplitude de movimento, Dinamometria para avaliação da força muscular e os questionários função e qualidade de vida (UCLA modificado) e do Índice de Dor e Incapacidade do Ombro (SPADI) para avaliar a função. O trabalho De oliveira et al. (2021) empregou a Escala Visual Analógica (EVA) para avaliação da intensidade da dor, os sintomas e as limitações funcionais foram avaliados

utilizando o questionário Disabilities of the Arm, Shoulder and Hand (DASH) (desfecho primário); o Brief Pain Inventory (BPI); e o índice Western Ontario Rotator Cuff (WORC). Durgut et al. (2024) utilizaram a Escala Visual Analógica (EVA) para mensuração da intensidade da dor, o Shoulder Pain and Disability Index (SPDI) para avaliar função, goniometria para analisar a amplitude de movimento e dinamometria para mensurar a força muscular é por fim, Salman et al. (2023) aplicaram a Escala Visual Analógica (EVA) para avaliar a intensidade da dor, utilizaram o Short Form-36 para avaliação da qualidade de vida e incapacidade funcional.

Quanto às condutas terapêuticas, os estudos de Martins et al. (2020), De Oliveira et al. (2021), Miccinili et al. (2018), compararam a aplicação da Kinesio Taping versus exercícios, Durgut et al. (2024) compararam a aplicação da Kinesio Taping versus a crioterapia e o estudo de Salman et al. (2023) analisou a kinesio Taping versus terapias complementares, comparando com o uso de agulhamento a seco também associado a outras intervenções.

DISCUSSÃO

Perante os resultados expostos nos estudos analisados, nos quais buscaram avaliar a efetividade do Kinesio Taping em indivíduos com tendinopatia do manguito rotador, observou-se que a aplicação da Kinesio Taping se mostrou eficaz na redução do quadro de dor e melhora da funcionalidade à curto prazo, quando associada a outras técnicas de tratamento, se destacando o exercício terapêutico.

Em relação ao tempo de intervenção, observou-se importante variação entre os estudos analisados, com protocolos que variaram de 3 dias, descrito por Durgut et al. (2024), até 6 semanas, como observado no estudo de De Oliveira (2021). Essa diferença no tempo de aplicação pode influenciar diretamente os desfechos clínicos, considerando que intervenções de curta duração tendem a evidenciar efeitos imediatos, possivelmente relacionados à modulação da dor por estímulos sensoriais, enquanto intervenções mais prolongadas permitem observar efeitos mais consistentes sobre a funcionalidade, incluindo melhora da amplitude de movimento e força muscular. Estudos como o de Martins et al. (2020), demonstram resultados favoráveis quanto ao uso do Kinesio Taping, evidenciando melhora da dor e da função do ombro. Entretanto nem todos os estudos apresentaram superioridade significativa dessa intervenção quando comparada a outras abordagens

terapêuticas, sugerindo que seus efeitos podem estar mais relacionados à sua utilização como recurso complementar do que como o tratamento isolado. Além disso, a diversidade metodológica entre estudos, incluindo diferenças nos protocolos de aplicação, tempo de utilização da bandagem e associação com outras terapias, limita a comparação entre os resultados e pode justificar as divergências encontradas na literatura. Dessa forma, embora o Kinesio Taping apresente benefícios clínicos relevantes, sua efetividade ainda depende de fatores como protocolo utilizado, o tempo de intervenção e a associação com outras condutas terapêuticas.

CONCLUSÃO

Apesar da limitada quantidade de estudos que abordem a comparação entre a técnica de kinesio Taping e outras modalidades em indivíduos com tendinopatia do manguito rotador, conclui-se que a aplicação da Kinesio Taping quando associada a outras modalidades terapêuticas como o exercício terapêutico, é capaz de reduzir a intensidade da dor e promover uma maior funcionalidade em curto prazo em indivíduos com tendinopatia do manguito rotador, embora não substitua intervenções consideradas essenciais como o exercício terapêutico.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARTIOLI, D. P.; BERTOLINI, G. R. F. *Kinesio taping: aplicação e seus resultados sobre a dor: revisão sistemática*. Fisioterapia e Pesquisa, v. 21, n. 1, p. 94-99, 2014. DOI: 10.1590/1809-2950/553210114. Disponível em: Revista USP - artigo original. Acesso em: 26 maio 2026.

COOK, J. L. et al. *Revisiting the continuum model of tendon pathology: what is its merit in clinical practice and research?* British Journal of Sports Medicine, v. 50, n. 19, p. 1187-1191, 2016. DOI: 10.1136/bjsports-2015-095422.

DE OLIVEIRA, Fábio Carlos Lucas et al. *Kinesiotaping for the rehabilitation of rotator cuff-related shoulder pain: a randomized clinical trial*. Sports Health, v. 13, n. 2, p. 161-172, 2021. DOI: 10.1177/1941738120944254.

DURGUT, Elif et al. *Short-Term Effects of Cold Therapy and Kinesio Taping on Pain Relief and Upper Extremity Functionality in Individuals with Rotator Cuff Tendinitis: a randomized study*. Medicina (Kaunas), v. 60, n. 8, p. 1188, 2024. DOI: 10.3390/medicina60081188.

GIANOLA, S. et al. *Kinesio taping for rotator cuff disease*. Cochrane Database of Systematic Reviews, v. 8, n. 8, p. CD012720, 2021. DOI: 10.1002/14651858.CD012720.pub2.

LIM, E. C.; TAY, M. G. *Kinesio taping in musculoskeletal pain and disability that lasts for more than 4 weeks: is it time to peel off the tape and throw it out with the sweat? A systematic review with meta-analysis focused on pain and also methods of tape application*. British Journal of Sports Medicine, v. 49, n. 24, p. 1558-1566, 2015. DOI: 10.1136/bjsports-2014-094151.

TAIK, F. Z. et al. *Effects of kinesiotaping on disability and pain in patients with rotator cuff tendinopathy: double-blind randomized clinical trial*. BMC Musculoskeletal Disorders, v. 23, n. 1, p. 90, 2022. DOI: 10.1186/s12891-022-05046-w.

MARTINS DA SILVA, L. et al. *Kinesio tape in shoulder rotator cuff tendinopathy: a randomized, blind clinical trial*. Muscles, Ligaments and Tendons Journal, v. 10, n. 3, p. 364-375, 2020. DOI: 10.32098/mltj.03.2020.03.

MICCINILLI, S. et al. *Kinesio taping and therapeutic exercise in the treatment of somatic dysfunction in the subacute phase of rotator cuff tendinopathy: a randomized controlled trial*. European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine, v. 54, n. 6, p. 823-832, 2018.

SALMAN, M. et al. *Comparison of Kinesio Tape and Dry Needling in the Management of Rotator Cuff Tendinopathy: a randomized control trial*. Journal of Disability Research, v. 2, n. 4, 2023.

URWIN, M. et al. *Estimating the burden of musculoskeletal disorders in the community: the comparative prevalence of symptoms at different anatomical sites, and the relation to social deprivation*. Annals of the Rheumatic Diseases, v. 57, n. 11, p. 649-655, 1998. DOI: 10.1136/ard.57.11.649.