

Tratamiento fisioterapéutico de la periostitis tibial.

Dependiendo del tiempo de duración de la patología en el deportista, o en el momento que el fisioterapeuta la abarque, la podemos dividir en aguda o en subaguda/inicial:

- **Patología aguda:**
 - Reposo absoluto (2 semanas mínimo).
 - Electroterapia antiálgica (Microondas, Ultrasonido, TENS): tratamiento muy corto (2-3 minutos), muy alta intensidad y pulsátiles.
 - Electroterapia antiinflamatoria (Magnetoterapia): tratamiento de más larga duración (25-30 minutos).
 - Vendaje funcional o kinesiotapping.
 - Criomasaaje puntual.

- **Patología subaguda o inicial:**
 - Reposo activo (suave y progresivo).
 - Masaje (tríceps sural y ascias).
 - Electroterapia antiálgica (Microondas, Ultrasonido, TENS): tratamiento muy corto (2-3 minutos), muy alta intensidad y pulsátiles.
 - Electroterapia antiinflamatoria (Magnetoterapia): tratamiento de más larga duración (25-30 minutos).
 - Vendaje funcional o kinesiotapping.
 - Criomasaaje puntual.
 - Fibrólisi diacutánea (ganchos).