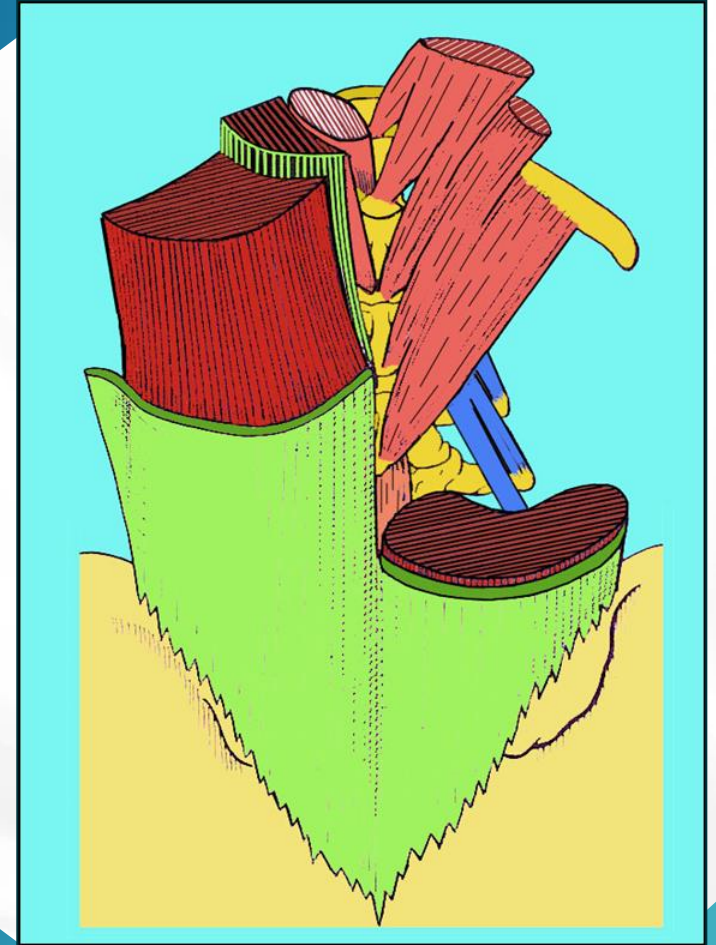


ESPINALES LUMBARES

Autor: François Ricard, D.O PhD



Escuela de
Osteopatía
de Madrid
Internacional



Grupo muscular posterior profundo

- Son los músculos del canal vertebral, los músculos espinales en contacto con el raquis. Estos músculos están inervados por la rama posterior del nervio raquídeo.



A) TRANSVERSO-ESPINOSO:

- Están dispuestos en forma de espiga.
- Su inervación individualizada forman una unidad anatomofisiológica.



- Es el músculo más extenso del raquis, ya que va de C2 al sacro, y se compone de 150 fascículos individuales.
- Es el músculo más profundo del raquis, ya que se encuentra pegado a las láminas de las vértebras.
- Existen dos disposiciones anatómicas descritas:
 - Según TROLARD: Las fibras oblicuas hacia abajo y hacia fuera, parten de la lámina de una vértebra para terminar sobre la apófisis transversa de las cuatro vértebras subyacentes.





- Según WINCKLER: Sus fibras parten de la lámina y la espinosa de cuatro vértebras suprayacentes, terminando en la apófisis transversa de la cuarta vértebra subyacente.

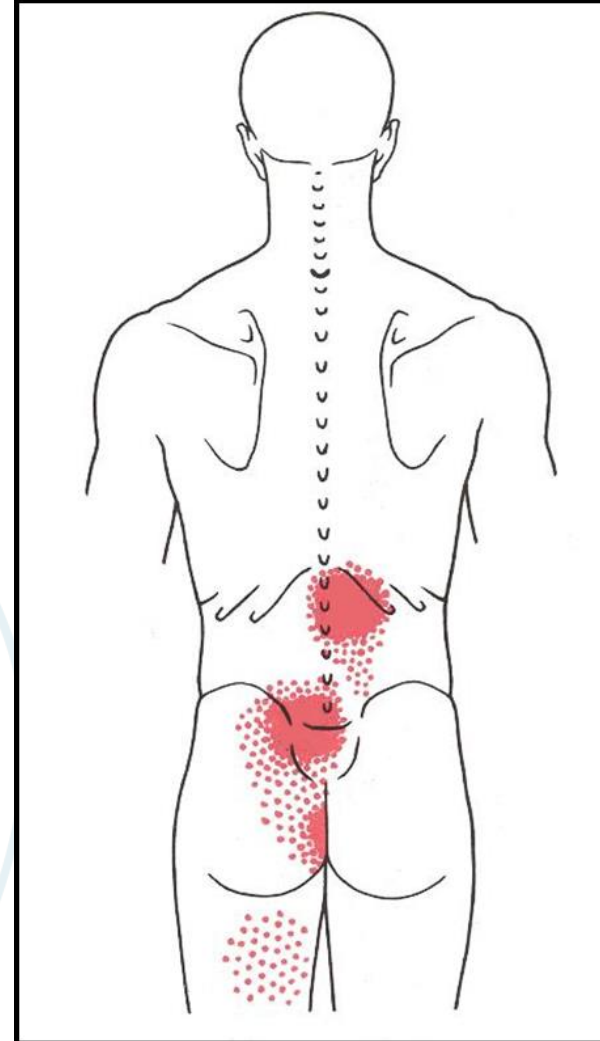
El transverso espinoso según TROLARD a la derecha, y según WINCKLER a la izquierda



Una retracción de estos músculos provocará lesiones vertebrales en extensión (E), rotación (R) y lateroflexión (S) del mismo lado, pudiendo afectar a una vértebra o a un grupo de cuatro vértebras.

El transverso espinoso según TROLARD a la derecha, y según WINCKLER a la izquierda

Dolores referidos de los músculos transversos espinosos



B) INTER-ESPINOSOS:

- Estos músculos están situados a un lado y otro de la línea media. Van de una espinosa a otra.
- La retracción de este músculo limita la flexión segmentaria de la vértebra



C) EPI-ESPINOSO:

- Está situado por detrás del transverso espinoso. Parte por debajo de las apófisis espinosas de D11-D12-L1-L2 y se inserta en las apófisis espinosas de D1-D2-D3-D4-D5-D6.

NOTA: Relación fisiológica entre la charnela dorso-lumbar y cervico-torácica.

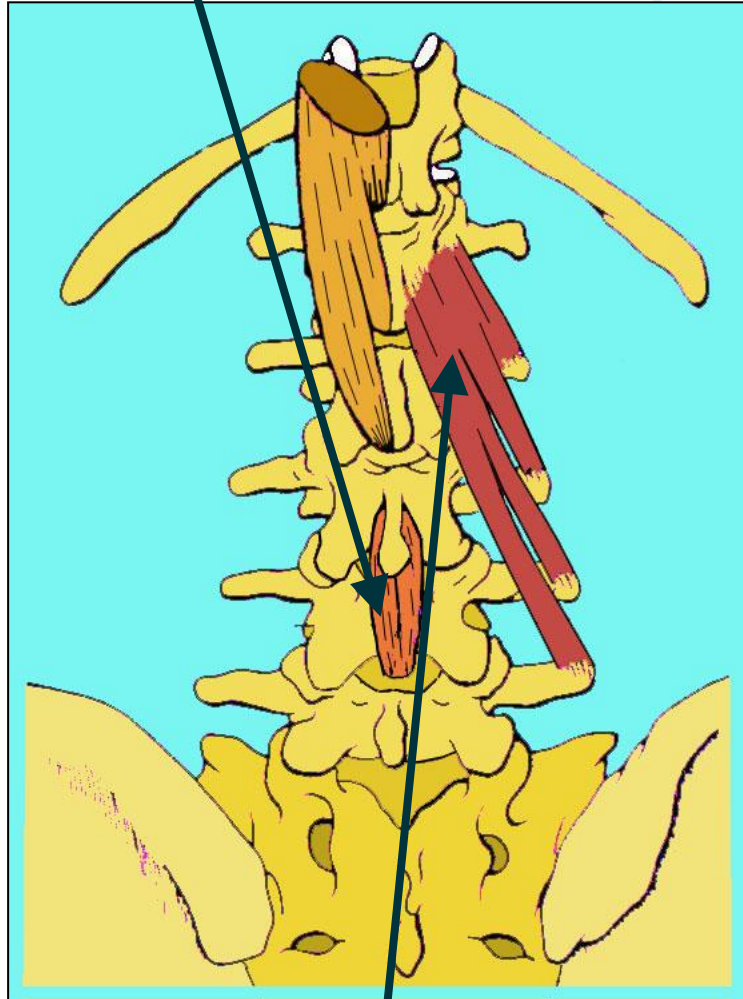


D) DORSAL LARGO:

- Parte desde la 2ª a la 12ª costilla, para terminar sobre la apófisis transversa de las vértebras dorsales y lumbares.

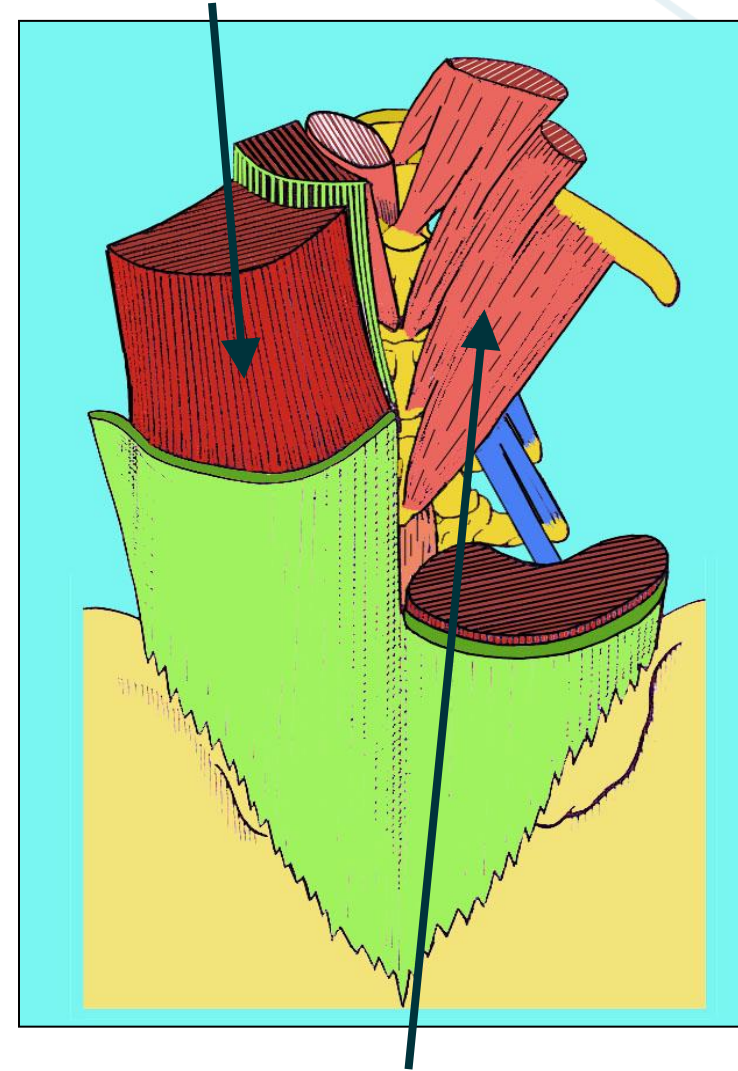


Inter-espinoso



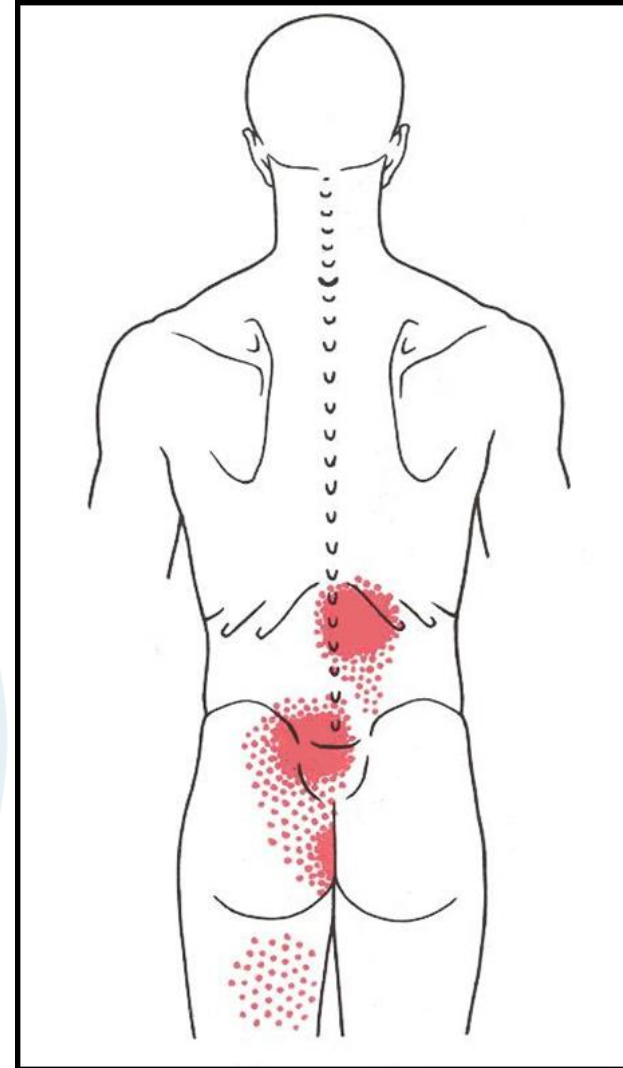
Transverso espinoso

Masa sacro lumbar



Serrato menor
posterior

Dolores referidos de los músculos iliocostales



E) SACROLUMBAR:

- Parte del ángulo posterior de las ocho últimas costillas, y se inserta sobre las apófisis transversas de las vértebras lumbares, sobre el sacro y sobre el ala ilíaca.



Actividad de los músculos en la flexión de tronco

- La flexión de tronco es un movimiento en dos partes que implican tanto a la columna como a la pelvis. En los primeros 60° la pelvis está fijada por los músculos glúteos, mientras que la región lumbar se flexiona gradualmente, acompañada por la relajación progresiva de los erectores y de los músculos superficiales de la espalda.

- En la 2º fase hay un movimiento adicional de alrededor de 25º que se obtiene por relajación de la musculatura pelvitrocantérea con respecto a los fémures.



- En la flexión completa todos los músculos están relajados y el peso del tronco es soportado por los ligamentos y por una tensión pasiva de los músculos.
- Partiendo de la posición de flexión completa , la extensión hasta la posición neutra, se lleva a cabo en orden inverso: la extensión de la pelvis es seguida por la extensión de la columna lumbar.



Repercusiones musculares de las disfunciones vertebrales lumbares

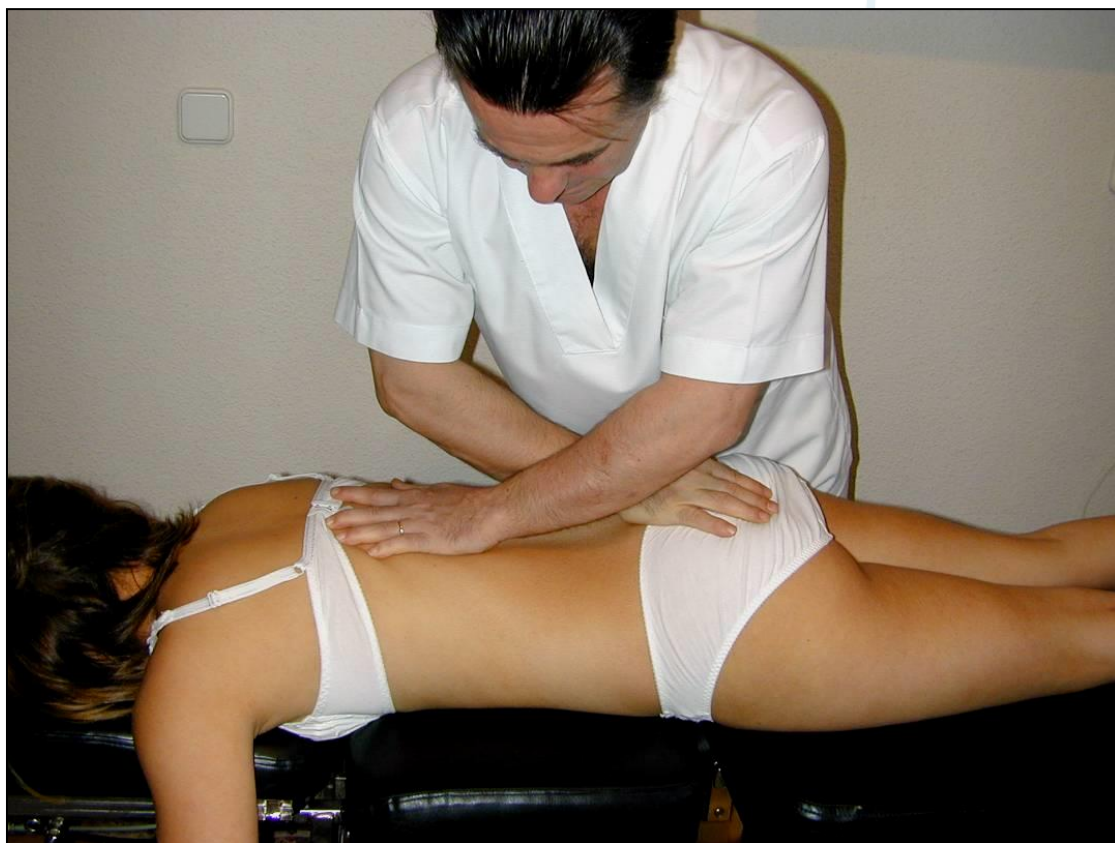
- Las lesiones vertebrales lumbares debidas al sistema muscular se acompañan de "PUNTOS GATILLO MIOFASCIALES", que pueden llegar a desarrollar un Síndrome de Dolor Miofascial.



Stretching de los espinales en flexión



Relajación miofascial de los espinales



Inhibición de los espinales lumbares



Neuromuscular espinales lumbares

