

PSOAS



Diferentes estrategias dependiendo de la edad

- NIÑOS (0 a 6 años aprox)
- NIÑOS (7 a 8 años aprox)
- ADULTOS
- ANCIANOS



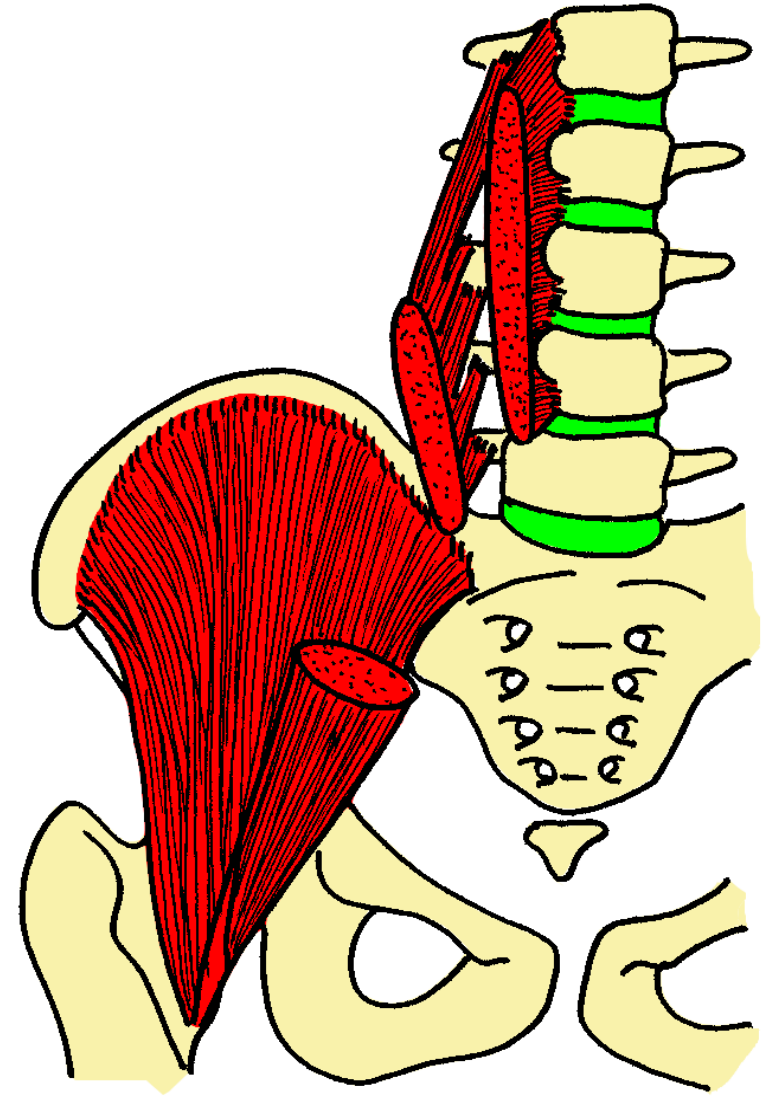
Además, debemos evaluar dónde se encuentra el **centro de masas** y las **torsiones pélvicas**

Aplicación de la fuerza

- CADENA CINÉTICA ABIERTA:
 - Si en supino realizo una flexión de cadera SIN la coactivación del suelo pélvico y del transverso del abdomen/multífidos, por la tracción craneal que genera el psoas para esta acción, provocará una compresión coxofemoral y un aumento de la lordosis.



- Si en supino realizo una flexión de cadera CON la coactivación del suelo pélvico y del transverso del abdomen/multífidos, el psoas es un flexor de cadera pero NO es lordosante



NO PODEMOS ESTABLECER UNA NORMA

- **SOMOS SISTEMAS DINÁMICOS EN CONSTANTE DESARROLLO**
- **POR TANTO**

**LA EXPLORACIÓN FÍSICA
ES LA CLAVE**

