

CREEPING FASCIAL DEL MIEMBRO INFERIOR

GLÚTEO MAYOR

Localización

- ✓ Vientre muscular del glúteo mayor, con frecuencia a la altura del 2º agujero sacro.

Síntomas

- ✓ Dificultad para seguir quedar sentado en el coche o sobre un sillón blando, dolor en apoyo monopodal.
- ✓ El dolor está localizado en la zona sacra y glútea unilateral, con posible aparición de parestesias sobre la cara anterolateral del muslo.

Test

- ✓ Paciente en decúbito prono, con flexión de rodilla a 90 grados o más (a más flexión de rodilla, menor será la extensión de cadera debido a la puesta en tensión del recto anterior hacia delante). Se toma contacto sobre la cara posterior de la extremidad inferior del muslo. Se pide una extensión de cadera con la rodilla flexionada y debería haber la misma potencia en ambos lados, de no ser así, es que existe una disfunción. Esto es muy frecuente en caso de lumbalgia.
- ✓ En supino se pide al paciente flexionar la cadera para poner en tensión el músculo: se observa una pérdida de amplitud. La pérdida de extensibilidad del glúteo mayor provoca una hiperlordosis lumbar y una restricción de la flexión de cadera.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción iliofemoral en rotación externa, ilíaco posterior.

Patología asociada

- ✓ Lumbociática, coxartrosis.

GLÚTEO MEDIO

Localización

- ✓ Por debajo del punto más alto de la cresta iliaca.

Síntomas

- ✓ Dolor durante el paso del pie, a ponerse los calcetines, dolor al dormir del lado del trocánter mayor, cojera.
- ✓ Dolor de la articulación sacroilíaca y de la parte posterolateral del muslo.

Test

- ✓ Paciente en laterocúbito, el terapeuta mantiene la pelvis y toma

contacto con la otra mano sobre la pierna en el sentido de la aducción y posición neutra sin extensión, ni flexión. Esta está colocada en abducción. La rodilla se mantiene en extensión. Se le pide al paciente levantar la pierna en dirección del techo.

- ✓ La pérdida de extensibilidad causa una abducción de cadera que, en posición de pie, se traduce en una báscula lateral de la pelvis que baja del lado de la hipoextensibilidad; se asocia a una ligera abducción y rotación interna del miembro inferior. Se debe diferenciar de una pérdida de extensibilidad del tensor de la fascia lata.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción out-flare o en rotación externa del ilíaco, disfunción iliofemoral.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis glútea, tendinitis del glúteo medio, trocanteritis, coxartrosis.

GLÚTEO MENOR

Localización

- ✓ Debajo y por detrás de la EIAS.

Síntomas

- ✓ Dolor en los movimientos de flexión con rotación de la pelvis sobre el tronco (fútbol, golf), dolor en laterocúbito sobre el lado del trocánter mayor afectado.
- ✓ Dolor en la región abdominal baja, pelviana o inguinal de un único lado.

Test

- ✓ Para valorar la extensibilidad se pide al paciente sentado llevar la rodilla al hombro contrario.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción out-flare o rotación externa del ilíaco, disfunción iliofemoral.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis glútea, tendinitis del glúteo menor, trocanteritis, coxartrosis.

PIRAMIDAL

Localización

- ✓ A medio camino entre el trocánter mayor y el hiato sacro.

Síntomas

- ✓ Dolor a ponerse los calcetines, dolor cruzando las rodillas en sedestación.
- ✓ Dolor del trocánter mayor.

Test

- ✓ Las maniobras de Beatty y de Friberg son positivas.

- ✓ Paciente en procúbito con la rodilla flexionada a 90º, deja caer su pie hacia fuera sentado al borde de la camilla, piernas flexionadas fuera de la camilla. Con una mano, el terapeuta ejerce una contrapresión sobre la cara interna del tobillo. Con la otra mano, estabiliza el sacro. Se le pide al paciente que empuje el pie hacia dentro para provocar una rotación externa del muslo.
- ✓ Para buscar el piramidal acortado se flexionan las rodillas del paciente a 90 grados y se efectúa una rotación interna de los fémures, llevando los pies hacia fuera, estando el paciente en decúbito prono del lado espasmado la rotación interna será menor.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción sacroilíaca, disfunción posterior iliofemoral, torsión sacra.

Patología asociada

- ✓ Síndrome del piramidal, ciática, sacroileítis.

TENSOR DE LA FASCIA LATA

Localización

- ✓ Debajo de la EIAS, en el vientre muscular.

Síntomas

- ✓ Dolor desencadenado por el apoyo monopodal, patologías de la coxofemoral y de la rodilla.
- ✓ El dolor está localizada en la cara anterior, externa o posterior de la cadera. Dolor de la cara externa de la rodilla.

Test

- ✓ Paciente en decúbito con la cadera en ligera flexión y rotación interna. Se le solicita al paciente que realice una contracción en el sentido de la aducción y flexión de cadera.
- ✓ Test de Ober positivo.
- ✓ Una hipoextensibilidad de esta cintilla puede ser un factor que debe tenerse en cuenta en la prueba de elevación de la pierna extendida para evaluar la extensibilidad de los isquiotibiales.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción ilíaco anterior y rotación externa, disfunción en lateralidad de la rodilla.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis de la fascia lata y de la cintilla iliotibial, síndrome del limpia-parabrisas, cadera en resorte.

PECTÍNEO

Localización

- ✓ Fascia pectínea en relación con el vértice del triángulo de Scarpa.

Síntomas

- ✓ Dolor púbico en todos los movimientos de rotación externa de cadera (hasta poner un calcetín).
- ✓ El dolor se localiza en el ligamento inguinal, en el canal femoral, o en la inserción púbica del pectíneo.

Test

- ✓ Sentado se pide cruzar el miembro inferior poniendo el tobillo sobre la rodilla contralateral.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción ilíaco posterior, disfunciones en superioridad de la rama púbica.

Patología asociada

- ✓ Pubalgia, tendinitis del pectíneo, coxartrosis.

RECTO INTERNO (gracilis)

Localización

- ✓ En el vientre del recto interno, frecuente en la unión del tercio proximal y medio del muslo.

Síntomas

- ✓ Pubalgia, dolor en apoyo monopodal, patada de lado.
- ✓ El dolor está localizado a nivel de la ingle, de la parte interna del muslo, a nivel de las inserciones musculares sobre el pubis.

Test

- ✓ Se valora la extensibilidad en la posición del test de Patrick (FABER).

Disfunciones asociadas

- ✓ Disfunción ilíaco posterior o anterior, disfunciones en superioridad o inferioridad de la rama púbica.

Patología asociada

- ✓ Pubalgia, tendinitis de los aductores, coxartrosis.

ADUCTORES MAYOR Y MEDIO

Localización

- ✓ En la masa de los aductores, en la unión del tercio proximal y medio del muslo.

Síntomas

- ✓ Pubalgia, dolor en apoyo monopodal, patada de lado.
- ✓ El dolor está localizada a nivel de la ingle, de la parte interna del muslo, en las inserciones musculares sobre el pubis.

Test

- ✓ Test de extensibilidad en abducción de cadera.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción ilíaco posterior o anterior, disfunciones en superioridad o

inferioridad de la rama pública.

Patología asociada

- ✓ Pubalgia, tendinitis de los aductores, coxartrosis.

VASTO EXTERNO

Localización

- ✓ En el vientre muscular, frecuente en la mitad del muslo.

Síntomas

- ✓ Dolor en el apoyo en extensión cuando se necesita una estabilidad lateral externa: caminar en terreno irregular, esquiar, patinar.
- ✓ El dolor se localiza en el ligamento lateral externo, en las estructuras periarticulares externas de la rodilla.

Test

- ✓ Paciente sentado, se le pide extender contra resistencia la rodilla colocada en rotación interna.
- ✓ Restricción en flexión de la rodilla pie en rotación interna.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción en lateralidad externa femorotibial, disfunción femororotuliana, disfunciones de rotación y de cajón de la tibia, disfunción ilíaco anterior.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis del tendón rotuliano o cuadricipital, síndrome rotuliano, condromalacia rotuliana.

VASTO INTERNO

Localización

- ✓ En el vientre muscular, frecuente en la mitad del muslo.

Síntomas

- ✓ Dolor en el apoyo en extensión cuando se necesita una estabilidad lateral interna: caminar en terreno irregular, esquiar, patinar.
- ✓ El dolor se localiza en el ligamento lateral interno, en las estructuras periarticulares internas de la rodilla.

Test

- ✓ Paciente sentado, se le pide extender contra resistencia la rodilla con rotación externa.
- ✓ Restricción en flexión de la rodilla pie en rotación externa.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción en lateralidad interna femorotibial, disfunción femororotuliana, disfunciones de rotación y de cajón de la tibia.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis del tendón rotuliano o cuadricipital, síndrome rotuliano, condromalacia rotuliana.

RECTO ANTERIOR

Localización

- ✓ En el vientre muscular, frecuente en la mitad del muslo.

Síntomas

- ✓ Dolor al subir las escaleras, dolor en sedestación.
- ✓ El dolor se localiza a nivel del tendón rotuliano de la rodilla y de la cápsula articular anterior, zona rotuliana o por debajo.

Test

- ✓ Paciente sentado, se le pide extender contra resistencia la rodilla sin ninguna rotación.
- ✓ Paciente en decúbito supino, se flexionan pasivamente las 2 rodillas y se mide la distancia talón-glúteo.
- ✓ Test de Ely positivos.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción femororotuliana, disfunciones de rotación y de cajón de la tibia, disfunción ilíaco anterior.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis del tendón rotuliano o cuadricipital, síndrome rotuliano, condromalacia rotuliana.

SARTORIO

Localización

- ✓ En las fibras del sartorio, frecuentemente en relación con el vasto medial y con la membrana vasto-aductora.

Síntomas

- ✓ Dolor en los movimientos de flexión-extensión a nivel de la parte interna de la rodilla en las estructuras blandas periarticulares internas (ligamento lateral interno, alerón menisco-rotuliano interno).
- ✓ Se pide al paciente ponerse en cuclillas: el dolor aparece en la interlínea articular interna. El déficit se manifiesta también por la incapacidad de doblar completamente la rodilla.

Test

- ✓ En supino se lleva el pie a la cresta tibial contralateral y se solicita al paciente que arrastre el mismo hacia la rodilla.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción antero-interna del ilíaco, disfunción en lateralidad interna de la rodilla.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis de la pata de ganso.

BÍCEPS FEMORAL

Localización

- ✓ En la mitad del muslo, sobre las fibras de la porción larga del bíceps.
- ✓ En el tercio distal del muslo, en relación con la porción corta del bíceps y el tabique intermuscular externo.

Síntomas

- ✓ Dolor que aparece al andar o corriendo en el momento en que la pierna “vuelve”, en extensión o hiperextensión de la rodilla.
- ✓ El dolor se localiza a nivel del hueco poplíteo y de los tendones circundantes (sobre todo del bíceps) o del isquion.
- ✓ Dolor cuando se pide al paciente en bipedestación, que flexione la rodilla y luego que realice de manera brusca una hiperextensión.
- ✓ Dolor de la parte externa de la rodilla en flexión máxima o llevándola en extensión (porción corta).

Test

- ✓ Paciente en procúbito, con la rodilla en rotación interna se le pide acercar el talón de la nalga.
- ✓ Test de extensibilidad levantando el miembro inferior en extensión de rodilla.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción posterior o anterior del ilíaco, disfunción posterior de la cabeza del peroné.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis isquiática, ciática.

SEMIMEMBRANOSO Y SEMITENDINOSO

Localización

- ✓ En la unión de semimembranoso y semitendinoso, en la mitad del muslo.

Síntomas

- ✓ Dolor postero-interno del muslo que aparece al andar o corriendo.
- ✓ El dolor se localiza en la parte postero-interna del muslo o del isquion.
- ✓ Dolor en flexión de la rodilla en rotación interna.
- ✓ Dolor cuando se pide al paciente en bipedestación, que flexione la rodilla y luego que realice de manera brusca una hiperextensión.

Test

- ✓ Paciente en procúbito, se le pide acercar el talón de la nalga con la rodilla en rotación externa.
- ✓ En el test de elevación de la pierna extendida se observa una limitación de la extensión de la rodilla cadera flexionada, o limitación de la flexión de la cadera rodilla en extensión. Una hipoextensión de los

isquiotibiales no provoca una báscula posterior de pelvis, pero está frecuentemente asociada a una disminución de la lordosis lumbar fisiológica.

- ✓ NOTA: se debe también hacer el test de extensibilidad en abducción para verificar la relación mioaponeurotica con los aductores de cadera que se debe tratar.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción posterior o anterior del ilíaco, disfunción en lateralidad de la rodilla.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis de la pata de ganso, tendinitis isquiática.

TIBIAL ANTERIOR Y EXTENSOR LARGO DEL DEDO GORDO

Localización

- ✓ Vientre muscular de tibial anterior y extensor largo del primer dedo.

Síntomas

- ✓ Crepitaciones a la palpación del tendón y dolor a la dorsiflexión del tobillo, cojea en el apoyo del talón o caminando rápidamente (contracción isotónica excéntrica del tibial anterior).
- ✓ Dolor de la cara anterior de la pierna y tobillo, localizado a nivel de la vaina y de la polea osteo-fibrosa del tibial anterior y de los extensores de los dedos de los pies.
- ✓ Dolor anterior cuando el paciente camina sobre los talones.

Test

- ✓ Paciente en decúbito, se pide una flexión dorsal, supinación y aducción del pie.
- ✓ Déficit de flexión plantar del tobillo.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción en superioridad de la 1ª cuña y del primer metatarsiano.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis del tibial anterior.

EXTENSOR COMÚN DE LOS DEDOS DEL PIE

Localización

- ✓ En el vientre muscular, por delante del peroné, en la mitad de la pierna.

Síntomas

- ✓ Dolores en el andar en terrenos irregulares, en los desplazamientos laterales, patada con la parte externa del pie.
- ✓ Dolor de la cara anteroexterna del tobillo: zona de la cápsula y de los ligamentos.

Test

- ✓ Extensión de los dedos del pie.
- ✓ Restricción en la flexión plantar de los dedos.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunciones de las metatarsofalángicas.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis del extensor común, dedos en garra, pie cavo.

PERONEOS

Localización

- ✓ En el vientre muscular del peroneo lateral corto y largo.
- ✓ Alrededor de la base del quinto metatarsiano.

Síntomas

- ✓ Dolor postero-externo de la tibiotalar, de la cápsula articular y de las vainas sinoviales de los peroneos que aparece corriendo o al andar (después de un esguince), que puede irradiar a lo largo de los peroneos.
- ✓ Inestabilidad del tobillo, edema periarticular.
- ✓ Dolor al caminar sobre el borde externo del pie.
- ✓ Dolor en relación a la metatarsofalángica del quinto dedo, callosidades a menudo.

Test

- ✓ Paciente en decúbito, se pide una flexión y eversión del pie contra resistencia.
- ✓ Para el peroneo lateral corto: pronación y abducción del pie.
- ✓ Para el peroneo lateral largo: supinación, abducción y flexión dorsal del pie.
- ✓ Test de extensibilidad: restricción elástica en inversión de tobillo y pie.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción baja del cuboide, cabeza del peroné baja y anterior.

Patología asociada

- ✓ Esguince externo de la tibiotalar, luxación o tendinitis de los tendones peroneos.

GEMELO EXTERNO

Localización

- ✓ Unión musculotendinosa del gemelo externo.

Síntomas

- ✓ Calambres nocturnos en el pantorrilla, dolor en la fase de impulso del paso, dificultad para saltar.
- ✓ El dolor está localizada sobre la parte externa del tendón de Aquiles o a nivel de su inserción sobre el calcáneo.
- ✓ Dolor cuando el paciente camina de puntillas.

Test

- ✓ Paciente en procúbito, rodilla extendida se pide una flexión plantar contra resistencia o bien andar de puntillas.
- ✓ Limitación de la flexión dorsal del tobillo con rodilla extendida y limitación de la extensión de la rodilla con tobillo en flexión dorsal.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción antero-interna del astrágalo e interna del calcáneo.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis aquilea, secuela de rotura muscular.

GEMELO INTERNO Y SÓLEO

Localización

- ✓ Unión musculotendinosa del gemelo interno y del sóleo.

Síntomas

- ✓ Dolor al subir las escaleras, al andar de puntillas, dolor post-traumático, esguince en valgo.
- ✓ Dolor situado en el tendón de Aquiles, dolor del gemelo interno y de la bóveda plantar (músculo plantar).

Test

- ✓ Paciente en procúbito, rodilla extendida se pide una flexión plantar contra resistencia o bien andar de puntillas.
- ✓ Test de extensibilidad positivo rodilla extendida y rodilla flexionada.
- ✓ Retropié en varo.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción postero-externa del calcáneo.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis aquílea, secuela de rotura muscular.

TENDÓN DE AQUILES

Localización

- ✓ Parte interna o externa del tendón.

Síntomas

- ✓ Dolor del tendón de Aquiles al subir las escaleras, al andar de puntillas, dolor al andar sobre los talones.
- ✓ Retropié en varo o en valgo.

Test

- ✓ Test de extensibilidad positivo rodilla extendida y flexionada.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción postero-externa o interna del calcáneo.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis aquílea.

TIBIAL POSTERIOR

Localización

- ✓ En el tibial posterior detrás del borde medial de la tibia.

Síntomas

- ✓ Dolor de la parte interna del tobillo y de la bóveda plantar al apoyo, en la supinación del pie.
- ✓ Dolor al caminar sobre el borde interno del pie.

Test

- ✓ Pie varo equino en descarga, supinación del retropié y varo del antepié en carga.
- ✓ Restricción en eversión del pie.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción en rotación interna del escafoides.

Patología asociada

- ✓ Síndrome del canal tarsiano, pie plano, pie cavo, tendinitis del tibial posterior.

EXTENSOR CORTO DE LOS DEDOS DEL PIE (PEDIO)

Localización

- ✓ En el origen del músculo, en la zona anterior y superior del calcáneo.

Síntomas

- ✓ Dolor del dorso del pie, dedos del pie en martillo y dolor debajo de las cabezas de los metatarsianos.
- ✓ Dolor situado a la parte anterolateral del pie y en las articulaciones interfalángicas.

Test

- ✓ Restricción elástica de flexión plantar de los dedos del pie y de inversión del pie.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunciones bajas de los metatarsianos y altas de los cuneiformes, disfunción de los dedos del pie.

Patología asociada

- ✓ Garra de los dedos del pie.

EXTENSOR CORTO DEL DEDO GORDO

Localización

- ✓ Primer espacio intermetatarsiano, entre los tendones del extensor largo de los dedos del pie y del extensor largo del dedo gordo.

Síntomas

- ✓ Dolor del dedo gordo en la fase de comienzo del andar o de impulso del

paso (el dedo gordo está forzado en flexión dorsal).

- ✓ El dolor está localizado sobre el dorso del pie y a nivel del dedo gordo.

Test

- ✓ Se pide una dorsiflexión activa del dedo gordo (se comprueba la aparición de un dolor o de un déficit de fuerza).
- ✓ Restricción elástica en la flexión plantar del dedo gordo

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunciones bajas de los metatarsianos y altas de los cuneiformes, disfunción de los dedos del pie.

Patología asociada

- ✓ Tendinitis del extensor corto del dedo gordo, hallux rigidus, hallux valgus.

INTERÓSEOS DORSALES

Localización

- ✓ En la fascia dorsal del pie, en los 2º, 3º o 4º espacios interóseos.

Síntomas

- ✓ Sensación que el zapato aprieta demasiado el pie y los dedos del pie.
- ✓ El dolor está localizado en la porción supero-externa del pie, irradia a los dedos del pie.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunciones bajas de los metatarsianos y altas de los cuneiformes, disfunciones de los dedos del pie.

Patología asociada

- ✓ Metatarsalgias.

ABDUCTOR DEL DEDO GORDO

Localización

- ✓ Medial al primer metatarsiano, en el abductor del dedo gordo.

Síntomas

- ✓ Dolor, rigidez apoyando el dedo gordo sobre el suelo, tumefacción.
- ✓ Dolor interno de la metatarsofalángica del dedo gordo.

Test

- ✓ Se pide una inversión del pie con flexión y abducción de los dedos del pie y se valora la extensibilidad.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunción del primer rayo.

Patología asociada

- ✓ Pie plano, pie cavo.

FLEXOR LARGO DEL DEDO GORDO

Localización

- ✓ En el músculo y el tendón del largo flexor del dedo gordo en la corredura retromaleolar y en la corredura subtalámica del calcáneo.

Síntomas

- ✓ Dolor de la cabeza del primer metatarsiano, de la zona de los sesamoideos en el andar de puntillas o dolor durante la fase de impulso del paso.

Test

- ✓ Restricción en la extensión del dedo gordo con el tobillo y el pie en flexión dorsal.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunciones del primer rayo del pie y disfunción interna de la subastragalina.

Patología asociada

- ✓ Hallux rigidus funcional.

FLEXOR CORTO DEL DEDO GORDO

Localización

- ✓ En la fascia plantar, abajo y por detrás del escafoides.

Síntomas

- ✓ Dolor al andar de puntillas o dolor en la fase de impulso del paso.
- ✓ Dolor de la cabeza del primer metatarsiano, de la primera metatarsofalángica.

Test

- ✓ Restricción en flexión dorsal de los dedos del pie asociado a una aducción.

Patología asociada

- ✓ Disfunciones del primer rayo del pie, pie cavo.

ADUCTOR DEL DEDO GORDO

Localización

- ✓ En el vientre muscular.

Síntomas

- ✓ Dolor de la cabeza del primer metatarsiano y de la metatarsofalángica del dedo gordo en el andar de puntillas o en la fase de impulso del paso.

Test

- ✓ Restricción en la abducción del dedo gordo.

Patología asociada

- ✓ Hallux valgus.

FASCIA PLANTAR Y CUADRADO PLANTAR

Localización

- ✓ En la fascia plantar y en el músculo cuadrado carnososo de Silvio.

Síntomas

- ✓ Dolor de la planta del pie en el andar, pérdida del resorte del pie.
- ✓ Dolor de la zona de inserción calcánea del fascia plantar y del cuadrado carnososo de Silvio.

Test

- ✓ Limitación de la extensión de los dedos del pie, 2º falanges en flexión y tendencia al pie cavo en caso de déficit del tríceps sural.
- ✓ Test de fascitis plantar positivo.

Disfunciones somáticas asociadas

- ✓ Disfunciones clásicas del pie plano (valgo de calcáneo, astrágalo antero-interno, pareja escafoides-cuboides baja, etc.).

Patología asociada

- ✓ Pie plano valgo, fascitis plantar, espolón calcáneo.