

Acción del PSOAS

El psoas es el único músculo, que por sus inserciones sobre las apófisis costiformes lumbares sería capaz, anatómicamente, de actuar sobre la rotación lumbar.

Es difícil de determinar en qué medida esta acción se manifiesta en la práctica. Se podría tratar, sin embargo, de examinar la aplicación de movimientos abdominales asimétricos haciendo intervenir la acción unilateral del psoas.



Sería necesario entonces, para una escoliosis con convexidad y gibosidad lumbar izquierda, por ejemplo, ejecutar movimientos de la pierna derecha a ras de suelo, estando la izquierda en apoyo.

From:

<https://euloxio.myds.me/dokuwiki/> - **Euloxio wiki**

Permanent link:

<https://euloxio.myds.me/dokuwiki/doku.php/doc:edu:deporte:columna:psoas>

Last update: **2021/12/25 03:00**

