

Índice

1 Teoría	1		
1.1 Funciones de la musculatura esquelética	2		
1.2 Clasificación de la musculatura esquelética: el sistema miofascial	3		
1.3 Características individuales de los sistemas musculares	6		
1.4 Relevancia clínica	7		
2 Extremidad superior	9		
2.1 Musculatura de la cintura escapular	9		
<i>M. trapecio, porción ascendente</i>	10		
<i>M. trapecio, porción transversa</i>	12		
<i>M. trapecio, porción descendente</i>	14		
<i>M. elevador de la escápula</i>	16		
<i>M. romboides mayor</i>	18		
<i>M. romboides menor</i>	20		
<i>M. serrato anterior</i>	22		
<i>M. pectoral menor</i>	24		
<i>M. subclavio</i>	26		
Pruebas de estiramiento	27		
2.2 Musculatura del hombro	29		
<i>M. deltoides, porción clavicular</i>	30		
<i>M. deltoides, porción espinal</i>	32		
<i>M. deltoides, porción acromial</i>	34		
<i>M. supraespinoso</i>	36		
<i>M. infraespinoso</i>	38		
<i>M. redondo menor</i>	40		
<i>M. subescapular</i>	42		
<i>M. dorsal ancho</i>	44		
<i>M. redondo mayor</i>	46		
<i>M. pectoral mayor, porción abdominal</i>	48		
<i>M. pectoral mayor, porción esternocostal</i>	50		
<i>M. pectoral mayor, porción clavicular</i>	52		
<i>M. coracobraquial</i>	54		
Pruebas de estiramiento	56		
2.3 Musculatura del codo	57		
<i>M. biceps braquial</i>	58		
<i>M. braquial</i>	60		
<i>M. braquiorradial</i>	62		
<i>M. tríceps braquial</i>	64		
<i>M. ancóneo</i>	66		
<i>M. supinador</i>	68		
<i>M. pronador redondo</i>	70		
<i>M. pronador cuadrado</i>	72		
Pruebas de estiramiento	74		
2.4 Musculatura de la muñeca	75		
<i>M. extensor radial largo del carpo</i>	76		
<i>M. extensor radial corto del carpo</i>	78		
<i>M. extensor cubital del carpo</i>	80		
<i>M. flexor radial del carpo</i>	82		
<i>M. palmar largo</i>	84		
<i>M. flexor cubital del carpo</i>	86		
Pruebas de estiramiento	88		
2.5 Musculatura de los dedos	89		
<i>M. extensor de los dedos</i>	90		
		<i>M. extensor del dedo índice</i>	92
		<i>M. extensor del dedo meñique</i>	94
		<i>M. extensor corto del pulgar</i>	96
		<i>M. extensor largo del pulgar</i>	98
		<i>Mm. lumbricales de la mano</i>	100
		<i>M. flexor superficial de los dedos</i>	102
		<i>M. flexor profundo de los dedos</i>	104
		<i>M. flexor corto del dedo meñique</i>	106
		<i>M. flexor corto del pulgar</i>	108
		<i>M. flexor largo del pulgar</i>	110
		<i>M. abductor largo del pulgar</i>	112
		<i>M. abductor corto del pulgar</i>	114
		<i>M. abductor del dedo meñique</i>	116
		<i>Mm. interóseos dorsales de la mano 1 a 4</i>	118
		<i>Mm. interóseos palmares</i>	120
		<i>M. aductor del pulgar</i>	122
		<i>M. oponente del pulgar</i>	124
		<i>M. oponente del dedo meñique</i>	126
		<i>M. palmar corto</i>	128
		Pruebas de estiramiento	130
		Cuadro de nervios	131
		3 Extremidad inferior	133
		3.1 Musculatura de la cadera	133
		<i>M. glúteo mayor</i>	134
		<i>M. iliopsoas</i>	136
		<i>M. sartorio</i>	138
		<i>M. glúteo medio</i>	140
		<i>M. glúteo menor</i>	142
		<i>M. tensor de la fascia lata</i>	144
		<i>M. pectíneo</i>	146
		<i>M. aductor largo</i>	148
		<i>M. aductor corto</i>	150
		<i>M. grácil</i>	152
		<i>M. aductor mayor</i>	154
		<i>M. piriforme</i>	156
		<i>M. gemelo superior</i>	157
		<i>M. obturador interno</i>	158
		<i>M. gemelo inferior</i>	159
		<i>M. obturador externo</i>	160
		<i>M. cuadrado femoral</i>	161
		Pruebas de estiramiento	164
		3.2 Musculatura de la rodilla	165
		<i>M. cuádriceps femoral</i>	166
		<i>M. recto femoral</i>	168
		<i>M. vasto medial</i>	170
		<i>M. vasto intermedio</i>	172
		<i>M. vasto lateral</i>	174
		<i>M. biceps femoral</i>	176
		<i>M. semimembranoso</i>	178
		<i>M. semitendinoso</i>	180
		<i>M. popliteo</i>	182
		Pruebas de estiramiento	184
		3.3 Musculatura del pie	185
		<i>M. gastrocnemio</i>	186
		<i>M. plantar</i>	188

	<i>M. sóleo</i>	190		<i>M. oblicuo inferior de la cabeza</i>	272
	<i>M. tibial posterior</i>	192		Pruebas de estiramiento	274
	<i>M. tibial anterior</i>	194	4.4	Musculatura ventral abdominal	275
	<i>M. peroneo largo</i>	196		<i>M. recto del abdomen</i>	276
	<i>M. peroneo corto</i>	198		<i>M. oblicuo externo del abdomen</i>	278
	<i>M. tercer peroneo</i>	200		<i>M. oblicuo interno del abdomen</i>	280
	Pruebas de estiramiento	201		<i>M. cremáster</i>	282
3.4	Musculatura de los dedos del pie	203		<i>M. transverso del abdomen</i>	283
	<i>M. extensor corto del dedo gordo</i>	204		<i>M. cuadrado lumbar</i>	284
	<i>M. extensor largo del dedo gordo</i>	206		Pruebas de estiramiento	286
	<i>M. extensor corto de los dedos</i>	208	4.5	Musculatura ventral torácica	287
	<i>M. extensor largo de los dedos</i>	210		<i>Mm. intercostales externos</i>	288
	<i>M. flexor corto del dedo gordo</i>	212		<i>M. serrato posterior superior</i>	290
	<i>M. flexor largo del dedo gordo</i>	214		<i>Mm. intercostales internos</i>	292
	<i>M. flexor corto de los dedos</i>	216		<i>M. serrato posterior inferior</i>	294
	<i>M. flexor largo de los dedos</i>	218		<i>Diafragma</i>	296
	<i>M. cuadrado plantar</i>	220	4.6	Musculatura del suelo pelviano	297
	<i>M. flexor corto del dedo pequeño</i>			<i>M. elevador del ano</i>	298
	(<i>V dedo</i>)	222		<i>M. pubococcígeo</i>	299
	<i>Mm. interóseos dorsales del pie 1 a 4</i>	224		<i>M. pubovaginal</i>	299
	<i>M. abductor del dedo gordo</i>	226		<i>M. puboprostático</i>	299
	<i>M. abductor del dedo pequeño</i>			<i>M. puborrectal</i>	300
	(<i>V dedo</i>)	228		<i>M. iliococcígeo</i>	301
	<i>M. aductor del dedo gordo pequeño</i>			<i>M. isquiococcígeo</i>	302
	(<i>V dedo</i>)	230		<i>M. esfínter externo del ano</i>	303
	<i>Mm. interóseos plantares 1 a 3</i>	232		<i>M. transverso profundo del periné</i>	304
	<i>Mm. lumbricales del pie 1 a 4</i>	234		<i>M. transverso superficial del periné</i>	305
	Pruebas de estiramiento	235		<i>M. isquiocavernoso</i>	306
	Cuadro de nervios	236		<i>M. bulboesponjoso</i>	307
				Cuadro de nervios	308
4.	Tronco	239	5.	Cuello	309
4.1	Musculatura propia de la región lumbar	239	5.1	Musculatura ventral	309
	<i>M. iliocostal lumbar</i>	240		<i>M. esternocleidomastoideo</i>	310
	<i>Mm. intertransversos lumbares laterales</i>	241		<i>M. largo de la cabeza</i>	312
	<i>Mm. intertransversos lumbares mediales</i>	242		<i>M. recto anterior de la cabeza</i>	313
	<i>Mm. rotadores lumbares cortos y largos</i>	243		<i>M. largo del cuello</i>	314
	<i>M. multifido lumbar</i>	244		<i>M. escaleno anterior</i>	316
	Pruebas de estiramiento	246		<i>M. escaleno medio</i>	317
4.2	Musculatura propia de la región torácica	247		<i>M. escaleno posterior</i>	318
	<i>M. iliocostal torácico</i>	248		<i>M. esternohioideo</i>	320
	<i>M. longísimo torácico</i>	249		<i>M. omohioideo</i>	321
	<i>M. espinoso torácico</i>	250		<i>M. esternotiroideo</i>	322
	<i>Mm. rotadores torácicos cortos y largos</i>	251		<i>M. tirohioideo</i>	323
	<i>M. multifido torácico</i>	252		<i>M. digástrico</i>	326
	<i>M. semiespinoso torácico</i>	253		<i>M. estilohioideo</i>	327
4.3	Musculatura propia de la región cervical	257		<i>M. milohioideo</i>	328
	<i>M. iliocostal cervical</i>	258		<i>M. geniohioideo</i>	329
	<i>M. longísimo de la cabeza</i>	259		Pruebas de estiramiento	332
	<i>M. longísimo cervical</i>	260		Cuadro de nervios	333
	<i>M. esplenio del cuello</i>	261	6.	Cabeza	335
	<i>M. esplenio de la cabeza</i>	262	6.1	Musculatura de la mímica	335
	<i>M. espinoso del cuello</i>	263		<i>M. epicráneo</i>	336
	<i>M. espinoso de la cabeza</i>	264		<i>M. corrugador de la ceja</i>	338
	<i>Mm. rotadores cervicales cortos y largos</i>	265		<i>M. procerio</i>	340
	<i>M. multifido cervical</i>	266		<i>M. orbicular del ojo</i>	342
	<i>M. semiespinoso del cuello</i>	267		<i>M. nasal</i>	346
	<i>M. semiespinoso de la cabeza</i>	268		<i>M. elevador del labio superior y del ala de la nariz</i>	348
	<i>M. recto posterior mayor de la cabeza</i>	269			
	<i>M. recto posterior menor de la cabeza</i>	270			
	<i>M. oblicuo superior de la cabeza</i>	271			

<i>M. elevador del labio superior</i>	350
<i>M. cigomático mayor</i>	352
<i>M. cigomático menor</i>	353
<i>M. risorio</i>	356
<i>M. elevador del ángulo de la boca</i>	358
<i>M. buccinador</i>	360
<i>M. orbicular de la boca</i>	362
<i>M. depresor del ángulo de la boca</i>	364
<i>M. depresor del labio inferior</i>	366
<i>Platisma</i>	368
6.2 Musculatura de la masticación	371
<i>M. temporal</i>	372
<i>M. masetero</i>	374
<i>M. pterigideo medial</i>	376
<i>M. pterigideo lateral</i>	378
Pruebas de estiramiento	380
6.3 Musculatura de la lengua	381
Músculos internos de la lengua	382
Músculos externos de la lengua	384
6.4 Musculatura de los ojos	387
<i>M. recto superior</i>	388
<i>M. recto inferior</i>	390
<i>M. oblicuo superior</i>	392
<i>M. oblicuo inferior</i>	394
<i>M. recto medial</i>	396
<i>M. recto lateral</i>	398
Cuadro de nervios	400
Apéndice	401
Zonas segmentarias: representación ventral	402
Zonas segmentarias: representación dorsal	403
Clasificación de los músculos según su inervación y el nivel de inervación	404
Músculos principales para cada uno de los movimientos	411
Clasificación de los músculos sobre la base del sistema miofascial	414
Bibliografía	417
Índice analítico	419

Abreviaturas y símbolos

En esta obra se han utilizado las abreviaturas y símbolos siguientes:


Articulaciones

IFD	Articulación interfalángica distal
IFP	Articulación interfalángica proximal
MCF	Articulación metacarpofalángica
CMC	Articulación carpo metacarpiana
MTF	Articulación metatarsofalángica

Segmentos de la columna vertebral

C	Designación de las vértebras cervicales
T	Designación de las vértebras torácicas
L	Designación de las vértebras lumbares
S	Designación de los segmentos de la región sacra

Otros

M.	Músculo
Mm.	Músculos
N.	Nervio
Nn.	Nervios
●	Los puntos designan zonas en las que se puede palpar la contracción del músculo pertinente.
●	Color para el origen del músculo.
●	Color para la inserción muscular.
→	Las flechas aclaran la delimitación de las estructuras descritas en el texto.
	Aparecen sombreadas las superficies que no son palpables o que no están localizadas en el plano considerado.
