

sofmmoo.com

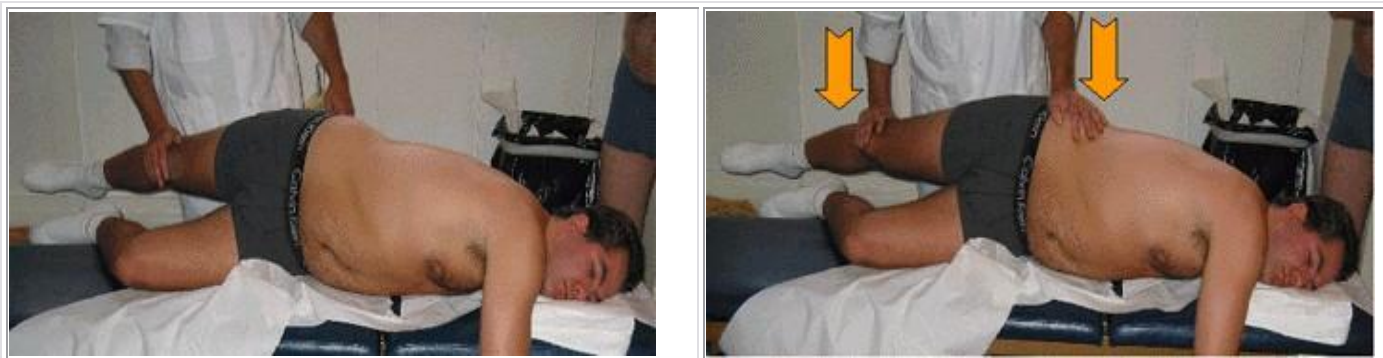
(Traducción F. Colell GBMOIM)

Trabajos prácticos

DIU

Medicina Manual Osteopática

Estiramientos de Glúteo Menor y Tensor de Fascia Lata



● **Glúteo Menor:** Paciente en decúbito lateral la pelvis en el borde de la camilla, la pierna inferior doblada. El médico detrás de él. Presa de la pierna homolateral (la del estiramiento) por la rodilla, colocación de ésta por encima de la pierna doblada. La posición debe ser estable por sí misma. Estiramiento hacia abajo con contra-apoyo sobre el ala ilíaca. En caso de gonalgia, la presa se hace por encima de la rodilla.



Es posible aumentar la potencia de la puesta en tensión colocando la pierna del examinador sobre la del paciente. El contra-apoyo debe ser más vigoroso.



● **Tensor de la Fascia Lata:** Estiramiento en el final de la camilla, paciente en decúbito lateral con la pierna inferior doblada, la pierna superior en el eje de estiramiento hacia abajo con apoyo en la rodilla.