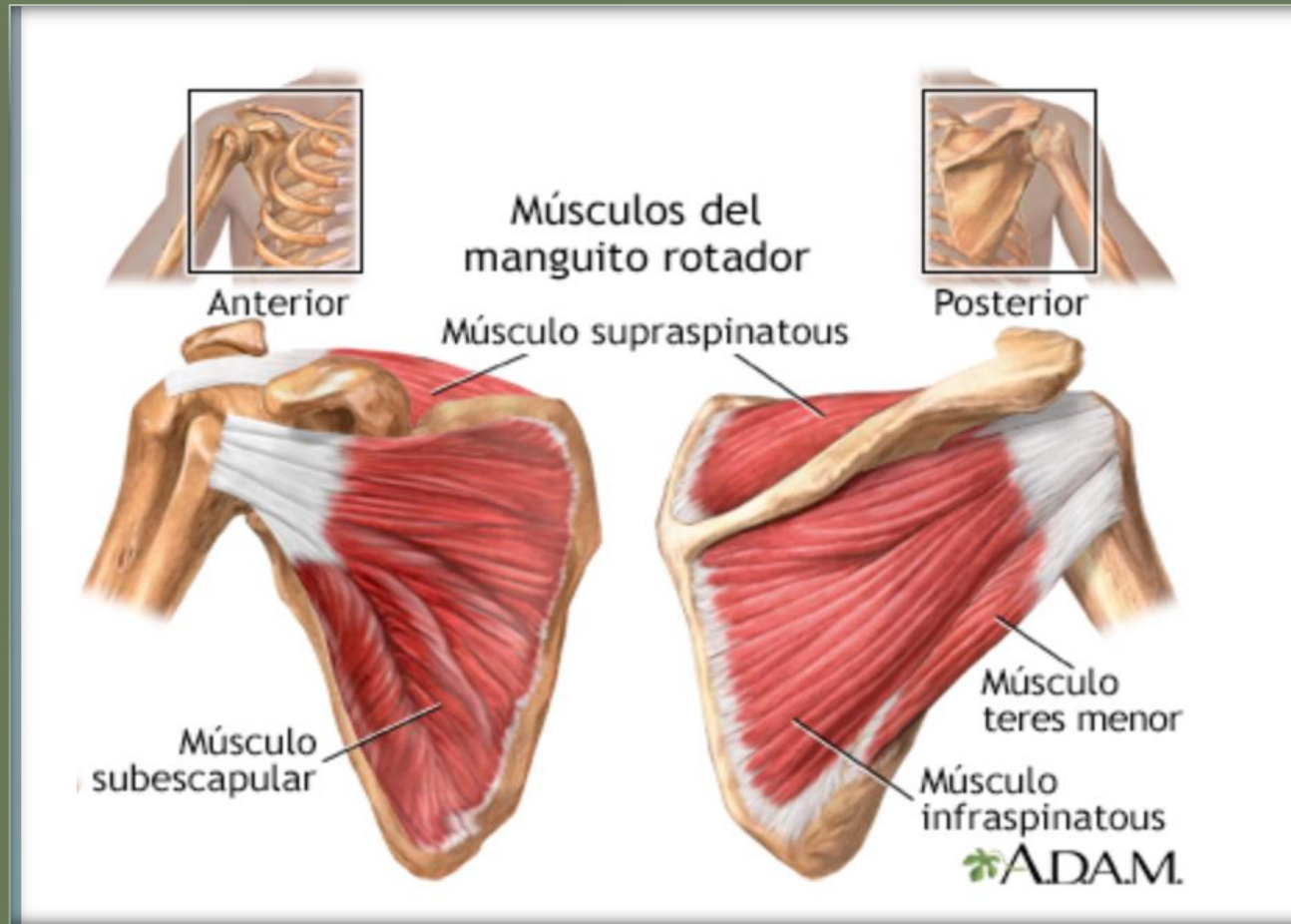


MÚSCULO SUBESCAPULAR

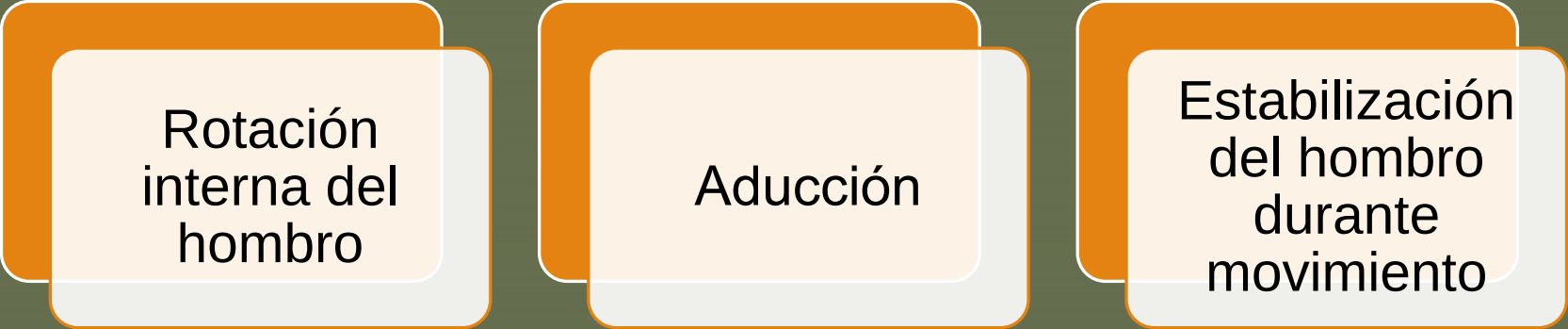
Janiffe Frett

MÚSCULO SUBESCAPULAR



Origen	Cara anterior de la fosa escapular
Inserción	Tubérculo menor del humero o troquín
Inervación	Nervio subescapular C5 y C6

FUNCIÓN



Rotación
interna del
hombro

Aducción

Estabilización
del hombro
durante
movimiento



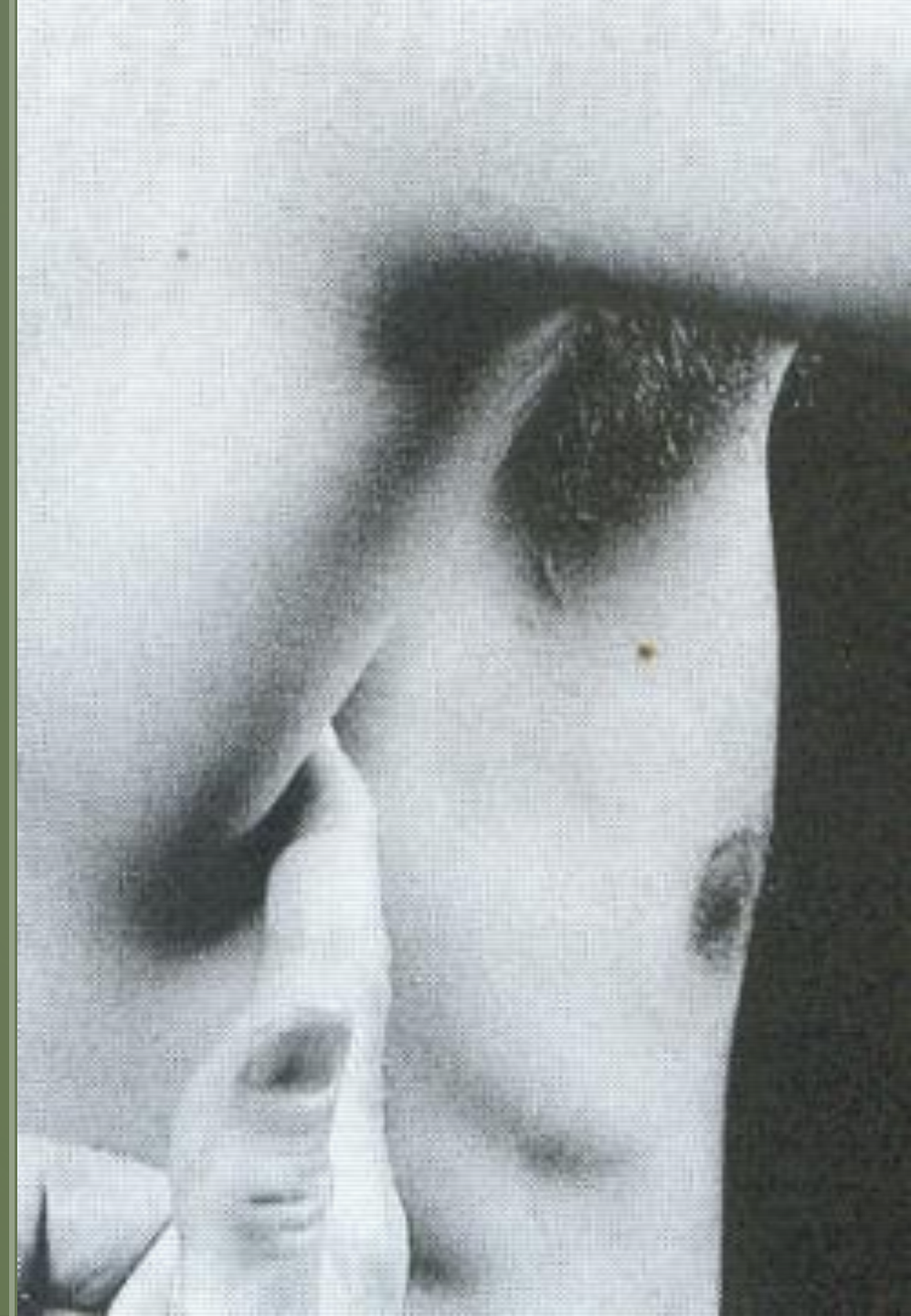
Rotación interna



Aducción

PROCESO MANIPULATIVO REQUERIDO PARA PALPAR EL MÚSCULO

- Posicionamos al paciente con una flexión de 90° y con el puño cerrado
- Introducimos el dedo en la axila
- Pedimos al paciente que haga repetidas rotaciones internas



GÉNERO DE PALANCA

- Palanca de tercer género o palanca de movimiento.
- La potencia se encuentra entre el fulcro y la resistencia .



ANÁLISIS MOVIMIENTO FUNCIONAL

Ejercicios de estiramiento que activan el músculo

- Rotación externa
- Se debe elevar y abducir el brazo, flexionar el codo y llevar la palma de la mano mirando al techo.
- Decúbito supino

Ejercicios con resistencias que desarrollan la fortaleza del músculo

- Se pueden realizar ejercicios de pie o en decúbito prono
- Repeticiones rotando internamente el brazo
- Con una pesa en la mano

▸ Ejercicios calisténicos y pliométricos



Actividades deportivas donde se activa el músculo

- Balonmano
- Voleibol
- Tenis
- Natación
- Gimnasia

Lesiones deportivas comunes que afectan el músculo

- Tendinitis
- Bursitis
- Desgarros musculares

REFERENCIAS

- Bupasalud, (2020). Lesión del manguito rotador . *Bupasalud*
- Monasterio, A. (2016). Musculo Subescapular. *El blog de Fisioterapia*.
- Painotomia. (2020). Músculo subescapular: Palpación. *Painotomia*.
- Slullitel, D. (2007). Lesiones del subescapular: anatomía, clínica clasificación y tratamiento. *Asociación Argentina de Artroscopía* , 14(1) 65-71