



**Cuando existen lesiones relacionadas a este músculo hay que buscar las soluciones a tiempo**

## Doctor, ¿qué es el músculo psoas y por qué es tan importante?



Por **DR. PATRICK A. MALONEY**  
DIRECTOR CLÍNICO DE MALONEY  
CHIROPRACTIC CLINIC

**E**l músculo psoas es uno de los músculos más importantes del sistema neuro-esqueleto-muscular.

Problemas en el músculo psoas pueden causar problemas con postura, flexibilidad de la cintura y cadera, con los discos de la cintura (lumbar), dolor en la espalda y osteoartritis de la columna y la cadera.

Esto entonces afecta a millones de personas en este país cada año y nos está costando millones y millones de dólares.

El músculo psoas comienza en la columna lumbar y termina en la cadera (donde la pierna entra a la cadera). El propósito del músculo psoas es doblar la pierna hacia adelante, doblar la columna hacia adelante y doblar la columna hacia un lado. Hay dos músculos, uno a cada lado. El movimiento que ejerce el psoas depende de cuál movimiento quiere hacer el paciente.

Cuando hay torcimiento en la columna lumbar (cintura), la presión al nervio causa contracción excesiva al músculo psoas. Cuando hay contracción excesiva en el psoas esto causa más torcimiento a la columna y lo promueve hasta que se pone permanente. Eventualmente (generalmente entre 3 y 5 años) empieza el proceso de osteoartritis, que es clasificada como una enfermedad del cuerpo que causa daño permanente e irreversible. Cada día que pasa con torcimiento es un día más donde la solución al problema empieza a desaparecer.

Para cada persona que llega a la clínica con dolor de cintura, dolor de cadera, o dolor de pierna, hay que analizar al músculo psoas como parte de una evaluación completa, determinar si es parte del problema (casi siempre está involucrado) y crear un programa de tratamiento que incluye corrección del problema muscular en el músculo psoas.

El tratamiento del músculo psoas incluye tratamiento quiropráctico a la columna vertebral de la cintura y la cadera. Al mismo tiempo este programa tiene que incluir un programa de flexibilidad a los músculos de la cintura y la cadera y fortalecerlos al mismo tiempo. Finalmente, para la mayoría de nosotros, tenemos que modificar nuestra dieta y agregar suplementos correctamente para crear mejores células internas, que son la base de estos músculos.



### REPARACIÓN MANTENIMIENTO E INSTALACIÓN

- Reparamos cualquier marca
- Trabajo garantizado
- Precio justo y trabajo honesto
- Llama para una cotización
- Ofrecemos grandes descuentos y 10 años de garantía en instalaciones nuevas
- Trabajamos 7 días a la semana



**(480) 297 2738**

correo electrónico: [flashach@hotmail.com](mailto:flashach@hotmail.com)

**CON LICENCIA Y  
ASEGUANZA**  
LICENCIA N° ROC 274857