

CALP. CALPP. EMA

Este compartimiento cilíndrico tiene la particularidad de poder distenderse, ya que sus límites son musculares.

El límite superior es el diafragma. Este es un músculo transversal, con forma de cúpula, que separa el toráx del abdomen. Su función principal es la respiración y, a su vez, con su movimiento empuja los órganos digestivos generando un masaje que ayuda a su correcto funcionamiento. Los movimientos del diafragma también funcionan como bomba para estimular el retorno de la sangre venosa hacia el corazón. Por debajo se encuentran las vísceras abdominales encargadas de la digestión, conducción y asimilación de los alimentos.

Los límites laterales están conformados por los músculos abdominales. El más profundo de ellos, el transverso del abdomen, va a funcionar como una faja natural que envuelve toda la cavidad y la contiene. Esté músculo tiene mayor cantidad de fibras tónicas, por lo que su función es anticiparse a los movimientos generando estabilidad en el tronco al cambiar de posición. Por detrás encontramos la columna lumbar, uno de los fragmentos más móviles de toda la columna vertebral. La misma está atravesada por los músculos erectores de la columna. De todos ellos los multifidios son quienes van a estar encargados de la movilidad segmentaria.

Si consideramos el abdomen y la pelvis en su conjunto funcional, el fondo de este cilindro son los músculos del suelo pélvico, los cuales conforman el límite inferior de nuestro complejo lumbo pélvico. Estos cuatro músculos (diafragma, transverso del abdomen, multifidios, y suelo pélvico) conforman el complejo que cierra la cavidad abdomino lumbo pélvica (CALP) conocido como espacio manométrico abdominal (EMA). Allí se generan diferentes cambios de presión que van a ser gestionados por estos músculos. Esté complejo trabaja en conjunto y tiene la función de mantener el equilibrio en el tronco y transmitir fuerzas hacia las extremidades.