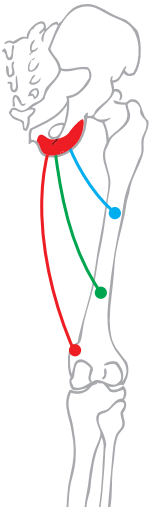


### Sobrecarga de los aductores.

- Origen:** Aductor Mayor: en la rama isquiopubiana y en la rama interior púbica.  
 Aductor Mediano: entre la cresta iliaca y la sínfisis de la parte anterior del pubis.  
 Aductor Menor: en la parte exterior de la rama interior púbica.
- Inserción:** Aductor Mayor: parte superior del cóndilo medial del fémur.  
 Aductor Mediano: en el borde medio de la línea áspera.  
 Aductor Menor: en la parte distal del pectíneo y en la parte proximal del borde medio de la línea áspera.
- Inervación:** Aductor Mayor: L3-L5.  
 Aductor Mediano: L3-L4.  
 Aductor Menor: L2-L4.
- Función:** Aproximación de la pierna.



**Aplicación:** En "I".

**Realización del vendaje neuromuscular para relajar:**

El ancho del vendaje debe acoplar a las dimensiones de la zona a vendar.

Para realizar el vendaje necesitamos una venda de 5cm de ancho.

Al medir la venda para cortarla, tenemos que tener en cuenta el estiramiento que se va a realizar al adherirla sobre la piel.

Posición del paciente en decúbito supino con abducción de pierna para medir la longitud de la venda a cortar desde el cóndilo medial del fémur al pubis.

Colocamos en posición neutra el miembro inferior.

- 1 Adherimos el extremo inicial del vendaje sobre cóndilo medial del fémur con tensión 0%.
- 2 Realizamos una flexión de cadera de 90° y abducimos el miembro inferior para adherir la venda sobre el vientre muscular del aductor que estiramos hasta la zona del pubis con tensión 0-10%.
- 3 Volvemos a colocar el miembro inferior en posición neutra para adherir el extremo final del vendaje con tensión 0%.

