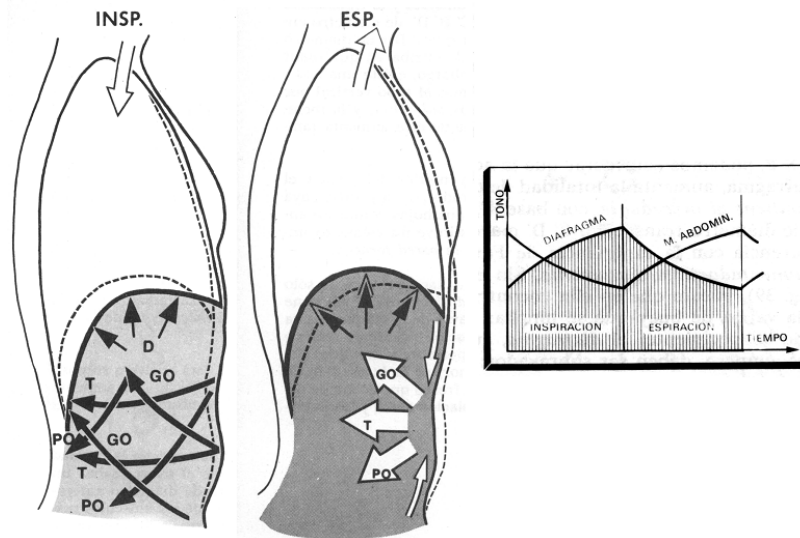


## Funciones comunes a los músculos de la faja abdominal

- ⇒ Flexión del tronco:
  - ⇒ Sobre todo el recto del abdomen
- ⇒ Prensa **antigravitatoria**: es decir, contienen las vísceras abdominales dentro del tronco.
- ⇒ Prensa **evacuatoria**: en momentos como el *parto*, *evacuación de heces* o *micción*.
- ⇒ Respiración



- ⇒ Prensa **moderadora**: ayudan a que la sangre de las vísceras abdominales lleguen al corazón.
- ⇒ Ayuda a la **extensión del raquis**: enderezan la lordosis lumbar (sobre todo el recto del abdomen)
  - ⇒ El músculo psoas y la faja abdominal mantienen la posición erecta.
  - ⇒ Gracias a ella se puede realizar la **maniobra de Valsalva**, en la que, con todos los orificios cerrados, se aumenta la presión intraabdominal mediante la contracción de los abdominales.

## Experiencia de Funck

- ⇒ Coloca un balón hinchable, conectado mediante un tubo con el exterior, en un recipiente cerrado.
- ⇒ En la parte inferior se coloca una membrana elástica.
- ⇒ Cuando se tira de la membrana hacia abajo y se crea el vacío, el balón se llena de aire.
- ⇒ Esta experiencia se intrapoló al funcionamiento de los pulmones y la acción del **diafragma** como membrana elástica que crea el vacío y ayuda al hinchamiento de los pulmones.

