

FORMACIÓN

# SALUD PÉLVICA EN LA MUJER

## MÓDULO 1

### Anatomía funcional del suelo pélvico femenino



**BARÇA  
INNOVATION HUB**



**PELVIC**  
Rosa Nieto  
**4FIT**

# ¿QUIÉN SOY?

Rosa Nieto Pascual Fisioterapeuta especializada en embarazo, suelo pélvico y fisiosexología.  
Profesional deporte ROPEC

Trabajo en Cowoman e Instituto Clavel Rehabilitación  
(Barcelona)

Formadora del Método Pilates para embarazo, parto y posparto en Fisoformación.



# ÍNDICE CONTENIDOS

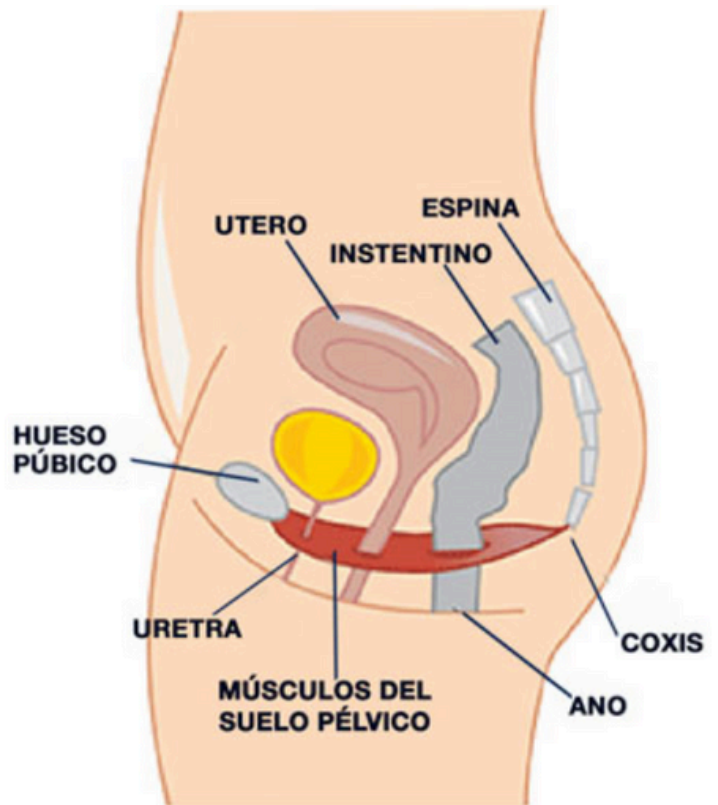
SALUD PÉLVICA EN LA MUJER

1. Anatomía funcional del suelo pélvico femenino
2. Estructura ósea, articular y ligamentosa del suelo pélvico.
3. Musculatura del suelo pélvico
4. Anatomía de superficie, el periné femenino
5. CALPP (complejo abdomino-lumbo-pélvico-perineal)
6. Órganos pélvicos
7. Vascularización e inervación del suelo pélvico femenino

# ANATOMÍA FUNCIONAL DEL SUELO PÉLVICO FEMENINO

- Suelo pélvico
  - Qué es y sus funciones
  - Pelvis ósea, articulaciones, ligamentos pélvicos, musculatura del suelo pélvico, sistema fascial, vísceras pélvicas, vascularización e inervación, órganos genitales externos
- CALPP (complejo abdomino-lumbo-pélvico-perineal)
- Musculatura abdominal
- Diafragma torácico y respiración

# SUELO PÉLVICO

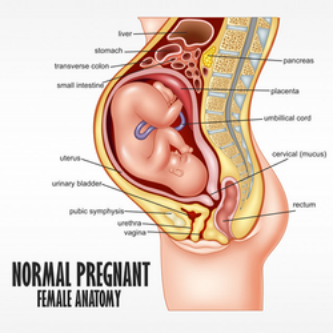


El suelo pélvico es una región compleja formada por estructuras musculares, fasciales, ligamentosas, óseas, viscerales, neurológicas, vasculares, que cierran la parte inferior del anillo pélvico. La acción sinérgica de todas estas estructuras influye en la función normal de las vísceras pélvicas. Entre las funciones del SP encontramos:

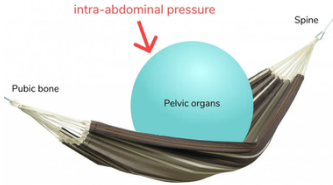
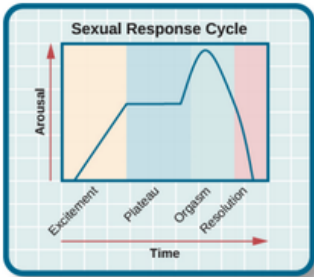
- Soporte y sostén
- Continencia esfinteriana (micción/defecación)
- Sexualidad (sensibilidad, placer y orgasmo)
- Reproductiva (gestación y parto)
- Respiración
- Postura
- Gestión presiones

Imagen: Suelo pélvico (Google, s.f.)

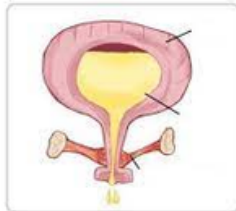
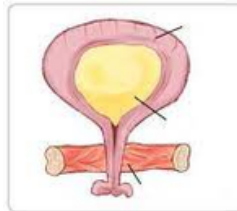
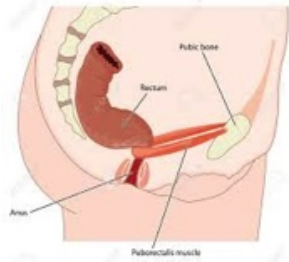
# SUELO PÉLVICO - FUNCIONES



©HEALTHYHABITSHAPPYMONS



The pelvic floor is like a hammock supporting pelvic organs



# PELVIS ÓSEA FEMENINA. VISTA ANTERIOR

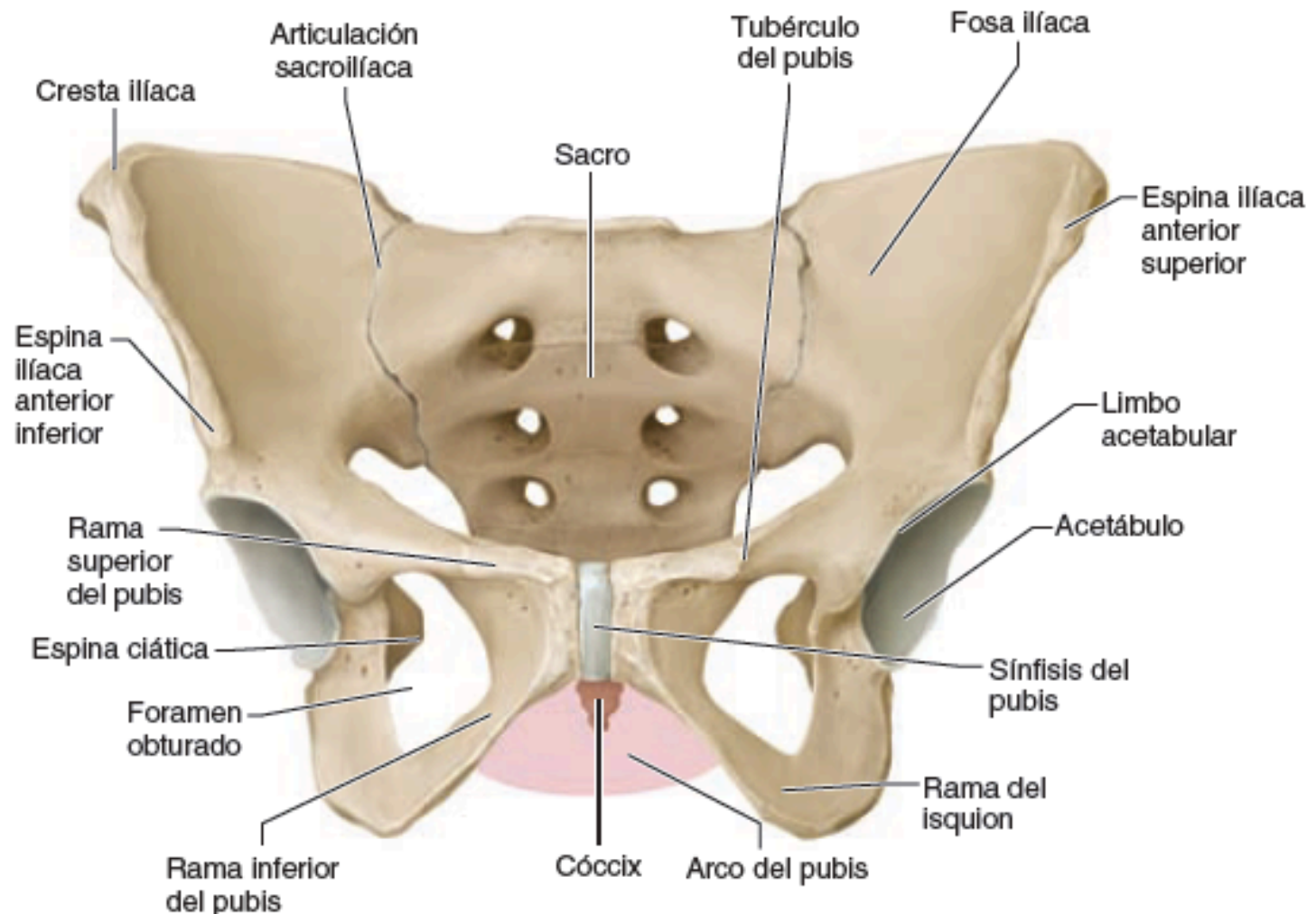


Imagen de Pró, Anatomía Clínica 2012 (p. 668)

# PELVIS ÓSEA FEMENINA. VISTA SUPERIOR

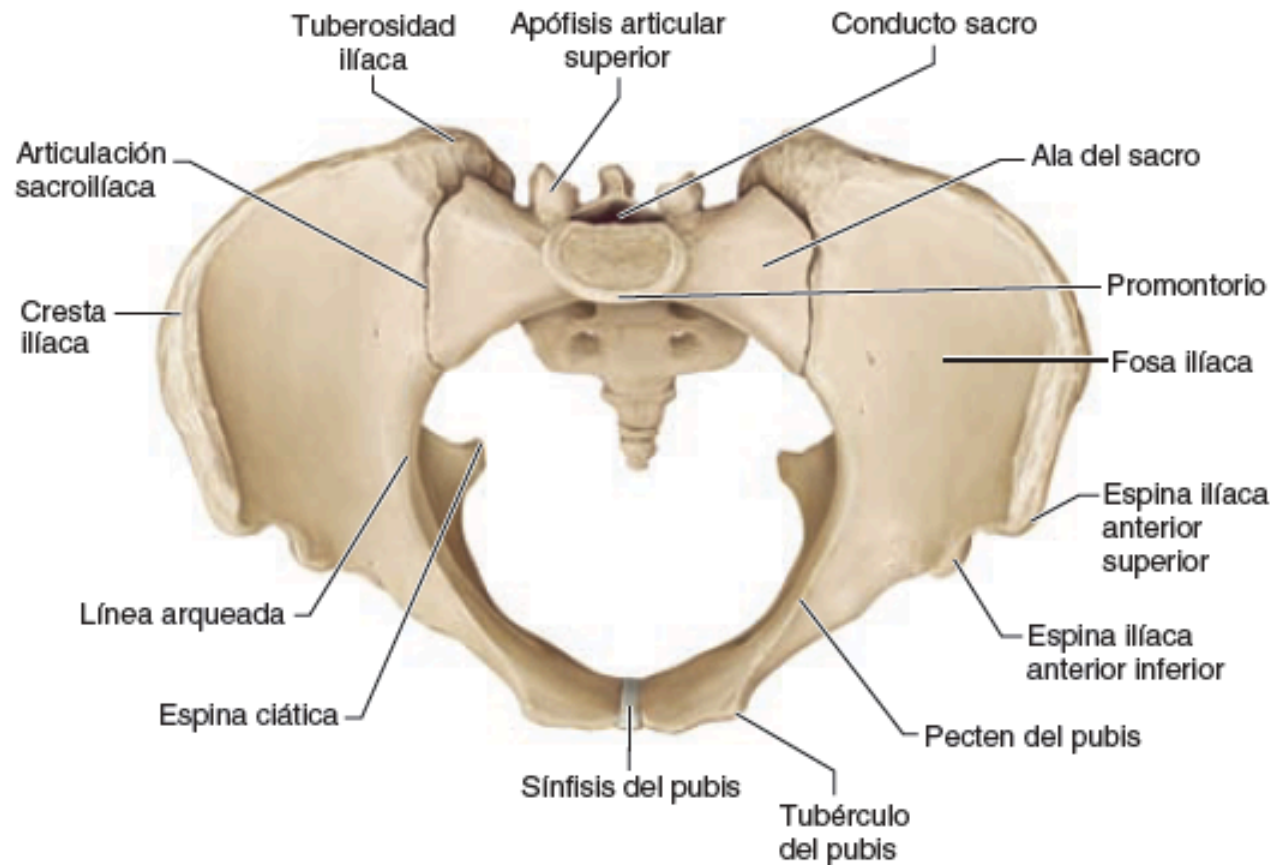


Imagen de Pró, Anatomía Clínica 2012 (p. 668)

# LIGAMENTOS PELVIS. VISTA ANTERIOR

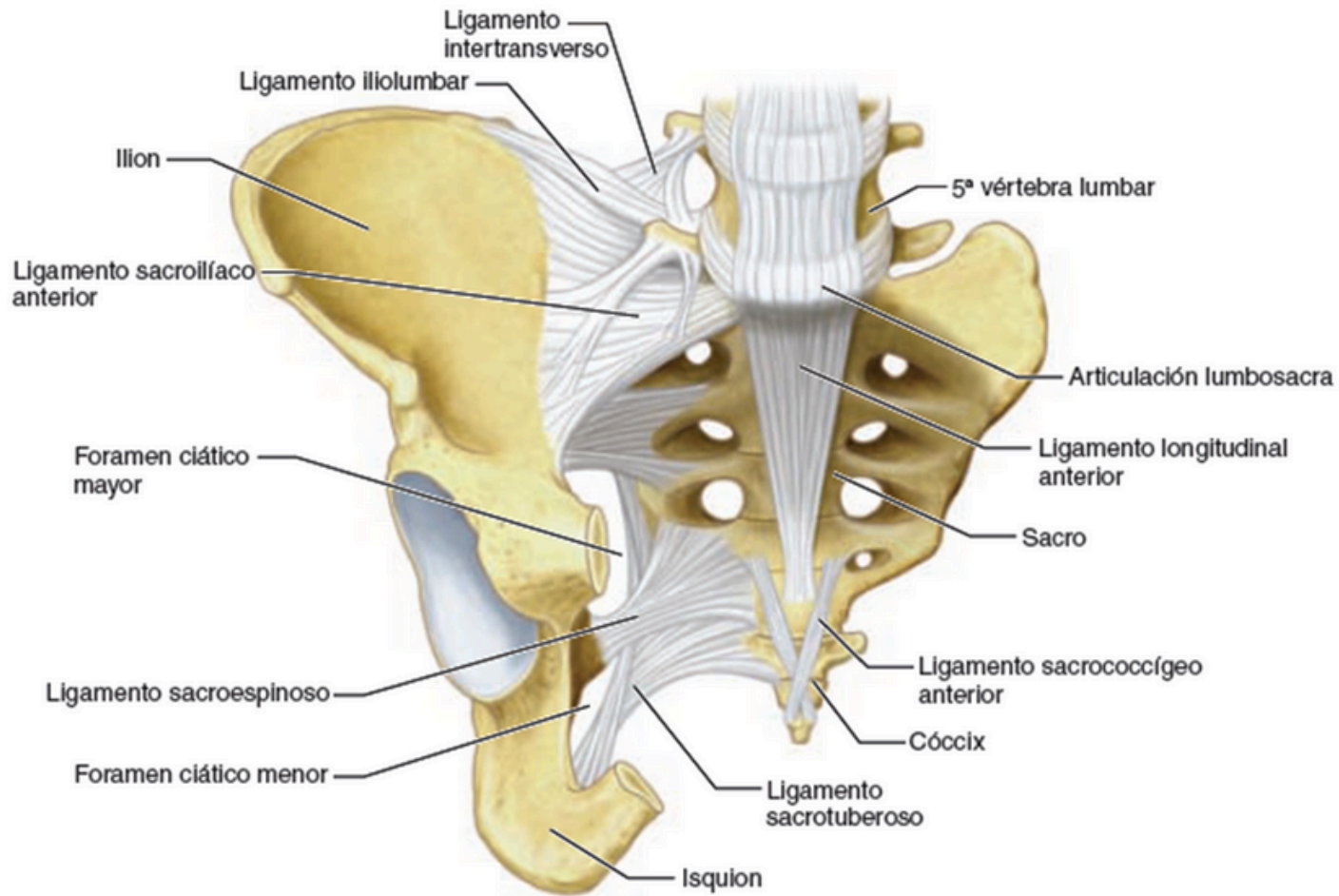


Imagen de Pró, Anatomía Clínica 2012 (p. 665)

# LIGAMENTOS PELVIS. VISTA POSTERIOR

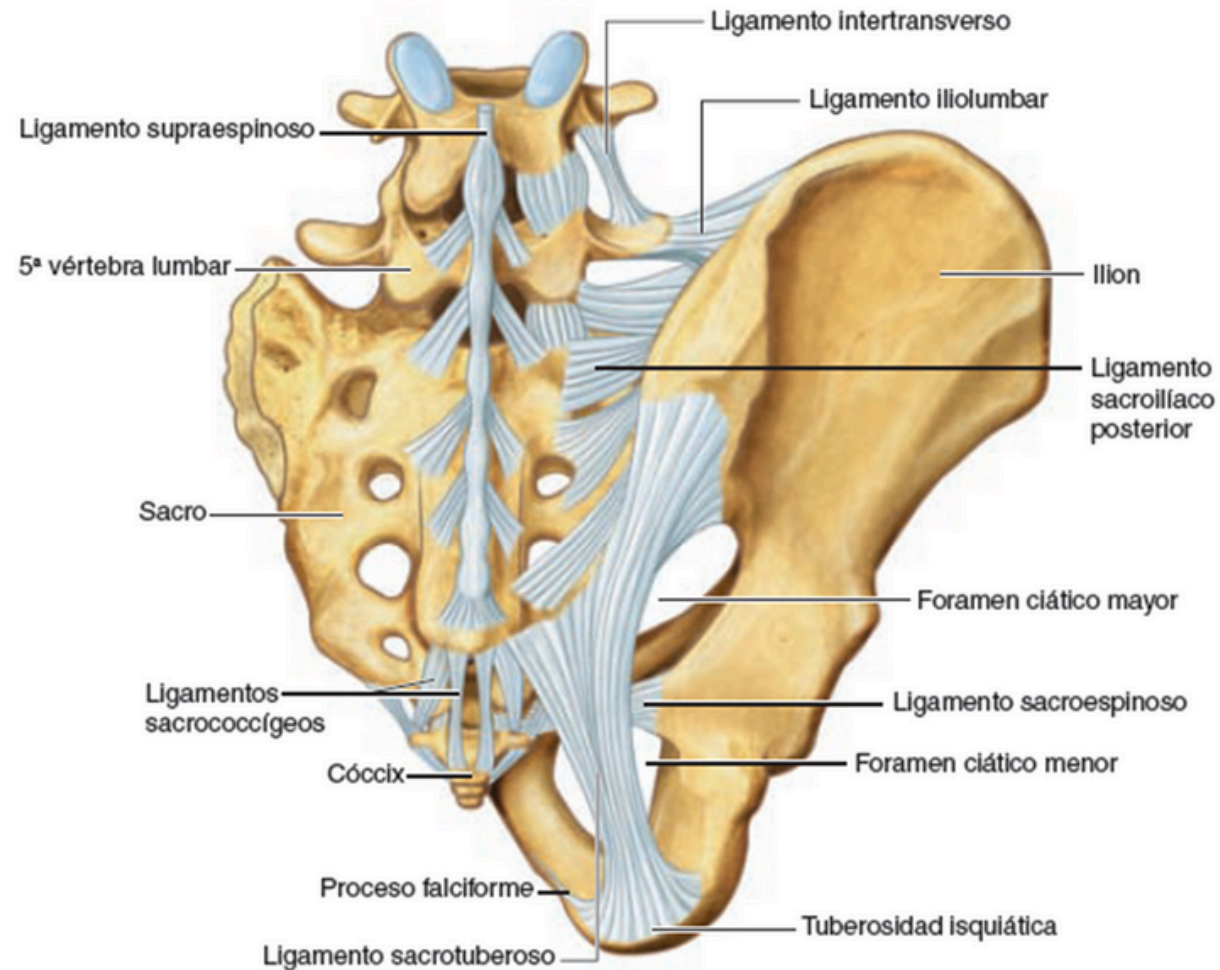
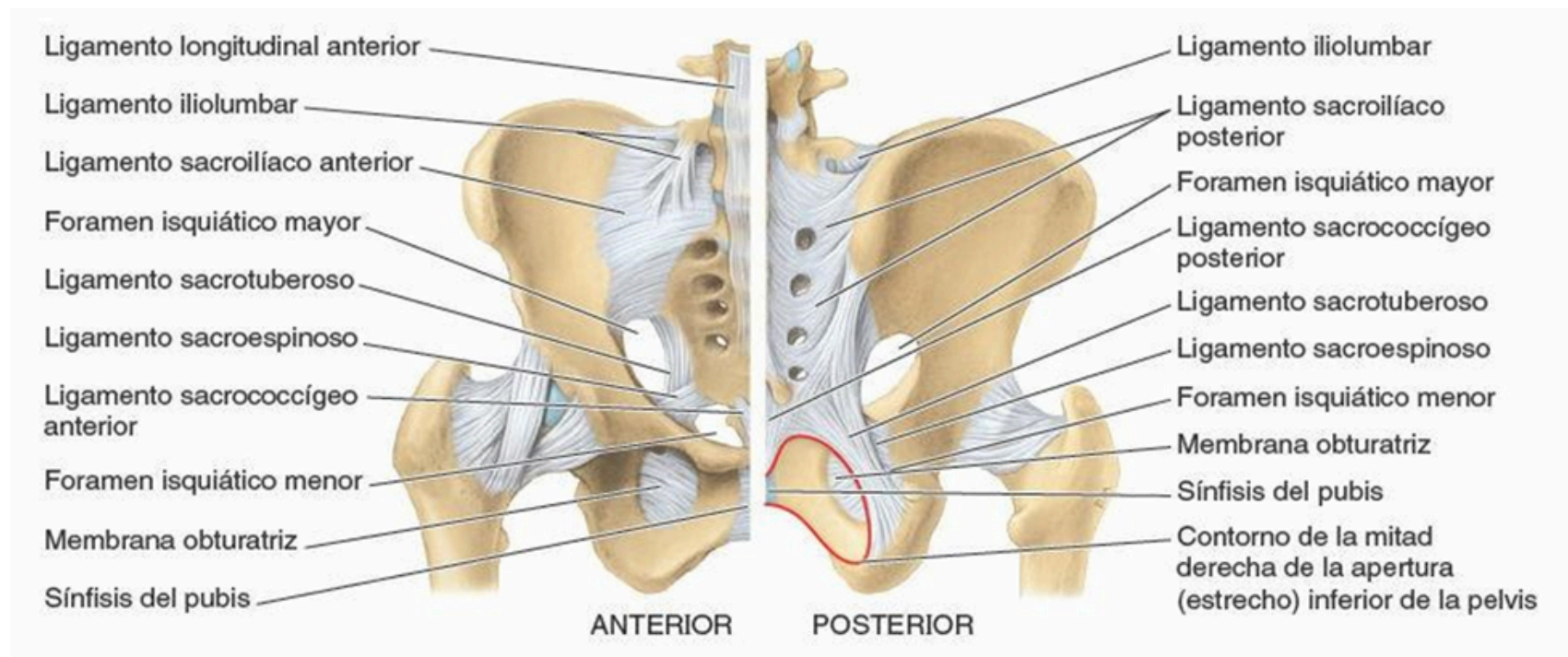


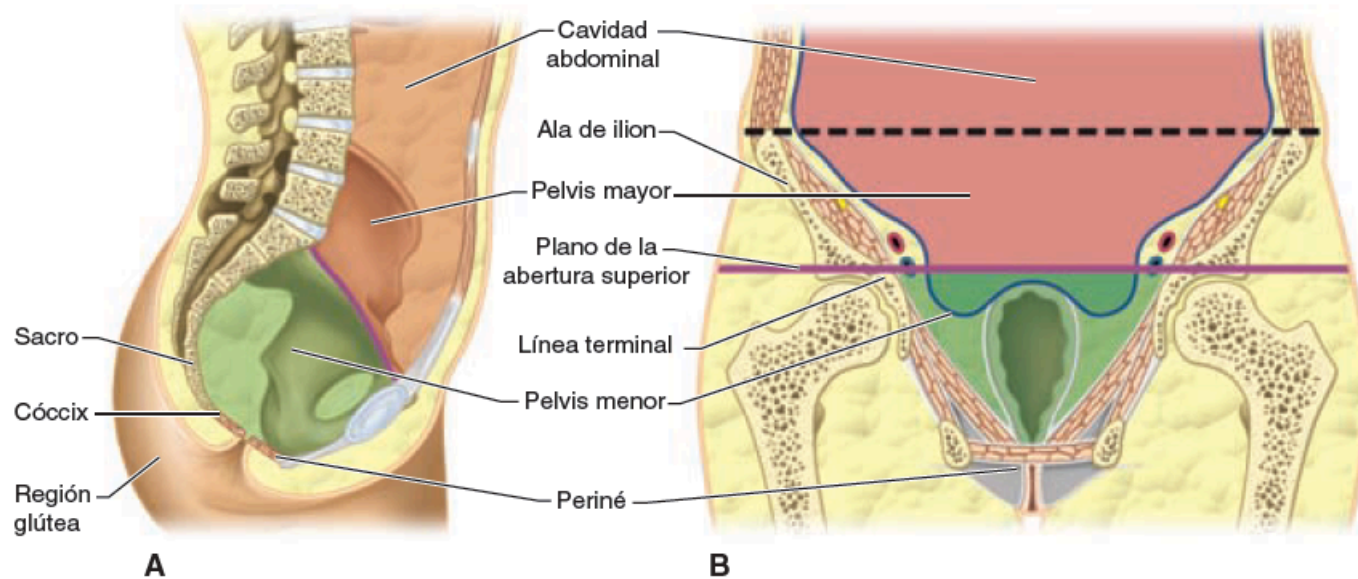
Imagen de Pró, Anatomía Clínica 2012 (p. 665)

# LIGAMENTOS PELVIS. ANTERIOR/POSTERIOR



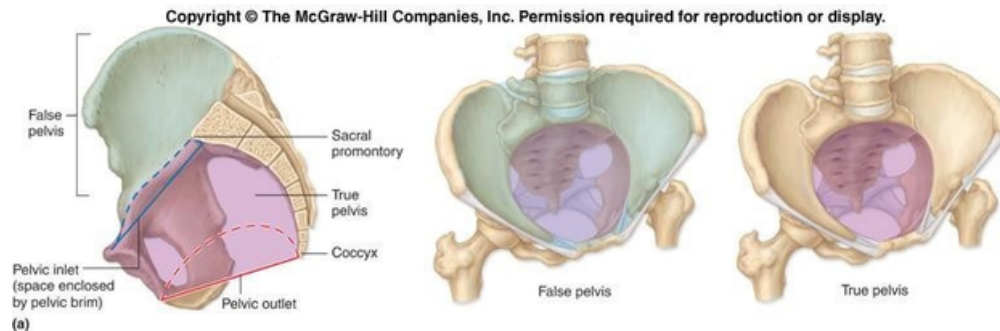
Moore, Anatomía con orientación clínica, 2017 (p.391)

# LÍMITES CAVIDAD ABDOMINOPÉLVICA

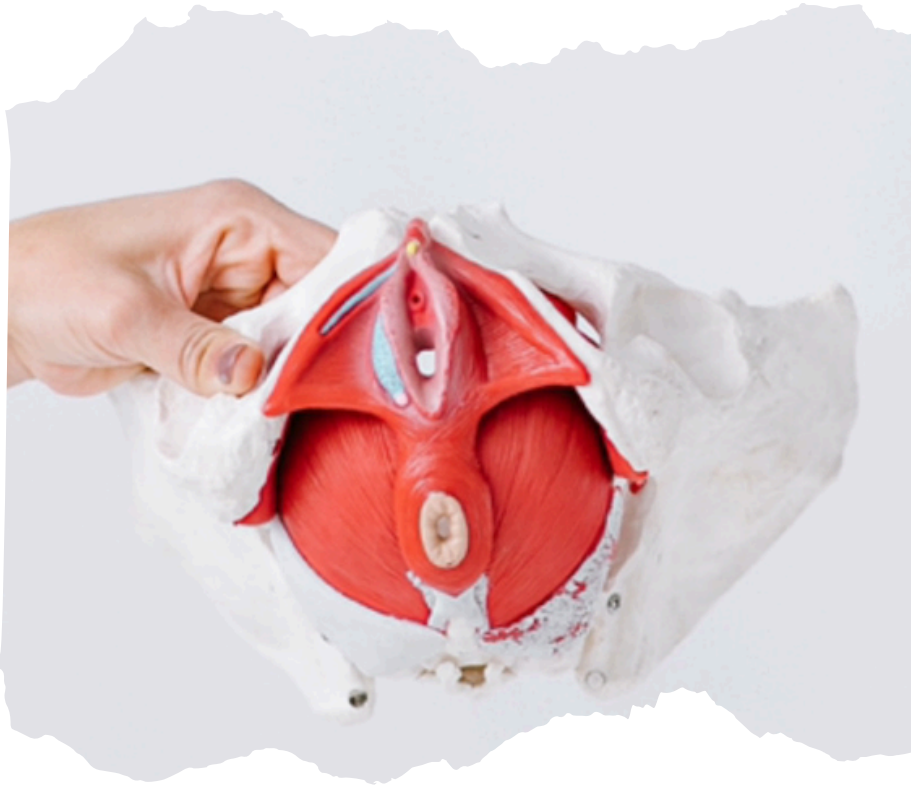


**Fig. 7-3.** Cavidad abdominopélvica, límites. En rosado: cavidad abdominal. En verde: cavidad pélvica. **A.** Corte mediano, vista derecha. **B.** Corte coronal a nivel del acetábulo, vista anterior.

Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.666)



# SUELO PÉLVICO (COMPOSICIÓN)



**80%**

## **TEJIDO CONJUNTIVO**

Fascias, ligamentos, uniones  
miotendinosas...etc

**20%**

## **TEJIDO MUSCULAR**

Fibras tipo I y Fibras tipo II  
Voluntarias e involuntarias

# MUSCULATURA DEL SUELO PÉLVICO (MSP)

## Fibras Tipo I (66%)

Contracción lenta, tónica y continua  
Poco fatigables  
Fibras de resistencia y sujeción  
Musculatura profunda  
Elevador del ano  
Esfínteres

## Fibras tipo II (34%)

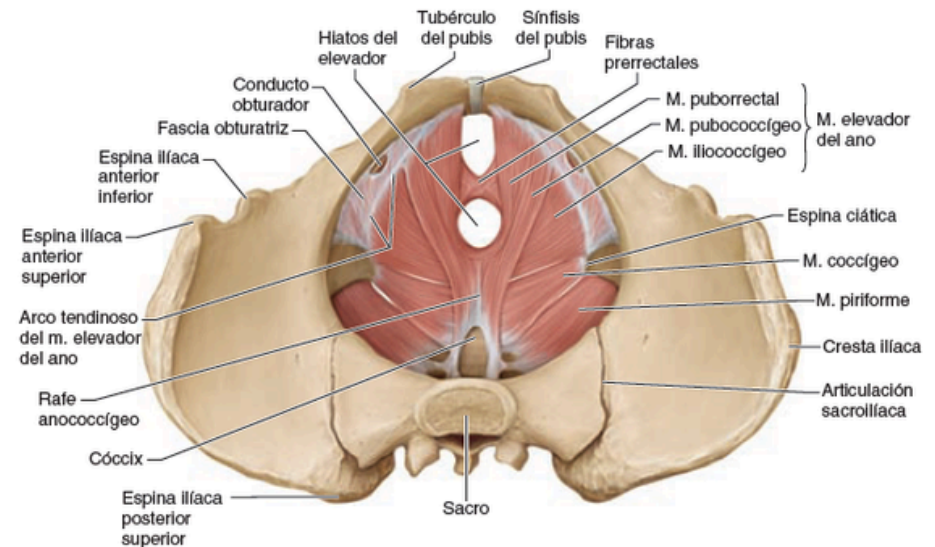
Contracción fásica, rápida y breve  
Fácilmente fatigables  
Fibras de fuerza  
Musculatura superficial y media  
Transversos  
Cierre esfinteriano



# MUSCULATURA DEL SUELO PÉLVICO (MSP)

## CLASIFICACION CLÁSICA, (ROUVIÈRE Y DELMAS 2005)

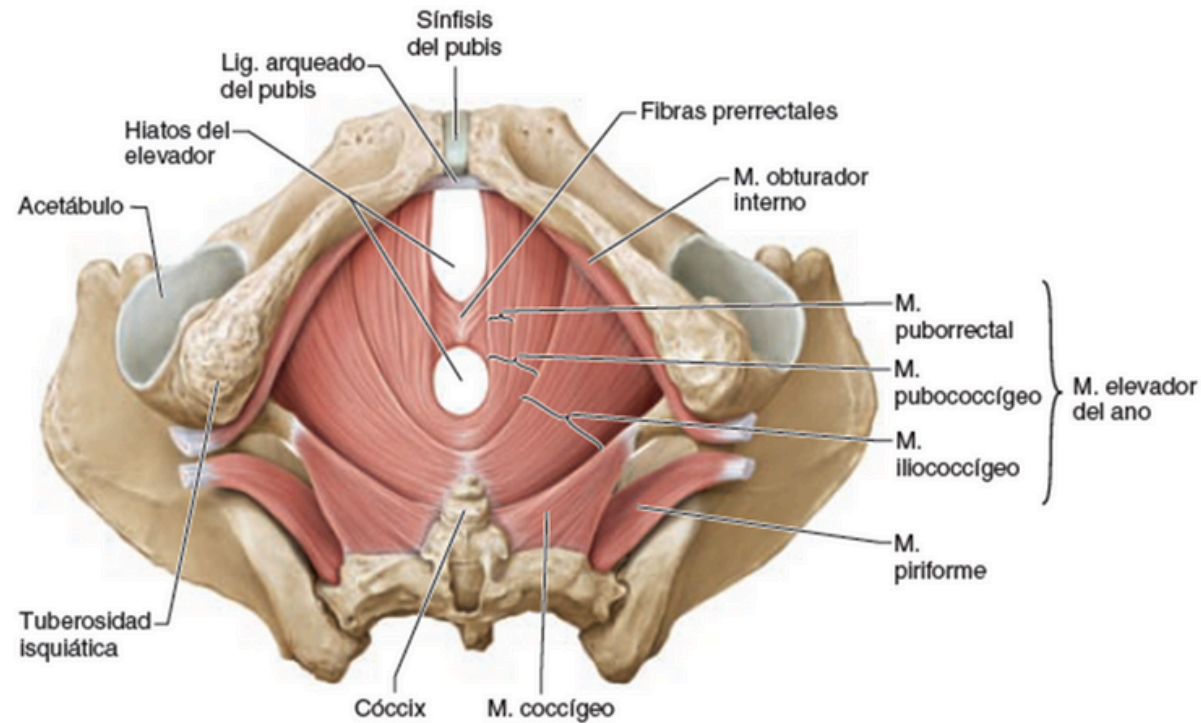
- Plano profundo (diafragma pélvico):
  - Isquiococcígeo o coccígeo
  - Elevador del ano
    - Iliococcígeo
    - Pubococcígeo
    - Puborrectal
- Plano medio:
  - Transverso profundo del periné
  - Esfínter externo de la uretra
- Plano superficial (diafragma perineal)
  - Bulboesponjoso o bulbocavernoso
  - Isquiocavernoso
  - Constrictor del vestíbulo vaginal
  - Transverso superficial del periné
  - Esfínter Anal Externo



Vista superior del suelo pélvico.

Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.672)

# MUSCULATURA DEL SUELO PÉLVICO (MSP)

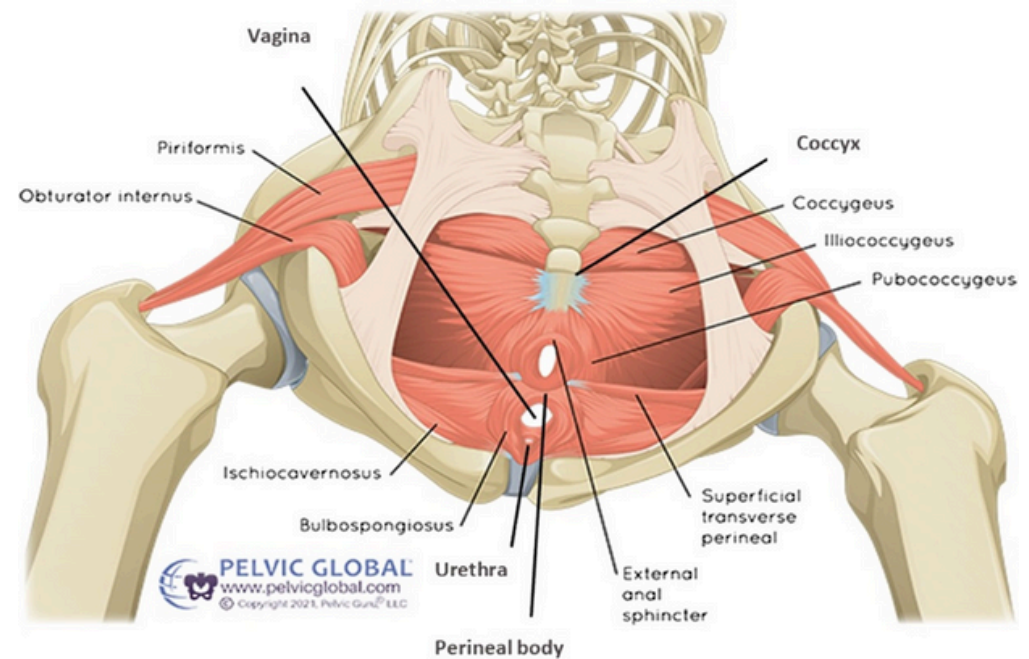


Vista inferior del suelo pélvico. Fuente: Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p672))

# MUSCULATURA DEL SUELO PÉLVICO (MSP)

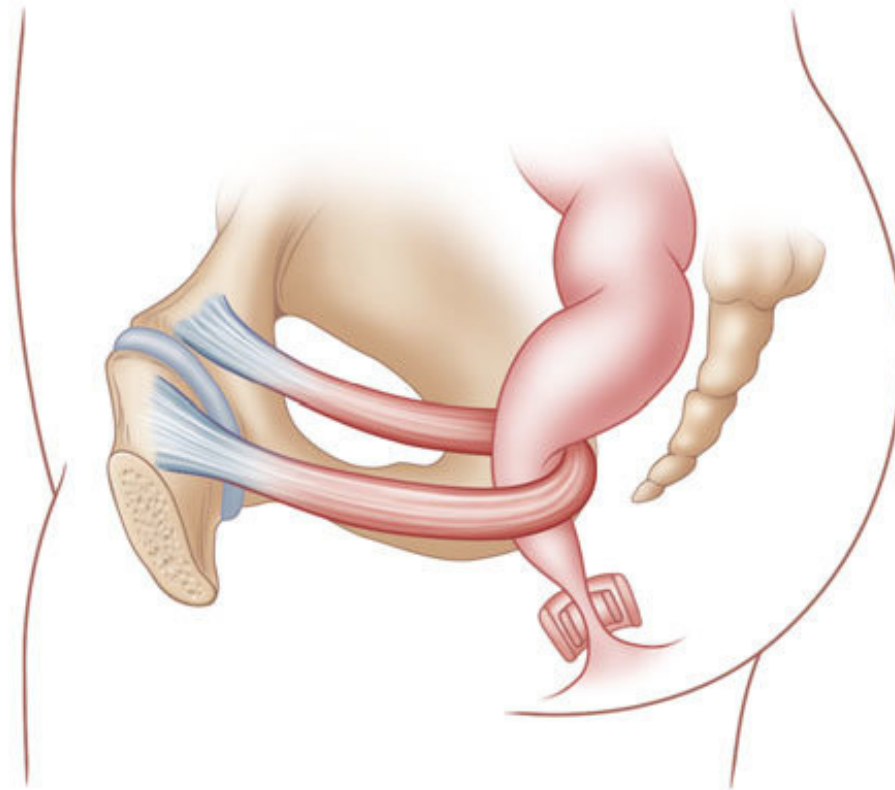
## CLASIFICACION ACTUAL, WALKER (2013)

- Plano profundo (diafragma pélvico):
  - Coccígeo
  - Elevador del ano
    - Iliococcígeo
    - Pubococcígeo
    - Puborrectal
- Plano superficial (diafragma perineal)
  - Bulboesponjoso
  - Isquiocavernoso
  - Transverso superficial del periné
  - Transverso profundo del periné



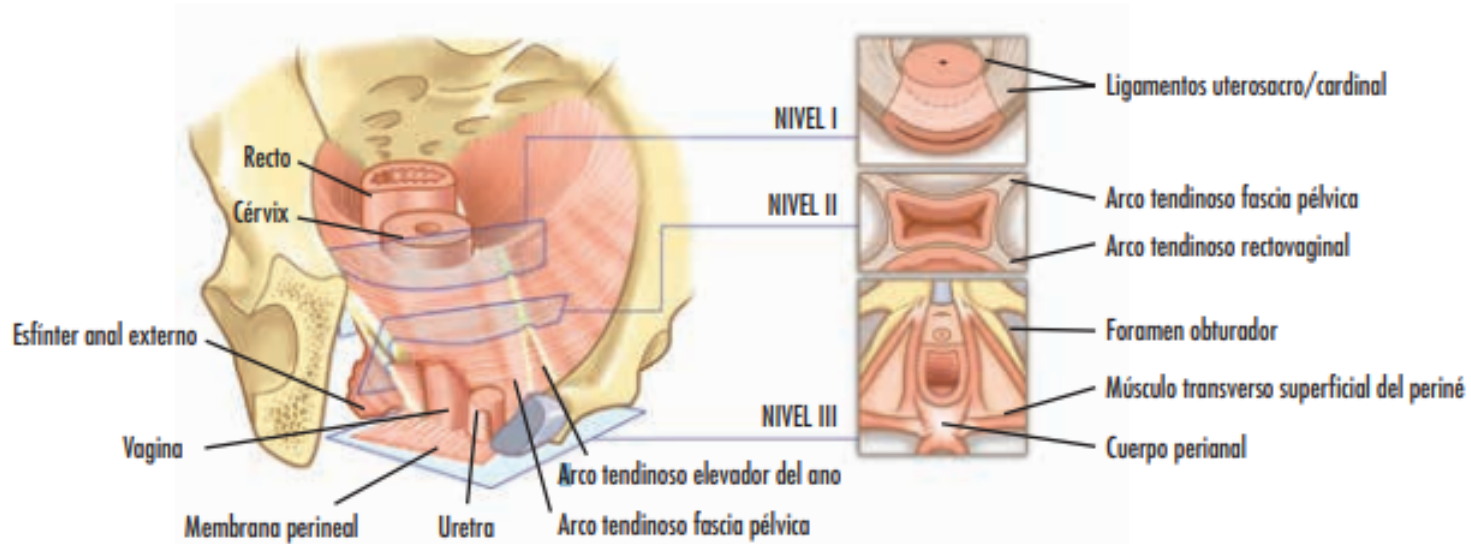
Pelvic floor anatomy. From Pelvic Guru®, LLC/Pelvic Global. Current Sports Medicine Reports 22(3):82-90, March 2023.

# PUBORECTAL

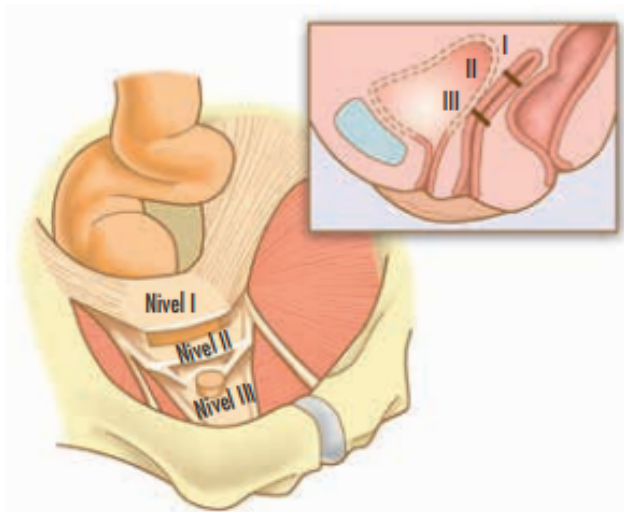


Anorectal Anatomy and Physiology: - Scientific Figure on ResearchGate. Available from:  
[https://www.researchgate.net/figure/Pelvic-floor-with-pubo-rectal-sling\\_fig9\\_305726275](https://www.researchgate.net/figure/Pelvic-floor-with-pubo-rectal-sling_fig9_305726275)

# SISTEMA FASCIAL-NIVELES DE DELANCEY



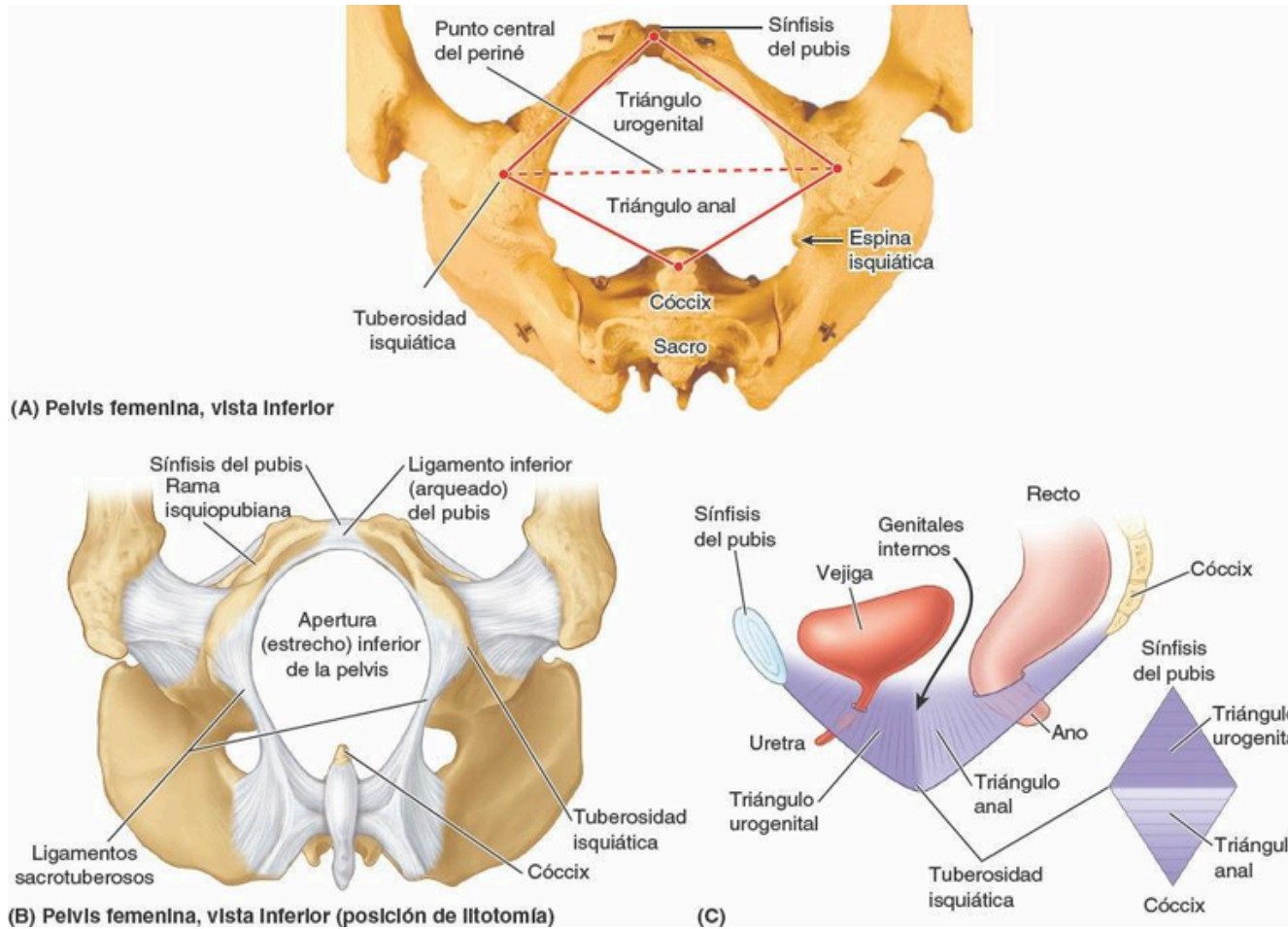
Revista Suelo Pélvico, 12 (Supl.1), 5-9



Tres niveles de soporte de la vagina, que la estabilizan y condicionan el adecuado soporte del resto de órganos pélvicos.

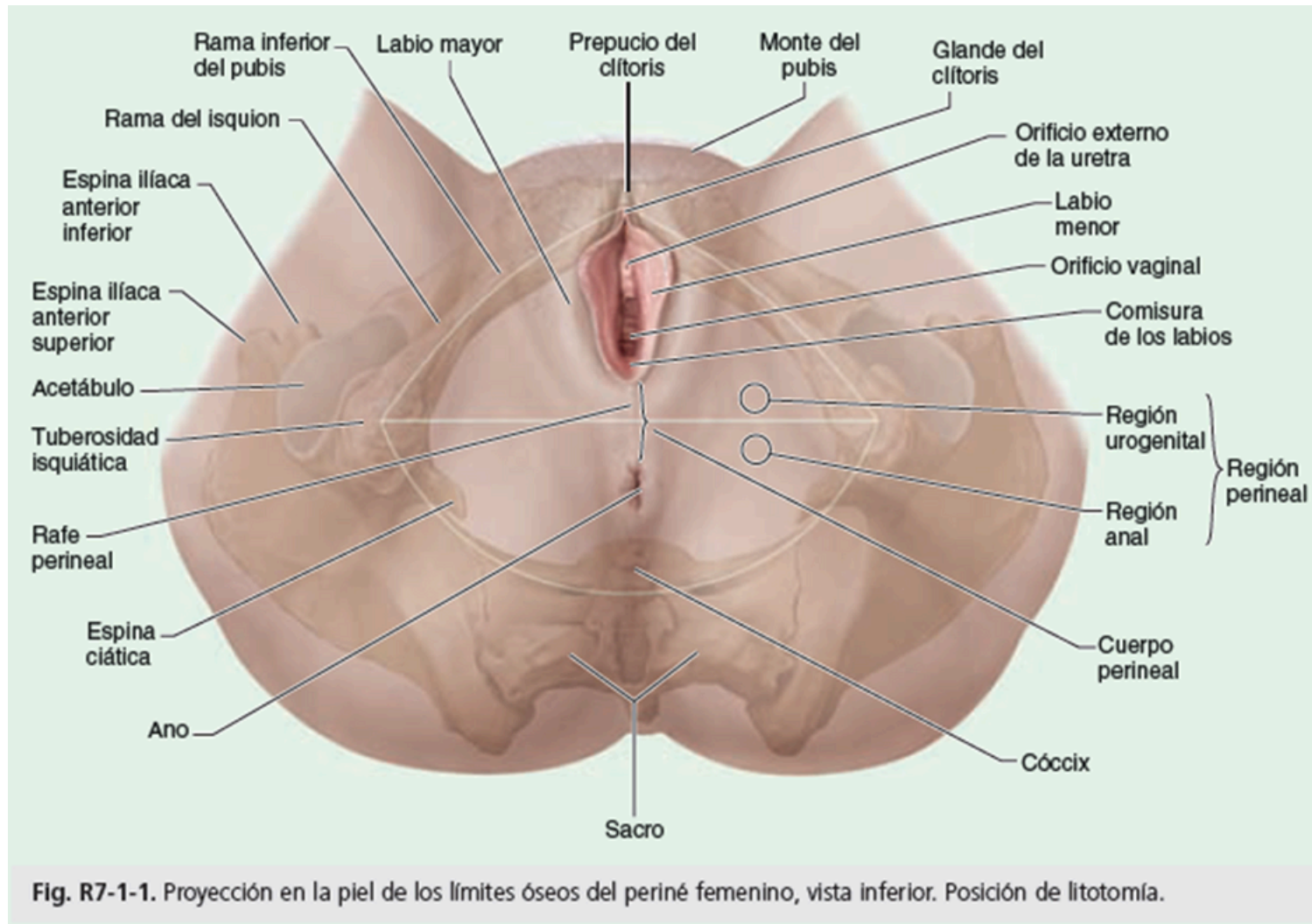
Según el nivel afectado, aparecerá un POP

# TRIÁNGULOS DEL PERINÉ



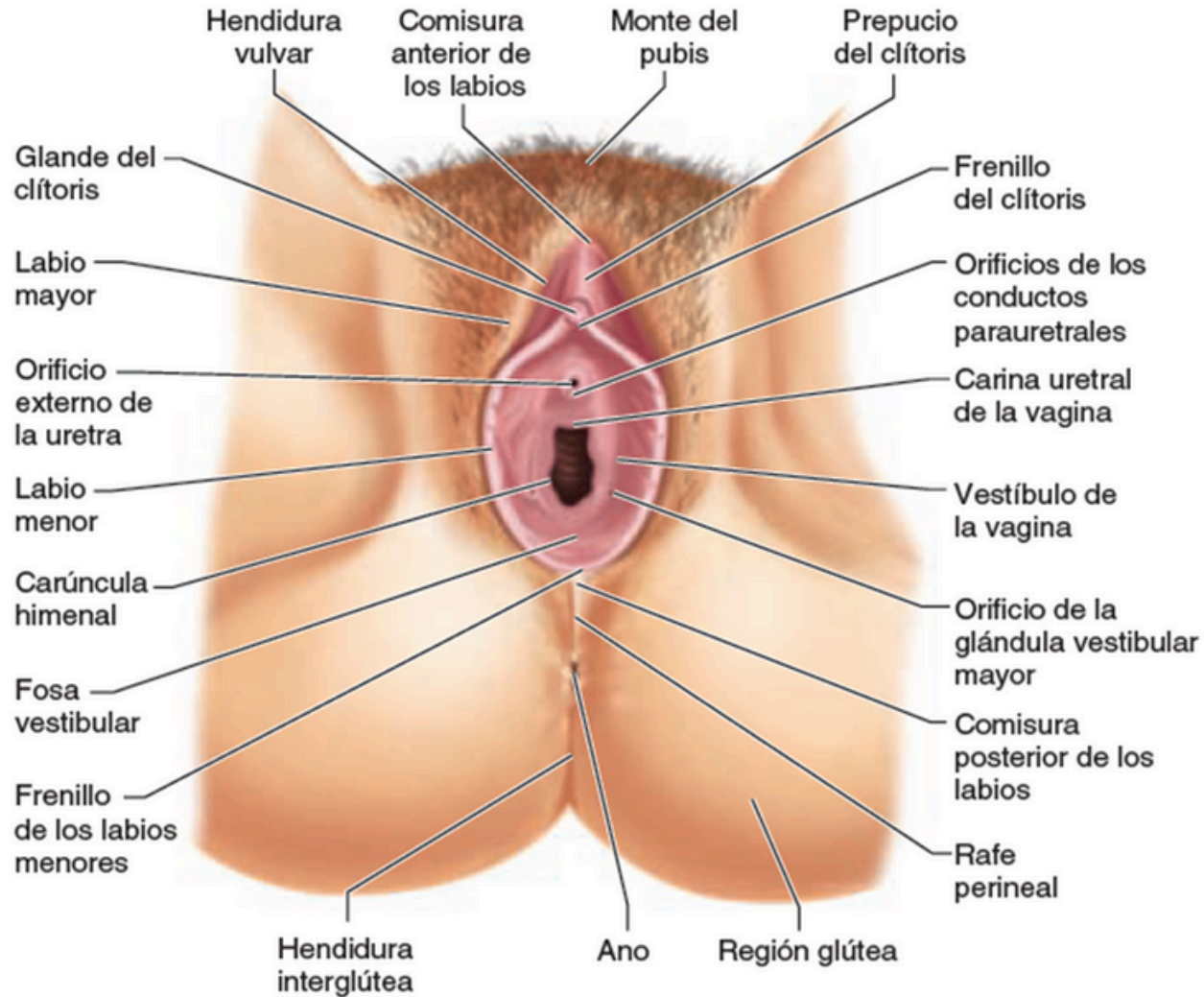
Moore, Anatomía con orientación clínica, 2017 (p.464))

# ANATOMÍA DE SUPERFICIE DE LA PELVIS Y DEL PERINÉ



Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.663)

# ÓRGANOS GENITALES EXTERNOS FEMENINOS



Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.699)

# VAGINA

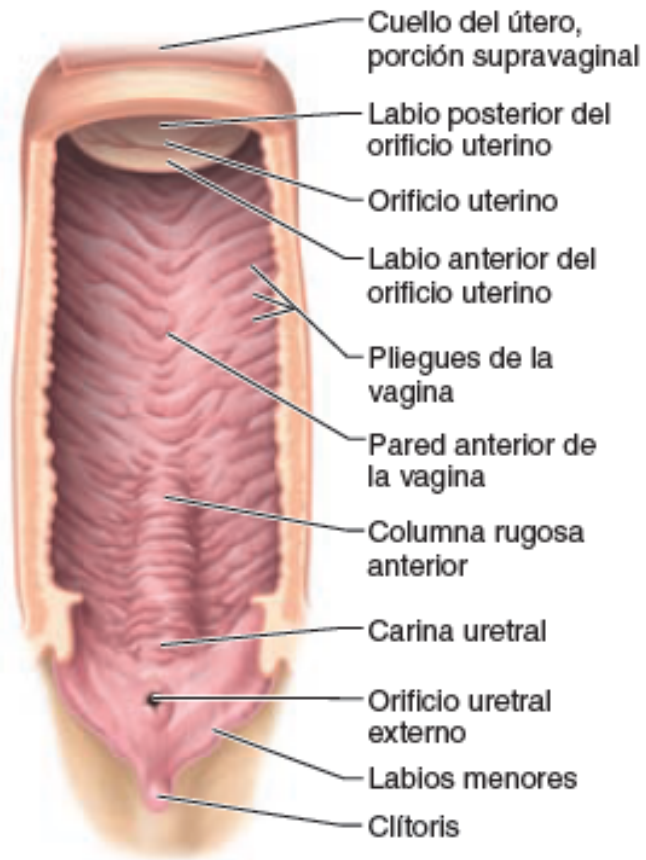


Imagen: Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.709)

# CLÍTORIS

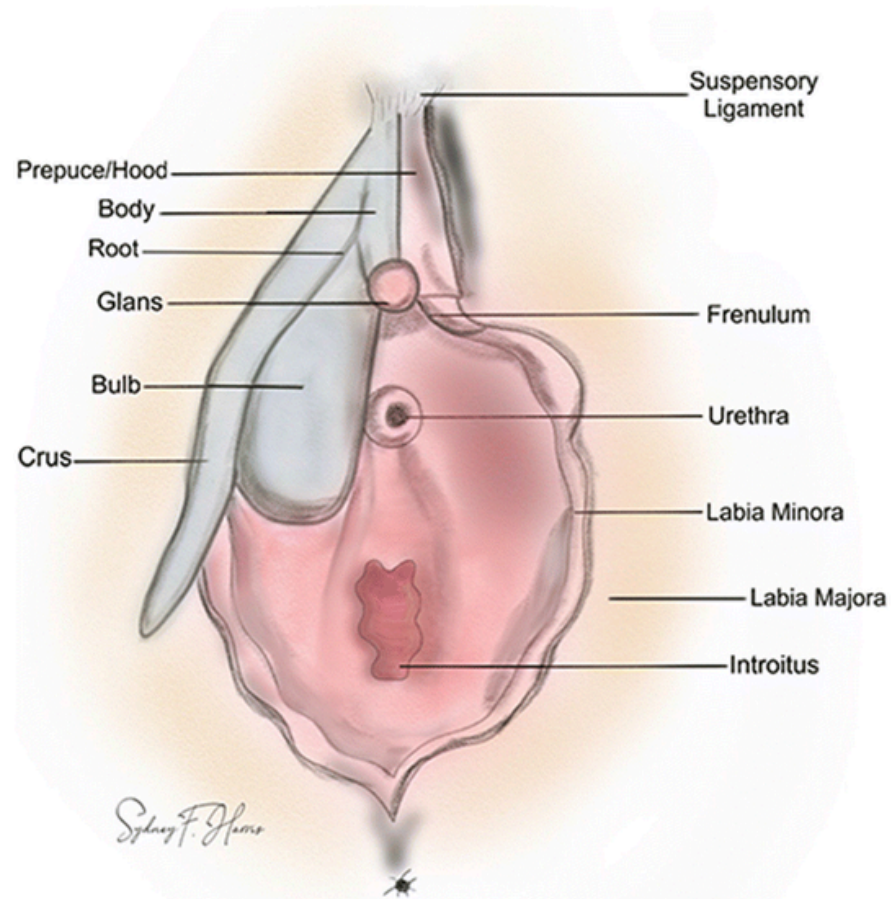


Imagen: Anatomy of the clitoris and vulva (Illustrator: Sydney F Harris)

# CALPP COMPLEJO

## ABDOMINO-LUMBO-PÉLVICO-PERINEAL

La importancia del trabajo en equipo

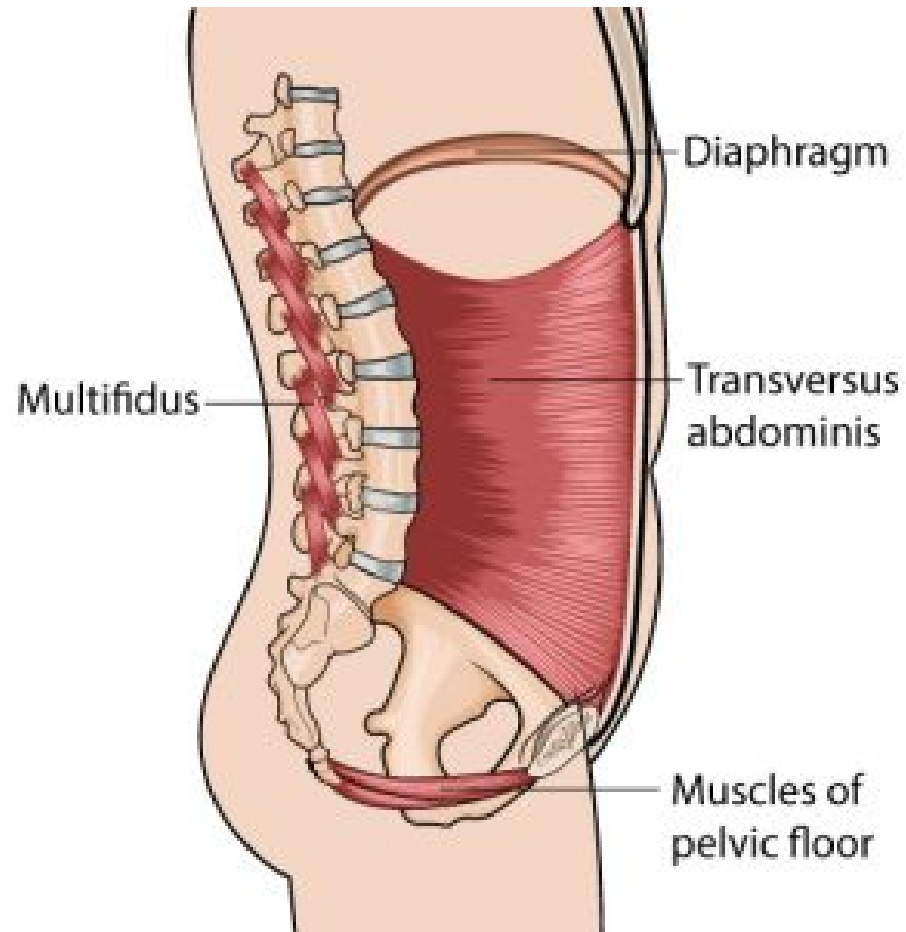
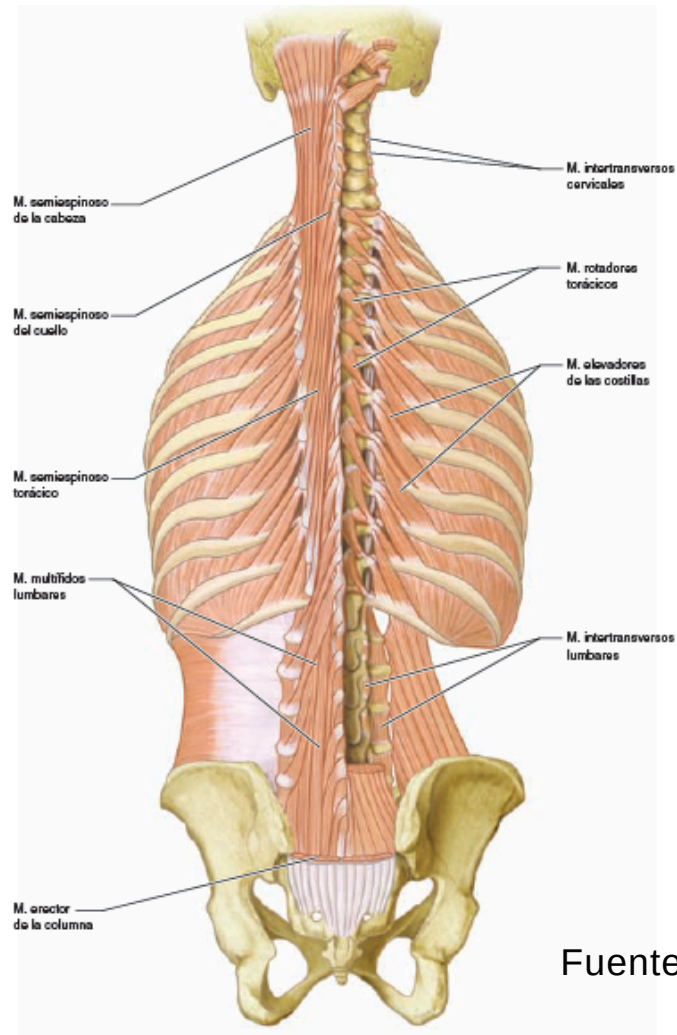


Imagen: CALPP (Google, s.f.)

# MUSCULATURA PROFUNDA ESPALDA



Fuente: Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.117)

# DIAFRAGMA TORÁCICO

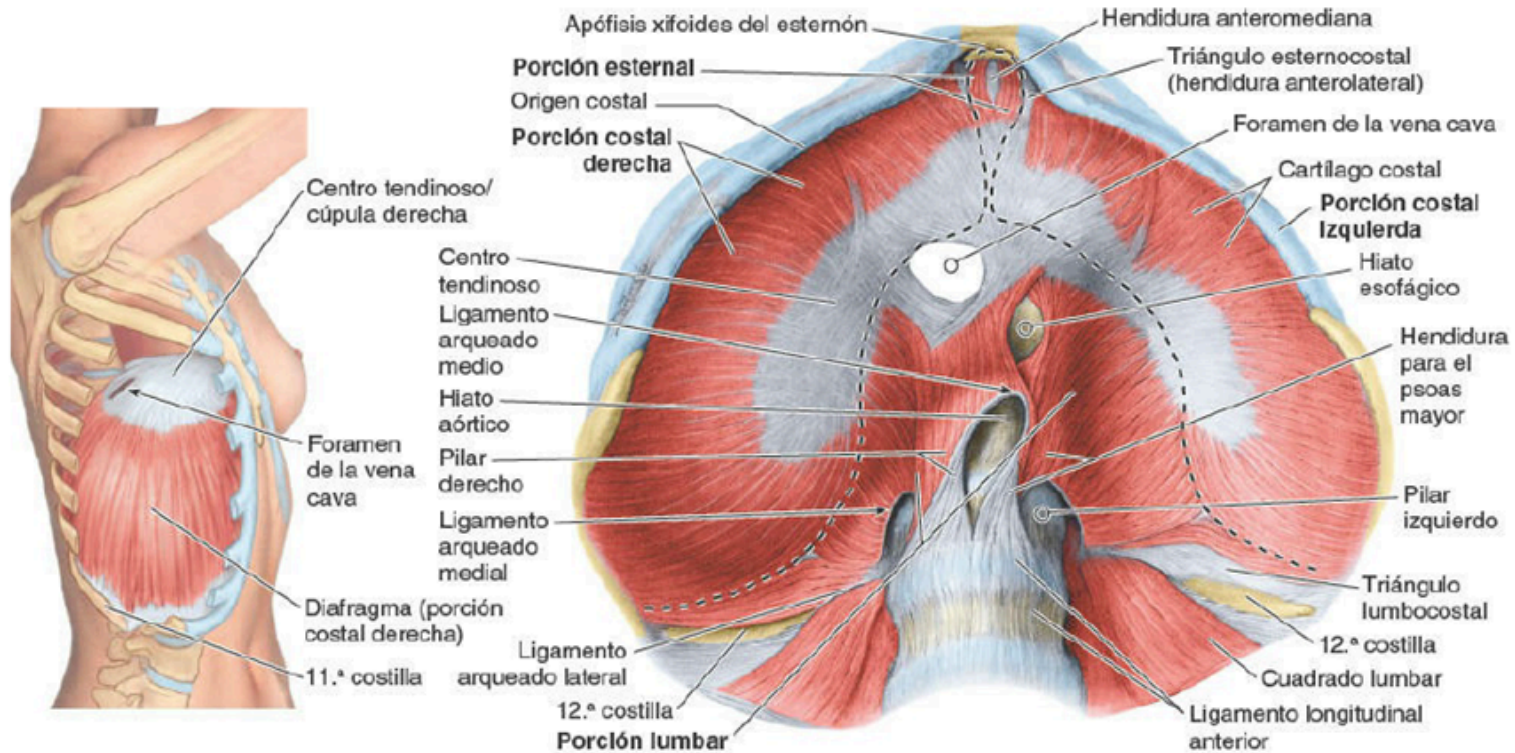


Imagen: Moore, Anatomía con orientación clínica, 2017 (p.365)

El diafragma es un músculo circular abovedado en forma de paracaídas que divide la cavidad torácica de la abdominal.

# DIAFRAGMA Y RESPIRACIÓN

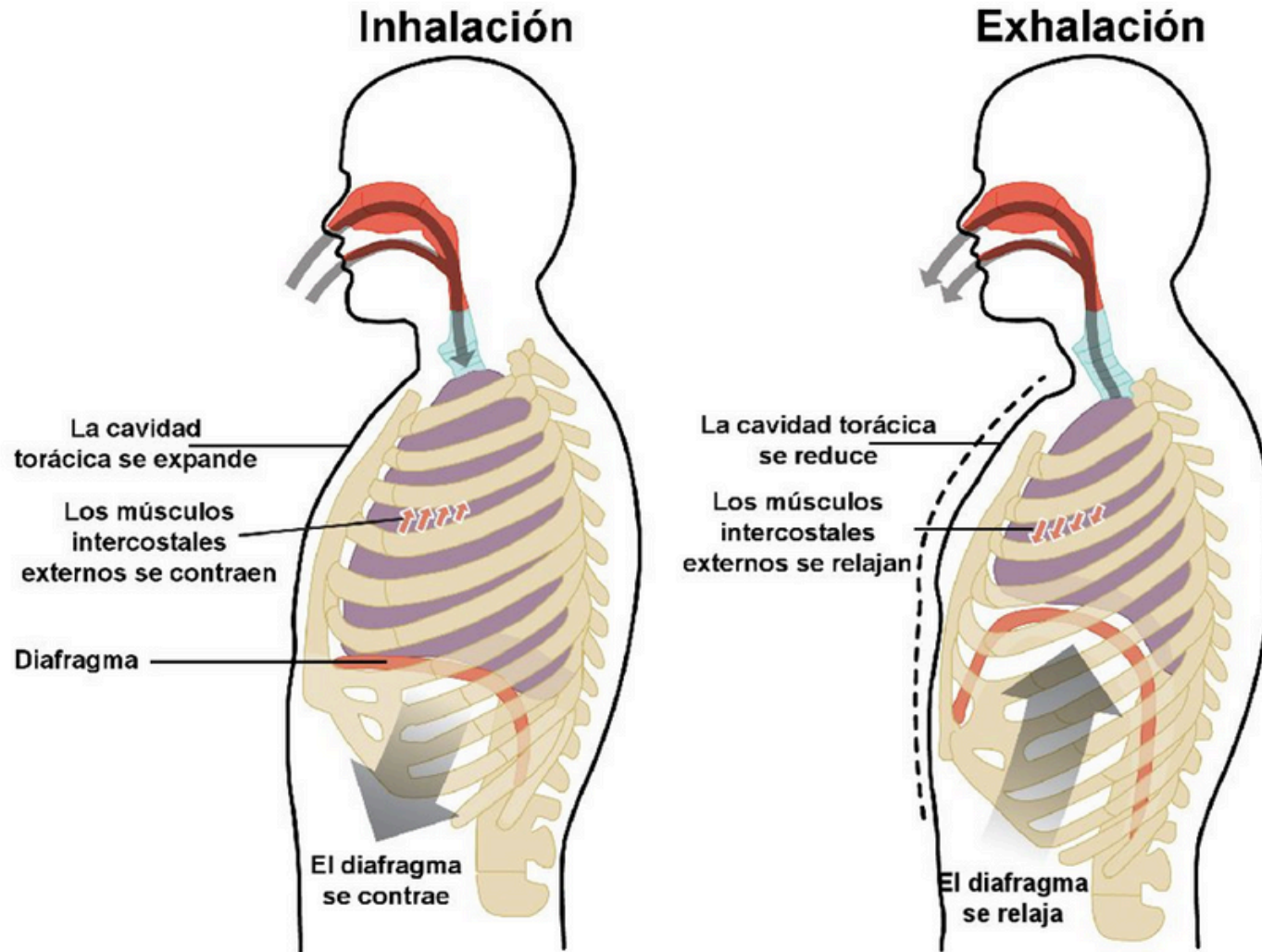
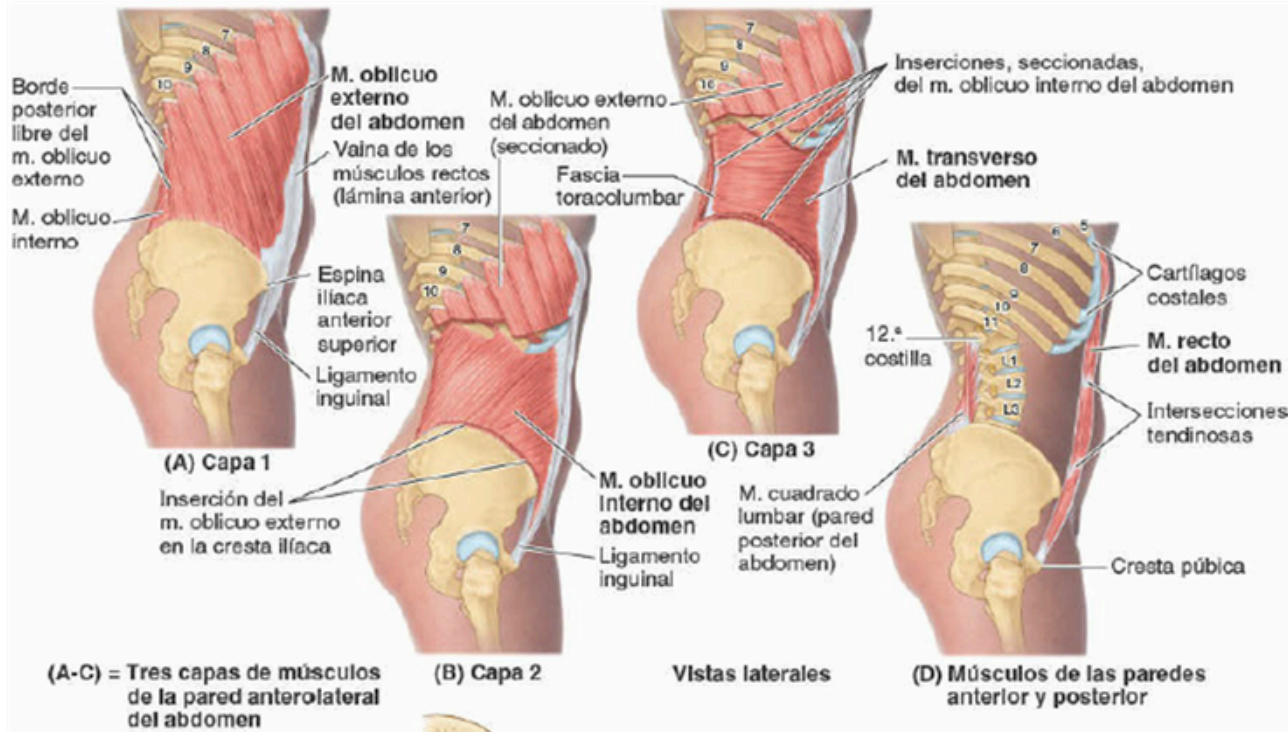


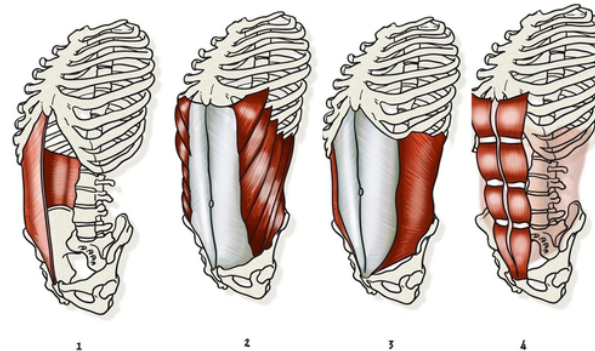
Imagen: Respiración (Google, s.f.)

# MUSCULATURA ABDOMINAL

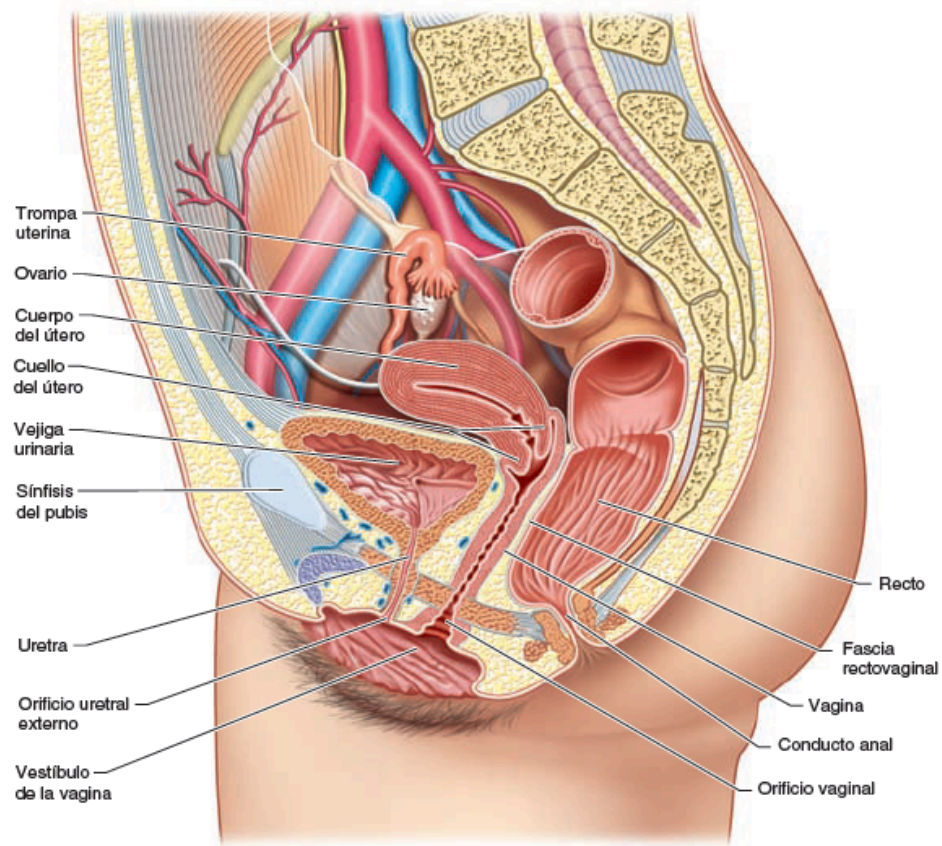


Moore, Anatomía con orientación clínica, 2017 (p.240)

1. Transverso abdominal
2. Oblícuo interno
3. Oblícuo externo
4. Recto abdominal



# VÍSCERAS PÉLVICAS



ÚTERO  
VEJIGA  
RECTO

Imagen: Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.680)

# ANATOMÍA VEJIGA

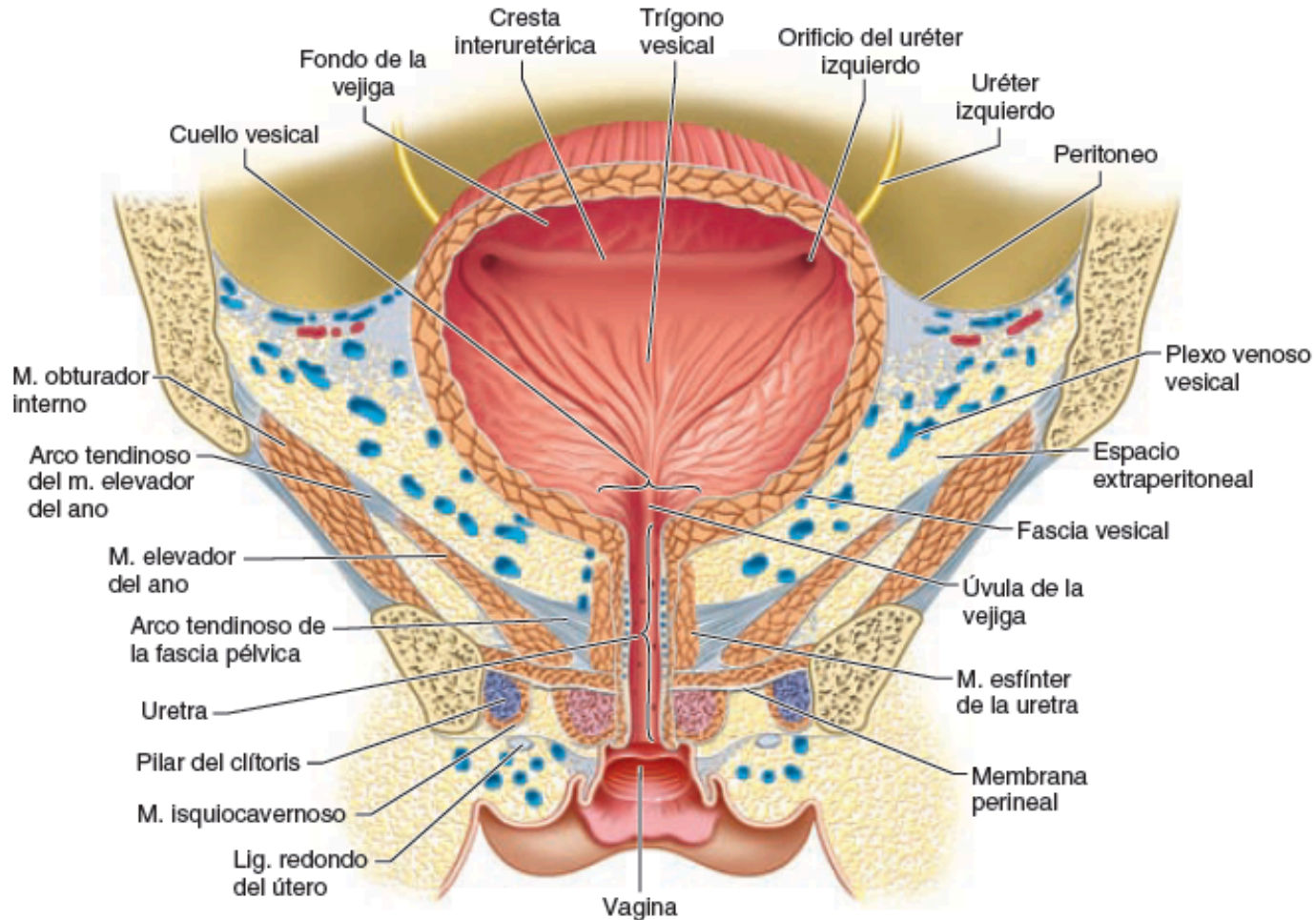


Fig. 7-20. Trígono vesical. Corte coronal de la vejiga urinaria femenina, visto desde anterior.

Imagen: Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.681)

# ANATOMÍA ÚTERO

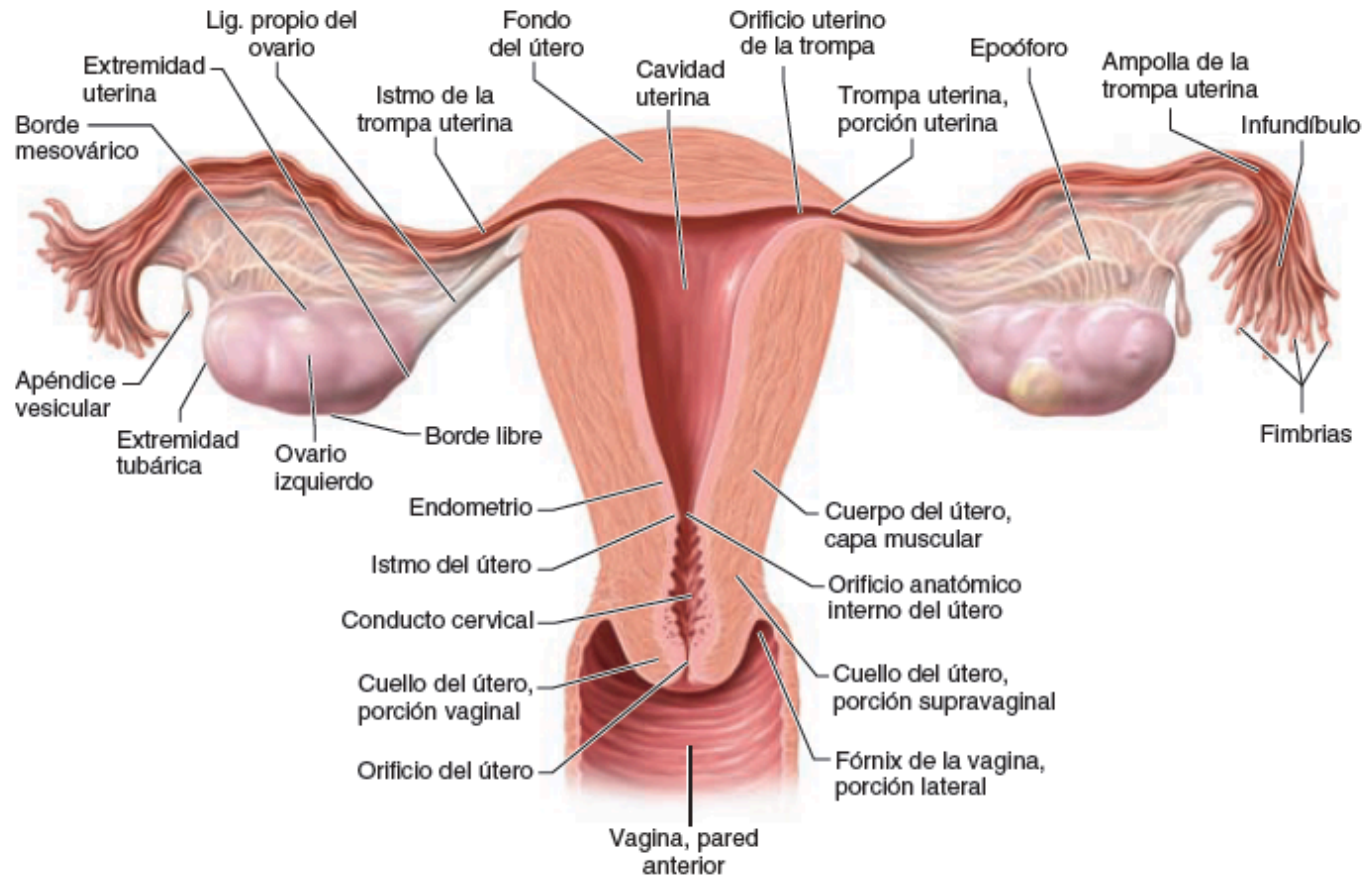


Imagen: Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.698)

# ANATOMÍA RECTO

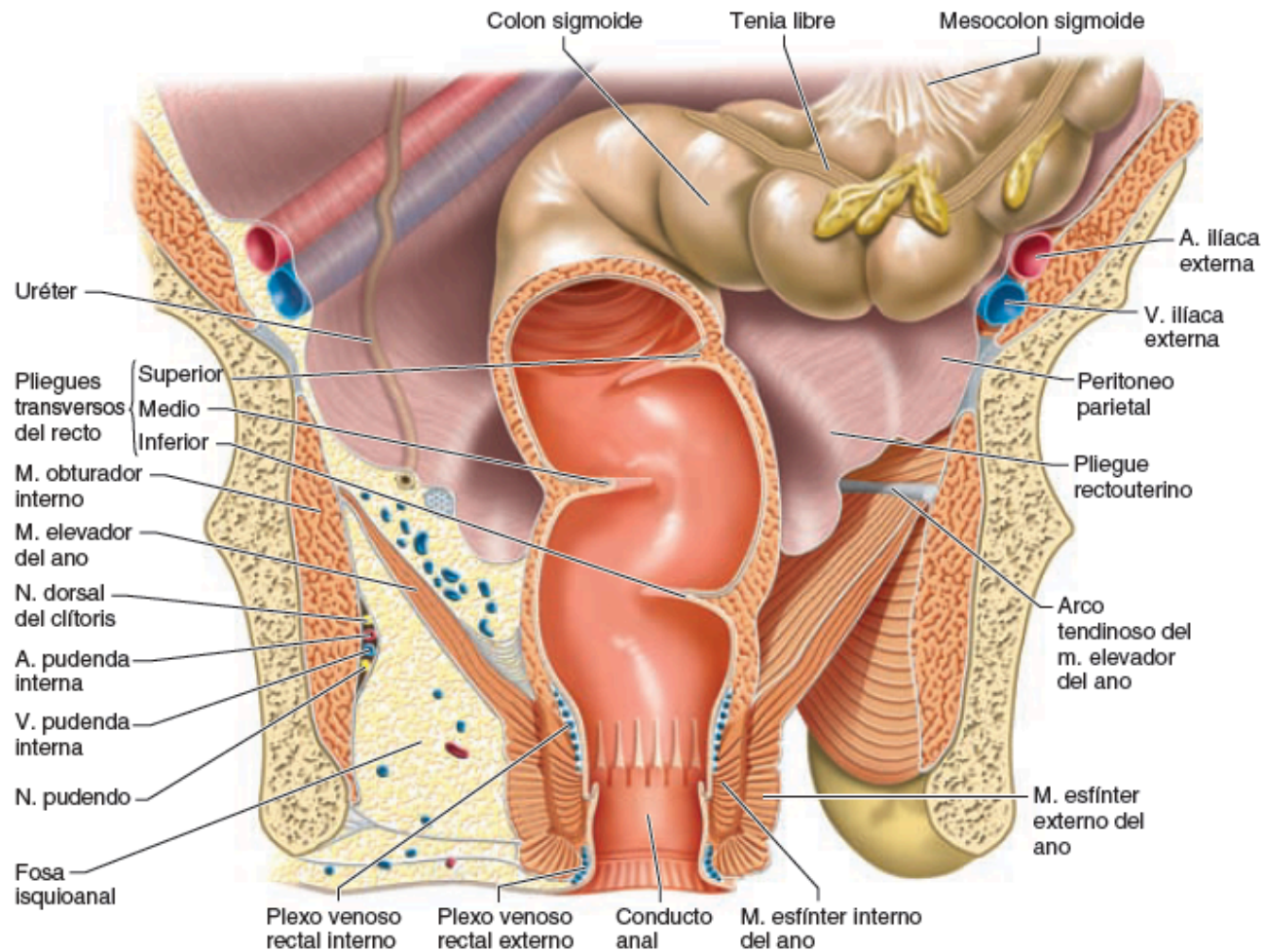


Fig. 7-22. Corte coronal del recto y el conducto anal, visto desde anterior.

# VASCULARIZACIÓN E INERVACIÓN

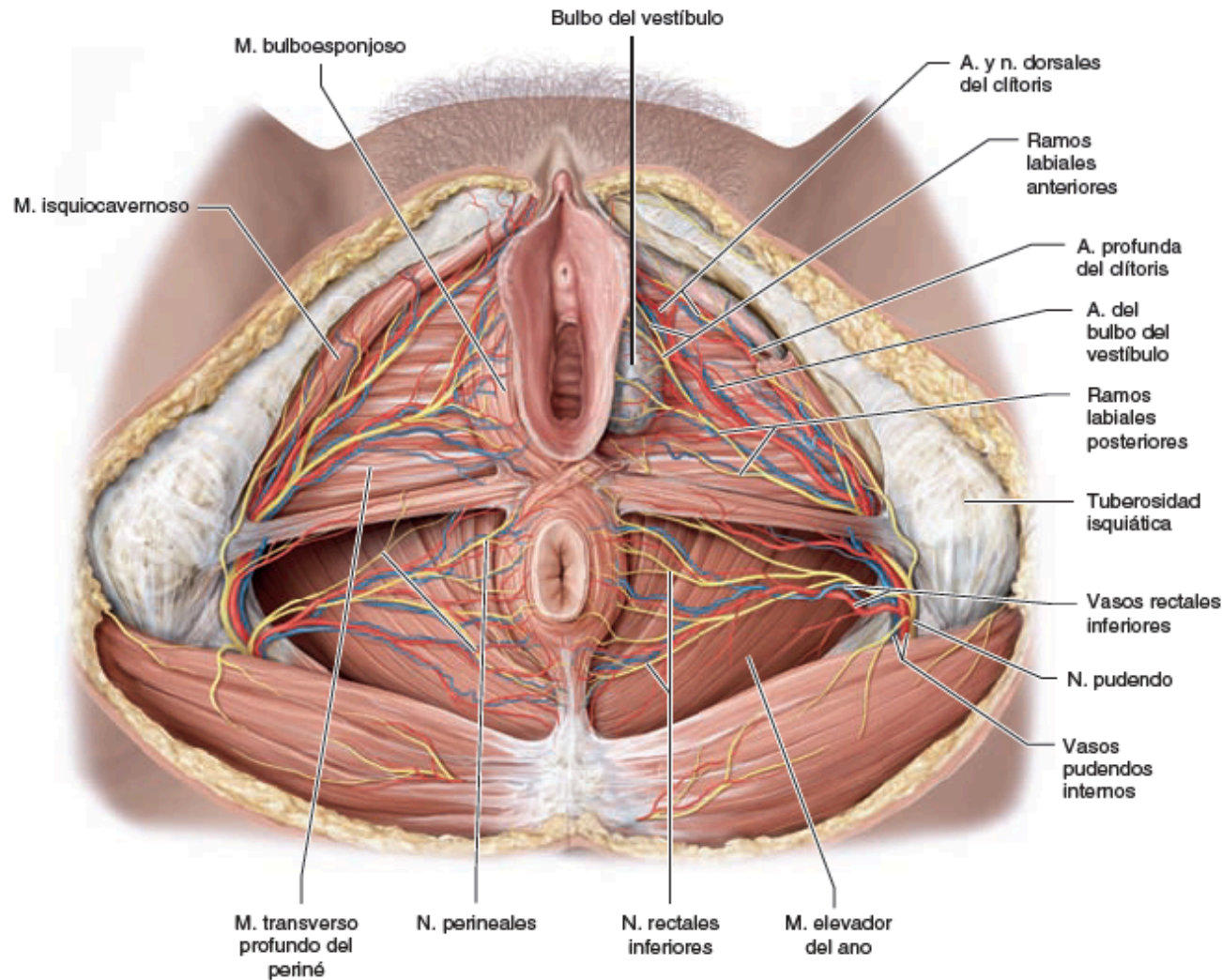
## VASCURALIZACIÓN

- Arteria Ilíaca interna
- Vena ílcaca interna

## INERVACIÓN

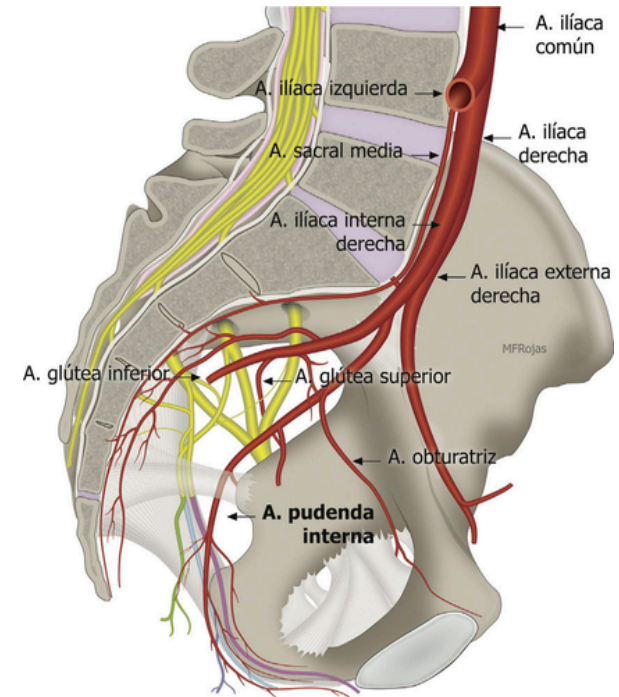
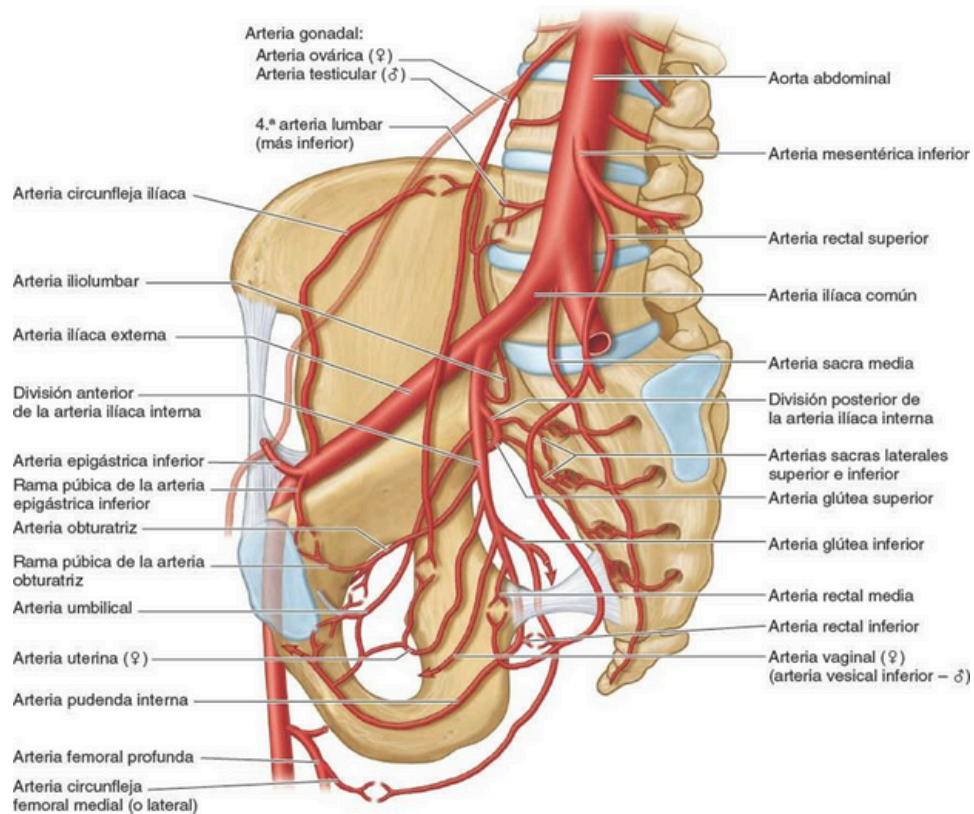
- Plexo sacro y lumbosacro
- Nervio Pudendo (S2-S4)  
y nervio cocígeo

# VASCULARIZACIÓN DEL PERINÉ Y DE LOS ÓRGANOS GENITALES EXTERNOS FEMENINOS



Pró, Anatomía Clínica, 2012 (p.714))

# VASCULARIZACIÓN ARTERIAL

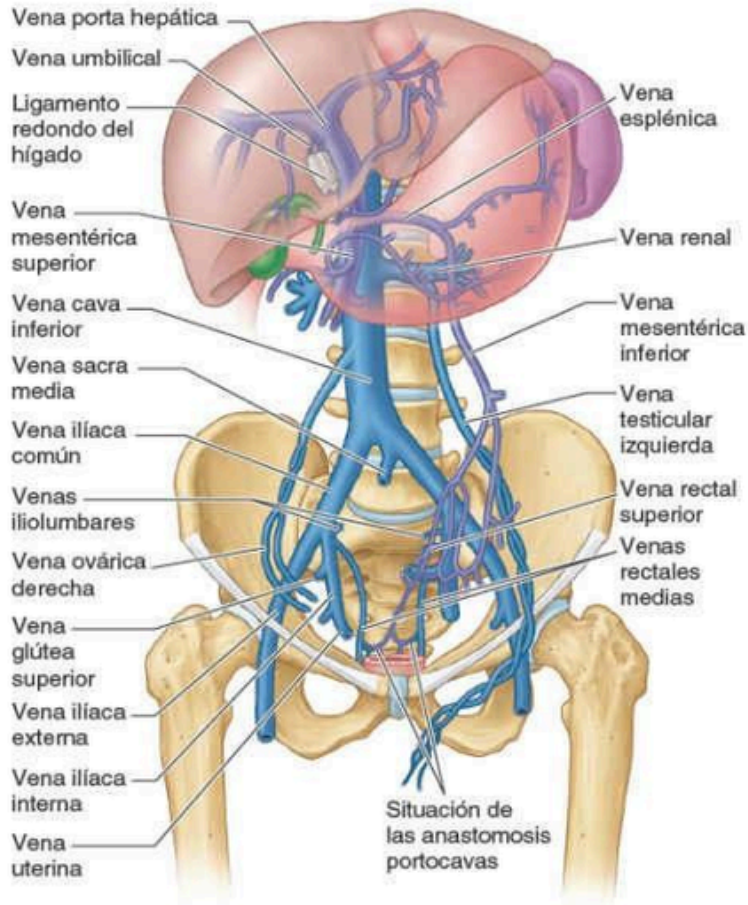


Moore, Anatomía con orientación clínica, 2017 (p.406)

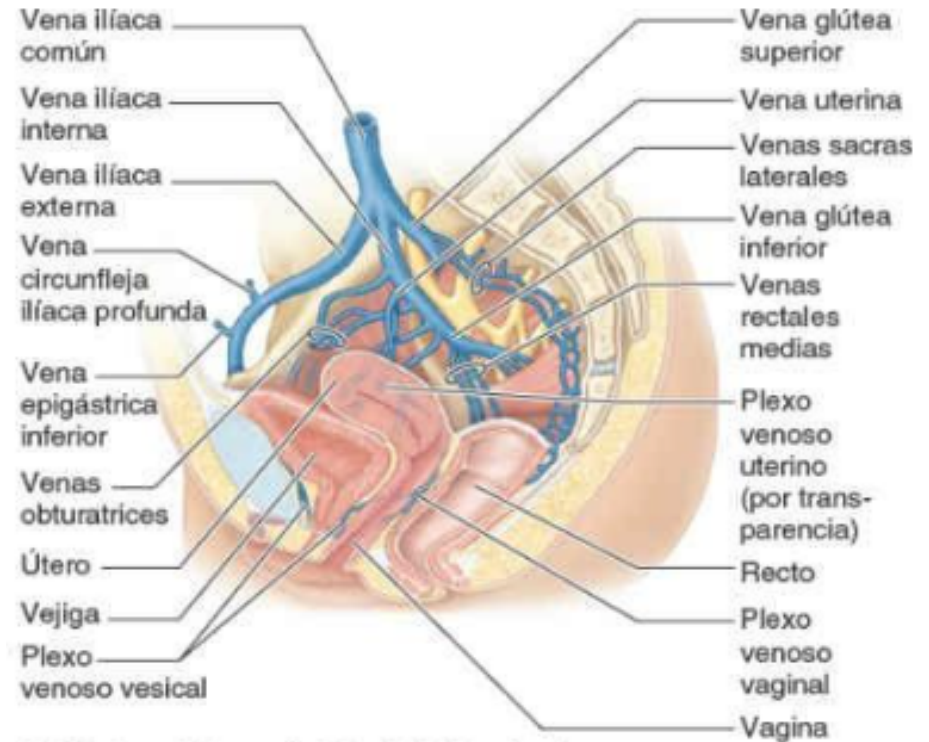
Fuente: Anestesia regional guiada por ultrasonido en territorio del nervio pudendo - Scientific Figure on ResearchGate.

Available from: [https://www.researchgate.net/figure/Figura-5-Arteria-pudenda-interna-rama-de-la-arteria-iliaca-interna-y-su-relacion-con\\_fig5\\_318249190](https://www.researchgate.net/figure/Figura-5-Arteria-pudenda-interna-rama-de-la-arteria-iliaca-interna-y-su-relacion-con_fig5_318249190)

# VASCULARIZACIÓN VENOSA



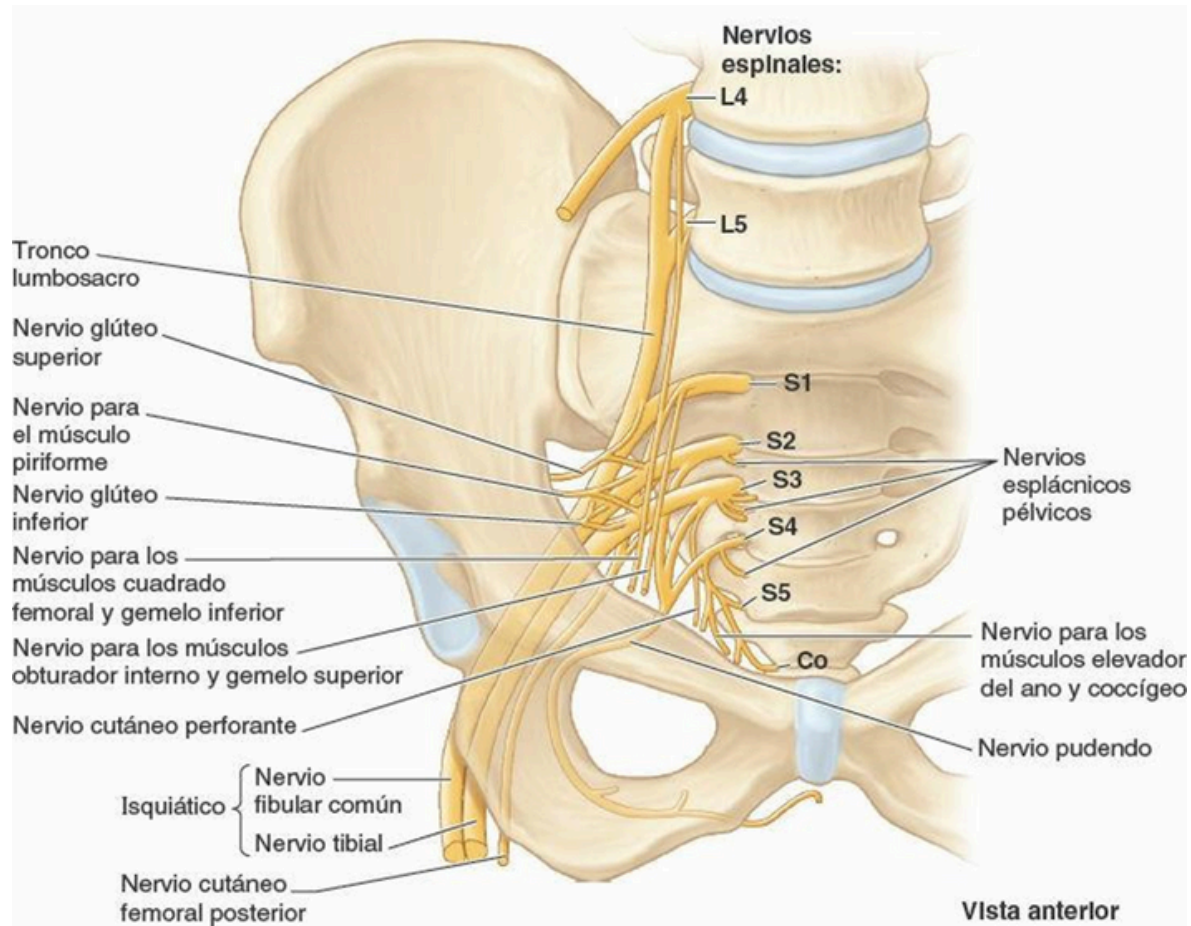
(A) Vista anterior



(B) Mujer: vista medial desde la izquierda

Moore, Anatomía con orientación clínica, 2017 (p.411)

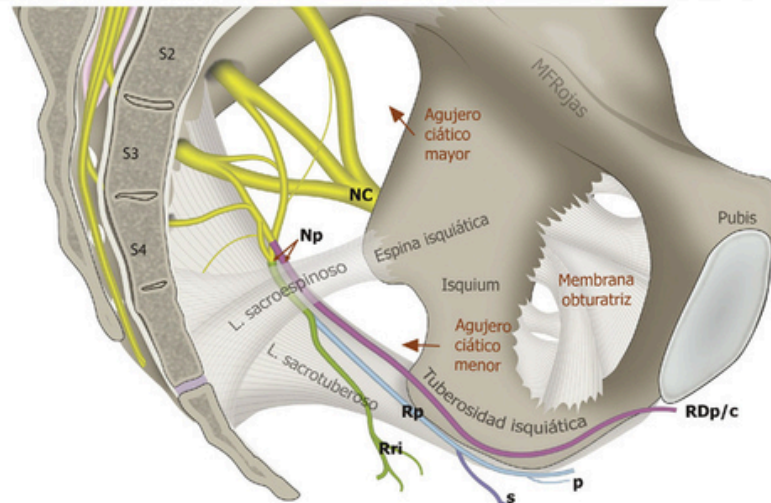
# INERVACIÓN



Fuente: Moore, Anatomía con orientación clínica, 2017 (p.414)

# INERVACIÓN

Raíces Nerviosas	Ramificaciones		Inervación sensitiva	Inervación motora	Vegetativo
<b>Nervio pudendo (Np)</b> S1 S2-S4 S5  Presentación anatómica en 1, 2 o 3 troncos  30% autonómico y 70% somática: 50% sensitivo y 20% motor	Rama Dorsal del pene /clitoris S2 (RDp/c)	Rama clitorídea Rama pubiana	Tejido eréctil del cuerpo cavernoso y cruz del pene/clitoris y la piel que cubre el aspecto dorsolateral del prepucio, glánde y pene / clitoris	Músculos involucrados en la erección	Iniciación y mantenimiento de la erección (parasimpático)
	Rama Perineal (Rp)	Profunda / muscular (p)	Tercio inferior de la vagina y de la uretra	Músculo perineal transverso superficial y profundo, bulboesponjoso, isquiocavernoso esfínter ureteral, porción ant del esfínter anal ext. y áreas variables del músculo elevador del ano	Sensación consciente de necesidad urinaria
		Superficial (s)	Rama medial Rama posterolateral	Porción posterior de la piel del perine y escroto/labios mayores y menores	Al esfínter externo e inervación variable del músculo elevador del ano
	Rama rectal inferior S3 (Rri)		Inervación sensitiva de la piel de la circunferencia anal, el tercio caudal del recto y posterior vulvar	Músculo elevador del ano y del esfínter externo del ano	Sensación consciente de necesidad de defecar



Fuente: Anestesia regional guiada por ultrasonido en territorio del nervio pudendo - Scientific Figure on ResearchGate. Available from: [https://www.researchgate.net/figure/Figura-1-Anatomia-y-funcionalidad-del-nervio-pudendo-Np-formado-por-las-raices\\_fig1\\_318249190](https://www.researchgate.net/figure/Figura-1-Anatomia-y-funcionalidad-del-nervio-pudendo-Np-formado-por-las-raices_fig1_318249190)

# CONTACTO

E-MAIL:

**rosanipa@hotmail.com**

**rosanipa@gmial.com**

TELÉFONO:

**619491490**

INSTAGRAM:

**@pelvic4fit**