

# **REFLEJOS MUSCULARES**

# REFLEJOS MUSCULARES

---

¿Qué son los reflejos?

Los reflejos con contracciones musculares involuntarias (la respuesta viene a nivel medular y no cerebral) que pueden implicar a un músculo o a un grupo de músculos.

Principales reflejos musculares:

Pese a que hay muchos más, distinguiremos tres reflejos musculares distintos:

- Miotático directo
- Miotático inverso
- Inhibición recíproca del antagonista

# REFLEJO MIOTÁTICO DIRECTO

- ✘ **Qué es el Reflejo Miotático**
- ✘ En los músculos se encuentran órganos sensibles receptores, que registran el estado de tensión de los mismos, como los “husos musculares” que actúan como controladores del estado de la tensión y extensión de los mismos. Cuando un músculo se estira, también se estiran los husos musculares, que en ese instante envían impulsos a la médula espinal informando sobre dicho estiramiento, en la médula espinal se produce una sinapsis y como respuesta, se envía la orden al músculo para que este se contraiga

El objetivo de este reflejo es “proteger al músculo de una extensión excesiva”, es un mecanismo de defensa, para evitar una lesión muscular provocada por dicha extensión brusca y excesiva.

# REFLEJO MIOTÁTICO INVERSO

- ✘ Qué es el Reflejo Miotático Inverso
- ✘ Cuando la tensión muscular alcanza un umbral crítico, que puede poner en peligro el músculo y se produce este reflejo miotático inverso, que provoca la relajación muscular.
- ✘ Ejemplificando este concepto, podemos decir que se produce el Reflejo Miotático Inverso cuando desarrollamos una tensión de magnitud excesiva. El objetivo de este reflejo es proteger al músculo y sus inserciones y tendones de una posible lesión (distensión, desgarro, o roturas fibrilares) provocados por una sobrecarga demasiado fuerte

# REFLEJO INHIBICIÓN RECÍPROCA

- ✘ Reflejo de inhibición recíproca del antagonista
- ✘ Cuando se produce la excitación de determinado grupo muscular, se verifica la inhibición del grupo antagonista.
- ✘ Al ordenarle a un músculo que se contraiga, su antagonista se relaja.