

REHABILITACIÓN DE CUELLO



R. Externos



**Trapezio (F. medias)
Romboides**



**Musculatura de la
nuca**



**Escalenos Trapecio
Esternocleido**



**Angular del
omóplato**



**Gran dorsal Trapecio
(P. Bajas intercostales
Post. y later.)**



**Intercostales ant.
Pectoral (bil.)**



**Intercostales ant.
Pectoral (uni.)**



**Pectoral
(F. Claviculares)**



Pectoral (F. Externales)



**Elastificación esternocostal
y pectoral**

Pega esta ficha en la pared de tu cuarto para recordar tus ejercicios diarios. Si quieres más información sobre los ejercicios entra en el apartado de rehabilitación en

www.fundacioninternacionaldeldolor.org