

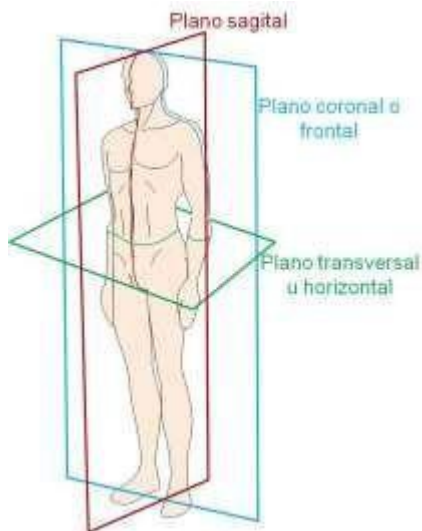
Clase N°3: Anatomía Básica

Planos y Ejes

Plano sagital: Divide el cuerpo o segmento corporal en derecha e izquierda.

Plano coronal: Divide el cuerpo o segmento corporal en anterior y posterior.

Plano transversal: Divide el cuerpo o segmento corporal en superior e inferior.

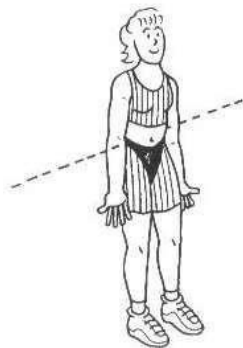


Eje transversal: Traspasa el cuerpo o segmento corporal de lado a lado (laterolateral)

Eje vertical: Traspasa el cuerpo o segmento corporal de arriba a abajo (superior a inferior)

Eje anteroposterior: Traspasa el cuerpo de adelante para atrás.

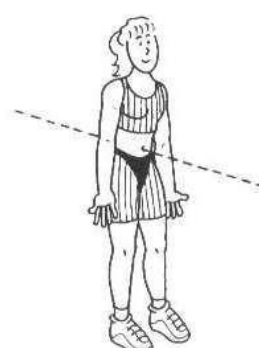
eje transversal



eje vertical o longitudinal



eje anteroposterior



Posición Anatómica

La posición anatómica es la posición en la que se observa el cuerpo independientemente en la posición que se encuentre, esta es:

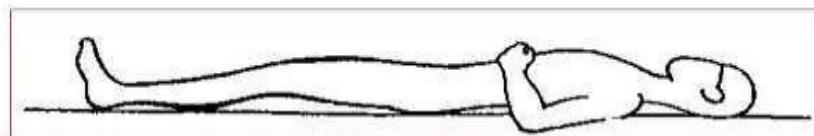
Erguido, palma de las manos adelante, talones juntos, espalda recta, mirada al frente.



Decúbito supino o dorsal: Acostado boca arriba.

Decúbito prono o ventral: Acostado boca abajo.

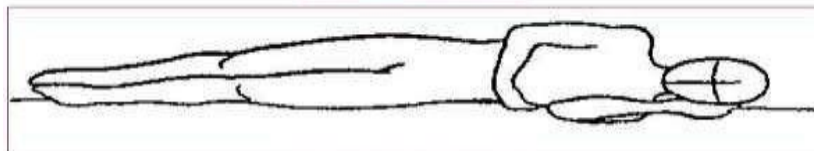
Decúbito lateral: Acostado de lado. (derecha o izquierda)



Decúbito Dorsal



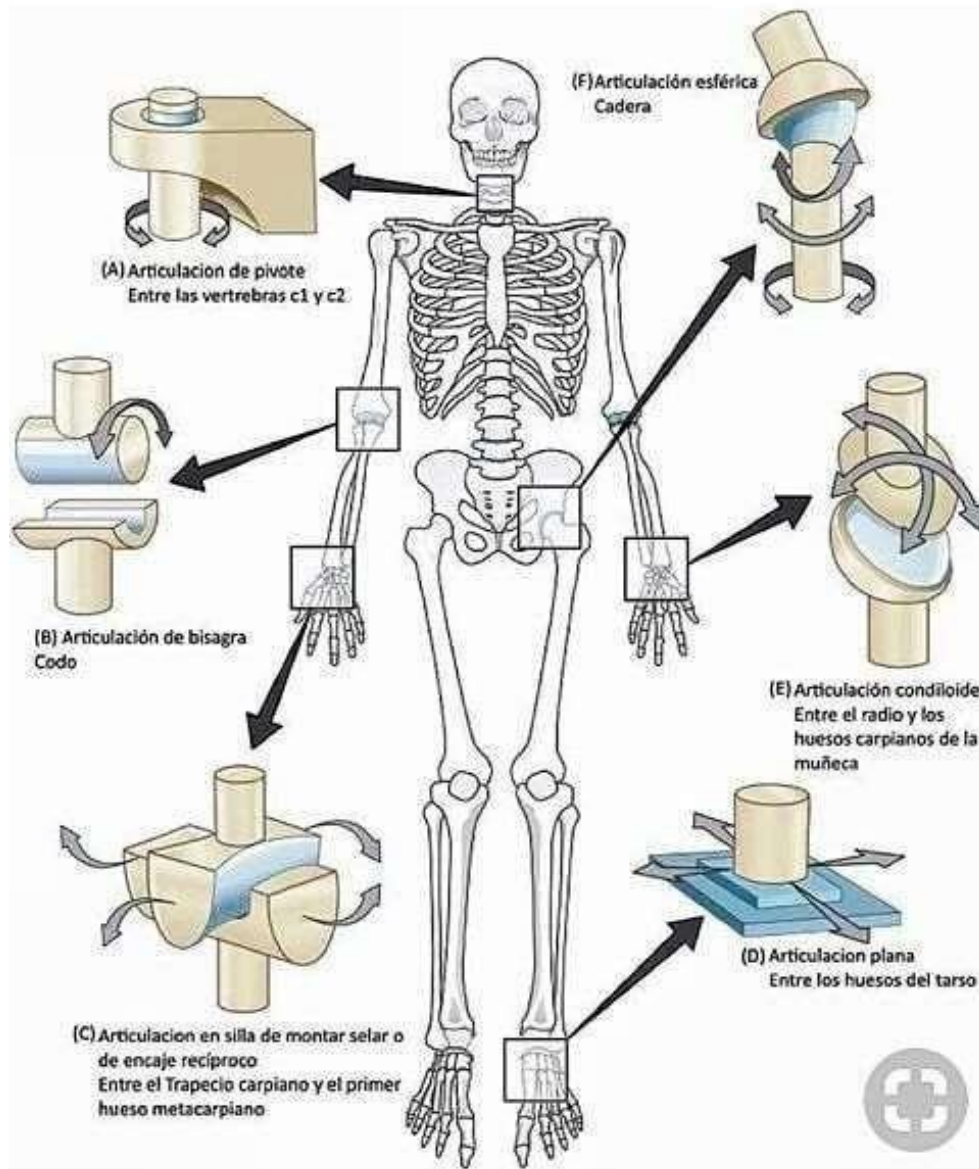
Decúbito Ventral



Decúbito Lateral

Articulaciones

Una articulación es la unión de uno o más huesos (no necesariamente tienen que poseer movimiento) por medio de ligamentos y tendones.



Las articulaciones pueden poseer desde 1 movimiento (articulación de bisagra) hasta 3 movimientos (articulación esférica), aquellas que poseen 3 movimientos (esféricas) pueden formar un 4to movimiento (circunducción).

Movimientos

Los movimientos son realizados por las articulaciones por efecto de la contracción de los músculos, que al contraerse tiran de los tendones cerrando o abriendo el vértice de la articulación.

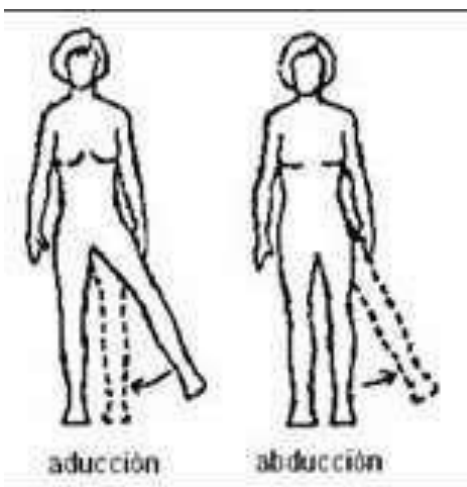
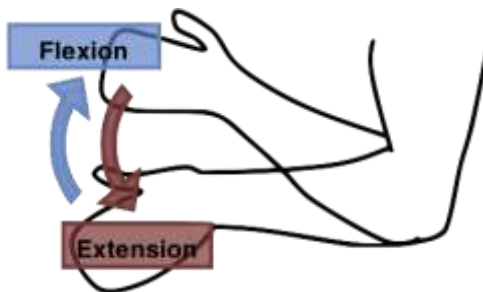
Flexión y extensión: Se realizan en el plano sagital con el eje transversal.

Rotación: Se realiza en el plano transversal con el eje vertical.

Pronación y supinación: Se realizan en el plano transversal con el eje vertical.

Aducción y abducción: Se realizan en el plano coronal con el eje anteroposterior.

Circunducción: Es el movimiento que se realiza al combinar todos los planos y ejes.

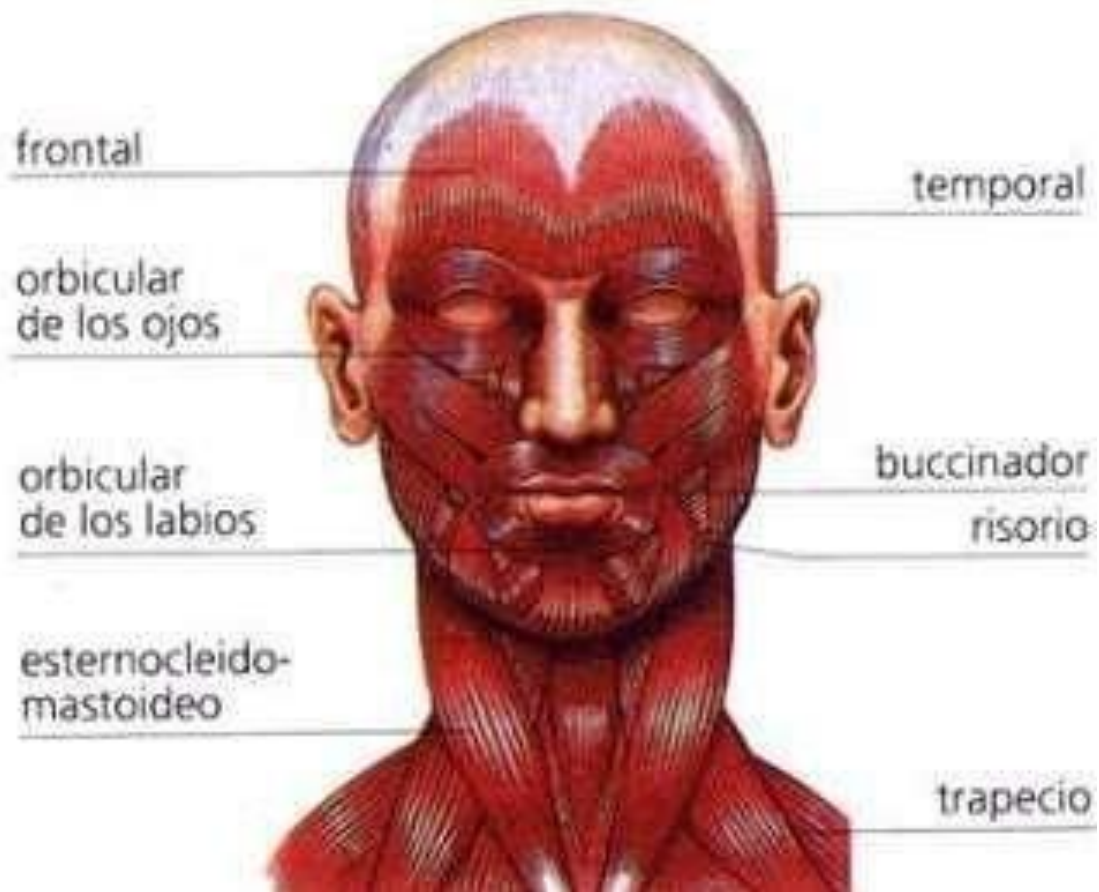




Músculos

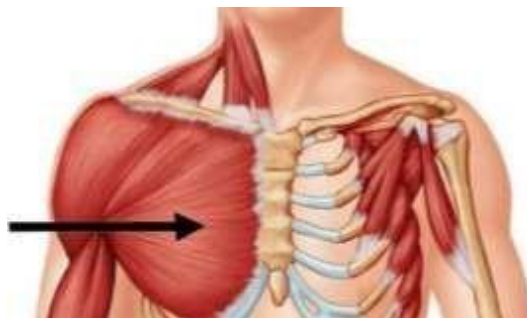
Conjunto de fibras que realizan contracción y relajación para ejecutar los movimientos de las articulaciones, las cuales proveen de movimiento al cuerpo, este tipo de músculo se llama: músculo estriado voluntario, ya que también existe el músculo estriado cardíaco involuntario.

Músculos faciales: conjunto de músculos pequeños que realizan los gestos faciales y dan movimientos a la mandíbula inferior.

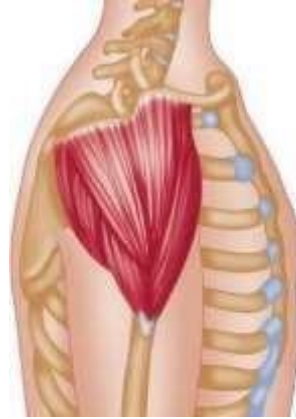


En el área de los masajes, estos músculos no se trabajan independientemente, sino como un todo.

Pectoral: musculo ubicado en la cara anterior de la caja torácica, cubra la mayoría de las costillas, es el músculo encargado de realizar la aducción del hombro cuando este está en flexión.



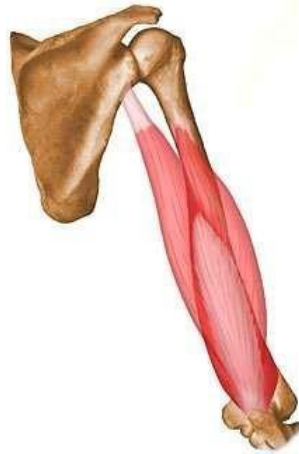
Deltoides: musculo encargado del 50% de los movimientos de flexión, abducción y extensión y circunducción, se encuentra en las caras anterior, lateral y posterior del hombro.



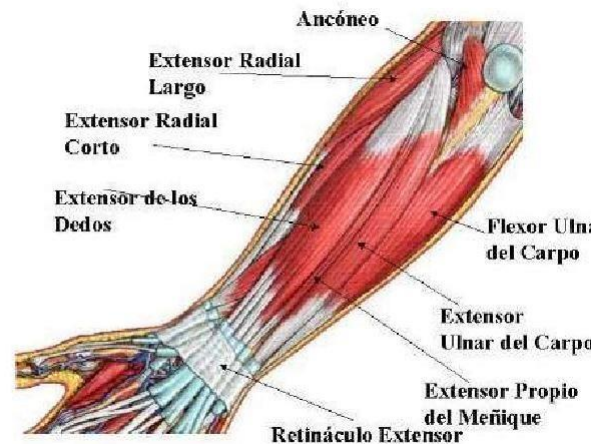
Bíceps braquial: Músculo encargado de realizar la flexión del codo, se encuentra en la cara anterior brazo.



Músculo tríceps braquial: musculo encargado de la extensión del codo, se encuentra en la cara posterior del brazo.



Músculos del antebrazo: son un conjunto de músculos que están en la cara anterior y posterior del antebrazo, se encargan de los movimientos de la muñeca y los dedos. Estos músculos pequeños se trabajan como un todo en el área de masajes.



Músculo trapecio: Musculo que se extiende desde las vértebras cervicales, los huesos acromiones y las vértebras torácicas, este musculo se encarga de la extensión de cuello, estabilidad de las vértebras cervicales y torácicas y a la elevación de los hombros, se encuentra en la cara posterior del cuello y tórax.



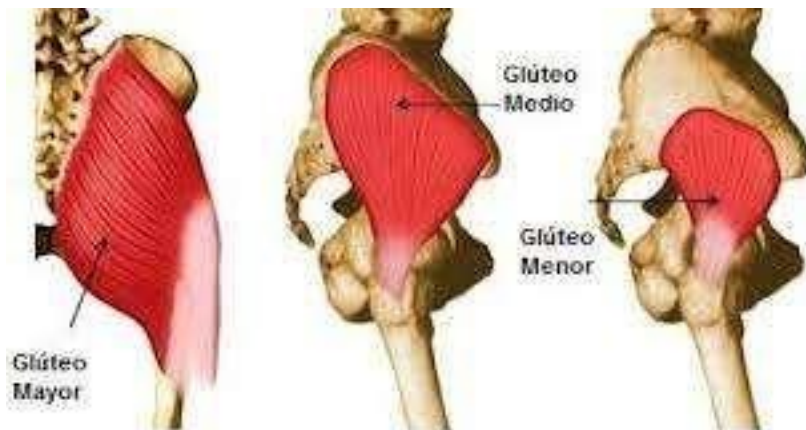
Dorsal ancho: musculo de gran tamaño, que se encuentra en la cara postero-inferior del tórax y laterales de la zona lumbar, se encarga de la aducción de los hombros.



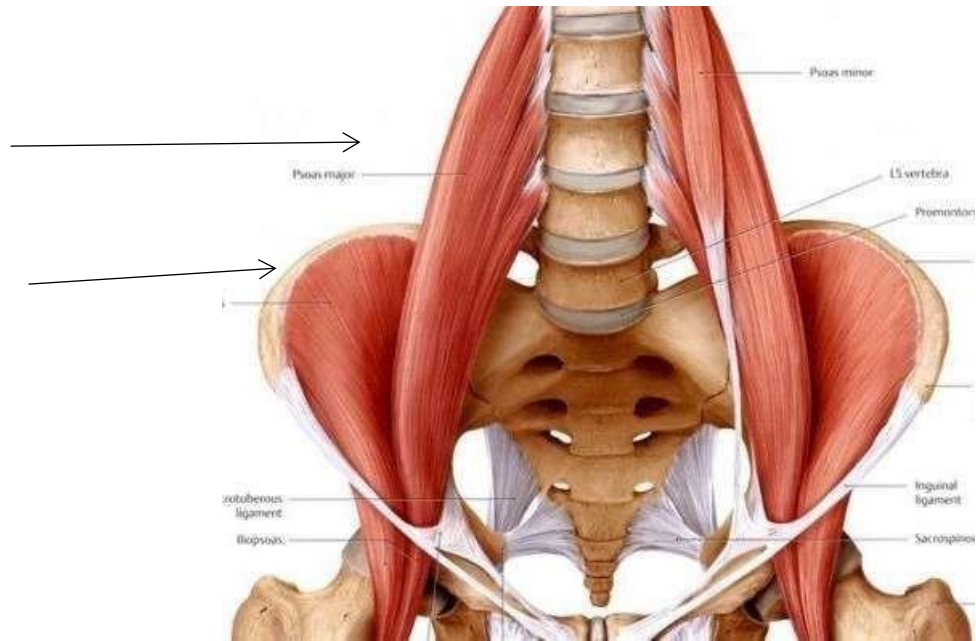
Cuadrado lumbar: musculo que se encuentra en la cara posterior de la zona lumbar, musculo encargado de la extensión de tronco y postura erguida del cuerpo.



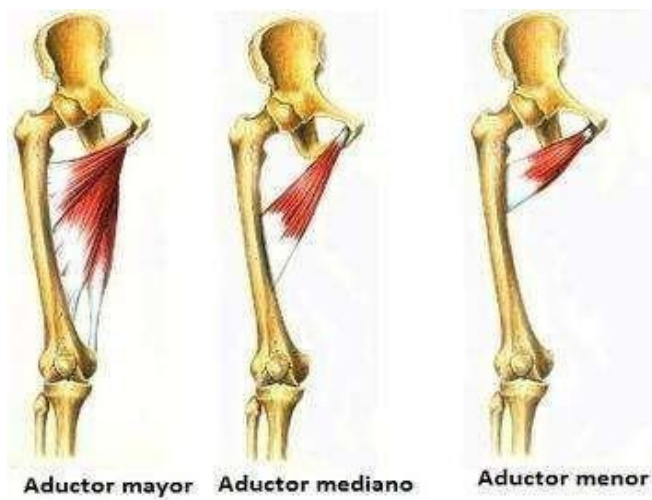
Glúteo mayor, medio y menor: Músculos que se encuentran en las caras posteriores y laterales de la cintura pélvica, músculos encargados de la extensión de cadera y colaboran con la abducción de cadera.



Psoas mayor e íliaco: Músculos que se encuentran dentro de la cavidad pélvica, se encargan del movimiento de flexión de cadera.

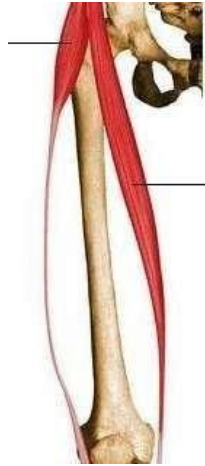


Aductores: Músculos que se encuentran en la cara lateral interna del muslo, son los encargados de la aducción de la cadera.

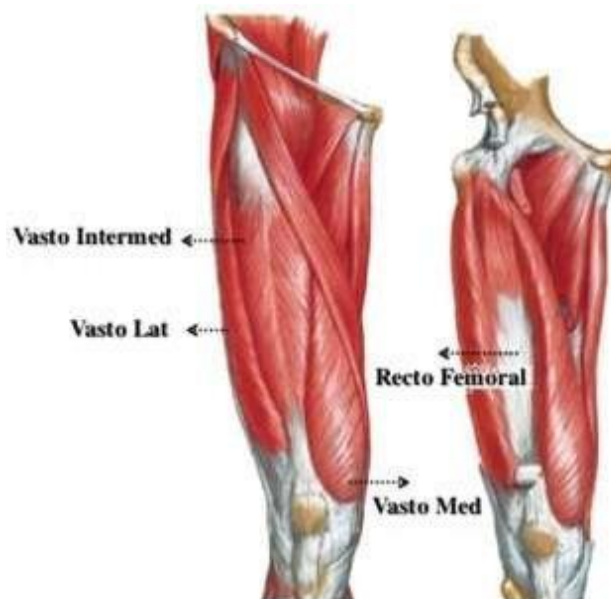


Tensor de la fascia lata: Músculo que se encuentra en la cara posterior externa del muslo, encargado de la abducción de cadera.

Sartorio: musculo que se encuentra en la cara anterior del muslo y sobre los cuádriceps, participa en la rotación externa de cadera.



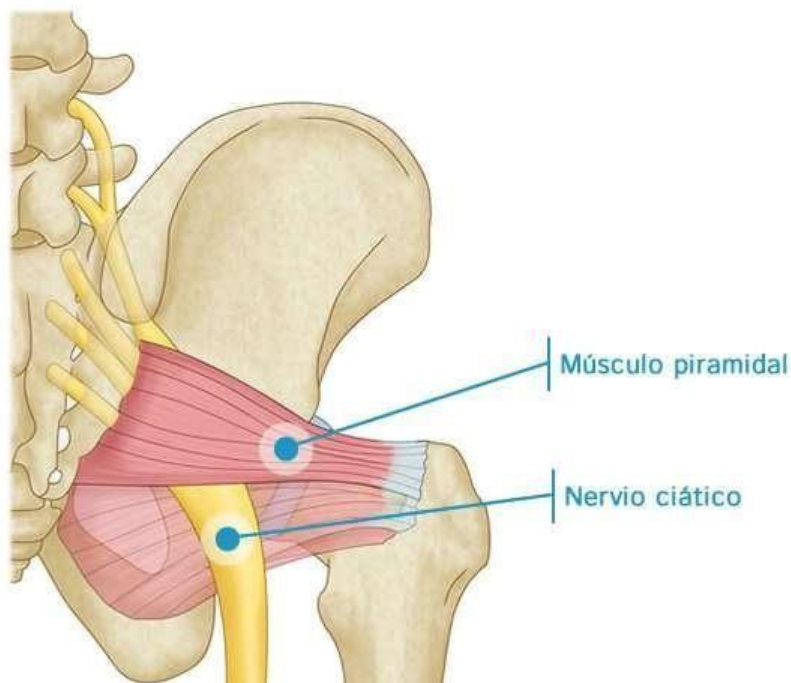
Cuádriceps: Músculo que posee 4 apéndices: Vasto interno, vasto lateral, recto femoral y vasto medio, se encuentran en la cara anterior del muslo, se encargan de la extensión de rodilla.



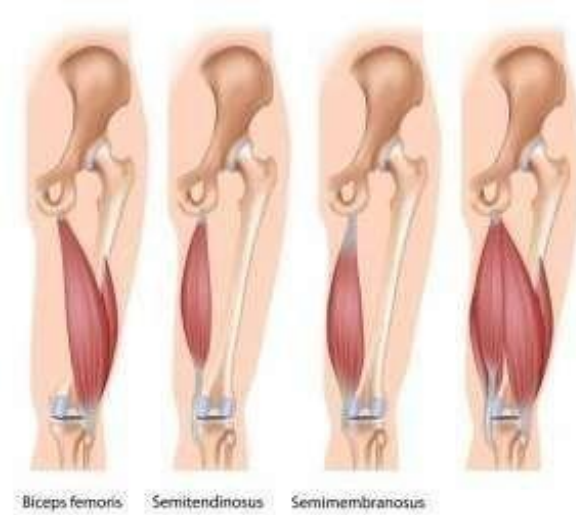
Tibial anterior: Músculo que se encuentra en la cara antero-lateral-externa de la pierna, encargado de la flexión dorsal del pie.



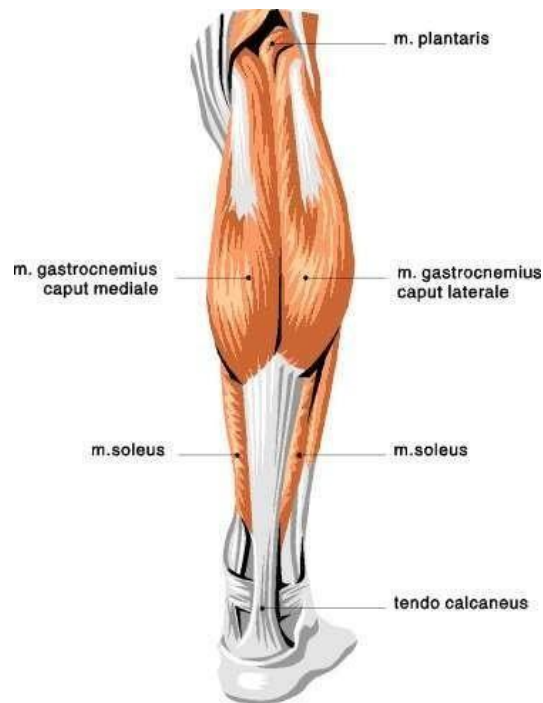
Piramidal: Músculo que se encuentra en la cara posterior de la cadera, es un musculo interno y se encarga de la rotación externa de la cadera, posee 2 apéndices los cuales entre ellos pasa el nervio ciático.



Isquiotibiales: Conjunto de músculos que se encuentran en la cara posterior del muslo, ellos son: semimembranoso, semitendinoso y bíceps femoral, encargados de la flexión de rodilla.



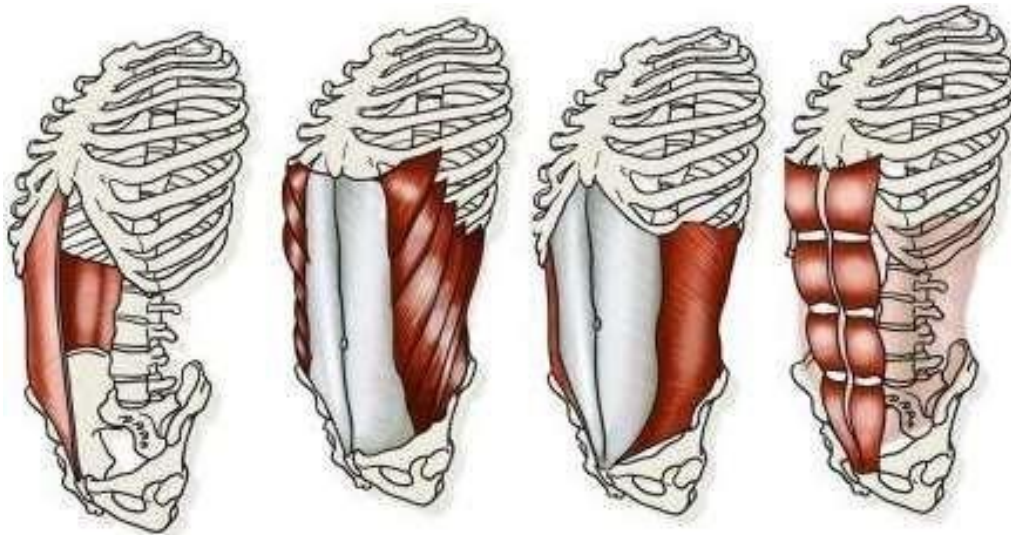
Gastrocnemio (gemelos): Músculo que se encuentra en la cara posterior de la pierna, encargado de la flexión plantar del pie.



Soleo: Músculo que se encuentra en la cara posterior de la pierna a los laterales de los gastrocnemios, colaborador de la flexión plantar.



Músculos del abdomen: Constituidos por 4 músculos: Transverso (capa más profunda), oblicuo interno (2da capa lateral), oblicuo externo (3era capa lateral) y recto abdominal (4ta capa, frontal), se encargan de los movimientos de flexión, rotación e inclinación del abdomen, aparte de proteger órganos internos.

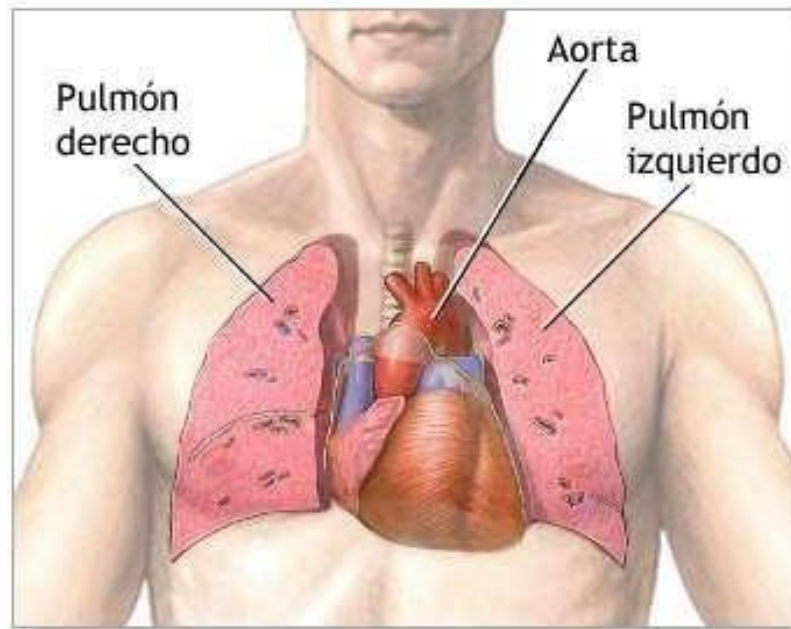


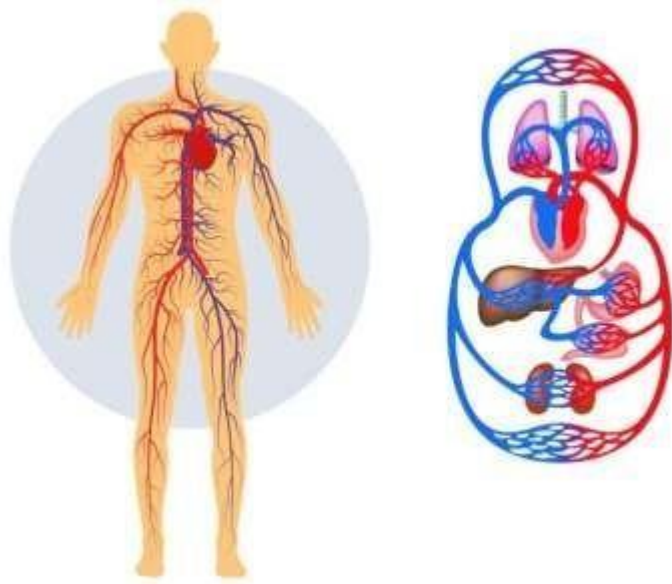
Sistema Circulatorio

Es el sistema encargado del transporte de la sangre por todo el cuerpo a través de las arterias (sangre oxigenada, rojo brillante, alta cantidad de nutrientes) y venas (sangre desoxigenada, rojo oscuro, alta cantidad de toxinas) el cual se encarga de transportar oxígeno y nutrientes a todas las células del cuerpo y a su vez recoger toxinas generadas por los procesos metabólicos del cuerpo.

Posee dos (2) órganos principales: Corazón (encargado de bombear sangre al cuerpo y los pulmones) y pulmones (encargados de realizar el intercambio de monóxido de carbono CO_2 por oxígeno O_2)

Se divide en dos (2) sistemas: Mayor (Del corazón al cuerpo) y menor (Del corazón a los pulmones).





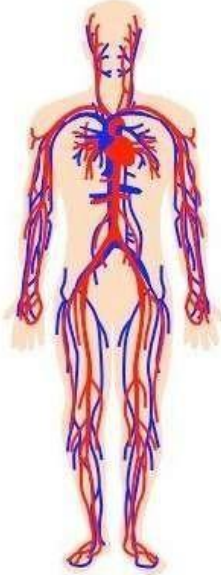
Sistema Linfático

Es un sistema que tiene dos (2) funciones: Transporte rápido del sistema inmunológico y células grandes y vías de desechos de los procesos metabólicos.

Al igual que el sistema circulatorio, se encuentra distribuido por todo nuestro cuerpo, posee mayor afinidad con el sistema venoso, ya que ayuda a éste a eliminar la mayor cantidad de toxinas del cuerpo.

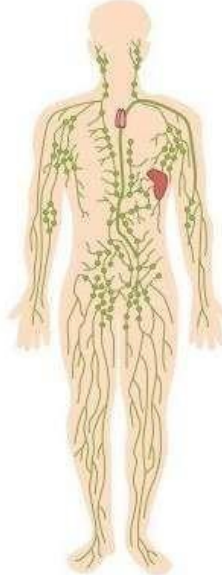
Está constituido por una red de vías linfáticas (similares a las venas y arterias) y ganglios linfáticos, los cuales hacen un trabajo de válvulas, son pequeños sacos que se llenan de líquido linfático, cuando estos ya pasan su límite de llenado, expulsan el líquido a los siguientes ganglios a través de válvulas anti-retorno, sucesivamente hasta llegar a los riñones donde será filtrado para crear la urea (orina) para luego ser expulsada de manera natural.

Sistema Circulatorio



Circula sangre

Sistema Linfático



Circula linfa

Relación entre los sistemas circulatorio y linfático

