

Roteiro de Aula Prática --Músculos do Quadril e Coxa- 2012

Mesa 1- Identifique e alfinete os músculos da região anterior e medial da coxa de acordo com o quadro abaixo. Em seguida, complete o quadro:

cor	estrutura	inserção proximal	inserção distal
branco	m.íliaco		
verde	m. psoas maior		
verde claro	m. sartório		
vermelho	m. reto femoral		
amarelo	m. grácil		
rosa	m. pectíneo		
laranja	m.adutor longo		
azul escuro	m.adutor curto		
azul claro	m.adutor magno		

Mesa 2- Identifique e alfinete os músculos da região anterior e medial da coxa de acordo com o quadro abaixo. Em seguida, complete o quadro:

cor	estrutura	ação
branco	m.íliaco	
verde	m. psoas maior	
verde claro	m. sartório	
vermelho	m. reto femoral	
amarelo	m. grácil	
rosa	m. pectíneo	
laranja	m.adutor longo	
azul escuro	m.adutor curto	
azul claro	m.adutor magno	

Mesa 3- Identifique e alfinete os músculos da região glútea de acordo com o quadro abaixo. Em seguida, complete o quadro:

cor	estrutura	inserção prox.	inserção dis.	ação
verde	m. glúteo máx.			
verde claro	m. glúteo médio			
branco	m. glúteo mín.			
vermelho	m. tensor da fáscia lata			
preto	m. piriforme			
azul	m. obturatório interno			
azul claro	m. gêmeo super.			
rosa	m. gêmeo inf.			
laranja	m. quadrado femoral			
amarelo	m. obturatório externo			

Mesa 4 - Identifique e alfinete os músculos da região posterior da coxa de acordo com o quadro abaixo. Em seguida, complete o quadro:

cor	estrutura	inserção prox.	inserção dis.	ação
rosa	Cabeça longa do m. bíceps femoral			
laranja	Cabeça curta do m. bíceps femoral			
azul	m. semitendíneo			
amarelo	m. semimembráceo			

a-Quais músculos são chamados de **Isquiocrurais** ou do **Jarrete**?

Mesa 5- Identifique e alfinete os músculos da região anterior da coxa de acordo com o quadro abaixo. Em seguida, complete o quadro:

cor	estrutura	inserção proximal	inserção distal
verde	m. reto femoral		
azul	m. vasto medial		
amarelo	m. vasto lateral		
laranja	m. vasto intermédio		

a-Identifique o **tendão do quadríceps femoral** e o **tendão patelar**.

b-Qual dos componentes do quadríceps femoral é biarticular? Quais as ações desse componente?

c-Onde está situado, quais as suas inserções e funções do m. articular do joelho?

Mesa 6-Responda:

:

- 1) O que é a fáscia lata?
- 2) O que é o trato íliotibial?
- 3) Quais músculos compõem a "pata de ganso"?