TABELA A1 - Complexos articulares

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| complexo articular | Tipo | no Articulações do complexo | Graus de liberdade | principais Movimentos  |
| Ombro (5) | Esferóide | Gleno-umeral, Esterno-Clavicular, Acromiclavicular, Subacromial, Escapulotorácica | 33 | Flexão/ extensão, adu/ abdução, rotação lat/ medEscápula- Elevação/ depressão, adu/ abdu, rotação L/M |
| Cotovelo (3) | Gínglimo  | Radio-ulnar prox/distal (1), umero-ulnar (1) | 2 | Flexão/ extensão e pronação / supinação |
| Punho (2) | Condilar | Radio-carpica, médio-cárpica | 2 | Flexão/ extensão, adu/ abdução |
| Quadril (1) | Esferoide | Fêmur – acetábulo | 3 | Flexão/ extensão, adu/ abdução, rotação lat/ med |
| Joelho (2) | Condilar | Femorotibial, femoropatelar | 2 | Flexão/ extensão, rotação lat/ med |
| Tornozelo (1) | Gínglimo  | Talocrural | 1 | Flexão/ extensão |
| Pé (33 artic) | Condilar  | Subtalar (2) + ...  | 2 | adu/ abdução, inversão/eversão (pronação/supinação) |
| Coluna  | Plana | Vértebras / discos | 2 | Flexão/ extensão, rotação/ inclinação |

**TABELA A2 - MOVIMENTOS ARTICULARES SEGUNDO OS PLANOS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Plano Sagital** | **Flexão****Extensão** | diminuição do ângulo entre dois segmentosaumento do ângulo entre dois segmentos |
| **Plano Frontal** | **Abdução****Adução** | afasta-se da linha média do corpoaproxima-se da linha média do corpo |
| **Plano Transverso** | **Rotação lateral e medial** | movimento em torno de um eixo central; o plano do eixo é perpendicular ao mesmo |
| **Plano Transverso** | **Supinação** | rotação lateral do antebraço no tornozelo = inversão + adução + extensão |
| **Plano Transverso** | **Pronação** | rotação medial do antebraço no tornozelo = eversão + abdução + flexão |
| **Plano Transverso** | **Eversão** | rotação lateral da planta do pé, nas articulações do tornozelo  |
| **Plano Transverso** | **Inversão** | rotação medial da planta do pé, nas articulações do tornozelo  |
|  | **Elevação****Depressão** | subida de uma parte do corpoabaixamento de uma parte do corpo |
|  | **Circundução** | a extremidade descreve um círculo e os lados, um cone |

TABELA A3 - função muscular MMSS

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ArticulaçãO - Segmento | Músculos principais | Função muscular |
| OmbroBraçoDorso + tórax | m. deltóidemm. redondos“Manguito rotador”m. tríceps braquialmm. peitoraism. grande dorsalRombóides(maior, menor)Serrátil anteriorSupra-espinhal | Ant– flex O/ rot. med, Med– abd O, Post– ext O/ rot. latMenor- adução O e rot. lat, Maior- adução O e rot. med Abdu/ adução O, rot. lat e medExtensão O/ adução OAdução O, rot. med, flexão O (esternocostal – ext. O)Extensão O, rot. Med, adução OAdução e rotação medial escapulaAbdução e rotação lateral escapulaAbdução MS (início) |
| CotoveloAntebraço | m. bíceps braquialm. tríceps braquialm. braquialm. pronador redondo, quadradom. braquioradial | Flexão supinado C, supinaçãoExtensão CFlexão CPronação Flexão C |
| Punho  | m. pronador quadradom. supinadorm. flexores do carpo (R e U) e dedos (S e P)m. extensores do carpo (RL, RC, U) e dedos | Pronação e une ulna e rádioSupinaçãoFlexão carpo e dedosExtensão carpo e dedos |

função muscular MMII

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Articulação - Segmento | Músculos principais | Função muscular |
| QuadrilCoxa | m. iliopsoasmm. glúteosm. tensor da fáscia latamm. adutores (magno, longo, curto e grácil)mm. abdutores (obturad., gêmeos, sartório) | Flexão QExt Q Máx- rot lat, adução; Med/Min- rot lat/ med, abduçãoAbdução Q, rot med, flexão QAdução e rot lat QAbdução Q, rot lat, flexão Q |
| JoelhoPerna | m. bíceps femoralm. semimembranáceom. semitendíneom. quadríceps femoral | Extensão Q, flexão J, rot lat JExtensão Q, flexão J, rot med J Extensão Q, flexão J, rot med JExtensão J |
| Tornozelo e pé | m. tibial anteriorm. tríceps sural (gastrocnêmios)m. tríceps sural (sóleo) | Flexão T, inversão péExtensão T, flexão JExtensão T |
| tronco Dorso e abdome | m. trapéziomm. rombóidesm. serrátil anteriormm. paravertebraism. reto do abdomemm. oblíquos | Elevação, rebaixamento e adução escápulaAdução escápulaAbdução escápulaExtensão coluna, inclinação lateralFlexão tronco, estabiliza pelveFlexão tronco, rotação tronco |