

MUÑECA Y MANO

HUESOS DE LA MANO

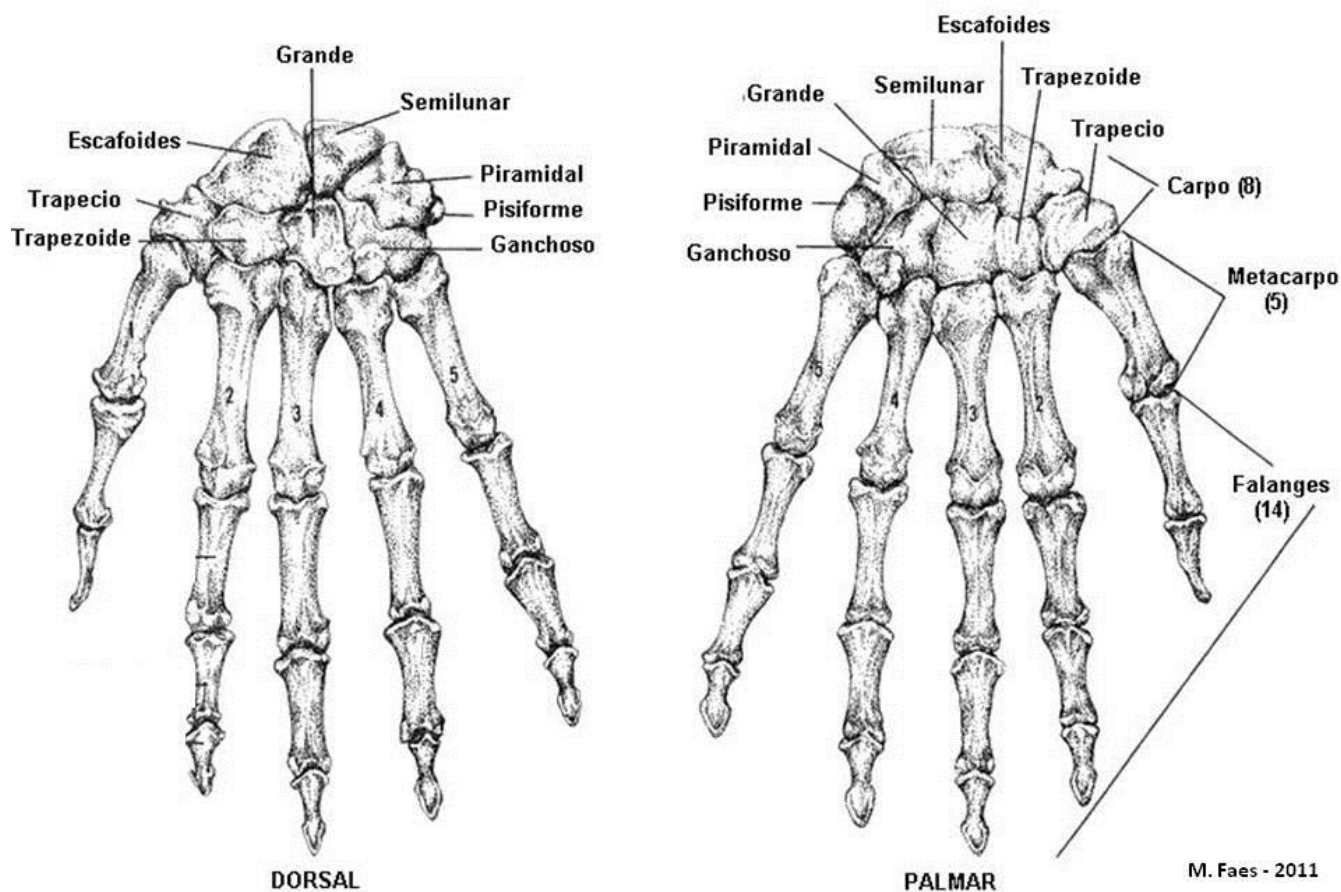
Carpó: conjunto de huesos cortos que forman lo que llamamos “talón de la mano”. Es la parte más rígida y sostiene **el peso**. Estos huesos están separados en dos hileras. En la 1ª hilera, es decir, en la que se encuentra más cercana a la muñeca, tenemos el escafoide, semilunar, piramidal y pisiforme; mientras que en la segunda hilera tenemos el trapecio, el trapezoide, el hueso grande y el ganchoso.

Metacarpo: formado por 5 huesos largos en miniatura. Lo conocemos como palma o dorso de la mano.

Falanges: las llamamos dedos.

Depende de que falange estemos hablando, la cantidad de huesos varía.

MANO DERECHA



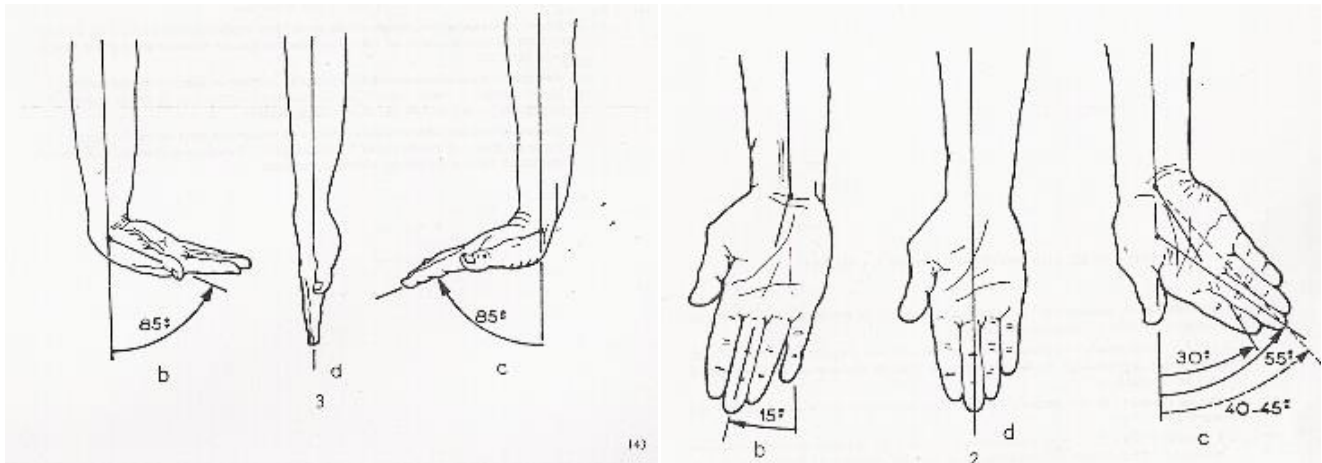
Articulaciones de la muñeca y la mano

La articulación de la muñeca se denomina radiocarpiana, en referencia a las superficies articulares que se ponen en contacto. Por un lado, el borde inferior del radio y por el otro el borde superior de los huesos que conforman la primera hilera de carpo.

Realiza varios movimientos:

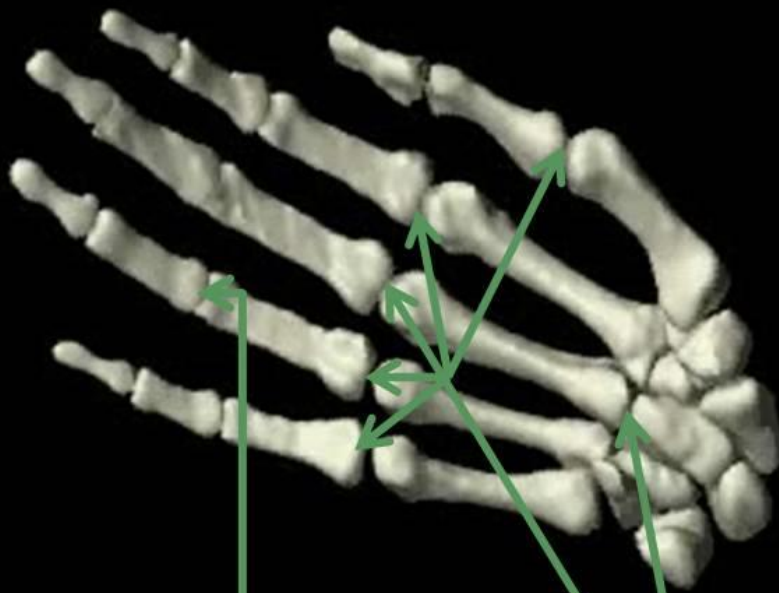
- se flexiona (3b);
- se extiende (3c);

- se aduce y (2c)
- se abduce (2b).



Entre el carpo y el metacarpo se encuentra la articulación carpo metacarpiana, entre el metacarpo y las falanges, la metacarpo falángica y por último, entre las mismas falanges, las interfalángicas. Los movimientos de estas articulaciones generan movimientos finos y de precisión

ARTICULACIONES Y MOVIMIENTOS



- CARPO-METACARPIANA
- METACARPOFALANGICA.
- INTERFALANGICA

Músculos del antebrazo y de la mano

Dado el gran número de músculos de esta región, para un mejor estudio dividiremos los músculos por ventrales (anteriores), dorsales (posteriores) y laterales y dentro de esta distinción el plano que ocupan.

VENTRALES

Músculo pronador cuadrado:

Origen: Parte distal del cúbito

Inserción: Parte distal del radio

Movimientos: Pronador del antebrazo

Observaciones: Constituye el solo el 1r. Plano (el más profundo)

Músculo flexor profundo de los dedos:

Origen: Cúbito y membrana interósea (membrana que va del cúbito al radio)

Inserción: Falanges distales dedos 2-5

Movimientos: Flexor de los dedos, flexor de la muñeca (indirectamente)

Observaciones: Forma parte del 2º plano

Músculo flexor largo del pulgar:

Origen: Radio

Inserción: Falange distal 1r. Dedo (o pulgar)

Movimientos: Flexor dedo gordo | Flexor indirecto de la mano

Observaciones: Forma parte del 2º plano

Músculo flexor superficial de los dedos:

Origen: Epitróclea del húmero, apófisis coronoides cúbito y diáfisis del radio

Inserción: 2ª falange dedos 2-5

Movimientos: Flexor dedos y mano indirectamente

Observaciones: El solo constituye el 3r plano.

Músculo pronador redondo:

Origen: Epitróclea del húmero y apófisis coronoides cúbito

Inserción: Diáfisis radio

Movimientos: Pronador antebrazo y flexor codo (aunque muy poco)

Observaciones:

Forma parte del 4º plano con los denominados músculos epitrocleares (ya que todos salen del Epicóndilo medial o epitróclea).

Músculo flexor radial del carpo:

Origen: Epitróclea del húmero

Inserción: 2º (y a veces 3r) metacarpiano

Movimientos: Flexor volar mano, flexor radial y un poco pronador

Observaciones: Forma parte del 4º plano

Músculo palmar largo (o menor):

Origen: Epitróclea del húmero

Inserción: Termina dando la aponeurosis palmar (sujeta la piel de la palma de la mano)

Movimientos: Flexor volar mano, tensa aponeurosis palmar

Observaciones: Forma parte del 4º plano

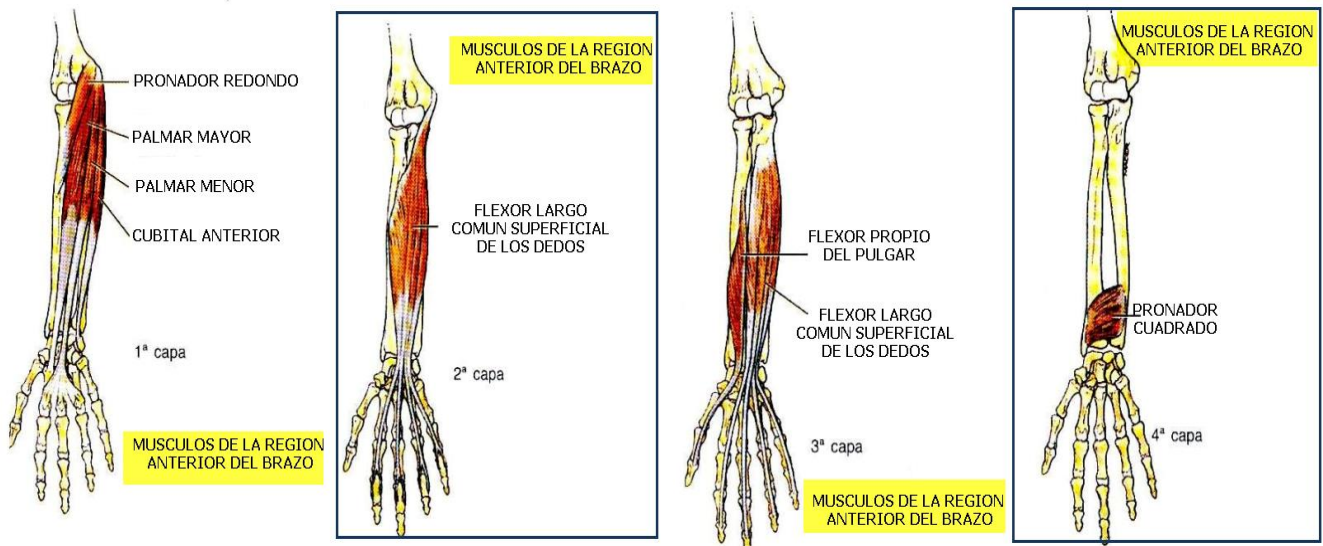
Músculo flexor cubital del carpo:

Origen: Epitróclea del húmero

Inserción: Termina dando un tendón que se inserta en el pisiforme y da extensiones a la apófisis unciforme del ganchoso, apófisis estiloides 5 metacarpiano.

Movimientos: Flexor volar mano, abductor cubital

Observaciones: Forma parte del 4º plano. En su origen forma el canal epitrocleo-olecraneano, por donde pasa el nervio cubital (este es el famoso nervio que cuando nos damos un golpe en el codo por la parte interna nos da un calambre en todo el antebrazo y mano).



DORSALES

Músculo supinador corto:

Origen: Epicóndilo del húmero y cúbito

Inserción: Radio

Movimientos: Supinador

Observaciones: Forma parte del 1º plano posterior.

Músculo abductor largo pulgar:

Origen: Cubito y radio

Inserción: 1r. Metacarpiano

Movimientos: Abductor pulgar, abductor radial mano y flexor volar mano

Observaciones: Forma parte del 1º plano posterior.

Músculo extensor corto pulgar:

Origen: Cúbito y radio

Inserción: 1r. Falange pulgar

Movimientos: Extensor pulgar, abductor radial mano, abductor pulgar

Observaciones: Forma parte del 1º plano posterior.

Músculo extensor largo pulgar:

Origen: Cúbito

Inserción: 2ª falange pulgar

Movimientos: Extensor pulgar, abductor radial mano, flexor dorsal mano

Observaciones: Forma parte del 1º plano posterior.

Músculo extensor índice:

Origen: Cúbito

Inserción:

Aponeurosis dorsal índice (formada por el aparato extensor de los dedos)

Movimientos: Extensor dedo índice, flexor. Dorsal mano.

Observaciones: Forma parte del 1º plano posterior.

Músculo extensor dedos:

Origen: Epicóndilo lateral cúbito

Inserción: Aparato extensor dedos 2-5

Movimientos: Extensor dedos, flexor dorsal mano

Observaciones: Forma parte del 2º plano posterior. Músculo epicondílico

Músculo extensor 5º dedo:

Origen: Epicóndilo del húmero.

Inserción: Aparato extensor dorsal 5 dedo

Movimientos: Flexor dorsal mano, extensor 5º dedo, aductor mano

Observaciones: Forma parte del 2º plano posterior.

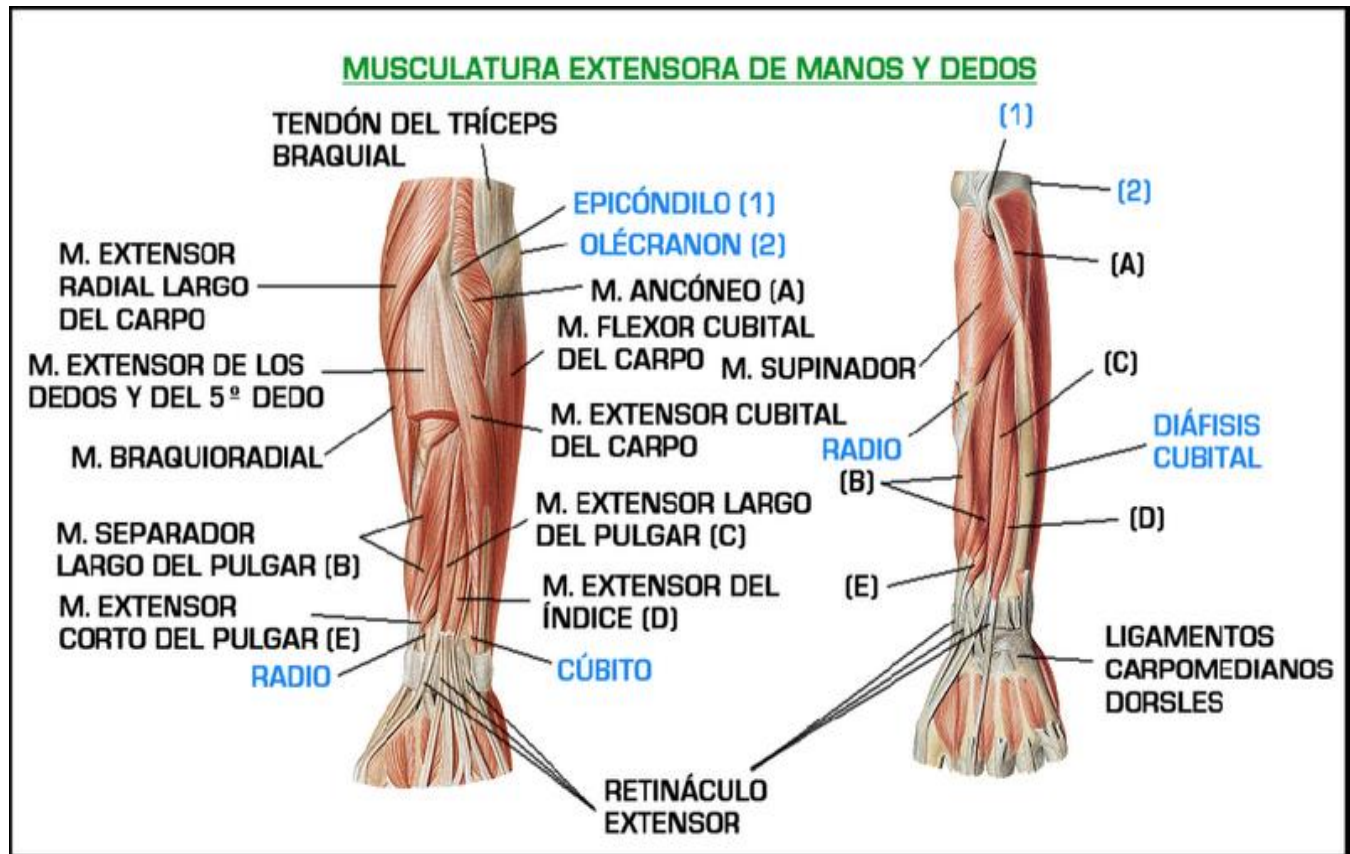
Músculo extensor cubital (posterior) del carpo:

Origen: Epicóndilo del húmero y cúbito

Inserción: Apófisis estiloides 5º metacarpiano

Movimientos: Flexor dorsal y abductor mano

Observaciones: Forma parte del 2º plano posterior.



LATERALES

Músculo extensor corto radial del carpo (o 2º radial externo):

Origen: Epicóndilo del húmero y cúbito

Inserción: 3r. Metacarpiano

Movimientos: Flexor dorsal mano, abductor radial mano

Músculo extensor largo radial del carpo (o 1r radial externo):

Origen: Epicóndilo del húmero y

Inserción: 2º metacarpiano

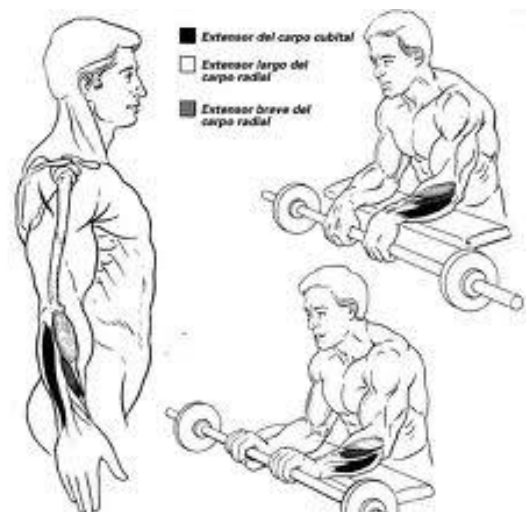
Movimientos: Flexor dorsal mano y abductor radial mano

Músculo braquioradial (o Supinador largo):

Origen: Húmero

Inserción: Apófisis estiloides del radio

Movimientos: Flexor codo y supinador



AUTOTEST

Seminario: Muñeca y mano

Preguntas

- 1) ¿Cómo está compuesta la articulaciones de la muñeca?
- 2) Describa sintéticamente los huesos de la mano
- 3) ¿Qué movimientos posee la articulación de la muñeca?
- 4) ¿Cuáles son los músculos que movilizan la muñeca?
- 5) Describir y explicar las articulaciones de la mano y dedos

Espacio para tus respuestas

A large rectangular area with a dashed border and horizontal dashed lines, intended for writing answers.