



Nombre del alumno: José caralampio Jiménez Gómez

Nombre del profesor: Claudia Guadalupe Figueroa López

Nombre del trabajo: Sistema Locomotor

Materia: Morfología y función

Grado: Tercer cuatrimestre de la licenciatura en enfermería

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de Mayo de 2020

SISTEMA LOCOMOTOR

- Esta constituido fundamentalmente por tejidos tendinoso, cartilaginoso, óseo y muscular que forman estructuras mas complejas denominadas músculos, huesos y articulaciones.
- Se hallan presente los tejidos sanguíneo, nervioso y adiposo.

- ### Funciones
- Sostén de nuestro cuerpo.
 - Protección de estructuras. Cráneo y columna.
 - Respiración. Las costillas conforman una cámara donde se encuentran los pulmones que actúa como un fuelle para facilitar la entrada y salida de aire.
 - Albergue y protección de diferentes tejidos y órganos.
 - Locomoción

- ### Los músculos
- Distribución espacial
 - Musculo largo { Predomina la longitud por encima de las otras dimensiones. Se encuentran en las extremidades.
 - Musculo plano { Predominan dos dimensiones. Se encuentran principalmente en el tronco, cuello y abdomen.
 - Musculo corto { Son cúbicos, ninguna dimensión predomina. Se encuentran alrededor de la columna vertebral.
 - Forma
 - M. Deltoides.
 - M. Romboideo.
 - Cuadrado.
 - M. Trapecio.
 - Redondo.
 - Tipo de inserción
 - Tendinosa { Se inserta por medio de un tendón, que se parece a una cuerda
 - Carnosa { Tiene una amplia zona de inserción, suele ser típica de músculos planos.
 - Aponeurótica { El tendón es parecido a una lamina fibrosa
 - Numero de vientres
 - Monogástrico
 - Digástrico
 - Poligástrico
 - Numero de tendones de origen
 - Monoceps
 - Bíceps
 - Tríceps
 - Cuádriceps
 - Función en la contracción
 - Agonista
 - Antagonista
 - Sinergista
 - Fijadores
 - Según el movimiento que producen
 - Flexores, extensores, aductores, abductores, rotadores, pronadores, supinadores, indicadores laterales, rotadores externos y rotadores internos
 - Según la situación
 - Intercostales, frontales, temporales, laterales, dorsales, proximales, distales y posterior

- ### Tendones
- Son los encargados de unir los músculos con los huesos. Tienen una gran fuerza tensil y pueden resistir tracciones enormes.
 - Se llama entesis al punto de unión entre tendón y hueso.

- ### Huesos
- Actúan como sostén de nuestro cuerpo y permiten que se mantenga erecto
 - El esqueleto humano cuenta con 206 huesos.
 - La construcción de tejido óseo es continua a lo largo de la vida
 - Están formados por calcio, fosforo, sodio y otros minerales
 - Sirven para almacenar calcio, liberándolo en el torrente sanguíneo.
- Osificación.
 - Placas de nacimiento.
 - Osteoblastos, osteoclastos.
 - Calcio.
 - Medula, Células madre.
 - Hueso compacto, periostio.
 - Hueso esponjoso, trabéculas.
- Configuración estructural e huesos largos
 - Epífisis
 - Diáfisis
 - Fisis
 - Configuración estructural e huesos planos
 - Se componen de dos laminas del tejido compacto que encierran una capa mas o menos gruesa del tejido esponjoso.

- ### Ligamentos
- Unen huesos a huesos; su estructura es similar a la de los tendones.
 - Son la mayoría de las veces los limitantes de los movimientos.

- ### Cartílagos
- Cumplen funciones variadas
 - *Forman parte de las articulaciones protegiéndolas en las partes donde friccionan
 - *Funcionan como amortiguadores (meniscos).
 - *son precursores de los huesos; son responsables del crecimiento de los huesos; forman parte de la estructura de orejas, tráquea, bronquios.

- ### Articulaciones
- Permiten que nuestro cuerpo se mueva de muchas maneras.
 - Algunas articulaciones se abren y cierran como bisagras
 - Otras permiten realizar movimientos mas complejos
- Articulaciones inmóviles o fibrosas; SINARTROSIS
 - Articulaciones semi-móviles o cartilaginosas; AMFIARTROSIS
 - Articulaciones móviles o sinoviales; DIARTROSIS (articulación sinovial)
 - Artrodia o plana
 - Enartrosis o esférica
 - Cóndilo
 - Tróclea
 - Selar (en silla de montar)
 - Trochus

SISTEMA LOCOMOTOR

Articulaciones { Elementos de las articulaciones y características {

- Cartílagos
- Meniscos
- Membrana sinovial

Adaptaciones regulatorias {

- Se producen fundamentalmente a nivel muscular.
- Produce vasodilatación en los músculos implicados, para mejorar el aporte de oxígeno a las fibras musculares que están trabajando.

Adaptaciones funcionales {

- Un aumento: del volumen de las fibras musculares, de la red vascular y de las reservas energéticas.
- La amplitud articular aumenta o no disminuye.
- Las estructuras óseas se adaptan a las necesidades del ejercicio continuado, especialmente si se produce en periodos de crecimiento.
- La estructura ósea general mejora enormemente si durante el crecimiento se realizan ejercicios de carácter general.

Tipos de contracción muscular {

- ❖ Isotónica {
 - Contracción isotónica concéntrica
 - Contracción isotónica excéntrica
- ❖ Isométrica {
 - Se mantiene constante la longitud del musculo a pesar de que aumenta la tensión.
 - No produce movimiento, ni trabajo mecánico y toda la energía desarrollada transforma en calor
- ❖ Auxotónica {
 - Es una combinación de las otras dos contracciones.

Tipos de trabajo muscular {

- ❖ Impulsor {
 - El musculo se acorta para vencer la resistencia de su propio peso o un peso exterior..
- ❖ Frenador {
 - Amortigua las caídas, los saltos.
- ❖ Estático {
 - Es un trabajo isométrico, es decir, no hay movimiento.
- ❖ Combinaciones de los anteriores

Enfermedades y lesiones {

- ❖ Contractura
- ❖ Contractura
- ❖ Distensión
- ❖ Distrofia muscular
- ❖ Rotura de fibras musculares
- ❖ Tendinitis y tenosinovitis
- ❖ Entesitis
- ❖ Artritis
- ❖ Distensiones y esguinces
- ❖ Fracturas
- ❖ Enfermedad de osgood- schlatter
- ❖ Osteomielitis
- ❖ Osteoporosis
- ❖ Lesiones por estrés repetitivo
- ❖ Escoliosis y lordosis

Bibliografía

UDS.2020. PDF Sistema locomotor. Utilizado 07 de Mayo del 2020.PDF
URL:<file:///C:/Users/ASUS/Documents/214ad23df68230093068db072a7b8dcd.pdf>