



Nombre de alumno: Eldha madai Vázquez Hernández

Nombre del profesor: María del Carmen López Silba

Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico

Materia: Fundamentos de enfermería II

Grado: 3 Cuatrimestre

Grupo: (A)

MECANICA CORPORAL

Concepto
 La mecánica corporal estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos, aplicando a los seres humanos.

Objetivo
 Restablecer la capacidad corporal de un individuo.
 - Mejorar su aspecto físico.
 - Disminuir el gasto energético muscular.

Tres elementos básicos
 Alineación corporal (postura) organización geométrica de las partes del cuerpo relacionadas entre sí.

Mecanismos posturales
 - Mecanismo de anti-gravedad.
 - Fijación posturales.
 - Equilibrio durante el movimiento.

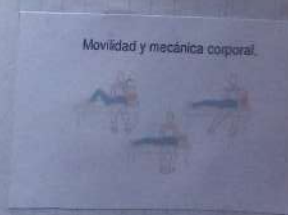
¿Qué trata?
 El funcionamiento correcto y armónico del aparato muscular esquelético.

Posiciones de la mecánica corporal
 • Sus pies deben de estar separados.
 • Mantener la espalda recta.
 • Doblar cadera y rodillas.

Equilibrio (estabilidad)
 es un estado de nivelación entre fuerzas opuestas que se compensan para una estabilidad.

Normas aplicadas
 Apoyo para alineación (bandas, marcos, arcos, soportes, cojines, bolsa de arena).
 Ofrece seguridad, corrige problemas de posición.

Movimiento coordinado
 3 DEL CUERPO, al momento.



MECANICA CORPORAL: (EVA REYES GÓMEZ, 2015)

EVA REYES GÓMEZ. (2015). *MECANICA CORPORAL*. MÉXICO, D.F.: EL MANUAL MODERNO, S.A. de C.V.