



Mi Universidad

Tríptico

Nombre del Alumno: Candelaria Guadalupe José Lucas

Nombre del tema: tríptico Sistema Musculo Esquelético

Parcial: 1

Nombre de la Materia: Enfermería Medico Quirúrgico

Nombre del profesor: María José Hernández Méndez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6to Grupo: A





Conclusiones:

El cuerpo tiene más de 650 músculos

Los músculos junto con los huesos protegen a los órganos internos dan forma al organismo y confieren expresividad al rostro ya que su función primordial es generar movimiento ya sea ya sea voluntaria e involuntario

Los músculos tiene diferentes formas: planos, largos, orbiculares, esfinteres etc.

Bibliografía

<https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&cid=>

Libro UDS

Introducción

Este trabajo está hecho para conocer un poco más sobre el sistema muscular su funcionamiento, las enfermedades y las prevenciones para evitar las lesiones a las que estamos expuestos.

¿Qué es el sistema muscular?

Es el conjunto de los más de 650 músculos del cuerpo cuya función primordial es generar movimiento ya sea voluntario e involuntario.

Características generales:

- Constituye el 42% del peso corporal -se identifican dos tipos por su patrón microscópico: estriado y liso- los músculos tienen nombres que aluden a su forma.



Propiedades de los músculos:

- contracción:** un músculo en condiciones normales puede contraerse hasta la mitad de su tamaño normal, por lo tanto puede acortar su tamaño.
- extensibilidad o elasticidad:** un músculo puede alargarse más allá de sus límites de reposo, aproximadamente 1,5 veces de longitud en descanso.



Tipos de músculos



Músculo estriado



Cardíaco



Liso (voluntario)

Clasificación de los Músculos:

- Flexores:** músculos que aproximan un segmento a otro al cerrar los dedos sobre la palma de la mano.
- Extensores:** Músculos que alejan segmento de otro al separar los dedos de la palma de la mano.
- Abductores:** separan los miembros del eje del cuerpo cuando se separan las piernas.
- Aductores:** aproximan los miembros del eje del cuerpo cuando se juntan las piernas.
- Inspiradores:** que al contraerse permiten la salida de aire.
- Prónatores:** Músculos que determinan un movimiento de rotación hacia dentro.

Supinadores: Músculos que determinan un movimiento de rotación hacia afuera.


Futuros de los músculos:


- Minicar:** acciones locales que sirven para expresar lo que sentimos.
- Estabilidad:** conjuntamente con los huesos permiten al cuerpo mantenerse estable mientras permanecemos en actividad.
- Locomoción:** desplazamiento de sangre y el movimiento de extremidades.
- Postura:** control de posiciones en estado de reposo.
- Producción de calor:** las contracciones musculares originan energía calórica.

Forma: los músculos y las tendones dan el aspecto típico

Protección: para el buen funcionamiento del sistema digestivo como para los órganos vitales

Enfermedades de los músculos





Cuidado de los músculos:

- debemos de tener una dieta equilibrada, con dosis justas de glucosas que es la principal fuente energética de nuestros músculos.
- evitar el exceso de consumo de grasas ya que no se metabolizan completamente produciendo sobrepeso
- alimentación saludable

Cuidar nuestros músculos para no tener desgarras, lesiones, desgarros etc.

Conclusiones:

El cuerpo tiene más de 950 músculos

Los músculos junto con los huesos protegen a los órganos internos dan forma al organismo y confieren expresividad al rostro ya que su función primordial es generar movimiento ya sea ya sea voluntaria e involuntaria

Los músculos bene diferentes formas: planas, largos, orbiculares, esfinteres etc

Bibliografía

<http://www.hmg.cochimad.es/research/imagenes/IV2&c.cdf>

Libro UDS

UDS

Mi Universidad

Candelana Guadalupe
José Lucas

Enfermería médico
quinéscop

Maria José Hernández
Méndez

Licenciatura:
Enfermería

Trípico: Sistema
Musculo Esquelético

