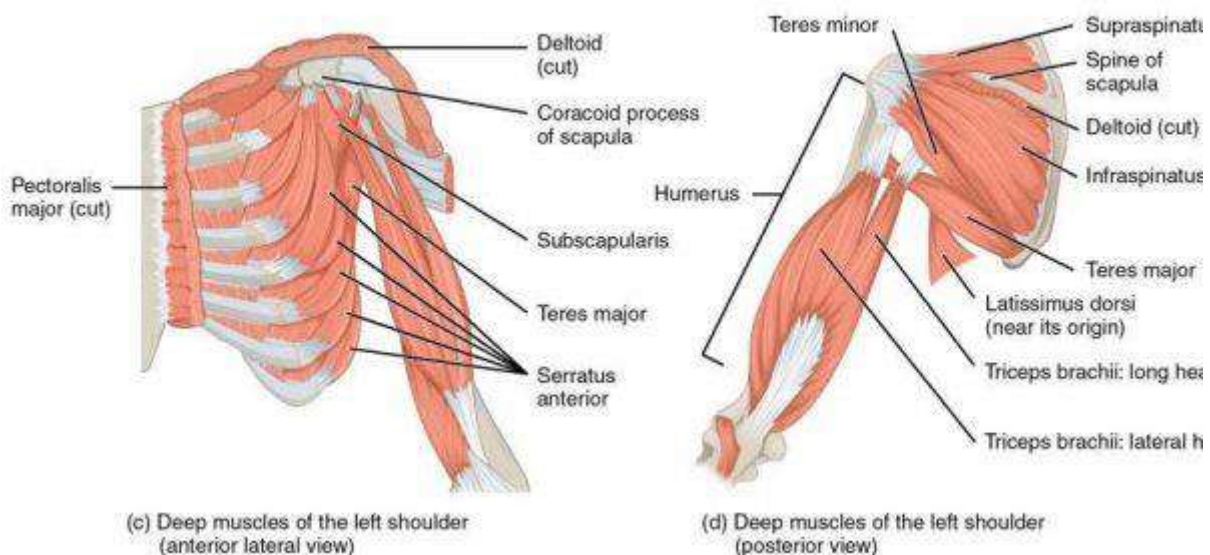


I muscoli della spalla

Nell'area della **spalla** troviamo il gruppo di muscoli della **cuffia dei rotatori** (muscoli scapolo- omerali). Hanno lo scopo di contrapporre o bilanciare l'azione "lussante" del muscolo deltoide: l'**articolazione** glenoidea, che è lassa, va incontro facilmente a lussazione. Il deltoide è un muscolo triangolare che ha un'ampia inserzione nella clavicola e nell'acromion e converge nella porzione laterale dell'omero. Questo muscolo gestisce i principali movimenti del braccio rispetto alla scapola. È responsabile di abduzione (allontanamento di un arto dall'asse sagittale del corpo), movimento intra rotatorio ed extra rotatorio.

Il muscolo sarebbe troppo forte se lasciato agire da solo nei confronti di un'articolazione così lassa, infatti è controbilanciato dal gruppo muscolare della cuffia dei rotatori.



Schema della muscolatura dell'arto superiore, visione anteriore a sinistra e visione posteriore a destra

Muscoli della spalla:

- Sovraspinato
- Sottospinato
- Piccolo rotondo: è un muscolo nastriforme
- Grande rotondo: muscolo nastriforme di maggiori dimensioni (non fa parte della cuffia dei rotatori)
- Sottoscapolare: si occupa del movimento di intrarotazione

Tutti i muscoli appena nominati (tranne il grande rotondo) vanno ad incontrarsi sulla testa dell'omero formando una struttura tendinea denominata cuffia. Il grande rotondo non va ad inserirsi sulla testa dell'omero ma va sulla porzione anteriore del collo dell'omero.

I muscoli del braccio

Il tricipite rappresenta l'unico muscolo posteriore del braccio. Nella zona anteriore troviamo, invece, il brachiale e il bicipite. Il bicipite è un muscolo voluminoso, caratterizzato da due ventri muscolari fusiformi che hanno un'origine distinta ma terminano in un unico tendine che si inserisce nella tuberosità bicipitale del radio. Quando si parla di un capo breve e uno lungo, non si intende la porzione rossa del muscolo ma si fa riferimento alla porzione tendinea.

La porzione breve termina nel processo coracoideo della scapola, la porzione più lunga va ad inserirsi, dopo aver scavalcato l'omero, nel tubercolo sopraglenoideo subito al di sopra della superficie glenoidea. Il tendine lungo abbraccia l'omero per stabilizzare anch'esso l'articolazione glenoidea.

Il bicipite ha la particolarità di non avere nessun punto di inserzione tendinea sull'omero. Si inserisce sulla scapola e sul radio. Flette l'avambraccio sul braccio. Ruota anche verso l'esterno il radio rispetto all'ulna.

Il tricipite è fatto da tre ventri muscolari fusiformi:

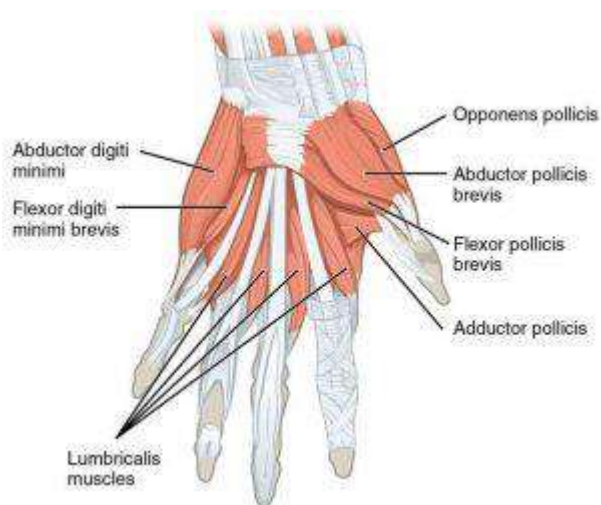
- Laterale
- Intermedio
- Mediale

Quello più esterno e quello più interno si inseriscono sull'omero. Il ventre intermedio origina dal tubercolo sopraglenoideo. L'inserzione comune di questi tre ventri è sul processo olecranico. Il tricipite gestisce l'estensione dell'avambraccio sul braccio. È l'antagonista del bicipite.

I muscoli dell'avambraccio

Esistono tantissimi piccoli muscoli nell'avambraccio. Abbiamo i muscoli per la pronosupinazione della mano, i muscoli per il movimento del polso e la maggior parte ma non tutti i muscoli per il movimento delle dita (contemporanei, chiusura e apertura delle dita; e poi quelli che muovono singolarmente le dita). Alcuni muscoli prendono inserzione nella membrana interossea di radio e ulna.

I muscoli della mano



Il rilievo palpabile alla base del pollice si chiama **eminenza tenar**, il rilievo alla base del mignolo si chiama **eminenza ipotenar**. Queste eminenze sono la conseguenza del fatto che in quel punto c'è una particolare concentrazione di muscoli, quelli dell'eminenza tenar controllano il pollice e quelli dell'eminenza ipotenar controllano il mignolo.

Non tutti i muscoli del pollice sono dell'eminenza tenar e lo stesso vale per il mignolo. Nella zona metacarpale troviamo i muscoli **interossei** e **lombricali**. Hanno l'importante compito di coadiuvare i micromovimenti di precisione delle dita, permettono le flessioni e le estensioni graduali e modulate. Quando questa muscolatura non funziona, la flessione e l'estensione vanno a scatti e non in maniera fluida.

Attenzione: I nostri PDF a volte non contengono tutto il materiale presente nell'articolo originale o potrebbero non essere aggiornati.

Articolo completo: <https://www.biopills.net/anatomia-dei-muscoli-arto-superiore-spalla-braccio-avambraccio/>