

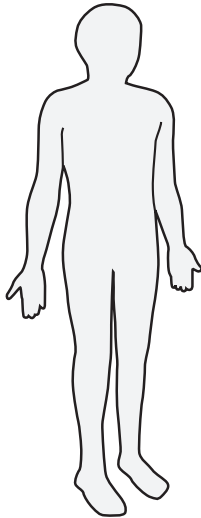
2. Conceptos Básicos

La anatomía tiene un lenguaje internacional, por lo que es importante adquirir su uso correcto lo antes posible.

2.1. POSICIÓN ANATÓMICA

Todas las descripciones anatómicas se expresan en relación con la posición anatómica:

- La cabeza, los ojos y los dedos de los pies en dirección anterior (hacia delante).
- Los miembros superiores a los costados con las palmas mirando hacia delante.
- Los miembros inferiores unidos con la dirección de los pies citada anteriormente.



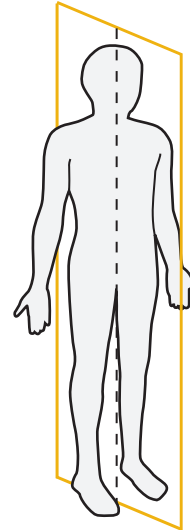
2.2. PLANOS DE MOVIMIENTO

Cuando estudiamos las diferentes articulaciones del cuerpo y analizamos sus movimientos, sirve de ayuda caracterizarlos de acuerdo con planos específicos de movimiento.

Hay tres planos específicos de movimiento en los que podemos clasificar los diferentes movimientos articulares. Cuando un movimiento se produce en un plano, la articulación se mueve o gira sobre un eje que se relaciona 90 grados con ese plano. Aunque cada movimiento articular específico puede clasificarse como perteneciente a uno de esos tres planos de movimiento, por lo general nuestros movimientos no se producen enteramente dentro de un plano específico, sino que suceden como una combinación de movimientos desde más de un plano. Estos movimientos desde planos combinados, pueden describirse mediante planos de movimientos diagonales u oblicuos.

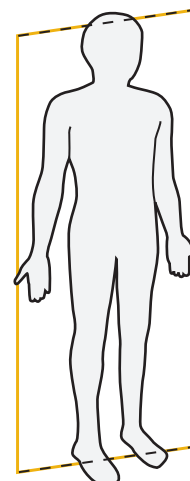
■ Plano Anteroposterior o Sagital

El plano anteroposterior secciona el cuerpo de delante hacia atrás, dividiéndolo en dos mitades simétricas, derecha e izquierda. Por lo general, los movimientos de flexión y extensión, como las elevaciones del bíceps, las extensiones de la rodilla y la acción de erguirse, se producen en este plano.



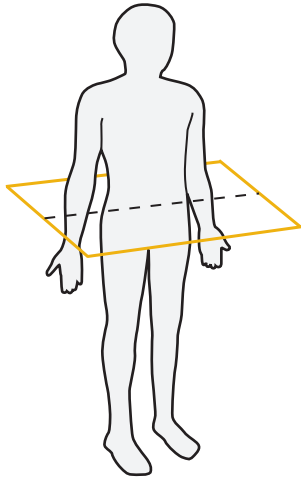
■ Plano Lateral o Frontal

El plano lateral, también conocido con el nombre de plano coronal, secciona el cuerpo lateralmente de lado a lado, dividiéndolo en dos mitades, delantera y trasera. Los movimientos de abducción y aducción como el de la cadera y el movimiento de abducción del hombro, así como la flexión lateral espinal, se producen en este plano.



■ Plano Transversal u Horizontal

El plano transversal divide el cuerpo horizontalmente en dos mitades, superior e inferior. Por lo general, los movimientos de rotación, como la pronación, la supinación y la rotación de la columna, suceden en este plano.



Elongación Axial: “estiramiento longitudinal de la columna vertebral” .

Elevación: hacia arriba.

Depresión: hacia abajo.

Protracción: movimiento lateral.

Retracción: movimiento medial.

Rotación Superior: hacia arriba.

Rotación Interior: hacia abajo.

Pronación: despegar del suelo la parte externa del pie.

Supinación: despegar del suelo la parte media del pie.

Flexión Plantar: pie en punta.

Dorsiflexión: pie en flex.

NOTAS

2.3. TÉRMINOS ANATÓMICOS

Proximal: lo más cercano al tronco o al punto de origen.

Distal: situado a distancia del centro o de la línea media del cuerpo, o bien del punto de origen.

Anterior: orientado hacia la parte frontal o situado en ésta.

Posterior: orientado hacia la parte posterior o situado en ésta.

Medial: relacionado con el medio o centro, más cercano al plano medio o mediosagital.

Lateral: sobre o en un lado, exterior, más alejado del plano medio o mediosagital.

2.4. TÉRMINOS DE MOVIMIENTO

Aducción: hacia la línea media.

Abducción: alejado de la línea media.

Flexión: hacia delante de la posición anatómica.

Extensión: hacia atrás de la posición anatómica.

Flexión Lateral: inclinación hacia los lados.

Rotación Medial: movimiento en espiral hacia dentro y al centro.

Rotación Lateral: mvto. en espiral hacia fuera desde el centro.

Circunducción: movimiento en tres planos de la articulación de la cadera. Indica habitualmente un andar anormal.