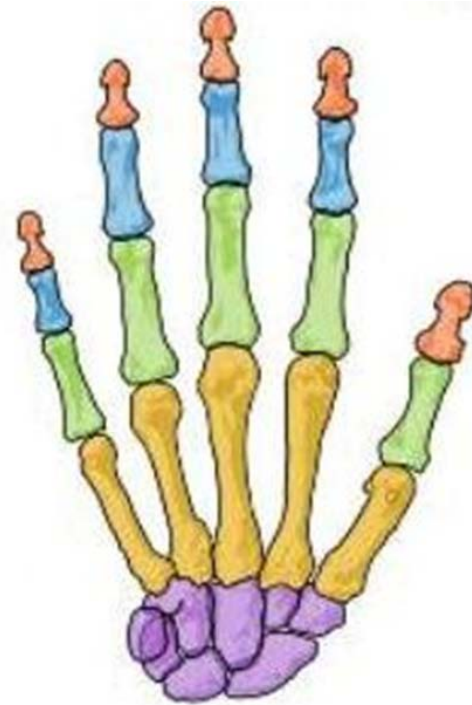


Punho e Mão

Prof. Dr. Guanys de Barros Vilela Junior

Punho e Mão

A articulação radiocárpica (condilóide) e as varias articulações intercarpianas (deslizantes) constituem o complexo articular do punho.



Falanges distais

Falanges médias

Falanges proximais

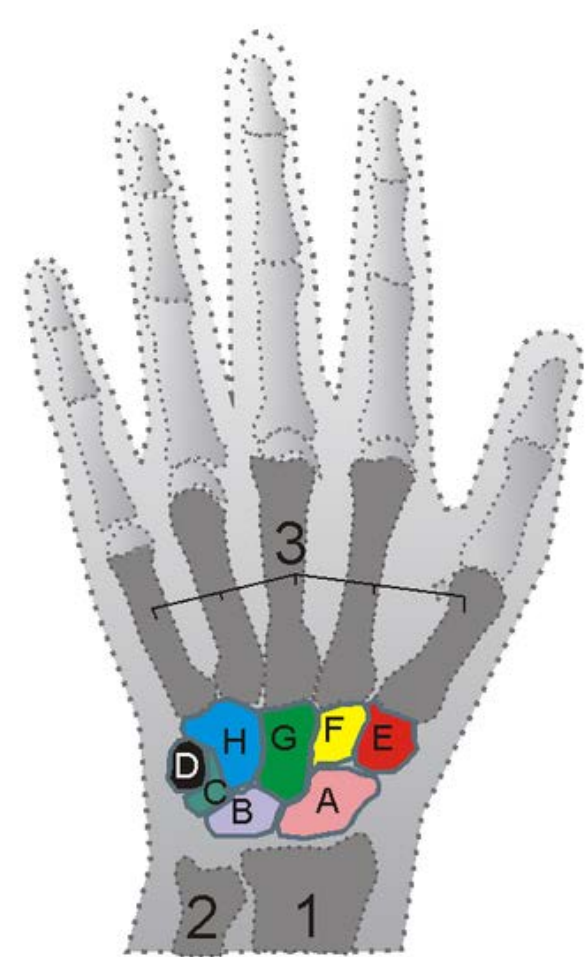
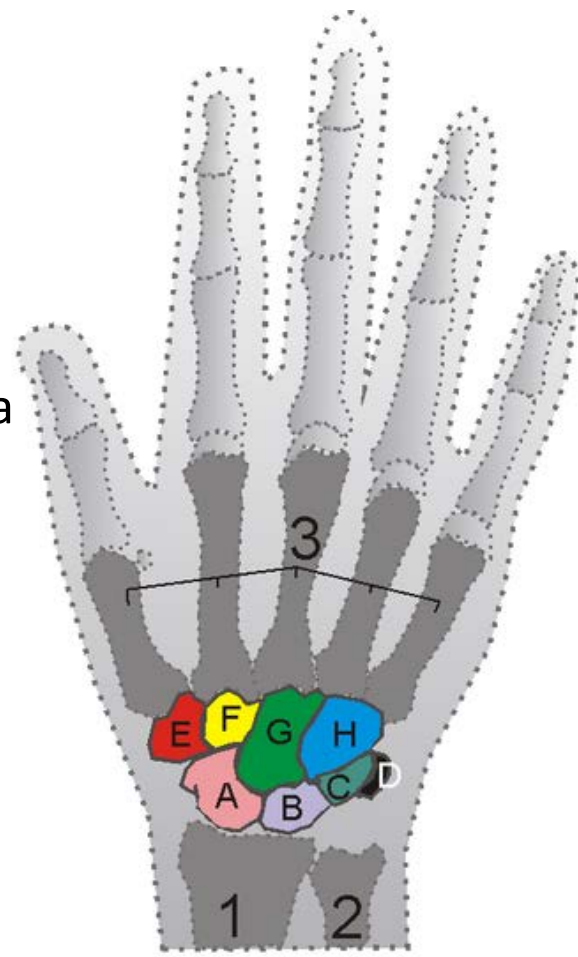
Metacarpo

Carpó

- A- Escafoide
- B- Semilunar
- C- Piramidal
- D- Pisiforme
- E- Trapézio
- F- Trapezoide
- G- Capitato
- H- Hamato

1ª linha

2ª linha



LIGAMENTOS: Ulnocárpico palmar; Radiocárpico; Palmares (unem as superfícies palmares da 1ª fila); Dorsais (unem a 1ª e 2ª filas); Colateral ulnar (entre escafoide e trapézio); Colateral radial (une piramidal e hamato).

Movimentos do Punho

- Em conjunto as articulações do punho permitem todos os movimentos, exceto a rotação.
- Realiza Abdução (desvio radial); Adução (desvio ulnar); Flexão; Extensão.
- A combinação desses possibilita a Circundução
- Entretanto a mão pode descrever ângulo de até 270 graus (resultado das rotações do ombro e radioulnares)

Articulações Carpometacárpicas

- São do tipo deslizante, exceto a do polegar (tipo sela).
- A 2ª e 3ª articulação carpometacárpica são imóveis, a 4ª e 5ª realizam flexão (auxiliam a concha palmar)
- A 1ª (polegar) realiza flexão, extensão, adução, abdução e oposição e reposição.



Articulações Metacarpofalângicas

- A do polegar é do tipo dobradiça e só permite flexão e extensão.
- Da 2ª a 5ª são condilóide e permitem flexão e extensão, além da abdução e adução.

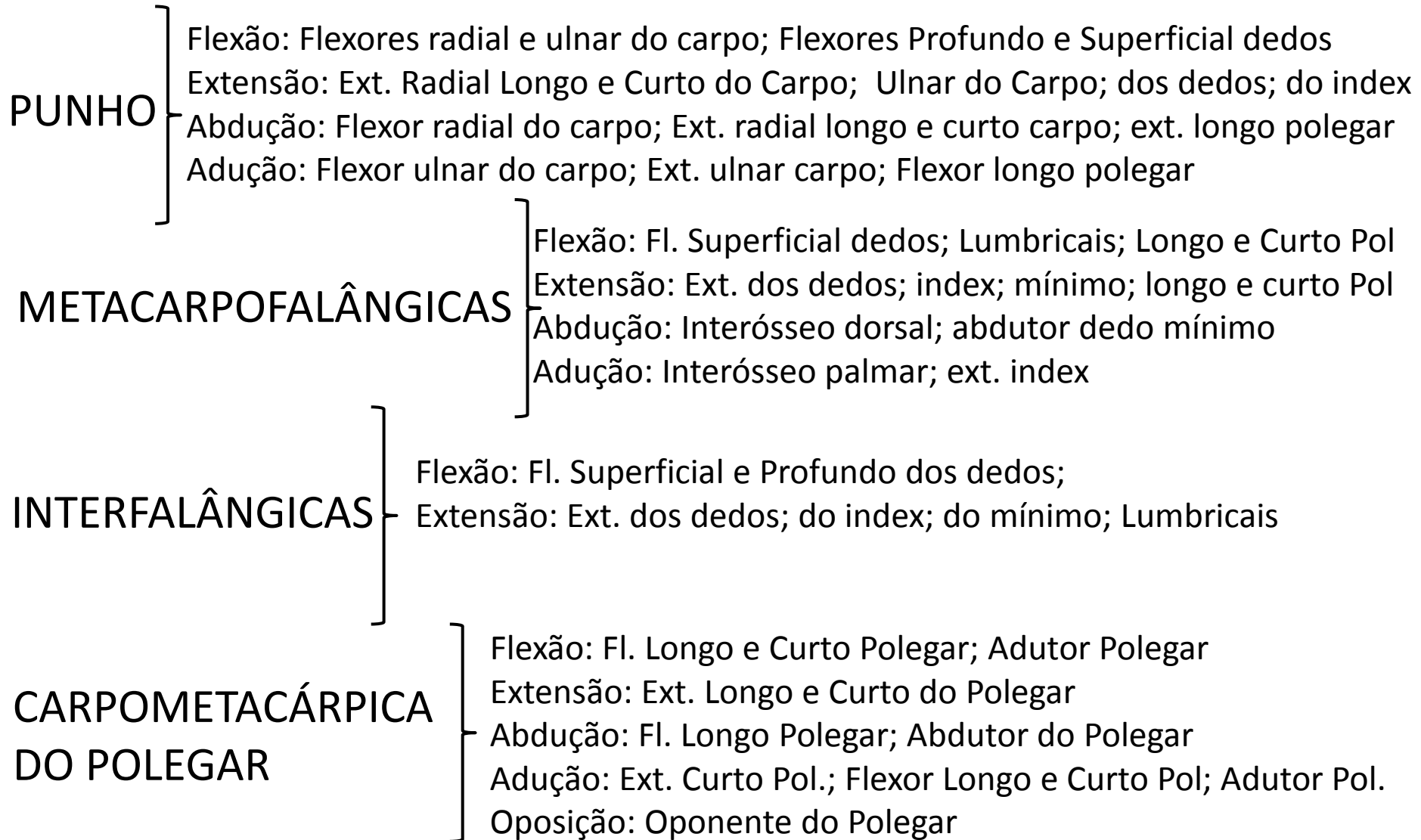


Articulações Interfalângicas

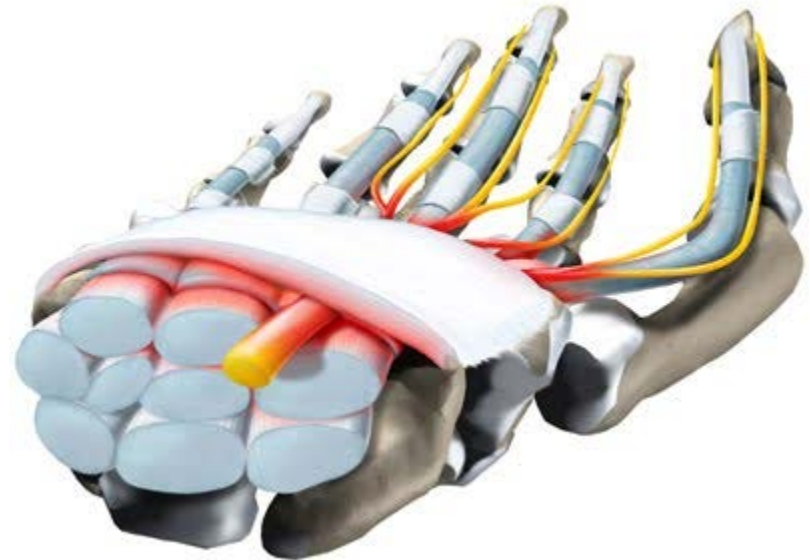
- São do tipo dobradiça e só realizam flexão e extensão.
- Os ligamentos palmar e colaterais impossibilitam a hiperextensão.



Ações Musculares do Punho e Mão



Síndrome do Túnel do Carpo



Considerações Finais

- O complexo articular do punho e da mão mudaram radicalmente ao longo da evolução humana.
- O Polegar capaz de realizar a oposição é a mais importante delas.
- Tal estrutura possibilitou a construção de ferramentas, da escrita, das artes.



Postar no Blog



Escolha 3 gestos da mão no desenho ao lado. Identifique os músculos e movimentos para que os mesmos sejam realizados a partir da posição anatômica. **Dica:** Tire fotos mostrando a sequência dos movimentos.