

Indice

1	Teoria	1		
1.1	Funzioni dei muscoli scheletrici	2		
1.2	Classificazione dei muscoli scheletrici: sistema miofasciale	3		
1.3	Caratteristiche dei singoli sistemi muscolari	6		
1.4	Rilevanza clinica	7		
2	Arto superiore	9		
2.1	Cingolo scapolare	9		
	<i>Muscolo trapezio, parte ascendente</i>	10		
	<i>Muscolo trapezio, parte trasversa</i>	12		
	<i>Muscolo trapezio, parte discendente</i>	14		
	<i>Muscolo elevatore della scapola</i>	16		
	<i>Muscolo grande romboide</i>	18		
	<i>Muscolo piccolo romboide</i>	20		
	<i>Muscolo dentato anteriore</i>	22		
	<i>Muscolo piccolo pettorale</i>	24		
	<i>Muscolo succlavio</i>	26		
	Test di allungamento muscolare	27		
2.2	Spalla	29		
	<i>Muscolo deltoide, parte clavicolare</i>	30		
	<i>Muscolo deltoide, parte spinale</i>	32		
	<i>Muscolo deltoide, parte acromiale</i>	34		
	<i>Muscolo sopraspinato</i>	36		
	<i>Muscolo infraspinato</i>	38		
	<i>Muscolo piccolo rotondo</i>	40		
	<i>Muscolo sottoscapolare</i>	42		
	<i>Muscolo grande dorsale</i>	44		
	<i>Muscolo grande rotondo</i>	46		
	<i>Muscolo grande pettorale, parte addominale</i>	48		
	<i>Muscolo grande pettorale, parte sternocostale</i>	50		
	<i>Muscolo grande pettorale, parte clavicolare</i>	52		
	<i>Muscolo coracobrachiale</i>	54		
	Test di allungamento muscolare	56		
2.3	Gomito	57		
	<i>Muscolo bicipite brachiale</i>	58		
	<i>Muscolo brachiale</i>	60		
	<i>Muscolo brachioradiale</i>	62		
	<i>Muscolo tricipite brachiale</i>	64		
	<i>Muscolo anconeo</i>	66		
	<i>Muscolo supinatore</i>	68		
	<i>Muscolo pronatore rotondo</i>	70		
	<i>Muscolo pronatore quadrato</i>	72		
	Test di allungamento muscolare	74		
2.4	Polso e mano	75		
	<i>Muscolo estensore radiale lungo del carpo</i>	76		
	<i>Muscolo estensore radiale breve del carpo</i>	78		
	<i>Muscolo estensore ulnare del carpo</i>	80		
	<i>Muscolo flessore radiale del carpo</i>	82		
	<i>Muscolo palmare lungo</i>	84		
	<i>Muscolo flessore ulnare del carpo</i>	86		
	Test di allungamento muscolare	88		
2.5	Dita	89		
	<i>Muscolo estensore delle dita</i>	90		
	<i>Muscolo estensore dell'indice</i>	92		
	<i>Muscolo estensore del mignolo</i>	94		
	<i>Muscolo estensore breve del pollice</i>	96		
	<i>Muscolo estensore lungo del pollice</i>	98		
	<i>Muscoli lombricali della mano 1-4</i>	100		
	<i>Muscolo flessore superficiale delle dita</i>	102		
	<i>Muscolo flessore profondo delle dita</i>	104		
	<i>Muscolo flessore breve del mignolo</i>	106		
	<i>Muscolo flessore breve del pollice</i>	108		
	<i>Muscolo flessore lungo del pollice</i>	110		
	<i>Muscolo abducente lungo del pollice</i>	112		
	<i>Muscolo abducente breve del pollice</i>	114		
	<i>Muscolo abducente del mignolo</i>	116		
	<i>Muscoli interossei dorsali della mano 1-4</i>	118		
	<i>Muscoli interossei palmari 1-3</i>	120		
	<i>Muscolo adduttore del pollice</i>	122		
	<i>Muscolo opponente del pollice</i>	124		
	<i>Muscolo opponente del mignolo</i>	126		
	<i>Muscolo palmare breve</i>	128		
	Test di allungamento muscolare	130		
	Innervazione dei muscoli dell'arto superiore	131		
3	Arto inferiore	133		
3.1	Anca	133		
	<i>Muscolo grande gluteo</i>	134		
	<i>Muscolo ileopsoas</i>	136		
	<i>Muscolo sartorio</i>	138		
	<i>Muscolo medio gluteo</i>	140		
	<i>Muscolo piccolo gluteo</i>	142		
	<i>Muscolo tensore della fascia lata</i>	144		
	<i>Muscolo pettineo</i>	146		
	<i>Muscolo adduttore lungo</i>	148		
	<i>Muscolo adduttore breve</i>	150		
	<i>Muscolo gracile</i>	152		
	<i>Muscolo grande adduttore</i>	154		
	<i>Muscolo piriforme</i>	156		
	<i>Muscolo gemello superiore</i>	157		
	<i>Muscolo otturatore interno</i>	158		
	<i>Muscolo gemello inferiore</i>	159		
	<i>Muscolo otturatore esterno</i>	160		
	<i>Muscolo quadrato del femore</i>	161		
	Test di allungamento muscolare	164		
3.2	Ginocchio	165		
	<i>Muscolo quadricipite femorale</i>	166		
	<i>Muscolo retto del femore</i>	168		
	<i>Muscolo vasto mediale</i>	170		
	<i>Muscolo vasto intermedio</i>	172		
	<i>Muscolo vasto laterale</i>	174		

	<i>Muscolo bicipite femorale</i>	176		<i>Muscolo lunghissimo del collo</i>	260
	<i>Muscolo semimembranoso</i>	178		<i>Muscolo splenio del collo</i>	261
	<i>Muscolo semitendinoso</i>	180		<i>Muscolo splenio della testa</i>	262
	<i>Muscolo popliteo</i>	182		<i>Muscolo spinale del collo</i>	263
	Test di allungamento muscolare	184		<i>Muscolo spinale della testa</i>	264
3.3	Caviglia e piede	185		<i>Muscoli rotatori (brevi e lunghi) del collo</i>	265
	<i>Muscolo gastrocnemio</i>	186		<i>Muscolo multifido del collo</i>	266
	<i>Muscolo plantare</i>	188		<i>Muscolo semispinale del collo</i>	267
	<i>Muscolo soleo</i>	190		<i>Muscolo semispinale della testa</i>	268
	<i>Muscolo tibiale posteriore</i>	192		<i>Muscolo grande retto posteriore della testa</i>	269
	<i>Muscolo tibiale anteriore</i>	194		<i>Muscolo piccolo retto posteriore della testa</i>	270
	<i>Muscolo peroniero lungo</i>	196		<i>Muscolo obliquo superiore della testa</i>	271
	<i>Muscolo peroniero breve</i>	198		<i>Muscolo obliquo inferiore della testa</i>	272
	<i>Muscolo peroniero terzo</i>	200		Test di allungamento muscolare	274
	Test di allungamento muscolare	201	4.4	Addome	275
3.4	Dita	203		<i>Muscolo retto dell'addome</i>	276
	<i>Muscolo estensore breve dell'alluce</i>	204		<i>Muscolo obliquo esterno</i>	278
	<i>Muscolo estensore lungo dell'alluce</i>	206		<i>Muscolo obliquo interno</i>	280
	<i>Muscolo estensore breve delle dita</i>	208		<i>Muscolo cremastere</i>	282
	<i>Muscolo estensore lungo delle dita</i>	210		<i>Muscolo trasverso dell'addome</i>	283
	<i>Muscolo flessore breve dell'alluce</i>	212		<i>Muscolo quadrato dei lombi</i>	284
	<i>Muscolo flessore lungo dell'alluce</i>	214		Test di allungamento muscolare	286
	<i>Muscolo flessore breve delle dita</i>	216	4.5	Torace	287
	<i>Muscolo flessore lungo delle dita</i>	218		<i>Muscoli intercostali esterni</i>	288
	<i>Muscolo quadrato della pianta</i>	220		<i>Muscolo dentato posteriore superiore</i>	290
	<i>Muscolo flessore breve del quinto dito</i>	222		<i>Muscoli intercostali interni</i>	292
	<i>Muscoli interossei dorsali del piede 1-4</i>	224		<i>Muscolo dentato posteriore inferiore</i>	294
	<i>Muscolo abduuttore dell'alluce</i>	226		<i>Muscolo diaframma</i>	296
	<i>Muscolo abduuttore del quinto dito</i>	228	4.6	Pavimento pelvico	297
	<i>Muscolo adduttore dell'alluce</i>	230		<i>Muscolo elevatore dell'ano</i>	298
	<i>Muscoli interossei plantari 1-3</i>	232		<i>Muscolo pubococcigeo</i>	299
	<i>Muscoli lombricali del piede 1-4</i>	234		<i>Muscolo pubovaginale</i>	299
	Test di allungamento muscolare	235		<i>Muscolo puboprostatico</i>	299
	Innervazione dei muscoli dell'arto inferiore	236		<i>Muscolo puborettale</i>	300
4	Tronco	239		<i>Muscolo ileococcigeo</i>	301
4.1	Dorso – Tratto lombare	239		<i>Muscolo ischiococcigeo</i>	302
	<i>Muscolo ileocostale dei lombi</i>	240		<i>Muscolo sfintere esterno dell'ano</i>	303
	<i>Muscoli intertrasversari laterali dei lombi</i>	241		<i>Muscolo trasverso profondo del perineo</i>	304
	<i>Muscoli intertrasversari mediali dei lombi</i>	242		<i>Muscolo trasverso superficiale del perineo</i>	305
	<i>Muscoli rotatori (brevi e lunghi) dei lombi</i>	243		<i>Muscolo ischiocavernoso</i>	306
	<i>Muscolo multifido dei lombi</i>	244		<i>Muscolo bulbospongioso</i>	307
	Test di allungamento muscolare	246		Innervazione dei muscoli del dorso, dell'addome e del diaframma	308
4.2	Dorso – Tratto toracico	247	5	Collo	309
	<i>Muscolo ileocostale dei lombi (parte toracica)</i>	248		<i>Muscolo sternocleidomastoideo</i>	310
	<i>Muscolo lunghissimo del torace</i>	249		<i>Muscolo lungo della testa</i>	312
	<i>Muscolo spinale del torace</i>	250		<i>Muscolo retto anteriore della testa</i>	313
	<i>Muscoli rotatori (brevi e lunghi) del torace</i>	251		<i>Muscolo lungo del collo</i>	314
	<i>Muscolo multifido del torace</i>	252		<i>Muscolo scaleno anteriore</i>	316
	<i>Muscolo semispinale del torace</i>	253		<i>Muscolo scaleno medio</i>	317
4.3	Dorso – Tratto cervicale	257		<i>Muscolo scaleno posteriore</i>	318
	<i>Muscolo ileocostale del collo</i>	258		<i>Muscolo sternoioideo</i>	320
	<i>Muscolo lunghissimo della testa</i>	259			

	<i>Muscolo omoioideo</i>	321
	<i>Muscolo sternotiroideo</i>	322
	<i>Muscolo tiroideo</i>	323
	<i>Muscolo digastrico</i>	326
	<i>Muscolo stiloideo</i>	327
	<i>Muscolo miloideo</i>	328
	<i>Muscolo genioideo</i>	329
	Test di allungamento muscolare	332
	Innervazione dei muscoli del collo	333
6	Testa	335
6.1	Espressione facciale	335
	<i>Muscolo epicranico</i>	336
	<i>Muscolo corrugatore del sopracciglio</i>	338
	<i>Muscolo procero</i>	340
	<i>Muscolo orbicolare dell'occhio</i>	342
	<i>Muscolo elevatore della palpebra superiore</i>	344
	<i>Muscolo nasale</i>	346
	<i>Muscolo elevatore del labbro superiore</i> <i>e dell'ala del naso</i>	348
	<i>Muscolo elevatore del labbro superiore</i>	350
	<i>Muscolo grande zigomatico</i>	352
	<i>Muscolo piccolo zigomatico</i>	353
	<i>Muscolo risorio</i>	356
	<i>Muscolo elevatore dell'angolo della bocca</i>	358
	<i>Muscolo buccinatore</i>	360
	<i>Muscolo orbicolare della bocca</i>	362
	<i>Muscolo depressore dell'angolo della bocca</i> ...	364
	<i>Muscolo depressore del labbro inferiore</i>	366
	<i>Muscolo platisma</i>	368
6.2	Masticazione	371
	<i>Muscolo temporale</i>	372
	<i>Muscolo massetere</i>	374
	<i>Muscolo pterigoideo mediale</i>	376
	<i>Muscolo pterigoideo laterale</i>	378
	Test di allungamento muscolare	380
6.3	Lingua	381
	<i>Muscoli intrinseci della lingua</i>	382
	<i>Muscoli estrinseci della lingua</i>	384
6.4	Occhio	387
	<i>Muscolo retto superiore</i>	388
	<i>Muscolo retto inferiore</i>	390
	<i>Muscolo obliquo superiore</i>	392
	<i>Muscolo obliquo inferiore</i>	394
	<i>Muscolo retto mediale</i>	396
	<i>Muscolo retto laterale</i>	398
	Innervazione dei muscoli della testa	400

Appendice	401
Zone segmentali	402
Classificazione dei muscoli secondo l'innervazione segmentale	404
Muscoli principali dei singoli movimenti articolari	411
Classificazione dei muscoli nel sistema miofasciale	414
Bibliografia	417
Indice analitico	419

Abbreviazioni e simboli

In questo testo vengono utilizzate le seguenti abbreviazioni e i seguenti simboli:


Articolazioni

CMC	carpometacarpica
IFD	interfalangea distale
IFP	interfalangea prossimale
MCF	metacarpofalangea
MTF	metatarsofalangea

Segmenti della colonna vertebrale

C	tratto cervicale
T	tratto toracico
L	tratto lombare
S	sacro

Altro

M.	muscolo
Mm.	muscoli
N.	nervo
Nn.	nervi
●	I punti indicano zone dove la contrazione dei muscoli descritti può essere sentita con la mano
●	Colore per le inserzioni muscolari d'origine
●	Colore per le inserzioni muscolari terminali
→	Delimitano il contorno delle strutture descritte nel testo
	Le aree colorate rappresentano le superfici non palpabili e quelle che non rientrano nella regione di interesse
