

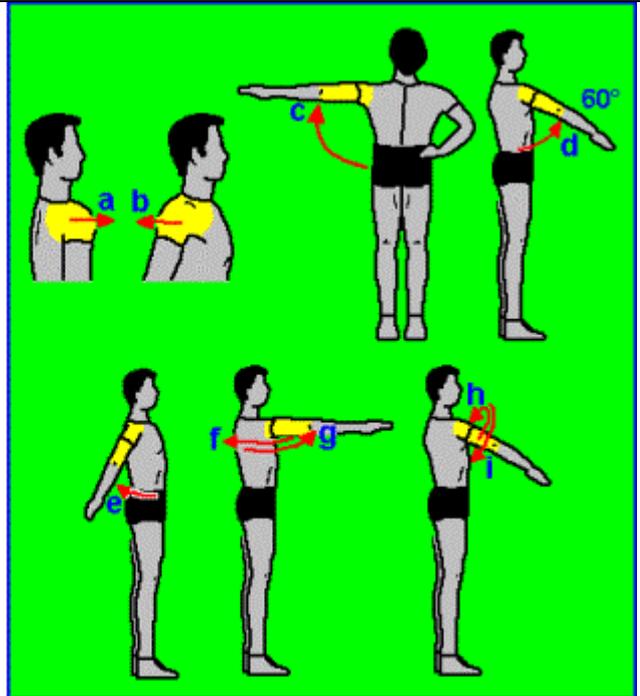
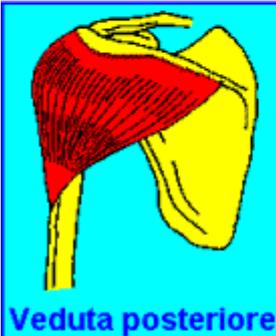
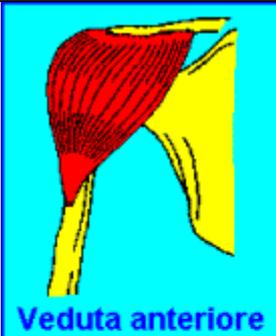
# MUSCOLI CHE MOBILIZZANO LA SPALLA

## Deltoide

Antepono (fasci anteriori) (a) e retropono la spalla (fasci posteriori) (b). Abduce (fino a 90°) (c) e antepono (fino a 60°, fasci anteriori) il braccio (d). Retropono il braccio (fasci posteriori) (e).

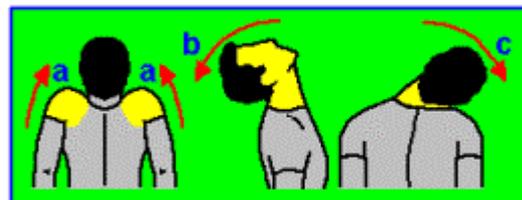
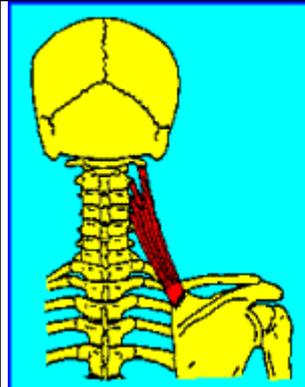
Estende orizzontalmente il braccio (da avanti in fuori, fasci posteriori) (f) e lo flette orizzontalmente (da in fuori a avanti, fasci anteriori) (g).

Ruota il braccio in dentro (fasci anteriori) (h) e in fuori (fasci posteriori) (i).



## Elevatore della scapola (o Angolare della scapola)

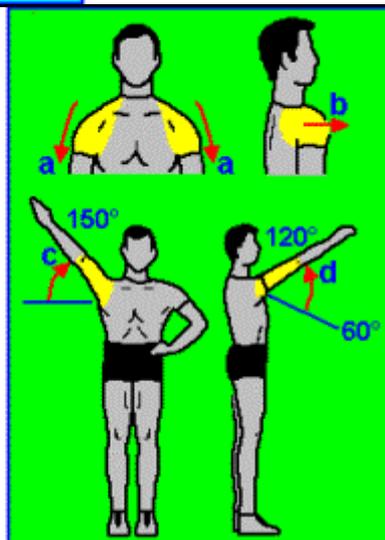
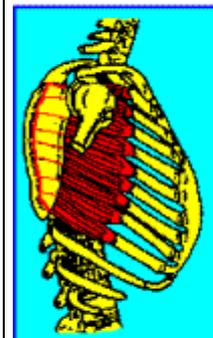
Solleva la spalla (a), estende il collo (b) e lo inclina dal proprio lato (c).



## Gran dentato (o Dentato anteriore)

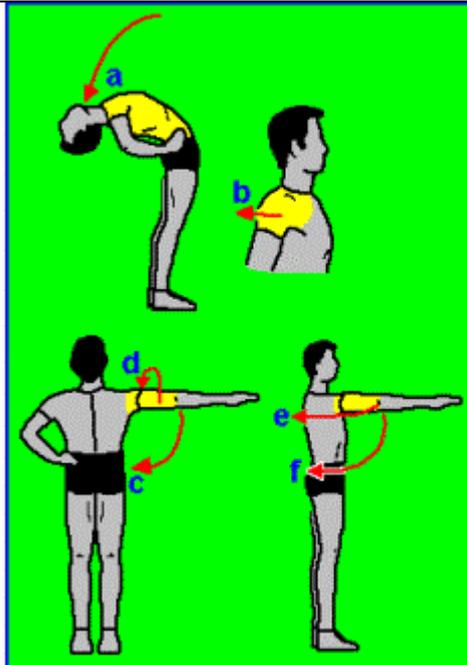
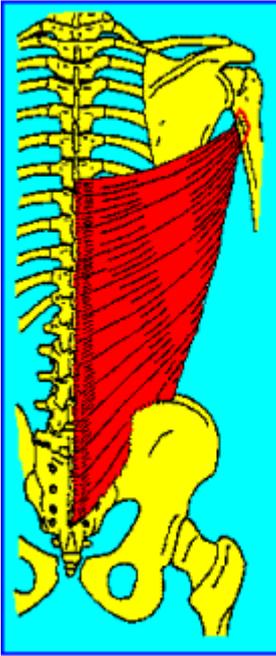
Abbassa (a) e antepono la spalla (b). Insieme al Trapezio (fasci superiori e inferiori) consente, ruotando la scapola, di elevare in il braccio in alto sul piano frontale (da 90° a 150°) (c) e su quello sagittale (da 60° a 120°) (d).

Innalza le costole (inspiratore).



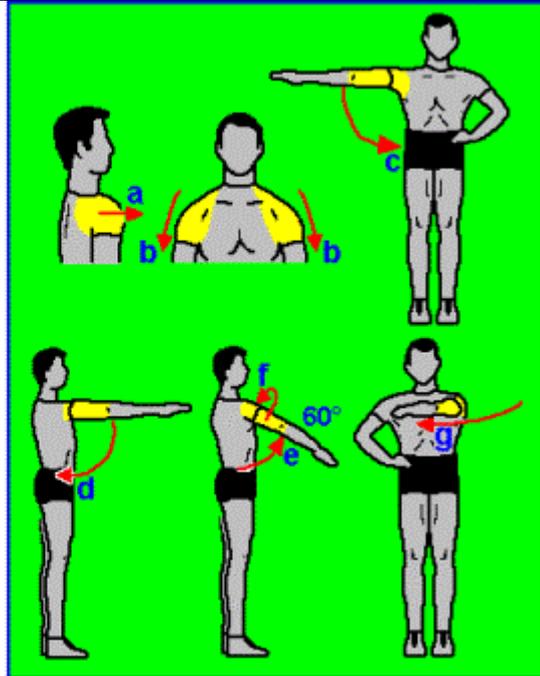
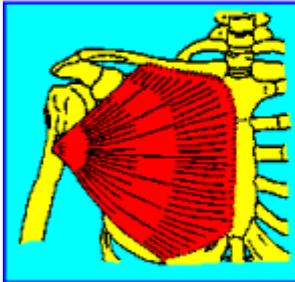
## Gran dorsale

Estende il tronco (a) e retropone la spalla (b).  
Adduce (c) e ruota all'interno il braccio (d).  
Da braccio avanti lo porta in fuori (e), oppure lo porta in basso e in retroposizione (f).  
Quando il braccio è in alto si trova in posizione di massimo allungamento.  
Se prende punto fisso sull'omero solleva il tronco.



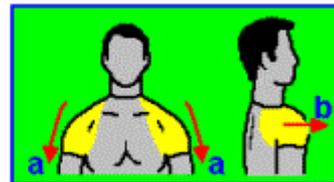
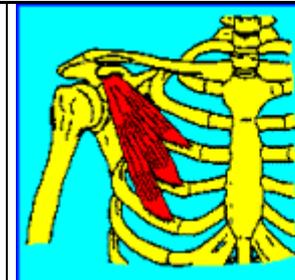
## Gran pettorale

Antepono (a) e abbassa la spalla (b).  
Adduce il braccio sia sul piano frontale (c) che su quello sagittale (fasci inferiori) (d), lo antepono fino a circa 60° (fasci superiori) (e) e lo ruota all'interno (f).  
Flette orizzontalmente il braccio (da in fuori a avanti) (g).  
Quando il braccio è in alto si trova in posizione di massimo allungamento (fasci inferiori).



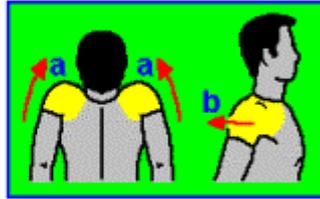
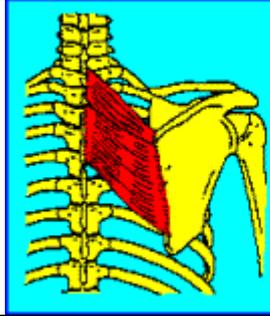
## Piccolo pettorale

Abbassa (a) e antepono la spalla (b).  
Solleva le costole (inspiratore).



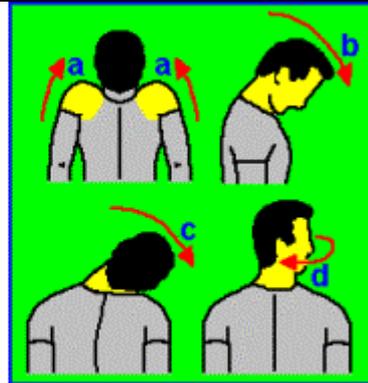
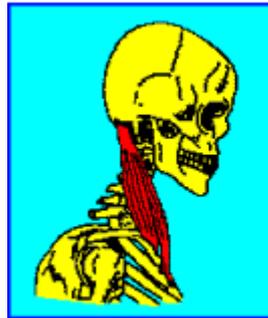
## Romboide

È composto da:  
- Piccolo romboide;  
- Grande romboide.  
Ambedue sollevano (a) e retropongono la spalla (b).  
La loro debolezza favorisce il distacco delle scapole dalla gabbia toracica (scapole alate).



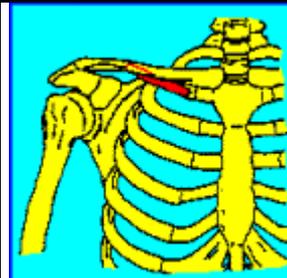
## Sternocleidomastoideo

Solleva la spalla (a).  
Flette il capo (b), lo inclina dal proprio lato (c) e lo ruota dal lato opposto (d).  
Interviene nell'inspirazione forzata agendo sulla clavicola e sul manubrio dello sterno.



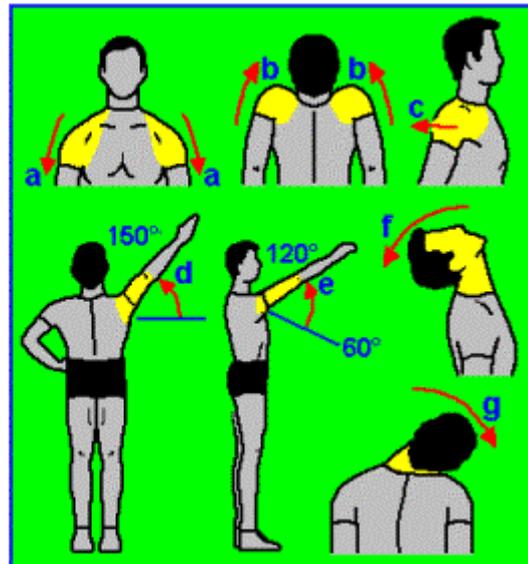
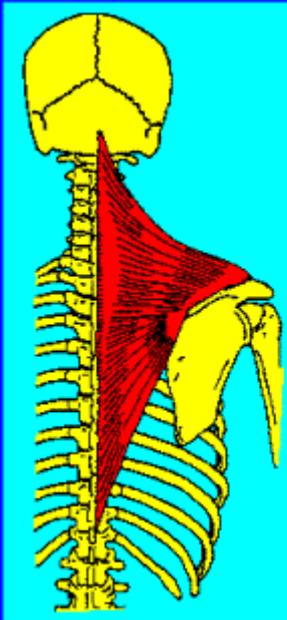
## Succlavio

Avvicina la clavicola alla prima costola.  
Agisce nella inspirazione forzata sollevando la gabbia toracica.



## Trapezio

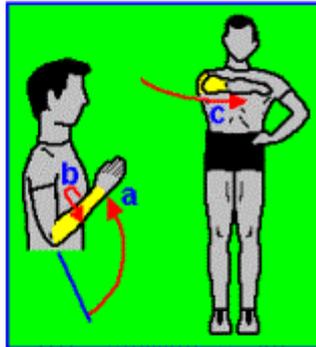
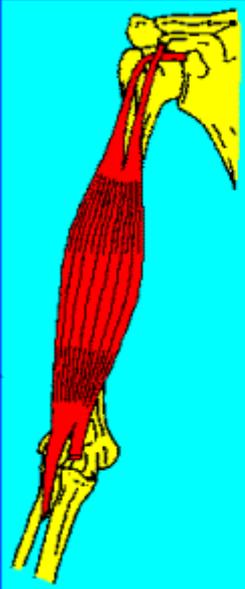
Abbassa (fasci inferiori) (a), solleva (fasci superiori) (b) e retropone (fasci medi) la spalla (c).  
Insieme al **Gran dentato** consente, ruotando la scapola, di elevare il braccio in alto sul piano frontale (da 90° a 150°) (d) e su quello sagittale (da 60° a 120°) (e).  
Prendendo punto fisso sulla scapola estende il capo (f) e lo inclina dal suo lato (g).  
Innalza le costole (inspiratore).



## MUSCOLI CHE MOBILIZZANO IL BRACCIO

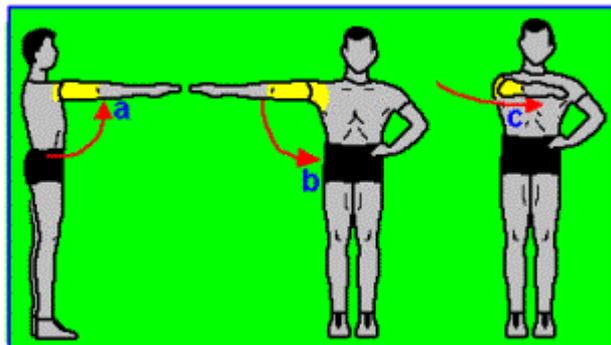
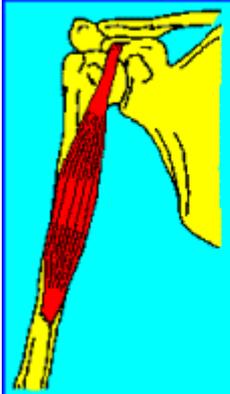
### **Bicipite brachiale**

Flette l'avambraccio (a) e lo supina se si trova in pronazione (b).  
Estende il braccio orizzontalmente (da in fuori a avanti) (c).



### **Coracobrachiale**

Anteponde (a) e adduce il braccio (b).  
Estende il braccio orizzontalmente (da in fuori a avanti) (c).



## Deltoide

Antepono (fasci anteriori) (a) e retropono la spalla (fasci posteriori) (b).

Inoltre abduce (fino a 90°) (c) e antepono (fino a 60°, fasci anteriori) il braccio (d).

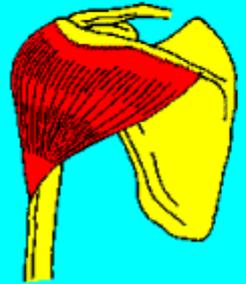
Retropono il braccio (fasci posteriori) (e).

Estende orizzontalmente il braccio (da avanti in fuori, fasci posteriori) (f) e lo flette orizzontalmente (da in fuori a avanti, fasci anteriori) (g).

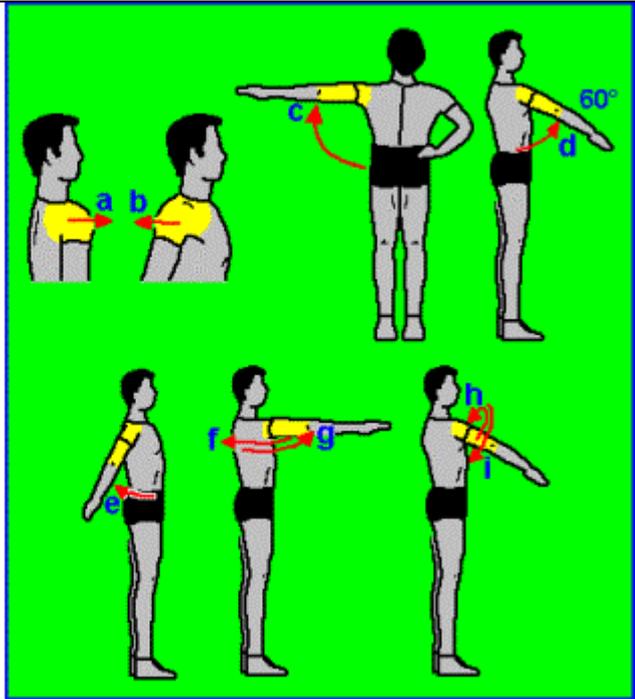
Ruota il braccio in dentro (fasci anteriori) (h) e in fuori (fasci posteriori) (i).



Veduta anteriore



Veduta posteriore

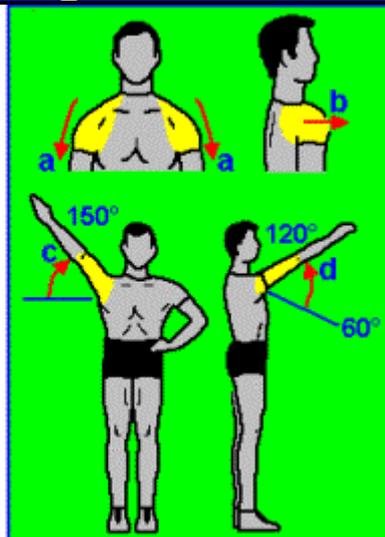
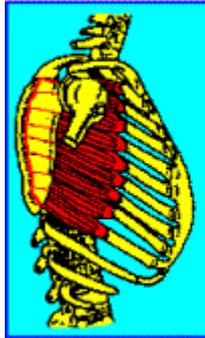


## Gran dentato (o Dentato anteriore)

Abbassa (a) e antepono la spalla (b).

Insieme al Trapezio (fasci superiori e inferiori) consente, ruotando la scapola, di elevare in il braccio in alto sul piano frontale (da 90° a 150°) (c) e su quello sagittale (da 60° a 120°) (d).

Innalza le costole (inspiratore).

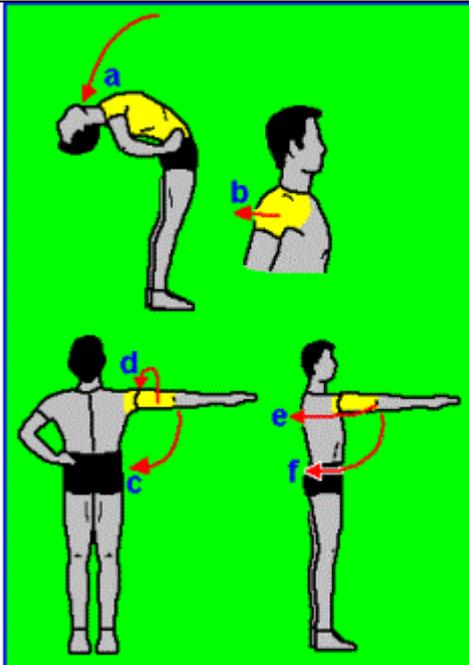
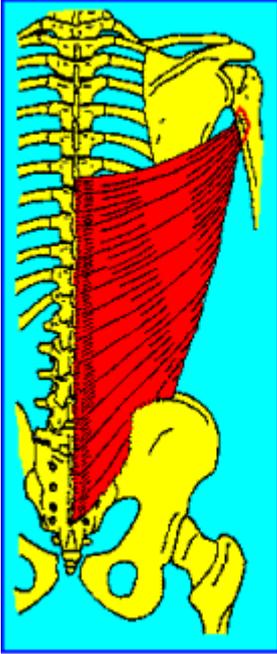


## Gran dorsale

Estende il tronco (a) e retropone la spalla (b). Adduce (c) e ruota all'interno il braccio (d).

Da braccio avanti lo porta in fuori (e), oppure lo porta in basso e in retroposizione (f). Quando il braccio è in alto si trova in posizione di massimo allungamento.

Se prende punto fisso sull'omero solleva il tronco.



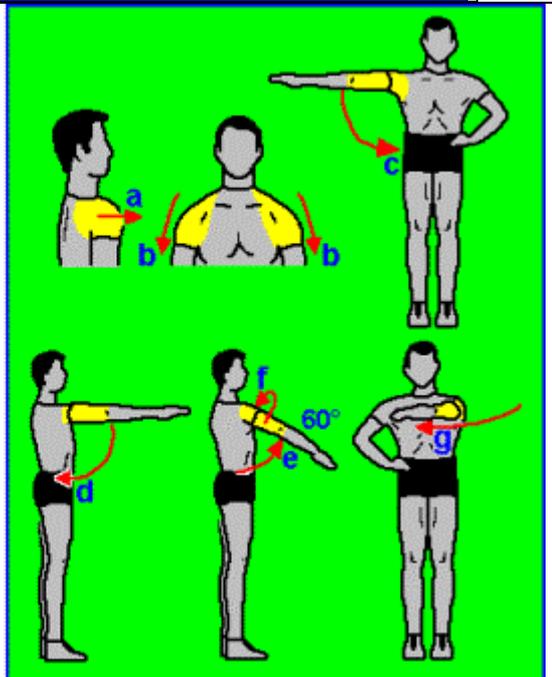
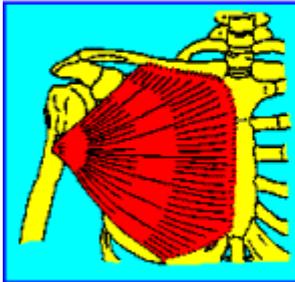
## Gran pettorale

Anteponde (a) e abbassa la spalla (b).

Adduce il braccio sia sul piano frontale (c) che su quello sagittale (fasci inferiori) (d), lo anteponde fino a circa 60° (fasci superiori) (e) e lo ruota all'interno (f).

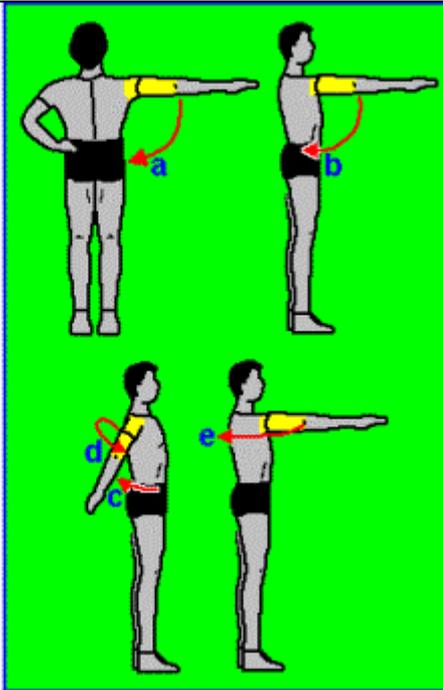
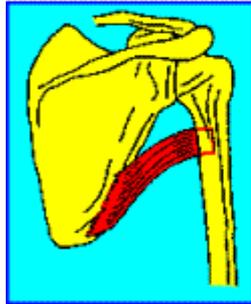
Flette orizzontalmente il braccio (da in fuori a avanti) (g).

Quando il braccio è in alto si trova in posizione di massimo allungamento (fasci inferiori).



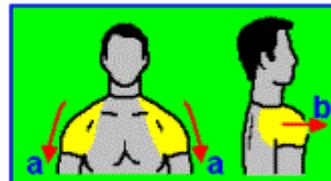
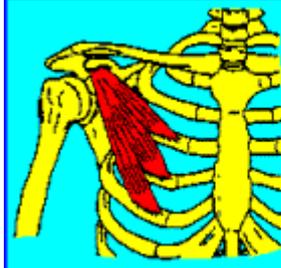
## Grande rotondo

Adduce il braccio sul piano frontale (a) e su quello sagittale (b), lo retropone (c) e lo ruota internamente (d). Estende il braccio orizzontalmente (da avanti in fuori) (e).



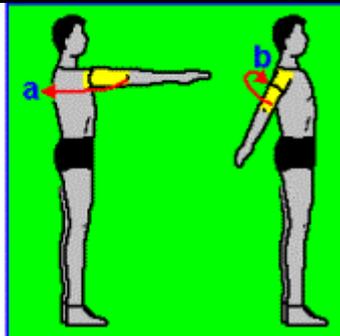
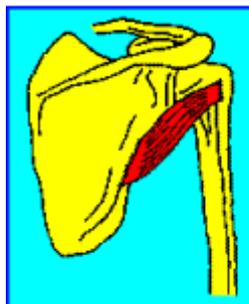
## Piccolo pettorale

Abbassa (a) e antepone la spalla (b). Solleva le costole (inspiratore).



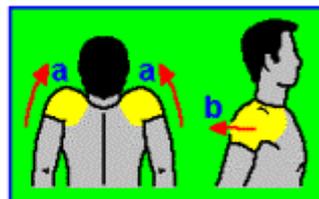
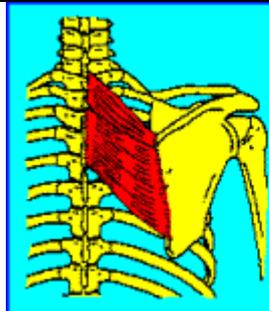
## Piccolo rotondo

Estende orizzontalmente il braccio (da avanti lo porta in fuori) (a) e lo ruota esternamente (b).



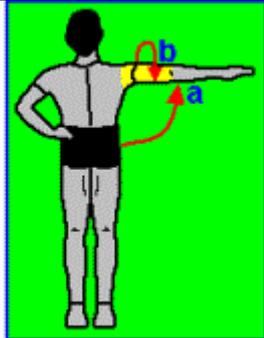
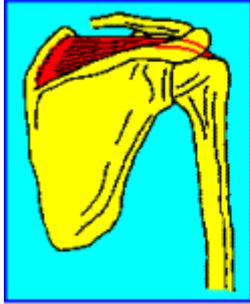
## Romboide

È composto da:  
- Piccolo romboide;  
- Grande romboide.  
Ambedue sollevano (a) e retropongono la spalla (b). La loro debolezza favorisce il distacco delle scapole dalla gabbia toracica (scapole alate).



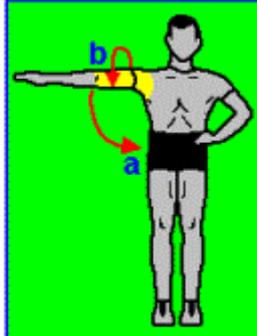
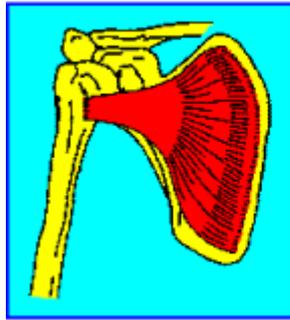
### Soprascinato

Abduce (a) e ruota esternamente il braccio (b).  
Mantiene la testa dell'omero nella cavità glenoide della scapola.



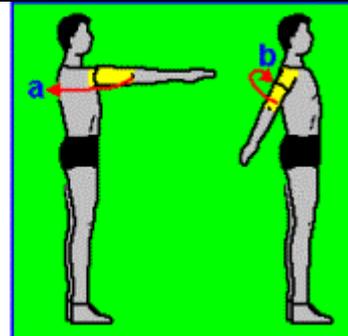
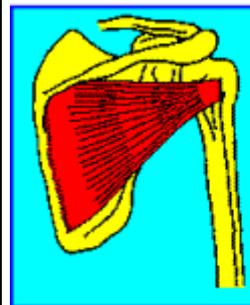
### Sottoscapolare

Adduce (fasci inferiori) (a) e ruota internamente il braccio (b).



### Sottospinato

Estende orizzontalmente il braccio (da avanti in fuori) (a) e lo ruota esternamente (b).

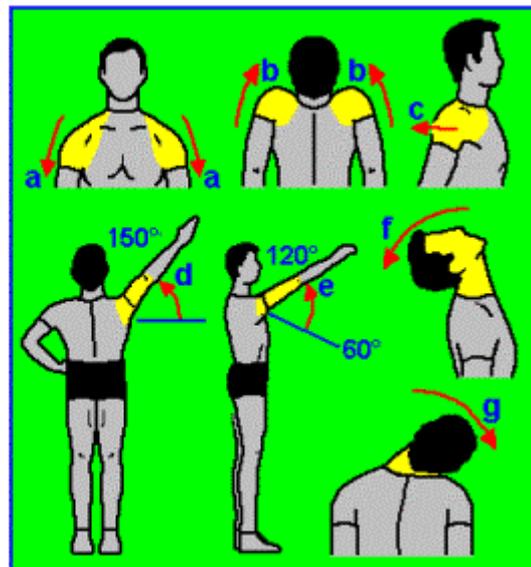
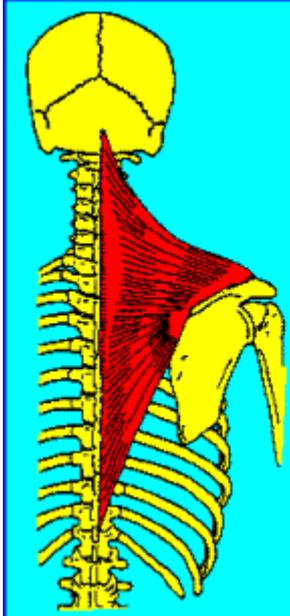


### Trapezio

Abbassa (fasci inferiori) (a), solleva (fasci superiori) (b) e retropone (fasci medi) la spalla (c).

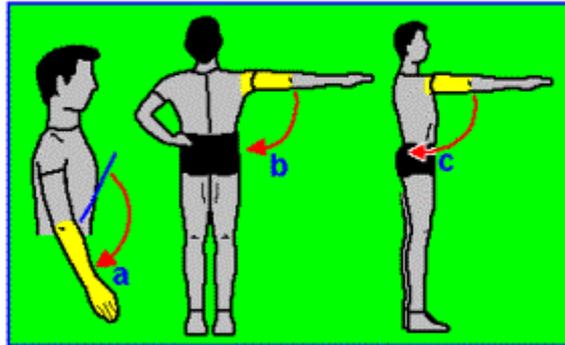
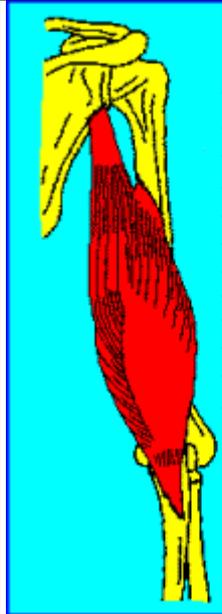
Insieme al **Gran dentato** consente, ruotando la scapola, di elevare il braccio in alto sul piano frontale (da 90° a 150°) (d) e su quello sagittale (da 60° a 120°) (e).

Prendendo punto fisso sulla scapola estende il capo (f) e lo inclina dal suo lato (g).  
Innalza le costole (inspiratore).



### Tricipite brachiale

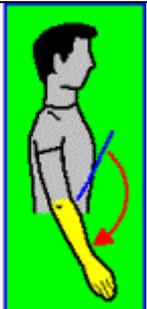
Estende l'avambraccio (a).  
Adduce (capo lungo) il braccio sul piano frontale (b) e sagittale (c).



## MUSCOLI CHE MOBILIZZANO L'AVAMBRACCIO

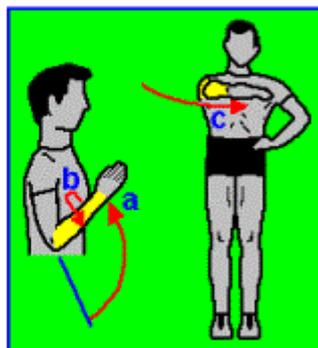
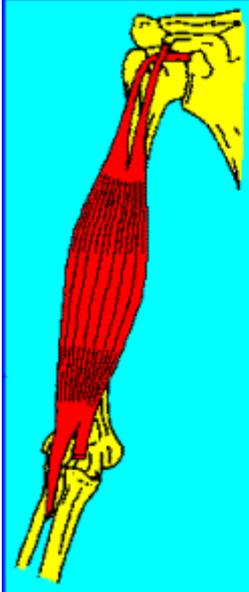
### Anconeo

Estende l'avambraccio.



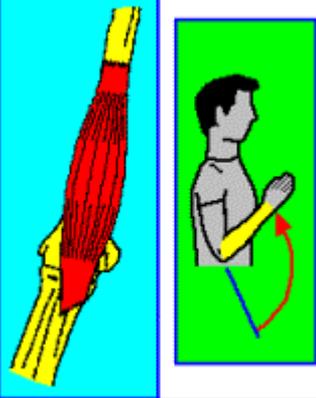
### Bicipite brachiale

Flette l'avambraccio (a) e lo supina se si trova in pronazione (b).  
Estende il braccio orizzontalmente (da in fuori a avanti) (c).



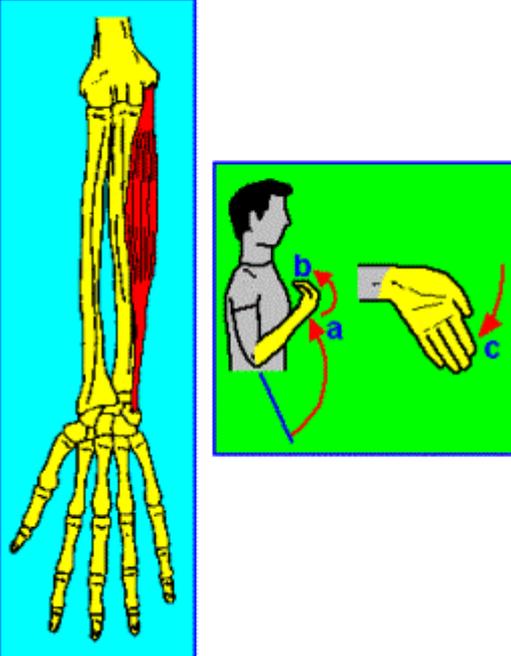
## Brachiale anteriore

Flette l'avambraccio.



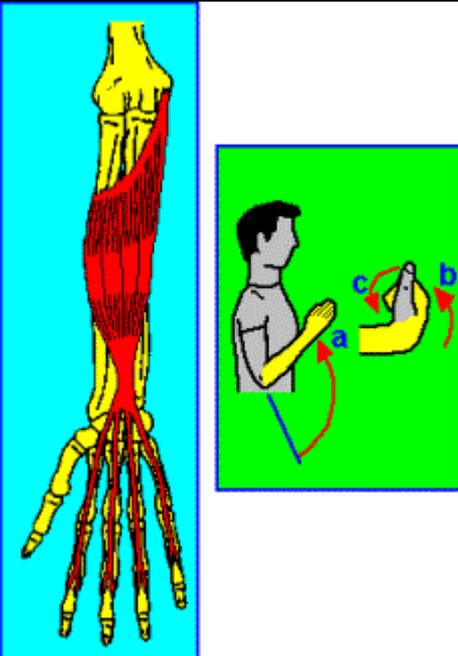
## Cubitale anteriore (o Flessore ulnare del carpo)

Flette l'avambraccio (a).  
Flette la mano (b) e la adduce (c).



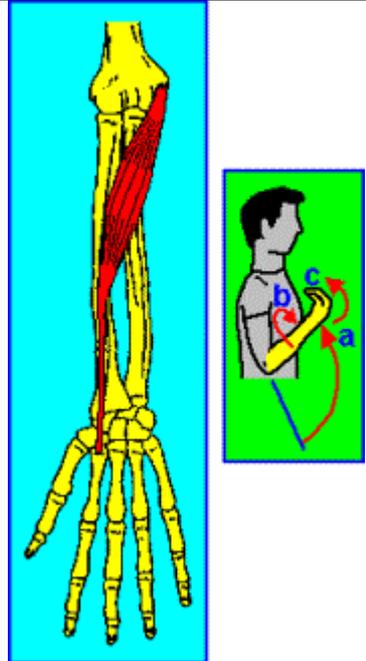
## Flessore superficiale delle dita

Flette l'avambraccio (a), la mano (b) e le dita (b), eccetto il pollice.



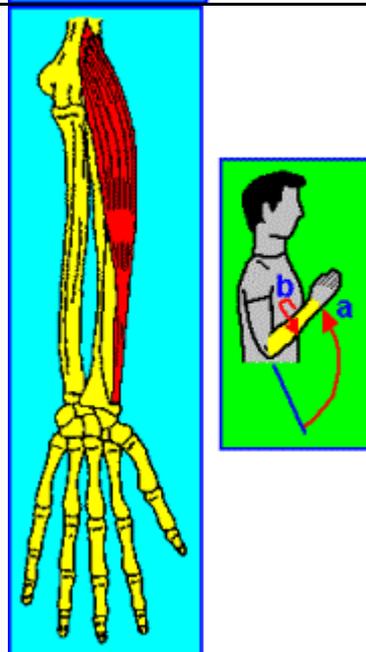
**Grande palmare  
(o Flessore  
radiale del carpo)**

Flette l'avambraccio (a) e lo  
ruota internamente (b).  
Flette la mano (c).



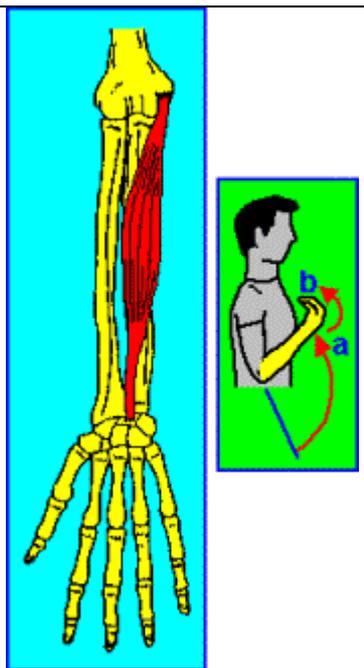
**Lungo supinatore  
(o Brachioradiale)**

Flette l'avambraccio (a) e lo  
ruota esternamente (b).



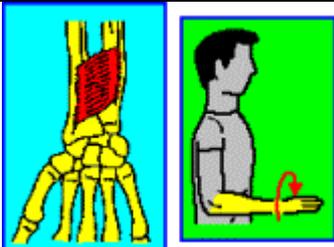
### **Palmare lungo**

Flette l'avambraccio (a) e la mano (b).



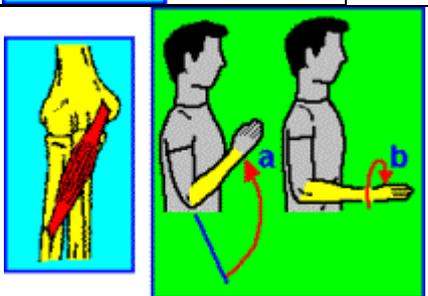
### **Pronatore quadrato**

Ruota internamente l'avambraccio (pronazione).



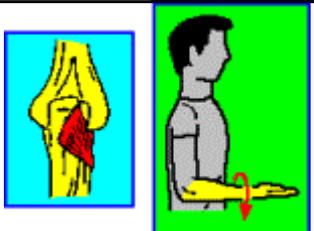
### **Pronatore rotondo**

Flette (a) e ruota internamente l'avambraccio (b).



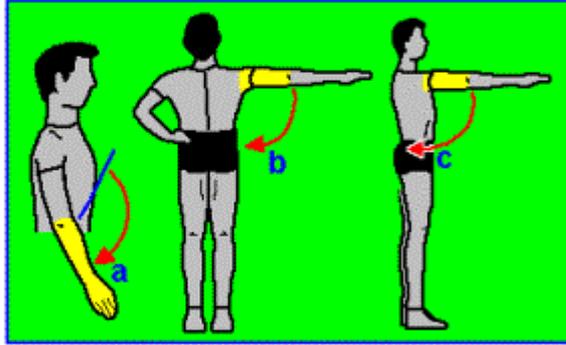
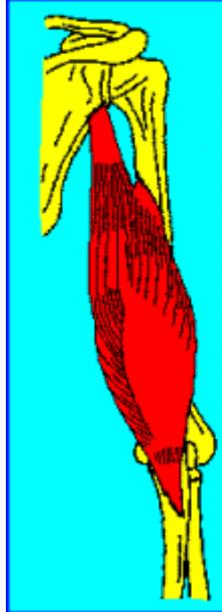
### **Supinatore breve**

Ruota esternamente l'avambraccio (supinazione).



## Tricipite brachiale

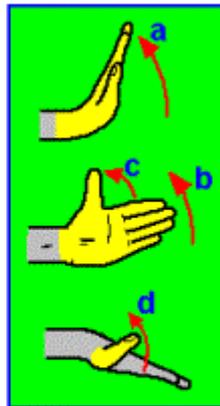
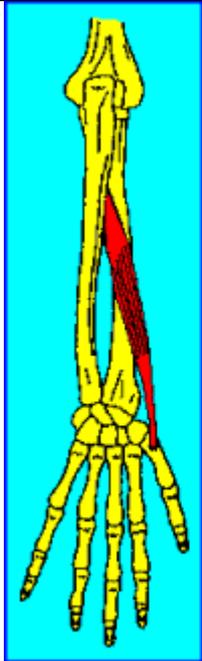
Estende l'avambraccio (a).  
Adduce (capo lungo) il braccio  
sul piano frontale (b) e sagittale  
(c).



## MUSCOLI CHE MOBILIZZANO LA MANO

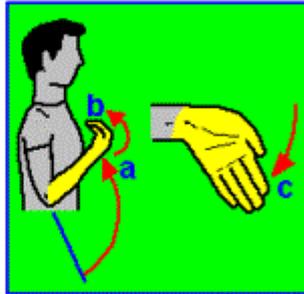
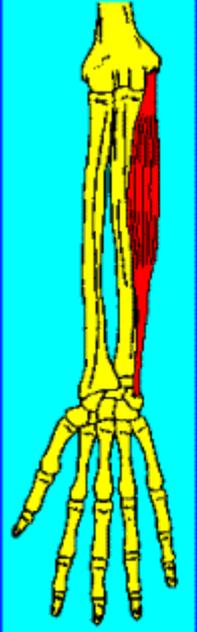
## Abduttore lungo del pollice

Estende la mano (a) e la  
abduce (b).  
Abduce (c) ed estende il pollice  
(d).



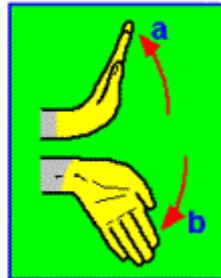
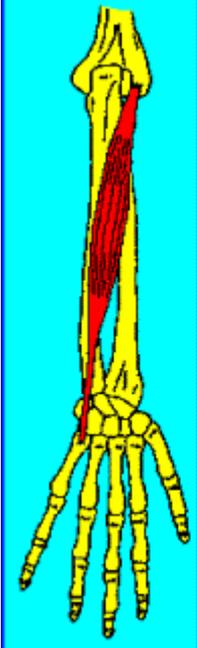
**Cubitale anteriore  
(o Flessore ulnare  
del carpo)**

Flette l'avambraccio (a).  
Flette la mano (b) e la adduce  
(c).



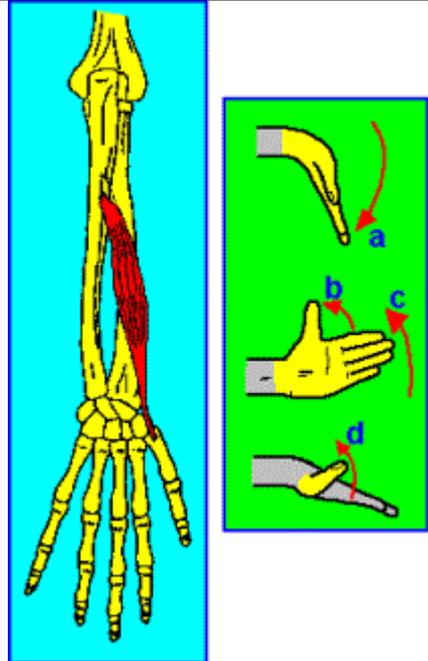
**Cubitale  
posteriore (o  
Estensore ulnare  
del carpo)**

Estende la mano (a) e la adduce  
(b).



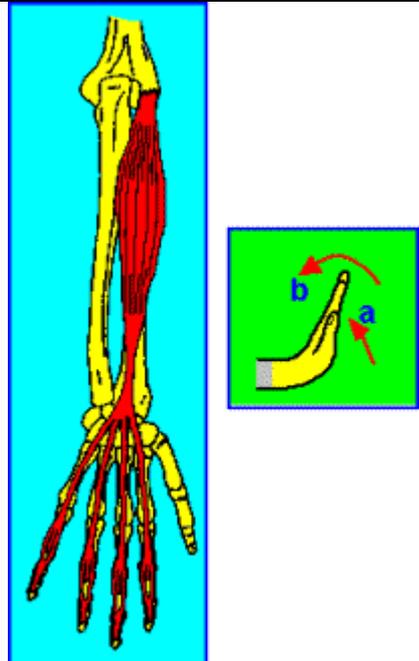
### Estensore breve del pollice

Estende la mano (a) e abduce il pollice (b).  
Abduce la mano (c) ed estende il pollice(d).



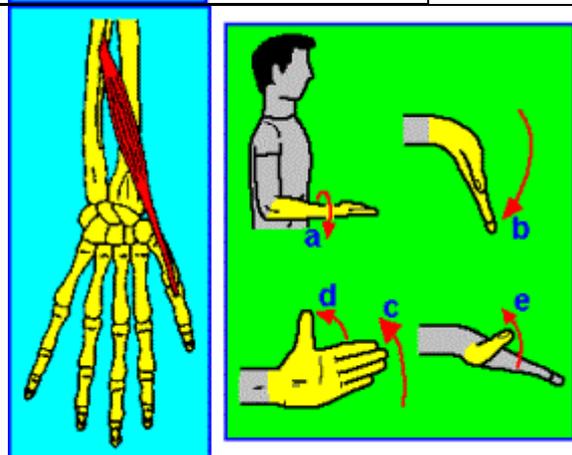
### Estensore comune delle dita

Estende la mano (a) e le dita (b).



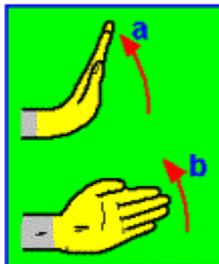
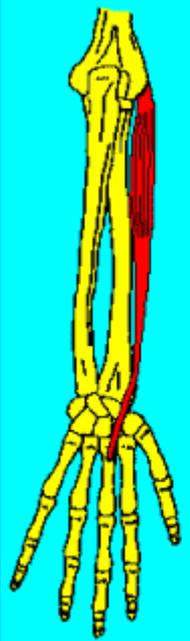
### Estensore lungo del pollice

Ruota esternamente l'avambraccio (supinazione) (a).  
Estende (b) e abduce la mano (c).  
Abduce (d) ed estende (e) il pollice.



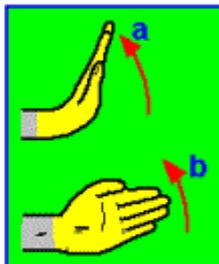
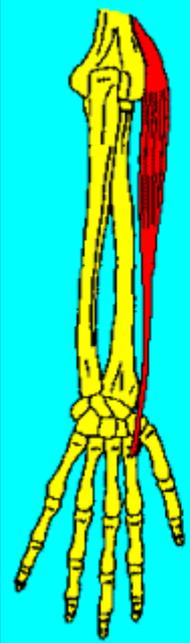
**Estensore radiale  
breve del carpo (o  
2° Radiale  
esterno)**

Estende (a) e abduce la mano  
(b).



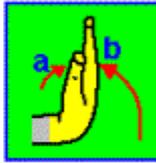
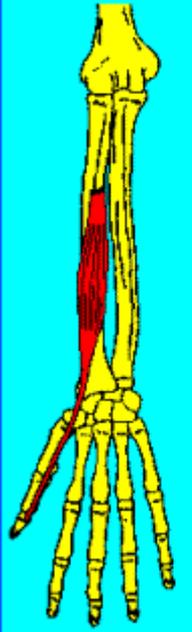
**Estensore radiale  
lungo del carpo (o  
1° Radiale  
esterno)**

Estende la mano (a) e la abduce  
(b).



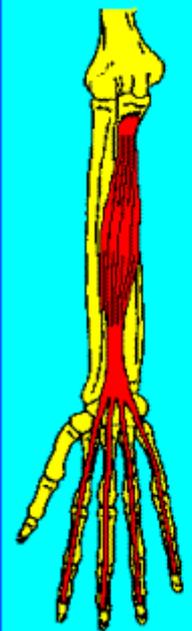
**Flessore lungo del pollice**

Flette il pollice (a) e la mano (b).



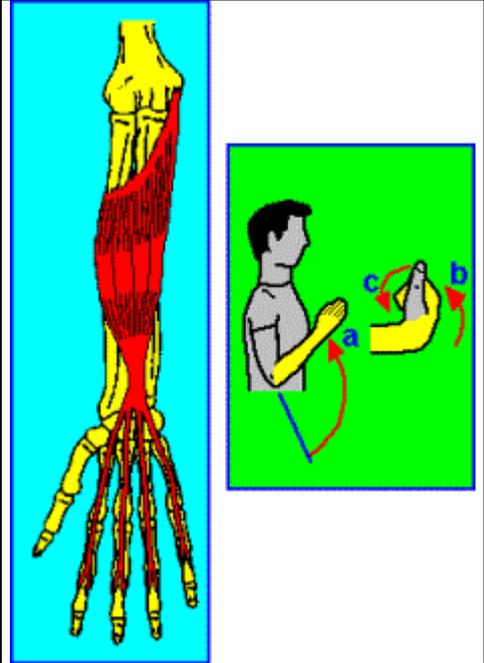
**Flessore profondo delle dita**

Flette la mano (a) e le dita (b), eccetto il pollice.



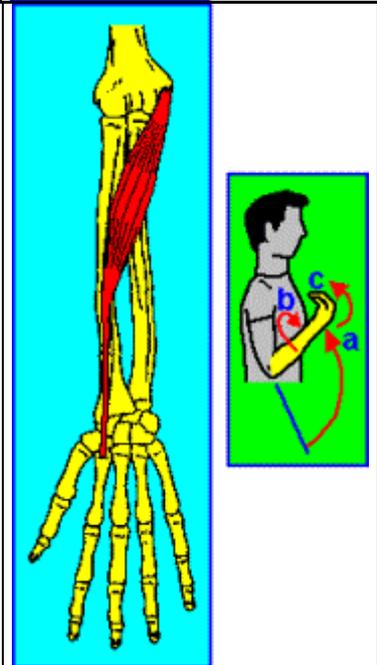
**Flessore  
superficiale delle  
dita**

Flette l'avambraccio (a), la mano (b) e le dita (c), eccetto il pollice.



**Grande palmare  
(o Flessore radiale  
del carpo)**

Flette l'avambraccio (a) e lo  
ruota internamente (b).  
Flette la mano (c).



## **Palmare lungo**

Flette l'avambraccio (a) e la mano (b).

