

## LA POSIZIONE ANATOMICA

Chi si appresta allo studio dell'anatomia deve familiarizzare con un vocabolario accettato internazionalmente, che consenta la universale comunicazione e la comprensione tra tutti. L'adozione di una inequivocabile posizione del corpo umano è fondamentale per la comprensione di questo vocabolario ed è nota col nome di **posizione anatomica**: il corpo è in stazione eretta e guarda in avanti; le gambe sono unite con i piedi paralleli e le punte leggermente divaricate; le braccia pendono ai lati del corpo con il palmo delle mani rivolto in avanti in modo tale che il pollice sia in posizione laterale.

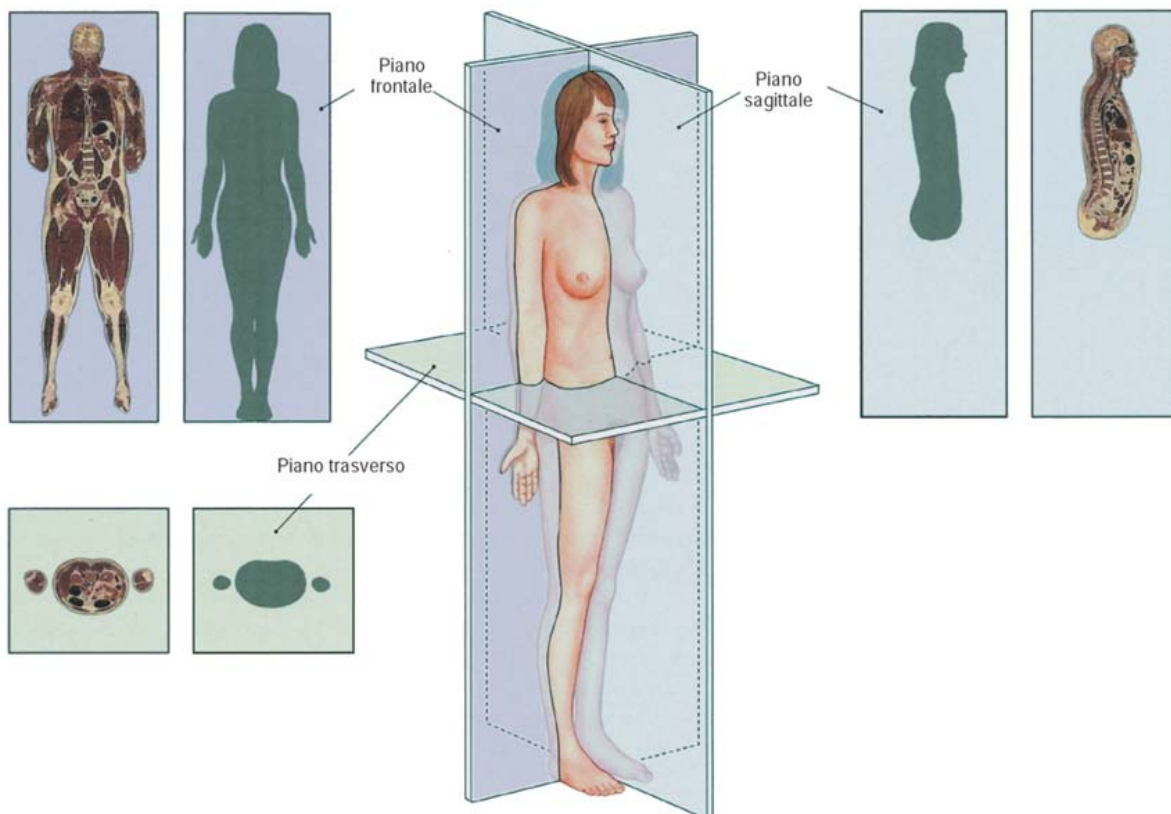
Tutta la terminologia fa riferimento a questa particolare posizione, indipendentemente da quella che il corpo assume quando svolge una qualche attività.

1

Le **posizioni orizzontali**, dette anche decubiti, sono quelle

- dorsale o supina, in cui il soggetto giace sul dorso
- ventrale o prona, in cui il soggetto giace sul ventre
- laterale destra e sinistra, in cui il soggetto è appoggiato rispettivamente sul fianco destro o sinistro.

### Termini di posizione



Per facilitare la comprensione delle relazioni tra le strutture e dei reciproci movimenti dei segmenti corporei, vengono considerati tre piani di riferimento principali, fra loro perpendicolari.

Il **piano antero-posteriore**, che suddivide il corpo in due parti uguali fra di loro a destra e a sinistra, (antimeri) è detto piano sagittale mediano e i piani paralleli a questo, a destra e a sinistra sono detti *piani sagittali laterali o paramediani*. Vengono indicate perciò come *mediane* le parti che stanno in corrispondenza del piano sagittale mediano; come *mediali (o interne)* quelle che, rispetto ad altre, sono più vicine al piano stesso; come *laterali (o esterne)* le parti più vicine ai piani sagittali laterali, cioè più lontane dal piano sagittale mediano.

I **piani frontali o coronali** sono paralleli alla fronte e dividono anch'essi il corpo in due parti, ma fra loro completamente differenti. Nella stazione eretta le porzioni che rispetto ad un piano frontale volgono anteriormente sono dette ventrali, quelle che volgono posteriormente sono dette dorsali.

Tali piani passano attraverso il corpo dall'alto in basso, perpendicolarmente al piano sagittale.

I **piani orizzontali o trasversali** sono perpendicolari ai due precedenti e dividono il corpo in due parti, una superiore ed una inferiore. Le due facce che tale piano individua prendono il nome di cefalica e caudale.

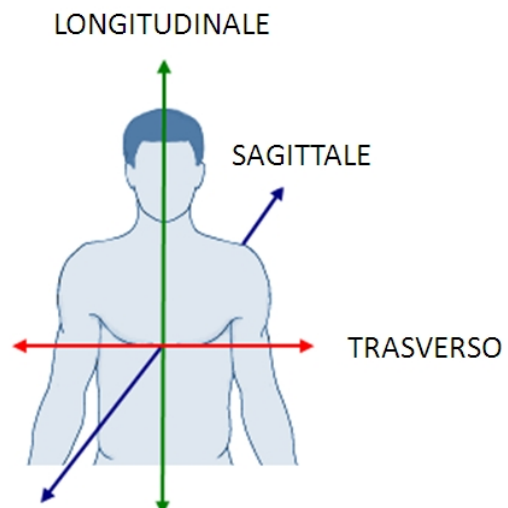
La seguente lista presenta un elenco dei termini più comunemente usati che descrivono la posizione delle strutture anatomiche:

- **Anteriore (ventrale).** Davanti a, o di fronte a, per es. la rotula è posta anteriormente all'articolazione del ginocchio.
- **Posteriore (dorsale)** Posteriore a, o dietro a, per es. il grande gluteo è posto posteriormente all'articolazione dell'anca.
- **Superiore (cefalico)** Sopra, per es. la testa sta sopra al tronco.
- **Inferiore (caudale)** Sotto per es. il ginocchio è posto sotto l'anca.
- **Laterale:** ciò che si allontana dal piano mediano o dalla linea mediana, per es. il quinto dito del piede è posto lateralmente rispetto all'alluce.
- **Mediale:** ciò che si avvicina al piano mediano o la linea mediana, per es. il mignolo è posto medialmente rispetto al pollice.
- **Distale:** ciò che si allontana dal tronco o dalla radice degli arti, es. il piede è distale rispetto al ginocchio.
- **Prossimale:** ciò che si avvicina al tronco o alla radice degli arti, es. il polso è prossimale rispetto alla mano.

## Termini di movimento

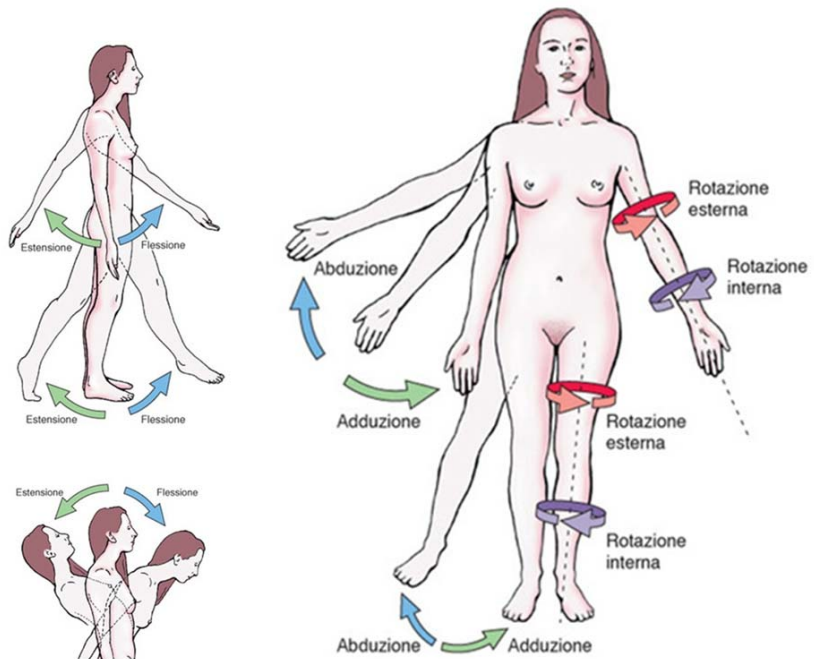
Caratterizzano un tipo di movimento e la direzione secondo cui esso si svolge. Si considerano, in questo caso, agli assi di intersezione tra piani frontali, trasversali e sagittali. Il riferimento contemporaneo ai piani stessi completa e chiarisce il termine di movimento.

- **l'asse trasversale** è situato all'intersezione dei piani frontale e trasversale.
- **l'asse sagittale** o anteroposteriore è definito dall'intersezione dei piani sagittale e trasversale



- **l'asse verticale** si forma dall'incontro dei piani frontale e sagittale.
- **Flessione:** movimento che si svolge attorno ad un asse trasversale. La parte in movimento si allontana dal piano frontale. Il movimento opposto è l'**estensione**.
- **Abduzione:** movimento che si svolge attorno ad un asse sagittale. E' riferito ad un arto che si allontana dal piano sagittale. Il movimento opposto è l'**adduzione**.
- **Rotazione mediale e laterale:** consiste nella rotazione di un arto rispetto al suo asse longitudinale in modo da disporre la sua superficie anteriore di fronte alla linea mediana del corpo (rotazione mediale) o da allontanare la sua superficie anteriore dalla linea mediana del corpo (rotazione laterale).
- **Pronazione:** riferito alla mano e all'avambraccio è un movimento attorno all'asse verticale dell'arto, che porta il suo piano dorsale in posizione ventrale. Il movimento opposto è la **supinazione**. Sono ambedue movimenti di rotazione in asse. (riferiti all'intero corpo i termini **prono** e **supino** indicano una posizione a corpo sdraiato, orizzontale, rispettivamente "a pancia in giù" e "a pancia in su" )
- I movimenti di **torsione** sono riferiti al rachide ed avvengono sull'asse verticale..

Tutti i movimenti che si svolgono su un asse e sono diretti ad un piano sono considerati **movimenti semplici**. Movimenti in cui, nelle diverse fasi, sia gli assi sia i piani sono variabili sono detti **movimenti complessi**.



## ANATOMIA, ISTRUZIONI PER L'USO

Facebook post header: Anatomia, istruzioni per l'uso

Navigation: Pagina, Messaggi, Notifiche 25, Insights, Strumenti di pubblicazione, Impostazioni, Assistenza

Post content: KEEP CALM AND STUDY HUMAN ANATOMY

Post description: Anatomia, istruzioni per l'uso @virtualanatomist

<https://www.facebook.com/virtualanatomist/>