

SISTEMA MUSCULAR NA ESTÉTICA



Prof. Me Rodrigo
Prof. Especialista Estetica

- Miologia refere-se ao estudo dos músculos. Os músculos são estruturas constituídas por um conjunto de fibras elásticas e contráteis que permitem o movimento do corpo humano e das vísceras devido sua capacidade de realizar movimentos de contração e relaxamento.
- Os músculos são inervados por terminações nervosas, sendo que o local em que o nervo toca o músculo é o ponto motor e, a partir deste ponto, forma-se o estímulo nervoso com sua consequente resposta.
- A unidade motora muscular é formada pelo neurônio, axônio deste neurônio, pelas terminações nervosas do neurônio e pelas fibras inervadas por estas terminações. A placa motora é a região do sarcolema que fica mais próxima da terminação do axônio.
- Junção neuromuscular refere-se à terminação axonal motora junto com a placa motora terminal, sendo que o espaço entre elas é a fenda sináptica.

Função dos Músculos	Propriedades dos Músculos
1.Movimento Corporal;	1.Contratibilidade: capacidade de se encurtarem em resposta a um estímulo nervoso;
2.Regulação do volume de um órgão;	2.Elasticidade: capacidade de voltar a forma original após uma contração;
3.Movimento de substâncias através de um órgão tubular oco;	3.Tonicidade: estado de tensão muscular residual;
4.Produção de calor através da contratura muscular.	4.Excitabilidade: capacidade de resposta a estímulos.

Tipos de Músculos

- Os músculos são massas carnosas, que tem a propriedade de se contrair e relaxar.
- Há basicamente três tipos de tecido muscular:
 - Liso
 - Estriado esquelético
 - Estriado cardíaco
- Liso:
 - É um músculo involuntário que se localiza na pele, órgãos internos, aparelho reprodutor, grandes vasos sanguíneos e aparelho excretor.
 - O estímulo para a contração dos músculos lisos é mediado pelo sistema nervoso vegetativo.

- **Estriado esquelético:**

- É enervado pelo sistema nervoso central e, como este se encontra em parte sob controle consciente, chama-se músculo voluntário.
- As contracções do músculo esquelético permitem os movimentos dos diversos ossos e cartilagens do esqueleto.

- **Estriado cardíaco:**

- Este tipo de tecido muscular forma a maior parte do coração dos vertebrados.
- O músculo cardíaco carece de controle voluntário.
- É enervado pelo sistema nervoso vegetativo.

- Função do Sistema Muscular

- Movimentação corporal
- Manutenção da postura
- Respiração
- Produção de calor corporal
- Comunicação
- Constrição de órgãos e vasos
- Batimento cardíaco

Depressor do
Supercílio

Frontal

Prócero

Corrugador

Têmpora

Levantador da
Pálpebra Superior

Nasal
Dilatador
Nasal

Orbicular dos
Lábios

Risório

Depressor do Ângulo
dos Lábios

Depressor do Lábio
Inferior

Mentoniano

Orbicular dos
Olhos

Levantador da
Asa do Nariz

Levantador do
Lábio Superior

Zigomático
Menor

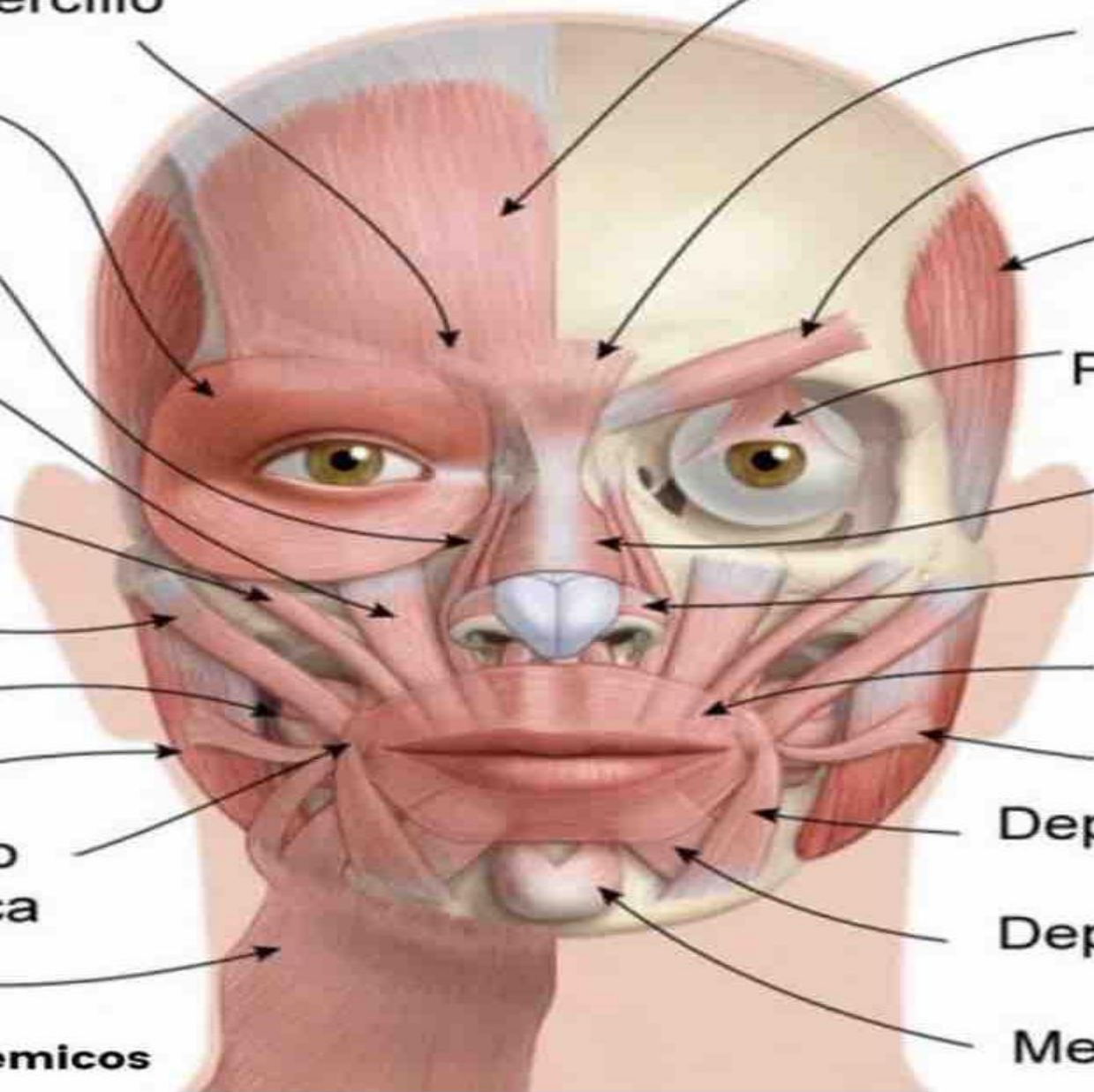
Zigomático
Maior

Bucinator

Masseter

Levantador do
Ângulo da Boca

Plastima



Músculos da Face



1 [] M. _____

2 [] M. _____

3 [] M. _____

4 [] M. _____

5 [] M. _____

6 [] M. _____

7 [] M. _____

8 [] M. _____

9 [] M. _____

10 [] M. _____

11 [] M. _____

12 [] M. _____

13 [] M. _____

14 [] M. _____

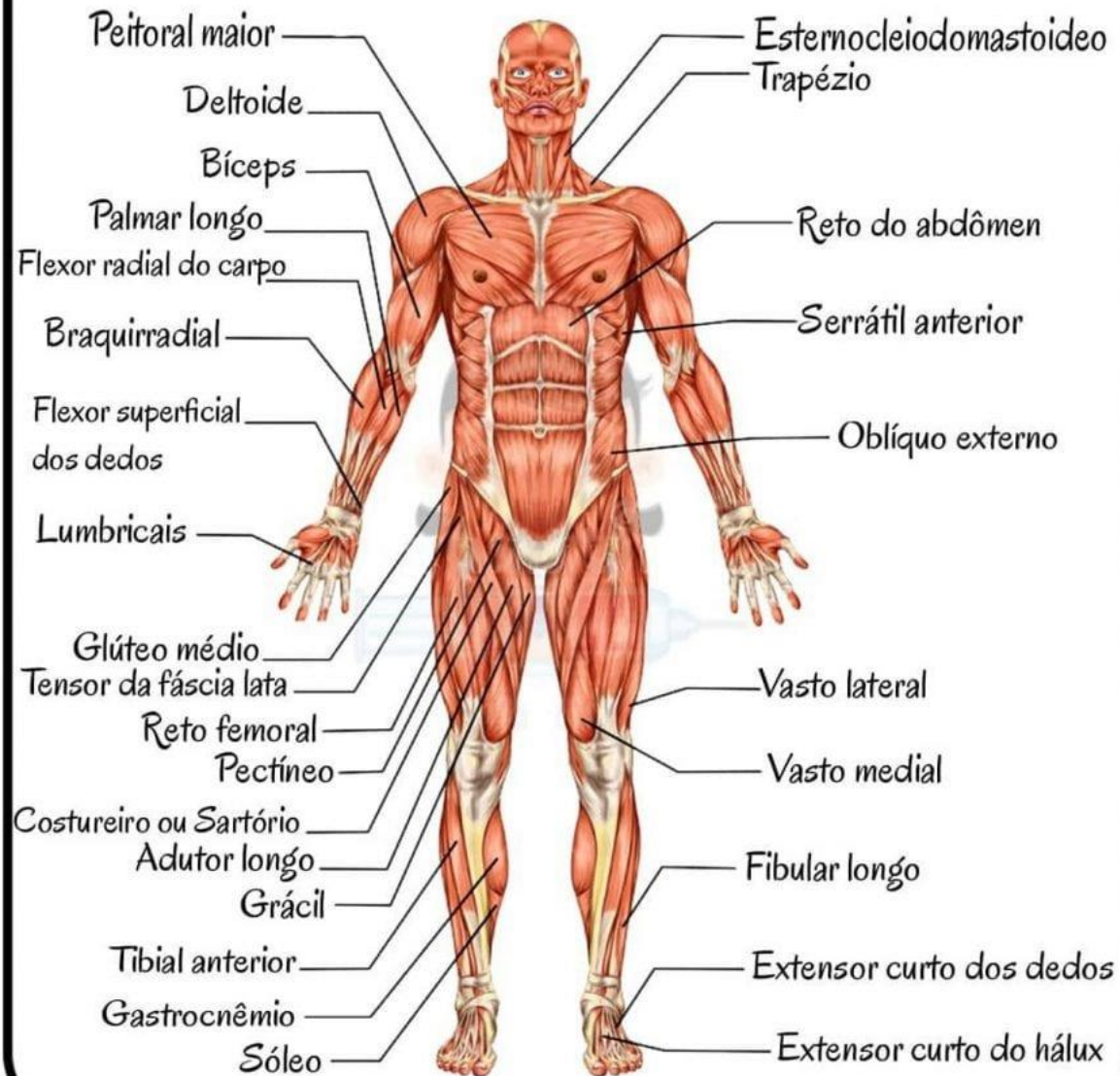
15 [] M. _____

16 [] M. _____

17 [] M. _____

Sistema Muscular

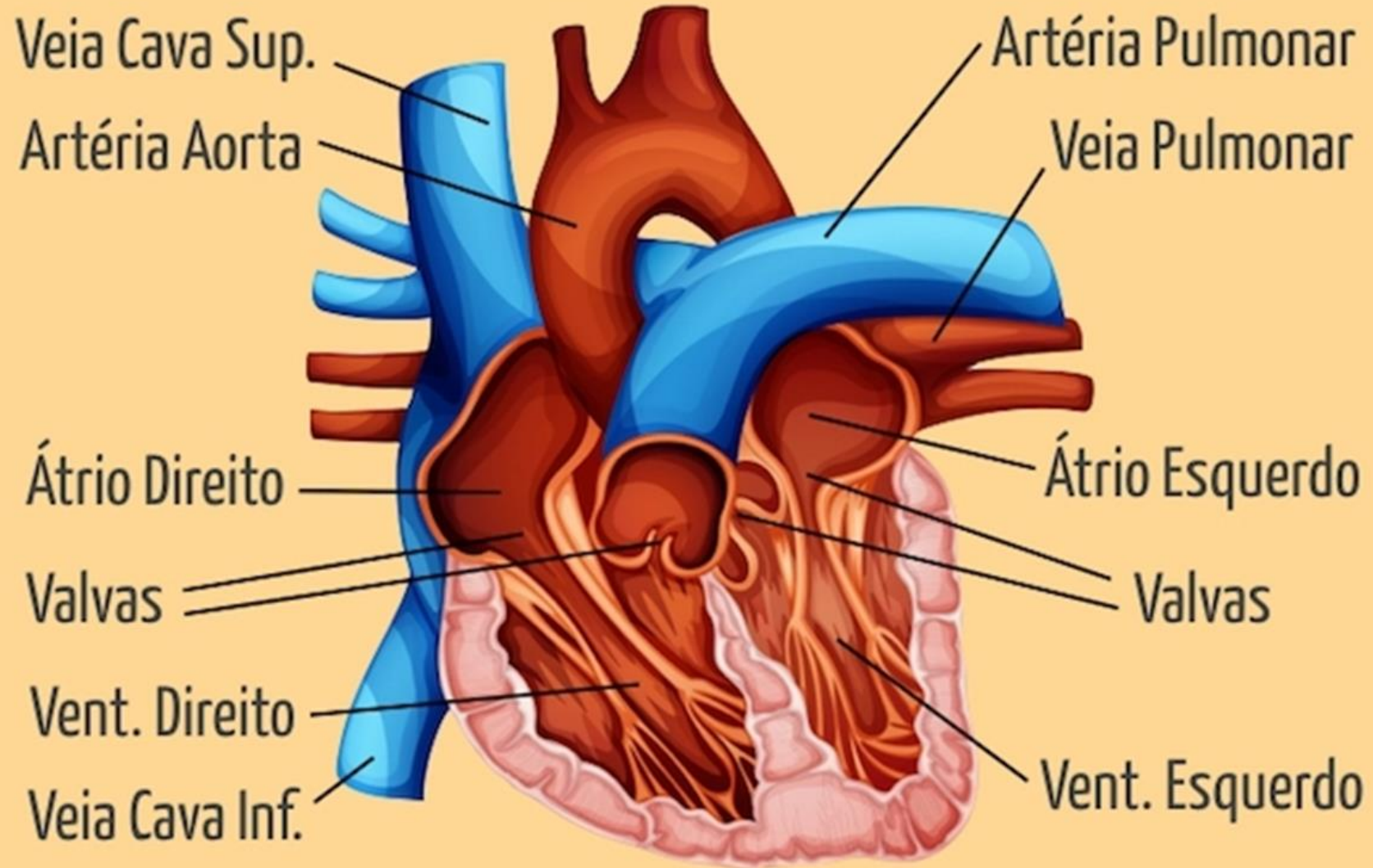
@conhecimentosdeenfermagem



Sistema cardiovascular

- O sistema cardiovascular é formado pelo coração, vasos sanguíneos e sangue, que trabalham em conjunto para realizar uma série de atividades relacionadas a transporte de substâncias em nosso organismo. Sendo assim, podemos dizer que as funções básicas desse sistema são:
- ☐ Distribuir nutrientes e oxigênio a todos os órgãos e tecidos do corpo;
- ☐ Transportar hormônios do local de origem para os órgãos onde irão atuar;
- ☐ Transportar produtos residuais do metabolismo celular do local onde foram produzidos até órgãos específicos que irão eliminá-los;
- ☐ O Coração.

- O coração é um órgão muscular oco, que funciona como uma bomba contrátil. Localiza-se na cavidade torácica, sobre o músculo diafragma e entre os dois pulmões, em espaço denominado mediastino. Sua base é voltada para cima e seu ápice para baixo, levemente inclinada para o lado esquerdo.
- Anatomia interna do coração
- O interior do coração é dividido em quatro cavidades denominadas câmaras cardíacas: duas superiores denominadas átrios (direito e esquerdo) e duas inferiores denominadas ventrículos (direito e esquerdo).
- Os átrios recebem sangue das veias e o impulsiona para o interior dos ventrículos.
- Os ventrículos, por sua vez, impulsionam o sangue para o interior das artérias.



- Estruturas do coração
- O coração é constituído por três camadas:
- **(1) miocárdio** - camada mais espessa do coração, que corresponde ao músculo cardíaco;
- **(2) endocárdio** - membrana que reveste internamente coração e válvulas cardíacas;
- **(3) pericárdio** - membrana serosa composta de duas camadas que reveste externamente o coração.
- Entre essas membranas há uma substância aquosa chamada fluído pericárdico, que protege o coração. Contrachocos com a caixa torácica e a coluna vertebral, fixam e sustentam a posição do coração.

- **Importante**

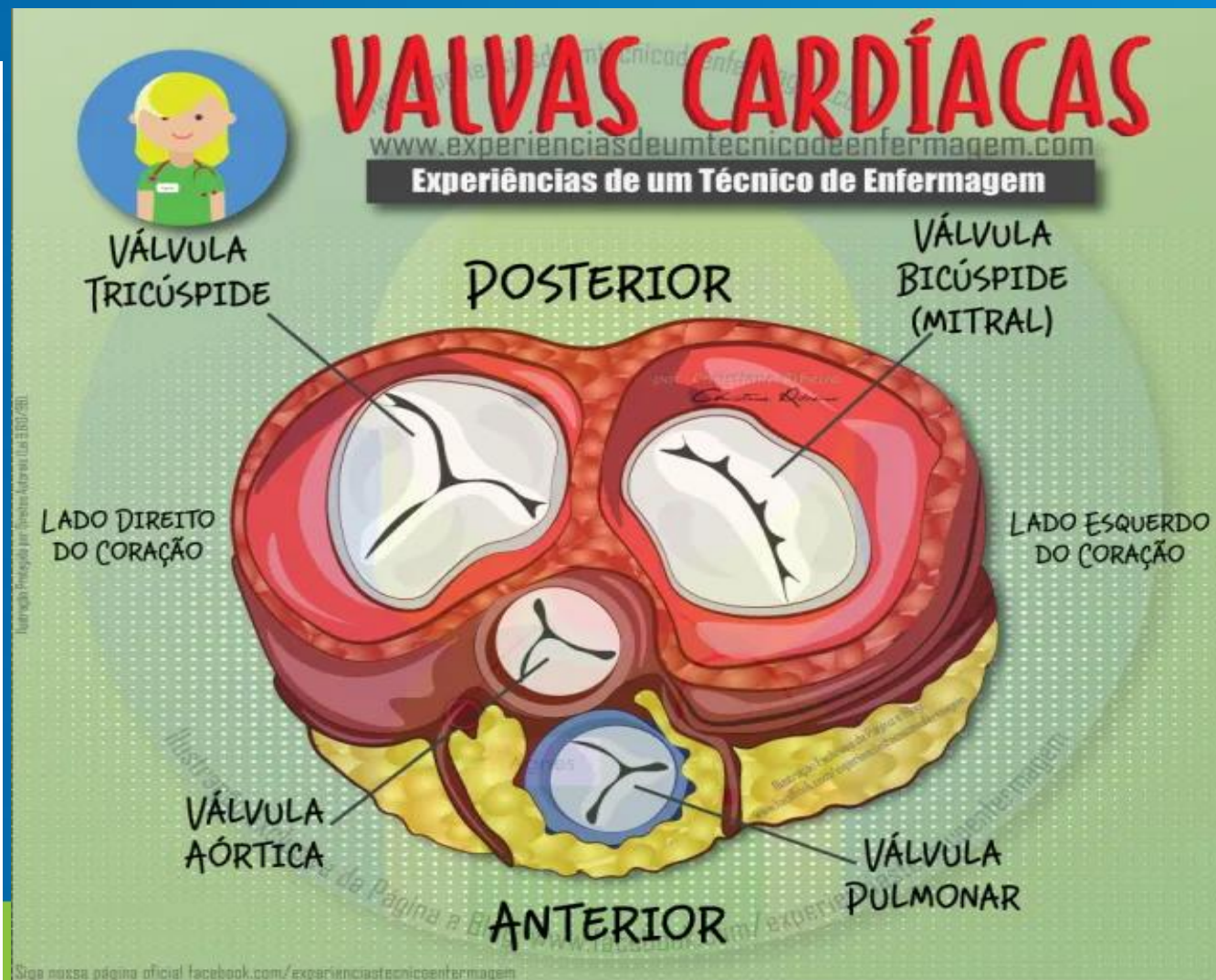
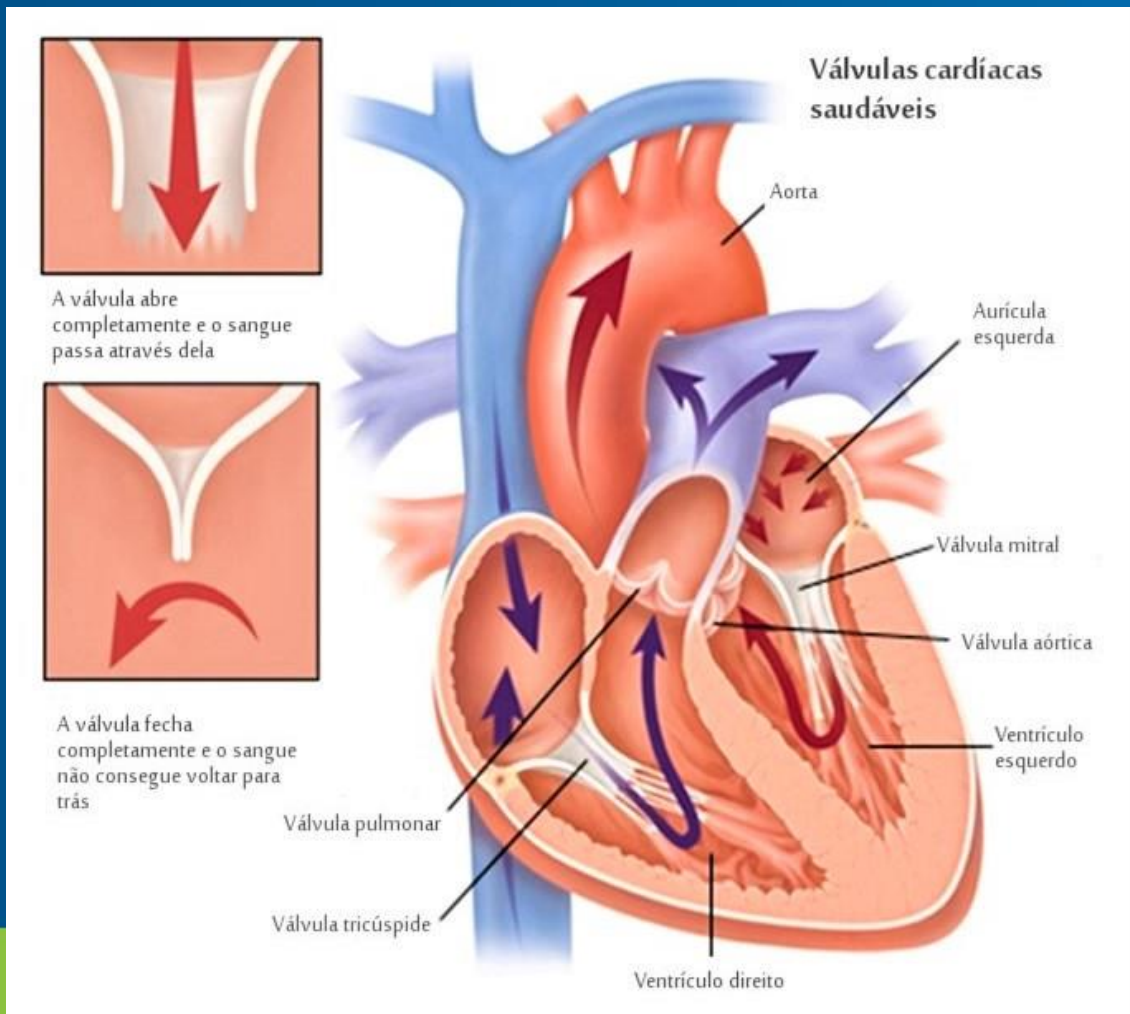
- No lado direito do coração (átrio e ventrículo D) circula sangue pobre em oxigênio (O₂) e rico em dióxido de carbono (CO₂). Em contrapartida, no lado esquerdo do coração (átrio e ventrículo E) circula sangue rico em O₂ e pobre em CO₂.
- Não há mistura do sangue que circula no lado D do coração com o sangue que circula no lado E devido a presença dos septos que separam o lado D do lado E do coração.

- **Válvulas Cardíacas**

- O coração é dotado de quatro valvas importantes, com função de direcionar o sangue em seu interior, impedindo refluxo:
- ☐ Válvula mitral ou bicúspide: situada entre o átrio esquerdo e o ventrículo esquerdo;
- ☐ Válvula tricúspide: situada entre o átrio direito e o ventrículo direito;

-

- ☐ Válvula aórtica: situada entre o ventrículo esquerdo e a artéria aorta;
- ☐ Válvula pulmonar: situada entre o ventrículo direito e artéria pulmonar (tronco pulmonar).



• Circulação Cardíaca

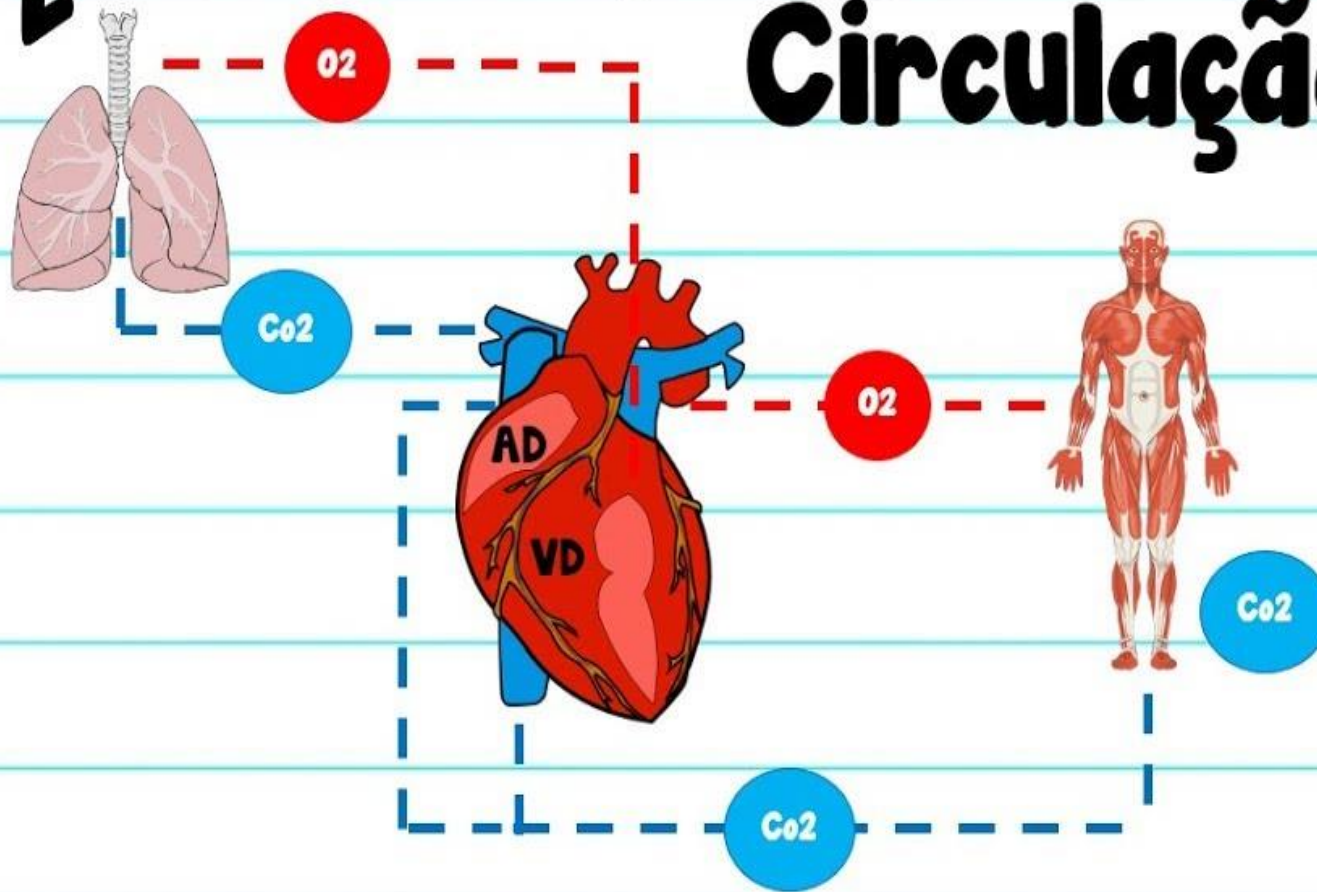
- **A) Pequena circulação (ou circulação pulmonar).**

- Percurso do sangue venoso. Tem início no ventrículo direito, de onde o sangue é bombeado para a artéria pulmonar que o leva até os pulmões. Depois de sofrer hematose pulmonar (troca de CO_2 por O_2), o sangue retorna rico em oxigênio, através das veias pulmonares, para o átrio esquerdo.

- **B) Grande circulação (ou circulação sistêmica).**

- Percurso do sangue arterial. Tem início no ventrículo esquerdo, de onde o sangue rico em O_2 é bombeado para a artéria aorta que se ramifica em outras artérias para distribuir esse O_2 bem como nutrientes para todo o corpo. Depois de ocorrer hematose sistêmica (troca de CO_2 por O_2 nos tecidos), o sangue retorna desoxigenado, através das veias cavas (superior e inferior), ao átrio direito do coração.

Pequena e GRANDE Circulação



- II – Vasos Sanguíneos

- Os vasos sanguíneos consistem de um conjunto de tubos fechados com a função de transportar sangue do coração para todas as partes do corpo e o trazer de volta ao coração.
- Algumas substâncias como nutrientes, gases (O_2 e CO_2), produtos do metabolismo, hormônios entre outras podem ser transportadas através deles.
- **Veias** - São responsáveis em levar ao coração o sangue vindo do corpo. Suas paredes são mais finas que as das artérias.
- **Artérias** – São responsáveis em levar o sangue do coração para todo o corpo. Suas paredes são mais espessas e dilatáveis.
- **Capilares** – São responsáveis em levar o sangue aos tecidos, para fornecer oxigênio as células. Eles ligam artérias a veias.

Vídeos

- <https://www.youtube.com/watch?v=761HjdBB3FA>
- www.youtube.com/watch?v=eg_QCX1e1mg
- <https://www.youtube.com/watch?v=BTarfogDMMO>
- www.youtube.com/watch?v=yWZtY1grl6Q

- EXERCÍCIOS

- https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfjUGFhB41_WOWDUsqjTuPJn_jZol-QfelHNz8aU20o5xIJtw/viewform?usp=sf_link
- https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc-PSXG34nx0iKS9zttu11vTDqqwIT3j6K0yc5ouAHznVIG_A/viewform?usp=sf_link