



ELEARNING TOTAL

Entrenamiento, cuidado y nutrición del runner

# MIOLOGÍA

Contacto: [consultas@elearning-total.com](mailto:consultas@elearning-total.com)  
Coordinación: [ikitainik@elearning-total.com](mailto:ikitainik@elearning-total.com)  
Web: [www.elearning-total.com](http://www.elearning-total.com)



# MIOLOGÍA





# MIOLOGÍA

- **MIO:** MÚSCULO
- **LOGÍA:** LOGOS: estudio de...
- **MIOLOGÍA:** rama de la anatomía que se encarga del estudio de los músculos.
- **TEJIDO MUSCULAR:** es el que produce las contracciones que mueven las partes del cuerpo



## CONTRACTILIDAD



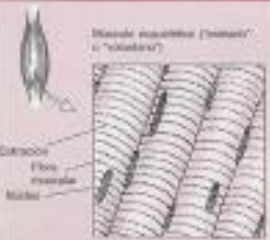
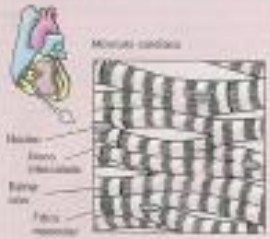
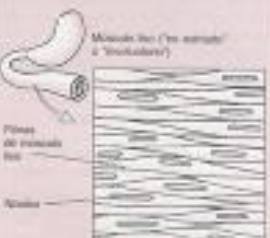
- LOS **HUESOS** SE CARACTERIZAN POR SU DUREZA
- LAS **ARTICULACIONES** POR SER UNIÓN
- LOS **MÚSCULOS** POR:  
LA CONTRACTILIDAD  
(capacidad de contraerse y relajarse)



## TIPOS DE TEJIDO MÚSCULAR:

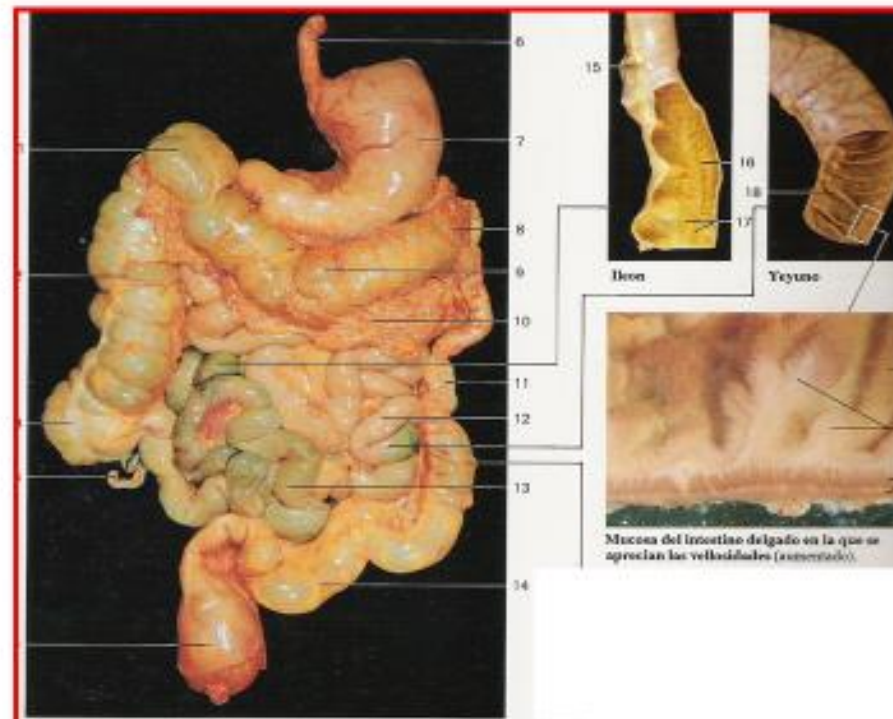
- Músculo ESTRIADO ESQUELÉTICO  
(Ej. biceps)  
se les describe:
  - Vientre o cuerpo (porción carnosa)
  - Tendones
- Músculo estriado CARDÍACO  
(Ej. corazón)
- Músculo LISO  
(Ej.: vísceras)



Tipo de músculo	Localización	Aspecto	Tipo de actividad	Ejemplificación
 <p>Músculo esquelético ("voluntario" o "voluntario")</p> <p>Contracción</p> <p>Fibras musculares</p> <p>Núcleo</p>	<p>El músculo se sitúa al borde de los huesos o en la fascia de los miembros, paredes, órganos y cavidades.</p>	<p>Fibras cilíndricas grandes, muy largas, no ramificadas con estrías transversales, diferentes diámetros en los paquetes, varios núcleos situados en la periferia.</p>	<p>Contracción poderosa, rápida e involuntaria (fuerza) entre el bazo cardíaco, otros, como los de los brazos, para producir movimiento o resistir la gravedad.</p>	<p>Voluntario (o reflejo) por el sistema nervioso somático.</p>
 <p>Músculo cardíaco</p> <p>Núcleo</p> <p>Fibra intercalada</p> <p>Fibra cardíaca</p> <p>Fibra miocárdica</p>	<p>Músculo del corazón (miocárdio) y de las paredes ventriculares de los grandes vasos (aorta, vena cava).</p>	<p>Fibras ramificadas y anastomósicas, más cortas, con estrías transversales, diferentes diámetros, paquetes y se unen por los sarcomeros a través de uniones intercaladas, núcleo central solitario.</p>	<p>Contracción poderosa, rápida, continua y rítmica, bombea la sangre del corazón.</p>	<p>Involuntaria, coordinación y propagación (ritmo cardíaco) (miocárdio) (miocárdio) y fuerza de contracción modulada por el sistema nervioso autónomo.</p>
 <p>Músculo liso ("involuntario" o "involuntario")</p> <p>Fibras de músculo liso</p> <p>Núcleo</p> <p>Apertura</p>	<p>Parados, de elongación y vasos sanguíneos, en el cuerpo o en el ojo, en la pared de los órganos, en la pared de la piel (musculatura profunda del pelo).</p>	<p>Fibras fusiformes, solitarias, aplanadas, de pequeño tamaño, sin estrías transversales, núcleo central solitario.</p>	<p>Contracción débil, lenta, rítmica o sostenida, como la de los intestinos, para impulsar sustancias por el flujo (peristaltismo) y mantener el flujo (contracción) y actividad (contracción).</p>	<p>Involuntaria por el sistema nervioso autónomo.</p>



## MÚSCULO LISO (EJ: vísceras aparato digestivo)



Contacto: [consultas@elearning-total.com](mailto:consultas@elearning-total.com)  
Coordinación: [ikitainik@elearning-total.com](mailto:ikitainik@elearning-total.com)  
Web: [www.elearning-total.com](http://www.elearning-total.com)



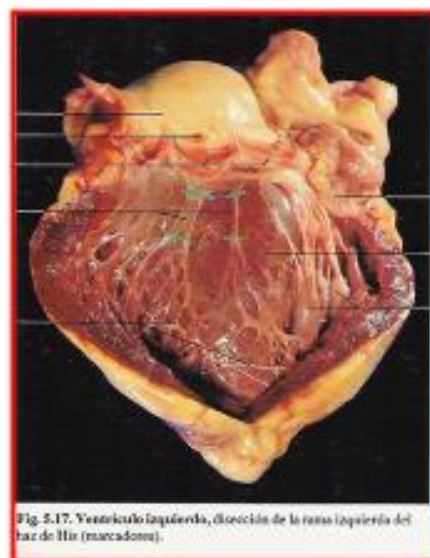
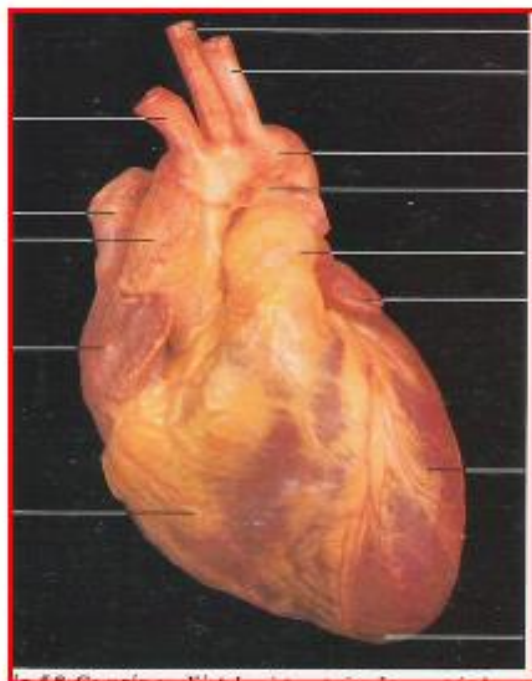
## Músculo ESTRIADO CARDÍACO





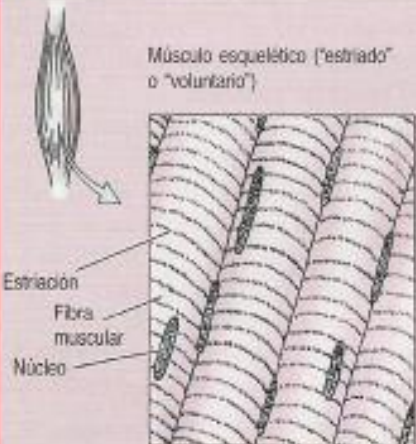


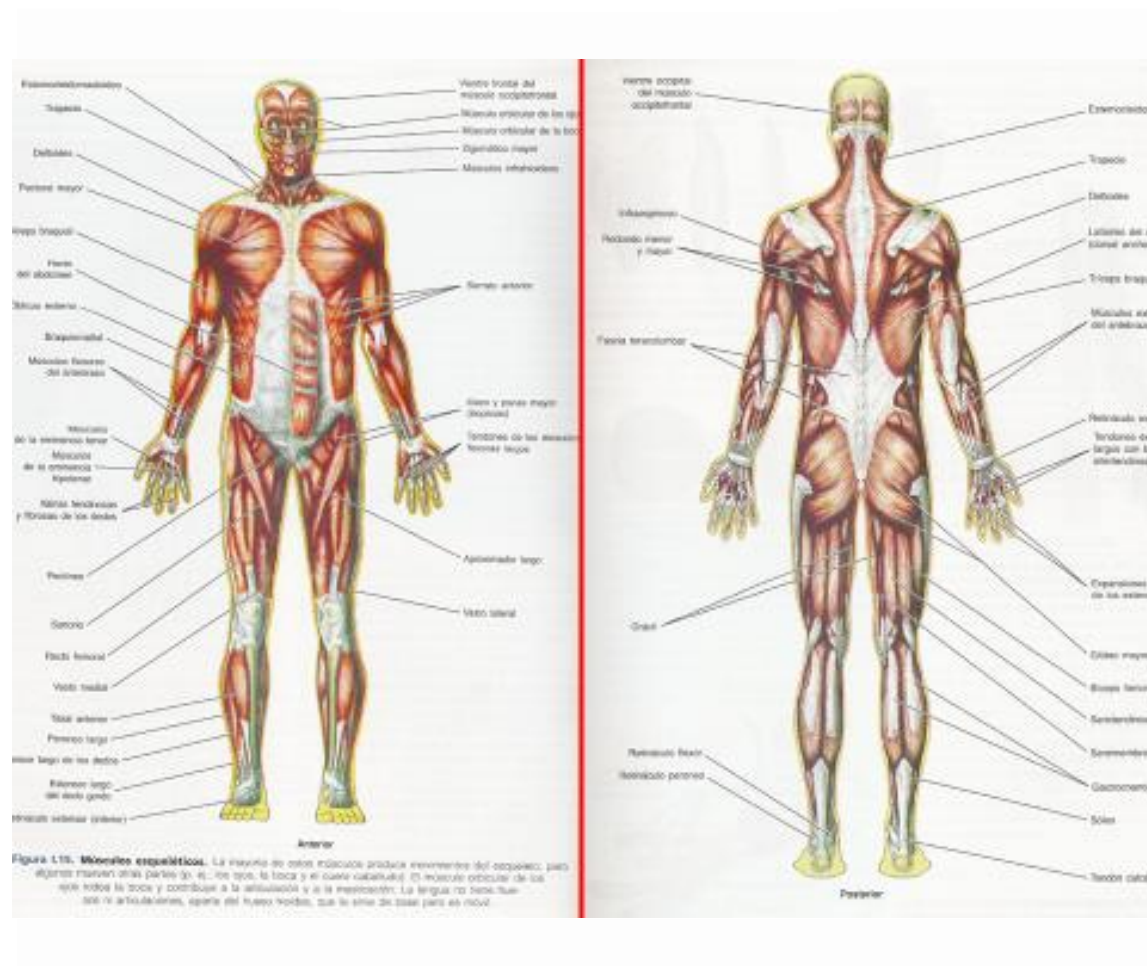
## CORAZÓN





## Músculo ESTRIADO ESQUELÉTICO

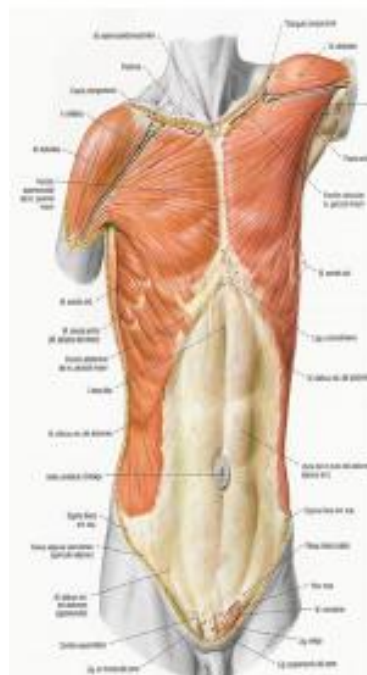
Tipo de músculo	Localización	Aspecto	Tipo de actividad	Estimulación
 <p>Músculo esquelético ("estriado" o "voluntario")</p>	El músculo (p. ej., el bíceps braquial) se inserta en el esqueleto y en la fascia de los miembros, paredes corporales y cabeza/cuello	Fibras cilíndricas grandes, muy largas, no ramificadas con estriaciones transversas dispuestas en haces paralelos; varios núcleos situados en la periferia	Contracción poderosa, rápida e intermitente (fásica) sobre el tono basal; sirve, sobre todo, para producir movimiento o resistir la gravedad	Voluntaria (o refleja) por el sistema nervioso somático



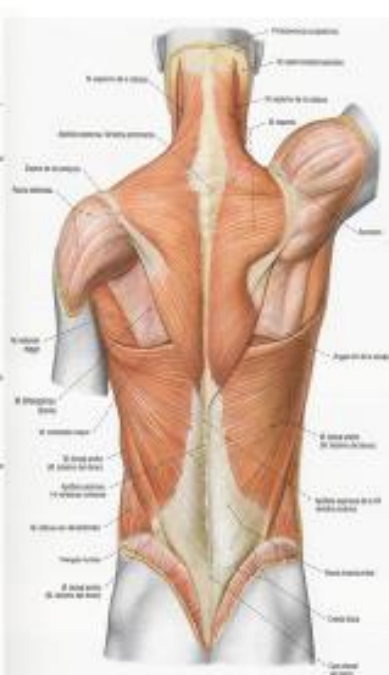


## Músculos de Tórax, Dorso y Abdomen

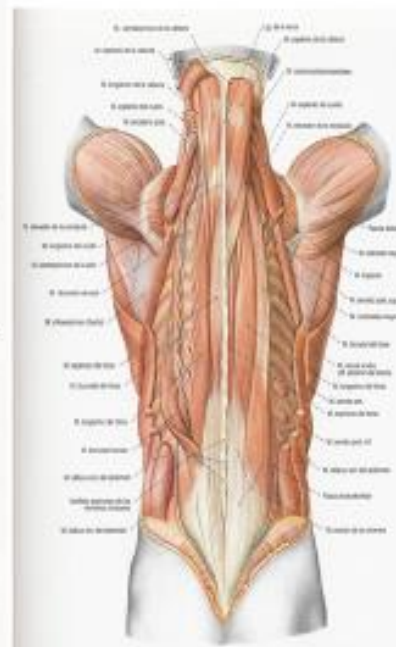
Anteriores



Posteriores



Posteriores Profundos





## MÚSCULO ESTRIADO ESQUELÉTICO

- **Segmentos:**

- Ventre muscular: (porción carnosa).
- Tendones (estructuras firmes que permiten la unión del músculo a hueso)
- Aponeurosis: hojas planas formadas por los tendones. Unen músculos entre sí.

**OJO!!!  
DIFERENTE A  
LIGAMENTO**

**OJO!!! HERNIAS  
UMBILINALES O  
INGUINALES**





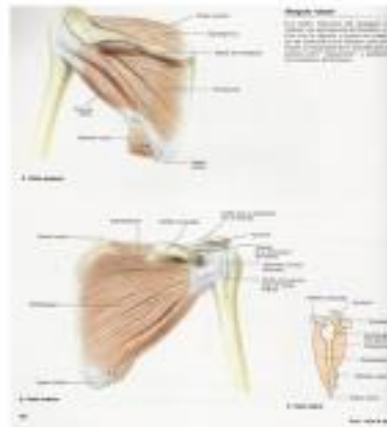


## Denominación de los músculos:

- Según su función: ej. Adductores.
- Según su origen e inserción: ej. Fronto occipital.
- Según su posición: ej. Oblicuo externo.
- Según su longitud. Ej flexor largo.
- Según la forma: ej. Biceps, orbicular.
- Según su ubicación: ej. Sub escapular.

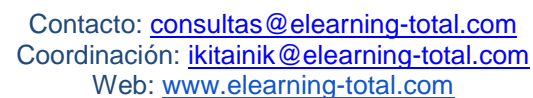


## EJEMPLOS





- **planos**: fibras paralelas
- **Penniformes**: en forma de pluma.
- **Fusiforme**: vientre grueso extremos afilados
- **ORBICULAR**: circulares

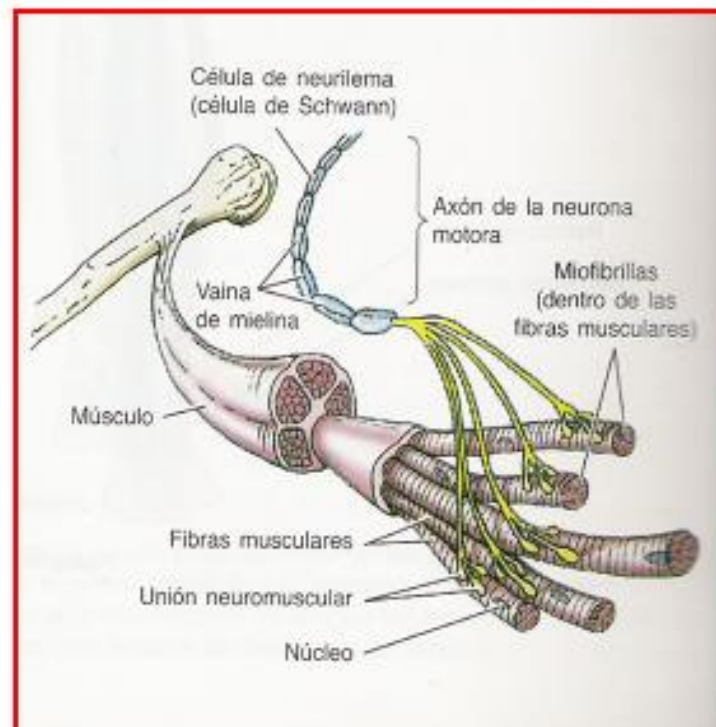






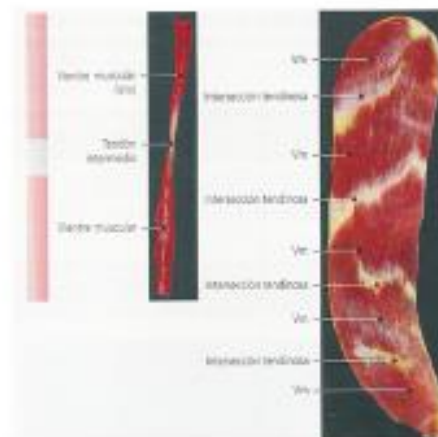
## ESTRUCTURA HISTOLÓGICA DEL MÚSCULO ESTRIADO ESQUELÉTICO

- **FILAMENTOS:**  
actina y miosina
- **Miofibrillas**
- **Fibras**
- **Fascículos**





## DENOMINACIÓN DE LOS MÚSCULOS SEGÚN SU CONFIGURACIÓN MACROSCÓPICA



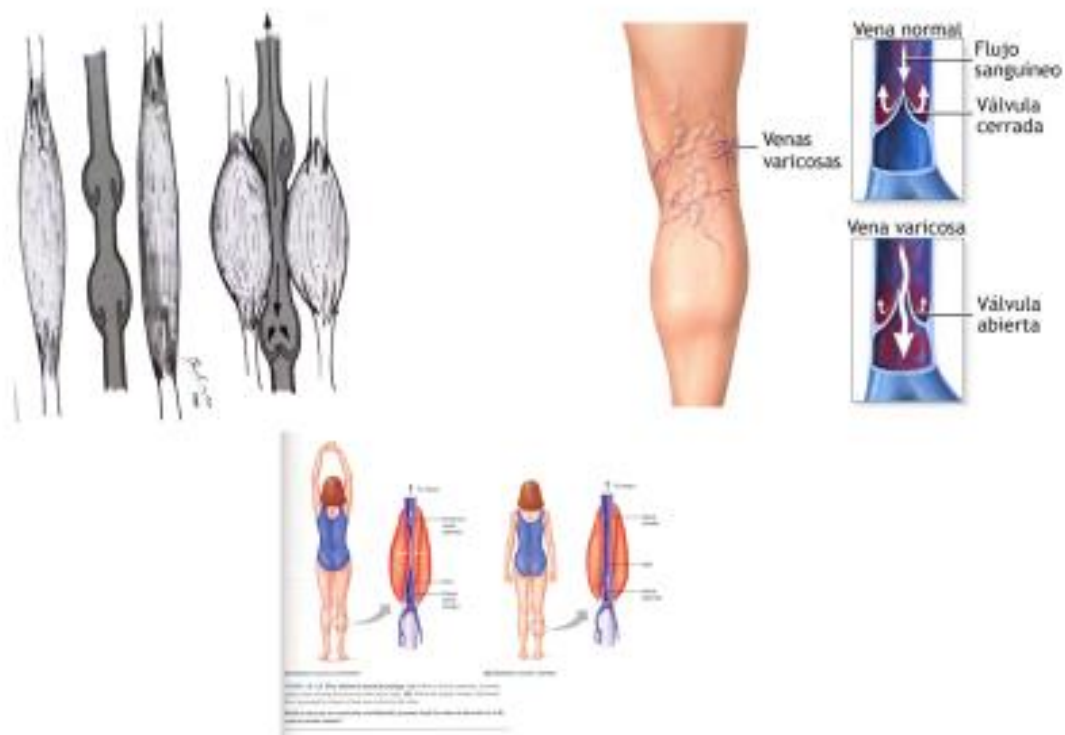


## TENDINOPATIAS EN EL DEPORTE



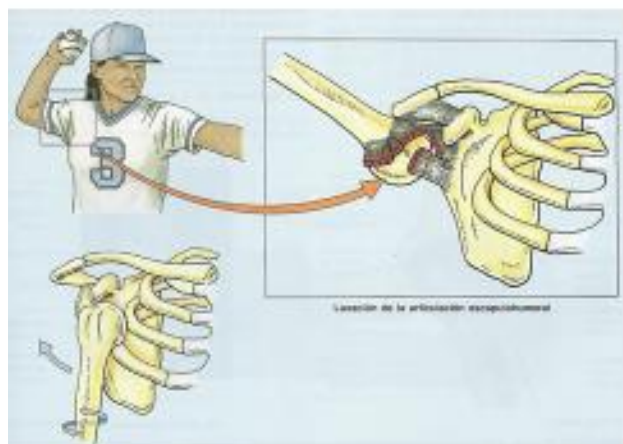


## FUNCION DE BOMBA DEL MÚSCULO



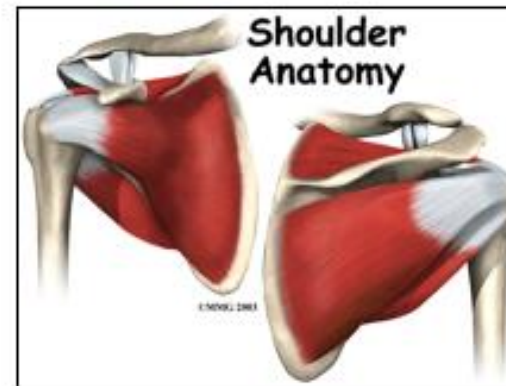
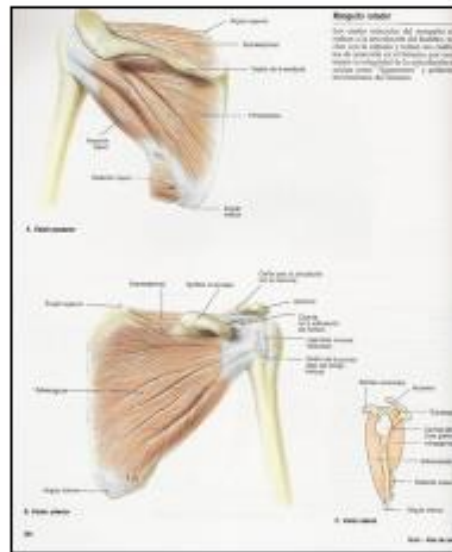


## ESFUERZO DEL MANGUITO DE LOS ROTADORES



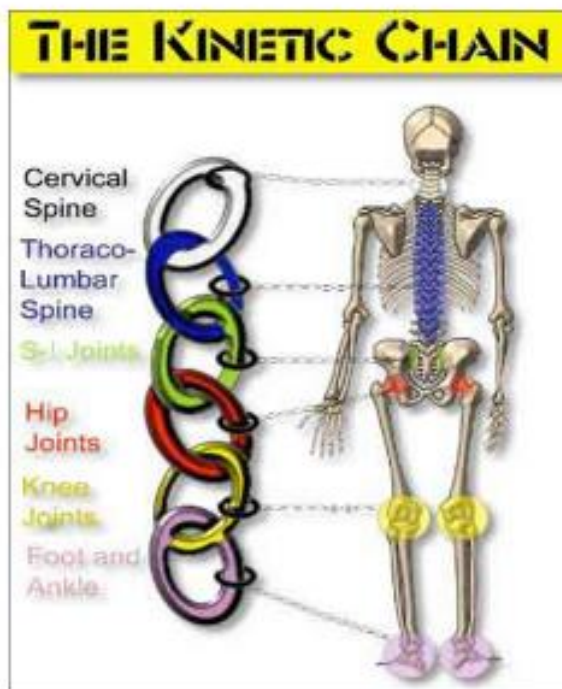


## MUSCULOS DE MANGUITO ROTADOR





## CADENA CINÉTICA



Contacto: [consultas@elearning-total.com](mailto:consultas@elearning-total.com)  
Coordinación: [ikitainik@elearning-total.com](mailto:ikitainik@elearning-total.com)  
Web: [www.elearning-total.com](http://www.elearning-total.com)



**ELEARNING TOTAL**

Entrenamiento, cuidado y nutrición del runner



Contacto: [consultas@elearning-total.com](mailto:consultas@elearning-total.com)  
Coordinación: [ikitainik@elearning-total.com](mailto:ikitainik@elearning-total.com)  
Web: [www.elearning-total.com](http://www.elearning-total.com)





**ELEARNING TOTAL**

Entrenamiento, cuidado y nutrición del runner



Contacto: [consultas@elearning-total.com](mailto:consultas@elearning-total.com)  
Coordinación: [ikitainik@elearning-total.com](mailto:ikitainik@elearning-total.com)  
Web: [www.elearning-total.com](http://www.elearning-total.com)



**ELEARNING TOTAL**

Entrenamiento, cuidado y nutrición del runner



Contacto: [consultas@elearning-total.com](mailto:consultas@elearning-total.com)  
Coordinación: [ikitainik@elearning-total.com](mailto:ikitainik@elearning-total.com)  
Web: [www.elearning-total.com](http://www.elearning-total.com)