En este documento, voy a demostrar que el momento angular que ve un diservador externo es siempre la suma del momento angular del centro de masas (considerado como un punto) más el momento angular intrínseco

Por definición de centro de masas, tenemos que:

1.
$$\vec{R} = \frac{1}{M_r} \sum_{m_r \vec{r_i}} \Rightarrow \vec{R} \cdot M_r = \sum_{m_r \vec{r_i}}$$

2.
$$\vec{\nabla} = \frac{1}{M_r} \sum_{M_i, \vec{V}_i} \implies \vec{V} \cdot M_r = \sum_{M_i, \vec{V}_i}$$

Defino algunas propiedades que usaré mas adelante:

3.
$$\vec{r}_i = \vec{R} + \vec{r}_i^* \implies \vec{r}_i^* = \vec{r}_i - \vec{R}$$

$$\forall$$
. $\overline{V}_i = \overline{V} + \overline{V}_i^* \implies \overline{V}_i^* = \overline{V}_i - \overline{V}$

5.
$$\vec{\rho}^* = \sum_{m_i} \vec{v_i} = \sum_{m_i} (\vec{v_i} - \vec{v}) = \sum_{m_i} \vec{v_i} - \sum_{m_i} \vec{v} = \vec{V} \cdot m_{\tau} - \vec{v} \sum_{m_i} = \vec{o}$$

Par definición de momento angular:

$$\overrightarrow{J}_{o} = \sum_{m_{i}} \cdot (\overrightarrow{r_{i}} \times \overrightarrow{v_{i}}) = \sum_{m_{i}} \cdot \left[(\overrightarrow{R} + \overrightarrow{r_{i}}) \times (\overrightarrow{v} + \overrightarrow{v_{i}}) \right] \Rightarrow \sum_{m_{i}} \cdot (\overrightarrow{R} \times \overrightarrow{V}) + \sum_{m_{i}} \cdot (\overrightarrow{r_{i}} \times$$

$$= \vec{R} \times (M_r \cdot \vec{v}) + \vec{R} \times \vec{O} + \vec{J}^* = \vec{R} \times \vec{P} + \vec{J}^* = \vec{J}^* + \vec{R} \times \vec{P}$$