

INVERSION	EVERSION
ADUCCION	ABDUCCION
SUPINACION	PRONACION
EXTENSION	FLEXION

Factores Limitantes de la Eversión e Inversión

Factores Limitantes de la Inversión y Eversión del Pie.

- Los movimientos de inversión y de eversión del pie están limitados por dos tipos de resistencia:
 - Los Topes Óseos.
 - Las Cadenas Ligamentosas del retropié.

Limitación del Movimiento de Inversión.

- Tope Óseo → Sin ningún tope óseo
- Por consecuencia la mayoría de los esguinces, tanto en deportistas, como personas no deportistas, son en posición de inversión.

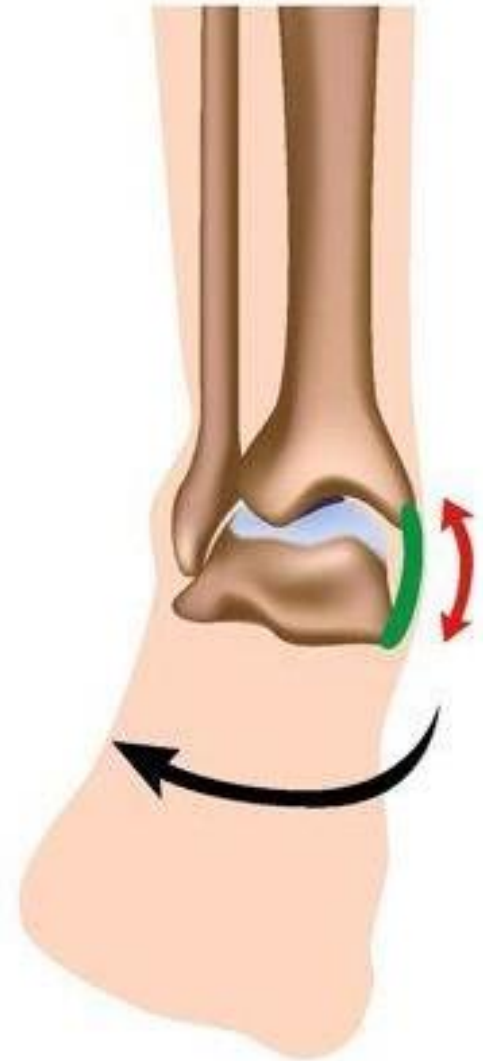


Limitación del movimiento de Inversión.

- Cadena Ligamentosa de Inversión → Es pues, el único factor que limita este movimiento.
- Y esta Cadena esta compuesta por los siguientes Ligamentos:
- LLE
- Ligamento Interóseo
- Ligamento de Chopart

Limitación del Movimiento de Eversión.

- Tope Óseo → El astrágalo impacta con el calcáneo.
- La Cara inferior del Astrágalo Impacta con la cara superior del Calcáneo.
- La carilla del astrágalo impacta contra el maléolo externo y puede llegar a fracturarlo si es que el movimiento se fuerza.



Eversion

Limitación del Movimiento de Eversión

- Cadena Ligamentosa de Eversión → Esta cadena esta compuesta principalmente por
- LLI → Ligamento Deltoideo
- Ligamento de Chopart
- Ligamento Calcaneo Cuboideo plantar

FIN



Articulaciones Escafo-cuneales, Intercuneales y Tarso Metatarsianas.

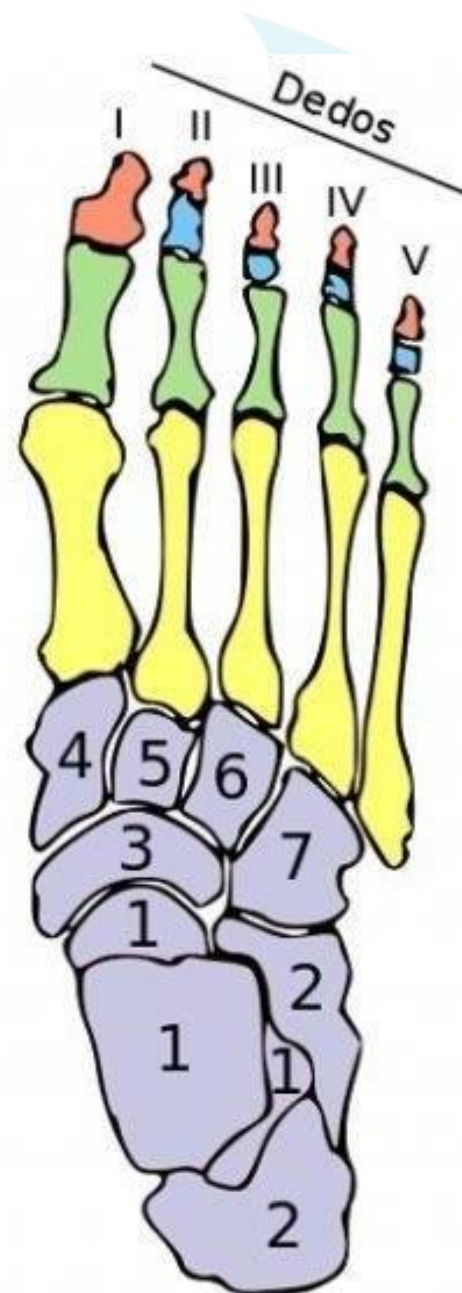
Algunas consideraciones biomecánicas

Falanges distales (3ª)
Falanges mediales (2ª)
Falanges proximales (1ª)
Metatarsianos o metatarsos
Tarsianos o tarsos

Huesos del pie derecho

Vista dorsal

1. Astrágalo
2. Calcáneo
3. Navicular
4. Primer cuneiforme
5. Segundo cuneiforme
6. Tercer cuneiforme
7. Cuboides



Articulaciones Escafocuneales, Intercuneales y Metatarsianas.

- Todas son Artrodias → Se deslizan
- Dan apertura y son de escasa amplitud.
- Funcionan en conjunto.

Articulacion Escafo Cuneal

- Forman un bloque articulado



Articulación Intercuneal

- Permiten ligeros movimientos Verticales
- Y modifican la curva Transversal de la bóveda plantar

Art. Cunéales – Metatarsales

- La Extensión De los Dedos
- Extensión Activa → es de 50 a 55 °
- Extensión Pasiva → es de 45 a 50 °
- Movimientos menores de lateralidad.