

■ Apostila

MÚSCULOS

ORIGEM, INSERÇÃO E AÇÃO

Desenvolvido por
**Centro Educacional
Sete de Setembro**

www.cessetembro.com.br





MÚSCULOS CABEÇA E PESCOÇO

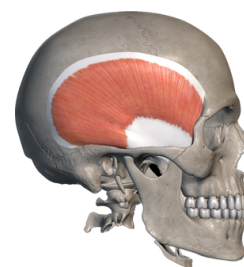
Músculo Temporal
Músculo Masseter
Músculo Pterigóides
Músculo Digástrico
Músculo Escalenos
Músculo Esternocleidomastóide

MÚSCULO TEMPORAL

Origem: Face externa do temporal.

Inserção: Processo coronoide da mandíbula e face anterior do ramo da mandíbula.

Ação: Elevação (oclusão) e Retração da Mandíbula.

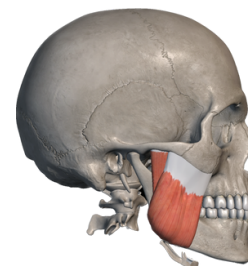


MÚSCULO MASSETER

Origem: Arco zigomático

Inserção: -Fascículo Superficial: Ângulo e ramo da mandíbula - Fascículo Profundo: Ramo e processo coronoide da mandíbula

Ação: Elevação (oclusão) da Mandíbula



MÚSCULO PTERIGOIDEO MEDIAL

Origem: Face medial da lâmina lateral do processo pterigoideo do osso esfenóide

Inserção: Face medial do ângulo e ramo da mandíbula

Ação: Elevação (oclusão) da Mandíbula

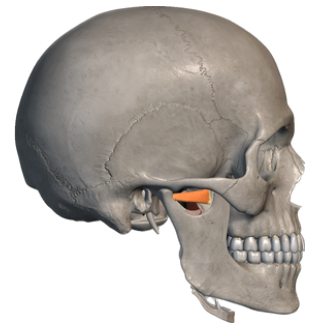


MÚSCULO PTERIGOIDEO LARETAL

Origem: - Cabeça Superior: Asa maior do esfenoide
- Cabeça Inferior: Face lateral da lâmina lateral do processo pterigoide do osso esfenoide

Inserção: - Cabeça Superior: Face anterior do disco articular - Cabeça Inferior: Côndilo da mandíbula

Ação: Abertura da Boca e Protrusão da Mandíbula.
Move a mandíbula de um lado para o outro

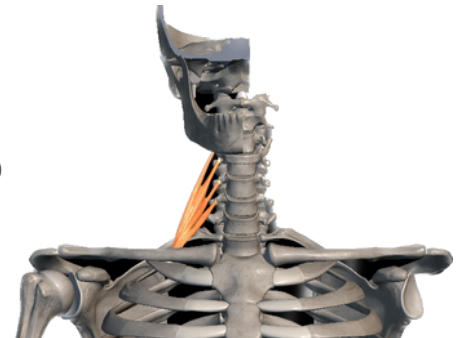


MÚSCULO ESCALENO ANTERIOR

Origem: Tubérculos anteriores dos processos transversos da 3ª à 6ª vértebras cervicais

Inserção: Face superior da 1ª costela (tubérculo do escaleno anterior)

Ação: Elevação da primeira Costela e inclinação Homolateral do Pescoço – Ação Inspiratória.

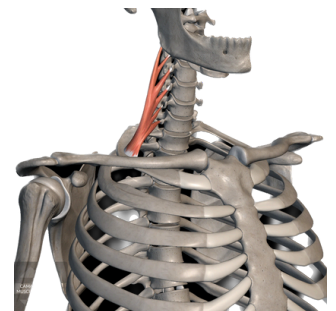


MÚSCULO ESCALENO MÉDIO

Origem: Tubérculos anteriores dos processos transversos da 2ª à 7ª vértebras cervicais

Inserção: Face superior da 1ª costela

Ação: Elevação da primeira Costela e Inclinação Homolateral do Pescoço – Ação Inspiratória

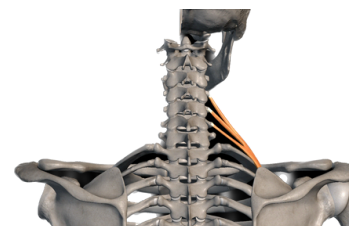


MÚSCULO ESCALENO POSTERIOR

Origem: Tubérculos posteriores dos processos transversos da 5ª à 7ª vértebras cervicais

Inserção: Borda superior da 2ª costela

Ação: Elevação da segunda costela e inclinação homolateral do pescoço – Ação inspiratória



MÚSCULOS ESCALENO

Têm três funções principais: Elevam as costelas, e conseqüentemente o tórax. Por essa razão, eles são também considerados como músculos acessórios da inspiração

MÚSCULO DIGÁSTRICO

Origem: - Ventre Anterior: Fossa digástrica da mandíbula - Ventre Posterior: Processo mastoide

Inserção: Corpo do osso hioide

Ação: Elevação do Osso Hioide e Abaixamento da Mandíbula. O ventre anterior traciona o osso hioide para frente e o ventre posterior para trás.



MÚSCULO ESTERNOCLEIDOMASTOIDEO

Origem: Processo mastoide e linha nugal superior **Inserção:** Face anterior do manúbrio do esterno junto à face superior e borda anterior do 1/3 medial da clavícula

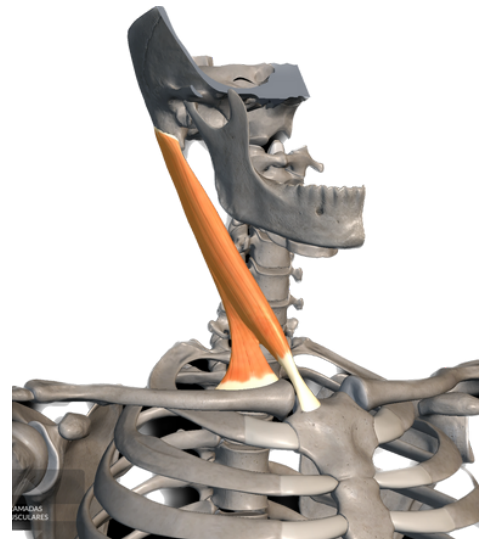
Ação:

Fixo Superiormente: Ação Inspiratória

Fixo Inferiormente:

Contração Unilateral: Flexão, Inclinação Homolateral e rotação com a face virada para o lado oposto

Contração Bilateral: Flexão da Cabeça.





MÚSCULOS COMPLEXO DO OMBRO

Músculo Elevador da escápula

Músculo Trapézio

Músculo Supraespinhal

Músculo Subescapular

Músculo Infraespinhal

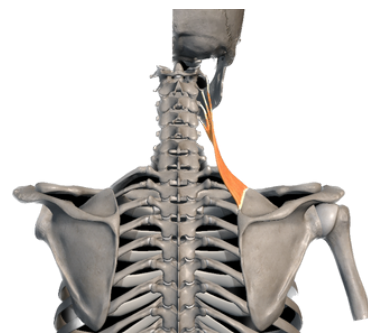
Músculo Romboides

MÚSCULO ELEVADOR DA ESCÁPULA

Origem: Angulo superior da escápula

Inserção: Processo transverso do atlas ate à C4

Ação: Elevação e Adução da Escápula. Inclinação e Rotação Homolateral da Coluna Cervical e Extensão da Cabeça



MÚSCULO TRAPÉZIO

Origem:

- Parte descendente (ou superior): Osso occipital e ligamento nugal e se insere no terço lateral da clavícula.

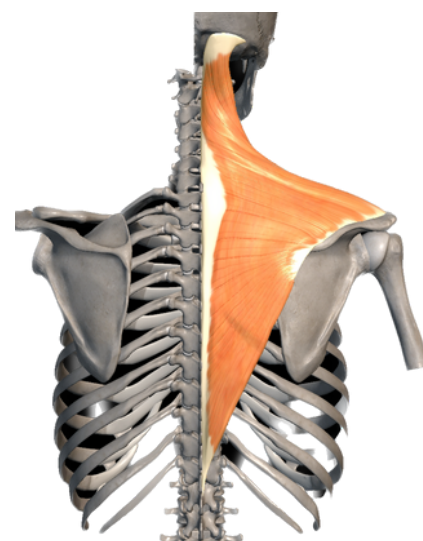
- Parte Intermédia (ou transversa): Processo espinhosos das primeiras quatro vértebras torácicas e se insere no acrômio.

- Parte ascendente (ou inferior): Processos espinhosos da 5ª à 12ª vértebras torácicas e se insere na escápula.

Ação: Porção descendente: elevação da escápula

Porção Intermédia: Fixa a lâmina escapular no tórax, a move medialmente e a roda externamente.

Porção ascendente: Depressão da escápula

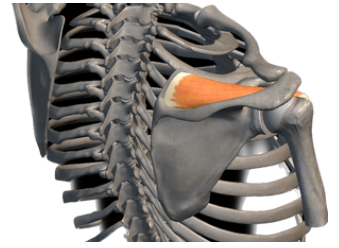


MÚSCULO SUPRAESPINHAL

Origem: Fossa supra-espinhal – escápula

Inserção: Faceta superior do tubérculo maior do úmero

Ação: Abdução do Braço



MÚSCULO INFRAESPINHAL

Origem: Fossa infra-espinhal da escápula

Inserção: Faceta média do tubérculo maior do úmero

Ação: Rotação Lateral do Braço

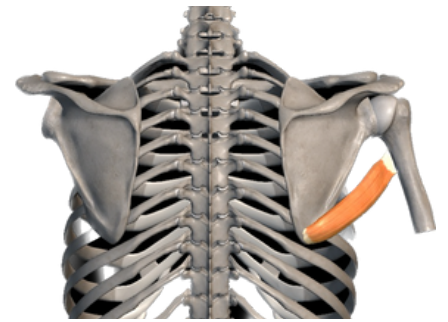


MÚSCULO REDONDO MAIOR

Origem: 1/3 inferior da borda lateral da escápula e ângulo inferior da escápula

Inserção: Crista do tubérculo menor do úmero

Ação: Rotação Medial, Adução e Extensão da Articulação do Ombro

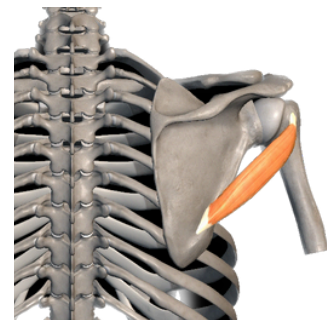


MÚSCULO REDONDO MENOR

Origem: 2/3 superior da borda lateral da escápula

Inserção: Faceta inferior do tubérculo maior do úmero

Ação: Rotação Lateral e Adução do Braço



MÚSCULO SUBESCAPULAR

Origem: Fossa subescapular

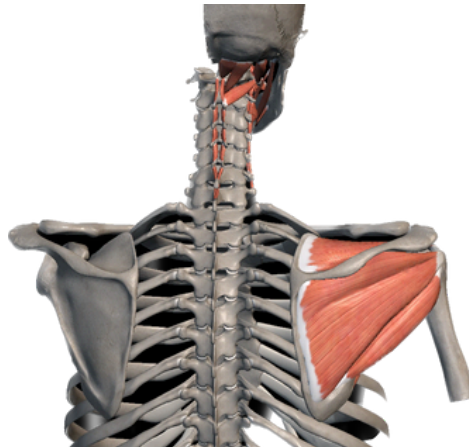
Inserção: Tubérculo menor

Ação: Rotação Medial e Adução do Braço



MANGUITO ROTADOR

A função principal deste grupo é manter a cabeça do úmero contra a cavidade glenoide, reforçar a cápsula articular e resistir ativamente e deslocamentos indesejáveis da cabeça do úmero em direção anterior, posterior e superior. Fazem parte do manguito rotador os seguintes músculos:



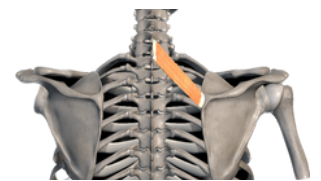
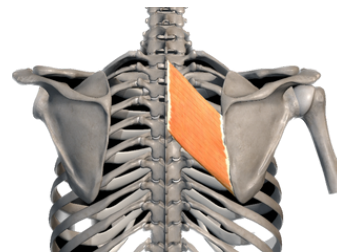
**SUPRAESPINHAL - INFRAESPINHAL -
REDONDO MENOR - SUBESCAPULAR**

MÚSCULO ROMBOIDE MAIOR E MENOR

Origem: Processos espinhosos da C7 á T5

Inserção: Borda medial da escápula

Ação: Adução e Rotação Inferior das Escápulas e elevação do Ombro



MÚSCULO DELTOÍDE

Origem: 1/3 lateral da borda anterior da clavícula, acrômio e espinha da escápula

Inserção: Tuberosidade deltoidea – úmero

Ação: Abdução do braço, auxilia nos movimentos de flexão, extensão, rotação lateral e medial, flexão e extensão horizontal do braço. Estabilização da articulação do ombro.



MÚSCULO PEITORAL MAIOR

Origem: 1/2 medial da borda anterior da clavícula, face anterior do esterno, face externa da 1ª a 6ª cartilagem costais e aponeurose do oblíquo externo do abdome

Inserção: Crista do tubérculo maior

Ação: Adução, Rotação Medial, Flexão e Flexão Horizontal do Ombro

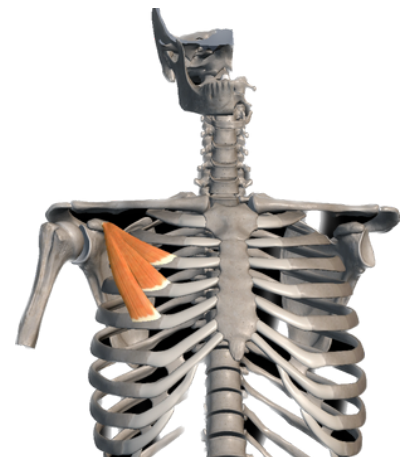


MÚSCULO PEITORAL MENOR

Origem: Processo coracoide

Inserção: Face externa da 3ª, 4ª e 5ª costelas

Ação: - Fixo no Tórax: Depressão do Ombro e Rotação Inferior da Escápula





MÚSCULOS COTOVELO, PUNHO E MÃO

Músculo Tríceps braquial
Músculo Bíceps braquial
Músculo Coracobraquial
Músculo Braquial
Músculo Braquiorradial

Músculo Pronador redondo
Músculo Palmar longo
Músculo flexor radial do carpo
Músculo flexor ulnar do carpo

TRÍCEPS BRAQUIAL

Origem: Porção Longa: Tubérculo infra-glenoidal Porção Medial: $\frac{1}{2}$ distal da face posterior do úmero (abaixo do sulco radial) Porção Lateral: $\frac{1}{2}$ proximal da face posterior do úmero (acima do sulco radial)

Inserção: Olécrano

Ação: Extensão do Cotovelo



BÍCEPS BRAQUIAL

Origem: Porção Longa: Tubérculo supra-glenoidal Porção Curta: Processo Coracoide

Inserção: Tuberosidade radial

Ação: Flexão de Cotovelo / Ombro e Supinação do Antebraço



MÚSCULO CORACOBRAQUIAL

Origem: Processo coracoide – escápula

Inserção: 1/3 médio da face medial do corpo do úmero

Ação: Flexão e Adução do Braço

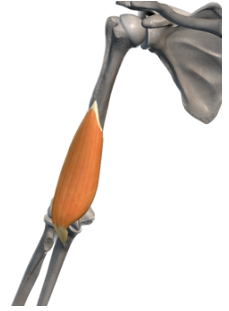


MÚSCULO BRAQUIAL

Origem: Face anterior da metade distal do úmero

Inserção: Processo coronoide e tuberosidade da ulna

Ação: Flexão de Cotovelo



MÚSCULO BRAQUIRRADIAL

Origem: 2/3 proximais da crista supracondiliana lateral do úmero

Inserção: Processo estiloide do rádio

Ação: Flexão do Cotovelo, Pronação de Antebraço e Supinação até o ponto neutro



MÚSCULO PRONADOR REDONDO

Origem: Epicôndilo medial do úmero e processo coronoide da ulna

Inserção: Face lateral do 1/3 médio da diáfise do rádio

Ação: Pronação do Antebraço e auxiliar na Flexão do Cotovelo

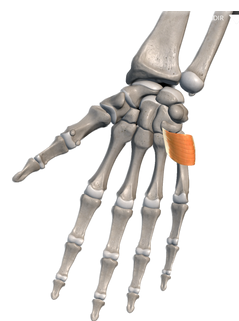


MÚSCULO PALMAR CURTO

Origem: Aponeurose palmar

Inserção: Pele na parte medial da palma

Ação: auxilia na pegada



MÚSCULO PALMAR LONGO

Origem: Epicôndilo medial

Inserção: Aponeurose palmar

Ação: Flexiona a mão e contrai a aponeurose palmar



FLEXOR ULNAR DO CARPO

Origem: Epicôndilo medial e olécrano

Inserção: Osso pisiforme, hamato e 5º metacarpal

Ação: Flexão de Punho e Adução da Mão (desvio ulnar)



MÚSCULO FLEXOR SUPERFICIAL DOS DEDOS

Origem: Epicôndilo medial, processo coronoide da ulna e ligamento colateral ulnar

Inserção: Face anterior da falange intermédia do 2º ao 5º dedos

Ação: Flexão de Punho e da IFP – 2º ao 5º Dedos



MÚSCULO FLEXOR PROFUNDO DOS DEDOS

Origem: Face anterior dos ¾ proximais da ulna e do rádio e membrana interóssea

Inserção: Face anterior da falange distal do 2º ao 5º dedos

Ação: Flexão de Punho, IFP e IFD do 2º, 3º, 4º e 5º Dedos



MÚSCULO FLEXOR LONGO DO POLEGAR

Origem: Face anterior do rádio, membrana interóssea, processo coronoide da ulna e epicôndilo medial do úmero.

Inserção: Falange distal do polegar

Ação: Flexão da IF do Polegar



MÚSCULO SUPINADOR

Origem: Epicôndilo lateral do úmero e ligamento colateral radial

Inserção: Nervos Radial (C6 e C7)

Ação: Supinação do Antebraço



MÚSCULO PRONADOR QUADRADO

Origem: ¼ da face anterior da ulna

Inserção: ¼ da face anterior do rádio

Ação: Pronação



MÚSCULO EXTENSOR ULNAR DO CARPO

Origem: Epicôndilo lateral do úmero

Inserção: Base do 5º metacarpal

Ação: Extensão do Punho e Adução da Mão (desvio ulnar)





MÚSCULOS TRONCO E QUADRIL

Músculo Serrátil Anterior
 Músculo Intercostais
 Músculo Multifidos
 Músculo Latíssimo do Dorso
 Músculo Quadrado Lombar

Músculo Diafragma
 Músculo Tóracoabdominal
 Músculo Reto do Abdome
 Músculo Transverso do Abdome

MÚSCULO SERRÁTIL ANTERIOR

Porção Superior

Origem: Ângulo superior da escápula,

Inserção: Face externa da 1ª e da 2ª costelas

Porção Média

Origem: Borda medial da escápula

Inserção: Face externa das 2ª a 4ª costelas

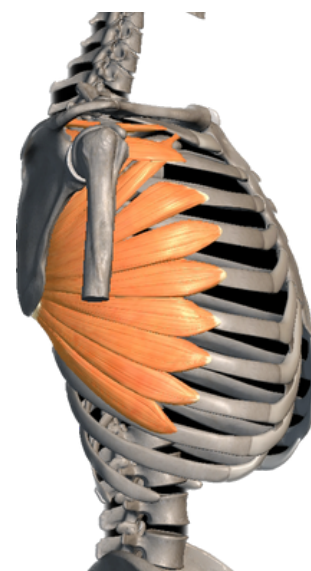
Porção Inferior

Origem: Ângulo inferior da escápula

Inserção: Face externa das 5ª a 9ª costelas

Ação:

- Fixo na Escápula: Ação Inspiratória
- Fixo nas Costelas: Rotação Superior, Abdução e depressão da Escápula e Propulsão do Ombro

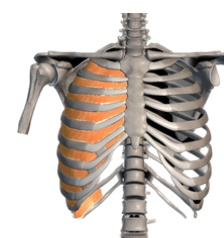


MÚSCULOS INTERCOSTAIS INTERNO E EXTERNO

Origem: Borda inferior da costela suprajacente

Inserção: Borda superior da costela infrajacente

Ação: Elevação das Costelas (Ação Inspiratória)



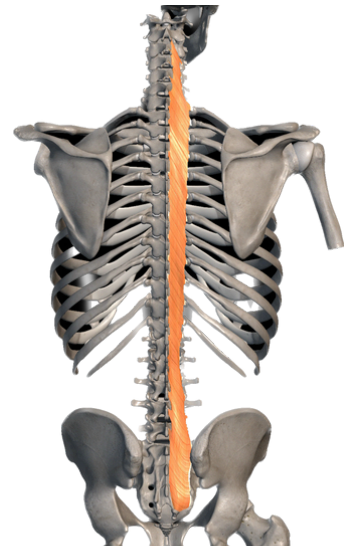
Se cruzam em "X". As fibras dos intercostais externos se dirigem de superior para inferior e de posterior para anterior. Já as fibras dos intercostais internos se dirigem de superior para inferior e de anterior para posterior.

MÚSCULO MULTÍFIDOS

Origem: Dorso do sacro, EIPS, processos mamilares das lombares, processo transverso das torácicas e processos articulares da C4 à C7

Inserção: Processo espinhoso de 3 a 5 vértebras acima

Ação: Estabilização e Extensão da Coluna Vertebral

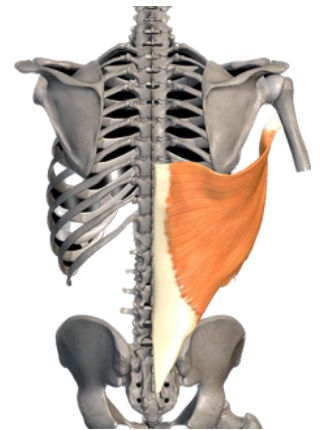


MÚSCULO LATÍSSIMO DO DORSO

Origem: Processos espinhosos da 6ª últimas vértebras torácicas e todas lombares, crista do sacro, 1/3 posterior da crista ilíaca e face externa da 4 últimas costelas

Inserção: Sulco Intertubercular

Ação: Adução, Extensão e Rotação Medial do braço. Depressão do Ombro

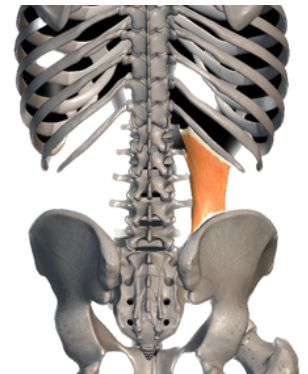


MÚSCULO QUADRADO LOMBAR

Origem: 12ª costela e processo transverso de 1ª a 4ª vértebras lombares

Inserção: Crista ilíaca e ligamento ileolombar

Ação: Inclinação homolateral do tronco e depressão da 12ª costela

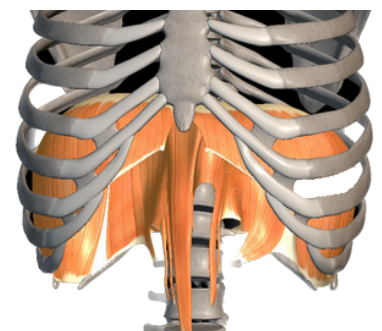


DIAFRAGMA TORACOABDOMINAL

Origem: Face interna das 6 últimas costelas, face interna do processo xifoide e corpos vertebrais das vértebras lombares superiores

Inserção: No tendão central (aponeurose)

Ação: Inspiratório, pois diminui a pressão interna da caixa torácica permitindo à entrada do ar nos pulmões, estabilização da coluna vertebral e expulsões (defecação, vômito, micção e parto)



MÚSCULO RETO DO ABDOME

Origem: Face externa das 7 últimas costelas

Inserção: ½ anterior da crista ilíaca, EIAS, tubérculo do púbis e linha alba

Ação: - Contração Unilateral: Rotação com tórax girando para o lado oposto - Contração Bilateral: Flexão do tronco e aumento da pressão intra-abdominal

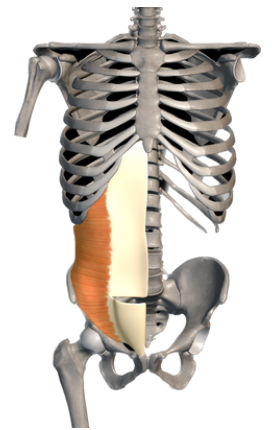


MÚSCULO TRANSVERSO DO ABDOME

Origem: Face interna das últimas 6 cartilagens costais, fáscia toracolombar, crista ilíaca e ligamento inguinal

Inserção: Linha alba e crista do púbis

Ação: Aumento da pressão intra-abdominal e estabilização da coluna lombar

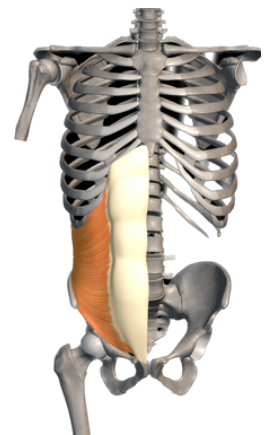


MÚSCULO OBLÍQUO INTERNO DO ABDOME

Origem: 3 últimas cartilagens costais, crista do púbis e linha alba

Inserção: Crista ilíaca, EIAS e ligamento inguinal

Ação: Idem ao Oblíquo Externo, porém realiza rotação do tórax para o mesmo lado

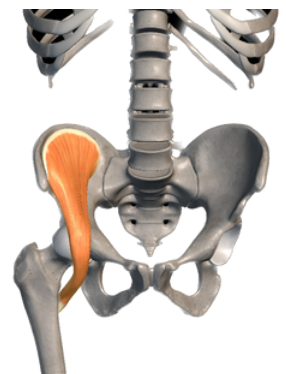


MÚSCULO ILÍACO

Origem Ilíaco: 2/3 superiores da fossa ilíaca, crista ilíaca e asa do sacro

Inserção: Trocânter menor

Ação: Flexão de quadril, anteversão da pelve e flexão da coluna lombar (30° – 90°)

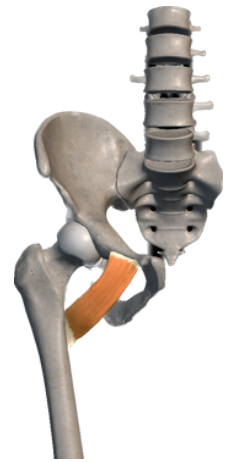


MÚSCULO PECTÍNEO

Origem: Eminência ílio-pectínea, tubérculo púbico e ramo superior do púbis

Inserção: Linha pectínea do fêmur

Ação: Flexão do Quadril e Adução da Coxa



MÚSCULO PIRIFORME

Origem: Superfície pélvica do sacro e margem da incisura isquiática maior

Inserção: Trocânter Maior

Ação: Abdução e Rotação Lateral da Coxa

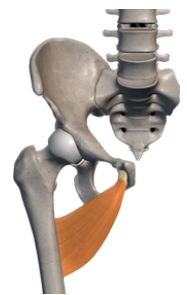


MÚSCULO ADUTOR CURTO

Origem: Ramo inferior do púbis

Inserção: Linha áspera

Ação: Adução da Coxa



MÚSCULO ADUTOR LONGO

Origem: Superfície anterior do púbis e sínfise púbica

Inserção: Linha áspera

Ação: Adução da Coxa



MÚSCULO ADUTOR MAGNO

Origem: Tuberosidade isquiática, ramo do púbis e do ísquio

Inserção: Linha áspera e tubérculo adutório

Ação: Adução da Coxa



MÚSCULO GLÚTEO MÁXIMO

Origem: Sacro (porção dorsal), ílio (atrás da linha glútea posterior), fáscia toracolombar e ligamento sacrotuberal

Inserção: tuberosidade glútea do fêmur.

Ação: Extensão e Rotação Lateral do Quadril



MÚSCULO GLÚTEO MÉDIO

Origem: Face externa do íleo entre a crista ilíaca, linha glútea posterior e anterior

Inserção: Trocânter Maior

Ação: Abdução e Rotação Medial da Coxa



MÚSCULO GLÚTEO MÍNIMO

Origem: Asa ilíaca (entre linha glútea anterior e inferior)

Inserção: Trocânter Maior

Ação: Abdução e Rotação Medial da Coxa. As fibras anteriores realizam Flexão do Quadril





MÚSCULOS JOELHO, TORNOZELO E PÉ

Músculo Quadríceps
Músculo Sartório
Músculo Grácil
Músculo Semitendíneo
Músculo Semimembráceo

Músculo Bíceps femoral
Músculo Tensor da fáscia lata
Músculo Tibial anterior
Músculo Extensor longo do Hálux

MÚSCULO RETO FEMORAL

Origem: Espinha ilíaca antero-inferior

Ação: Flexão do Quadril



MÚSCULO VASTO LATERAL

Origem: Trocânter maior, linha áspera, linha intertrocantérica e tuberosidade glútea

Ação: rotação lateral



QUADRÍCEPS

Origem: 2/3 proximais da face anterior e lateral do fêmur e 1/2 distal da linha áspera

Inserção Distal: Patela e por meio do ligamento patelar, na tuberosidade anterior da tíbia

Ação: Extensão do Joelho



MÚSCULO SARTÓRIO

Origem: Espinha ilíaca ântero-superior

Inserção: Superfície medial da tuberosidade da tíbia (pata de ganso)

Ação: Flexão, Abdução e Rotação Lateral da Coxa e Flexão e Rotação Medial do Joelho



MÚSCULO GRÁCIL

Origem: Sínfise púbica e ramo inferior do púbis

Inserção: Superfície medial da tuberosidade da tíbia (pata de ganso)

Ação: Adução da Coxa, Flexão e Rotação Medial do Joelho



MÚSCULO SEMITENDÍNEO

Origem: Tuberosidade isquiática

Inserção: Superfície medial da tuberosidade da tíbia (pata de ganso)

Ação: Extensão do Quadril, Flexão e Rotação Medial do Joelho



MÚSCULO SEMIMEMBRANÁCEO

Origem: Tuberosidade isquiática

Inserção: Côndilo medial da tíbia

Ação: Extensão do Quadril, Flexão e Rotação Medial do Joelho

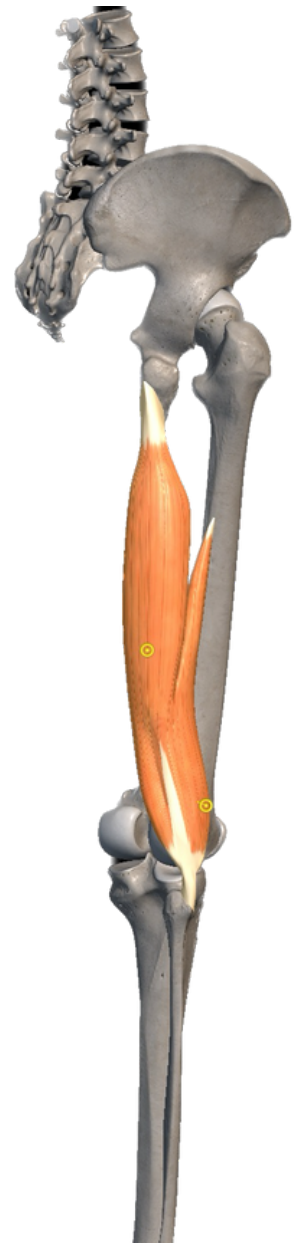


MÚSCULO BÍCEPS FEMORAL CABEÇA CURTA

Origem: Lábio lateral da linha áspera

Inserção: Côndilo lateral da tíbia

Ação: Extensão do Quadril, Flexão do Joelho e Rotação Lateral do Joelho



MÚSCULO BÍCEPS FEMORAL CABEÇA LONGA

Origem: Tuberosidade isquiática e ligamento sacrotuberoso

Inserção: Cabeça da fíbula

Ação: Extensão do Quadril, Flexão do Joelho e Rotação Lateral do Joelho

MÚSCULO TENSOR DA FÁSCIA LATA

Origem: Crista ilíaca e EIAS

Inserção: Trato íleo-tibial

Ação: Flexão, Abdução e Rotação Medial do Quadril e Rotação Lateral do Joelho



MÚSCULO TIBIAL ANTERIOR

Origem: Côndilo lateral da tíbia e $\frac{1}{2}$ proximal da face lateral da tíbia e membrana interóssea

Inserção: Cuneiforme medial e base do 1º metatarsal

Ação: Flexão Dorsal e Inversão do Pé



MÚSCULO EXTENSOR LONGO DO HÁLUX

Origem: 2/4 intermediários da fíbula e membrana interóssea

Inserção: Falange distal do hálux

Ação: Extensão do Hálux, Flexão Dorsal e Inversão do Pé



MÚSCULO EXTENSOR LONGO DOS DEDOS

Origem: Côndilo lateral da tíbia, $\frac{3}{4}$ proximais da fíbula e membrana interóssea

Inserção: Falange média e distal do 2º ao 5º dedos

Ação: Extensão da MF, IFP e IFD do 2º ao 5º dedos



MÚSCULO FIBULAR LONGO

Origem: 2/3 proximais da superfície lateral da fíbula e côndilo lateral da tíbia

Inserção: 1º metatarsal e cuneiforme medial

Ação: Flexão Plantar e Eversão do Pé

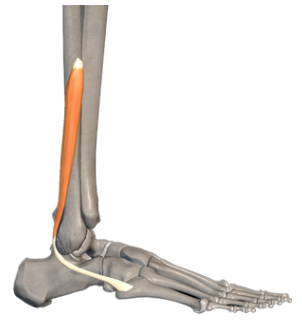


MÚSCULO FIBULAR CURTO

Origem: 2/3 distais da face lateral da fíbula

Inserção: Base do 5º metatarso

Ação: Flexão Plantar e Eversão do Pé

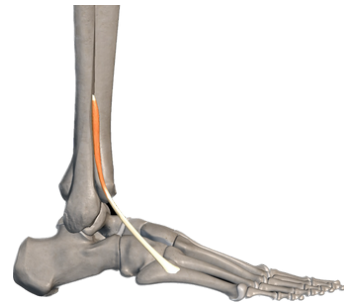


MÚSCULO FIBULAR TERCEIRO

Origem: 1/3 distal da face anterior da fíbula

Inserção: Base do 5º metatarsal

Ação: Eversão do Pé



MÚSCULO GASTROCNÊMIO

Origem: Côndilo medial e lateral do fêmur

Inserção: Calcâneo

Ação: Flexão do Joelho e Flexão Plantar do Tornozelo



MÚSCULO SÓLEO

Origem: 1/3 intermédio da face medial da tíbia e cabeça da fíbula

Inserção: Calcâneo (tendão dos gastrocnêmios)



MÚSCULO POPLÍTEO

Origem: Côndilo lateral do fêmur

Inserção: Linha solear da face posterior da tíbia

Ação: Flexão e Rotação Medial do Joelho



MÚSCULO TIBIAL POSTERIOR

Origem: Face posterior da tíbia e 2/3 proximais da fíbula e membrana interóssea

Inserção: Cuneiformes (medial, médio e lateral), cuboide, navicular e base do 2º ao 4º metatarsais

Ação: Flexão Plantar e Inversão do Pé



MÚSCULO FLEXOR LONGO DOS DEDOS

Origem: Face posterior da tíbia

Inserção: Falanges distais do 2º ao 5º dedo

Ação: Flexão Plantar e Inversão do Tornozelo, Flexão da MF, IFP e IFD do 2º ao 5º Dedos

