

# Anatomie 3 Tronc

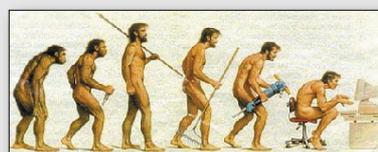
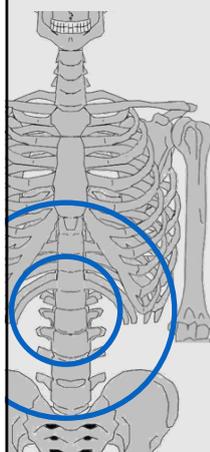


Anatomie 3 : L2S4 : 12hCM + 6hTD

C. Hertogh

1

# COLONNE VERTÉBRALE



Mvts du Tronc & de la tête



2

## Rappel : SANGLE ABDOMINALE

↕ Sans des fibres

De l'AVANT, puis de la SUPERFICIE à la PROFONDEUR

Droit de l'Abdom (AV)	Oblique externe	Oblique interne	Transverse
-----------------------	-----------------	-----------------	------------

3

### Disposition des fibres

- Droit de l'abdo (en AV)
- Transverse (profond)
- Oblique interne (moyen)
- Oblique externe (superficiel)

### Extension 30°

### Flexion 90°

Fl : Droit de l'abdo (en AV)  
Ext : Muscles spinaux

### Inclinaison lat. 30°

de chaque côté

Oblique interne (intermédiaire)  
Oblique externe (superficiel)  
D'un même côté

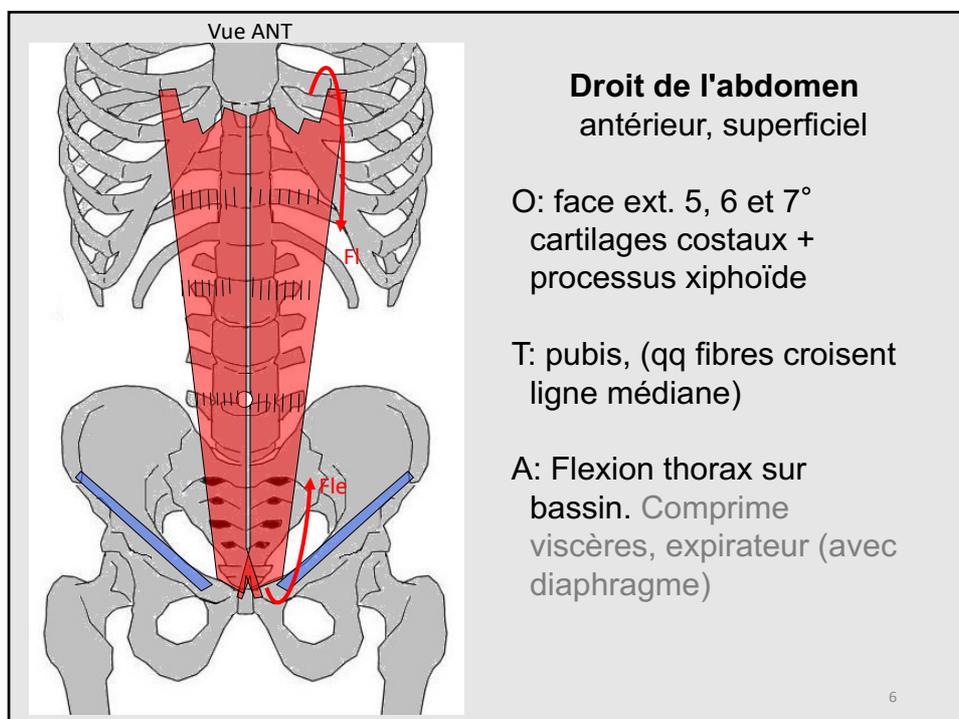
Vues ANT

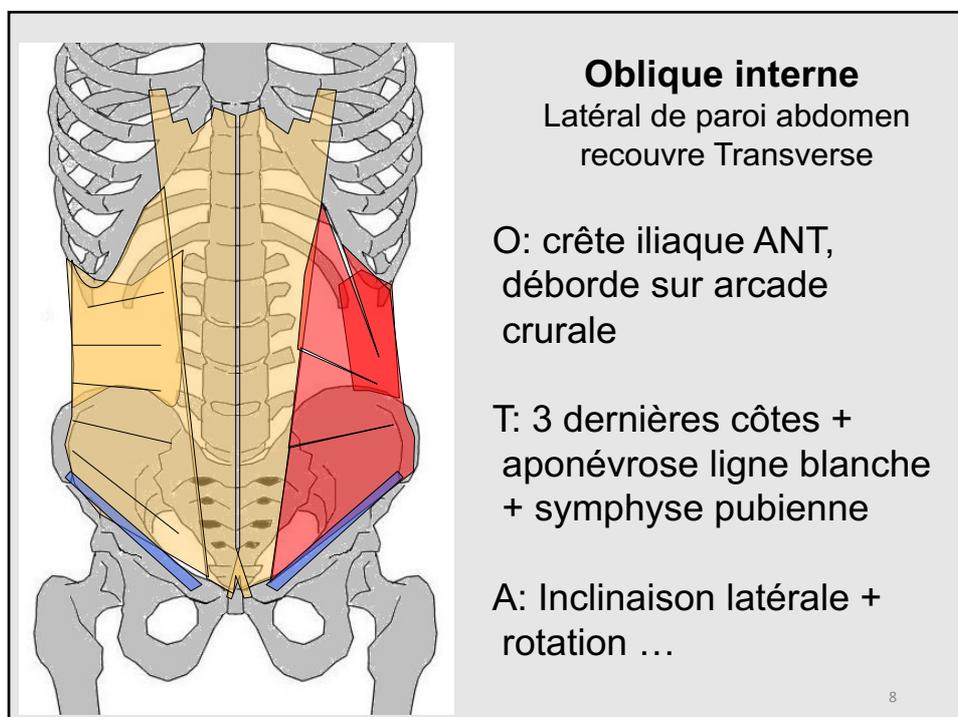
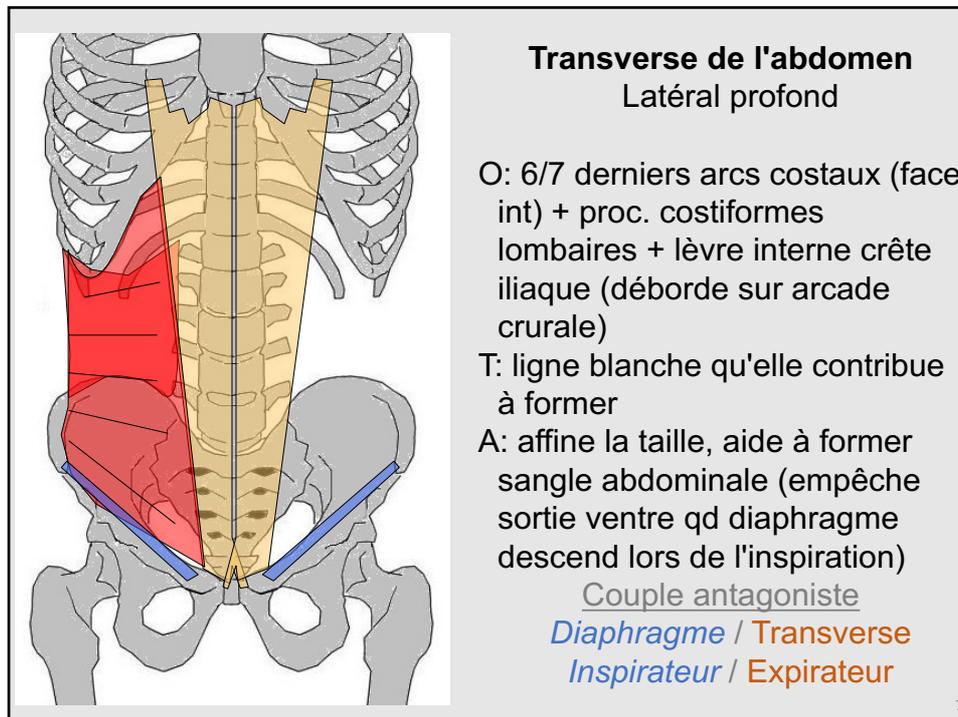
### Rotation 30° de chaque côté

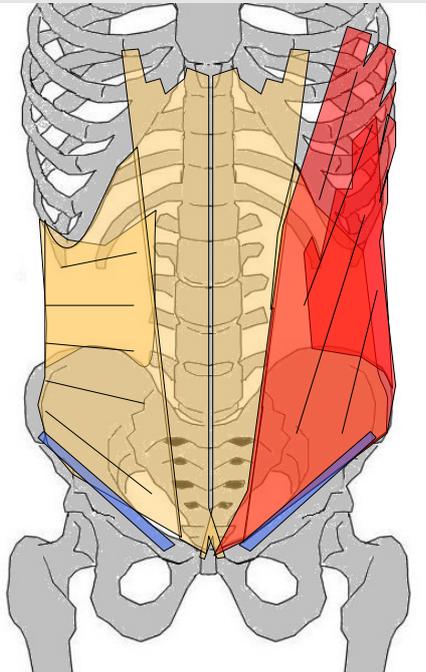
Oblique interne (intermédiaire)  
Oblique externe (superficiel)  
Côté opposé

4

## Principaux muscles moteurs du TRONC







**Oblique externe**  
superficiel, latéral de l'abdomen

O: 5/6<sup>e</sup> à 12<sup>e</sup> côtes (face ext.)

T: en AV du Grand droit, dans aponévrose au niveau ligne blanche + arcade crural → pubis opposé + crête iliaque

A: flexion tronc sur bassin...  
Rotateur avec oblique interne opposé

9

## Actions musculaires communes

- Sangle abdominale, gainage bassin, dessinent la taille
- Expirateurs, compriment viscères (vomissement & défécation)
- Corrigent hyperlordose et soulagent DIV (efforts de soulèvement)
- Flexion + rotation du tronc
- point fixe thorax → portent bassin en retroversion
- point fixe bassin → allongé, éleveurs HT du corps

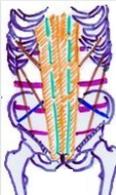
Grd oblique ■

Petit oblique ■

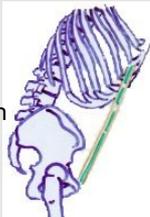
Transverse de l'abdomen ■

Grd droit de l'abdomen ■

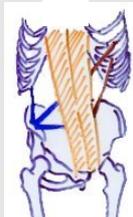
Ligne blanche ■



Sens des fibres



Flexion



Rotation



Inclinaison latérale

## Muscles spinaux

Muscles EXT du rachis ou spinaux  
(ou M. lombaires)

facultatif {

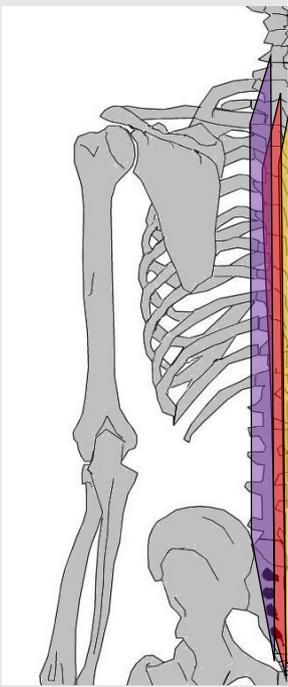
Muscles profonds du dos

- Epineux du thorax
- Ilio-costal
- Longissimus thoracique

*Leurs contractions diminuent les pressions ant exercées sur les DIV et protègent la CV*

## Muscles mvt tête

EXT : Trapèze  
INCLIN & ROT : Sterno-cléido-mastoïdien



## Amplitude X<sup>R</sup> de la Colonne Vertébrale

G<sup>de</sup> variabilité due à :

- L'âge (vieillesse → ↘ 50%)
- L'entraînement

12

MVTS = Erreurs  
impardonnables

## Nom et sens des MVTS

### récapitulatif

**MOUVEMENTS INTERACTIFS DE L'APPAREIL LOCOMOTEUR**

CENTURE SCAPULAIRE	ÉPAULE	COUDE	POIGNET
Mvt épaule : pseudo-articulation ? 3DDL	3DDL	2DDL	2DDL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Extension / Abaissement</li> <li>• Abduction / Adduction</li> <li>• Rotation externe / Rot. int.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flexion / Extension</li> <li>• Abduction / Adduction</li> <li>• Rotation interne / Rot. ext.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flexion / Extension</li> <li>• Pronation / Supination</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flexion / Extension</li> <li>• Inflexion variée / Ind. unaire</li> </ul>

Glisser la souris sur un mouvement pour voir l'animation  
Réinitialisation des schémas ci-dessous en Position de Référence

CENTURE PELVIENNE	HANCHE	GENOU	CHEVILLE
(Mouvement de bassin)	3DDL	1DDL (et 2 quand fléchi)	1DDL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antéversion / Rétroversion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flexion / Extension</li> <li>• Abduction / Adduction</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flexion / Extension</li> <li>• Rotation interne / Rotation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flexion dorsale / Flexion plantaire</li> </ul>

<http://calamar.univ-ag.fr/uag/staps/cours/anat/new/mvt.htm>

## Appareil locomoteur

### Mouvements & muscles moteurs

**S.V. VE - ANATOMIE FONCTIONNELLE**  
Classe par ordre d'importance de leur participation au mouvement (du non actif au...)

MOUVEMENTS DE L'OMOPLATE - CENTURE SCAPULAIRE	
Extension	TRAPÈZE (Dorsale 1), RHOMBOÏDE, ÉLEVATEUR SCAPULA (ou angulaire)
Abaissement	TRAPÈZE (Dorsale 1), DENTELLE ANT (Braz 4)
Abduction	DENTELLE ANT (du bras 4)
Adduction	TRAPÈZE, RHOMBOÏDE
Rotation ext. du	DENTELLE ANT, TRAPÈZE (Dorsale 1 et 4)
Rotation int.	
Rotation médiale	RHOMBOÏDE, ÉLEVATEUR SCAPULA

Polycop récapitulatif

à télécharger ici →

<b>MEMBRE SUPERIEUR</b>	
<b>MOUVEMENTS DE L'OMOPLATE</b>	
<b>Scapulo-thoracique (= assimilation à une articulation à 3 ddl)</b>	
Élévation	TRAPEZE (faisceau >), RHOMBOÏDE, ELEVATEUR SCAPULA (ou angulaire)
Abaissement	TRAPEZE (faisceau <), DENTELE ANT (fibres <)
Abduction	DENTELE ANT (ou grand dentelé)
Adduction	TRAPEZE, RHOMBOÏDE
Sonnette ext. ou rotation latéral	DENTELE ANT, TRAPEZE (faisceaux < et >)
Sonnette int ou rotation médiale	RHOMBOÏDE, ELEVATEUR SCAPULA
<b>ÉPAULE</b>	
<b>Scapulo-humérale (Énarthrose) 3 ddl</b>	
Flexion ou antépulsion	Faisceaux ant (et moy.) du DELTOÏDE, BICEPS BRACHIAL, CORACO BRACHIAL, GRAND PECTORAL si bras en extension, (puis dentelé ant et Trapèze en fin de mouvement pour sonnette ext de la scapula)
Extension ou rétropulsion	GRAND ROND, GRAND DORSAL, longue portion du TRICEPS, faisceau post du DELTOÏDE, (Rhomboïde et Élévateur scapula dans la bascule en sonnette int)
Abduction ou élévation latérale	0 à 90° : DELTOÏDE et SUPRA-ÉPINEUX, Long chef du BICEPS, 90 à 160° : DENTELE ANT et TRAPÈZE (bascule de la scapula en sonnette ext) puis inclinaison rachis jusqu'à 180°
Adduction	GRAND PECTORAL, longue portion du TRICEPS, GRAND ROND, GRAND DORSAL, (petit PECTORAL, RHOMBOÏDES : bascule de la scapula en sonnette int)
Rotation médiale ou interne	SUB-SCAPULAIRE, GRAND PECTORAL, longue portion du BICEPS, faisceau ant du DELTOÏDE, (Grand Rond, Grand Dorsal)
Rotation latérale ou externe	INFRA-ÉPINEUX, PETIT ROND, faisceau post du DELTOÏDE

15

<b>COUDE</b>	
<b>Huméro-ulnaire (Trochléenne) et Radio-ulnaire sup. et inf. (Trochoïde) 2 ddl</b>	
Flexion	BICEPS BRACHIAL, BRACHIAL ANTERIEUR, BRACHIO-RADIAL (ou HSR)
Extension	TRICEPS BRACHIAL (ANCONÉ)
Pronation	CARRE PRONATEUR, ROND PRONATEUR. (Gd PALMAIRE)
Supination	SUPINATEUR, BICEPS BRACHIAL, LONG ABDUCTEUR du I
<b>POIGNET</b>	
<b>Radio-carpienne (Condylenne2 ddl)</b>	
Flexion	FLÉCHISSEUR SUPERFICIEL des doigts, FLÉCHISSEUR PROFOND des doigts, FLÉCHISSEUR ULNAIRE du carpe (ou cub. ant)
Extension	EXTENSEUR des doigts, Lg et court EXTENSEUR RADIAL (EXTENSEUR PROPRE du II)
Inclinaison radiale ou abduction	Lg EXTENSEUR RADIAL du carpe, Lg ABDUCTEUR du I, Lg EXTENSEUR du I
Inclinaison ulnaire ou adduction	EXTENSEUR ULNAIRE (ou cub. post) et FLÉCHISSEUR ULNAIRE (ou cub. ant), EXTENSEUR des doigts

16

<b>MEMBRE INFÉRIEUR</b>	
<b>MOUVEMENT DU BASSIN AUTOUR DES HANCHES</b>	
Inclinaison latérale	MOYEN GLUTÉAL, (PETIT FESSIER)
Antéversion	ILIO-PSOAS, DROIT FÉMORAL, TENSEUR du fascia lata.
Rétroversion	GRAND et MOYEN GLUTÉAL, les 3 ISCHIO-JAMBIERS (semi Tendineux, semi Membraneux et Biceps fémoral), DROIT de l'abdomen
<b>HANCHE</b>	
<b>Coxo-fémorale(Énarthrose) 3 ddl</b>	
Flexion	ILIO-PSOAS, TENSEUR du fascia lata, DROIT FÉMORAL, , Lg et court ADD, (DROIT ANTÉRIEUR, SARTORIUS)
Extension	GRAND GLUTÉAL, faisceaux post du Petit & Moyen GLUTÉAL, Gd ADDUCTEUR, ISCHIO-JAMBIERS x3
Abduction	MOYEN GLUTÉAL, PETIT GLUTÉAL, TENSEUR du fascia lata, (Grand glutéal par son insertion sur le Fascia Lata)
Adduction	Gd, court et lg ADDUCTEURS, GRAND GLUTÉAL, GRACILE, semi TENDINEUX (PECTINÉ, Carré Crural)
Rotation médiale (int.)	Faisceaux ant. du PETIT et MOYEN GLUTÉAL, TENSEUR du Fascia Lata (Gd ADDUCTEUR)
Rotation latérale (ext.)	GRAND GLUTÉAL, muscles PELVI-TROCHANTÉRIENS (CARRÉ CRURAL, Obturateur interne, piriforme). ILIO-PSOAS (Moyen & Petit GLUTÉAL f post)

17

<b>GENOU</b>	
<b>Fémoro-tibiale (Double condylienne) 1 ddl +1 ddl (rotation en flexion)</b>	
Flexion	Les 3 ISCHIO-JAMBIERS (semi TENDINEUX, semi MEMBRANEUX et BICEPS FÉMORAL), GRACILE (ex. DROIT int), SARTORIUS (ex couturier)
Extension	QUADRICEPS (DROIT fémoral, VASTES MÉDIAL, LATÉRAL et INTERMÉDIAIRE (ou Crural)
Rotation médiale (int.)	Semi MEMBRANEUX, Semi TENDINEUX, GRACILE (ou Droit Interne), SARTORIUS
Rotation latérale (ext.)	BICEPS FÉMORAL (VASTE LATÉRAL du quadriceps)
<b>CHEVILLE</b>	
<b>Tibio-talienne (Trochléenne)1 ddl</b>	
Flexion dorsale	TIBIAL ANTÉRIEUR, Lg EXTENSEUR des orteils (loge antérieure de la jambe)
Flexion plantaire	TRICEPS SURAL = GASTROCNÉMIENS + SOLEAIRE), (Long FIBULAIRE) (loge post de la jambe, FLÉCHISSEUR du I et FLÉCHISSEUR des orteils)
<b>Grâce à l'articulation subtalare et l'articulation de Chopart (X° talo-naviculaire et X° calcanéocuboïdienne)</b>	
Eversion Affaissement de l'arche int en pied plat	= pronation (ou rot int.) + abd + flex dorsale. LONG & COURT FIBULAIRE (= péroniers latéraux), Lg EXTENSEUR DES ORTEILS (= extenseur commun des orteils)
Inversion Elévation de l'arche int en pied creux	= supination (ou rot ext.) + add + flex plantaire. TRICEPS SURAL, TIBIAL POST., Lg FLECHISSEUR de l'hallux et des orteils, TIBIAL ANT

18