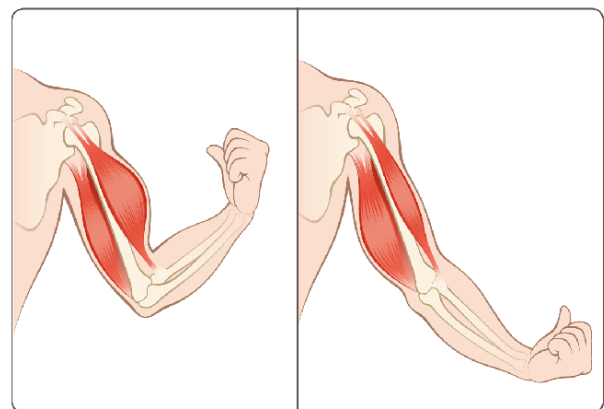


L'ARTICULACIÓ DEL COLZE

La classificació dels TME d'origen laboral per zones anatòmiques permet conèixerles individualment i saber com funcionen al nostre cos.

El colze és l'articulació que uneix el braç i l'avantbraç. La seva principal funció és aproximar o allunyar la mà al tronc; o sigui, és fonamental en totes les activitats de la vida diària. Participa juntament amb l'espatlla en l'alimentació i en la higiene personal de manera contínua.

En l'àmbit del treball, el colze ens permet apropar la mà al tronc sense moure el braç i canviar de posició els objectes que s'agafen amb la mà, de manera que s'utilitza freqüentment en molts llocs de treball.



Al colze, s'hi insereixen nombrosos músculs que provenen del braç i de l'avantbraç, i que en el seu conjunt donen estabilitat i permeten el moviment.

Els músculs més importants són el tríceps braquial, el bíceps braquial, el braquial anterior, el braquioradial o supinador llarg, el supinador curt, l'extensor radial llarg del carp, l'extensor radial curt del carp i el pronador rodó.



De quines parts es compon?

El colze està format per ossos, lligaments, tendons i músculs que, en conjunt, connecten el braç amb l'avantbraç.

Els principals ossos són l'húmer (que correspon al braç), i el cúbit i el radi (que corresponen a l'avantbraç).

Aquests ossos conformen 3 importants articulacions: l'húmer radial que uneix l'húmer amb el radi, l'húmer cubital que uneix el cúbit amb l'húmer i el radi cubital que forma una petita articulació entre el radi i el cúbit.



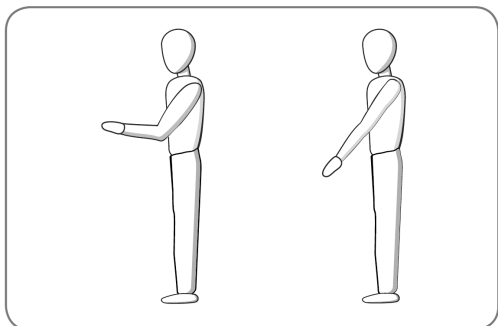


Com treballa el colze?

El conjunt d'ossos, lligaments, tendons i músculs del colze proporcionen una de les articulacions més estables, sobretot per la forma i la unió de les seves estructures òssies. El colze es pot moure en 2 eixos i, a causa d'aquesta característica, els moviments que realitza s'agrupen en 2 tipus.

Flexió i d'extensió

Aquests 2 moviments complementaris permeten apropar i allunyar la mà del cos.



Pronació i supinació:

Aquests 2 moviments complementaris permeten girar la mà i situar-ne la palma cap avall o cap amunt, de manera que aquest és el moviment que ens permet canviar l'orientació dels objectes que s'agafen amb la mà.

