



Mira el video

## Anatomía del hombro

Anatomía del hombro



Articulación glenohumeral



Cápsula articular y ligamentos



### Descripción general

El hombro es una estructura compleja compuesta de tres articulaciones separadas que trabajan juntas para darle al hombro un enorme rango de movimiento. Miremos más de cerca las partes principales de la anatomía del hombro.

### Huesos

Hay tres huesos en el hombro. El húmero es el hueso largo de la parte superior del brazo. La escápula, comúnmente llamada "omóplato", es un hueso plano y triangular, que se encuentra en la parte posterior del hombro. Tiene dos protuberancias, el acromion y el proceso coracoides. Y finalmente, la clavícula es un hueso largo y delgado que se ubica entre la escápula y el esternón.

### Articulación glenohumeral

La articulación glenohumeral es el lugar donde el húmero se encuentra con la escápula. Es una articulación del tipo "esfera-cavidad". La "esfera" es la cabeza del húmero. La "cavidad" es el glenoide, un receptáculo poco profundo ubicado en la escápula. Las superficies de la esfera y la cavidad están cubiertas con una capa dura y lisa de cartílago articular. Un anillo de cartílago llamado "labrum" rodea el glenoide. La articulación está rodeada por un saco llamado "cápsula articular" y por los ligamentos glenohumerales. La articulación glenohumeral permite que el brazo rote y se levante.

### Articulación acromioclavicular

La articulación acromioclavicular, también llamada articulación "AC" es donde la clavícula se encuentra con el acromión de la escápula. Los extremos de estos huesos están cubiertos con cartílago articular. Están conectados por el ligamento acromioclavicular, y el ligamento coracoclavicular los estabiliza. La articulación AC ayuda a levantar el brazo.

### Articulación esternoclavicular

La articulación esternoclavicular es el lugar donde el otro extremo de la clavícula se encuentra con el esternón. Permite que la clavícula se mueva y ayuda a empujar el brazo y el hombro hacia adelante.



Mira el video

## Anatomía del hombro

**Manguito rotador**



### **Manguito rotador y bursa**

El manguito rotador es un grupo de músculos y tendones que rodean la articulación glenohumeral. Estos le dan al hombro estabilidad y fuerza. Entre los músculos del manguito rotador y los músculos más grandes circundantes yace la bursa subdeltoidea. Esta bolsa de líquido lubricante permite que los músculos se muevan libremente.

### **Conclusión**

El hombro es una estructura compleja que no es tan estable como otras articulaciones. Es propenso a sufrir lesiones tales como el desplazamiento y la separación. Y como experimenta mucho más desgaste con el tiempo, la osteoartritis es un problema común del hombro.