



La certification qualité a été
délivrée au titre des actions de
formation

CHRISTOPHE DAMIEN
WESLEY THOMAS

BP JEPS AF

Épaule

ANATOMIE

Epaule



ProSportConcept
Formation aux métiers du sport

Christophe DAMIEN

L'articulation de l 'épaule



ProSportConcept
Formation aux métiers du sport

Christophe DAMIEN

 **ProSportConcept**
Formation aux métiers du sport

L' épaule (complexe épaule)

Surfaces osseuses

Scapula *Omoplate* (cavité glénoïde)

Clavicule (Extrémité ext.)

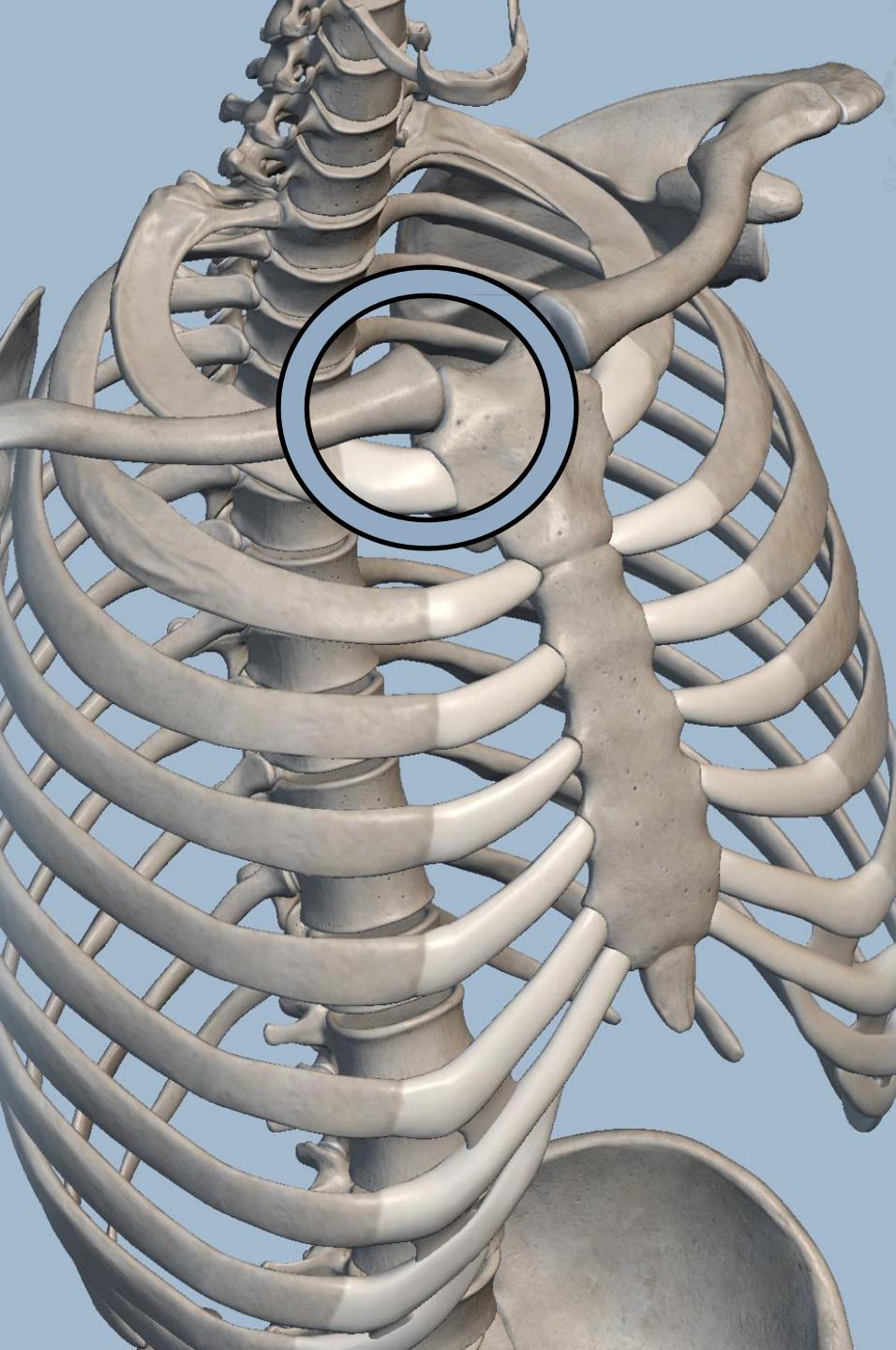
Humérus (Tête humérale.)

Sternum

Articulation en présence

- Scapulo huméral ou gleno humérale
- Acromio / claviculaire
- Sterno / claviculaire
- Scapulo thoracique
- bourse séreuse sous acromio-deltoidienne





Articulation

Sterno-claviculaire

Os en présence

Sternum

Clavicule

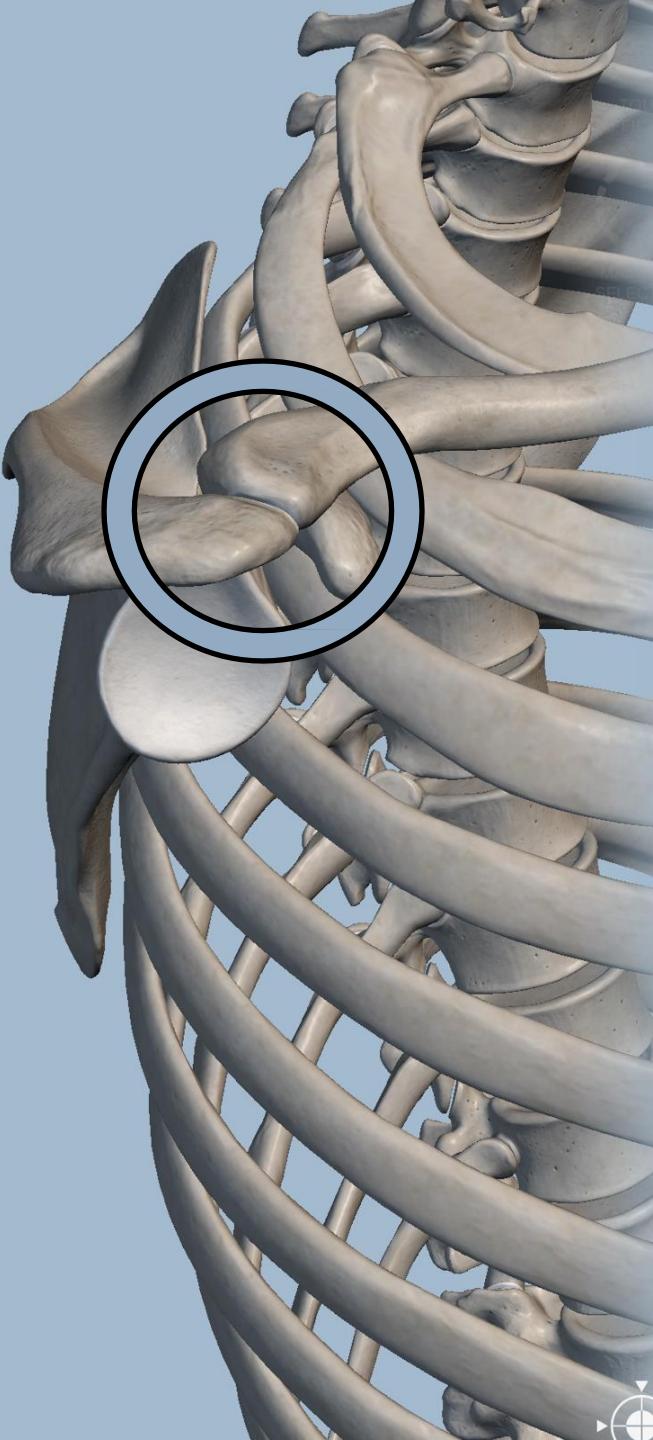
Articulation

Acromio - claviculaire

Os en présence

Clavicule

Scapula (acromion)



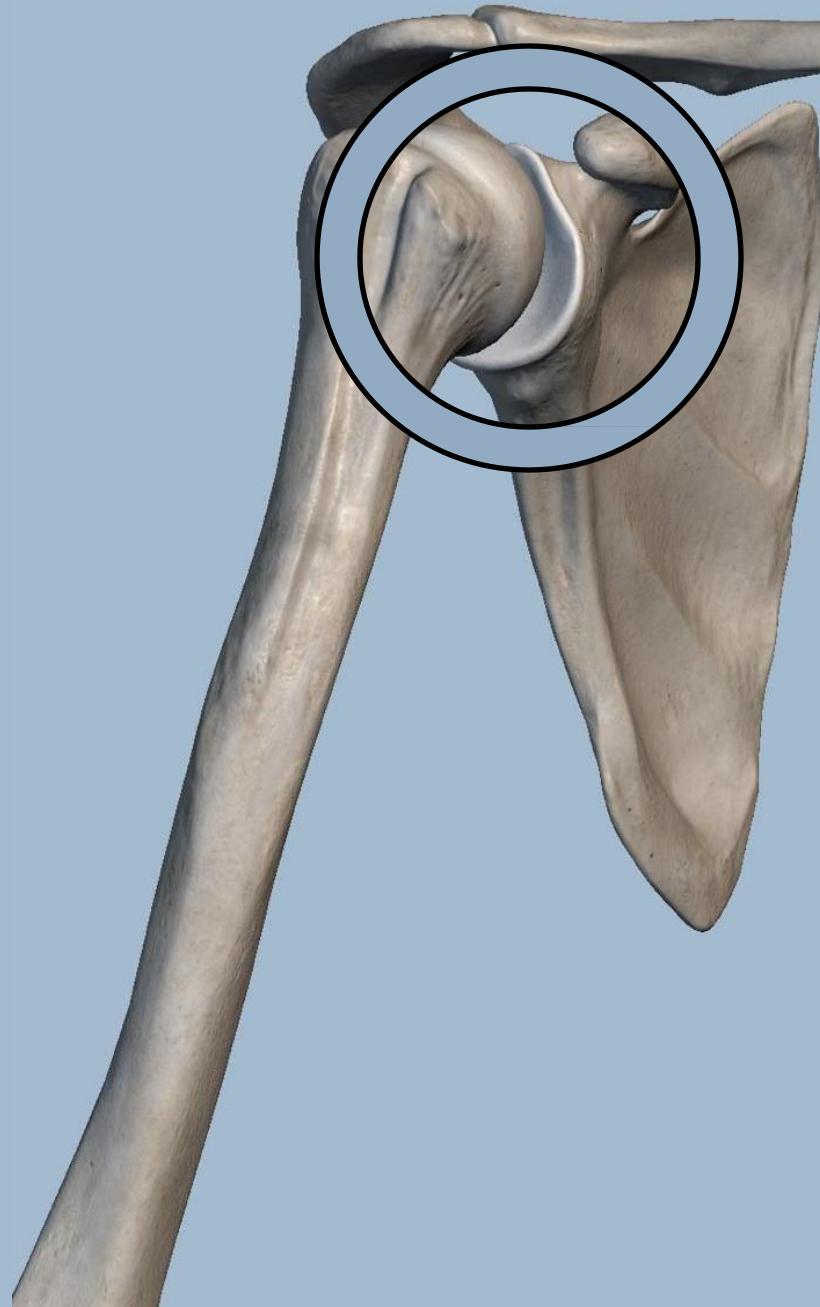
Articulation:

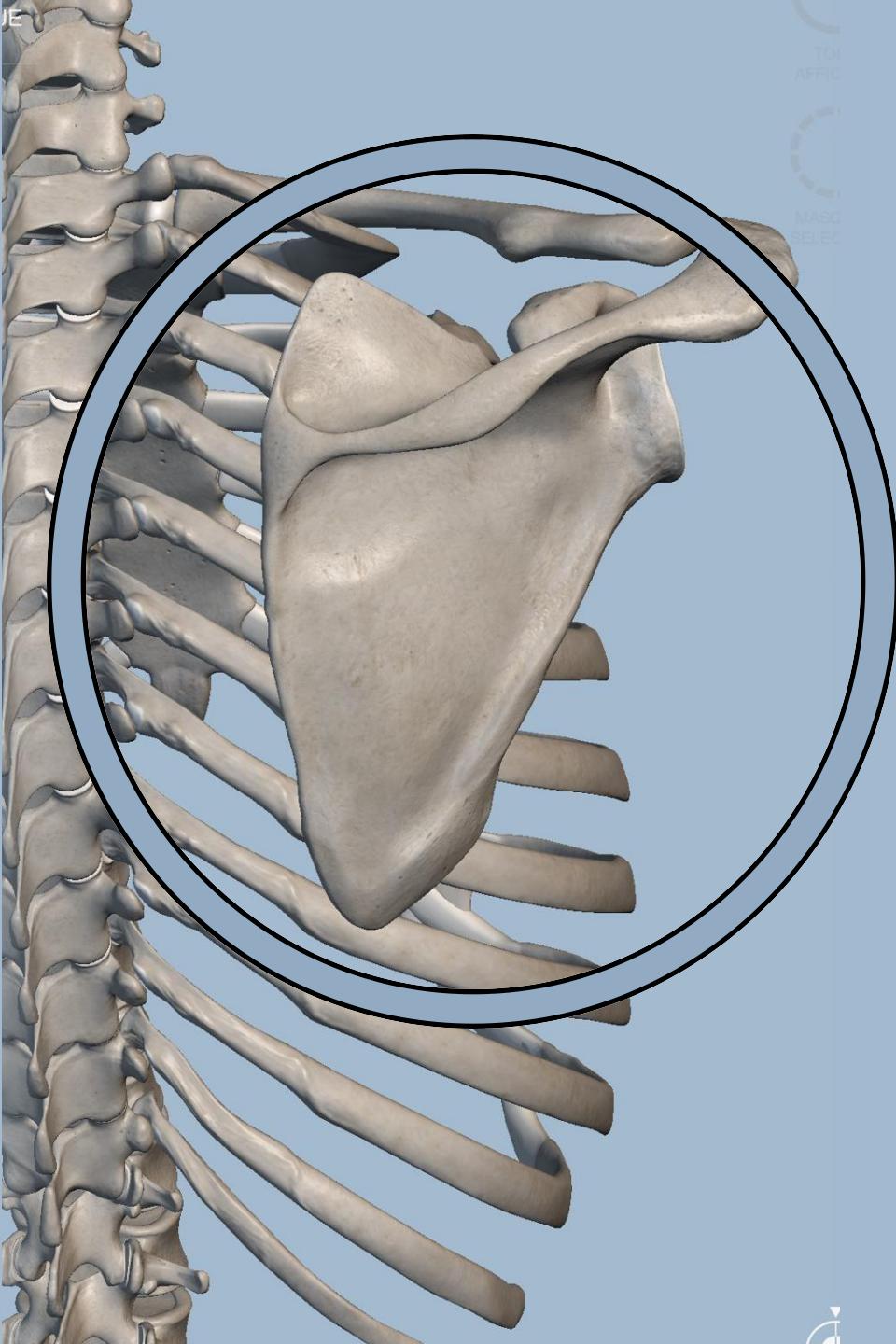
Gleno humérale

Os en présence:

Scapula (glène)

Humerus





Articulation

Scapulo thoracique

Os en présence:

Scapula
Thorax (cote)

Articulation

Bourse séreuse sous acromio-deltoidienne

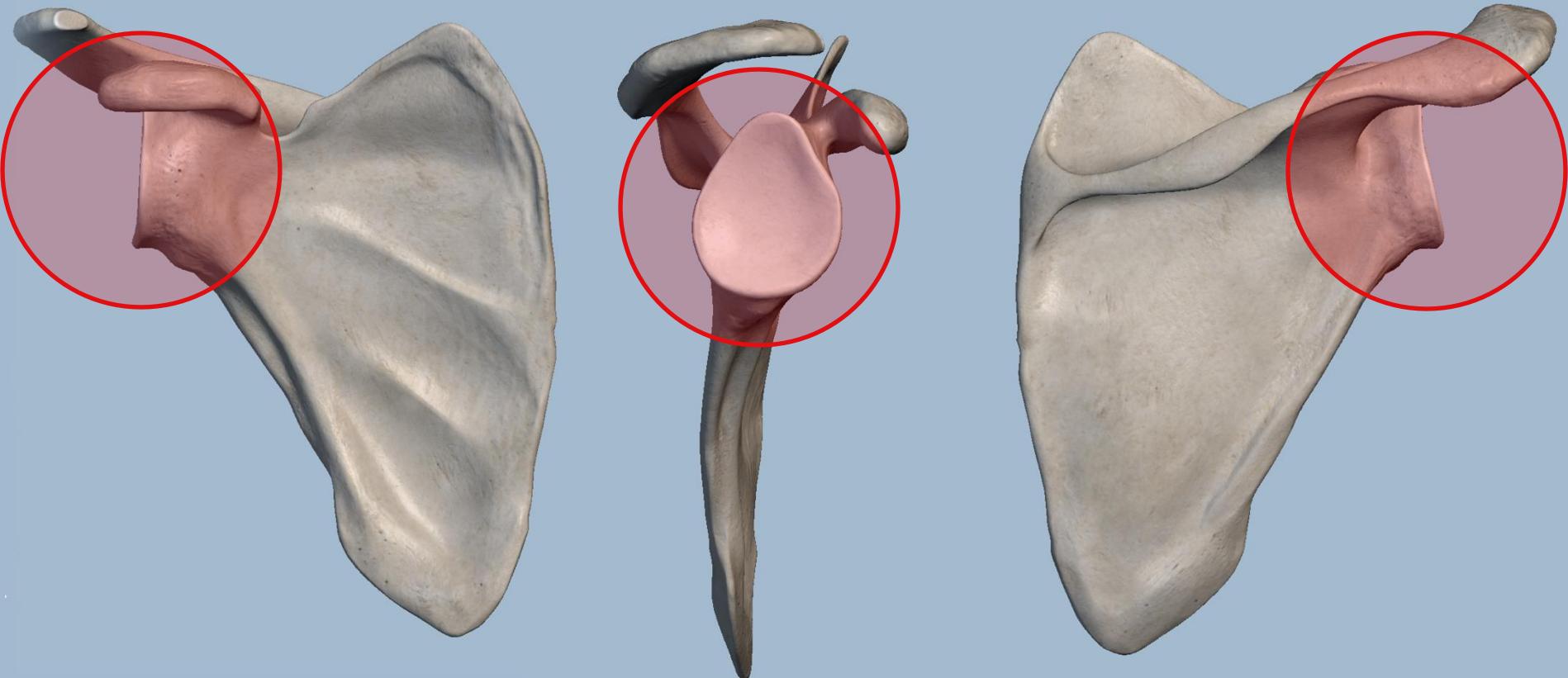
En présence:

Deltoïde

Humérus

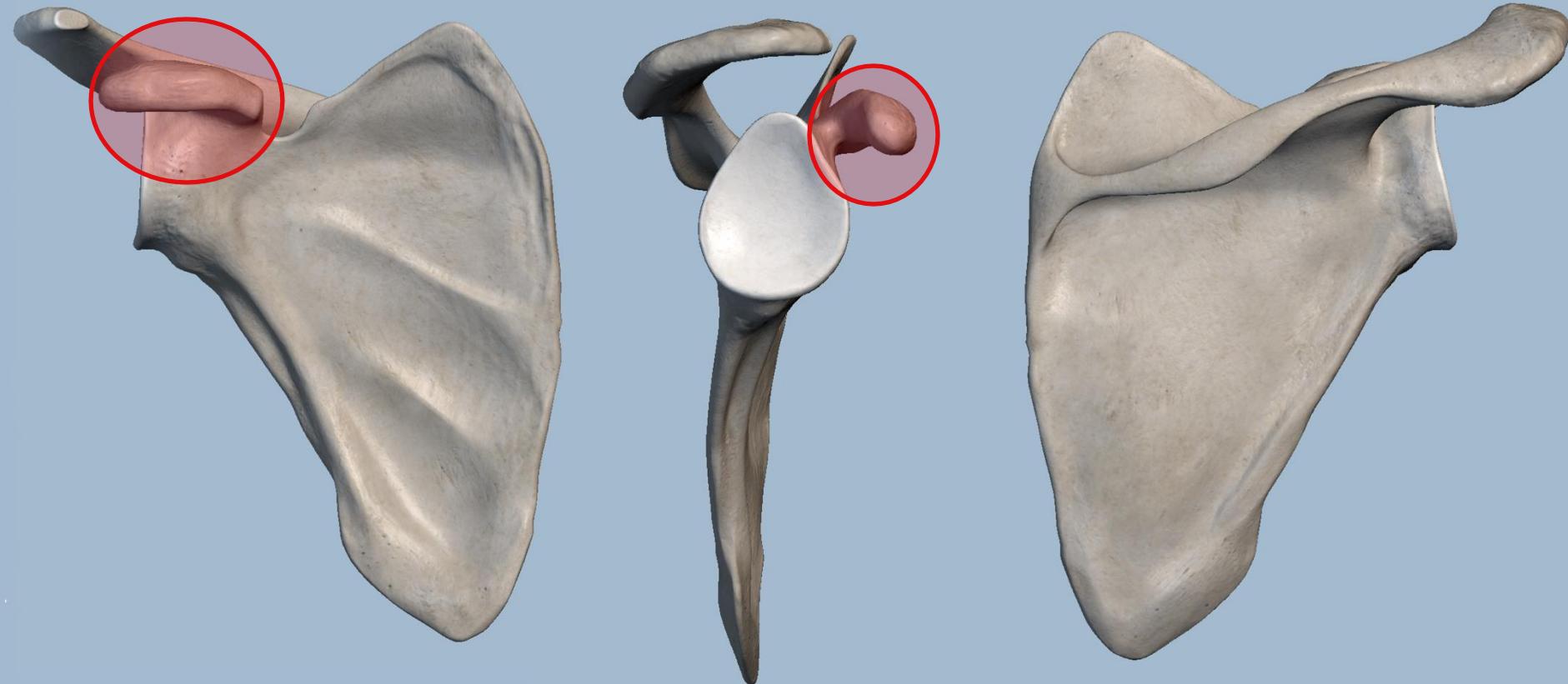


La scapula



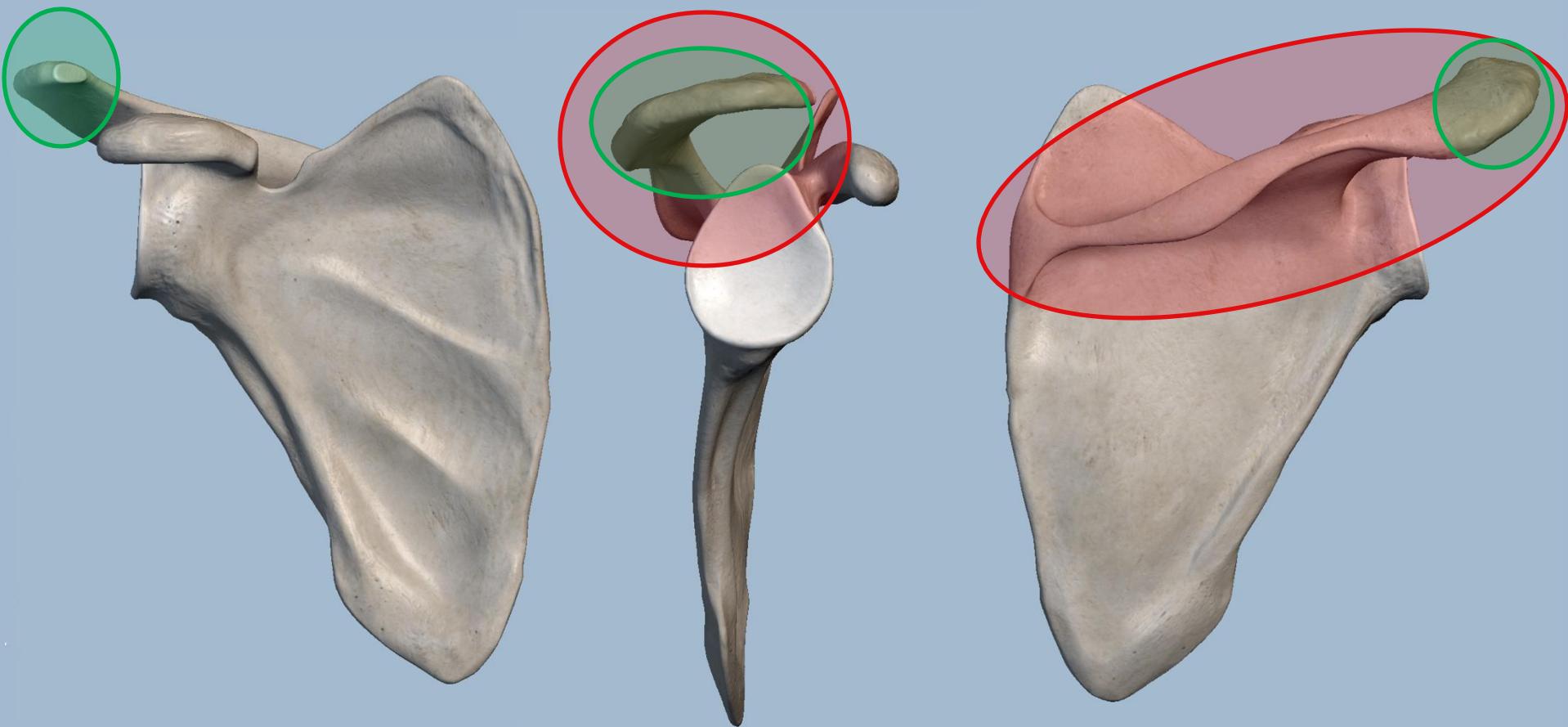
La glène de l'omoplate (zone articulaire avec l'humérus)

La scapula



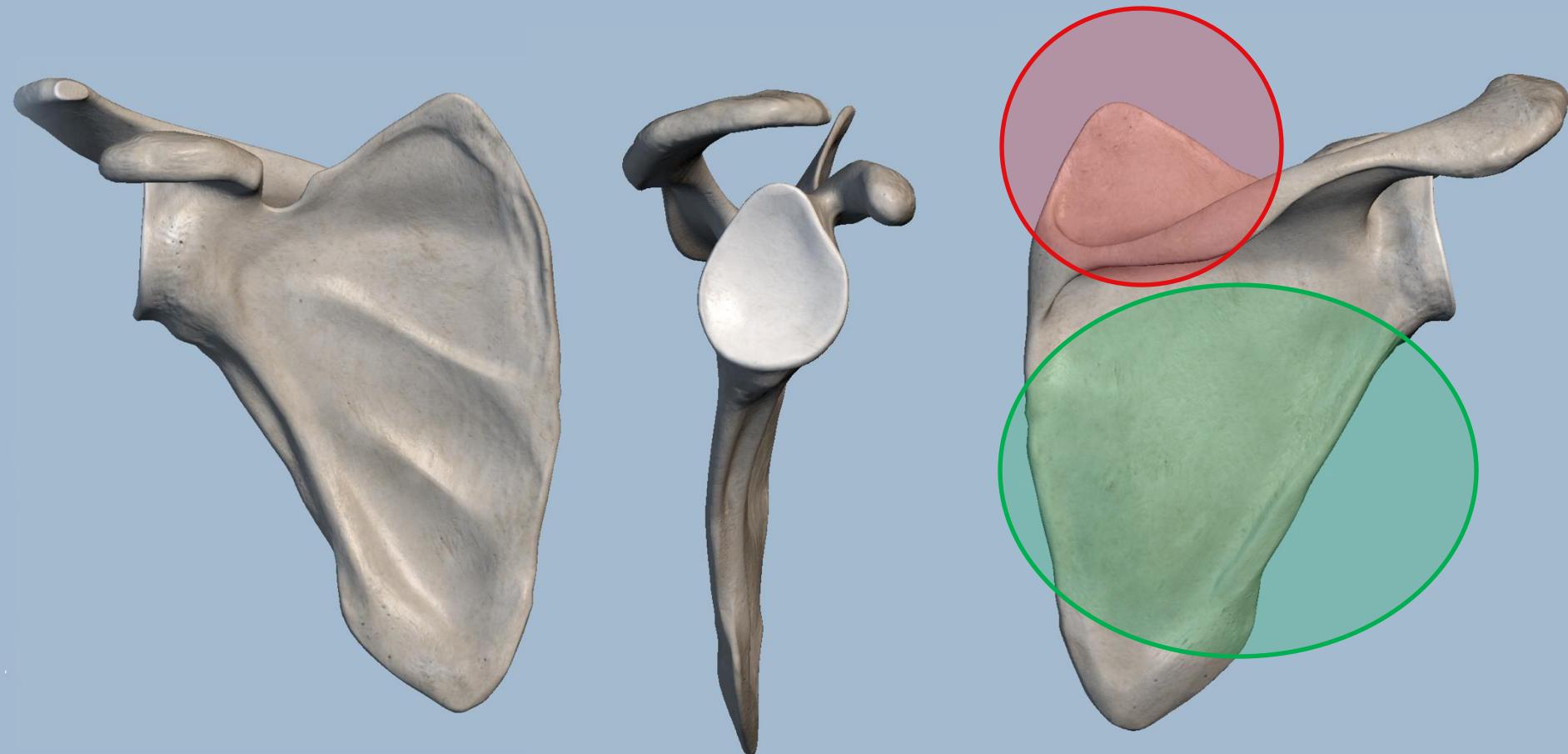
Apophyse coracoïde

La scapula



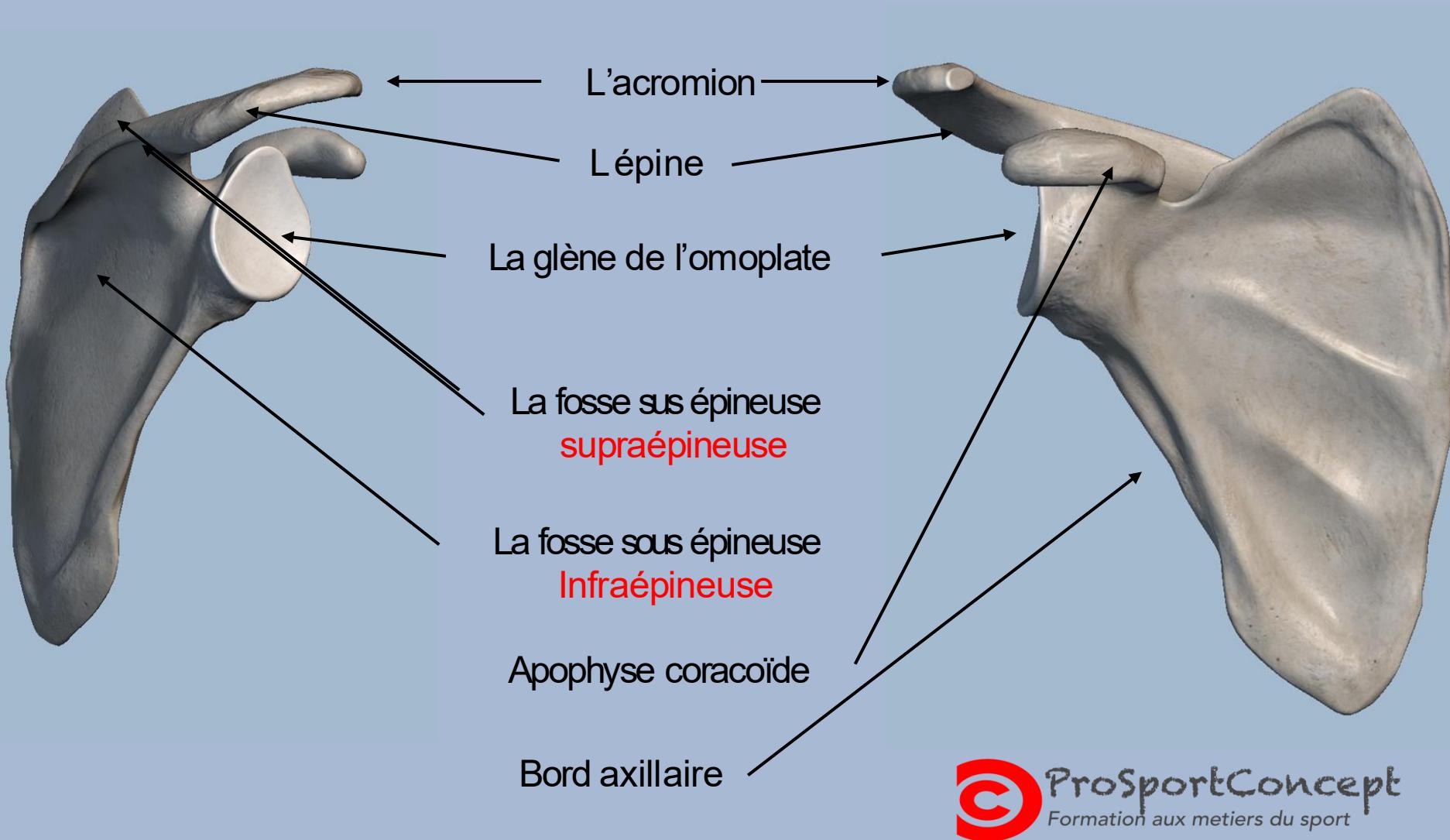
Epine / Acromion

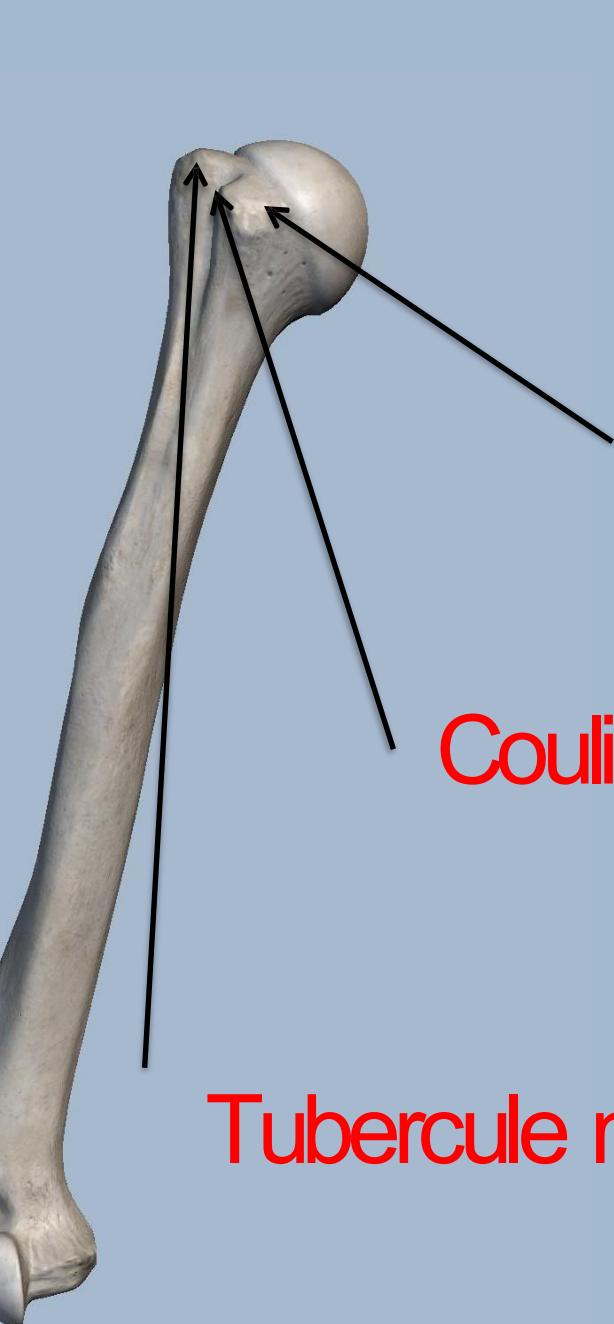
La scapula



Fosse supra épineuse / fosse infra épineuse

Résumé: scapula en détails





Humérus

Tubercule mineur Trochin

Coulisse bicipitale

Tubercule majeur Trochiter

Fonctionnement du diaporama

Le muscle en action



ProSportConcept
Formation aux métiers du sport

Christophe DAMIEN

NOM MUSCLE



Dessin

Actions

NOM MUSCLE

Ancienne nomenclature

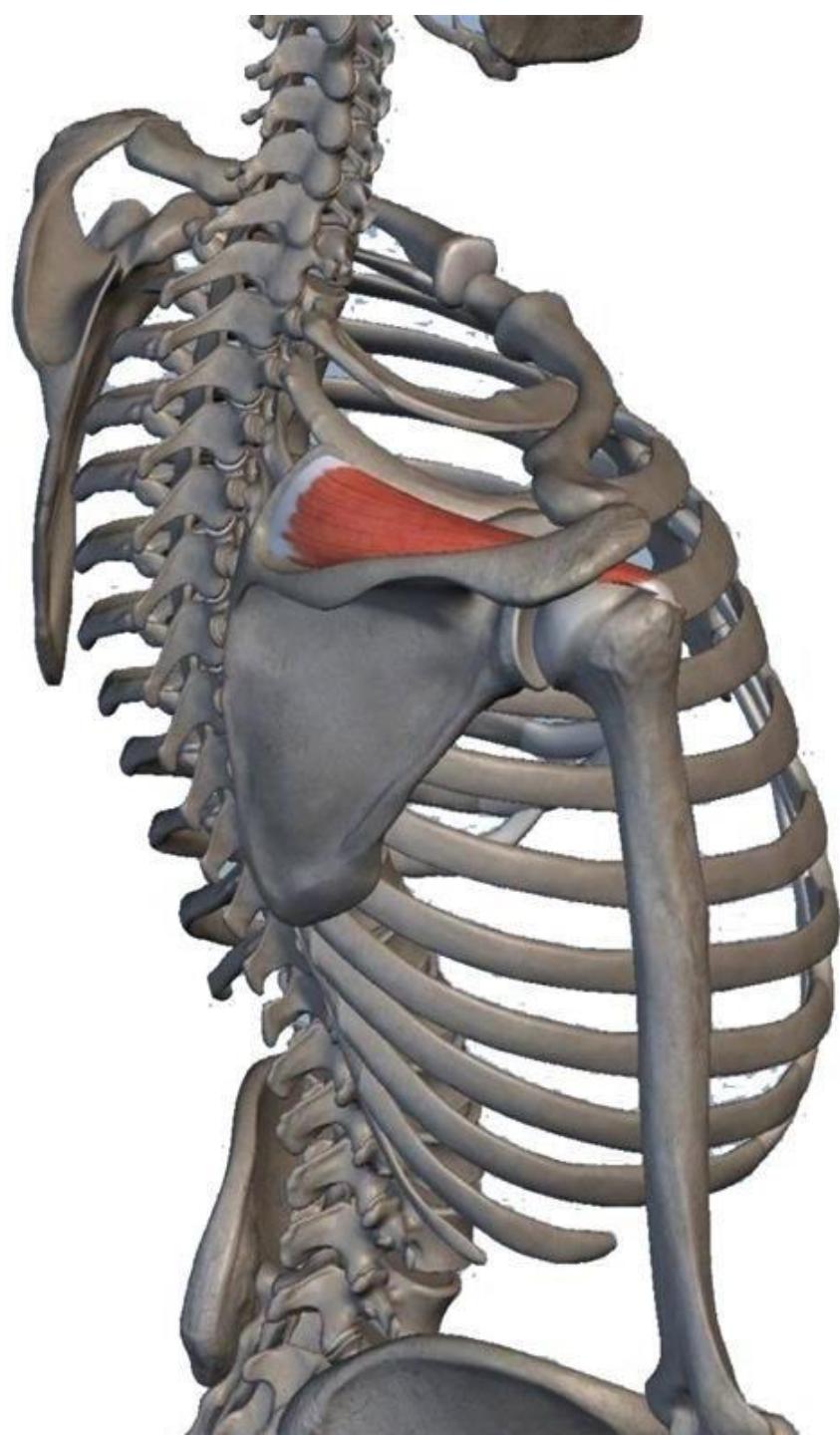
Origine: Insertions proximale

SCAPULA

Terminaison: Insertions distale **HUMERUS**

Action:

- Abduction
- Abaisse la tête humérale



NOM MUSCLE



Etirement

Renforcement

Tableau synthèse



Muscle:

Insertions	rôles

A rassembler dans un tableau pour l'apprentissage

L'articulation de l 'épaule

La gléno-humérale



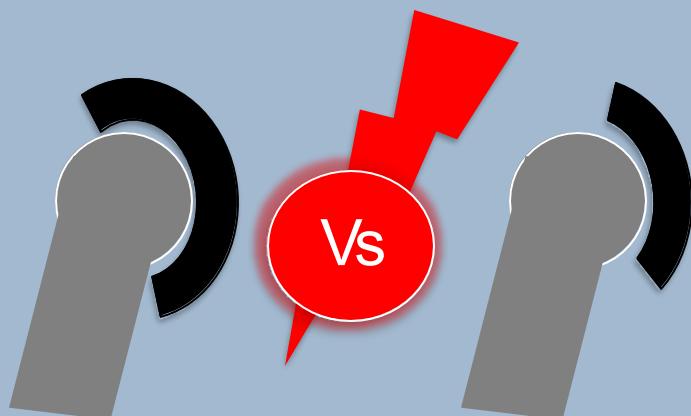
ProSportConcept
Formation aux métiers du sport

Christophe DAMIEN

Remarque sur la congruence

État de deux surfaces articulaires qui glissent convenablement l'une sur l'autre, sans qu'il existe de luxation pour cette articulation.

Dans l'articulation scapulo-humérale et acromio-claviculaire la congruence est moins importante que dans la coxo-fémorale. Les deux premières sont plus sujet à luxation.



Rappel: Un luxation correspond au déplacement d'une surface articulaire par rapport à une autre.



Importance de
l'action de la coiffe
des rotateurs

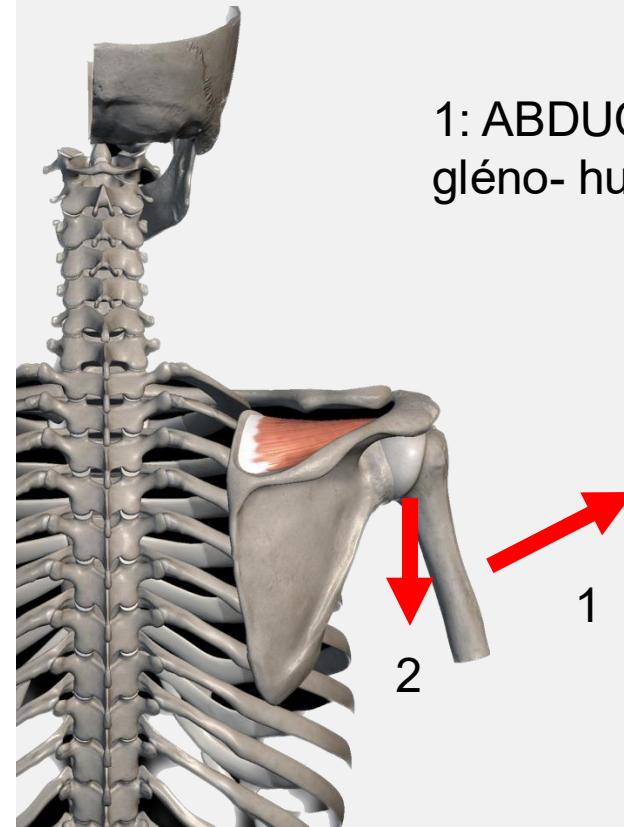
La coiffe des rotateurs

Supra épineux

Dessin



Actions



1: ABDUCTION
gléno- humérale

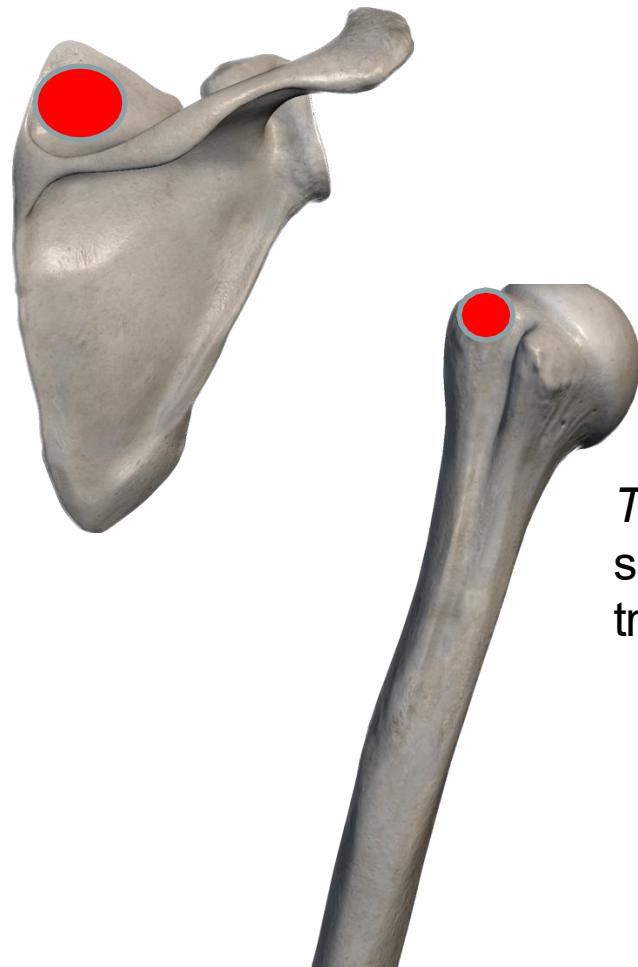
1
2

2: Abaissement
de la tête
humérale

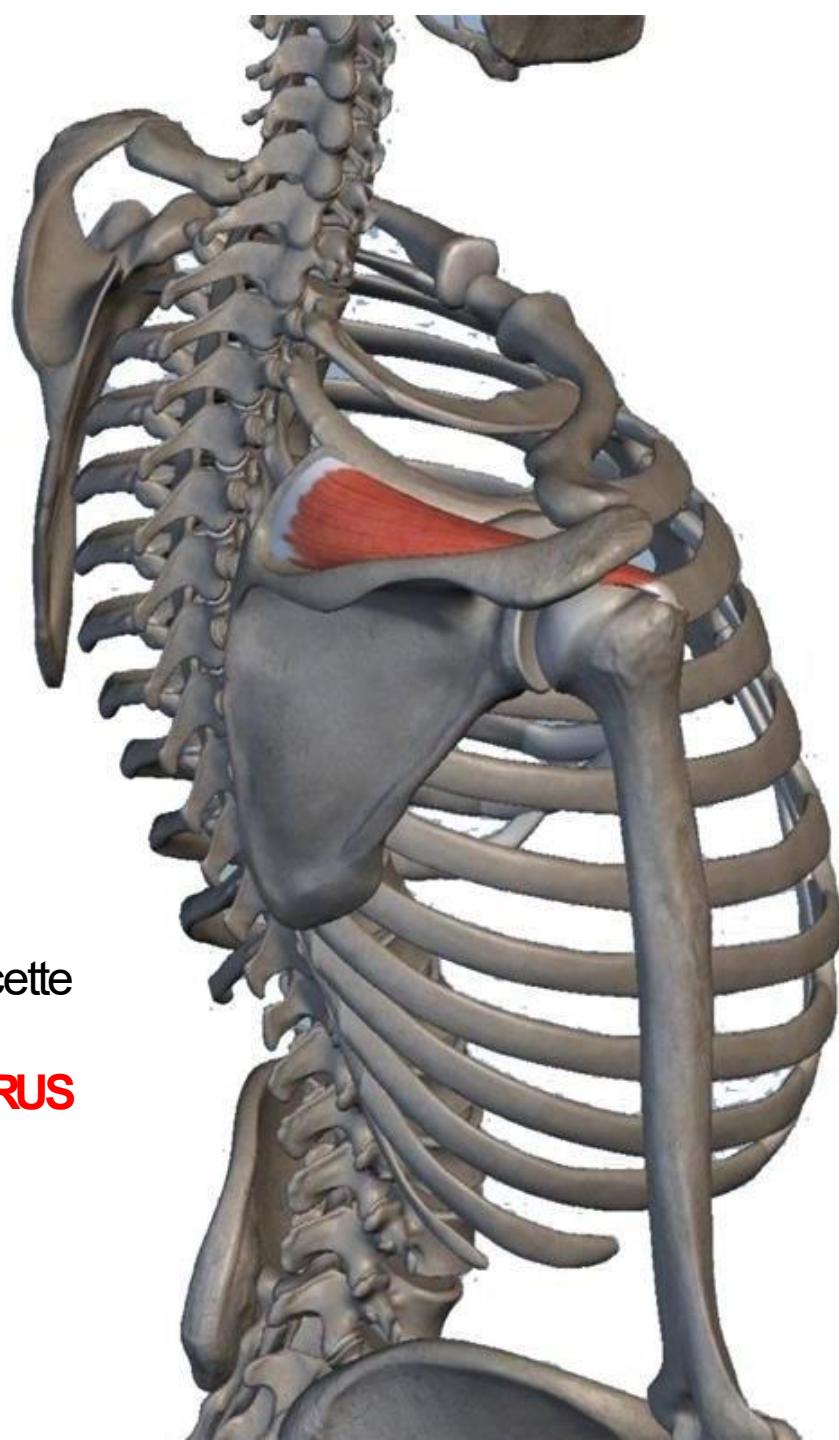
supra-épineux

Sus-épineux. La coiffe des rotateurs

Origine: Face postérieure de l'omoplate, au dessus de l'épine de la **SCAPULA**

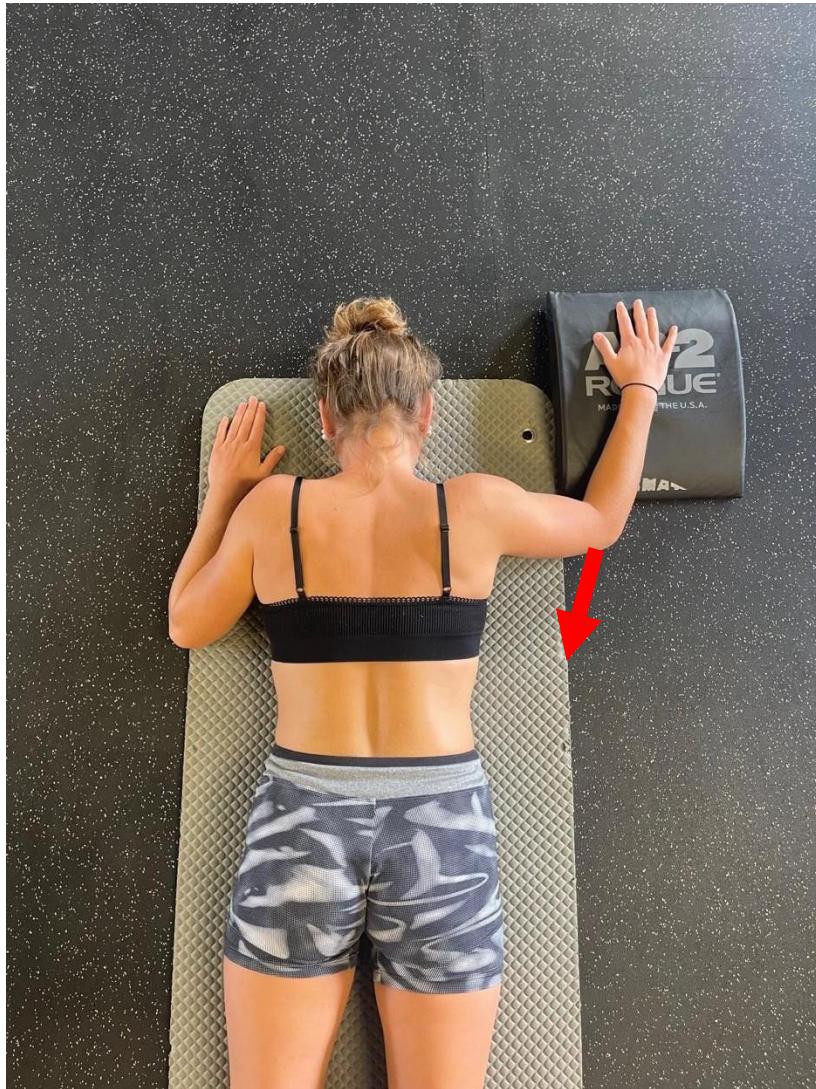


Terminaison: Facette supérieure du trochiter **HUMERUS**



Supra épineux

Etirement



Renforcement



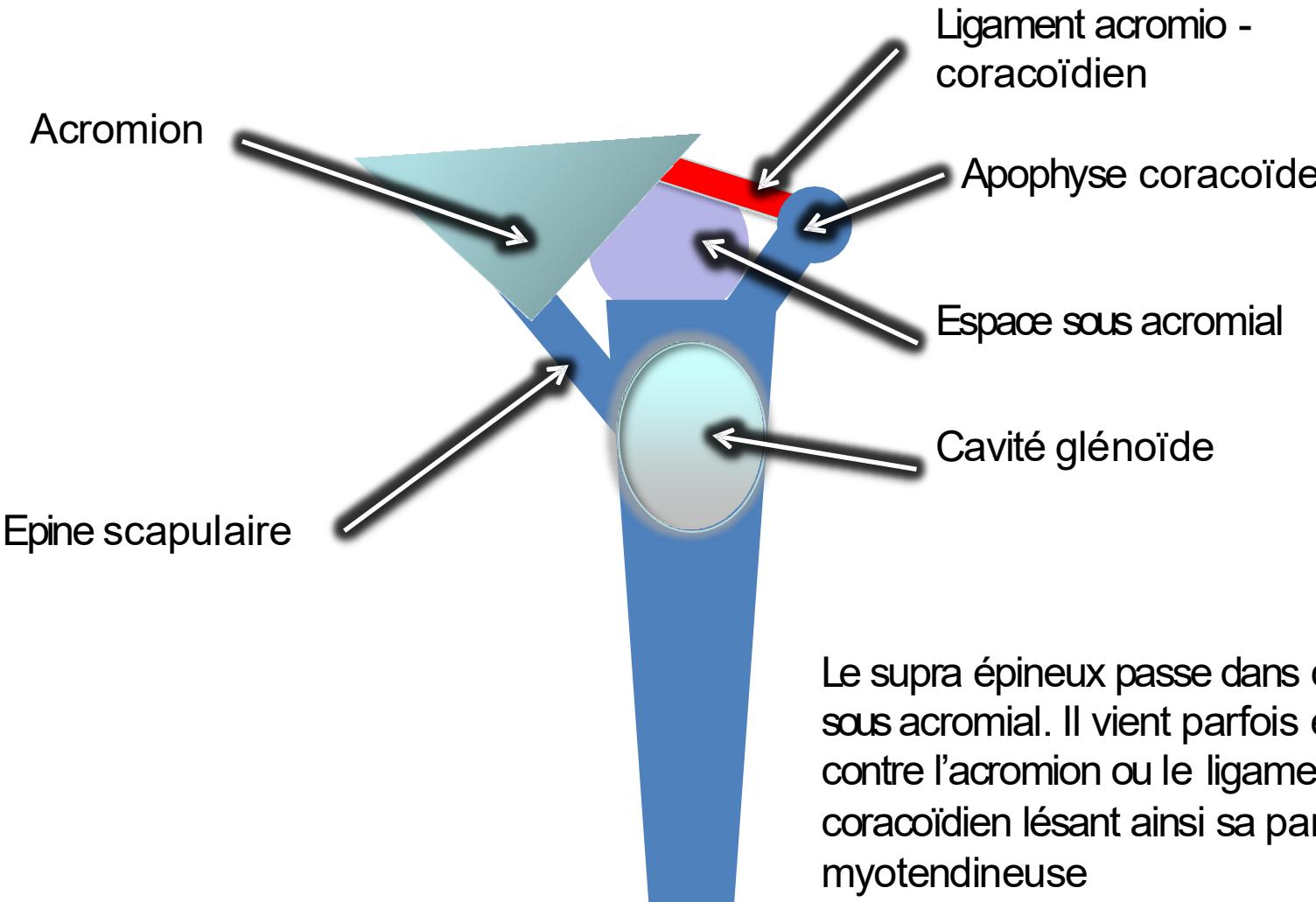
Tableau synthèse



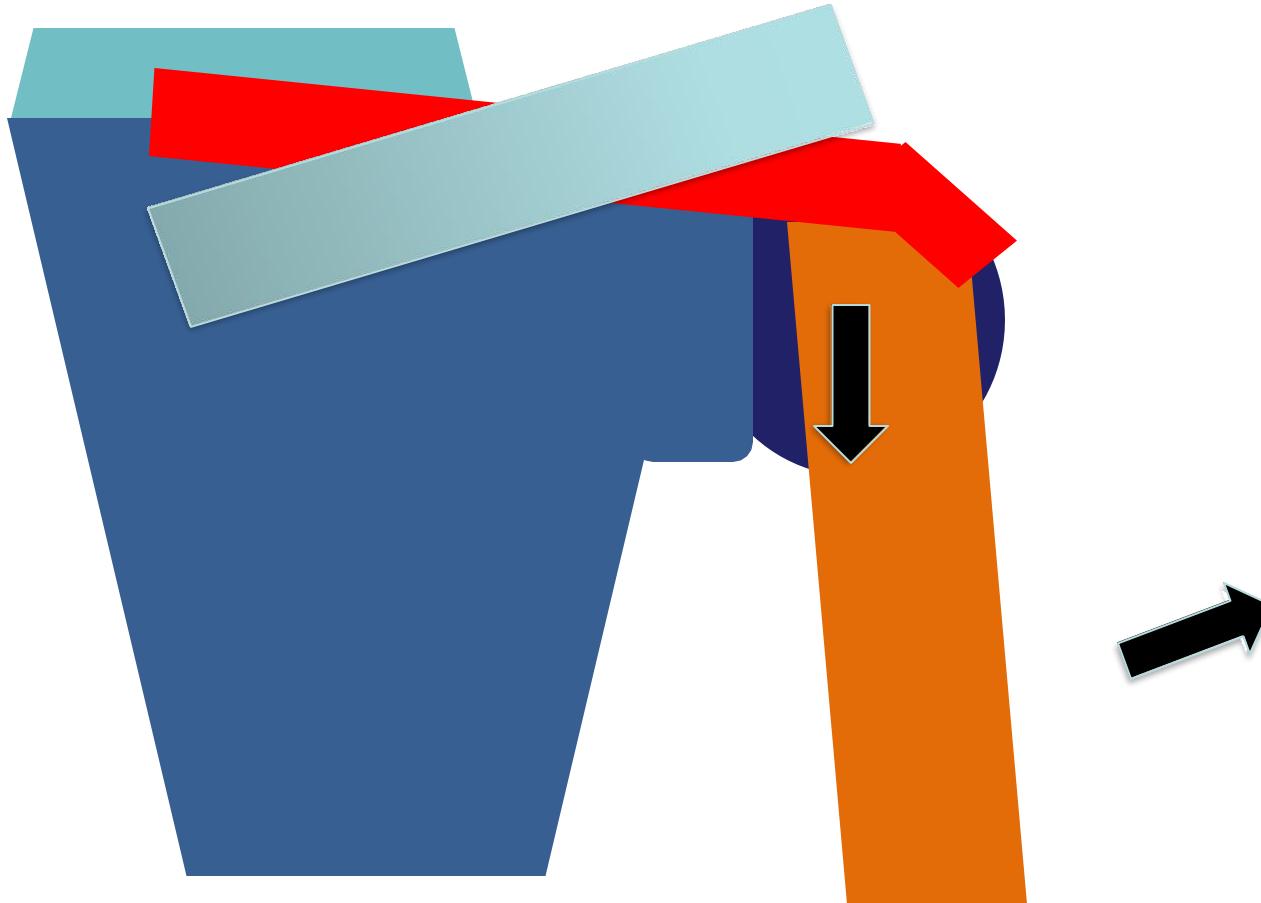
Muscle: Supra-épineux

Insertions	rôles
<p><i>Origine:</i> Face postérieure de l'omoplate, au dessus de l'épine de la SCAPULA</p> <p><i>Terminaison:</i> Facette supérieure du trochanter HUMERUS</p>	<p>Principaux</p> <ul style="list-style-type: none">- Abduction- Abaisse la tête humérale <p>Secondaires:</p> <p>Recentrage gléno- humérale</p>

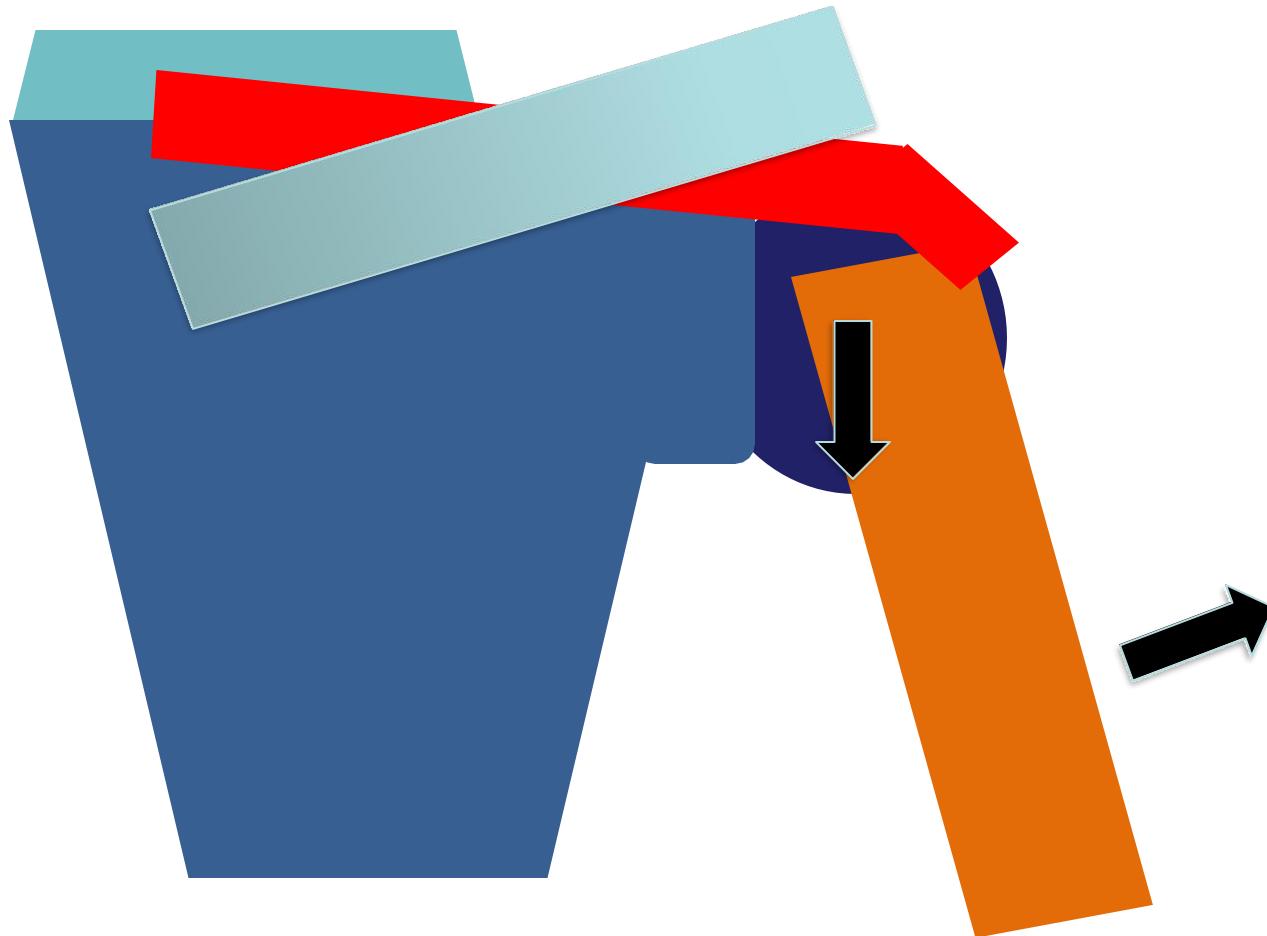
Schéma vue latéral scapula droite



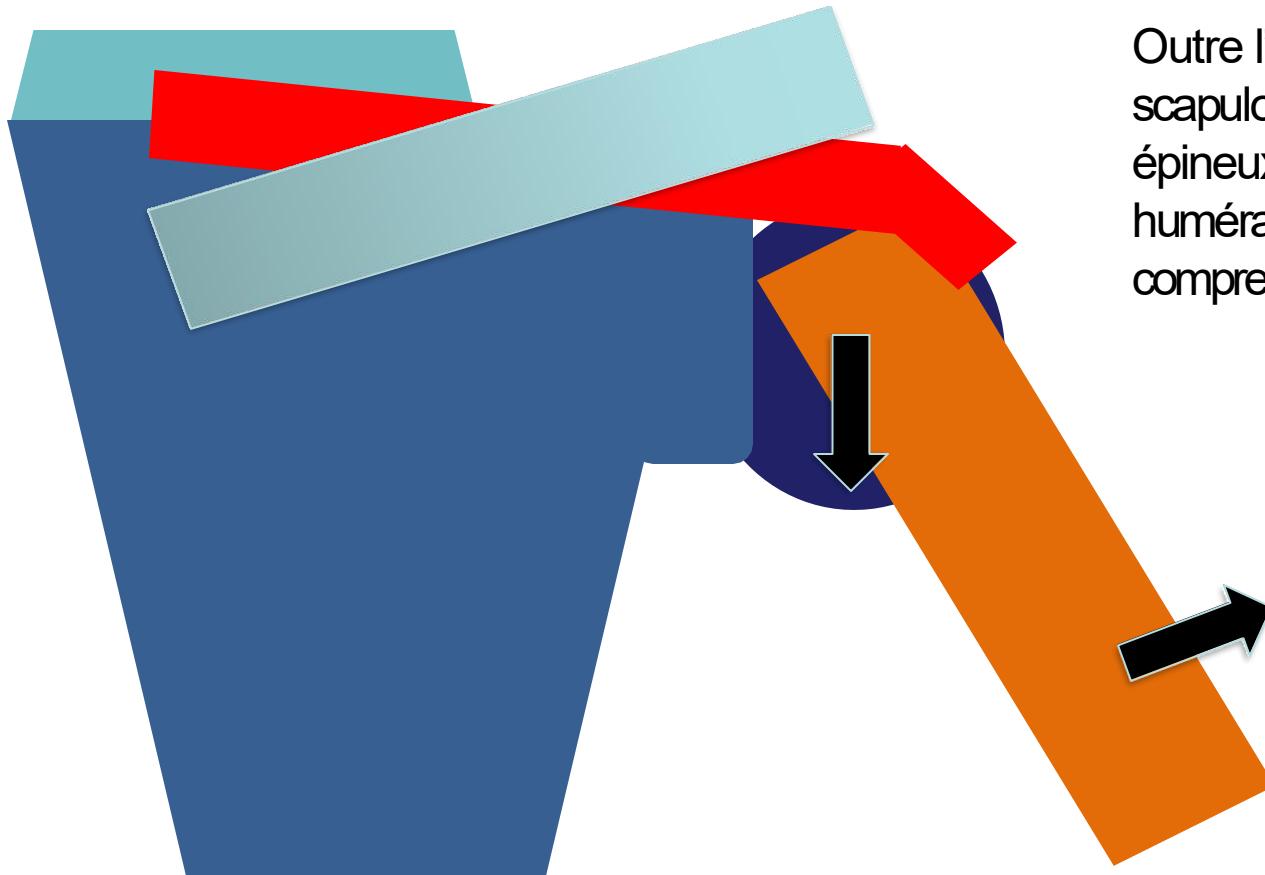
Rôle du sus épineux dans l'articulation scapulo humérale



Rôle du sus épineux dans l'articulation scapulo humérale



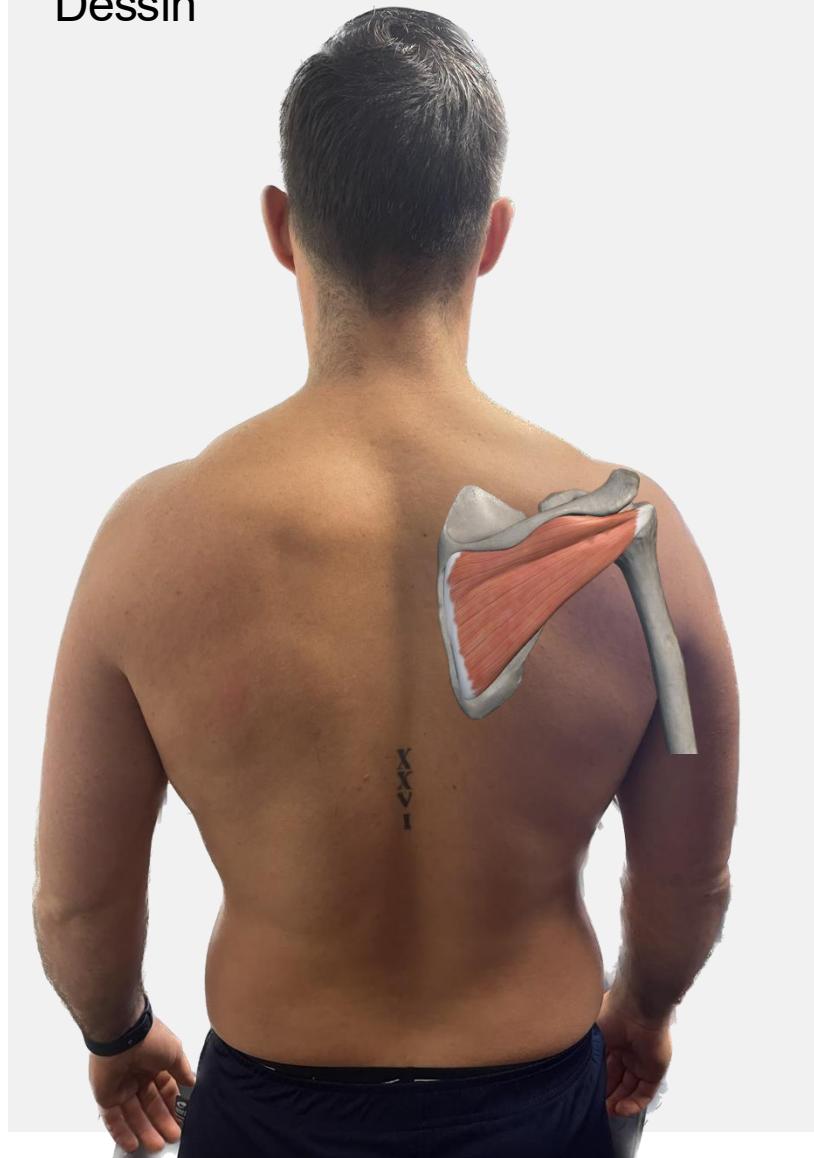
Rôle du sus épineux dans l'articulation scapulo humérale



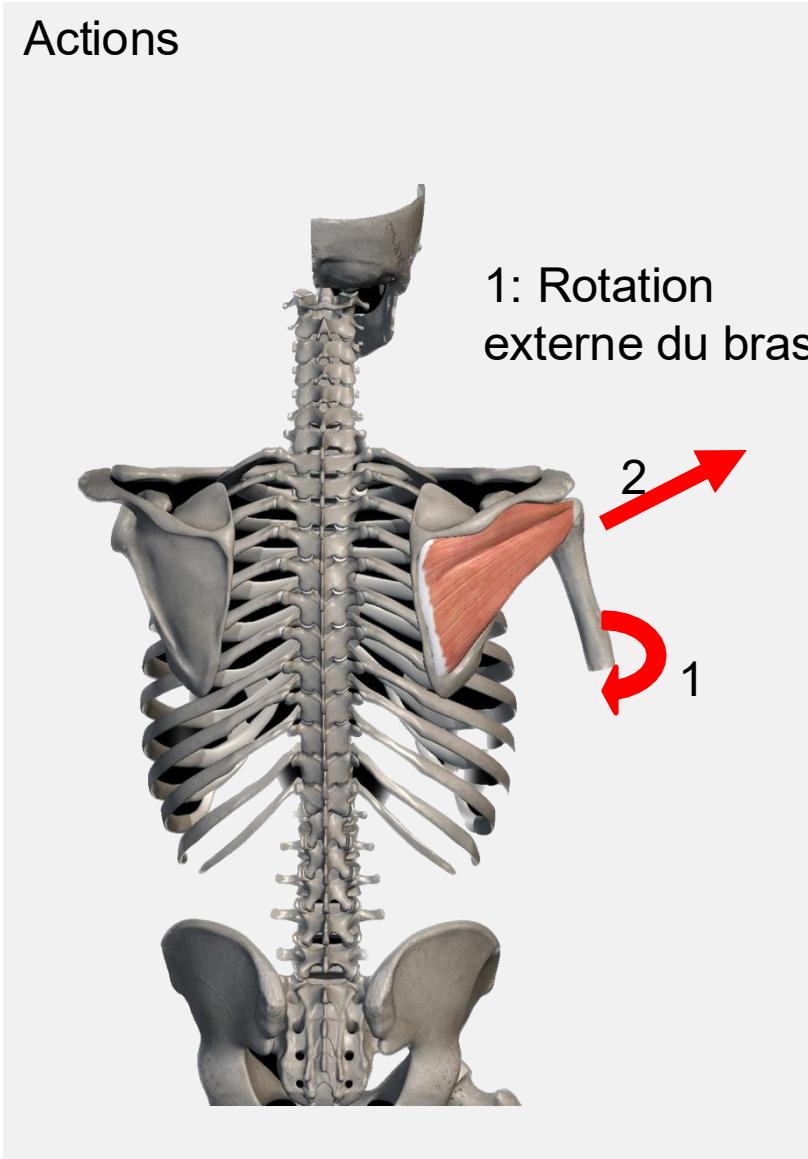
Outre l'abduction de la scapulo huméral, le supra épineux abaisse la tête humérale diminution la compression acromiale

Infra épineux

Dessin



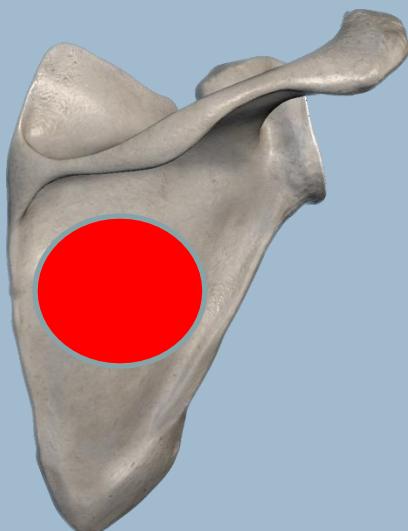
Actions



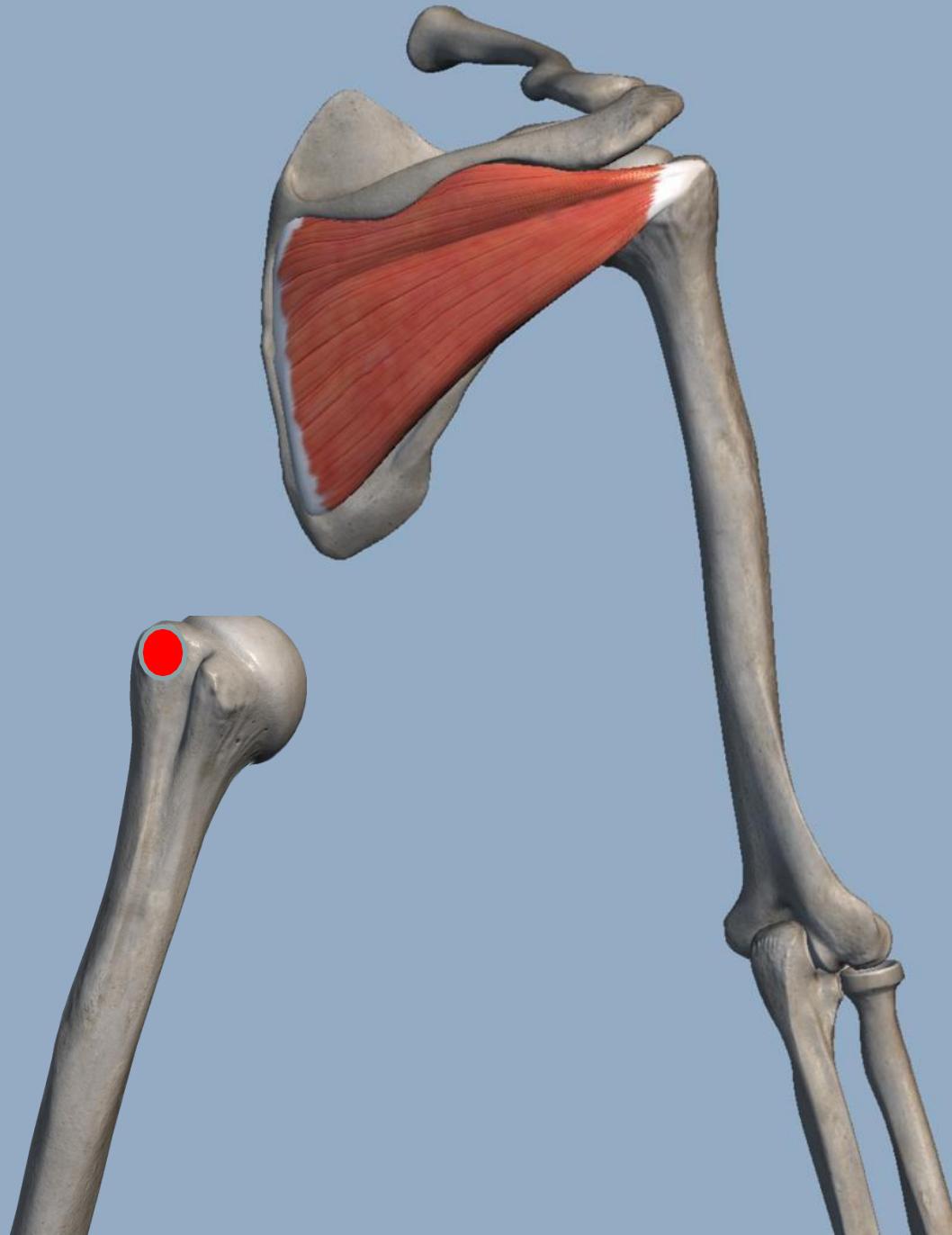
infra-épineux

Le sous épineux/ La coiffe des rotateurs

Origine: Fosse sous épineuse
de l'omoplate, **OMOPLATE**



Terminaison: Face postérale
du trochanter **HUMERUS**



Infra épineux

Etirement



Renforcement

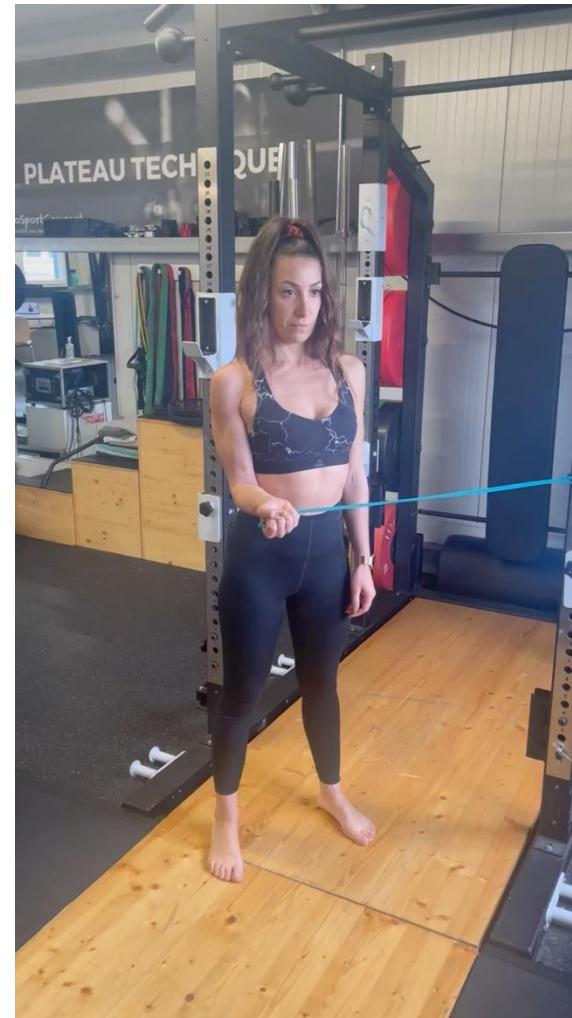


Tableau synthèse



Muscle: infra épineux

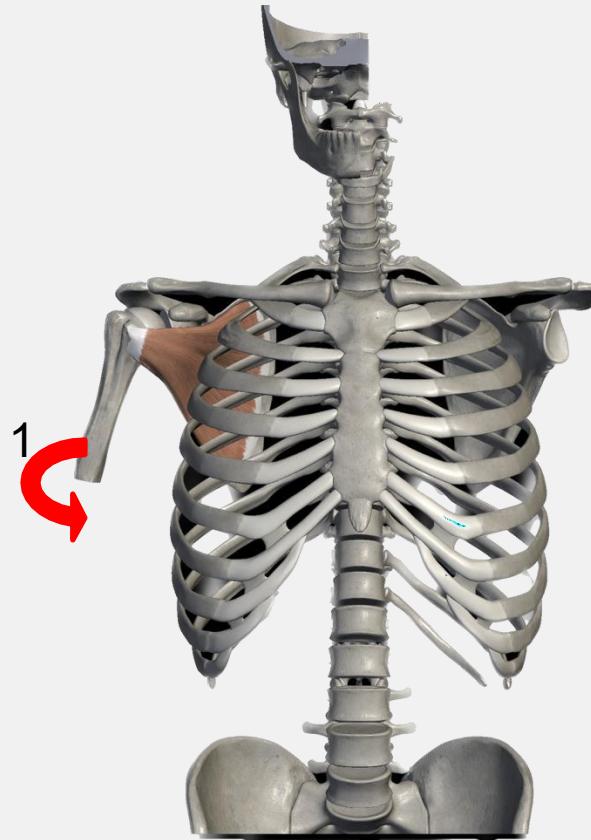
Insertions	rôles
Origine: Fosse sous épineuse de l'omoplate, OMOPLATE	Principaux - Rotation externe de l'humerus
Face postérieure du trochiter HUMERUS	Secondaires: Recentrage gléno- humérale

Dessin



Actions

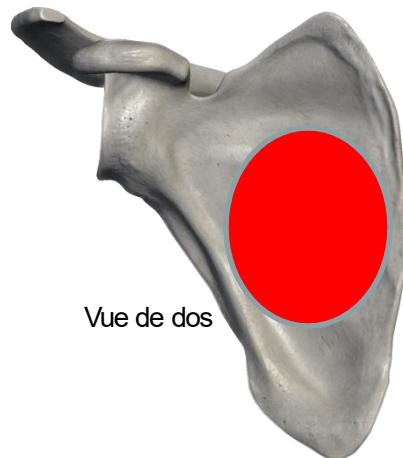
1: Rotation
interne du bras



subscapulaire

Sous scapulaire / La coiffe des rotateurs

Origine: Face profonde
antérieure de la **SCAPULA**

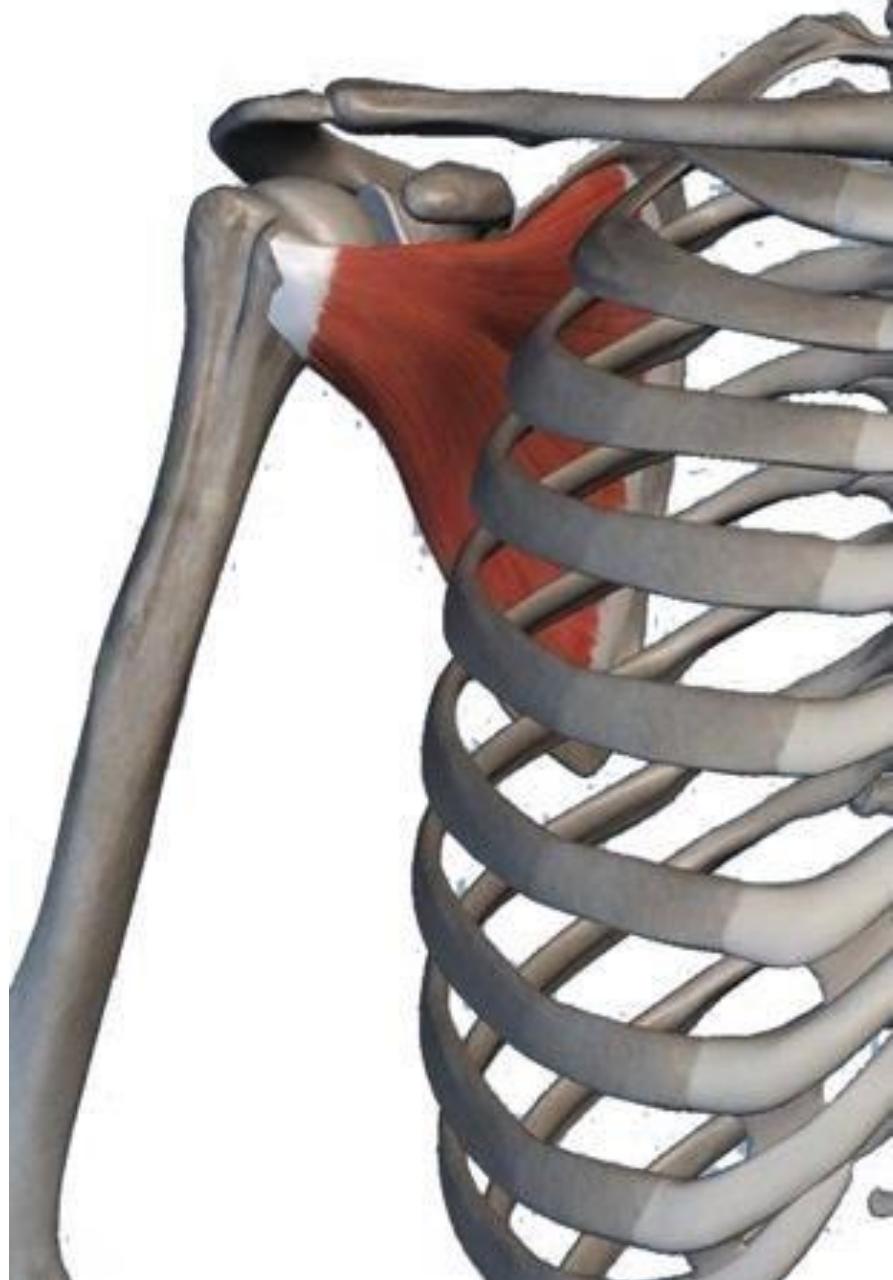


Vue de dos



Vue de dos

Terminaison: Trochin à
l'extrémité supérieure de
l'humérus **HUMERUS**



Subscapulaire

Etirement

Renforcement

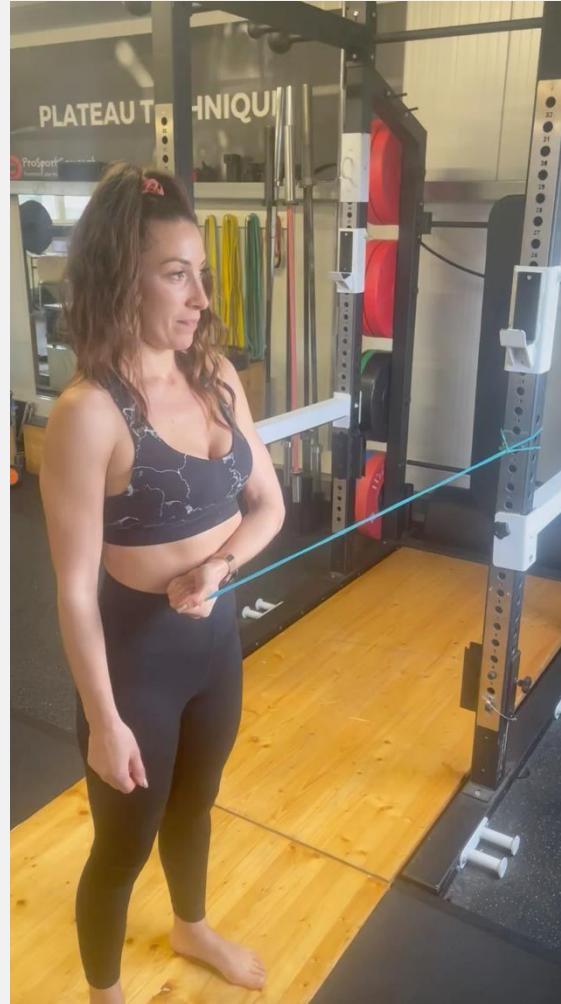


Tableau synthèse



Muscle: subscapulaire

Insertions	rôles
Face profonde scapula SCAPULA Trochin HUMERUS	<i>rotation interne du bras</i>

A rassembler dans un tableau pour l'apprentissage

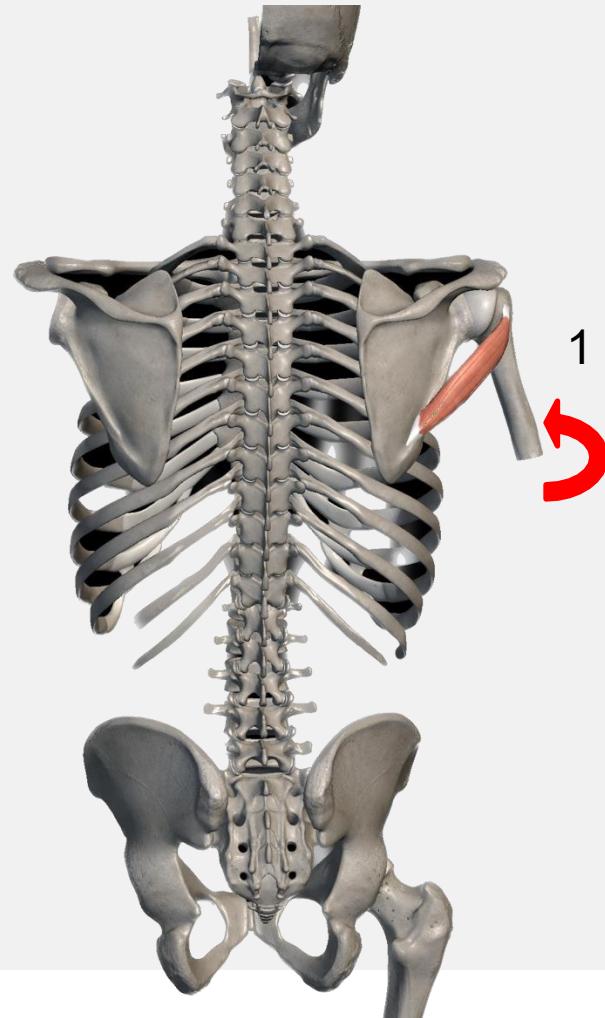
Petit rond

Dessin



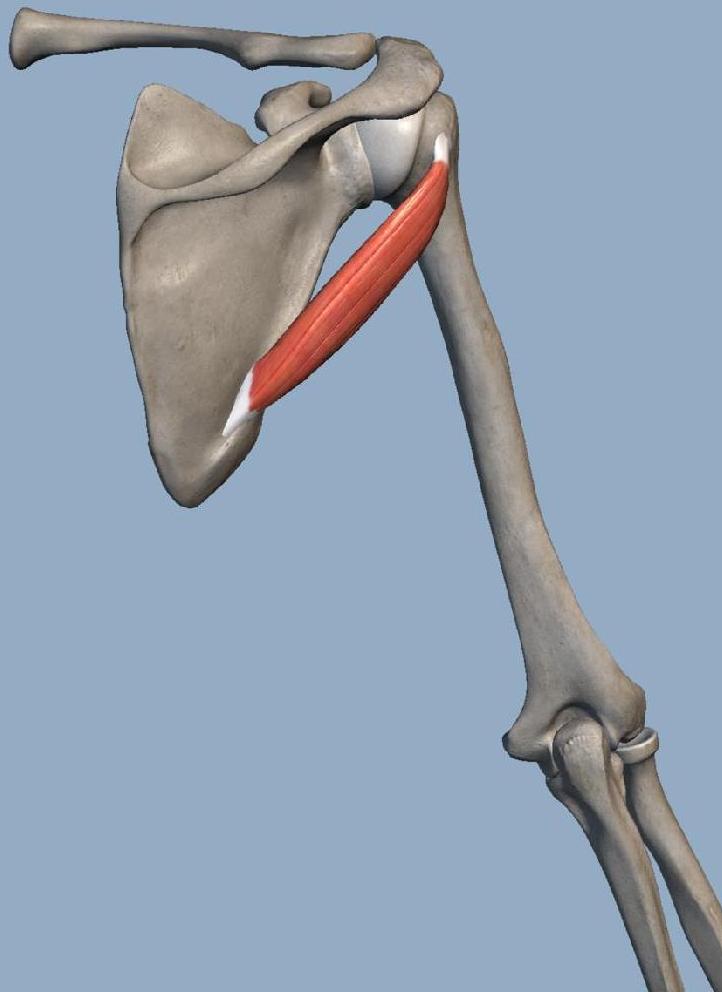
Actions

1: Rotation externe du bras



Le petit rond

La coiffe des rotateurs



Origine: Sur le bord axillaire
de l'omoplate **OMOPLATE**

Terminaison: Sur la fossette
postérieure et inférieure du
Trochiter

HUMERUS

Petit rond

Etirement



Renforcement

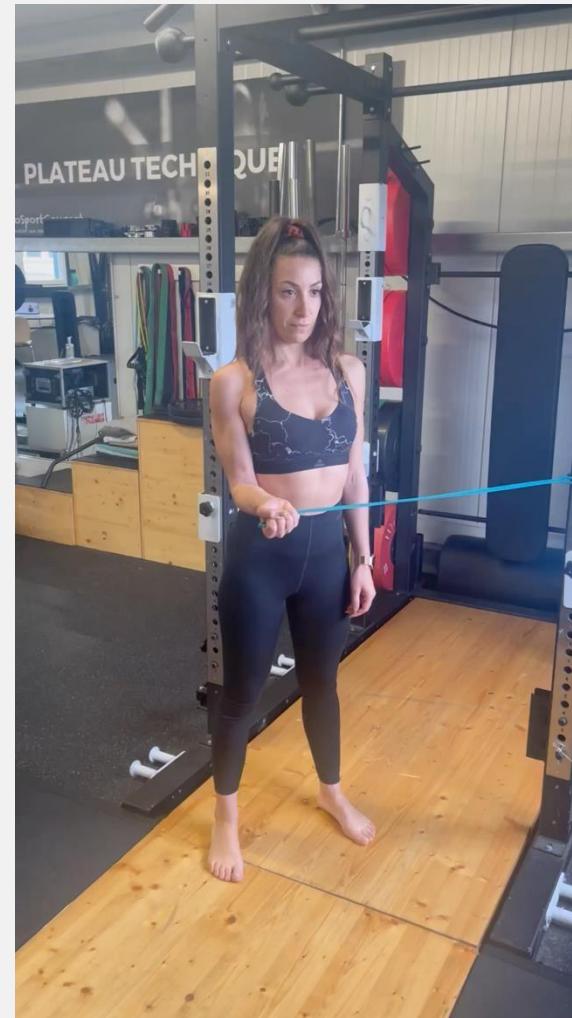


Tableau synthèse

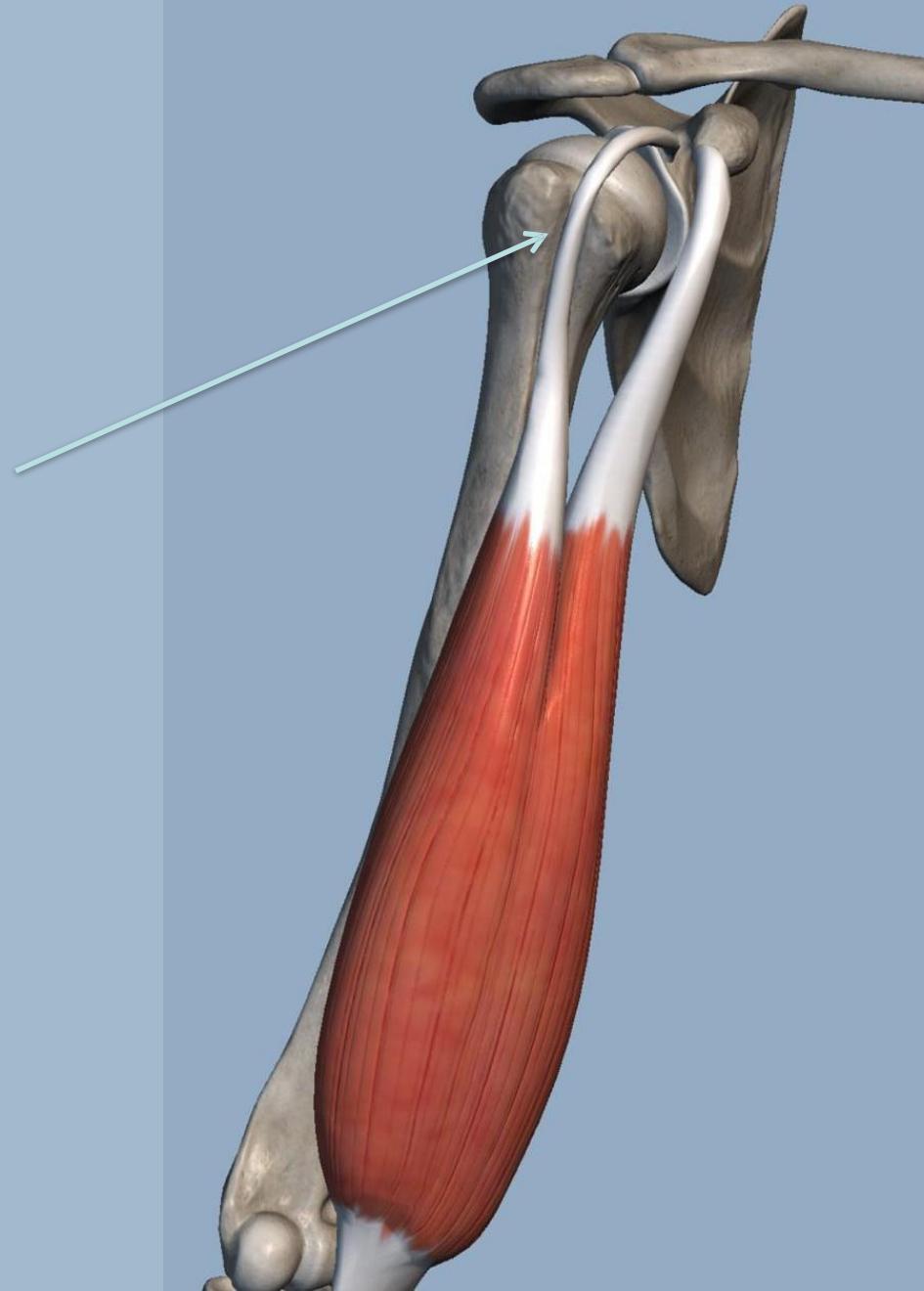


Muscle: petit rond

Insertions	rôles
Bord axillaire SCAPULA Trochiter HUMERUS	Rotation externe

4+1

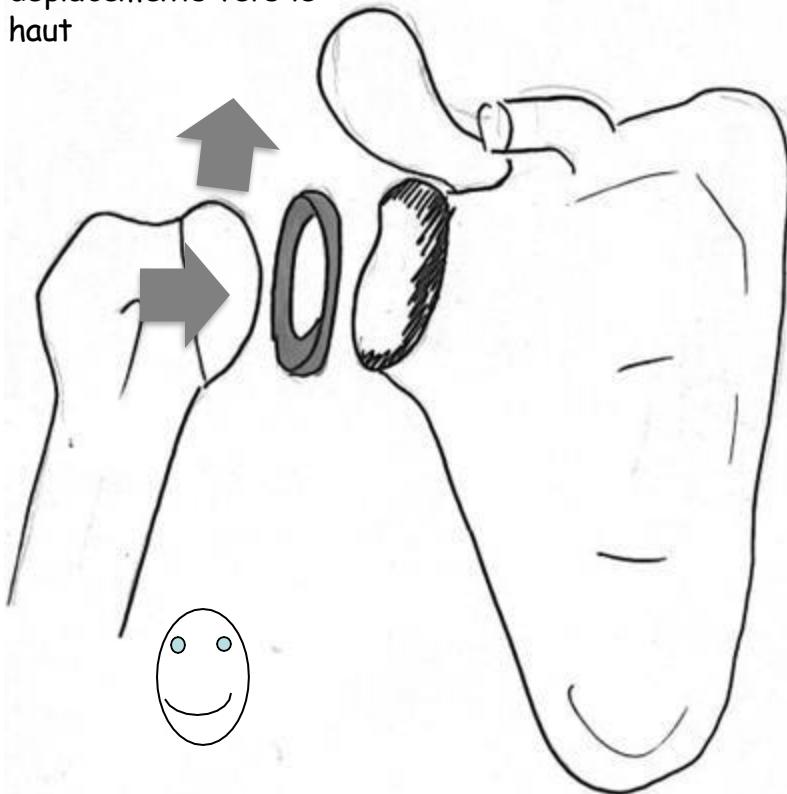
La longue portion du
biceps brachial



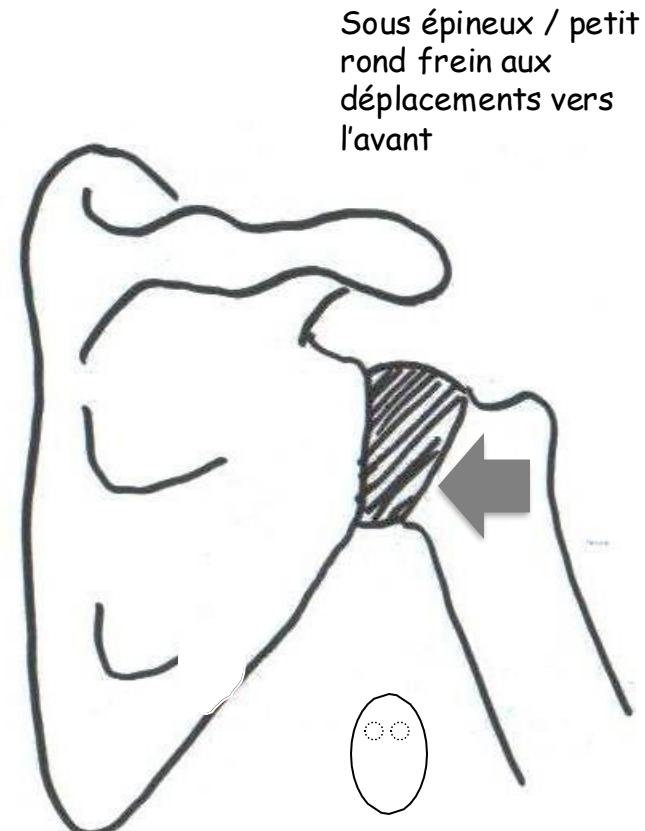
La coiffe des rotateurs

Les muscles de la coiffe des rotateurs fixe l'articulation scapulo-humérale

Sus épineux / frein aux déplacements vers le haut



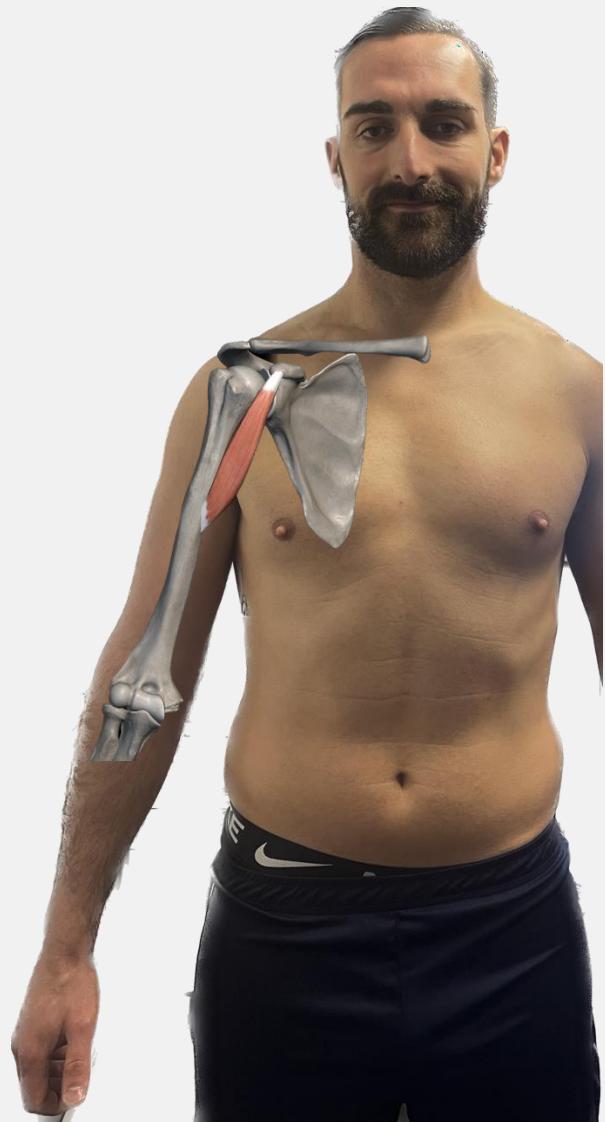
Sous scapulaire / frein aux déplacements vers l'arrière



Sous épineux / petit rond frein aux déplacements vers l'avant

Coraco brachial

Dessin

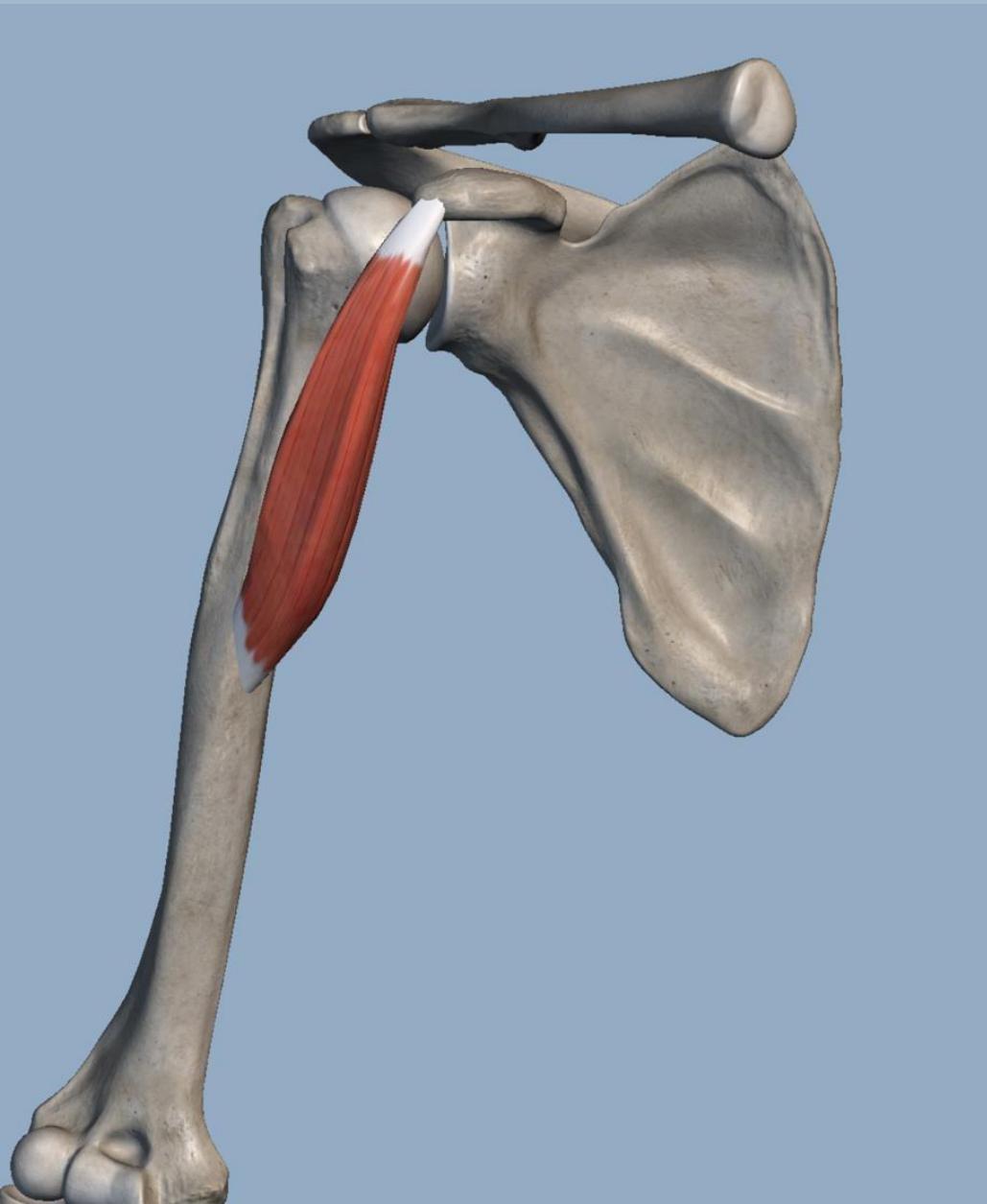


Actions

- 1: Antépulsion
- 2: Adduction



Le coraco brachial



Origine: Apophyse coracoïde
OMOPLATE

Terminaison: Face interne humérus
HUMERUS

Coraco brachial

Etirement

Renforcement

Vous en pensez quoi ?

Tableau synthèse



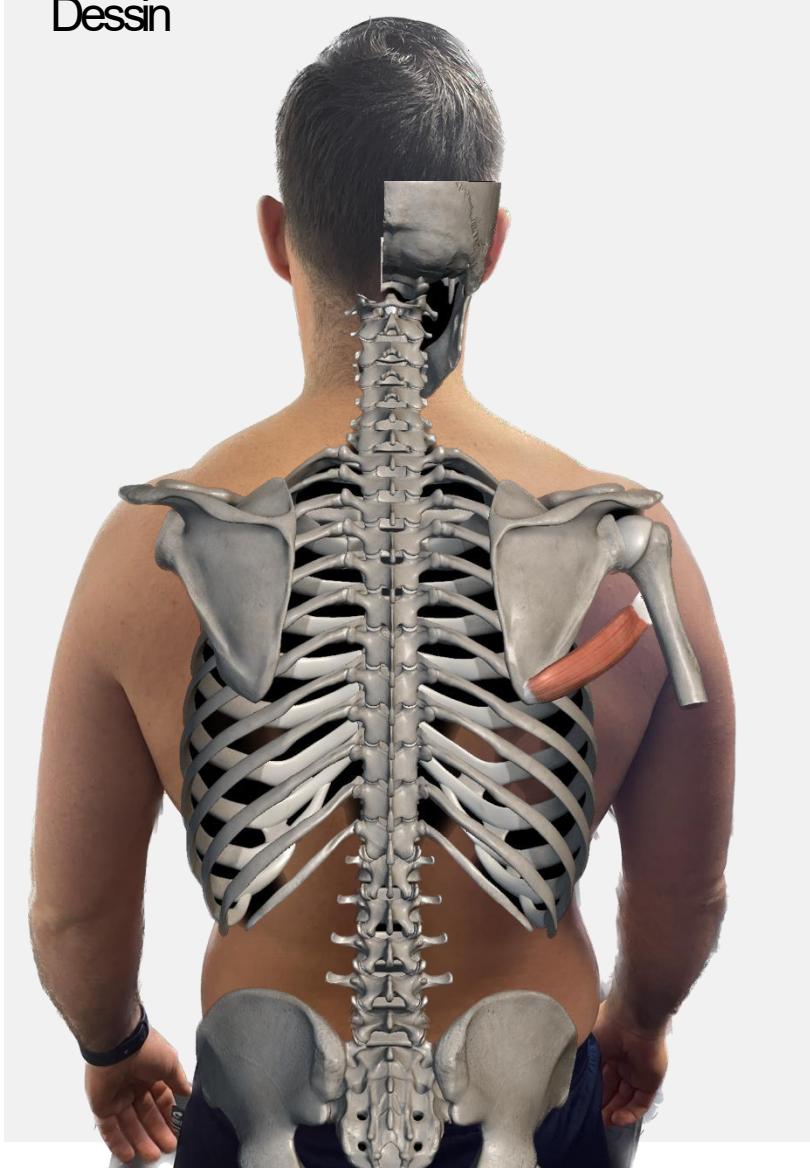
Muscle: Coraco brachial

Insertions	rôles
Apophyse coraco brachial SCAPULA Face interne de l'humerus HUMERUS	<i>antépulsion adduction</i>

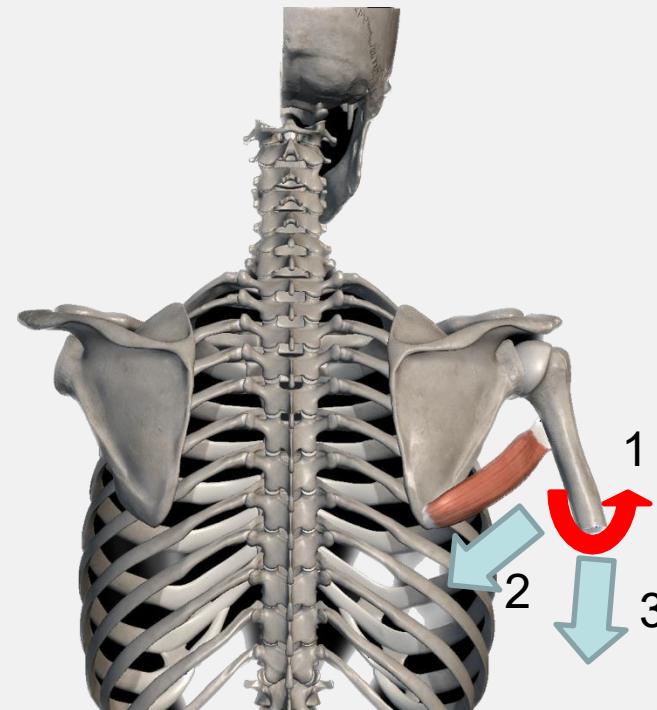
A rassembler dans un tableau pour l'apprentissage

Grand rond

Dessin



Actions

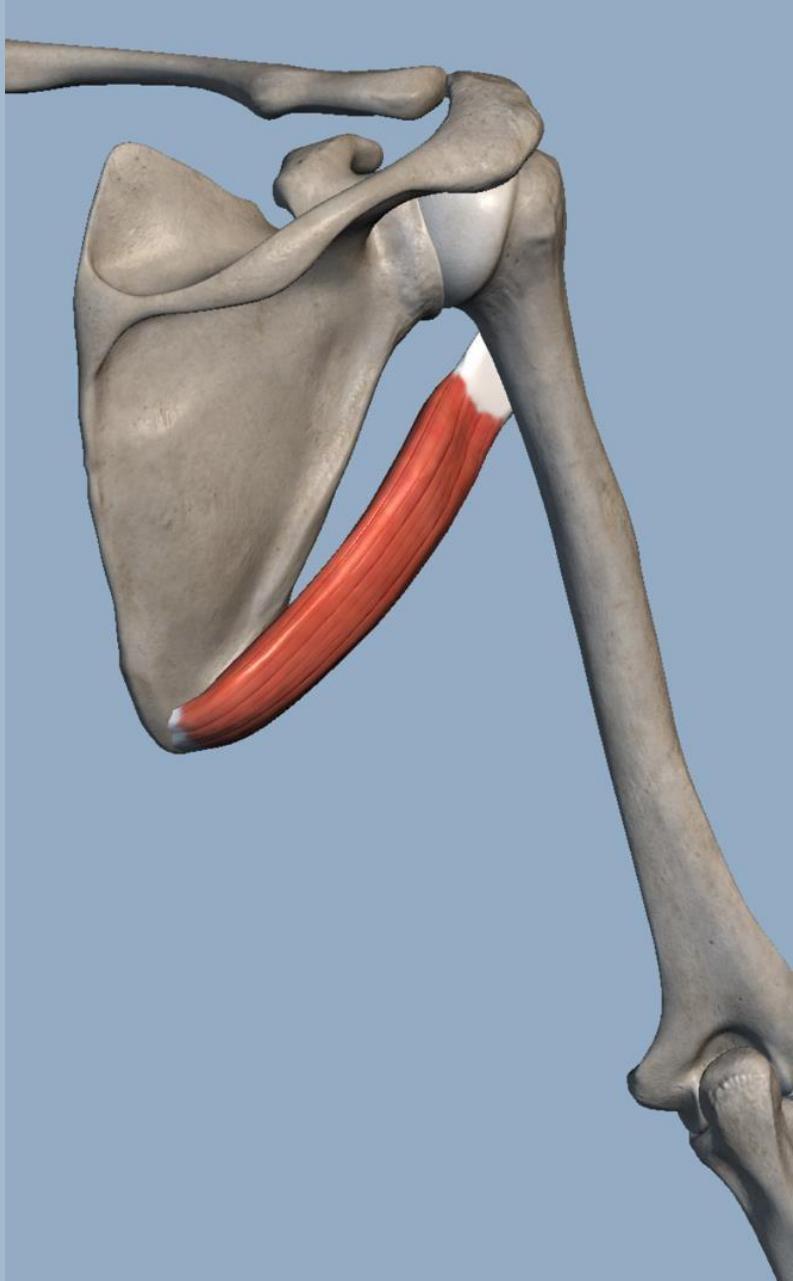


- 1: Rotation interne du bras
- 2: Adduction
- 3: Rétropulsion

Le grand rond

Origine: Sur le bord axillaire
OMOPLATE

Terminaison: Sur la coulisse bicipitale
face antérieur et supérieure de
l' humérus **HUMERUS**



Grand rond

Etirement

Renforcement



Tableau synthèse



Muscle: Grand rond

Insertions	rôles
bord axillaire SCAPULA Coulisse bicipitale face antérieur et supérieure de l'humérus HUMERUS	<i>rétropulsion du bras</i> <i>rotation interne</i> <i>adduction</i>

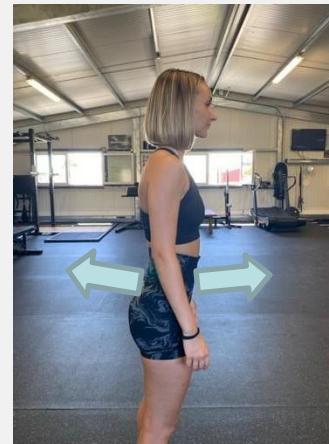
A rassembler dans un tableau pour l'apprentissage

Deltoides

Dessin



Actions



Rétropulsion



Antépulsion

Abduction

Le *deltoid*

Origine: **Chef claviculaire** : clavicule (1/3 distal du bord antérieur), **chef acromial** : partie la plus haute de l'acromion, **chef spinal** : épine de l'omoplate **CLAVICULE OMOPLATE**

Terminaison: En forme de "V" sur l'humérus
HUMERUS



Etirement



Chef Spinal
(Postérieur)

Chef Claviculaire
(antérieur)

Renforcement



Chef
Claviculaire
(antérieur)



L'ensemble des
chefs

Chef Spinal
(Postérieur)

Tableau synthèse



Muscle: Deltoid

Insertions	rôles
Clavicule Acromio Epine scapula Humerus (face latérale)	<i>Abduction</i> <i>rétropulsion</i> <i>antépulsion</i>

A rassembler dans un tableau pour l'apprentissage