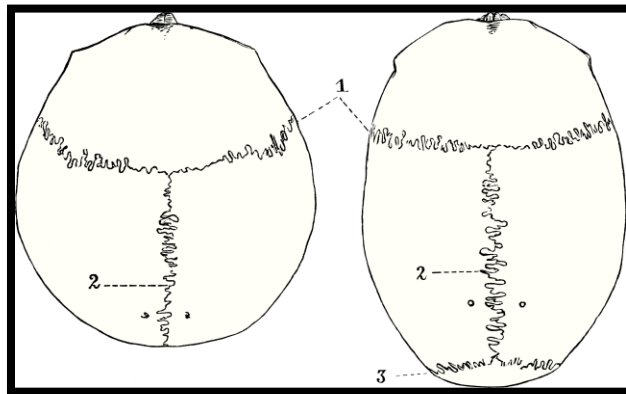


LES ARTICULATIONS

Une articulation est le point d'union entre les os. Elle relie les os et mobilise le squelette. La forme des articulations reflète leur fonction et varie selon leur **mobilité** et leur **stabilité**. Plus une articulation est mobile, moins elle est stable et vice versa. Elles sont classées en 3 catégories selon leur structure et le type de mouvement qu'elles permettent.

Articulations fibreuses

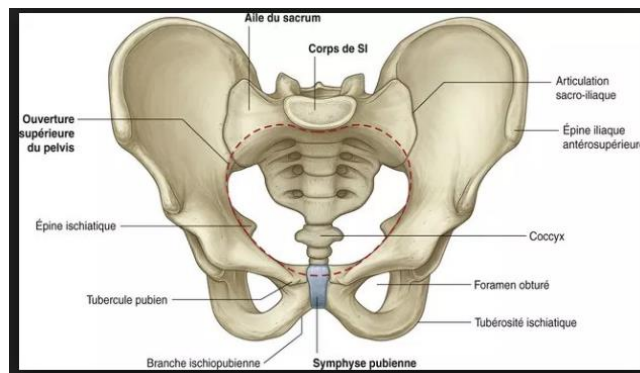
Les os sont reliés par du tissu fibreux. La plupart des articulations fibreuses sont **immobiles**.
Ex : Os du crâne et os de la face



Articulations cartilagineuses

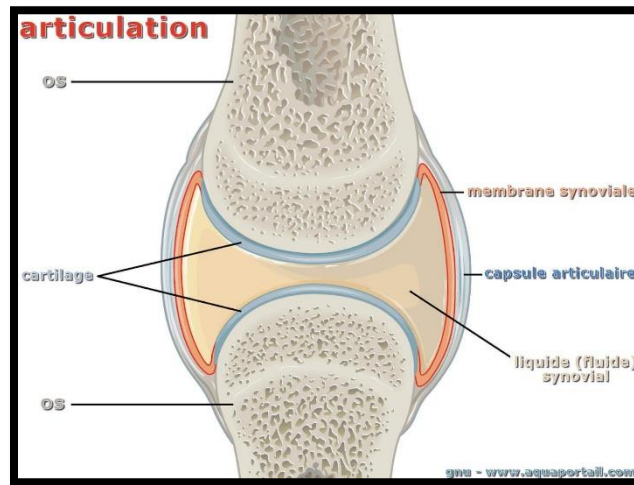
Les os sont unis par du cartilage soit par un tissu dur et élastique. Les articulations cartilagineuses offrent deux options de mobilité : **aucune mobilité ou semi-mobiles**.

Lorsqu'il est semi-mobile, le cartilage est comme un amortisseur qui allie force et flexibilité.
Ex : Symphyse pubienne



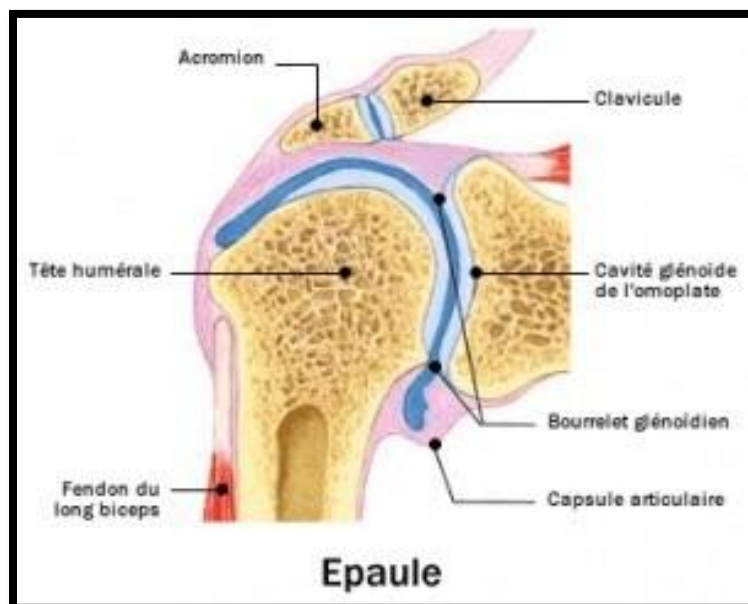
Articulations synoviales

Les os sont reliés par une cavité articulaire qui comporte une capsule articulaire en forme de manchon. La capsule articulaire comprend 2 couches de tissus : une capsule fibreuse et une membrane synoviale remplie de liquide lubrifiant (la synovie ou liquide synovial). La structure des articulations synoviales leur permet une grande liberté de mouvements. Elles sont donc **mobiles**.

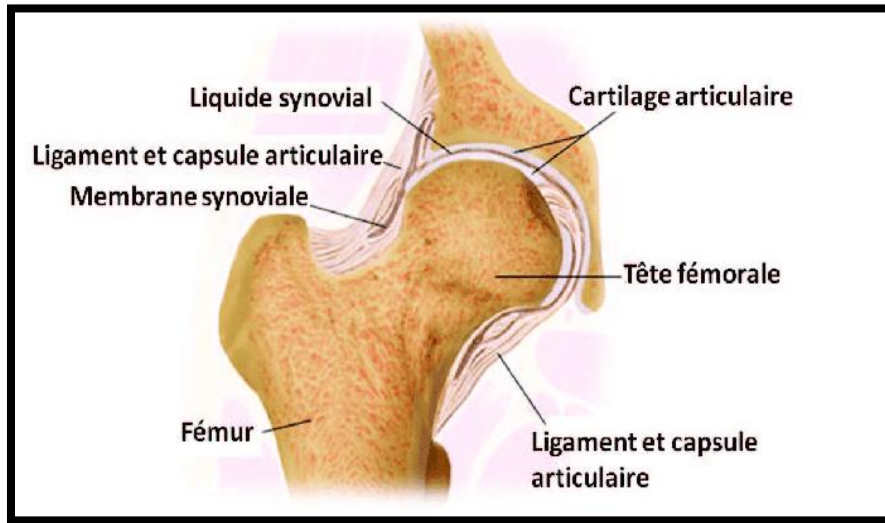


Il existe 6 catégories d'articulations synoviales caractérisées par des propriétés et des particularités différentes. Les articulations de l'épaule, de la hanche et du genou sont des articulations synoviales.

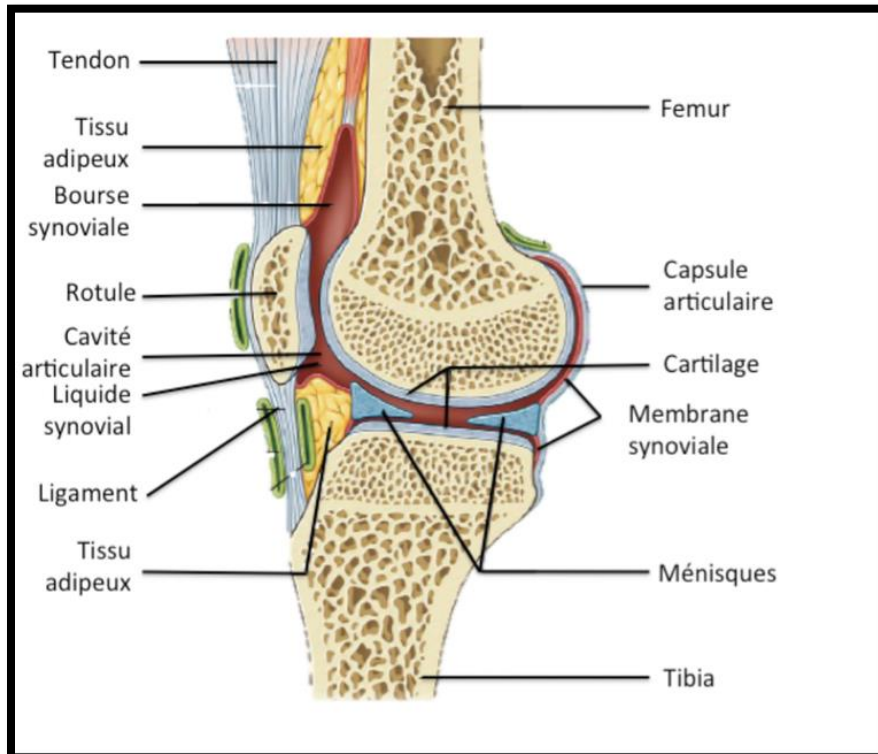
Articulation de l'épaule :



Articulation de la hanche :



Articulation du genou :



Ce type d'articulation permet une grande amplitude de mouvement et plusieurs types de mouvements :

Flexion : C'est un mouvement de repli qui diminue l'angle de l'articulation et rapproche les os en cause l'un vers l'autre.

Extension : C'est le mouvement inverse de la flexion. Il accentue l'angle entre 2 os. L'extension au-delà de la position anatomique est nommée hyper extension.

Rotation interne et externe: C'est le mouvement d'un os autour de son axe longitudinal.

Adduction : Mouvement qui rapproche une partie du corps du plan de symétrie ou de la ligne médiane du corps.

Abduction : Mouvement qui éloigne une partie du corps du plan de symétrie ou de la ligne médiane du corps