

VIGILADO

SUPERINTENDENCIA FINANCIERA  
DE COLOMBIA

Colmena Seguros S.A.



Colmena  
Seguros

UNA EMPRESA DE



FUNDACIÓN  
GRUPO SOCIAL



# NUESTRAS MANOS CREACIÓN PERFECTA

MANUEL LESMES

2021

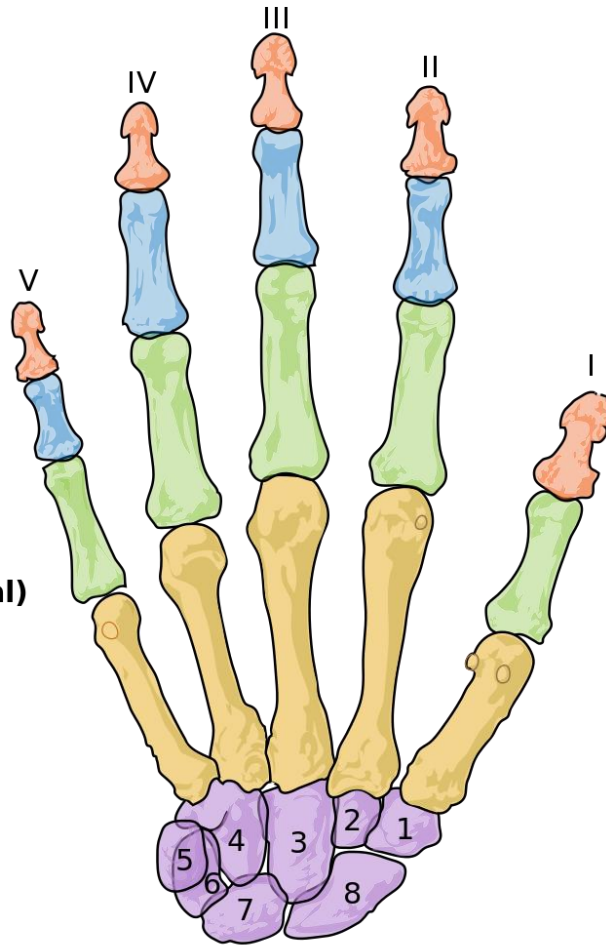
# LAS MANOS

- Falanges distales (3ª)
- Falanges medias (2ª)
- Falanges proximales (1ª)
- Metacarpianos o metacarpos
- Carpianos o carpos

## Huesos de la mano izquierda

Visión posterior (dorsal)

1. Trapecio
2. Trapezoide
3. Grande
4. Ganchoso
5. Pisiforme
6. Piramidal
7. Semilunar
8. Escafoides



<https://es.wikipedia.org/wiki/Mano>

# LAS MANOS

## CURIOSIDADES DE LAS MANOS

Parte del cuerpo humano unida a la extremidad del antebrazo y que comprende desde la muñeca hasta la punta de los dedos (RAE)

La punta de los dedos contienen algunas de las zonas con más terminaciones nerviosas del cuerpo humano, son la principal fuente de información táctil sobre el entorno, por eso el sentido del tacto se asocia inmediatamente con las manos

La mano humana tiene 27 huesos, el carpo o muñeca tiene 8, el metacarpo tiene 5 y 14 huesos restantes son digitales.

La mano tiene 14 falanges

# LAS MANOS

## CURIOSIDADES DE LAS MANOS

La mano cuenta con 29 articulaciones y 123 ligamentos.

Los dedos no tienen músculos, solo tendones que comunican el movimiento de los músculos ubicados en el antebrazo

La piel que cubre la palma de nuestras manos es muy diferente a la del resto del cuerpo: no se broncea ni cambia de color; en los dedos hay huellas dactilares únicas; es más gruesa, pero a la vez muy sensible

La mayoría de nosotros gesticula mientras habla o, utiliza ciertos gestos manuales para describir una acción o concepto. Quienes son sordomudos, utilizan sus manos para el lenguaje de señas, su forma de comunicación con el mundo.

# LAS MANOS

## CURIOSIDADES DE LAS MANOS

El pulgar es el dedo más complejo y útil de la mano. Para moverlo, se utilizan 9 músculos y 3 nervios mayores.

El pulgar puede rotar fácilmente  $90^{\circ}$ , perpendicularmente a la palma, no como el resto de dedos que solamente pueden rotar cerca de  $45^{\circ}$

# LAS MANOS

## ENFERMEDADES

Tenosinovitis de Quervain:

Afectación de los tendones de la muñeca en el lado del pulgar. Causas: movimientos repetitivos a largo plazo que requieran el uso de los tendones afectados por esta enfermedad. Lesiones directas en los tendones. Tejido cicatricial. Artritis inflamatorias. Factores de riesgo: Edad (más frecuente entre 30 y 50 años), sexo (más frecuente en mujeres), Embarazo, actividades que requieran movimientos repetitivos. Síntomas: dolor o inflamación en o cerca de la base del pulgar. Dificultad o alteraciones sensoperceptivas al usar el pulgar

Mayo Clinic "Tenosinovitis de Quervain" sf <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/de-quervains-tenosynovitis/symptoms-causes/syc-20371332>

# LAS MANOS

## ENFERMEDADES

Síndrome del túnel carpiano:

El túnel carpiano es la zona anatómica de la muñeca donde el nervio mediano entra en la mano. Esta zona es angosta, y si hay inflamación, se ejerce presión excesiva en el nervio mediano, lo cual causa dolor y demás alteraciones funcionales de la percepción y el movimiento. Causas: actividades repetitivas asociadas a trabajo, uso de computadoras, tocar instrumentos musicales y hacer deportes. Factores de riesgo: edad (entre 30 y 60 años), sexo (mujeres), alcoholismo, obesidad, fracturas en mano y muñeca, artritis, quistes, tumores o infecciones en mano y muñeca, acumulación de proteínas o fluidos en mano y muñeca.

Medline Plus "Síndrome del túnel carpiano" 2021.

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000433.htm#:~:text=Es%20una%20afecci%C3%B3n%20en%20la, en%20la%20mano%20y%20dedo>

S.

# LAS MANOS

## ENFERMEDADES

Epicondilitis:

Inflamación de tendones y músculos dorsales (posteriores) del antebrazo y el codo. Síntomas: dolor en parte externa del codo, dolor y limitación funcionales para hacer actividades, dolor o debilidad para usar el antebrazo (incluyendo la mano). Fases: 1. Dolor moderado después de actividades intensas. 2. Dolor intenso durante actividades prolongándose durante tiempo de reposo posterior. 3. Dolor en reposo y actividades cotidianas.

Sermesa Salud “Qué es la epicondilitis causas y tratamiento” 2018 <https://sermesa.es/2016/07/15/que-es-la-epicondilitis-causas-y-tratamiento/>



**Gracias.**