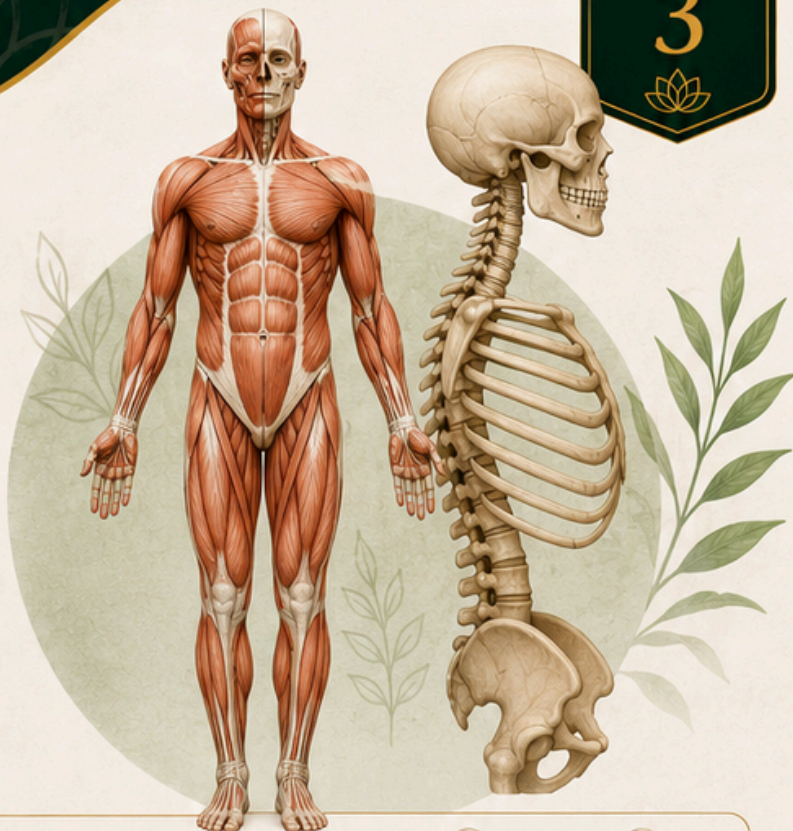


# TÉRMINOS ANATÓMICOS BÁSICOS

El lenguaje universal del cuerpo humano.

Para comprender la anatomía y aplicarla correctamente en el masaje y el bienestar, es fundamental conocer los términos anatómicos básicos. Este lenguaje nos permite describir con precisión las estructuras del cuerpo, su ubicación, orientación y movimiento.

Dominar esta terminología mejora tu comunicación profesional, tu capacidad de observación y la seguridad en tu práctica.



## ¿QUÉ APRENDERÁS?



Posición anatómica y referencias del cuerpo.



Términos de dirección y orientación.



Planos anatómicos.



Ejes anatómicos y movimientos fundamentales.

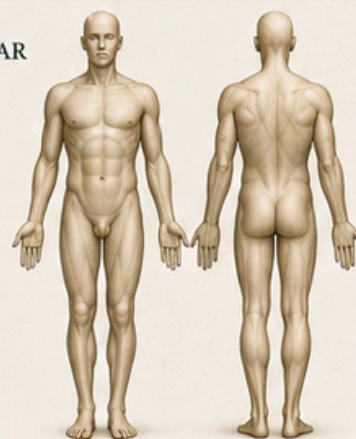


Vocabulario clave para identificar estructuras con precisión.

## POSICIÓN ANATÓMICA ESTÁNDAR

Es la postura de referencia utilizada para describir el cuerpo humano.

- ✓ De pie.
- ✓ Cabeza erguida y mirada al frente.
- ✓ Brazos a los lados del cuerpo con las palmas hacia adelante.
- ✓ Miembros inferiores juntos con los pies hacia adelante.



## TÉRMINOS DE DIRECCIÓN Y ORIENTACIÓN

**SUPERIOR**  
(cefálico)  
Hacia la cabeza.

**INFERIOR**  
(caudal)  
Hacia los pies.

**ANTERIOR**  
(ventral)  
Hacia la parte frontal del cuerpo.

**POSTERIOR**  
(dorsal)  
Hacia la parte trasera del cuerpo.

**LATERAL**  
Alejado de la línea media del cuerpo.

**MEDIAL**  
Cercano a la línea media del cuerpo.



## PLANOS ANATÓMICOS

### PLANO SAGITAL



Divide el cuerpo en derecha e izquierda. El plano medio sagital lo divide en partes iguales.

### PLANO FRONTAL (CORONAL)



Divide el cuerpo en anterior y posterior.

### PLANO TRANSVERSAL (HORIZONTAL)



Divide el cuerpo en superior e inferior.

## EJES ANATÓMICOS Y MOVIMIENTOS



**EJE LONGITUDINAL (VERTICAL)**

Permite movimientos de rotación.



**EJE TRANSVERSAL (HORIZONTAL)**

Permite movimientos de flexión y extensión.



**EJE ANTEROPOSTERIOR (SAGITAL)**

Permite movimientos de abducción y aducción.

“ El conocimiento del lenguaje anatómico es la base para una práctica profesional precisa, segura y transformadora. ”

## EN ESTE MÓDULO APRENDERÁS

- ✓ Las principales referencias, términos y planos del cuerpo humano.
- ✓ Cómo orientarte y describir estructuras con precisión.
- ✓ El vocabulario esencial para avanzar con seguridad en tu formación.