

ARTICULATION TALO-CRURALE

Articulation trochléenne serrée+++ et ne permet que mvt de flexion extension. Articulation couplée aux articulations subtalaire et transverse du tarse pour les mouvements du pied.

Axe des mouvements de articulation talo-curale= celui de la trochlée du talus= horizontal et transversal légèrement oblique en dehors et en arrière (15°).

Axe du pied est perpendiculaire à celui de l'articulation talo-curale donc les deux pieds ne sont pas parallèles mais **divergent légèrement** (valgus physiologique du pieds). Les mvt de flexion/extension se font dans un plan vertical mais non sagittal.

Flexion (dorsale) : **20°**. Limitée par ligt colatéraux, **butée osseuse et triceps sural**.

Extension (flexion plantaire). Amplitude **40° (angle entre axes du pied et de jambe=130°** , augment chez les danseurs en pointe>>>160°. Facteurs limitant : ligament colatéraux, butée osseuse.

Muscles moteurs : triceps sural, tibial post, long fléchisseur commun et long fléchisseur propre du gros orteil, fibulaires latéraux.

Importance des gastrocnémiens, soléaire et du tendon d'Achille (triceps sural) dans la posture (contractions toniques).

Talus en porte à faux sur sustentaculum tali >>> **Malléole externe fait office d'attelle latérale : Ligament collatéral latéral= siège de prédilection des entorses et des fractures.**

