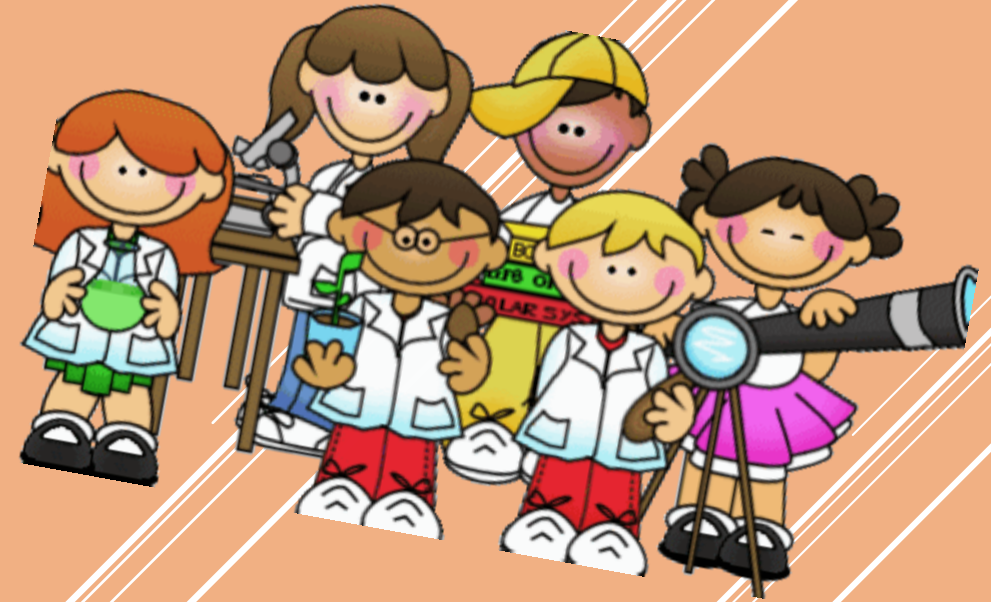


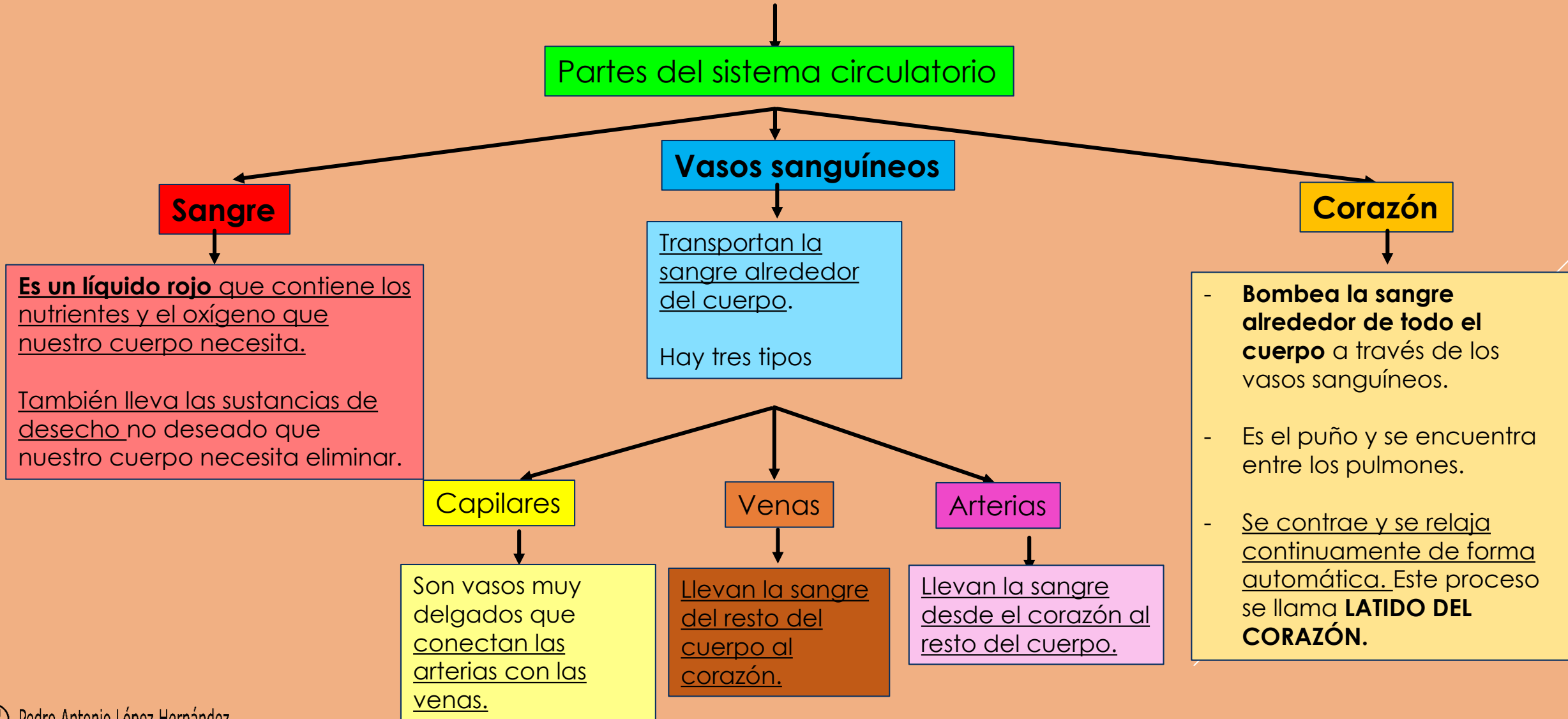
UNIDAD 4. EL CUERPO HUMANO



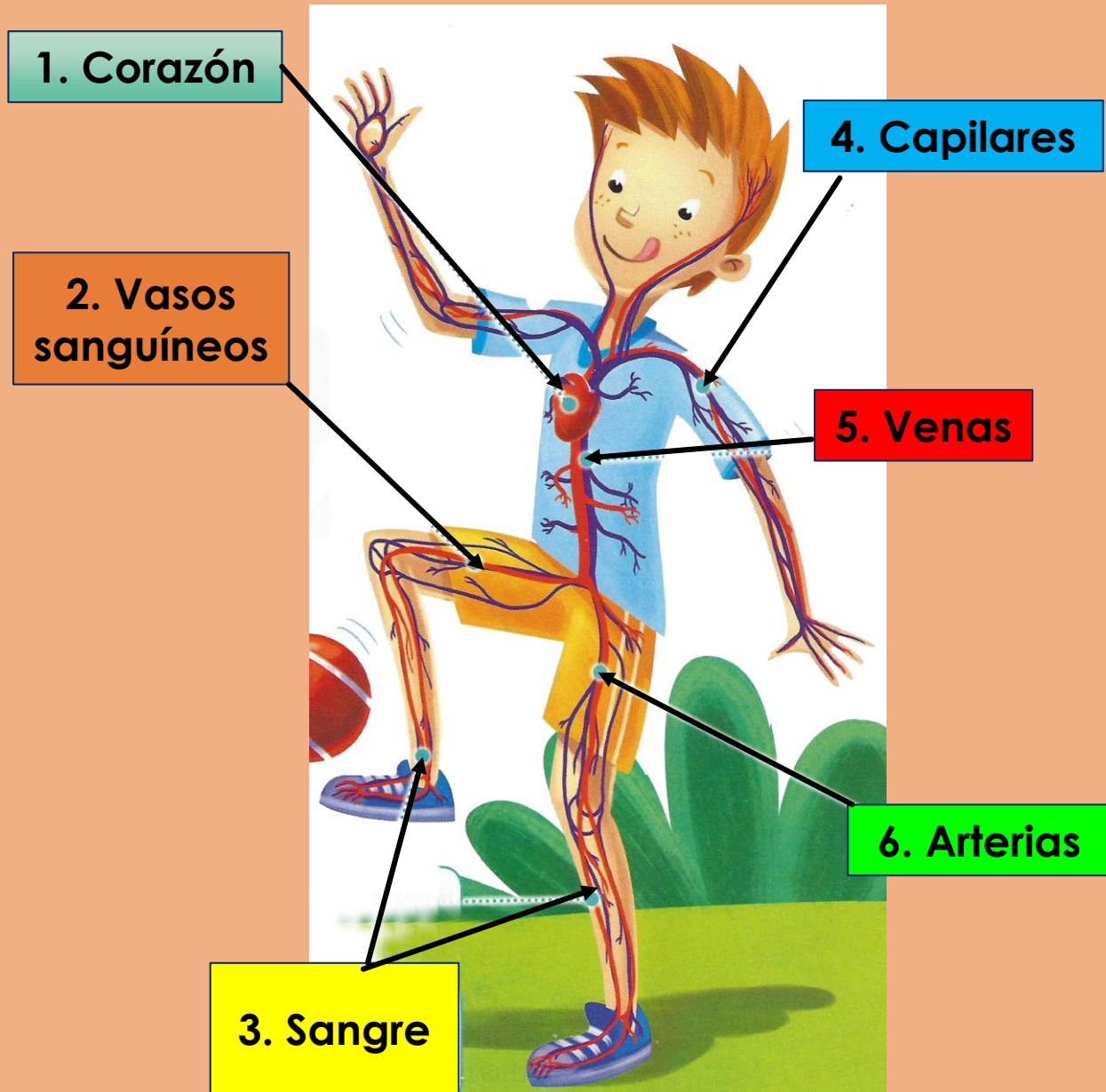
4º de Educación Primaria / Ciencias naturales
Pedro Antonio López Hernández

EL SISTEMA CIRCULATORIO

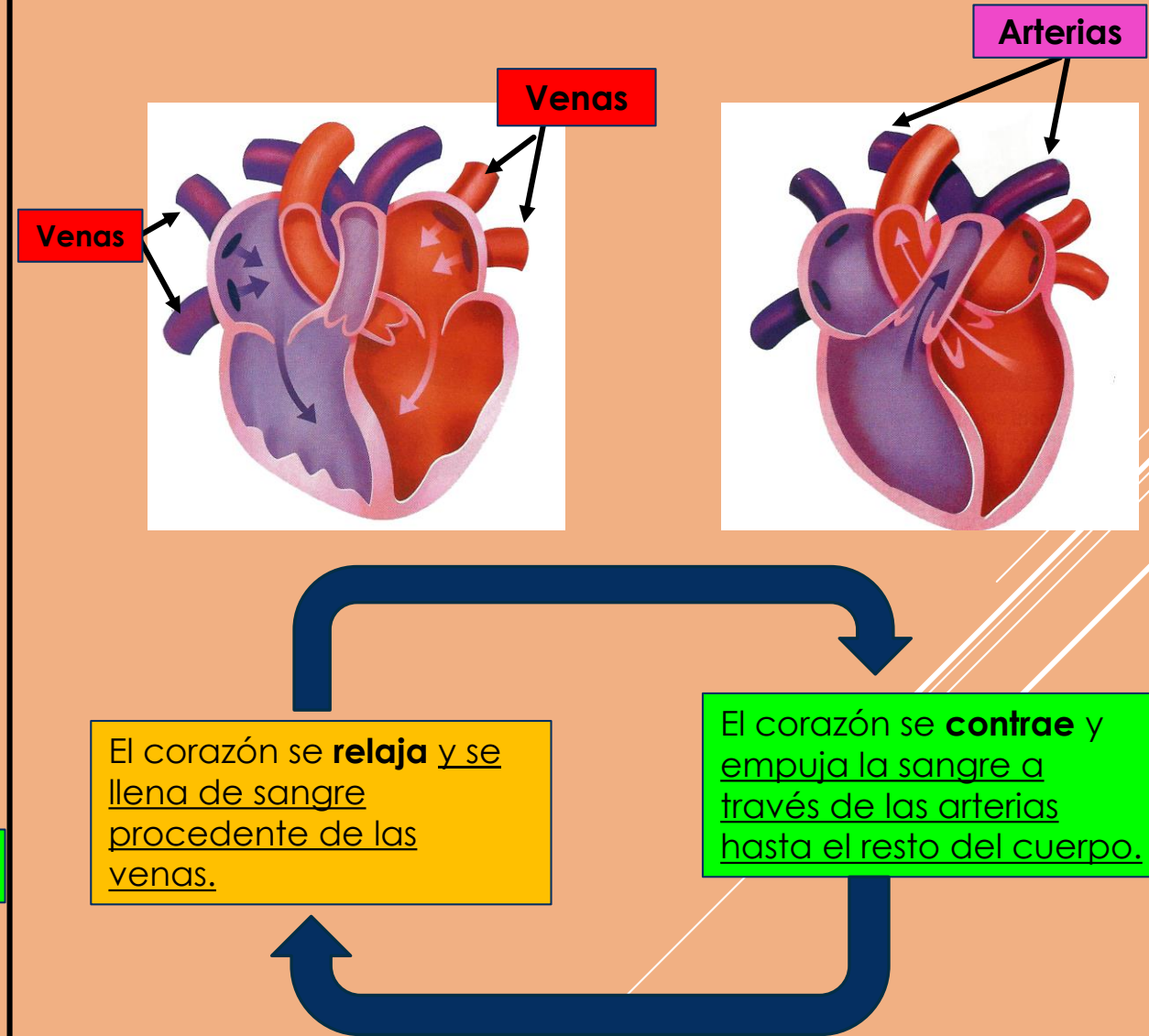
Distribuye los nutrientes y el oxígeno a las diferentes partes del cuerpo y deshace las sustancias no deseadas



Partes del sistema circulatorio(Esquema)



El latido del corazón



EL SISTEMA RESPIRATORIO

Nos ayuda suministrando oxígeno a todas las partes de nuestro cuerpo. Está formado por:

Vía respiratoria

Es **aire** entra y sale del cuerpo a través de esta. Contiene:

- La cavidad nasal.
- La faringe.
- La laringe.
- La tráquea.
- Los bronquios.
- Los bronquiolos.

Pulmones

Son dos órganos esponjosos que está protegidos por la **CAJA TORÁCICA**.

"Son dónde la respiración tiene lugar"

4. La TRÁQUEA es un tubo rígido que lleva el aire a los bronquios.

5. Los BRONQUIOS son tubos que transportan aire desde la tráquea a los pulmones. Conducen a las vías respiratorias más pequeñas llamadas **BRONQUIOLOS** que están conectadas a los sacos de aire o ALVÉOLOS.

7. El DIAFRAGMA es el músculo que ayuda a los pulmones a moverse de forma necesaria para la respiración.

1. La CAVIDAD NASAL calienta, humedece y filtra el aire que entra en el cuerpo.

2. La FARINGE permite que el aire fluya desde la boca y la nariz a los pulmones.

3. La LARINGE contiene las cuerdas vocales.

4. Los PULMONES son órganos esponjosos que contienen millones de pequeños sacos de aire llamados ALVÉOLOS.



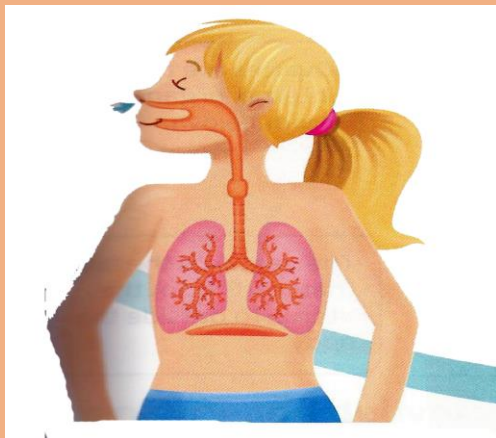
EL PROCESO DE RESPIRACIÓN

A través de este proceso, tomamos oxígeno del aire exterior y lo transportamos a diferentes partes de nuestro cuerpo.

Hay tres estados de la respiración

Inhalación

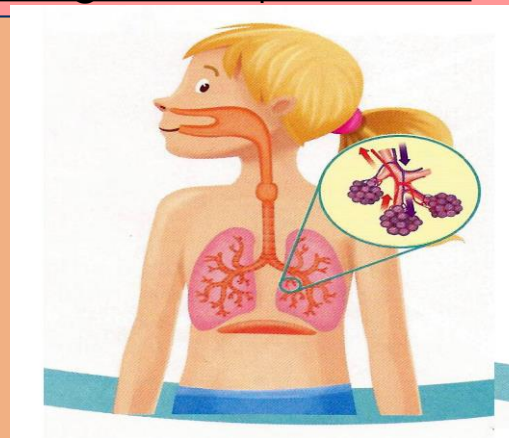
El diafragma se contrae, permitiendo a los pulmones hacerse más grandes y llenarse de aire de la boca y la nariz.



Intercambio de gases

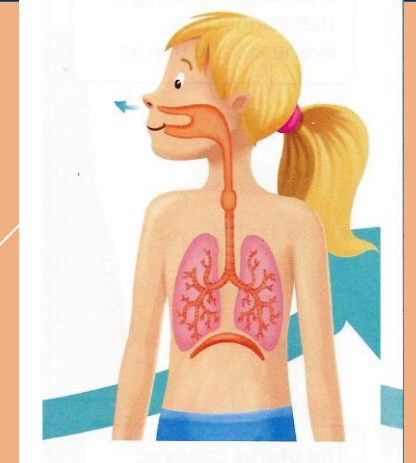
El oxígeno que respiramos pasa a través de los alvéolos y en la sangre.

Al mismo tiempo, el dióxido de carbono pasa de al sangre a los pulmones.



Exhalación

El diafragma se relaja, provocando que los pulmones se hagan más pequeños y empuja el dióxido de carbono fuera del cuerpo.



LA REPRODUCCIÓN



Los seres humanos son capaces de crear otros seres humanos gracias al Sistema reproductor. Hombres y mujeres tienen diferentes sistemas reproductores.

El sistema reproductor femenino

1. LAS TROMPAS DE FALOPIO son dos pasajes internos que conectan los ovarios con el útero.

5. Los OVARIOS son dos órganos internos que producen **ÓVULOS**.

4. La VAGINA es el conducto que va desde el útero al exterior del cuerpo.

2. El ÚTERO o MATRÍZ es el espacio dentro de una mujer donde se desarrolla un bebé hasta que nace.

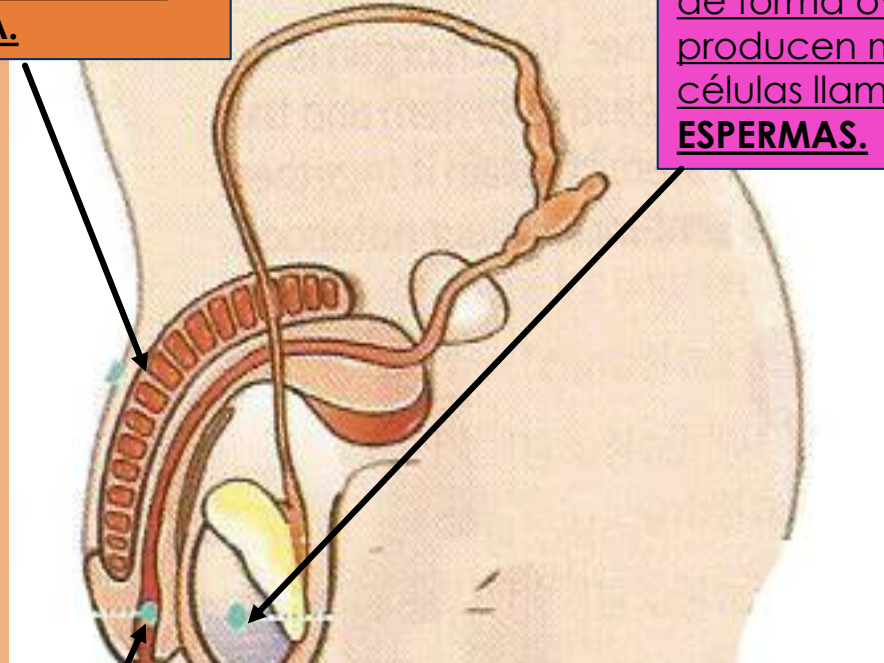
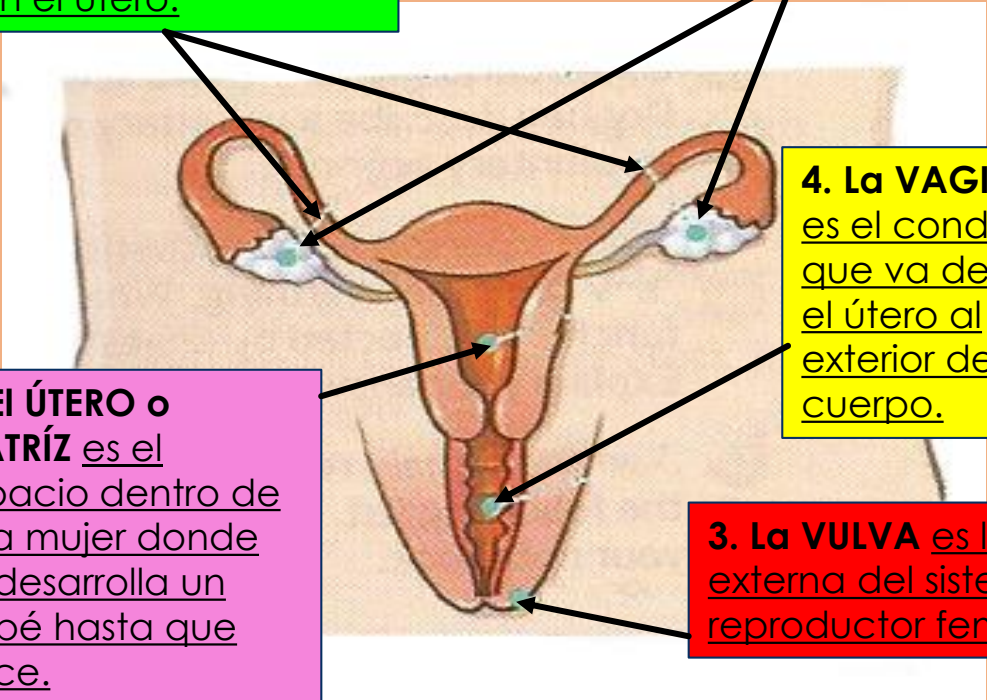
3. La VULVA es la parte externa del sistema reproductor femenino.

El Sistema reproductor masculino

1. El PENE es un órgano externo que contiene la **URETRA**.

2. Los TESTÍCULOS son dos órganos externos de forma ovalada que producen millones de células llamadas **ESPERMAS**.

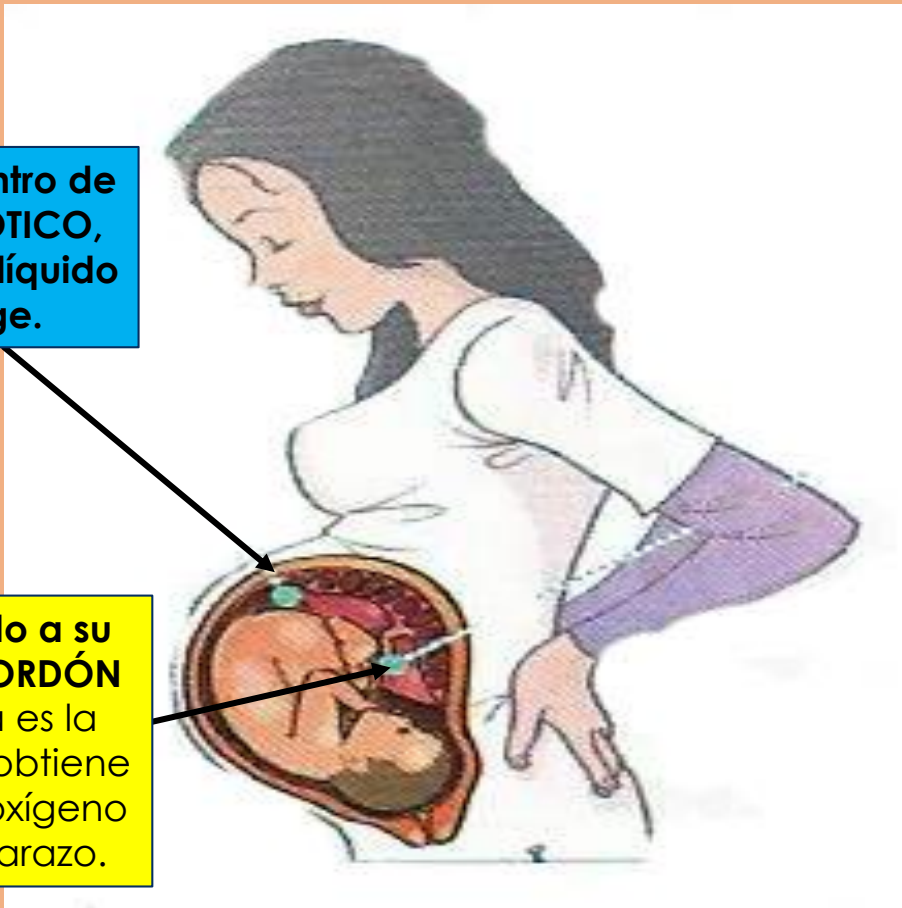
3. La URETRA transporta la orina desde la vejiga. También lleva **semen**, que es una mezcla de fluidos y esperma.



EL EMBARAZO Y EL PARTO

Durante el **EMBARAZO** se forma un bebé y crece dentro de su madre. **PARA LOS HUMANOS**, este estado del proceso de reproducción tiene una duración de **NUEVE MESES**.

El **BEBÉ** comienza la vida dentro del **ÚTERO** como un pequeño ser llamado **FETO**



El **BEBÉ** crece dentro de un **SACO AMNIÓTICO**, que contiene un líquido que lo protege.

El **BEBÉ** está unido a su madre por un **CORDÓN UMBILICAL**. Esta es la forma en la que obtiene su alimento y el oxígeno durante el embarazo.

El desarrollo de un bebé



1. Empieza a conocer las caras de sus padres.



2. Dice sus primeras palabras.



3. Aprende a gatear.



4. Da sus primeros pasos



5. Dice sus primeras palabras.

LA ENFERMEDAD Y LA SALUD



Para mantener su cuerpo saludable y evitar enfermedades, debes seguir algunas rutinas en tu vida diaria.



Hábitos saludables

Dieta saludable

- Come una variedad de alimentos nutritivos todos los días.
- Las frutas y verduras son especialmente importantes.

Higiene

- Lava tus manos antes de las comidas.
- Cepilla tus dientes después de las comidas.
- Toma un baño regularmente.

Ejercicio físico

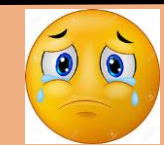
- Haz ejercicio físico para mantener tu cuerpo en forma, fuerte y flexible.

Postura

- Siéntate erguido en tu silla.
- Lleva tu mochila sobre tu espalda utilizando ambos hombros.

Descanso

- Duerme durante 9 o 10 horas al día.



Hábitos poco saludables

Dieta no saludable

- Obesidad
- Deficiencias nutricionales.
- Enfermedades crónicas.

Mala higiene

- Puede causar salmonela, gripe, diarrea y la enfermedad o el resfriado común.
- Estos virus e infecciones se transmiten entre personas que no se lavan sus manos.

Falta de ejercicio

- Puede afectar al desarrollo de habilidades motoras y de coordinación.

Mala postura

- Produce fatiga.
- Puede dar lugar a problemas musculares.

Privación del sueño

- Irritabilidad.
- Falta de concentración
- Déficit de memoria