

La nutrición.
Aparatos
circulatorio y
excretor

El aparato
circulatorio

Lo forma

- La sangre
- Los vasos sanguíneos
- El corazón

La sangre

plasma

transporta

- Nutrientes
- Sustancias de desecho
- Otras sustancias

células

tipos

- Glóbulos rojos: transportan el oxígeno
- Glóbulos blancos: defienden de la infecciones
- Plaquetas: ayudan a cerrar las heridas

Los vasos
sanguíneos

- Venas: conducen la sangre desde los órganos hasta el corazón
- La arterias: llevan la sangre desde el corazón a los órganos
- Los capilares: conducen la sangre por el interior de los órganos

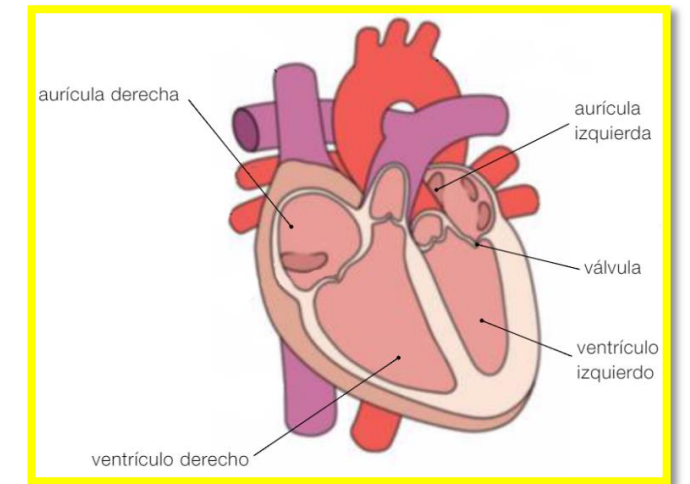
El corazón

- Es un órgano musculoso
- Está dividido en dos mitades (izquierda y derecha) y cada mitad tiene dos cámaras: aurículas (cámara superior) a donde llegan las venas y ventrículos (cámara inferior) del que salen las arterias.
- El corazón late sin parar.
- La **sístole** y la **diástole** son movimientos del corazón. El movimiento de contracción se llama sístole y el de relajación, diástole.

La circulación
de la sangre

Circulación pulmonar: es el circuito que sigue la sangre desde el corazón a los pulmones.

Circulación general: es el recorrido que realiza la sangre por todo el cuerpo excepto los pulmones.



**La nutrición.
Aparatos
circulatorio y
excretor**

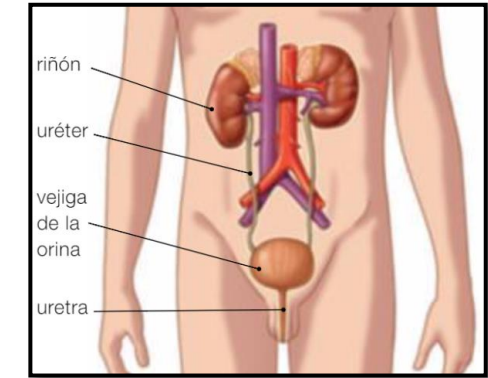
La función de excreción consiste en la eliminación de sustancias de desecho de la sangre.

Sustancias de desecho

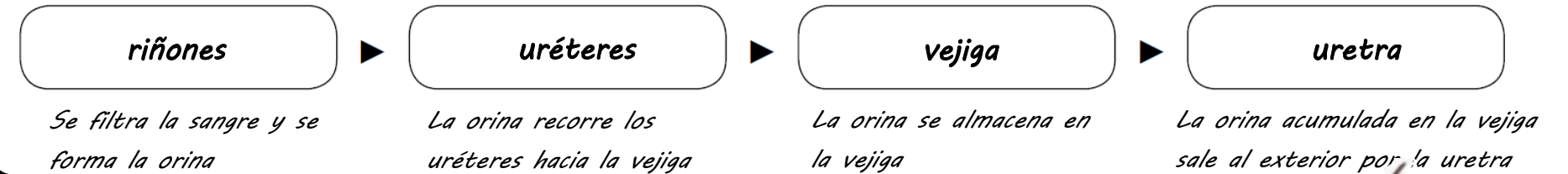
- Son sustancias tóxicas que no se pueden acumular en nuestro cuerpo y deben ser expulsadas.
- Sustancias por órgano y aparato:
 - Aparato excretor: orina, que contiene agua y sales
 - Glándulas sudoríparas: sudor, que contiene agua y sales
 - Pulmones: CO₂ (dióxido de carbono)

El aparato excretor

- Los riñones: filtra la sangre y se forma la orina
- Los uréteres: conductos que transportan la orina a la vejiga
- La vejiga: órgano donde se acumula la orina para su expulsión
- La uretra: tubo que comunica la vejiga con el exterior

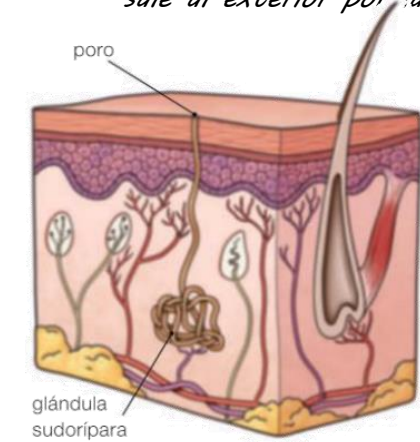


Funcionamiento del aparato excretor



Glándulas sudoríparas

En estas glándulas se forma el sudor. Están repartidas por todo el cuerpo. Consisten en un tubo largo que se enrolla formando una especie de globo y que se comunica con el exterior a través de un poro por el que sale el sudor.



La salud de los aparatos circulatorio y excretor

Enfermedades del aparato circulatorio

- Arteriosclerosis:** endurecimiento y estrechamiento de las arterias pudiendo incluso taponarse.
- Infarto de miocardio:** consiste en que una parte del corazón se queda sin riego sanguíneo debido al estrechamiento o taponamiento de alguna arteria coronaria.

Estas enfermedades se pueden prevenir a través de una dieta saludable, ejercicio y evitar el consumo de alcohol y tabaco.

Hábitos para la salud del aparato excretor

- Beber suficiente agua** continuamente perdemos agua a través de la orina, el sudor, la respiración... Debemos reponer esa pérdida bebiendo abundante agua para facilitar el funcionamiento de los riñones
- Mantener la piel limpia** en la piel se encuentran las glándula sudoríparas a través de las cuales eliminamos el sudor. Debemos cuidar la higiene de la piel para eliminar restos del sudor y mantener