

BIOLOGÍA

ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

ALIMENTACIÓN: Proceso por el cual nuestro organismo incorpora la materia y la energía que necesita para funcionar.

NUTRICIÓN: Conjunto de procesos por los cuales el organismo transforma los alimentos incorporados para obtener de ellos sustancias químicas llamadas nutrientes.

SISTEMAS ABIERTOS

¿Cómo funciona el cuerpo humano?

El cuerpo humano es una máquina compleja formada por células que se agrupan en tejidos, órganos y sistemas.

Cada sistema cumple una función vital para mantenernos vivos y sanos:

Respiratorio: Nos da oxígeno y elimina el dióxido de carbono.

Digestivo: Transforma los alimentos en nutrientes.

Circulatorio: Lleva oxígeno y nutrientes a todo el cuerpo.

Excretor: Elimina los desechos del cuerpo.

Nervioso: Controla todo lo que hacemos, sentimos y pensamos.

CELULA: La célula es un sistema abierto, y por ello los seres vivos, de cualquier especie se consideran sistemas abiertos, esto se debe a que incorporan materia y energía del medio ambiente, realizan actividades y reacciones químicas en su interior, y algo es devuelto al medio, hay un intercambio constante.



SISTEMAS DEL CUERPO HUMANO

SISTEMA DIGESTIVO: Es el encargado de digerir los alimentos en sustancias simples y proveer de los nutrientes para todas las funciones vitales.

SISTEMA EXCRETOR: Permite eliminar desechos de todas las células del cuerpo. Algunos de estos desechos de todas las células del cuerpo.

SISTEMA RESPIRATORIO: Realiza el intercambio gaseoso, ingresa oxígeno (O_2) y elimina dióxido de carbono.

SISTEMA CIRCULATORIO: Transporta sangre, oxígeno y nutrientes por todo el cuerpo. El corazón bombea la sangre. Las arterias llevan sangre con oxígeno. Las venas traen sangre con desechos. La sangre alimenta todas las células del cuerpo.

DESNUTRICIÓN

La desnutrición se genera por la ingesta insuficiente de alimentos o por una alimentación de contenido nutricional pobre o desbalanceado. Esto significa que la desnutrición puede suceder si los alimentos son energéticamente insuficientes o si la proporción de proteínas y micronutrientes es escasa. La desnutrición es, según UNICEF, la principal causa de muerte en lactantes o niños pequeños en países en desarrollo.

La etapa de la vida humana que es más sensible a la desnutrición es la de los primeros años. En este periodo suceden el crecimiento y el desarrollo del organismo en general y del cerebro en particular, mediante los cuales se adquieren las capacidades intelectuales que posibilitan el pensamiento, la memoria y el aprendizaje. Por lo tanto, la desnutrición en esta etapa de la vida genera un retraso en el crecimiento que puede afectar el desarrollo físico y mental de forma permanente, con consecuencias muy graves para la salud y que pueden conducir a la muerte.



