

RESUMO

O aparello circulatorio

1. Que é o aparello circulatorio?

O aparello circulatorio é o sistema encargado de transportar o sangue por todo o corpo. Grazas a este sistema, todas as células reciben o osíxeno e os nutrientes que necesitan para obter enerxía e realizar as súas funcións. Ademais, recolle as substancias de refugallo que producen as células, como o dióxido de carbono, e lévaas ata os órganos encargados de eliminalas.

Sen o aparello circulatorio, o noso corpo non podería funcionar, xa que as células non recibirían o alimento nin o osíxeno necesarios para vivir.

2. Partes do aparello circulatorio

O aparello circulatorio está formado por tres elementos principais: o corazón, o sangue e os vasos sanguíneos.

O corazón

O corazón é un órgano musculoso do tamaño aproximado dun puño. Está situado no interior do peito, lixeiramente cara ao lado esquerdo. A súa función é actuar como unha bomba que impulsa o sangue para que circule por todo o corpo.

O corazón está dividido en catro cavidades: dous aurículas na parte superior e dous ventrículos na parte inferior. As aurículas reciben o sangue que chega ao corazón e os ventrículos expúlsana cara aos pulmóns ou cara ao resto do corpo. O latexado do corazón é o movemento de contracción e relaxación que permite que o sangue se mova continuamente.

O sangue

O sangue é un tecido líquido de cor vermella que circula polos vasos sanguíneos. Está formada por varias partes con funcións diferentes.

Os glóbulos vermellos transportan o osíxeno desde os pulmóns ata todas as células do corpo. Os glóbulos brancos encárganse de defendernos de microorganismos que poden causar enfermidades. As plaquetas interveñen na coagulación, axudando a pechar feridas cando nos facemos un corte. O plasma é a parte líquida do sangue e transporta nutrientes, hormonas e substancias de refugallo.

Os vasos sanguíneos

Os vasos sanguíneos son condutos polos que circula o sangue. Existen tres tipos principais.

As arterias levan o sangue desde o corazón cara aos distintos órganos do corpo. Teñen paredes grosas e resistentes porque o sangue circula por elas con moita forza. As veas devolven o sangue ao corazón e as súas paredes son máis finas. Os capilares son vasos moi pequenos que conectan as arterias coas veas; neles prodúcese o intercambio de osíxeno, nutrientes e substancias de refugallo entre o sangue e as células.

3. A circulación do sangue

A circulación sanguínea é o percorrido que realiza o sangue polo corpo. Existen dous tipos principais de circulación.

A circulación maior ou xeral é a que leva o sangue con osíxeno desde o corazón cara a todo o corpo. Despois de repartir o osíxeno e recoller o dióxido de carbono, o sangue regresa ao corazón.

A circulación menor ou pulmonar é a que transporta o sangue desde o corazón ata os pulmóns. Alí prodúcese o intercambio de gases: o sangue deixa o dióxido de carbono e recolle osíxeno. Logo volve ao corazón para comezar de novo o percorrido.

4. Funcións do aparello circulatorio

O aparello circulatorio cumpre varias funcións esenciais. Transporta osíxeno e nutrientes a todas as células do corpo. Tamén recolle e elimina substancias de refugallo. Ademais, participa na defensa do organismo fronte a infeccións grazas aos glóbulos brancos. Outra función importante é regular a temperatura corporal e permitir a coagulación cando se produce unha ferida.

5. Enfermidades do aparello circulatorio

O aparello circulatorio pode sufrir distintas enfermidades. A hipertensión ocorre cando a presión do sangue é demasiado alta. O infarto prodúcese cando non chega suficiente sangue a unha parte do corazón. O colesterol alto

pode provocar que se acumulen graxas nas arterias, dificultando o paso do sangue.

6. Como coidar o aparello circulatorio

Para manter san o aparello circulatorio é importante levar unha alimentación equilibrada, rica en froitas e verduras. Tamén é fundamental realizar exercicio físico de forma regular, beber suficiente auga e durmir ben. Evitar o tabaco e outros hábitos prexudiciais axuda a previr enfermidades do corazón e dos vasos sanguíneos.