EL APARATO CIRCULATORIO

"Parte de nuestro cuerpo que se encarga de transporta sustancias por el organismo".

PARTES

SANGRE

"Líquido espeso de color rojo que llena el aparato circulatorio y circula por él".

- Transporta
  - Nutrientes.
  - Oxígeno.
  - Desechos.

VASOS SANGUÍNEOS

"Tubos que llevan la sangre a todas las partes del cuerpo".

- Arterias.
  - corazón - órganos
- Venas.
  - órganos - corazón
- Capilares.
  - unen arterias y venas.

CORAZÓN

"Órgano musculoso, y hueco, que dispone de cuatro cavidades (aurículas y ventrículos)".

- Recibe e impulsa la sangre.

LA CIRCULACIÓN

¿QUÉ ES?

"Proceso que realiza nuestro aparato circulatorio para distribuir nutrientes y oxígeno por todo el cuerpo, y recoger los desechos para su expulsión".

¿CÓMO LO HACE?

Paso 1:

- Contracción del corazón (se vacía de sangre).
- Envía sangre a todos los órganos mediante las arterias.

Paso 2:

- Mediante los capilares en los pulmones la sangre coge oxígeno y deja el dióxido de carbono.
- Mediante los capilares en el intestino delgado la sangre coge nutrientes.
- Mediante los capilares la sangre deja también sustancias de desecho en otros órganos para expulsarlas al exterior: riñones (orina) o glándulas sudoríparas (sudor).

Paso 3:

- Dilatación del corazón (se llena de sangre).
- Recibe sangre de todos los órganos mediante las venas.

HIGIENE Y SALUD

- Haz deporte moderado de forma habitual para fortalecer el corazón.
- No abuses de las grasas o la sal en las comidas.