

Escuela: CENS 239

Docente: Noelia Cuello

Año: Segundo **División:** 1º y 2º **Nivel:** Secundario Adultos

Turno: Noche

Espacio curricular: Educación para la salud

Título de la propuesta: "Sistema Locomotor"

Guía nº 9

Fecha de entrega: Hasta el 31-10-2020

Consultas: noeines.07@gmail.com

¡¡A seguir adelante!!

1) A partir de la lectura en la sección anexo sobre el Sistema óseo, realice las siguientes actividades:

a- Una según corresponda las siguientes palabras con sus respectivos significados.

- Músculos
- Cavidades
- Huesos
- Articulaciones

*Punto de contacto entre dos o más elementos óseos. Pueden ser: Inmóviles, semimóviles o móviles.

*Órgano vivo, formado por un conjunto de diferentes tejidos. Es el órgano más resistente, duro y fuerte; que se puede encontrar en el cuerpo de los vertebrados.

*son espacios que se encuentran en el interior del cuerpo. Contienen y protegen los órganos, y a la vez proveen de líquidos lubricantes que mejoran su funcionamiento.

*Tienen la capacidad de generar movimiento al contraerse y relajarse.

2) Observe la siguiente imagen y luego realice las actividades.



- a) ¿Cuántas divisiones presenta el esqueleto? Nómbrelas.
- b) Coloree con un color el esqueleto axial y con otro el esqueleto apendicular.
- c) Señale en la imagen de este punto, los siguientes huesos:
Húmero, cúbito, radio, tibia, peroné, fémur, falanges, rótula, cráneo, costillas, esternón, clavícula.
- d) Ubique los huesos anteriores, en el siguiente cuadro; teniendo en cuenta si pertenecen al esqueleto axial o apendicular.

Esqueleto Axial	Esqueleto Apendicular

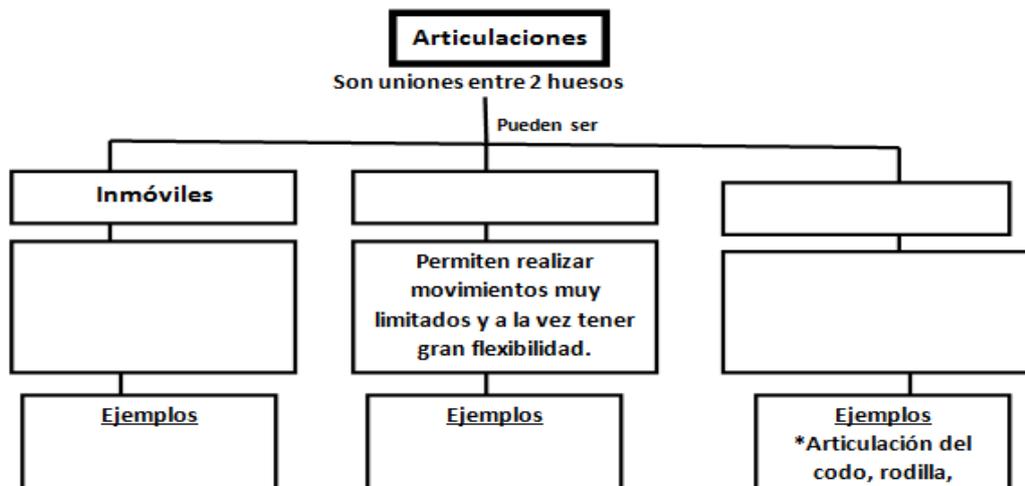
- 3) ¿Cuáles de las siguientes funciones, son pertenecientes al sistema osteo-artro-muscular? (marque con una cruz, la opción correcta)

- Protección de órganos internos y Participan en la digestión de los alimentos.
- Sostén, participan en los movimientos y protección de los órganos internos.
- Relacionado con la reproducción y protección de los órganos internos.

- 4) Los huesos se clasifican en: (marque con una cruz, la opción correcta)

- Planos, cortos y móviles
- Inmóviles, cavidades y músculos
- planos, cortos y largos

- 5) Complete el siguiente mapa conceptual, sobre articulaciones.



ANEXO

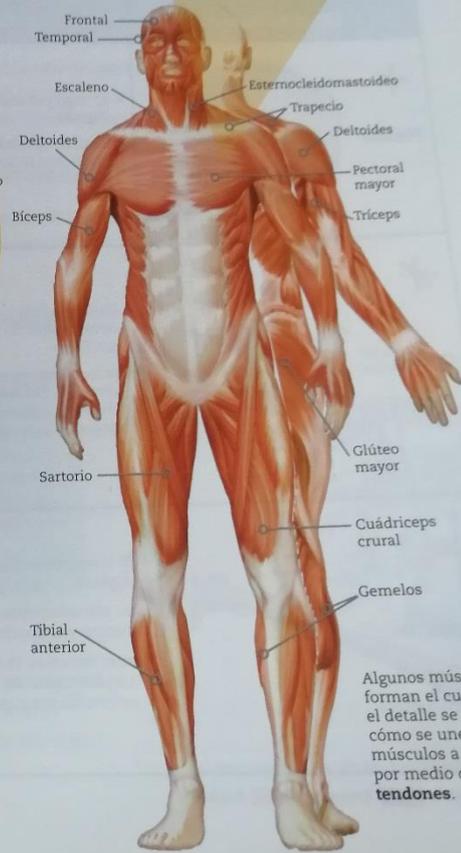
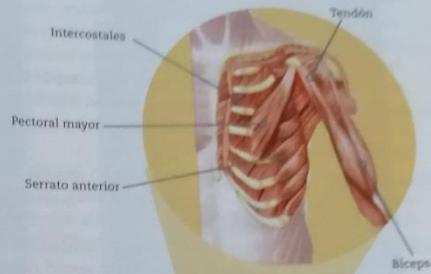
El sistema óseo y el sistema muscular

Como ya viste, el sistema óseo y el muscular están sumamente relacionados entre sí. Tené en cuenta que los ilustramos y los estudiamos por separado solo con el fin

de comprender de manera más clara cómo está constituido cada uno. Veamos en detalle qué nos muestran las ilustraciones.



Sistema óseo y detalle de la articulación de la cadera. Los **ligamentos** mantienen unidos a los huesos que se articulan.



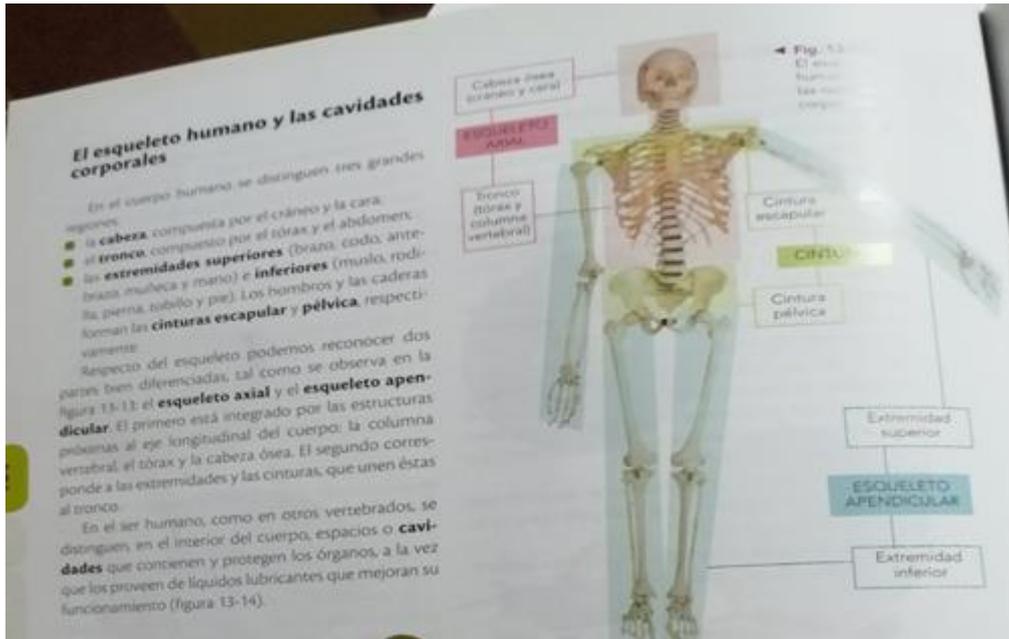
Algunos músculos que forman el cuerpo. En el detalle se muestra cómo se unen los músculos a los huesos por medio de los **tendones**.



Autoevaluación

En esta página tengo que observar las imágenes y relacionarlas teniendo en cuenta que se presentan por separado para facilitar el estudio.

- | | Sí | No |
|--|-----------------------|-----------------------|
| ¿Puedo relacionar todas las imágenes para comprender la integración de los sistemas óseo y muscular? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ¿Tengo en cuenta esta aclaración aunque no me lo digan cuando observo imágenes de otros sistemas? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



Tipos de huesos	Características	Ejemplos
<p>Planos</p> 	<ul style="list-style-type: none"> El largo y el ancho predominan sobre el espesor. Limitan cavidades como el cráneo y el tórax, en las que se alojan órganos como el cerebro, el corazón y los pulmones. 	Parietal (en la ilustración), frontal, costillas, esternón.
<p>Cortos</p> 	<ul style="list-style-type: none"> De forma más o menos cúbica, ya que las dimensiones de largo, ancho y espesor son similares. Se localizan en zonas de movimientos acotados. El eje de nuestro cuerpo, la columna vertebral, está formado por vértebras que se disponen una sobre otra. 	Vértebras (en la ilustración), huesos del carpo y del tarso (en las manos y en los pies, respectivamente).
<p>Largos</p> 	<ul style="list-style-type: none"> El largo predomina sobre el ancho y sobre el espesor. Su estructura permite el sostén del resto del cuerpo y el desplazamiento. Intervienen en la realización de movimientos amplios como los que realizan las extremidades superiores y las inferiores. 	Fémur (en la ilustración), tibia, cubito, radio, húmero.

Legend: Largo (green), Espesor (red), Ancho (orange)

El sostén y el movimiento

El sistema que nos permite mantenernos de pie, correr o saltar es el **sistema osteoartromuscular**. Este sistema está compuesto por el **esqueleto**, y los **músculos** del cuerpo. El esqueleto está formado por huesos y articulaciones. Estas funcionan como bisagras y permiten realizar movimientos en distintas direcciones, como por ejemplo doblar el codo y girar la mano. Los 206 huesos que forman el esqueleto funcionan como sostén y sirven como punto de fijación para los músculos. Además, protegen órganos vitales. Son fuertes pero elásticos. A pesar de su dureza, el movimiento de los huesos es muy dinámico. No solamente pueden crecer rápidamente, sino que también se adaptan a las cargas a las que se los somete durante el crecimiento.

Las funciones de los huesos son:

- Dar forma al cuerpo humano.
- Proteger órganos frágiles del organismo, como el cerebro.
- Actuar como soporte para los músculos y, con la colaboración de estos y las articulaciones, formar palancas y levantar peso.
- Posibilitar el desplazamiento.

Los huesos, según su forma y tamaño, pueden ser largos como el fémur y el húmero; cortos como las vértebras; y planos como los del cráneo, el tórax y el omóplato.

Las articulaciones

Las articulaciones son el punto de unión entre dos o más huesos. Según el grado de movilidad, pueden ser: **inmóviles**, **semimóviles** o **móviles**. Las **inmóviles** son aquellas que necesitan la fijación total de los huesos. Por ejemplo las que unen los huesos del cráneo. Las **semimóviles** se relacionan con huesos que relativamente se mueven poco, generalmente son huesos cortos, como la columna vertebral.

Los **móviles** se encuentran en lugares que requieren mucha movilidad. Por ejemplo la rodilla y el codo.

Director: Profesor Juan Carlos Brizuela