

UNIVERSIDAD DEL TOLIMA

FACULTAD DE CIENCIAS Y EDUCACIÓN

IDEAD BOGOTA

NOMBRE INTEGRANTES: ANDREA UBAQUE SALAS

CÓDIGO: 084650812014

TÍTULO DEL VIDEO RESEÑADO: EL CUERPO SISTEMA DIGESTIVO

TITULO EL CUERPO: EL SISTEMA DIGESTIVO

RESUMEN DEL VIDEO(mínimo 1000 palabras)

El cuerpo humano es una maquina perfecta donde hacemos cosas y todo esto necesita energía el sistema digestivo se encarga de esto, de obtener la energía de los alimento ya sea de los productos naturales procesados del reino vegetal, o de los animales absorber las proteínas lípidos , nutrientes , vitaminas y todo tiene una estructura compleja y necesitamos obtenerla para esto realizamos la digestión, el sistema digestivo está conformado por la boca , la faringe, el esófago, el estómago, el intestino delgado y grueso el recto y el ano y unas glándulas anexas como el hígado, el páncreas, la vesícula y las glándulas salivares cada uno de estos órganos cumple una función muy específica. La digestión comienza en la boca, la puerta de entrada de la comida que se encargan de procesar el alimento los dientes son piezas de tejido calcificado masticar es fundamental los dientes con ayuda de la boca trituran el alimento para poder tragar funcionan como una cuchilla de una licuadora , los huesos de la mandíbula son muy fuertes para realizar este ejercicio el de triturar los alimentos, pero cuando los alimentos son duros la saliva sirve para ayudar a que los alimentos más duros se puedan triturar la saliva esta en las glándulas salivares producimos más de un litro de saliva humedece la comida y tiene encimas que ayuda a prevenir enfermedades y como mecanismo de defensa, los sabores son detectados por las papilas gustativas que están en la lengua son receptores sensoriales que se encargan de enviar la información al cerebro y así detectar el sabor de los alimentos se forma el bolo alimenticio, después pasa a la faringe que tiene 20 cm de largo y sirve para dos sistemas el respiratorio y el digestivo en la respiración deja pasar el aire y en el digestivo el alimento puede pasar , cuando pasa la comida la epiglotis cierra el conducto para que los alimentos no se vayan a los pulmones , los alimentos pasan al esófago que tiene unos 25 cm, y pasa al estómago el sistema digestivo realiza movimientos peristálticos que ayudan a llevar los alimentos, llegan al estómago ya en forma de quino que es algo más espeso, el estómago es un saco en forma de jota que aguanta un litro de comida tiene los ácidos y encimas que ayudan a desintegrar los alimentos y se descompone para ser absorbida la capa interna del estómago se llama mucosa, la capa muscular se encarga de los movimientos y la externa se llama serosa que cubre e.l estómago este órgano prepara el alimento para ser absorbido en la siguiente sección , pasa al intestino delgado con 7 metros de longitud , tiene el duodeno tiene forma de que conecta el estómago con el intestino en el intestino los órganos como el hígado que produce proteínas y encimas y glucosa y hierro , el páncreas tiene dos funciones la exocrina y endocrina que dan el glucagón para mantener el nivel de glucosas en la sangre así recorre 7 metros el alimento y así absorbe los nutrientes que ya están clasificados con ayuda de las enzimas , las sustancias que no han sido absorbidas pasa al intestino grueso por medio de una válvula ileocecal, regula el movimiento del kilo al intestino grueso que está conformado por el colon transverso, colon ascendente, colon descendente, colon sigmoideo , el recto , el ciego y el ano, se encarga de absorber el agua en su interior está la flora bacteriana que tiene funciones de defensa y allí se acumulan los desechos para así ser expulsados y así con las bacterias se ayudan a que todo lo que más pueda de los alimentos se aproveche. Ay que aprovechar todo lo que nos dan los alimentos es necesario tener una dieta balanceada

comer carne pescado y no abusar de las harinas, se debe cepillarse bien los dientes , es necesario no hacer ejercicios sino sentarse y reposar y descansar y no hacer una caminata el alimento es necesario comer frutas y verduras, lavarse bien las manos antes de comer, los órganos del sistema digestivo son fundamentales para así absorber todas las vitaminas , nutrientes para poder sobrevivir y que nos dan vitalidad .

2. APORTE CRÍTICO-PERSONAL (mínimo 300 palabras)

El proceso de la digestión es un trabajo muy completo ya que tiene varias funciones primordiales, la absorción , el transporte de alimentos, secreción esto con los jugos que aporta las diferentes glándulas que hacen parte de este sistema y la excreción que es por la defecación.

Desde la boca hasta el ano todo tiene una función específica desde los dientes hasta el ano y son muy primordiales para que los nutrientes, las proteínas , los lípidos , las grasas todo sea debidamente aprovechado esto para que estos nutrientes sean llevados a la sangre y a todas las células del cuerpo para obtener energía , pero hay un objetivo que es convertir las moléculas en pequeñas para que todo sea asimilado, las glándulas ayudan a que todo esto se aproveche y ayuden a que el alimento sea mejor asimilado y a almacenar gran cantidad de sustancias como vitaminas hay que tener en cuenta que todo el sistema digestivo está conformado de músculos donde por ayuda de contracciones realiza diferentes actividades hasta el recto es un músculo para así poder expulsar el excremento y finalizar la digestión.

Ahora bien hay que aprender a cuidar nuestro cuerpo y para tener un cuerpo sano en todas sus funciones es necesario alimentarnos bien tener una dieta balanceada para que no tengamos ninguna enfermedad , es necesario que comamos ya que el cuerpo pide energía para realizar hasta la más mínima actividad, necesitamos energía hasta para dormir, caminar, parpadear respirar en fin es necesario ya que sin alimento y agua no se puede vivir

Cuando ha pasado cierto tiempo desde nuestra última comida o con sólo pensar en algo sabroso, sentimos hambre. Ay qué comer hasta sentirnos satisfechos y luego continuar con nuestras actividades. Casi todas las personas tienen un problema digestivo en algún momento de su vida. Debemos cuidarnos de una indigestión o una diarrea leve, ya que resultan en malestar leve y mejoran por sí mismas o son fáciles de tratar. El gastroenterólogo es el médico que se especializa en el aparato digestivo.

Las clases y cantidades de alimentos que comemos y la manera en que el aparato digestivo procesa dichos alimentos son fundamentales en el mantenimiento de la buena salud. La ingestión de una dieta sana es la mejor manera de prevenir los trastornos digestivos más comunes. Y otras enfermedades.

