



Autocontrol

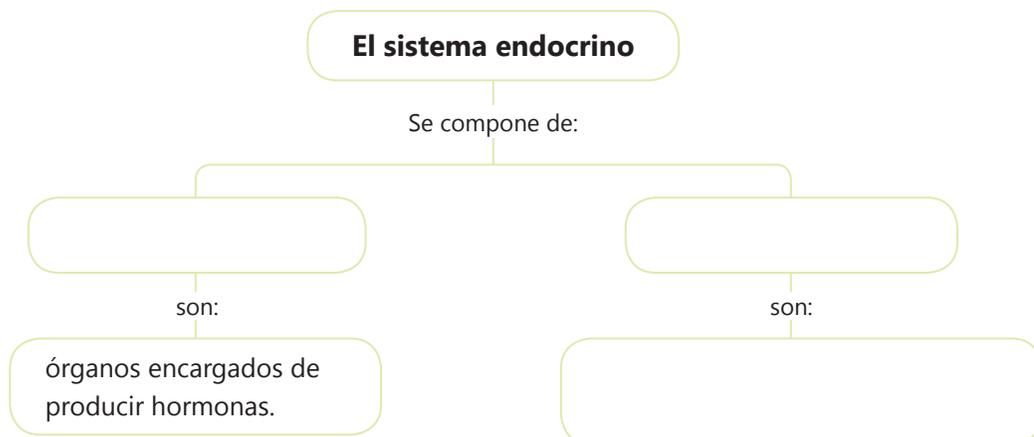


Actividad 1. Demuestre lo aprendido

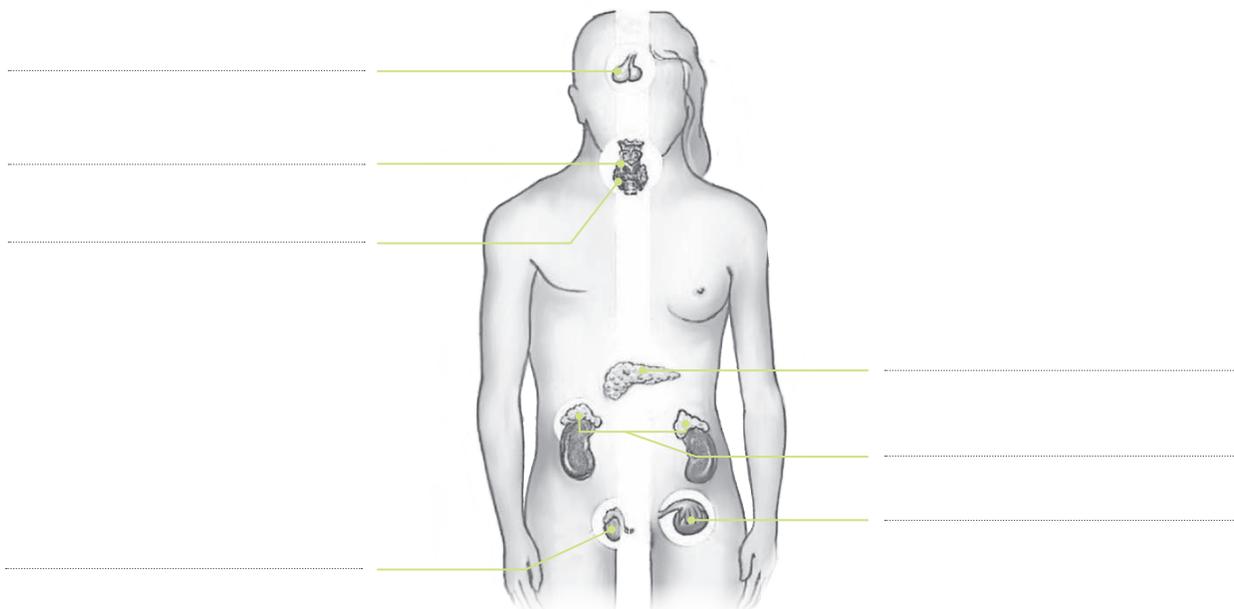
A. Rellene el círculo de la respuesta correcta a cada pregunta. Tiene un ejemplo.

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 0. ¿Cuál de las siguientes es una función del sistema endocrino? | <input type="radio"/> Controlar las emociones |
| | <input type="radio"/> Estimular el crecimiento |
| | <input checked="" type="radio"/> Las dos anteriores son correctas |
| 1. ¿Qué órganos son los encargados de producir hormonas y difundirlas a la sangre? | <input type="radio"/> Neuronas |
| | <input type="radio"/> Vasos capilares |
| | <input type="radio"/> Glándulas endocrinas |
| 2. ¿Cómo se llaman las sustancias químicas que secretan las glándulas endocrinas? | <input type="radio"/> Sinapsis |
| | <input type="radio"/> Hormonas |
| | <input type="radio"/> Nutrientes |
| 3. ¿Cuál es la hormona encargada de estimular el crecimiento? | <input type="radio"/> Folículo estimulante |
| | <input type="radio"/> Hipófisis o pituitaria |
| | <input type="radio"/> Hormona del crecimiento |
| 4. ¿Qué hormonas son las responsables del desarrollo de las características sexuales femeninas? | <input type="radio"/> Estrógenos |
| | <input type="radio"/> Paratiroides |
| | <input type="radio"/> Andrógenos |
| 5. ¿Qué glándula secreta las hormonas encargadas de regular el nivel de azúcar en la sangre? | <input type="radio"/> Pituitaria |
| | <input type="radio"/> Páncreas |
| | <input type="radio"/> Paratiroides |

B. Resume el contenido sobre el sistema endocrino en el mapa conceptual siguiente.



C. Localice y escriba las partes del sistema endocrino.



D. Las fichas son un buen recurso para estudiar. Complete las siguientes con la información que falta sobre las glándulas tiroides y suprarrenales. Siga el modelo y elabore otras en su cuaderno.

1.

Tiroides



Descripción: *glándula en forma de mariposa que se ubica en el cuello.*

Hormona
.....

Función
.....
controla la energía del cuerpo y permite
la formación de los órganos.
.....
.....

2.

Suprarrenales



Descripción:

Hormona
.....
.....
.....

Función
.....
.....
.....



Actividad 2. Piense y aplique lo que aprendió

A. Lea cada situación. Luego, responda las preguntas.

1. Mientras Carmen caminaba un perro intentó atacarla. Ella se asustó y salió corriendo.

- ¿Qué hormona le permitió a Carmen escapar del peligro?

.....

- ¿Qué glándula la secreta?

.....

- ¿Cuál es la función de las hormonas adrenalina y cortisol?

.....

2. Jorge tiene 14 años. Su voz se hizo más grave y le comenzó a salir la barba.

- ¿Qué hormona estimula el desarrollo de las características sexuales masculinas en Jorge?

.....

- ¿Qué glándula la secreta?

.....

B. Lea el texto. Luego, responda las preguntas.

Síndrome de ovario poliquístico

El síndrome del ovario poliquístico es un padecimiento que afecta a mujeres entre los 20 y 30 años. Está ligado a cambios en la cantidad de estrógenos y progesterona que impiden a los ovarios liberar los óvulos maduros y se convierten en quistes, provocando infertilidad. Puede controlarse con tratamiento hormonal recomendado por un especialista o endocrinólogo.

1. Según el texto, ¿qué es el síndrome de ovario poliquístico?

.....

2. ¿Qué hormonas intervienen en el desarrollo de la enfermedad?

.....

3. ¿Qué glándula secreta esas hormonas?

.....

Esta enfermedad es bastante común. Puede averiguar sus síntomas y formas de tratamiento en la dirección siguiente: <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000369.htm>

C. Lea el texto y realice las actividades.

Sin hormonas, no hay neuronas

La tiroxina ayuda al desarrollo y diferenciación de las neuronas. También influye en el crecimiento de los axones y la capacidad de transmitir los impulsos nerviosos.

1. Según el texto, explique cómo ayuda la tiroxina en el desarrollo de las neuronas y sus estructuras.

.....

.....

2. ¿Qué glándula secreta la tiroxina?

.....

3. ¿Cuál es la función de la tiroxina en el cuerpo?

.....

D. Lea y analice los menús de desayuno que se presentan a continuación. Luego, responda a las preguntas.

Menú 1

- Huevo revuelto
- Queso fresco
- Frijol
- Papaya en trocitos
- Atol de maicena

Menú 2

- Huevo estrellado
- Cubilete
- Bolsa de papalinas
- Banano con miel
- Agua gaseosa

1. ¿Cuál de los menús escogería para tener una dieta saludable y prevenir la diabetes?

.....

2. ¿Por qué no es recomendable el otro menú? Explique su respuesta.

.....

.....

3. Además de comer sano, ¿qué otras recomendaciones seguiría para prevenir la diabetes?

.....

.....

La miel es un alimento saludable, pero está contraindicado para las personas con diabetes. Si usted tiene algún familiar diabético, infórmele sobre esta recomendación.