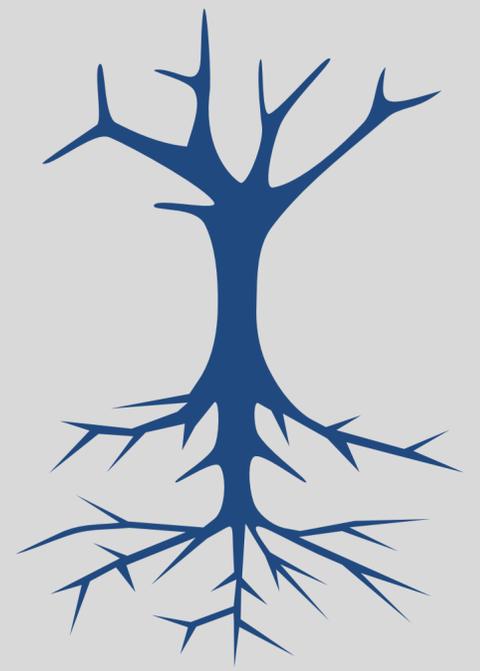


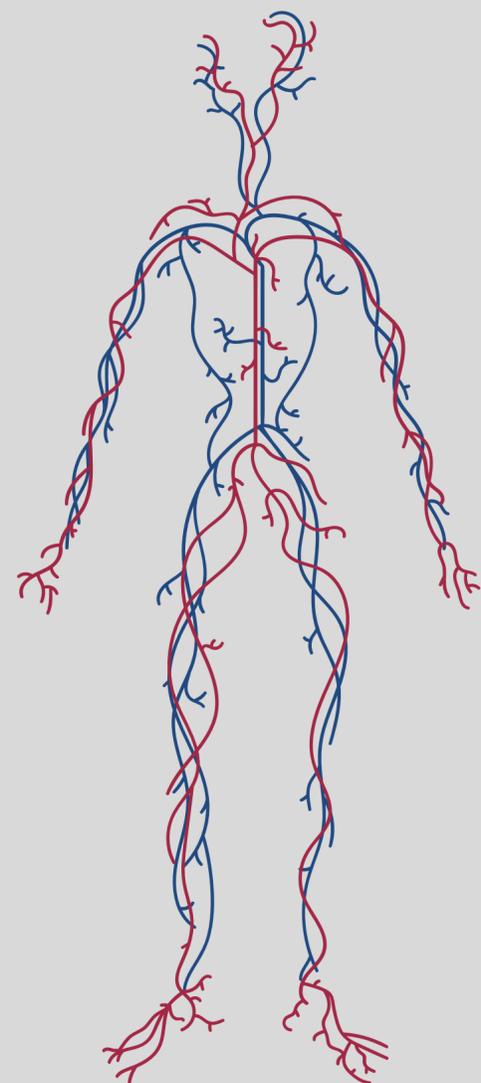
SISTEMA NERVIOSO

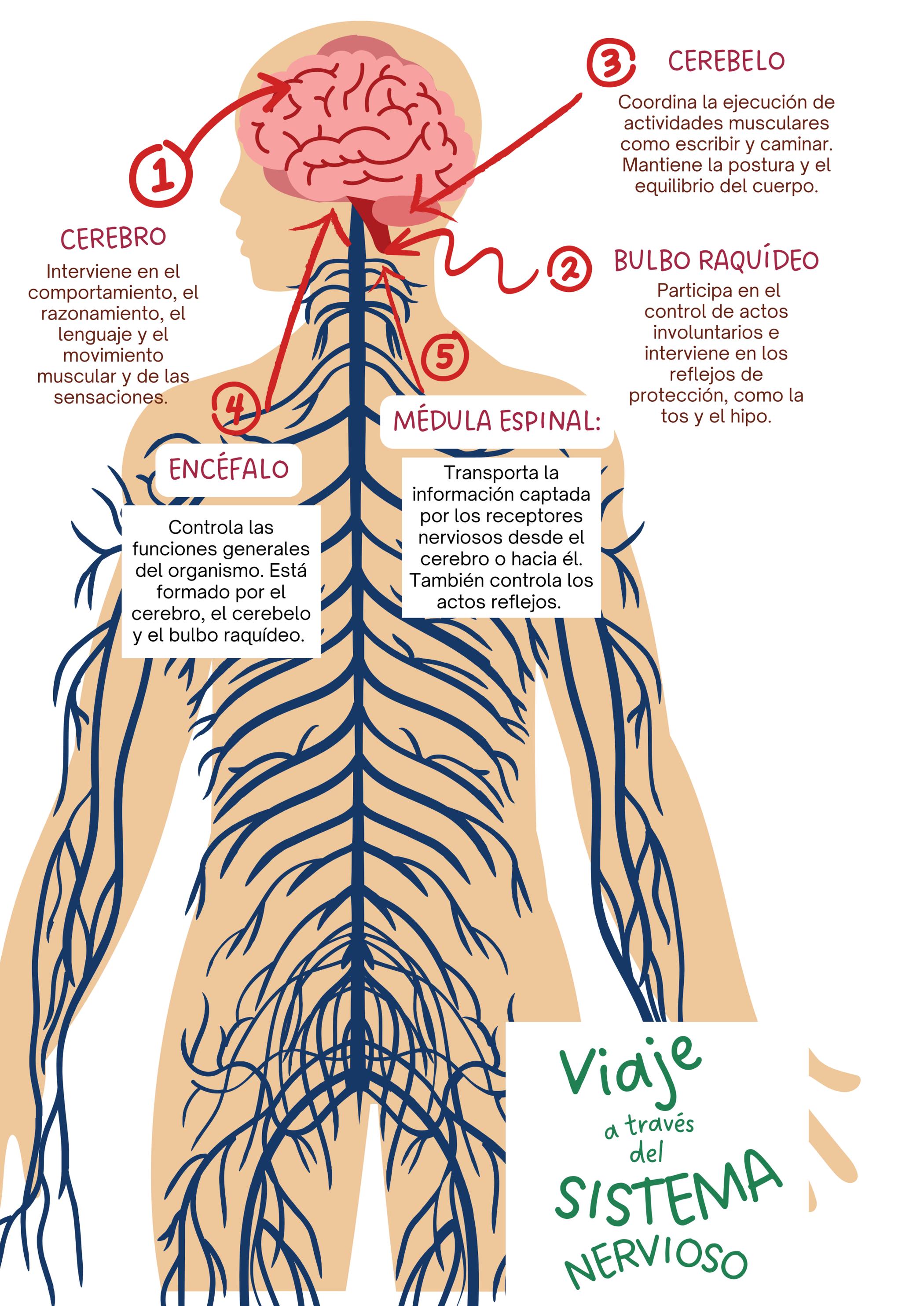


Función: relaciona el ser humano con su entorno y coordina la acción de las diferentes partes del cuerpo. Está formado por el Sistema Nervioso Central, el Sistema Nervioso Periférico y el Sistema Nervioso Autónomo

Medidas nutricionales: Alimentarse bien y eliminar el consumo de tabaco, alcohol u otras drogas que afectan el funcionamiento del sistema nervioso y pueden ocasionar graves enfermedades mentales y hasta la muerte por daños al cerebro.

Medidas de higiene: evitar la contaminación sónica, descansar ocho horas diarias, tener la autoestima alto, desarrollar valores personales, mantener un elevado nivel de salud mental, mantenerse productivos y saludables a través de conductas y hábitos, hacer ejercicios físicos, establecer relaciones afectuosas y saludables con los demás, solucionar los problemas mediante el diálogo, evitar la violencia y el rencor, la envidia, los celos o los complejos.





1

CEREBRO

Interviene en el comportamiento, el razonamiento, el lenguaje y el movimiento muscular y de las sensaciones.

3

CEREBELO

Coordina la ejecución de actividades musculares como escribir y caminar. Mantiene la postura y el equilibrio del cuerpo.

2

BULBO RAQUÍDEO

Participa en el control de actos involuntarios e interviene en los reflejos de protección, como la tos y el hipo.

5

MÉDULA ESPINAL:

Transporta la información captada por los receptores nerviosos desde el cerebro o hacia él. También controla los actos reflejos.

4

ENCÉFALO

Controla las funciones generales del organismo. Está formado por el cerebro, el cerebelo y el bulbo raquídeo.

Viaje
a través
del
SISTEMA
NERVIOSO