

## EL CEREBRO

Hoy vamos a conocer las **partes del cerebro y su funcionamiento**. El cerebro es el **órgano** más importante del **sistema nervioso**. Está situado en la **cabeza** y protegido por el **cráneo**.

¿Por qué respiramos sin darnos cuenta o por qué recordamos el camino al colegio sin prestar atención? El cerebro **se encarga de coordinar todas las funciones vitales de nuestro cuerpo y de dar sentido a lo que ocurre**. Recibe señales de nuestro alrededor y envía mensajes a las distintas partes del cuerpo para responder de forma adecuada.

El cerebro también llamado **encéfalo**, se divide en tres partes: **el cerebelo, el tronco encefálico o bulbo raquídeo y la corteza cerebral o cerebro**.

- **El cerebelo** controla el **equilibrio y la coordinación** del cuerpo humano. Gracias al cerebelo podemos caminar, mantener la estabilidad o hacer deporte.
- **El tronco encefálico: conecta el cerebro con la médula espinal** que baja desde el cuello hasta el final de la espalda. Además, se encarga de **coordinar todas las funciones vitales** de nuestro cuerpo como, por ejemplo: **respirar, digerir los alimentos o impulsar la sangre** por todo el organismo.
- **La corteza cerebral** es la **capa más externa** del cerebro. Está formada por las **neuronas**, un tipo de células conectadas entre sí que **transmiten la información** a partir de impulsos nerviosos.

El cerebro es el **director** del cuerpo recibe señales transformador y envía señales a las distintas partes del cuerpo para que piernas brazos y etcétera respondan de forma adecuada. Por ejemplo, si tocamos un plato caliente para soltemos el plato rápido, si no, ¡podríamos quemarnos!

El cerebro está dividido en dos grandes partes **el hemisferio derecho y hemisferio izquierdo**. Están conectados entre sí por unas fibras conocidas como el **cuerpo caloso**.

- En el **hemisferio izquierdo** se llevan a cabo tareas como el **cálculo, el razonamiento o el lenguaje**.
- En el **hemisferio derecho** se llevan a cabo tareas relacionadas con la **intuición y la creatividad**. Este hemisferio se encarga de la **música y el arte**.

¿Sabías que el hemisferio **derecho** se encarga del control de la **parte izquierda** de nuestro cuerpo y el hemisferio **izquierdo** de la **parte derecha**? ¡qué curioso: está cruzado!

Ambos hemisferios están formados por **cuatro lóbulos: frontal, parietal, temporal y occipital**. Cada uno lleva a cabo distintas funciones del cerebro:

- El **lóbulo frontal** se encarga de **planificar las acciones** que tenemos que realizar y de **regular las emociones**.
- El **lóbulo parietal** se ocupa de **dar significado a la información** que recibe de los sentidos.
- El **lóbulo temporal** se encarga de funciones que tienen que ver con la **memoria** o el reconocimiento de caras
- El **lóbulo occipital** encarga de procesar la **información visual**.

Como has podido ver, el cerebro es un órgano muy importante y por este motivo debemos cuidarlo y ejercitarlo. Te damos **5 consejos básicos**:

1. **Cubre la cabeza** con un casco cuando montas en bici o en moto.
2. **Toma alimentos saludables** que proporcionen energía a tu cerebro.
3. **Haz ejercicio físico**.
4. **Duerme al menos 8 horas** al día para que tu cerebro recargue las pilas
5. **Lee, juega y resuelve rompecabezas** y desafíos matemáticos para tener un **cerebro activo**.



Maestra Angélica

¿Verdad que el cerebro es maravilloso?