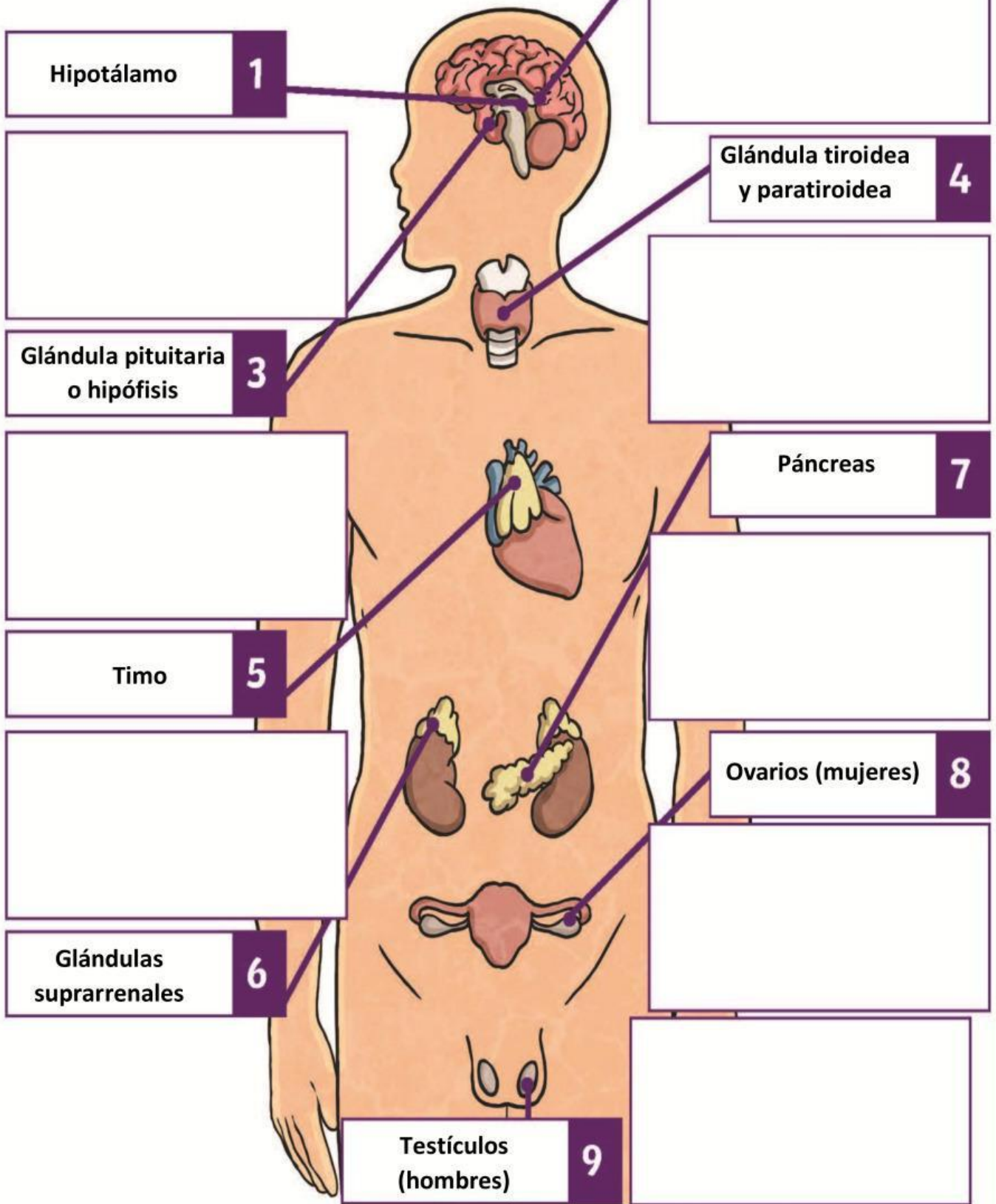


El sistema endocrino

Partes y funciones del sistema endocrino



Recojo de datos y análisis de resultados.

Piensa en tu cuerpo el día de hoy y marca con ✓ lo que has sentido. Luego escribe qué hormona podría estar actuando.

Sensación o cambio corporal	Lo sentí hoy ✓	Hormona relacionada
Hambre		
Sueño		
Crecimiento / estiramiento		
Cambios de ánimo / emociones		
Energía / fatiga		
Cambios en la voz o pelitos		

Responde las siguientes preguntas:

1. **La hipófisis produce:**

- A) Hormona de crecimiento
- B) Adrenalina
- C) Insulina
- D) Tiroxina

2. **¿Cuál de estas hormonas controla el azúcar en la sangre?**

- A) Adrenalina
- B) Insulina
- C) Estrógenos
- E) Hormona de crecimiento

3. **El sistema endocrino es importante porque:**

- A) Nos hace crecer muy rápido sin control
- B) Es la sede de nuestros sentimientos, sensaciones y emociones.
- C) Nos ayuda a controlar el cuerpo y las emociones mediante hormonas.
- D) Nos da fuerza solamente
- E) Todas las anteriores

5. **Las glándulas vierten las hormonas hacia:**

- A) la sangre
- B) la orina
- C) el cerebro

6. **Hormona que se libera en situaciones de peligro o pánico**

- A) Corticoides
- B) Adrenalina
- C) Tiroxina

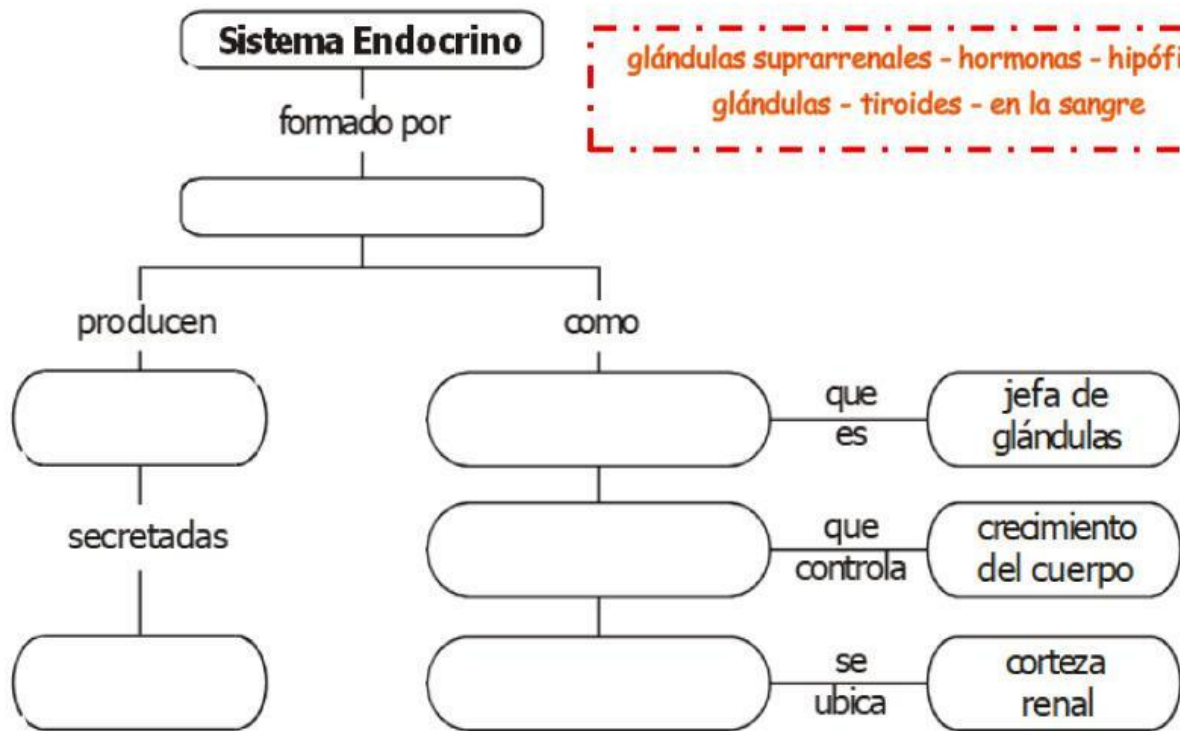
7. **Marca la relación correcta:**

- A) Ovarios - testosterona
- B) Testículos - progesterona
- C) Suprarrenal - tiroxina
- D) Páncreas - insulina
- E) Hipófisis - glucagón



❖ Organizamos lo aprendido:

1. Completa el mapa conceptual con las siguientes palabras:



2. Coloca el nombre de la glándula donde corresponde y colorea.

Investiga de diversas fuentes confiables y busca contrastar tu respuesta inicial con tu respuesta final sobre la pregunta de investigación:

¿Qué funciones cumple el sistema endocrino y cómo regula los cambios en nuestro cuerpo mediante las hormonas?

Respuesta al inicio de la actividad



Explicaciones finales

SEGUIMOS INVESTIGANDO

1. Recojo de datos y análisis de resultados.

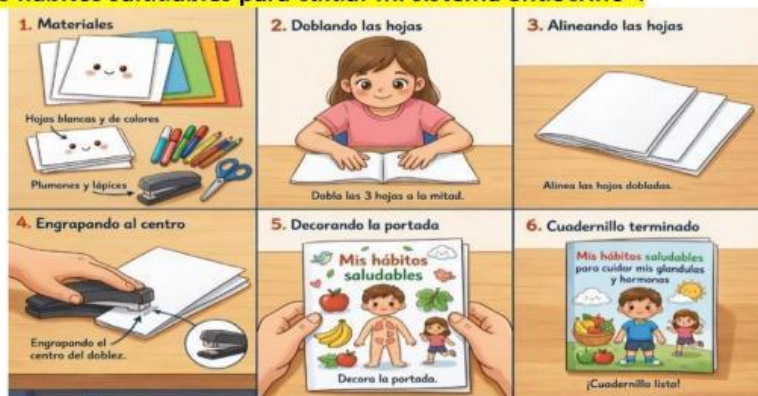
a. Completa el cuadro explicando cómo cada enfermedad del sistema endocrino afecta al cuerpo.

Enfermedad	¿Cómo afecta al cuerpo?	Explicación científica (usa "porque")
Diabetes	Aumenta el azúcar en la sangre, causa cansancio y mucha sed.	Ocurre porque el páncreas no produce suficiente insulina o no funciona bien, y la glucosa no puede entrar a las células.
Hipotiroidismo		
Gigantismo		
Enanismo		

Ahora que ya comprendimos cómo funcionan las hormonas y cómo las enfermedades afectan al cuerpo, elaboraremos un cuadernillo titulado **"Mis hábitos saludables para cuidar mi sistema endocrino"**.

Indicaciones para el estudiante (Manera manual)

- Dobra 3 hojas bond por la mitad
- Engrámpalas por el centro
- Obtendrás un cuadernillo de 6 caras
- Trabaja con orden, dibujos y buena letra.



1. Portada

Título: "Hábitos saludables para cuidar mi sistema endocrino".

Imagen sugerida: dibujo del sistema endocrino, niños haciendo ejercicio o comiendo sano.

2. Página 1: Conozco mis glándulas

Breve explicación: "El sistema endocrino está formado por glándulas que producen hormonas. Las hormonas ayudan a que nuestro cuerpo crezca, tenga energía y funcione bien."

Dibuja o pega las glándulas principales.

3. Página 2: Explica ¿Qué pasa si mis glándulas no funcionan bien?

Texto sencillo: "Si no cuidamos nuestras glándulas, podemos enfermarnos. Por ejemplo, algunas personas pueden tener diabetes, sentirse muy cansadas o crecer más lento."

4. Página 3: Hábitos saludables para cuidar mis glándulas

Lista de hábitos con su dibujo.

5. Página 4: Mi diario de hábitos saludables

Tabla para registrar 3 días:

Día	Desayuno saludable	Actividad física	Hora de dormir	Cómo me siento
1				
2				
3				

6. Página 5: Compromiso personal

Texto guía: "Me comprometo a cuidar mi sistema endocrino porque..."

Finalmente responde: ¿Por qué los hábitos saludables ayudan a prevenir enfermedades del sistema endocrino?

FECHA DE PRESENTACION DEL CUADERNILLO "HABITOS SALUDABLES" JUEVES 30 DE ABRIL