

### ACTIVIDAD # 3

<b>Tema:</b>	SISTEMAS DE COORDINACIÓN Y CONTROL
<b>Fecha:</b>	22 de abril del 2026
<b>Curso:</b>	Tercero BGU "D"
<b>Estudiante:</b>	

### CUADRO COMPARATIVO

**Instrucciones:** Escribe la respuesta correcta en cada cuadro de texto para comparar el Sistema Nervioso y el Sistema Endocrino.

Característica	Sistema Nervioso	Sistema Endocrino
<b>Vía de transmisión</b>	Impulsos eléctricos (Axones)	Química (Torrente sanguíneo)
<b>Velocidad de respuesta</b>		Lenta/Duradera
<b>Duración del efecto</b>		Persistente/Prolongada
<b>Mensajero principal</b>	Neurotransmisores	
<b>Funciones que regula</b>	Procesos rápidos (movimiento)	

### ANÁLISIS DE CASOS

**Instrucciones:** Lee los casos y selecciona la opción que mejor explica la situación o responde brevemente.

#### Caso A: El impacto del estrés crónico

Un estudiante duerme poco y consume energizantes. Presenta temblores y niveles altos de cortisol.

1. ¿Cómo afecta el cortisol alto al metabolismo a largo plazo?

[  ] (Escribe tu respuesta aquí)

2. ¿Qué hábito protege la regeneración neuronal?

Selecciona una opción:

### Caso B: Alimentación y metabolismo

Un paciente consume exceso de azúcares, obligando al páncreas a trabajar al máximo.

1. Si hay sobreexposición a la insulina, los receptores de las células diana:  
Selecciona una opción: (    )

### EL SEMÁFORO DEL CUIDADO

**Instrucciones:** Elige la letra correspondiente al sistema que se protege con cada acción: **N** (Nervioso), **E** (Endocrino) o **B** (Ambos).

1. Evitar sustancias psicotrópicas que alteran la sinapsis: (    )
2. Consumir sal yodada para el buen funcionamiento de la tiroides: (    )
3. Realizar actividad física para mejorar la sensibilidad a la insulina: (    )
4. Usar casco al usar bicicleta para evitar traumas craneales: (    )
5. Mantener horarios regulares de comida para la glucemia: (    )

