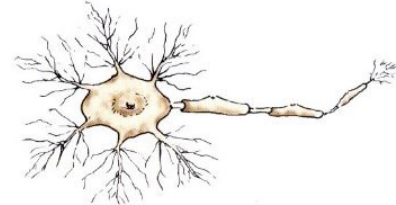


El Cerebro Humano

¿Qué es el sistema nervioso?

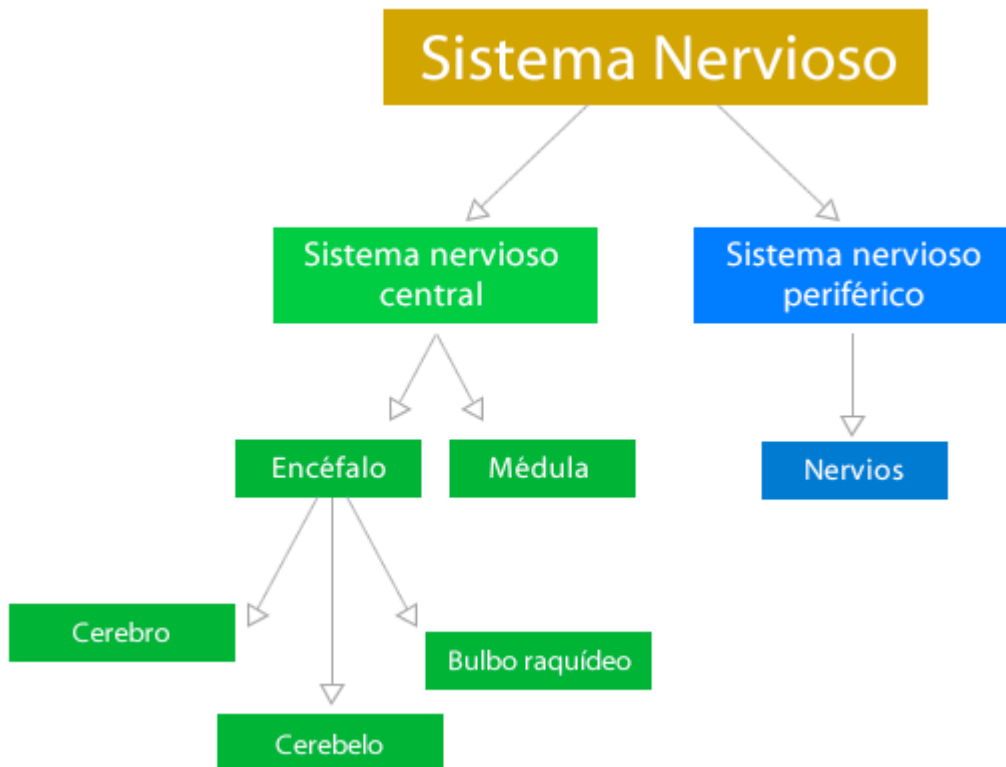
Es el sistema más complejo y sofisticado del cuerpo. Tiene la importante misión de regular y coordinar las funciones y actividades del cuerpo. Una de sus particularidades es que las células que la forman, a diferencia de las del resto del organismo, carecen de capacidad regenerativa.



Está formado por dos divisiones principales:

Sistema nervioso central, con encéfalo y la médula espinal.

Sistema nervioso periférico, con nervios.



Partes del cerebro



El cerebro tiene tres partes, llamadas el cerebelo, el cerebro y el tronco encefálico. El cerebelo tiene la tarea de controlar los músculos con los que te mueves voluntariamente, como hacer que tus piernas se muevan para correr o levantar los brazos sobre tu cabeza, señala Women's and Children's Health Network. El cerebro está a cargo de tus sentidos, oído, vista, tacto y gusto. El cerebro también se encarga de la personalidad, aprendizaje y discurso. El tallo de cerebro tiene la responsabilidad de la regulación de los sistemas del cuerpo que te mantienen vivo, corazón, pulmones, sistema circulatorio y los órganos, por ejemplo.

El poder del cerebro

Comparar el cerebro humano con una computadora es una comparación común. El cerebro es mucho más rápido y significativamente más potente que la supercomputadora más avanzada en existencia. El cerebro de cada persona tiene aproximadamente 100 billones de neuronas, según el sitio web de National Geographic Kids. Con cada pensamiento, movimiento voluntario e involuntario, visión y sonido, las señales se mueven entre neuronas para completar un proceso. De hecho, si cada neurona trabaja al mismo tiempo, estas señales en realidad podrían producir suficiente electricidad para iluminar una bombilla de bajo voltaje.



Hemisferio izquierdo y hemisferio derecho

El cerebro se divide en dos hemisferios, el hemisferio izquierdo y el derecho. La mitad derecha del cerebro está a cargo de los músculos en la mitad izquierda del cuerpo y viceversa, según Neuroscience for Kids, con la Universidad de Washington. A menudo, si una persona recibe daño a una mitad del cerebro, el lado opuesto del cuerpo sufre deterioro. La mitad derecha del cerebro domina trabajos tales como reconocimiento de la cara, la música y las imágenes visuales. La mitad izquierda del cerebro domina las funciones lógicas y matemáticas. Aunque cada mitad tiene sus áreas de dominio, las dos mitades trabajan juntas para funcionar.

Cuidados del cerebro



Una vez que el niño entienda las increíbles funciones y propiedades del cerebro humano, ayúdale a entender lo importante que es mantener su cerebro seguro y saludable. Llevar un casco al andar en bicicleta, patinar o andar en patineta permite evitar una lesión en la cabeza, si ocurre un accidente. Si tu hijo juega deportes como hockey o béisbol, usar casco protege su cabeza de una lesión. Comer frutas frescas, verduras, granos enteros y proteína ayuda a alimentar al cerebro. Los ácidos grasos esenciales presentes en las nueces son importantes para la salud del cerebro, según The Franklin Institute. El cerebro necesita entrenamientos regulares, también, con el estudio, trabajando con rompecabezas de números y letras y memorizando hechos.

actividad

1. ¿Qué funciones cumple cada hemisferio del cerebro?
2. ¿Cuál es el hemisferio de cerebro encargado de la memoria?
3. ¿Por qué se puede comparar el cerebro con una computadora?
4. Consulta hasta que edad se termina el crecimiento y desarrollo del cerebro.
5. Escribe una lista de diez ejercicios que puede realizar un niño que desea mantener en forma su cerebro.