



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del alumno:

Monica Isabel Morales Toledo

**Nombre del profesor: Gladys Elena
Gordillo Aguilar**

Nombre del trabajo: Agua

Materia: Bioquímica

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 1 A

Comitán de Domínguez Chiapas a 18 de Enero del 2020

AGUA

INTRODUCCION

El agua tiene un funcionamiento importante en el cuerpo cuando nacemos nuestro cuerpo obtiene el 75% de agua y en la edad adulta tenemos únicamente el 60% gran parte de esta habita en el agua intracelular y el resto en el agua extracelular.

El agua constituye mas de un 60% del peso corporal ya que es demasiado esencial para nuestra vida diaria y sin ella tardaríamos o sobre viviríamos solamente unos días.

Cuando obtenemos agua no solo lo hacemos con un fin si no que tiene determinadas funciones, ayudan a construir células y algunos fluidos corporales también nos sirve como medio disolvente y reactivo, aparte de hidratar a nuestro cuerpo ayuda a que nuestro cuerpo a eliminar residuos que son malas para nuestro cuerpo mediante la orina, también es una forma de transportar nutrientes.

El agua no solo tiene una función en el cuerpo si no también en la vida diaria puesto que tiene y se utiliza para varias cosas como para lavarnos las manos, la cara, la ropa, traste, verduras, entre otras cosas, es considerado una parte demasiado importante y vital para nuestra vida y rutina diaria.

En el mundo el agua esta constituido por un 70% en lagos, ríos, en los océanos en el aire, en el suelo, esto ayuda a regular el clima entre otras cosas importantes.

Para esto debemos tener en cuenta lo importante que es tomar agua y mantenernos hidratados pues al no ser así tendríamos consecuencias, nuestro cuerpo tendría una reacción diferente y ese sería el comienzo de algunas enfermedades.

En este documento podremos hablar de sus reactivos, enfermedades provocadas por deshidratación, agua en general entre otras cosas.

PROPIEDADES QUE HACEN UNICA E INDISPENSABLE EL AGUA EN LA VIDA COTIDIANA

Existen tres fases del agua, solido, líquido y gaseoso, estos están dentro de limite de temperatura y de la tierra, el agua dentro de las células es de aproximadamente de un 80% ya que es la que protege las moléculas que están disueltas o contenidas por ellas.

Algunos ejemplos de estas son:

- Algunas propiedades al congelarse se pueden expandir más.
- Pueden disolver sustancias iónicas.
- Puede estabilizar la temperatura de el agua antes de la congelación.

- Que tenga una transferencia de calor de vapor a los cuerpos de agua y el calor atmosférico.
- La tensión de la superficie es la que hace el agua pueda moverse a través de las plantas y de nuestros vasos sanguíneos en el cuerpo.

MOLECULA DE AGUA.

Los átomos de hidrogeno se unen a un lado del oxigeno formando una molécula de agua, estos tienen de un lado una carga positiva y del otro una carga negativa esto hace que se atraigan entre ellas.

COMPOSICION DEL AGUA NATURAL:

La salinidad del agua está compuesta por algunos reactivos como lo son el calcio, sodio, magnesio, potasio y en los aniones está el sulfuro, cloruros y bicarbonatos.

Algunos elementos minoritarios como el silicio, el nitrógeno y el hierro ya que tienen una gran importancia en lo biológico, ya que el proceso biológico en estar en contraste con el proceso químico-físico ya que ayudan a que estos nutrientes estén menos tiempo en el cuerpo del agua a comparación que el de los iones.

SALES MINERALES:

Algunos organismos presentan sus composiciones en sales minerales, algunos en sólidas y en otras disueltas las sales disueltas minerales aportan aniones que están en diferentes reacciones del metabolismo

Las partículas dispersas pueden provocar tres fenómenos en relación con el movimiento esta dividido en la difusión, la diálisis y la osmosis.

La difusión es el medio por el cual está el movimiento de las moléculas y hace que pueda moverse a todos lados y diferentes direcciones llenando todos los espacios posibles de la célula del agua.

La diálisis es la forma que separan varios solutos o reactivos a través de una membrana cuya permeabilidad solo permite el acceso a las partículas más pequeñas.

La osmosis este se produce cuando dos reactivos o soluciones se separan por una membrana en la cual se disuelve el líquido de menor concentración hasta el mayor para encontrar un equilibrio entre ambas.

NECESIDADES DE AGUA

Algunos cuerpos no pueden almacenar suficiente agua por esa razón cuando perdemos demasiada agua al hacer alguna actividad o estar en constante movimiento debemos tener en cuenta que tenemos que tomar una mayor cantidad de agua posible para así mismo tener un buen funcionamiento en el organismo.

En el caso de la sed en personas que están saludables es muy normal, pero en caso de los bebés, deportistas o personas mayores tendrán que programar ciertos horarios ya que si no se hace esto podrían tener un desequilibrio en el balance de hídrico que podría afectar la salud o el rendimiento físico.

Este compuesto por varios factores:

- En ellas está el agua corporal:
El agua corporal que esta que incluye el líquido extracelular y el líquido intracelular representan el 60 o 55% del peso corporal este sin embargo va cambiando conforme va creciendo.
- La sed:
Es el deseo de beber que puede ser inducido fisiológicas o conductuales y esto hace que el ser humano al consumir obtenga mas nutrientes de los que perdió.

Otro de las funciones producidas por el agua o provocada por el agua se:

- Deshidratación.
Cuando no se reponen los líquidos perdidos provoca un desequilibrio hídrico. Algunas de sus consecuencias pues ser los mareos, dolor de cabeza, disminución del rendimiento físico y mental entre otras.
Este puede estar dividido en dos partes que es la perdida de agua y la menor ingestión de agua, ambas producen enfermedades
La perdida de agua produce trastornos gastrointestinales, sudoración, quemaduras, de primer o segundo grado, hemorragias, poliuria etc.
Y la menor ingestión de agua produce imposibilidad del acceso al agua, trastornó de la ingestión de agua y el cómo.

El agua hace lo siguiente para la salud:

- El agua lleva nutrientes para el cuerpo y las células
 - El agua ayuda a convertir alimentos en energía.
 - El agua protege y amortigua los órganos vitales.
 - El agua lubrica las coyunturas.
 - El agua regula la temperatura del cuerpo.
 - El agua humedece el oxígeno para respirarlo
- Entre otras

ENFERMEDADES QUE CURSAN POR UNA PERDIDA EXCESIVA DE AGUA

Existe deshidratación extracelular con perdida importante de la volemia.

La concentración de partículas osmóticamente activas en una disolución

La hiponatremia intensifica la deshidratación extracelular ya que favorece el paso del agua al interior de la célula.

Algunos de los consejos para obtener mas líquidos y controlar la deshidratación son:

- Tomarse un vaso de agua al levantarse todos los días
- Tomas varios vasos grandes de agua
- Si usted tiene problemas de estreñimiento, tal vez se deba a que no está tomando suficiente agua.
- Lleve una botella de agua y beba periódicamente entre comidas.
- Las personas que sufren de alergias o que toman algún medicamento deben tratar de alcanzar las metas de consumo de líquidos descritas antes

- Beba 1 a 2 tazas de líquido 30 minutos antes de hacer ejercicio, y de 1/2 a 1 taza cada 1 minutos durante el ejercicio.

LOS LIQUIDOS EXTRACELULAR E INTRACELULAR:

el liquido extracelular como medio para el intercambio de sustancias entre el ECF y las células, y esto puede tener lugar mediante la disolución, mezcla y transporte en el medio fluido.

El liquido intracelular es el que esta en el interior de la celula y se encarga de regular el paso en uno y otro sentido de las sustancias disueltas a ambos lados.

CONCLUSION

El agua es un componente importante en la vida diaria y en la salud pues el mundo y nuestro cuerpo contienen una gran cantidad de ella.

Debemos de tener cuidado siempre y recordar que a mayor desgaste de agua tenemos que tomar un poco mas de agua para evitar una deshidratación.

Conocer las propiedades del agua nos ayudara mas a comprender su función y para que sirve, asi mismo aprender mas de la composición y sus reactivos.

los estudios demuestran que el agua es vital para la vida diaria y para tener una vida saludable, nos indica como podemos mantenernos bien y como es posible que el organismo digiere todo esta.

Referencias

cirelli, A. f. (3 de diciembre del 2012). *el agua un recurso esencial* . buenos aires, argentina : quimica viva .

. Fernández-Martín JL, Benito Cannata-Andía J. Agua de bebida como elemento de la nutrición. *Barcelona Med Clin* 2008

Armstrong LE. (2005) Técnicas de evaluación de la hidratación. *Nutr Rev.*6

Jéquier E, Constant F. El agua como nutriente esencial: la base fisiológica de la hidratación. *Eur J Clin Nutr.* [Online] 2 de septiembre 2009.