



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Nombre De La Alumna: María Edie Dominguez
Valenzuela

Materia: Anatomía y Fisiología II

Maestro: Lic. Miguel Ángel López

Carrera: Enfermería

Grado: 2º

Tarea: Ensayo

Aparato cardiovascular: Corazón, venas y arterias.

El estudio del aparato cardiovascular es fundamental para comprender el funcionamiento del cuerpo humano. Desde la sangre hasta el corazón y los vasos sanguíneos, cada componente desempeña un papel crucial en la supervivencia y el bienestar del organismo. Durante esta unidad, he aprendido cómo estos elementos trabajan en conjunto para mantener la homeostasis y garantizar el transporte de oxígeno y nutrientes a todas las células del cuerpo.

Uno de los aspectos más fascinantes es la sangre y sus funciones. Este tejido conectivo líquido no solo transporta oxígeno y sustancias esenciales, sino que también participa en la regulación de la temperatura corporal, la defensa inmunológica y la coagulación. Saber que un adulto tiene entre 5 y 6 litros de sangre me hizo reflexionar sobre la importancia de mantener su equilibrio. La hematopoyesis, el proceso de formación de las células sanguíneas, es otro tema clave, ya que a lo largo de la vida estas células se renuevan constantemente en la médula ósea. Además, los distintos tipos de células sanguíneas tienen funciones específicas: los eritrocitos transportan oxígeno, los leucocitos defienden al organismo de infecciones y las plaquetas permiten la coagulación para evitar hemorragias. Esta diversidad de funciones hace que la sangre sea un componente vital para la vida.

El corazón, ese órgano incansable que late sin cesar, es el motor de este sistema. Su anatomía y funcionamiento me han permitido entender mejor su importancia. Las cámaras del corazón, las válvulas y los vasos sanguíneos están organizados de manera que garantizan un flujo sanguíneo eficiente. La circulación sistémica y la pulmonar trabajan en conjunto para oxigenar la sangre y distribuirla por todo el cuerpo. Aprender sobre el ciclo cardíaco y la forma en que el corazón se contrae y relaja para bombear la sangre me permitió comprender mejor los latidos del corazón y su importancia en la salud cardiovascular.

Asimismo, el estudio de las válvulas cardíacas me hizo apreciar su función en evitar el reflujo sanguíneo y asegurar que la sangre fluya en la dirección correcta. La importancia del gasto cardíaco, que determina cuánta sangre es bombeada por el corazón en un minuto, me llevó a reflexionar sobre la relevancia de mantener un estilo de vida saludable para optimizar el funcionamiento de este órgano. Es sorprendente pensar que el corazón late en promedio unas 100,000 veces al día y bombea alrededor de 7,500 litros de sangre diariamente. Estos datos me hacen valorar aún más la necesidad de cuidarlo.

Este aprendizaje no solo es teórico, sino también aplicable en el ámbito de la salud. Conocer las patologías cardiovasculares, como la hipertensión o la insuficiencia cardíaca, me hizo tomar conciencia sobre los riesgos asociados a malos hábitos y la importancia de la prevención. Como futuro profesional de la salud, me motiva saber que podré contribuir al bienestar de las personas aplicando estos conocimientos en la práctica clínica. Aprender sobre factores de riesgo, como el tabaquismo, la mala alimentación y la falta de ejercicio, me ha ayudado a comprender cómo se pueden prevenir muchas enfermedades cardiovasculares con pequeños cambios en el estilo de vida. Además, entender la fisiopatología de condiciones como la arteriosclerosis y el infarto me ha permitido visualizar cómo el deterioro de los vasos sanguíneos puede afectar la salud general.

Otro aspecto relevante de esta unidad fue el aprendizaje sobre la circulación sanguínea y el papel de las arterias, venas y capilares. Saber cómo la sangre fluye desde el corazón hacia el resto del cuerpo y luego regresa es fundamental para comprender muchas patologías. Aprendí que las arterias transportan sangre rica en oxígeno, mientras que las venas llevan sangre desoxigenada de vuelta al corazón. Los capilares, por su parte, permiten el intercambio de gases y nutrientes a nivel celular. Este sistema tan preciso y bien organizado me ha hecho admirar la complejidad del cuerpo humano y la importancia de su cuidado.