



Nombre del Alumno: Guadalupe Moshan Vázquez

Nombre del profesor: María José Hernández Méndez
Cuatrimestre: 6

Nombre de la Materia: Enfermería medico Qx

Nombre de la Licenciatura : Enfermería

Lugar y Fecha de elaboración: Comitán de Domínguez 14
de julio del 2025

La piel es el órgano más grande del cuerpo humano y actúa como una barrera protectora que recubre toda la superficie externa. Es un órgano vivo y dinámico con múltiples funciones esenciales para la salud y el bienestar general



Funciones de la piel:

•Protección:

•La piel protege el cuerpo de factores externos como bacterias, sustancias químicas, radiación ultravioleta (UV) y lesiones mecánicas.

•Regulación de la temperatura corporal:

•La piel ayuda a mantener la temperatura corporal a través de la sudoración y la regulación del flujo sanguíneo en los vasos sanguíneos.

Sensibilidad:

La piel contiene terminaciones nerviosas que permiten percibir sensaciones como el tacto, la presión, el calor, el frío y el dolor

Absorción y excreción:

La piel puede absorber algunas sustancias y también participa en la eliminación de desechos a través del sudor.

Estructura de la piel:

La piel está compuesta por tres capas principales:

Epidermis:

Es la capa más externa y delgada, que actúa como barrera protectora contra el medio ambiente.

Dermis:

Es la capa intermedia, más gruesa y elástica, que contiene vasos sanguíneos, nervios, folículos pilosos, glándulas sudoríparas y sebáceas

Hipodermis (tejido subcutáneo):

Es la capa más profunda, compuesta principalmente por tejido adiposo (grasa), que ayuda a aislar el cuerpo y protegerlo de lesiones.



Varios factores favorecen el cuidado de la piel, tanto internos como externos. Una dieta saludable, la hidratación adecuada, la protección solar y la reducción del estrés son clave. Además, factores como la genética y las hormonas también juegan un papel importante en la salud de la piel.

Factores internos

Genética:

La predisposición a ciertos tipos de piel (seca, grasa, mixta, sensible) y problemas como acné o dermatitis, puede ser hereditaria

Hormonas:

Cambios hormonales, especialmente durante la pubertad, embarazo o menopausia, pueden afectar la producción de sebo y causar brotes de acné o sequedad.

Edad:

La producción de colágeno y elastina disminuye con la edad, lo que puede llevar a la pérdida de firmeza y elasticidad de la piel

Factores Externos:

Protección solar:

La exposición excesiva al sol puede causar daños en el ADN de la piel, acelerar el envejecimiento y aumentar el riesgo de cáncer de piel.

Hidratación:

Beber suficiente agua y usar cremas hidratantes ayuda a mantener la piel flexible y prevenir la sequedad

Higiene:

Limpiar la piel suavemente para eliminar impurezas y células muertas, pero sin usar productos agresivos que puedan resecaarla



Conclusión

La piel es un órgano vital que juega un papel fundamental en nuestra salud y bienestar. Es importante cuidarla y protegerla para mantener su función y prevenir problemas de salud. Su función protectora, reguladora y sensorial la convierte en un componente esencial de nuestro cuerpo. Para mantener su salud, y función es importante cuidarla y protegerla del sol, la sequedad y otros factores que puedan dañarla. Al hacerlo podemos prevenir problemas de salud. La piel es un reflejo de nuestra salud interna, por lo que importante cuidar de nuestra piel.

BIBLIOGRAFÍA

1. Libro LO ESENCIAL EN SISTEMA RENAL Y URINARIO 4ED JONES ELSEVIER / EDICIONES HARCOURT, S.A.
2. Libro PRINCIPIOS DE MEDICINA INTERNA HARRISON mcgraw-Hill
3. Libro ANATOMIA CON ORIENTACION CLINICA KEITH L. MOORE Lippincott
4. Video ANATOMIA Y FISIOLOGIA DEL SISTEMA DIGESTIVO
<https://www.youtube.com/watch?V=dxklbnya1k4>