



Mi Universidad

Nombre del Alumno: ELIAS MOISES RODRIGEZ MORALES

Nombre del tema: La piel.

Parcial: 1 PERCIAL

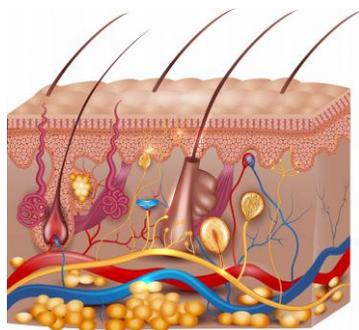
Nombre de la Materia: Enfermería médico quirúrgica II.

Nombre del profesor: María José Hernández Méndez

Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA

Cuatrimestre: 6 CUATRIMESTRE

La piel.



¿Qué es la piel?

La piel es el órgano más grande del cuerpo humano. Es una **cubierta externa** que protege al organismo del medio ambiente. Está formada por células y estructuras especializadas que cumplen funciones de protección, regulación, sensibilidad y síntesis de sustancias.



Funciones de la piel

1. **Protección:** Actúa como barrera física y química frente a microorganismos, golpes, sustancias tóxicas, radiación UV y deshidratación.
2. **Regulación térmica:** Controla la temperatura corporal mediante la sudoración y la vasodilatación o vasoconstricción de los vasos sanguíneos.
3. **Sensibilidad:** Contiene terminaciones nerviosas que perciben estímulos como dolor, presión, calor y frío.
4. **Excreción:** Elimina desechos mediante el sudor.
5. **Síntesis:** Produce vitamina D al exponerse a la luz solar.
6. **Estética y comunicación:** Refleja el estado de salud y participa en la identidad y comunicación no verbal.



Factores que la dañan

- ✗ Exposición excesiva al sol sin protección.
- ✗ Fumar y consumir alcohol en exceso.
- ✗ Mala alimentación y deshidratación.
- ✗ Estrés crónico.
- ✗ Uso de productos agresivos o irritantes.
- ✗ Contaminación ambiental.
- ✗ Falta de sueño y descanso.
- ✗ Rascado excesivo o automutilación.

Anatomía y fisiología de la piel

Anatomía:

La piel se divide en **tres capas principales**:

1. **Epidermis:** Capa más externa. Formada principalmente por queratinocitos. Contiene melanocitos (producen melanina) y células de Langerhans (función inmune).
2. **Dermis:** Capa intermedia, más gruesa. Contiene colágeno, fibras elásticas, vasos sanguíneos, terminaciones nerviosas, folículos pilosos y glándulas sudoríparas y sebáceas.
3. **Hipodermis (o tejido subcutáneo):** Capa más interna. Compuesta por tejido adiposo que actúa como reserva energética, aislante térmico y amortiguador de golpes.

Fisiología:

- **Renovación celular:** Las células de la epidermis se renuevan continuamente.
- **Producción de sudor y sebo:** Mantiene la hidratación y equilibrio ácido.
- **Respuesta inmunológica:** Protege contra infecciones.

Factores que favorecen su cuidado

- ✓ Alimentación balanceada, rica en vitaminas A, C, E y antioxidantes.
- ✓ Hidratación adecuada (beber suficiente agua).
- ✓ Higiene diaria, usando jabones suaves.
- ✓ Protección solar (uso de bloqueador).
- ✓ Evitar tabaco y exceso de alcohol.
- ✓ Dormir bien.
- ✓ Actividad física regular.
- ✓ Uso de cremas humectantes adecuadas para el tipo de piel



Conclusión

La piel es un órgano vital que actúa como la primera línea de defensa del cuerpo, protegiéndolo de agentes externos, regulando la temperatura, percibiendo estímulos y participando en funciones esenciales como la síntesis de vitamina D. Su anatomía y fisiología están perfectamente diseñadas para mantener el equilibrio y la salud general del organismo, a través de sus capas: epidermis, dermis e hipodermis.

Mantener la piel saludable requiere de cuidados diarios como una buena alimentación, hidratación, higiene y protección solar. Factores como la exposición excesiva al sol, el tabaco, la mala alimentación y la contaminación pueden deteriorarla, afectando tanto su función como su apariencia. Por ello, es fundamental adoptar hábitos que favorezcan su cuidado y evitar conductas que la dañen, garantizando así su papel protector y estético a lo largo de la vida.