

TALMANUS CORPUL NOSTRU – LĂCAȘUL SUFLETULUI

Figura 1: Dignit Omnia – O viață demnă pentru toți

Figura 2: Corpul nostru – lăcașul sufletului

Figura 3: Cum arată corpul nostru înăuntru?

- Avem nevoie de corp pentru a putea trăi. De aceea, este important să învățăm mai mult despre propriul nostru corp pentru a-l putea îngriji într-un mod adecvat. Când ne îngrijim corpul, ne simțim bine și putem fi mai sănătoși și avea o viață mai lungă.
- În interiorul corpului există organe, fiecare dintre ele îndeplinind o anumită sarcină. În corp există peste 40 de organe diferite și vom studia mai îndeaproape câteva dintre ele.

Figura 4: Inima

Sarcina inimii este aceea de a pompa sângele în corp. În sânge există oxigen, de care au nevoie toate organele noastre. Oxigenul este adus de sânge când acesta trece prin plămâni noștri. Oxigenul este vital pentru noi. Dacă nu avem suficient oxigen în corp, murim. Poți simți fiecare bătaie de inimă ca un impuls. Încearcă singur să pui două degete pe partea interioară a mâinii.

Figura 5: Plămâni

Sarcina plămânilor este aceea de a respira pentru noi pentru a ne umple corpul cu oxigen. După ce toate organele corpului au primit sângele pompat de inimă, sângele se pompează înapoi în plămâni cu bioxidul de carbon de care corpul nu are nevoie și pe care îl expirăm. Când inspirăm, coșul pieptului se mărește, iar când expirăm se micșorează. Pune o mână pe coșul pieptului și vei simți mișcările corpului. Plămâni sunt afectați de fumat, aceasta putând duce la diferite boli de plămâni.

Figura 6: Creierul

- Creierul este centrul de control al corpului primind semnale din restul corpului, care spun de exemplu că ne este foame, simțim dureri, ne este frig sau ne este teamă.
- Creierul poate fi afectat de alcool și stupefiante.

Figura 7: Scheletul

Scheletul corpului este acela care face ca noi să putem merge și sta în picioare. Scheletul constă din mai mult de 200 de oase. Noi folosim scheletul aproape tot timpul și este important să facem aceasta. Scheletul se întărește când facem mișcare. Dacă stăm nemișcați toată ziua, scheletul devine fragil și se rupe mai ușor.

Figura 8: Mușchii

Corpul este plin de mușchi. Mușchii atașați pe schelet fac să ne putem mișca. Inima este și ea un mușchi care pompează sângele în corp.

Figura 9: Stomacul

Stomacul constă din mai multe părți. Când înghiți mâncarea, aceasta trece mai întâi prin esofag și ajunge în stomacul propriu-zis, care prelucrează mâncarea. După aceea, mâncarea trece în intestine, unde se absorb toate substanțele nutritive. Din păcate, corpul absoarbe și substanțele nefolositoare pe care le mâncăm, cum ar fi zahărul și băuturile răcoritoare. Atunci ne simțim prost. De aceea, este bine să știm ce este o mâncare bună pentru a ne simți bine.



Ce este o mâncare bună?

Corpul are nevoie de glucide (de exemplu fructe și cartofi), proteine (de exemplu carne și fasole) și grăsimi (de exemplu avocado și unt). Cel mai important este să mâncăm mâncăruri variate cu multe legume.

Ce este o mâncare proastă?

Consumul de zahăr și sare în cantități mari nu este bun pentru corp. Acestea se află în pâinea albă, în băuturile răcoritoare, în paste făinoase și în tăiței de făină. Aceste mâncăruri nu sunt bogate în substanțe nutritive.

Figura 10: Pielea

Pielea este și ea un organ, cel mai mare organ al corpului. Pielea este vie și o schimbăm mereu. Pielea îndeplinește funcțiuni importante cum ar fi: protejarea organelor interne ale corpului, simte atingeri, reglează temperatura corpului și altele.

Figura 11: Organele genitale ale bărbatului

Organele noastre genitale sunt la fel de importante ca și celelalte organe. Avem nevoie de ele pentru a putea urina, a ne face plăcerile sau pentru a face copii. Organele genitale arată în mod diferit la bărbați și la femei. Organele genitale ale bărbatului
Bărbatul are un penis și testicule în exteriorul corpului. În interiorul corpului se află o vezică, unde se strânge urina, care apoi este urinată prin penis. În interiorul corpului mai există și o vezică în care se formează sperma, care face ca femeia să rămână gravidă la ejaculare. Lângă rect se află prostata. Cancerul de prostată este o boală obișnuită la bărbați.

Figura 12: Organele genitale ale femeii

Organele genitale ale femeii constau din vagin. În interiorul corpului se află o vezică, unde se strânge urina, care apoi este urinată printr-un orificiu deasupra vaginului. În interiorul corpului se află și uterul, unde se dezvoltă copilul în caz de graviditate.

Figura 13: Graviditate

La vârsta de adolescență femeia începe să aibă ovulații. Aceasta înseamnă că o dată pe lună un ou are posibilitatea să fie fecundat în uter. Când oul este fecundat acesta rămâne fixat în uter și evoluează într-un copil. Dacă oul nu se fecundează, acesta își continuă deplasarea prin vagin printr-o sângerare, care se numește menstruație. Aceasta este cu totul normal.
Dacă o graviditate nu evoluează bine, corpul o întrerupe el însuși. Aceasta se numește întrerupere de sarcină și poate fi însoțită de dureri abdominale și sângerări puternice. Dacă te simți rău, contactează asistența medicală.

