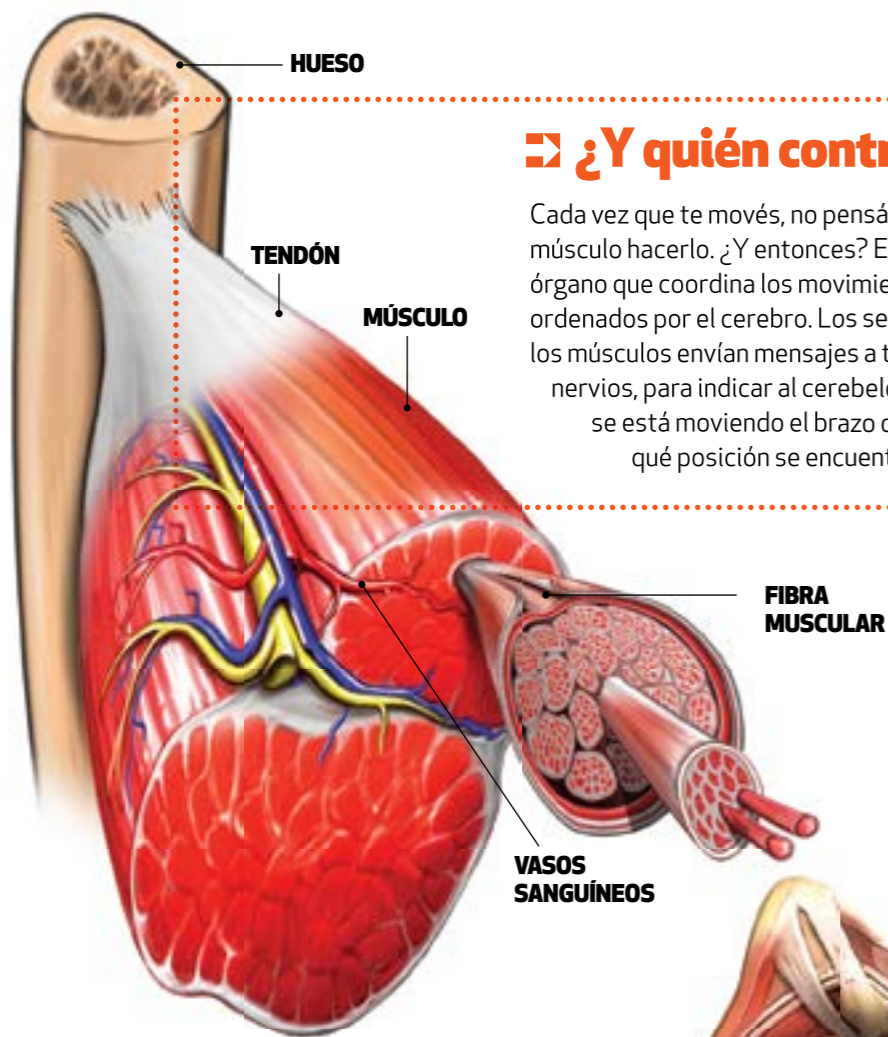


LOS MÚSCULOS

Son organizaciones de tejidos que actúan en conjunto y están unidos a los huesos por medio de los tendones. Junto con el sistema óseo, hacen posible que podamos movernos. Los músculos de nuestros brazos sirven, entre otras cosas, para levantar pesos, y los de nuestras piernas para correr, saltar y jugar. Los del cuello mantienen erguida nuestra cabeza. Y los de la cara los usamos para hacer muecas, guiños, para reírnos, para llorar o para expresarnos. Otros músculos, como los del pecho, nos ayudan a respirar, y los que están en el ojo, a enfocar la imagen. El cuerpo humano tiene más de 650 músculos, que constituyen la mitad del peso corporal de una persona. Se pueden dividir en tres tipos: esqueléticos (están unidos a huesos, principalmente en piernas, brazos, abdomen, pecho, cuello y cara), lisos (las paredes del estómago y de los intestinos, por ejemplo) y el músculo cardíaco, que se encuentra en el corazón. Tanto los músculos lisos como el cardíaco actúan solos, independientemente de nuestra voluntad.



HUESO

TENDÓN

MÚSCULO

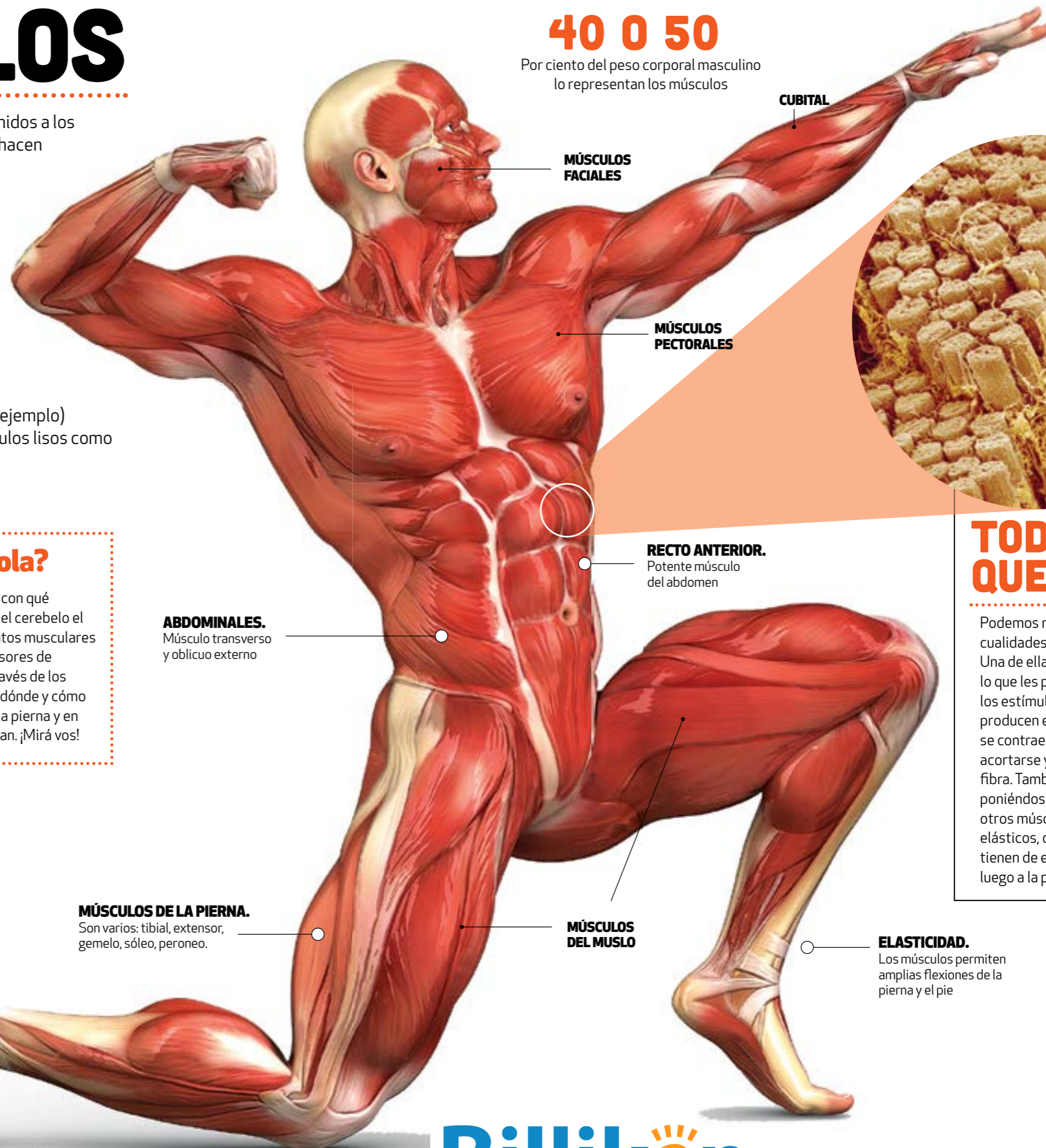
FIBRA MUSCULAR

VASOS SANGUÍNEOS

¿Y quién controla?

Cada vez que te movés, no pensás con qué músculo hacerlo. ¿Y entonces? Es el cerebelo el órgano que coordina los movimientos musculares ordenados por el cerebro. Los sensores de los músculos envían mensajes a través de los nervios, para indicar al cerebelo dónde y cómo se está moviendo el brazo o la pierna y en qué posición se encuentran. ¡Mirá vos!

650
MÚSCULOS TIENE EL SER HUMANO.



40 0 50

Por ciento del peso corporal masculino lo representan los músculos

CUBITAL

MÚSCULOS FACIALES

MÚSCULOS PECTORALES



RECTO ANTERIOR.
Potente músculo del abdomen

ABDOMINALES.
Músculo transverso y oblicuo externo

MÚSCULOS DE LA PIERNA.
Son varios: tibial, extensor, gemelo, sóleo, peroneo.

MÚSCULOS DEL MUSLO

ELASTICIDAD.
Los músculos permiten amplias flexiones de la pierna y el pie

TODO LO QUE HACEN

Podemos reconocer cuatro cualidades básicas de los músculos. Una de ellas es que se excitan, lo que les permite responder a los estímulos o cambios que se producen en el ambiente. Otra, que se contraen, generando fuerza al acortarse y haciendo más gruesa la fibra. También pueden extenderse, poniéndose rígidos mientras otros músculos se relajan. Y ser elásticos, que es la capacidad que tienen de estirarse para volver luego a la posición original.

200
MÚSCULOS UTILIZAMOS AL MISMO TIEMPO CADA VEZ QUE CAMINAMOS