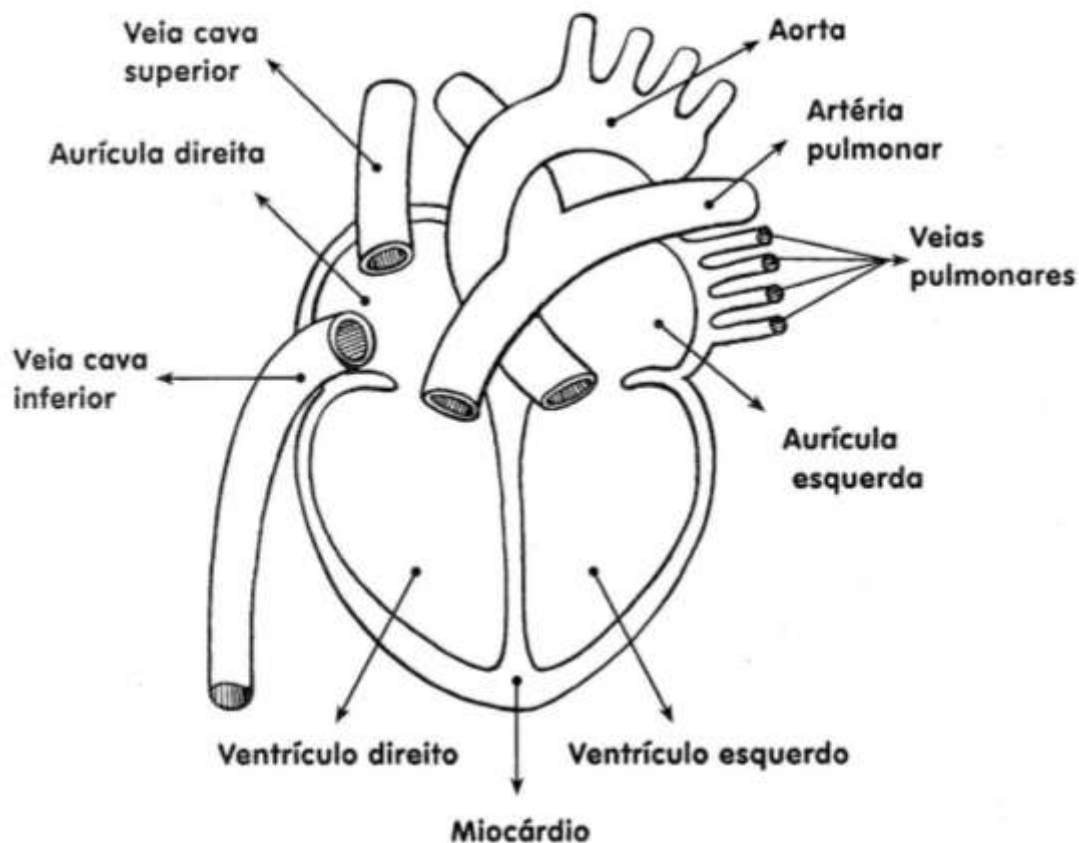


O CORAÇÃO

O coração é uma poderosa "bomba" que distribui o sangue para todo o corpo. Ele se localiza no interior do tórax, entre os dois pulmões.

O coração é constituído por quatro cavidades: duas superiores, as aurículas (também chamado átrios), e duas inferiores, os ventrículos.



O sangue do corpo chega ao coração através das **veias cavas**. Esse sangue é rico em dióxido de carbono, por isso recebe o nome de **sangue venoso**.

Das veias cavas (inferior, que traz o sangue venoso do corpo, e superior, que traz o sangue venoso da cabeça e do pescoço), o sangue entra no coração pela aurícula direita e passa ao ventrículo direito.

Do ventrículo o sangue é impulsionado para os pulmões por meio da artéria pulmonar.

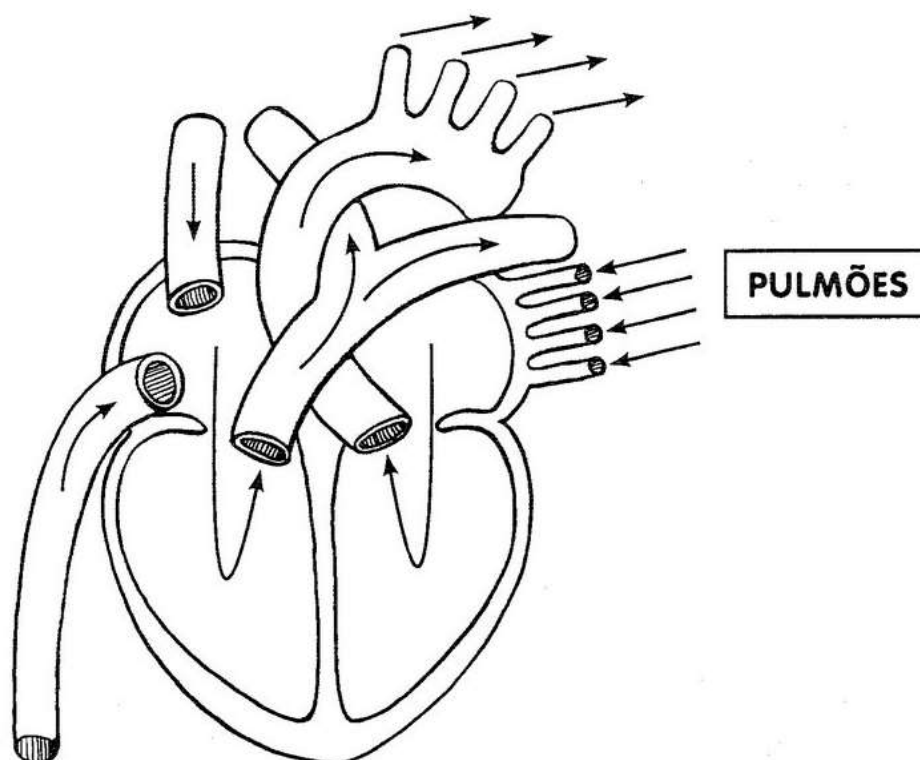
No interior dos alvéolos pulmonares, ocorre a troca gasosa (**hematose**), ou seja, o gás carbônico é trocado pelo oxigênio, e o sangue torna-se **arterial**. O sangue arterial retorna ao coração pelas veias pulmonares e chega à aurícula esquerda. Da aurícula, o sangue passa para o ventrículo esquerdo e sai do coração pela artéria aorta, que distribui o sangue arterial (rico em oxigênio) a todas as partes do corpo, chegando às células.

LIGUE-SE NESTA!

- ① Veja o quadro abaixo. Dentro dele há oito palavras relacionadas com o sistema circulatório. Procure-as e escreva-as abaixo.

ARTÉRIAS CORAÇÃO VEIAS CAPILARES SANGUE ÁTRIOS VENTRÍCULO CIRCULAÇÃO

- ② Pinte o trajeto do sangue dentro do coração. Use a cor azul para representar o sangue venoso e a cor vermelha para o sangue arterial.



"O PULSO AINDA PULSA"

Vamos sentir a pulsação?

Coloque os dedos indicador e médio da mão direita sobre o pulso da mão esquerda, logo abaixo da articulação e mais perto do polegar, conforme a figura.



Pressione levemente o pulso com os dedos, até sentir a pulsação.

Marque 15 segundos no relógio e, ao mesmo tempo, vá contando batidas.

Multiplique o número de batidas que você contou por 4 e terá o resultado de sua pulsação em 60 segundos, ou seja, 1 minuto.

VOCÊ SABIA?

O coração bate em média 80 vezes por minuto, quando a pessoa está parada, e pode chegar a 150 batidas por minuto durante uma corrida.

A pressão arterial consiste na pressão exercida pelo sangue contra as paredes das artérias. Uma pressão normal de uma pessoa jovem e com boa saúde é de 12X8.

① Qual foi a sua pulsação em 1 minuto?

② Caso faça uma corrida, a sua pulsação continuará a mesma? Por quê?

③ Qual é o órgão que funciona como uma bomba e impulsiona o sangue para todas as partes do corpo?

☐

Cérebro

☐

Coração

☐

Rins

④ Você tem o hábito de medir a sua pressão arterial?

☐

Sim

☐

Não



⑤ Qual foi a última vez que mediu a sua pressão? Qual o resultado?

⑥ Você acha importante controlar a pressão? Por quê?

⑦ O que pode acontecer a uma pessoa que não controla a sua pressão alta? Quais as causas e as consequências sobre o organismo? Pesquise.

