

**UNIVERSIDAD DEL TOLIMA
FACULTAD DE CIENCIAS Y EDUCACIÓN
IDEAD
BOGOTA**

INTEGRANTE: Lida Siabato

CÓDIGO: 084650762014

**TÍTULO DEL VIDEO RESEÑADO: CUERPO
HUMANO AL LÍMITE LA FUERZA**

TITULO: CUERPO HUMANO AL LÍMITE LA FUERZA

1. RESUMEN DEL VIDEO

El cuerpo humano es una gran maquina ya que responde a las necesidades al límite gracias a todos los órganos que lo componen, como ejemplo el caso del hombre que fue arrastrado por el tornado y a pesar de la gran caída no se hizo daño comprometedor. Nuestro esqueleto está formado doscientos seis huesos, resistentes y que protejan los órganos internos. El hueso es una matriz de células huecas con capas delgadas y resistentes compuestas por calcio y fósforo además de todo esto presentan flexibilidad, adaptabilidad y rigidez. Cada siete años un cuerpo humano saludable recambia las células oseas siendo así adaptables. Somos nuestros huesos únicos como las huellas dactilares todos estos adaptables a las necesidades de cada persona, Los huesos son tan fuertes que se pueden llevar a limites increíbles para demostrar su dureza y resistencia.

El ejemplo de la caída de altura de 400 metros y no quebrarse los huesos es porque son fuertes y flexibles, cada hueso tiene una resistencia muy grande, gracias a que su cuerpo estaba relajado la fuerza de la caída no logro dañar sus huesos y su cuerpo.

Las sensaciones que experimentamos nos permiten a través de los sentidos estar en contacto con el mundo externo y en alerta al estar al límite para llevar a cabo hazañas extraordinarias gracias a todos y cada uno de los sistemas que componen el cuerpo humano, es el ejemplo de cada uno de los casos que nos muestra el video el cual demuestra que el cuerpo humano es una maquina resistente a cada necesidad y circunstancia.

2. APORTE CRÍTICO-PERSONAL

El cuerpo humano es una maquina perfecta y a la vez compleja la cual está completamente constituida por órganos los cuales todos se entrelazan formando un estado de plenitud maravillosa, toda su estructura conformada particularmente y recubierta el sistema oseo, el sistema muscular y la piel, sin contar que está constituido por órganos internos los cuales son fundamentales, un sistema oseo que da resistencia y soporte al cuerpo además de proteger los órganos internos y un sistema muscular que le da forma al cuerpo y unido con el sistema oseo pueden originar la locomoción, la resistencia y la fuerza, todo esto permite que realicemos nuestras actividades diarias como el trabajo, el deporte y en general todo lo que hacemos.

Los doscientos seis huesos que componen nuestro cuerpo están acoplados y conectados de tal manera que forman una maquinaria capaz de realizar distintas actividades, por lo cual a pesar de su gran resistencia es muy importante la necesidad de la buena alimentación y el cuidado necesario, ya que todas la veces se cuenta con gran suerte de resistir todos los golpes, se pueden regenerar pero eso está mayormente en nuestra manos lo cual se logra con la alimentación, actividad física consumo de agua y todos los hábitos saludables necesarios para lograr mantener los huesos sanos al igual que todos y cada uno de los organismos que componen nuestro cuerpo ya que este es una maquina la cual necesita que todo esté funcionando adecuadamente.