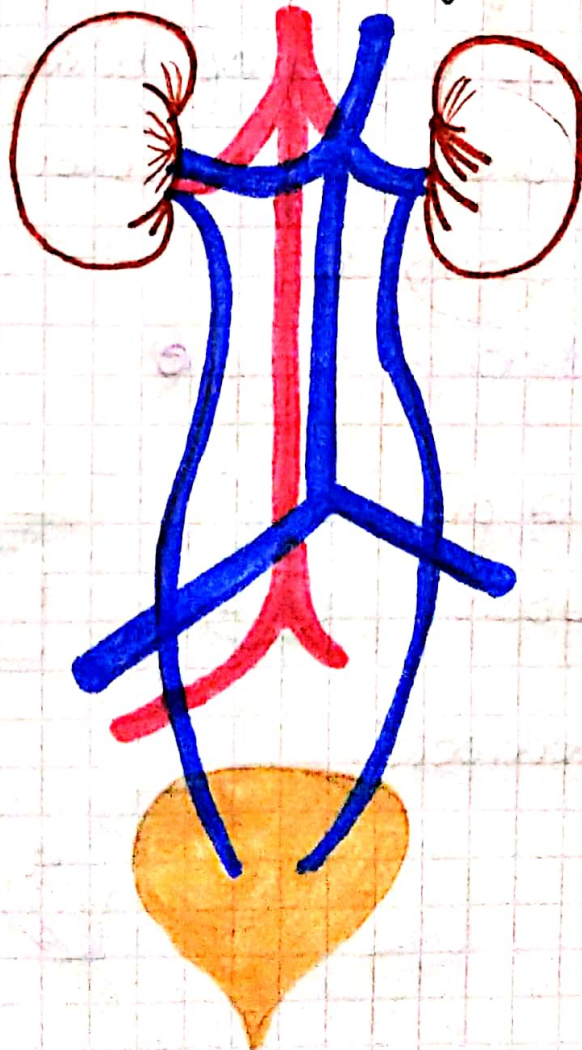


Sistema excretor del ser humano

El aparato excretor se encarga de expulsar de nuestro cuerpo los desechos. Para ello utiliza el sistema urinario y las glándulas sudoríparas. El sistema urinario filtra la sangre para limpiarla de desechos y produce la orina. Las glándulas sudoríparas producen el sudor y regulan la temperatura de nuestro cuerpo.



Organos involucrados en el proceso de excreción:

*Glandulas sudiparas: Se encuentran ubicadas en la hipodermia y liberan al exterior sustancias en forma liquida llamada "sudor".

*Riñones: Producen excreción del CO_2 por medio de la exalación

*Riñones: Son la parte principal del sistema urinario el cual hace el proceso de filtración de la sangre separando y formando la orina

*Higado: Elimina los pigmentos biliares y otras sustancias de desecho que se encuentran en la bilis y que son expulsadas

Cuidado e higiene

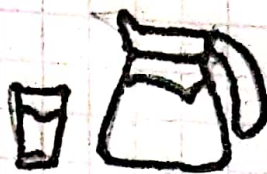
*Lavar a diario la piel con agua y jabón.



*Tener una alimentación adecuada.



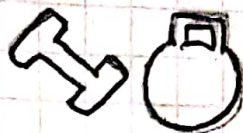
* Beber agua en moderancia



* No comer tanta comida con sal ni azucar.



* Actividad física



EL COLOR DE TU ORINA

Su significado



Sin color

ducha agua



Pajizo

Estas saludable



Amarillo claro

Estas normal



Amarillo oscuro

Tomamos agua



Ámbar o miel

No estas bebiendo suficiente agua



Cafe

problema hepatico o deshidratación



Rosado o rojo

Sangre en la orina como signo de alguna infección



Naranja

posible problema hepatico en el conducto biliar



Azul o verde

posible enfermedad genetica o una bacteria infecciosa



Espumosa

Posible exceso de proteínas o un problema renal