



REQUISITOS:

- 1 Describa la función básica de las siguientes partes del sistema circulatorio: corazón, vasos sanguíneos, sangre y pulmones.
- 2 Describa la principal diferencia entre arterias y venas. ¿Qué es un capilar y cuál es su función?
- 3 Identifique dos ubicaciones para medir su pulso. Demuestra tu habilidad para tomar con precisión el pulso de alguien.
- 4 Registre su pulso en reposo, luego haga ejercicio vigoroso (es decir, trote, nade vueltas, suba escaleras, etc.) durante 10 minutos. Vuelva a tomar el pulso inmediatamente después de hacer ejercicio y luego nuevamente después de cinco minutos. Haga esto todos los días durante una semana registrando sus resultados en una tabla o gráfico. ¿El ejercicio afectó su ritmo cardíaco?
- 5 Haga un estetoscopio simple y escuche para que el corazón de alguien lata.
- 6 Enumere al menos cinco cosas que puede hacer para mantener su corazón saludable. Ponga esto en práctica si aún no lo ha estado haciendo.
- 7 ¿Qué es el colesterol y cómo se relaciona con la arteriosclerosis?
- 8 ¿Qué es un ataque cardíaco y cuáles son sus síntomas? ¿Cómo puede ayudar la RCP?
- 9 ¿Qué es un ECG y cómo lo utiliza un médico?
- 10 Encuentra cinco versículos en la Biblia que se refieren a tu corazón. Memoriza dos de ellos.