



**¿Qué es un estímulo?**

Un cambio en el medio ambiente que es percibido por un receptor y genera una respuesta

**¿Qué son los órganos efectores?**

Son las estructuras que ejecutan las respuestas del sistema nervioso, como los músculos y las glándulas

**¿Cuál es la función del aparato locomotor?**

Permite el movimiento, la postura y la protección de órganos internos

**¿Cómo está compuesto el aparato locomotor?**

Por el sistema esquelético y el sistema muscular

**¿Qué funciones tiene el esqueleto?**

Soporte, protección de órganos, movimiento y producción de células sanguíneas



**¿Cuáles son los tipos de huesos según su forma?**

Largos, planos, cortos e irregulares

**¿Cuáles son las partes de un hueso largo?**

Epífisis, diáfisis, metáfisis, cavidad medular, periostio y cartílago articular

**¿Qué es la médula ósea y cuál es su función?**

Es el tejido dentro de los huesos que produce células sanguíneas

**¿Qué hormonas regulan el crecimiento óseo?**

La somatotropina, la calcitonina y la parathormona

**¿Qué son las articulaciones?**

Son uniones entre huesos que permiten o limitan el movimiento



**¿Cuáles son los tipos de articulaciones según su movilidad?**

Móviles, semimóviles y fijas

**¿Qué estructuras forman una articulación móvil?**

Superficie articular, cartílago articular, ligamentos y líquido sinovial

**¿Cuál es la función del sistema muscular?**

Permitir el movimiento y mantener la postura del cuerpo

**¿Cómo se unen los músculos a los huesos?**

A través de los tendones

**¿Cómo se clasifican los músculos según su forma?**

Fusiformes, orbiculares, planos



**¿Qué tipo de tejido forma los músculos esqueléticos?**

Tejido muscular estriado esquelético

**¿Qué es un sarcómero?**

La unidad funcional del músculo, formada por proteínas contráctiles como la actina y la miosina

**¿Qué beneficios tiene el ejercicio físico?**

Fortalece músculos y huesos, mejora la circulación y previene enfermedades

**¿Cuáles son las principales lesiones del aparato locomotor?**

Fracturas, esguinces, tendinitis, desgarros musculares y osteoporosis

**¿Qué hábitos ayudan a cuidar el aparato locomotor?**

Mantener una buena postura, hacer ejercicio, alimentarse bien y evitar el sobrepeso