



Disciplina: Ciências **Professor Marcos Pereira**

Série/Turma: 8º ano _____

Aluno(a): _____

Roteiro 11 – Atividade 02 – Texto Base 2

Sistema Locomotor - continuação

Problemas que afetam o sistema locomotor

O sistema locomotor pode ser afetado por diferentes fatores, tais como postura inadequada, alimentação deficiente ou mesmo prática de atividades físicas de maneira incorreta. Alguns dos problemas que o afetam são:

- **Desvios posturais:** a má postura pode levar a problemas como hiperlordose (curvatura acentuada na região lombar), hipercifose (curvatura acentuada na região torácica, formando a famosa corcunda), e escoliose (curvatura lateral da coluna).
- **Osteoporose:** essa doença é caracterizada pela perda de massa óssea, que deixa os ossos fracos e mais sujeitos a fraturas. Acomete, principalmente, pessoas idosas e, com maior frequência, mulheres após a menopausa. Baixa ingestão de cálcio na alimentação durante a vida pode estar relacionada com essa doença.
- **Distensão muscular:** quando um músculo é submetido a um estiramento excessivo e ocorre a ruptura de fibras musculares. Apesar de ser comum em pessoas que praticam esportes, também pode ocorrer durante atividades do dia a dia, quando submetemos nosso músculo a um grande esforço.

O esqueleto é extremamente importante para o funcionamento do organismo

O **esqueleto humano** é uma estrutura muito importante, pois garante suporte de tecidos, proteção de alguns órgãos, produção de células sanguíneas, armazenamento de sais minerais e a movimentação. Formado por diversos ossos articulados, o esqueleto é fundamental para a nossa sobrevivência.

10 curiosidades sobre o esqueleto

1. Ao contrário do que muitos pensam, os ossos são formados por **tecidos vivos**. O tecido que forma os ossos é um tipo especial de tecido conjuntivo, denominado de **tecido ósseo**. Esse tecido possui células chamadas de osteócitos, osteoblastos e osteoclastos, além de um **material extracelular calcificado**.
2. O esqueleto humano e os dentes possuem 99% do cálcio presente no organismo.

3. A falta de cálcio na infância causa um problema conhecido como **raquitismo**. Verifica-se, em casos de raquitismo, que os ossos não crescem de maneira normal, e as extremidades dos ossos longos deformam-se.
4. Durante o desenvolvimento do feto, a maior parte do esqueleto desenvolve-se primeiro como um modelo de cartilagem, que é gradualmente substituída por osso, um processo chamado de **ossificação endocondral**.
5. O esqueleto do adulto possui **206 ossos**, porém, uma criança após o seu nascimento possui, em média, **270 ossos**. Isso acontece porque, depois de algum tempo, muitos ossos fundem-se, formando apenas um.
6. **O maior osso do esqueleto humano é o fêmur**. Em pessoas de 1,80 m, o fêmur apresenta aproximadamente 50 cm.
7. **O menor osso do corpo humano é o estribo**, localizado na orelha média. Possui cerca de 2,6 a 3,4 mm de comprimento e pesa cerca de 2 a 4,3 mg.
8. **O osso mais forte e mais longo da face é a mandíbula**. Além disso, é o **único osso móvel** do crânio.
9. Em um adulto, observa-se no esterno, nas vértebras, nas costelas e na pelve a presença da **medula óssea vermelha**, a qual se relaciona com a **produção de células do sangue**.
10. **O osso hioide não possui articulações** e está localizado na região do pescoço, entre a mandíbula e a laringe.

Por Vanessa Sardinha dos Santos

<https://escolakids.uol.com.br/ciencias/sistema-locomotor.htm>