

ESCOLA \_\_\_\_\_ DATA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

PROF: \_\_\_\_\_ TURMA: \_\_\_\_\_

NOME: \_\_\_\_\_



## O SISTEMA URINÁRIO

O sistema urinário é responsável pela produção, armazenamento e eliminação da urina, ajudando a manter o equilíbrio de líquidos e eletrólitos no corpo, além de remover resíduos metabólicos. Este sistema é composto por dois rins, dois ureteres, a bexiga urinária e a uretra. Os rins são os órgãos principais do sistema urinário, realizando a filtração do sangue para formar a urina.

Os rins são órgãos em forma de feijão localizados na parte posterior do abdômen. Cada rim contém milhões de nefrons, que são as unidades funcionais responsáveis pela filtração do sangue. Os nefrons removem resíduos, excesso de água e eletrólitos do sangue, formando a urina. Além de filtrar o sangue, os rins regulam a pressão arterial, produzem hormônios importantes para a produção de glóbulos vermelhos e mantêm o equilíbrio ácido-base do corpo.

A urina produzida nos rins é transportada para a bexiga urinária através dos ureteres, que são tubos musculares longos. A bexiga é um órgão oco e muscular que armazena a urina até que seja eliminada do corpo. Quando a bexiga se enche, os sinais nervosos indicam a necessidade de urinar, e a urina é expelida pela uretra, um tubo que conecta a bexiga ao exterior do corpo.

O equilíbrio de líquidos e eletrólitos é essencial para o funcionamento adequado do corpo. Os rins desempenham um papel crucial na manutenção desse equilíbrio, ajustando a concentração de água e eletrólitos na urina conforme necessário. Eles também removem substâncias tóxicas e resíduos metabólicos, como ureia e creatinina, que são subprodutos da quebra de proteínas e do metabolismo muscular.

A saúde do sistema urinário é vital para a eliminação eficaz de resíduos e a manutenção do equilíbrio corporal. Problemas no sistema urinário, como infecções do trato urinário, pedras nos rins, insuficiência renal e incontinência urinária, podem causar dor, desconforto e complicações graves se não forem tratados adequadamente. Manter-se hidratado, seguir uma dieta equilibrada e praticar boa higiene são medidas importantes para promover a saúde do sistema urinário.

Em resumo, o sistema urinário desempenha um papel fundamental na filtração do sangue, produção de urina e manutenção do equilíbrio de líquidos e eletrólitos no corpo. Manter a saúde desse sistema é crucial para o funcionamento adequado do organismo e a eliminação eficaz de resíduos.

## Questões

1) Qual é a função principal do sistema urinário?

R: Produzir, armazenar e eliminar a urina, mantendo o equilíbrio de líquidos e eletrólitos no corpo.

2) Quais são os componentes principais do sistema urinário?

R: Dois rins, dois ureteres, a bexiga urinária e a uretra.

3) O que são os nefrons e qual é sua função?

R: Unidades funcionais dos rins responsáveis pela filtração do sangue e formação da urina.

4) Como a urina é transportada dos rins para a bexiga?

R: Através dos ureteres.

5) Qual é a função da bexiga urinária?

R: Armazenar a urina até que seja eliminada do corpo.

6) Quais são algumas medidas importantes para manter a saúde do sistema urinário?

R: Manter-se hidratado, seguir uma dieta equilibrada e praticar boa higiene.