

The Skin

The skin performs several major functions in the body. The skin covers the body and prevents the loss of water. It protects the body from injury and infection. The skin also helps to regulate body temperature, eliminate wastes, gather information about the environment, and produce vitamin D.

The skin is organized into two main layers, the epidermis and the dermis. The epidermis is the outermost layer of the skin. The epidermis does not have nerves or blood vessels. Cells in the epidermis have a definite life cycle. New cells form deep in the epidermis, gradually mature, and move upward. When these cells die, they become part of the surface layer of the epidermis. Soon, these cells are shed and replaced by the new cells below them. Cells deep in the epidermis produce melanin, a pigment, or colored substance, that gives skin its color. The more melanin in your skin, the darker it is. Melanin production helps to protect the skin from burning.

The dermis is the lower layer of the skin. It contains nerves, blood vessels, sweat glands, hairs, and oil glands. Sweat glands produce perspiration, which reaches the surface through openings called pores. Strands of hair grow within the dermis in structures called follicles. Oil produced in glands around the hair follicles waterproofs the hair. In addition, oil helps to keep the skin moist.

Four simple habits can help you keep your skin healthy. Eat properly. Drink enough water. Limit your exposure to the sun. Keep your skin clean and dry.

Cancer is a disease in which some body cells divide uncontrollably. Repeated exposure to sunlight can damage skin cells and cause them to become cancerous.

When oil glands become clogged with oil, bacterial infections can occur. One bacterial infection of the skin that can be difficult to control is known as acne. Washing your skin will help control oiliness and keep your skin from becoming infected with more bacteria. Other organisms, called fungi, can also live on and infect the skin. Athlete's foot is a very common fungal infection that occurs on the feet, especially between the toes.

La Piel

La piel realiza varias funciones principales en el cuerpo. La piel cubre el cuerpo y evita la pérdida de agua. Protege el cuerpo de lesiones e infecciones. La piel también ayuda a regular la temperatura corporal, eliminar los desechos, recopilar información sobre el medio ambiente y producir vitamina D.

La piel está organizada en dos capas principales, la epidermis y la dermis. La epidermis es la capa más externa de la piel. La epidermis no tiene nervios ni vasos sanguíneos. Las células de la epidermis tienen un ciclo de vida definido. Nuevas células se forman profundamente en la epidermis, maduran gradualmente, y se mueven hacia arriba. Cuando estas células mueren, se convierten en parte de la capa superficial de la epidermis. Pronto, estas células son arrojadas y reemplazadas por las células del debajo de ellas. Las células profundas de la epidermis producen melanina, un pigmento, o sustancia de color, que da a la piel su color. Cuanta más melanina en tu piel, más oscuro es. La producción de melanina ayuda a proteger la piel de la quemadura.

La dermis es la capa inferior de la piel. Contiene nervios, vasos sanguíneos, glándulas sudoríparas, pelos y glándulas de aceite. Las glándulas sudoríparas producen transpiración, que llega a la superficie a través de aberturas llamadas poros. Las hebras de cabello crecen dentro de la dermis en estructuras llamadas folículos. El aceite producido en las glándulas alrededor de los folículos pilosos impermeabiliza el cabello. Además, el aceite ayuda a mantener la piel húmeda.

Cuatro hábitos simples pueden ayudarte a mantener tu piel saludable. Come correctamente. Bebe suficiente agua. Limita tu exposición al sol. Mantenga su piel limpia y seca.

El cáncer es una enfermedad en la que algunas células del cuerpo se dividen incontrolablemente. La exposición repetida a la luz solar puede dañar las células de la piel y hacer que se vuelvan cancerosas.

Cuando las glándulas de aceite se obstruyen con aceite, pueden ocurrir infecciones bacterianas. Una infección bacteriana de la piel que puede ser difícil de controlar se conoce como acné. Lavarse la piel ayudará a controlar la grasa y evitar que la piel se infecte con más bacterias. Otros organismos, llamados hongos, también pueden vivir e infectar la piel. El pie de atleta es una infección fúngica muy común que ocurre en los pies, especialmente entre los dedos de los pies.

The Skin

❖ Understanding Main Ideas

--Answer the following questions in the spaces provided.

- 1. List the functions of the skin.

- 2. How do the dead cells of the epidermis help the body?

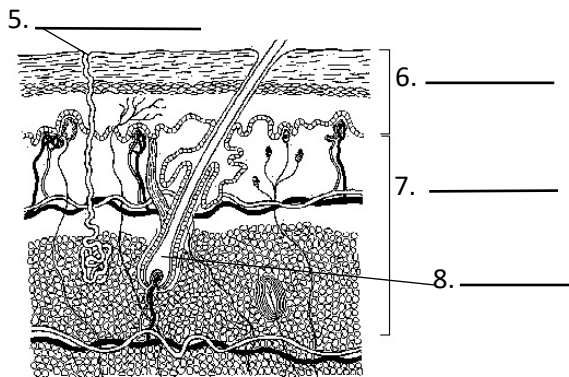
- 3. What structures does the dermis contain?

- 4. How can you help to keep your skin healthy?

❖ Building Vocabulary

--Use the terms listed below to label the following diagram.

pore epidermis hair follicle dermis



La Piel

❖ Comprender las ideas principales

--Responda las siguientes preguntas en los espacios proporcionados.

- 1. Enumerar las funciones de la piel.

- 2. ¿Cómo ayudan al cuerpo las células muertas de la epidermis?

- 3. ¿Qué estructuras contiene la dermis?

- 4. ¿Cómo puede ayudar a mantener su piel saludable?

❖ Construyendo Vocabulario

--Utilice los términos que se enumeran a continuación para etiquetar el siguiente diagrama.

poro epidermis folículo piloso dermis

