



RAÍSSA KLAFKE PEREIRA

SISTEMA IMUNOLÓGICO E AS FORMAS DE FORTALECÊ-LO

O propósito deste trabalho é investigar o funcionamento do sistema imunológico e as maneiras de fortalecê-lo, além de analisar os efeitos das doenças autoimunes. A razão do desenvolvimento da pesquisa centra-se na importância de manter o sistema imunológico sadio e entender quais comportamentos o afetam. Entende-se o sistema imunológico como o principal sistema de defesa do corpo humano contra doenças. O sistema imune é um conjunto de tecidos, células e moléculas que têm como função a resistência à infecções. A metodologia do trabalho seguiu as seguintes etapas: em primeiro lugar, apresentam-se pesquisas em livros e artigos científicos. Em seguida, discute-se a relevância do sistema imunológico dentro do corpo humano. As análises feitas até o momento permitem afirmar que o sistema imunológico é bastante amplo e repleto de funções variadas, também pode-se afirmar que ele é facilmente influenciado pelos hábitos de cada ser humano, como alimentação, estabilidade mental, relações sociais. Além disso, teve-se como resultado que as doenças autoimunes são aquelas que distorcem as funções do sistema de defesa, e cerca de 5 a 8% da população mundial é afetada por essas doenças. Em conclusão foi possível mostrar que esse sistema é muito complexo, e certamente há muito mais a se estudar sobre ele, porém, com base nas pesquisas efetuadas, foi possível afirmar, sem dúvidas, que a existência do sistema imune se faz essencial na vida e evolução humana.