

Почему мы дрожим, когда нам холодно?

Когда нам становится холодно, мозг начинает задействовать механизмы, которые помогают нам согреться. Дрожь - один из таких механизмов. Ведь дрожь - это частое мелкое сокращение мышц. А работа мышц всегда сопровождается выделением тепловой энергии.

Кстати...

*Дрожь - это произвольная реакция на холод, то есть реакция, которая запускается мозгом при охлаждении помимо нашего сознания. Такие врожденные защитные реакции организма в ответ на изменения в окружающей среде и внутри организма, направленные на поддержание постоянства и равновесия в организме, называют **врожденными рефлексами**.*