

## RESPIRACIÓN

¿EN ALGÚN MOMENTO DEL DÍA DEJAMOS DE RESPIRAR? ¿POR QUÉ RESPIRAMOS?

---

---

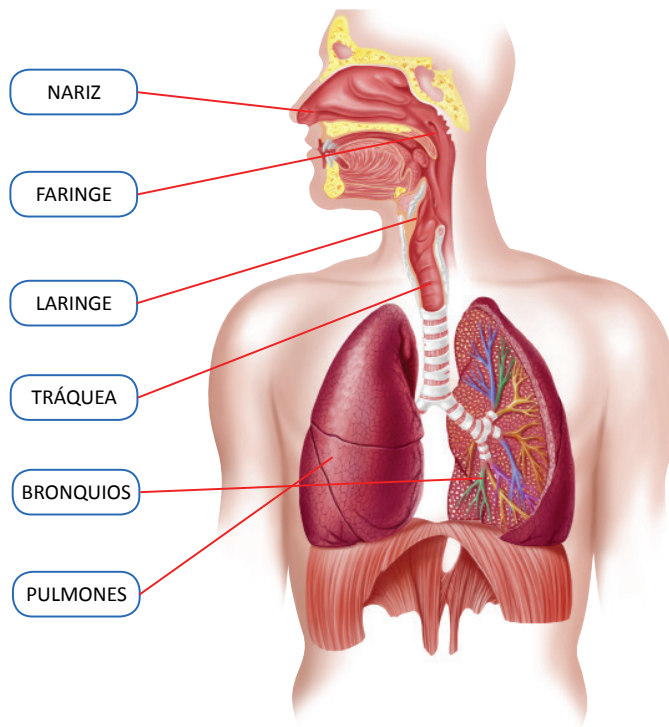


**LA RESPIRACIÓN:** ES EL PROCESO POR EL CUAL LOS SERES VIVOS TOMAN EL OXÍGENO QUE NECESITAN Y EXPULSAN DIÓXIDO DE CARBONO.

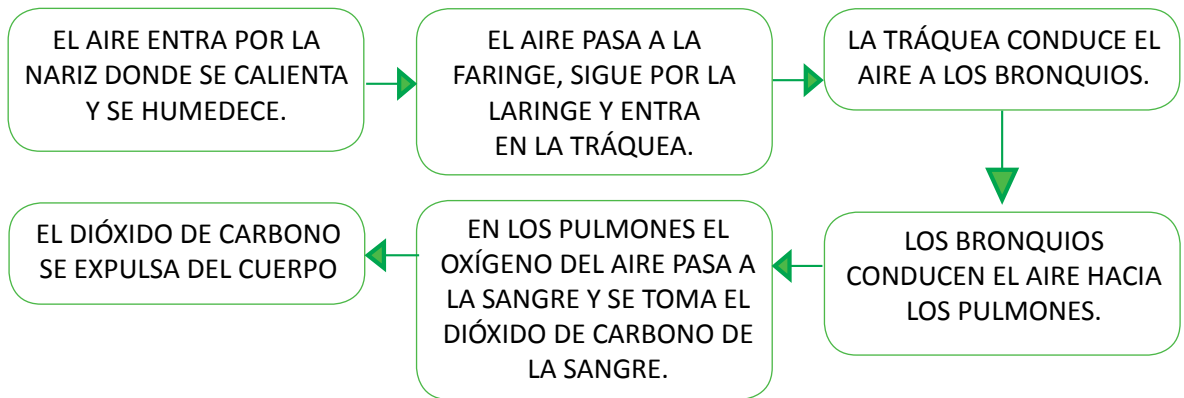
AL RESPIRAR TOMAMOS EL OXÍGENO DEL AIRE, QUE PERMITE REALIZAR TODOS LOS PROCESOS SIN LOS CUALES LA VIDA NO SERÍA POSIBLE.

LA RESPIRACIÓN ES UN PROCESO INVOLUNTARIO Y AUTOMÁTICO.

EL APARATO RESPIRATORIO ES EL ENCARGADO DE TOMAR EL OXÍGENO DEL AIRE Y AL MISMO TIEMPO EXPULSAR DIÓXIDO DE CARBONO (SUSTANCIA DE DESECHO)



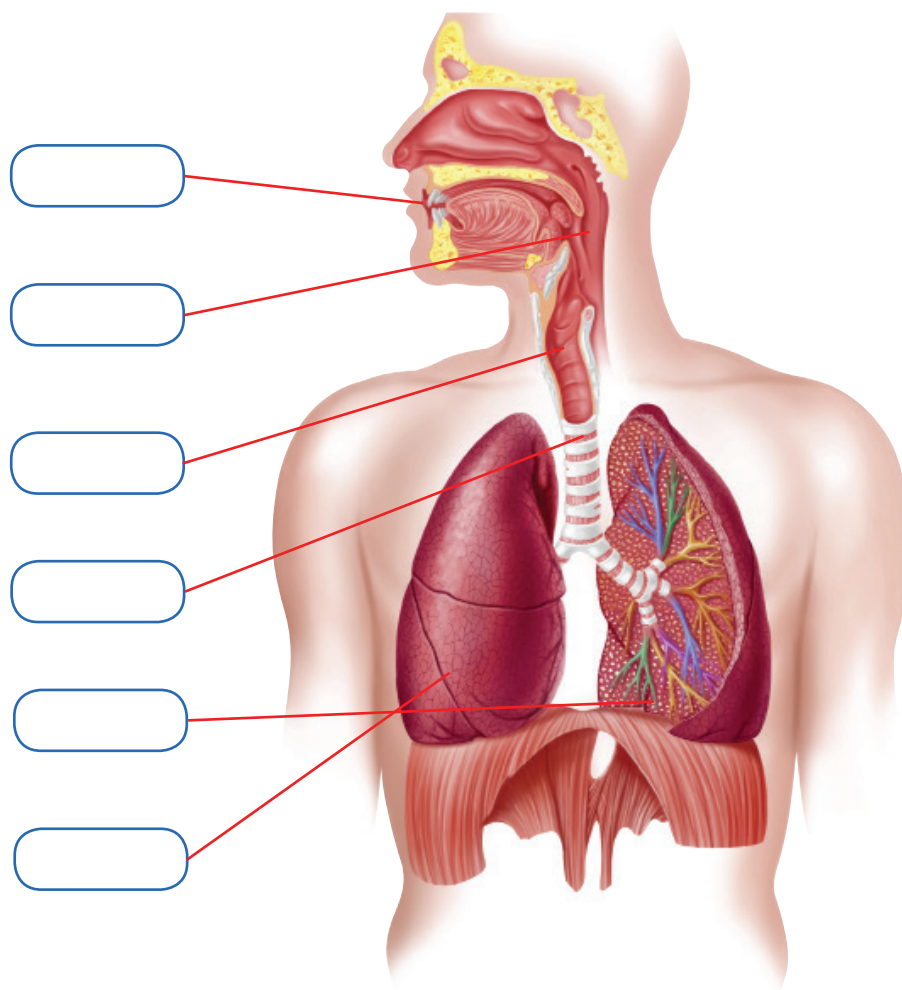
## LEE EL RECORRIDO DEL AIRE EN EL APARATO RESPIRATORIO:



EL APARATO RESPIRATORIO ESTÁ FORMADO POR: **NARIZ, FARINGE, LARINGE, TRÁQUEA, BRONQUIOS Y PULMONES.**

**ESCRIBE EN ORDEN EL RECORRIDO DEL AIRE EN EL APARATO RESPIRATORIO.**

SEÑALA EN LA IMAGEN LAS PARTES DEL APARATO RESPIRATORIO.



EXPERIMENTA:

TOMA UN ESPEJO Y COLOCALO DELANTE DE LA BOCA.  
AHORA EXHALA CONTRA LA SUPERFICIE DEL ESPEJO

RESPONDE:

¿QUÉ OCURRE?

¿POR QUÉ PIENSAS QUE SUCEDE ESTO?

---

---

---

---

## LA RESPIRACIÓN

SI COLOCAS LAS MANOS A LOS COSTADOS DEL TÓRAX ¿QUÉ SIENTES CUANDO ENTRA EL AIRE?  
¿Y CUÁNDO EL AIRE SALE?

---

---

---

CADA VEZ QUE RESPIRAMOS, ENTRA Y SALE AIRE DE LOS PULMONES.  
CUANDO RESPIRAMOS, INCORPORAMOS EL OXÍGENO DEL AIRE Y ELIMINAMOS EL DIÓXIDO DE  
CARBONO DE NUESTRO CUERPO.

LA RESPIRACIÓN MECÁNICA ESTA COMPUESTA POR DOS MOVIMIENTOS RESPIRATORIOS LA  
INSPIRACIÓN Y LA ESPIRACIÓN.  
SE LLAMA MECÁNICA PORQUE ES NECESARIO QUE LOS HUESOS QUE FORMAN LAS COSTILLAS Y  
EL MÚSCULO QUE LAS RODEAN LLAMADO **DIAFRAGMA** SE CONTRAIGA Y SE DILATE.

INSPIRACIÓN	ESPIRACIÓN
<ul style="list-style-type: none"><li>• EL AIRE INGRESA A LOS PULMONES Y DE ÉL, OBTENEMOS EL OXÍGENO QUE NECESITAMOS.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• EL AIRE SALE DE LOS PULMONES Y EXPULSAMOS EL DIÓXIDO DE CARBONO AL EXTERIOR.</li></ul>

**¡SIEMPRE DEBEMOS TOMAR EL AIRE POR LA NARIZ Y SACARLO POR LA BOCA!**

RECORTA Y PEGA UNA IMAGEN DE UNA PERSONA INSPIRANDO Y  
ESPIRANDO.

INSPIRACIÓN	ESPIRACIÓN

¿QUÉ DIFERENCIAS PUEDES OBSERVAR ENTRE AMBAS IMÁGENES?

---

**EXPERIMENTA:**

**BUSCA UNA CINTA MÉTRICA DE COSTURA.**

**MIDE EL PERÍMETRO DE TU ABDOMEN EN EL LUGAR DONDE SE  
ENCUENTRAN LAS COSTILLAS.**

**INSPIRA AIRE. ¡RECUERDA POR LA NARIZ! MIDE SIN SOLTAR EL AIRE  
EL PERÍMETRO DE TU ABDOMEN.**

**ESPIRA EL AIRE. ¡RECUERDA POR LA BOCA!**

**MIDE OTRA VEZ EL PERÍMETRO DE TU ABDOMEN.**

**COMPLETA LA TABLA CON LOS VALORES DE LAS MEDIDAS  
REALIZADAS:**

PERÍMETRO ABDOMEN NORMAL	PERÍMETRO DEL ABDOMEN CUANDO INSPIRAMOS	PERÍMETRO DEL ABDOMEN CUANDO ESPIRAMOS

¿POR QUÉ LOS VALORES SON DIFERENTES?

---

---

---

