

EL APARATO RESPIRATORIO

"Parte de nuestro cuerpo que se encarga de coger aire para extraer el oxígeno y expulsar el dióxido de carbono (gas de desecho)".

PARTES

VÍAS RESPIRATORIAS

"Conjunto de tubos por los que entra y sale el aire".

- Boca.
- Fosas nasales.
- Faringe.
- Laringe.
- Tráquea.
- Bronquios.
- Alvéolos.

PULMONES

"Dos órganos esponjosos que contienen las ramificaciones de los bronquios y los alvéolos".



LA RESPIRACIÓN

¿QUÉ ES?

"Proceso que realiza nuestro aparato respiratorio para extraer el oxígeno del aire y eliminar el dióxido de carbono generado durante el proceso".

¿CÓMO LO HACE?

Paso 1: Inspiración (el aire entra en los pulmones).

Contracción del diafragma.

Los pulmones se hinchan permitiendo que se llenen de aire.

El aire entra hasta los alvéolos.

Paso 2: Intercambio de gases

La sangre coge el oxígeno limpio en el alvéolo y suelta el dióxido de carbono.

Paso 3: Espiración (el aire sale de los pulmones).

El diafragma se relaja.

Los pulmones se deshinchan sacando el aire cargado de dióxido de carbono al exterior.

HIGIENE Y SALUD

- Inspira por la nariz para que las fosas nasales limpien y calienten el aire.
- Evita inhalar humos y sustancias peligrosas.
- Haz ejercicios que fortalezcan los músculos que controlan la respiración.

