

MOVIMIENTOS RESPIRATORIOS: Inspiración y Espiración ¿Cómo se forma los sonidos?

Aspirar y espirar el aire: la respiración

No importa que estemos despiertos o dormidos: mientras vivimos, no podemos dejar de respirar. Respirar significa agarrar aire y luego expulsarlo. Y eso podemos realizarlo a través de la nariz o de la boca.

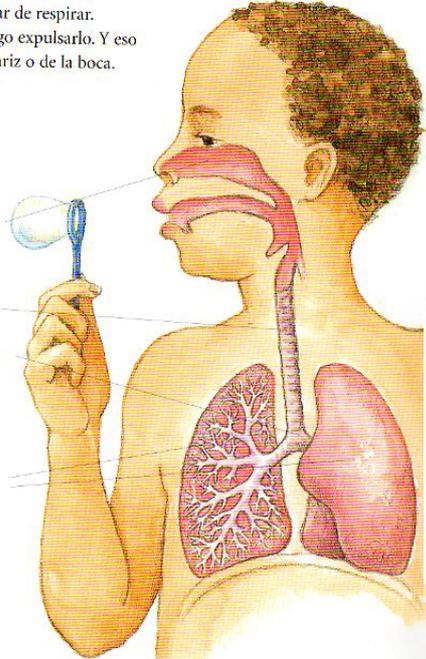
Al inspirar, el aire entra por las dos ventanas de la nariz hasta las fosas nasales.

A través de las fosas nasales el aire baja hacia la tráquea, que se encuentra en la garganta.

La tráquea se divide más o menos a la altura de tu pecho. Una parte del aire se dirige hacia la izquierda y otra hacia la derecha.

Debajo de las costillas se encuentran los pulmones, con un lóbulo en el costado izquierdo y otro en el derecho. Los lóbulos son una especie de fuelles que se llenan de aire y lo vuelven a echar.

Los pulmones nos proporcionan aire fresco y, cuando ya lo hemos utilizado, lo expulsan.



Cuando hace frío, el aire tibio de tu aliento se convierte en una pequeña nube.



Cuando hinchas un globo, el aire de tus pulmones entra en el globo.

¿Qué cantidad de aire cabe en tus pulmones?

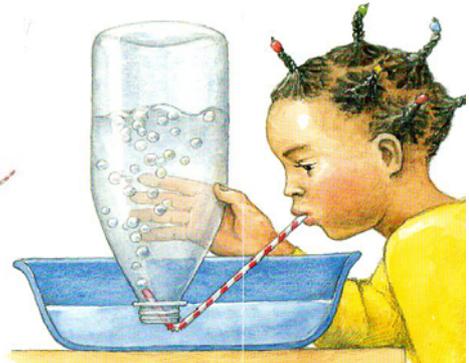
¡Jalando de la soga verás cómo puedes averiguarlo!

Necesitarás: una botella de plástico de 2 litros, una palangana, una pajita flexible.



En la botella de agua hasta arriba y tápala. En la palangana de agua hasta la mitad, rega, pon la botella en el agua con el cuello hacia abajo y abre la tapa debajo del agua. Más que el agua de la botella no puede salir, si la paja en la botella, aspira fuertemente y pulsa todo el aire de tus pulmones dentro

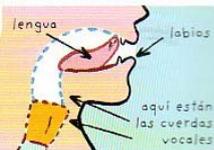
de la botella. El aire empuja parte del agua fuera de la botella. Cuando no puedas separar más, vuelve a cerrar la botella y luego la sacas de la palangana. El aire que ahora está en la botella es el aire de tus pulmones. ¡Todo ese aire cabía en ellos!



Recorrido de una Palabra 1 El sistema respiratorio nos permite hablar.



1 Para hablar hay que utilizar varias partes del cuerpo. Los pulmones envían aire a la garganta. Ahí, el aire hace vibrar dos músculos en forma de tiras: las cuerdas vocales. Al vibrar, las cuerdas vocales emiten un sonido, como una especie de «EE».



2 En la boca, el sonido que viene de las cuerdas vocales se transforma. Abriendo la boca de diferentes formas se pronuncian las vocales: A, E, I, O, U. Cambiando la posición de la mandíbula, la lengua y los labios, se pronuncian las consonantes, como B, N, F, S, T.



3 Para que te des cuenta de la forma en que se pronuncian los diferentes sonidos, puedes recitar el alfabeto en voz alta prestando atención a los movimientos de tu boca.

Sin labios

Los ventrilocos saben hablar sin mover apenas los labios. Por el contrario, utilizan mucho la lengua y la respiración. Esto les permite hacer creer que es la marioneta la que habla, aunque hay algunos sonidos que son muy difíciles de hacer.

23 sonidos

Para hablar correctamente el español, es preciso emitir al menos los sonidos de las 5 vocales y de 18 consonantes. Por tanto, hay unos 23 sonidos diferentes.

Un gran «constipado»

Algunos sonidos, como el de la letra ene, salen por la boca y por la nariz. Cuando se tiene un constipado, es difícil hablar normalmente. El aire que viene de los pulmones ya no puede ir a la nariz porque está congestionada, y eso se oye.

Desde siempre

Nuestros ancestros también pudieron hablar desde el momento en que comenzaron a caminar erguidos. Antes, su cuerpo no estaba bien adaptado para el lenguaje, pero se cree que podían al menos emitir sonidos.

