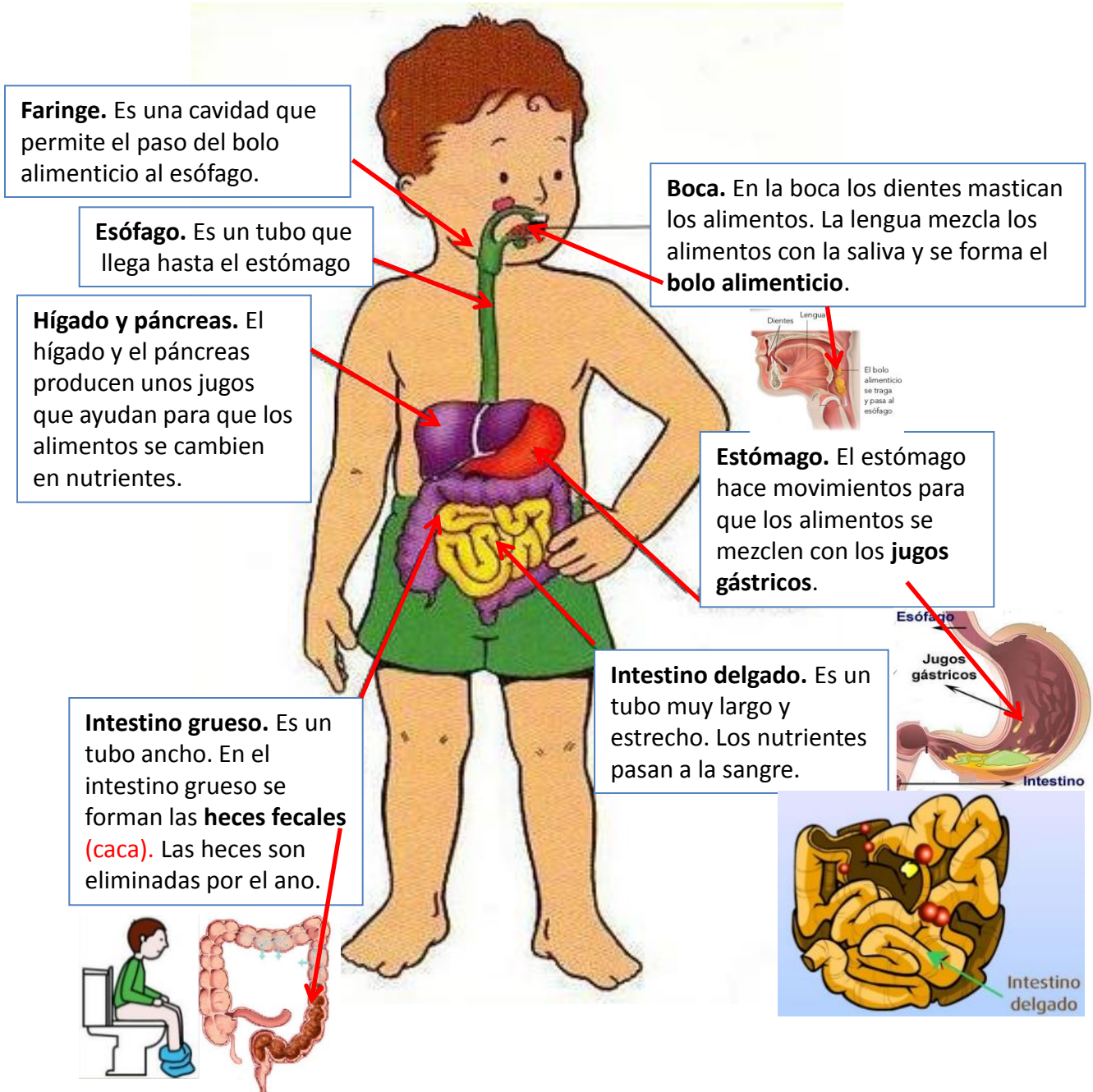


# LA NUTRICIÓN Y LOS ALIMENTOS

## El aparato digestivo

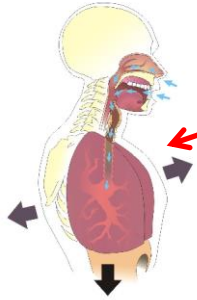
El **aparato digestivo** es el encargado de hacer la digestión de los alimentos. Los alimentos se transforman en ingredientes sencillos llamados **nutrientes**. La transformación de los alimentos en nutrientes se llama **digestión**.



# La respiración y el aparato respiratorio

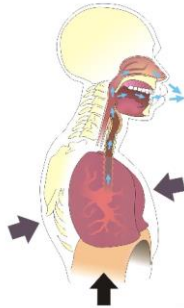
La respiración tiene dos partes:

## ☐ La inspiración.



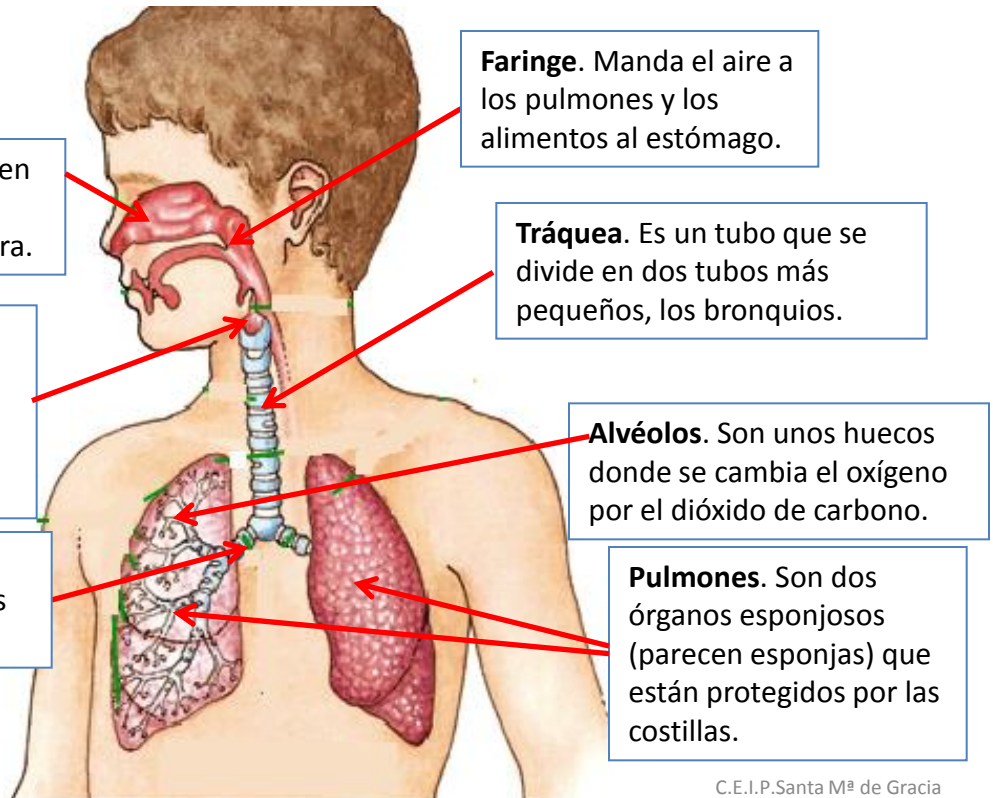
Al **inspirar** los pulmones se ensanchan (**se hacen anchos**) y el aire entra.

## ☐ La espiración.



Al **espirar** los pulmones se estrechan (**se hacen estrechos**) y el aire sale.

En **los pulmones entra** un gas que hay en el aire que se llama **oxígeno** y **sale** otro **gas de desecho** (no sirve) que se echa fuera que se llama **dióxido de carbono**.



**Fosas nasales.** Están en la nariz y calientan el aire que entra de fuera.

**Laringe.** Es un tubo donde están las cuerdas vocales. Las cuerdas vocales producen los sonidos del habla.

**Bronquios.** Son dos tubos que unen la tráquea con los pulmones.

**Faringe.** Manda el aire a los pulmones y los alimentos al estómago.

**Tráquea.** Es un tubo que se divide en dos tubos más pequeños, los bronquios.

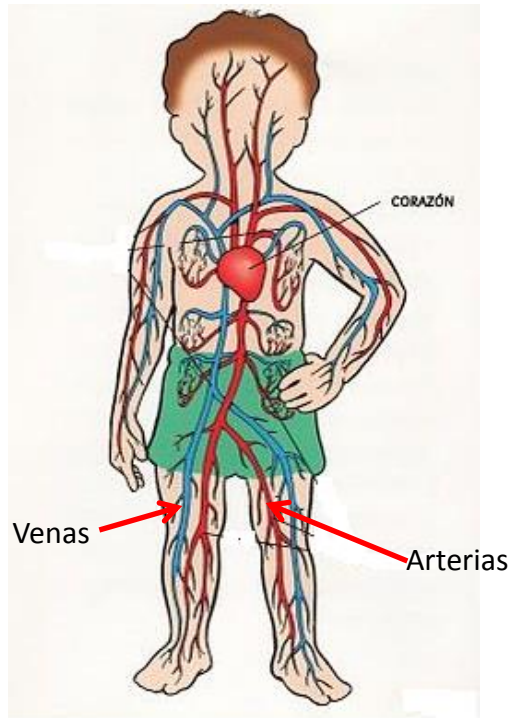
**Alvéolos.** Son unos huecos donde se cambia el oxígeno por el dióxido de carbono.

**Pulmones.** Son dos órganos esponjosos (parecen esponjas) que están protegidos por las costillas.

# La circulación y el aparato circulatorio

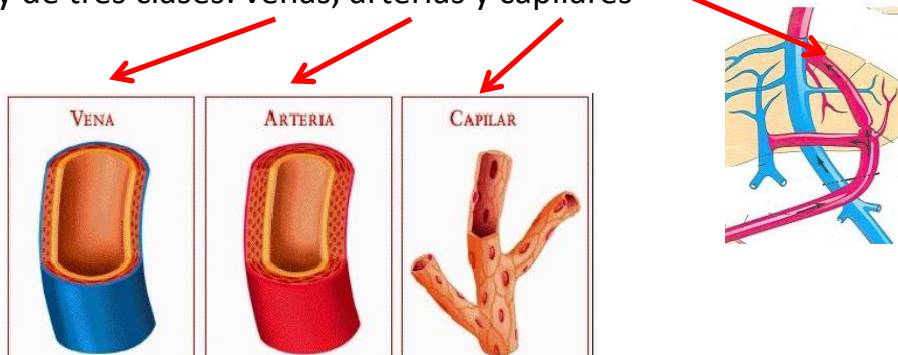
El **aparato circulatorio** reparte los nutrientes por todo el cuerpo y recoge las sustancias de desecho para echarlas fuera.

## Aparato circulatorio



El aparato circulatorio está formado por:

- La **sangre** que es un líquido rojo que circula por los vasos sanguíneos.
- El **corazón** que es el órgano que bombea la sangre para que vaya por los vasos sanguíneos.
- Los **vasos sanguíneos** que son los conductos por los que circula la sangre. Hay de tres clases: venas, arterias y capilares



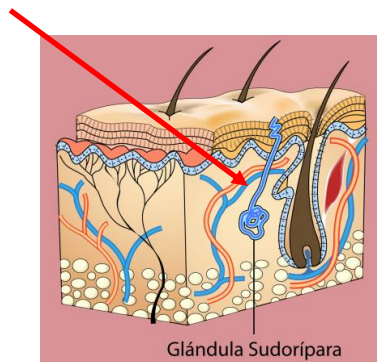
## La excreción y el aparato excretor.

La **excreción** es la expulsión (**echar fuera**) las sustancias de deshecho.

El **aparato excretor** se encarga de hacer este trabajo.

El aparato excretor está formado por:

- Los **pulmones**
- El **sistema urinario** que produce y expulsa (**echa fuera**) la **orina**.
- Las **glándulas sudoríparas** que producen el sudor.



Las **glándulas sudoríparas** están en la **piel**.

En el sistema urinario, los **riñones** filtran (**cuelan**) la sangre y retienen (**paran**) las sustancias de deshecho junto con un poco de agua. El líquido que se forma es la **orina**.

La orina sale de los riñones por los **uréteres** hasta la **vejiga** y finalmente sale fuera por la **uretra**.

