



**¿QUÉ PASA EN MI CUERPO  
CUANDO RESPIRO?**



Asociación  
Casa Editora  
Sudamericana

Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG  
Florida Oeste, Buenos Aires, Rep. Argentina.

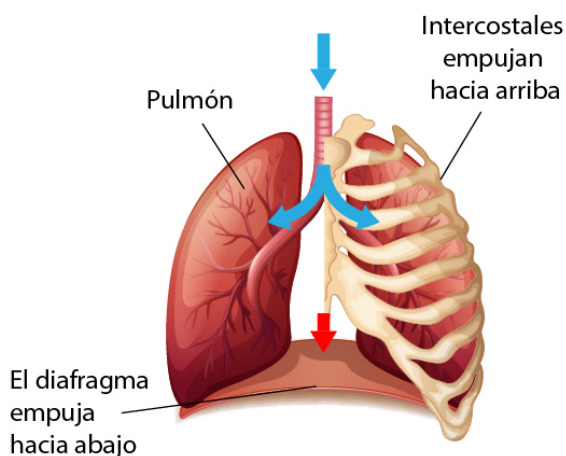
## INSPIRACIÓN

Cuando respiramos, al tomar aire, el cuerpo hace un trabajo especial:

- **Tu diafragma se mueve hacia abajo.** El diafragma es un músculo grande que está debajo de tus pulmones. Cuando baja, crea más espacio dentro de tu pecho.
- **Tu caja torácica se abre y sube.** Las costillas se levantan un poco para dar más espacio a los pulmones.
- **Tus pulmones se llenan de aire.** Como cuando inflas un globo, el aire entra por tu nariz o boca, baja por la garganta y llega a tus pulmones.
- **El oxígeno del aire entra a la sangre.** Dentro de tus pulmones hay unos pequeños “globitos” llamados alvéolos donde el oxígeno pasa a la sangre para que todo tu cuerpo lo use.

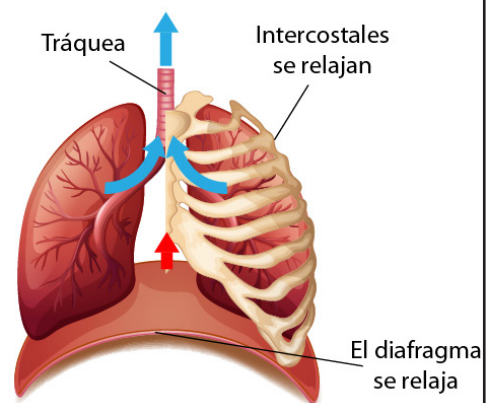
### INSPIRACIÓN

(Inhalación)



### ESPIRACIÓN

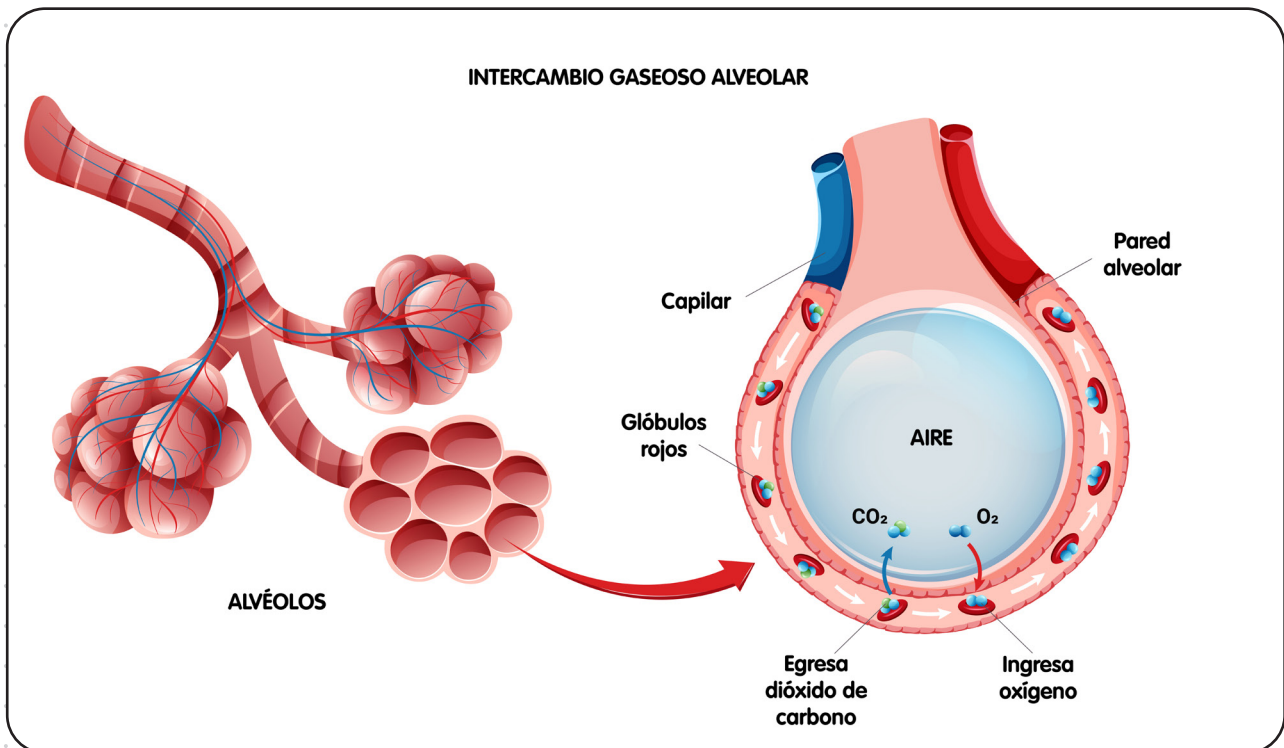
(Exhalación)



## ESPIRACIÓN

Para expulsar el aire de tus pulmones, tu cuerpo realiza estos procesos:

- **Tu diafragma se mueve hacia arriba.** Este músculo vuelve a su lugar y empuja un poco a los pulmones.
- **Tu caja torácica baja y se cierra.** Las costillas bajan, haciendo menos espacio dentro del pecho.
- **Tus pulmones se desinflan.** El aire, que ahora tiene dióxido de carbono (un gas que el cuerpo ya no necesita), sale por la nariz o la boca.
- **El cuerpo se deshace del dióxido de carbono.** Este gas sale al aire cuando exhalas, y tu cuerpo está listo para tomar más oxígeno otra vez.







# Ciencias Naturales



**QUÉ PASA EN MI CUERPO  
CUANDO RESPIRO**