

Cómo Funcionan Tus Pulmones

Tus pulmones, que son parte de tu sistema respiratorio, hacen la función importante de traer aire rico en oxígeno que necesita tu cuerpo, y saca el dióxido de carbono y otras cosas dañinas que tu cuerpo no necesita.

Los pulmones están rodeados y protegidos por la caja torácica. Debajo de los pulmones, un músculo plano llamado diafragma, separa tus pulmones de tu abdomen. El diafragma, junto con los músculos del pecho, expande y contrae tus pulmones, causando que entre el aire por tu nariz y boca.

Conforme entra el aire en tu cuerpo, viaja por la vía respiratoria o tráquea, hasta los pulmones.

Cada pulmón tiene partes llamadas lóbulos. El pulmón derecho tiene 3: lóbulo superior, medio e inferior. El izquierdo tiene 2 lóbulos y es más pequeño porque comparte el espacio con tu corazón.

Los lóbulos de los pulmones contienen un sistema complejo de tubos bronquiales. El aire lleno de oxígeno pasa por los tubos bronquiales y después a los tubos más pequeños llamados bronquiolos.

Al final de cada bronquiolo hay una diminuta bolsita de aire que se llama alvéolo. Cada alvéolo está cubierto de diminutos vasos sanguíneos.

Cuando respiras hacia adentro, o inhalas, el oxígeno sale de las bolsitas de aire y pasa a los vasos sanguíneos para mandar oxígeno a tu torrente sanguíneo por todo tu cuerpo.

Al mismo tiempo, un producto de desperdicio llamado dióxido de carbono sale de tus vasos sanguíneos y entra en las bolsitas de aire. Cuando respiras hacia afuera o exhalas, los pulmones expulsan dióxido de carbono del cuerpo.

Los bronquios están forrados de finos pelos llamados cilios, que están cubiertos de una capa de moco para atrapar y detener diminutas partículas. Tus pulmones funcionan como filtros que protegen a tu cuerpo de polvo y microbios peligrosos que respiras.

Cuando toses, estornudas o aclaras tu garganta, mueves este material fuera de tu cuerpo.

Cualquier cosa que respiras puede dañar a tus pulmones. Es importante saber qué es lo que respiras.

Protege a tus pulmones del humo, y de otros contaminantes para que puedan hacer el trabajo de dotar a tu cuerpo con el oxígeno que necesita - con cada respiración que tomas.