

Cómo funcionan sus pulmones

Sus pulmones son parte del grupo de partes corporales que se conoce como sistema respiratorio. Los pulmones le ayudan a inspirar y exhalar. El aire que inspira contiene oxígeno, el cual es necesario para vivir.

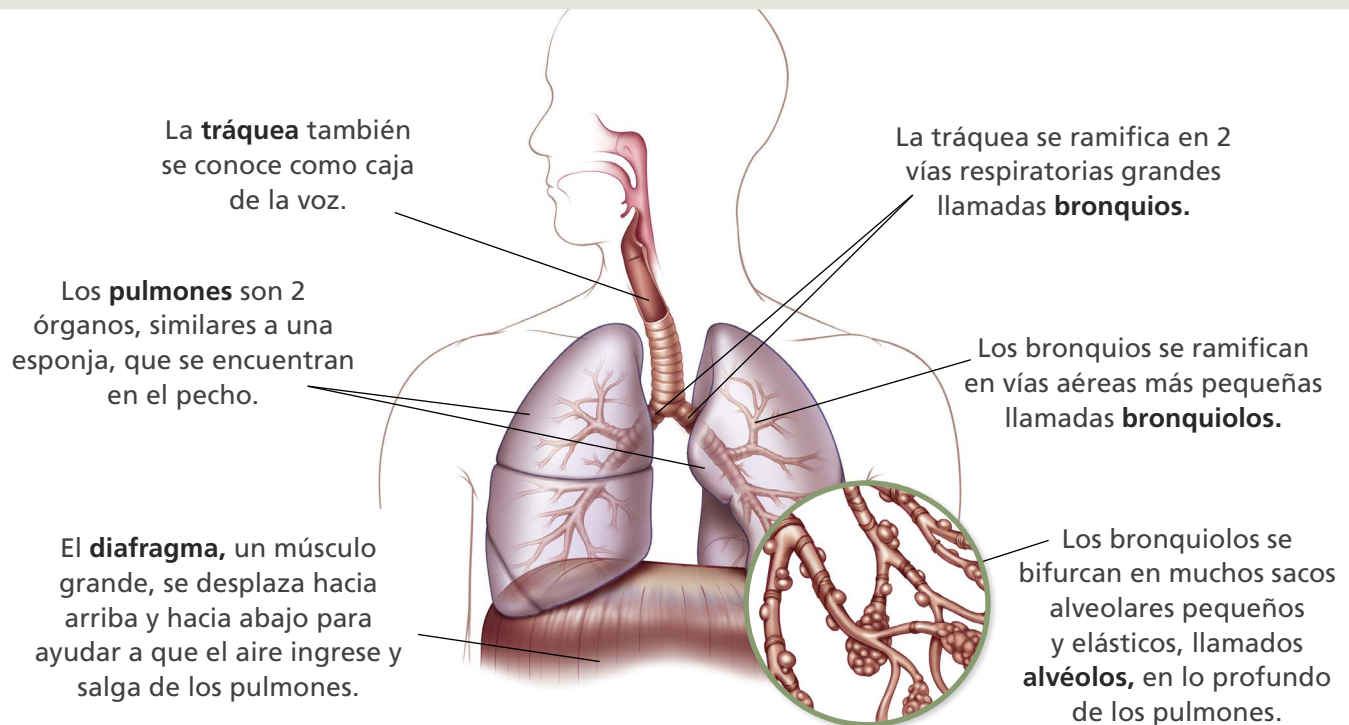
Sus pulmones y el sistema respiratorio:

- Intercambian el oxígeno que se inspira por dióxido de carbono (aire usado) que luego se exhala
- Controlan la temperatura y la humedad del aire que usted respira
- Producen mucosidad para filtrar el polvo nocivo, el humo y otras partículas que podrían inspirarse, y luego ayudan a toser o estornudar las sustancias que usted necesita eliminar.
- Le ayudan con el sentido del olfato

La respiración es un proceso complejo. Comienza con una señal del cerebro que les indica a los músculos del pecho, el cuello y el abdomen (vientre) que inhalen y exhalen. Este proceso ocurre automáticamente y cambia con base en que tan activo está, sus emociones y el aire del entorno. Por ejemplo, usted inspira:

- Más rápido cuando hace ejercicio o cuando está asustado o enojado
- Menos aire cuando hay humo o el aire contiene otras sustancias perjudiciales

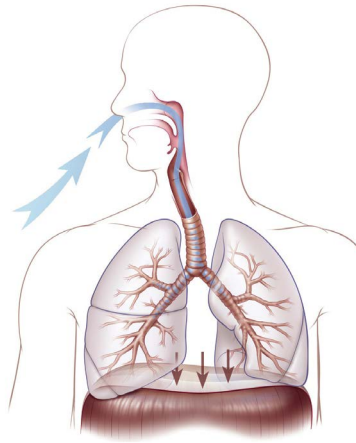
Partes del sistema respiratorio



El proceso respiratorio

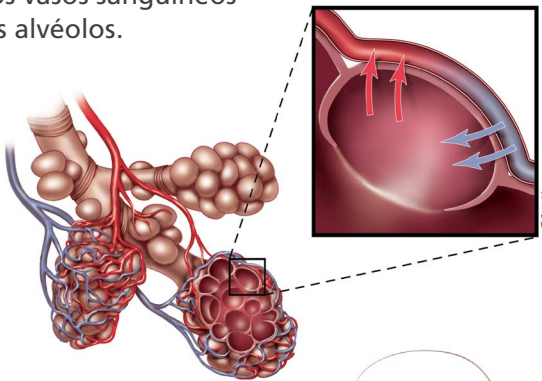
Inspiración

El diafragma se contrae (se mueve hacia abajo) para expandir los pulmones y hacer ingresar el aire por la nariz y la boca. El aire se desplaza hacia abajo por la tráquea y las vías respiratorias hasta los alvéolos.



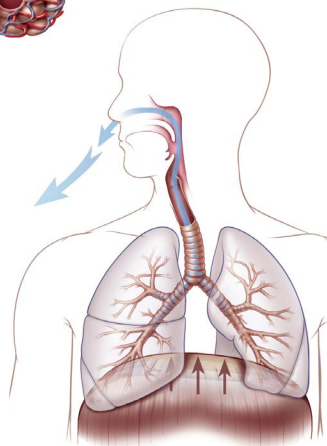
Intercambio de oxígeno y dióxido de carbono

Cuando el aire llega a los alvéolos, el oxígeno (flechas rojas que se muestran abajo) del aire pasa hacia los vasos sanguíneos. Al mismo tiempo, el dióxido de carbono (flechas azules abajo) pasa desde los vasos sanguíneos hacia los alvéolos.



Exhalación

El diafragma comienza a desplazarse hacia arriba ejerciendo presión sobre los pulmones y forzando el aire usado para que salga por las vías respiratorias nuevamente a través de la nariz y la boca.



¿Dónde puedo obtener más información?

Medline Plus

(<https://medlineplus.gov/spanish/lungsandbreathing.html>)

National Heart, Lung, and Blood Institute Health Topics

(<https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics>)

American Lung Association: Salud pulmonar y enfermedades

(<http://www.lung.org/espanol/salud-pulmonar-y-enfermedades.html>)



Preguntas para mi médico

How Your Lungs Work

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2018 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS2175-06/18 (Last reviewed - 03/18) (Spanish translation 06/18 by inWhatLanguage)