

L'APARELL RESPIRATORI

1. La **funció de l'aparell respiratori** és obtenir de l'aire i expulsar .

2. La respiració té dues **fases** la i la .

3. El múscul que es troba sota els pulmons i facilita les fases de la respiració és el .

- Durant la **inspiració**, baixa el , els pulmons tenen més espai, entra més aire pel nas o la boca, i s'inflen.
- Durant l'**expiració** puja el , els pulmons s'encongeixen i expulsen, pel nas o per la boca, l'aire que contenen.

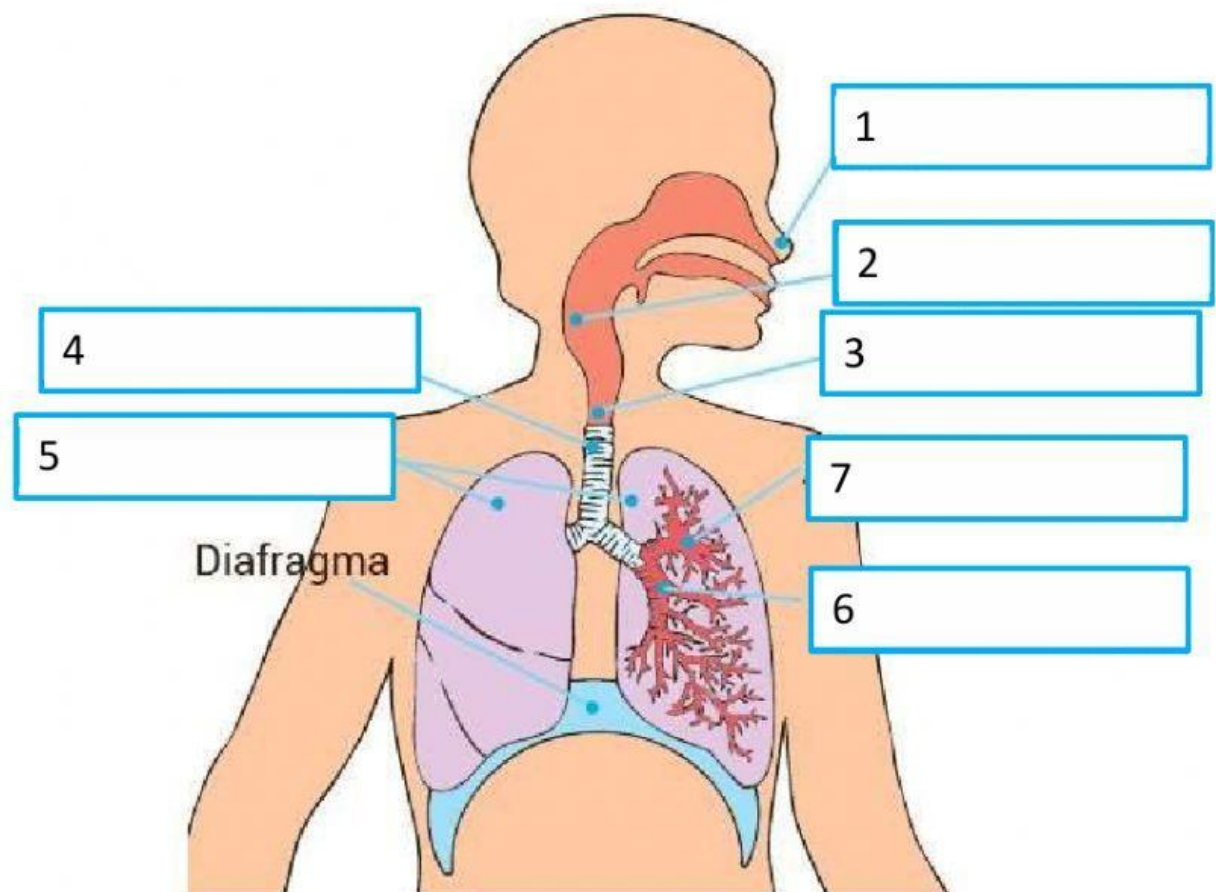
4. Els **pulmons** són dos òrgans esponjosos formats per milions de saques anomenats , que estan envoltats de vasos sanguinis molt fins.

En els **alvèols** es produeix l'intercanvi de gasos:

- L'oxigen de l'aire passa .
- El diòxid de carboni que genera el nostre cos i que és transportat per la sang és expulsat .

5. L'aire que entra al cos fins que arriba als pulmons segueix el següent recorregut:

bronquis	fosses nasals	pulmons	laringe
faringe	bronquíols	tràquea	



6. Hem de cuidar el nostre sistema respiratori, per això cal:

- a) Ventilar les habitacions. ☐
- b) No practicar esport. ☐
- c) Respirar aire contaminat o ple de fum. ☐
- d) Inspirar pel nas ☐
- e) Practicar esport regularment. ☐
- f) Evitar els llocs on hi ha fum de tabac. ☐