

1. La respiración completa es uno de los tipos de respiración.
Verdadero Falso
2. Cuando hinchamos el abdomen estamos hablando de respiración _____.
3. Si nos encontramos muy nerviosos es recomendable realizar respiraciones_____.
4. La respiración torácica o pulmonar es una respiración completa.
Verdadero Falso
5. Podemos sentir la respiración torácica si colocamos nuestras manos _____.
6. Entra suficiente aire en nuestros pulmones si combinamos las respiraciones diafragmática y clavicular. Verdadero Falso
7. La respiración más superficial y con la que menos aire entra en nuestros pulmones es la respiración_____.
8. La respiración clavicular se puede realizar de forma aislada.
Verdadero Falso
9. Cuando llenamos totalmente de aire nuestros pulmones hablamos de respiración_____.
10. La respiración ideal consiste en inspirar por la_____y espirar por la_____. Esta respiración tiene tres fases: se vacían los _____ al espirar, después se llenan los _____de aire al bajar el_____y abrir las_____. Por último se elevan las_____.