

La aventura por el túnel de los alimentos

Una historia sobre el sistema digestivo

Science Fables



—¿Adónde fue? —preguntó Jayden cuando Nora tragó un bocado de su sándwich.

—Ese bocado está empezando un largo viaje —dijo la señorita Harper—. ¡Por tu sistema digestivo!

Nora y Jayden se sentaron muy derechos. Estaban listos para seguir a la comida en su aventura.

Momento interactivo

¿Puedes señalar tu boca?
Allí comienza la digestión.

Science Fables



—Primera parada: la boca —dijo la señorita Harper—. Los dientes trituran la comida y la saliva la humedece y empieza a descomponerla.

—¿Entonces la saliva ayuda con la digestión? —preguntó Jayden.

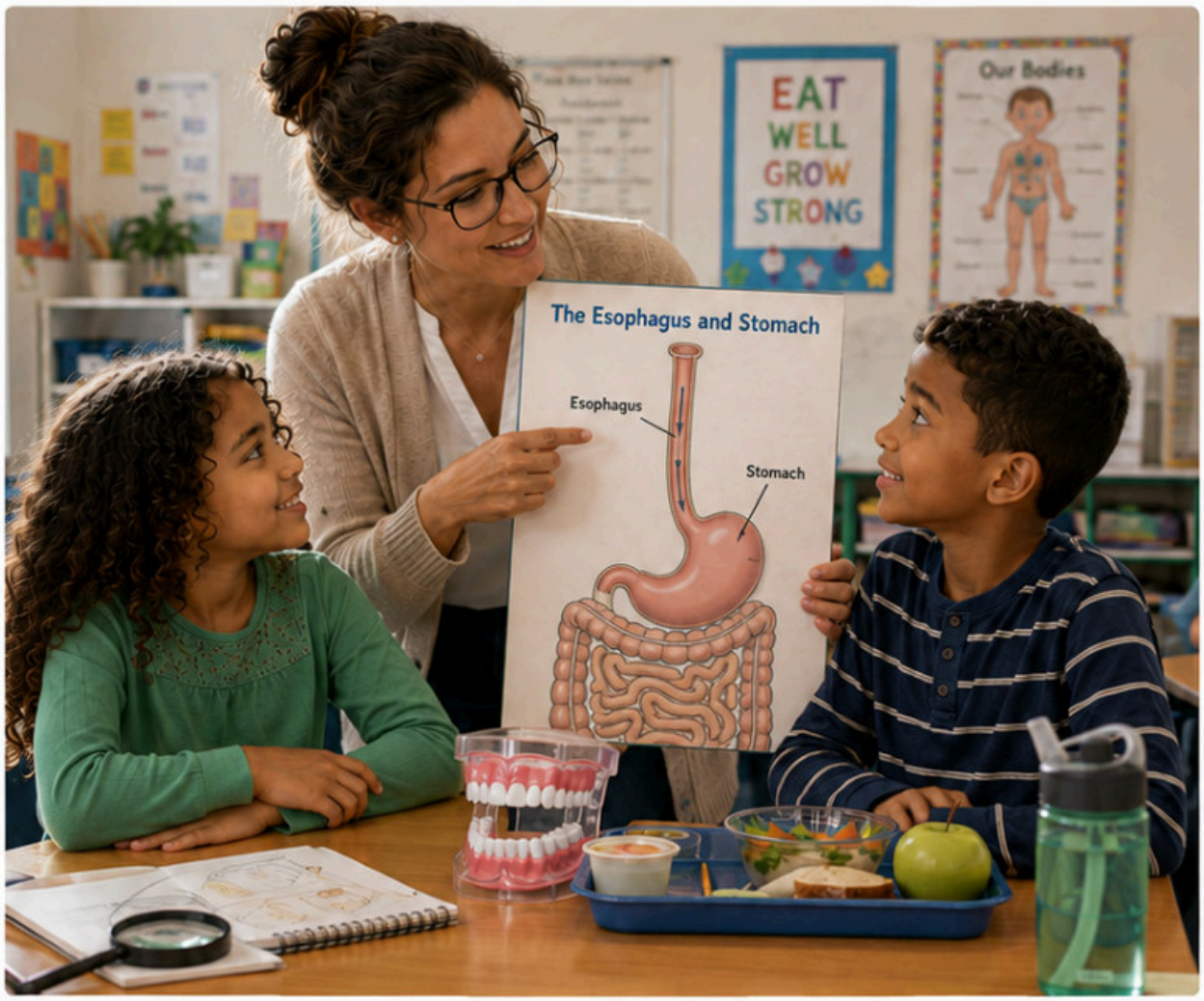
—Así es —respondió la señorita Harper.

Nora sonrió. —¡Masticar es más importante de lo que pensaba!

¡Pruébalo!

Finge que masticas diez veces. ¿Por qué es bueno masticar bien?

Science Fables



—Después, la comida baja por el esófago —explicó la señorita Harper—. Es un tubo flexible cuyos músculos se contraen en ondas para empujar la comida al estómago.

—En el estómago, la comida se revuelve y se mezcla con jugos digestivos —continuó—. Se ablanda y se descompone aún más.

Jayden hizo como si revolviera algo. —¡El estómago es como una batidora!

—Exactamente —dijo la señorita Harper. Nora sonrió. —¡El viaje continúa!

¡Actúalo!

Finge que tragas una vez. ¿Imaginas la comida bajando por el esófago?

Science Fables



—Después del estómago, la comida pasa al intestino delgado —dijo la señorita Harper—. Aquí se absorbe la mayoría de los nutrientes, que pasan a la sangre.

Les mostró unas pequeñas vellosidades, parecidas a deditos, que ayudan al cuerpo a absorber nutrientes.

—Entonces el almuerzo nos ayuda a crecer, movernos y reparar el cuerpo —dijo Jayden.

Nora asintió. —¡Pequeños ayudantes que atrapan nutrientes!

Piensa

¿Para qué sirven los nutrientes?

Para tener energía, crecer y reparar el cuerpo.

Science Fables



—Lo que el cuerpo no puede usar pasa al intestino grueso —explicó la señorita Harper—. Allí se absorbe agua y los desechos se vuelven más sólidos.

Nora dibujó el recorrido en su cuaderno:

Boca → Esófago → Estómago
↓
Intestino delgado → Intestino grueso

Jayden sonrió. —¡Cada comida es un viaje!

Repaso rápido ¿Puedes ordenar las partes?

Science Fables

Elemento científico



El sistema digestivo descompone la comida en partes más pequeñas para que el cuerpo aproveche sus nutrientes. La digestión comienza en la boca, continúa en el estómago y la mayoría de los nutrientes se absorben en el intestino delgado. El intestino grueso absorbe agua y ayuda a formar los desechos.

Partes importantes

- **Boca** — mastica y mezcla la comida con saliva.
- **Esófago** — lleva la comida hasta el estómago.
- **Estómago** — la mezcla con jugos digestivos.
- **Intestino delgado** — absorbe la mayoría de los nutrientes.
- **Vellosidades** — ayudan a absorber los nutrientes.
- **Intestino grueso** — absorbe agua y forma los desechos.

Science Fables