

El estornudo

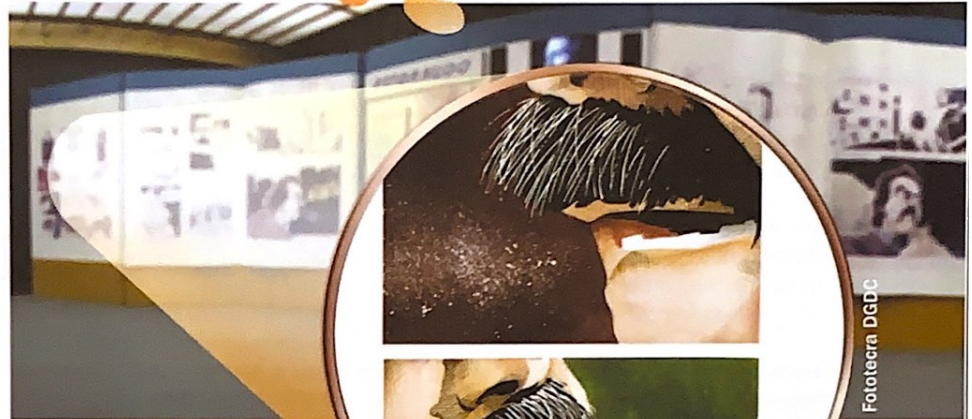


Ma. Cristina Heine

Aunque nuestras madres nos dijeron que era de mala educación, estábamos acostumbrados a estornudar al aire libre y que nuestra saliva, acompañada de bacterias y virus, saliera disparada de nuestra boca, sin importar si afectaba a las personas que estuvieran a nuestro alrededor. La epidemia de la influenza humana A/H1N1 nos enseñó que hay que estornudar en un pañuelo desechable y luego tirarlo a la basura, o si no tenemos un pañuelo a la mano, estornudar en la parte interna del codo.

Pero, ¿por qué estornudamos? Un estornudo es un acto reflejo mediante el cual se expulsa aire y secreciones respiratorias desde los pulmones a través de la nariz y la boca. Se presenta normalmente por la acción de partículas que irritan la membrana mucosa de la nariz. Así, un estornudo es un mecanismo de defensa del aparato respiratorio.

El cosquilleo o irritación en la nariz te hace inhalar una gran cantidad de aire (aproximadamente dos litros y medio). Primero se contraen los músculos abdominales que elevan el diafragma, aumentando la presión en los pulmones. Al mismo tiempo los músculos de la faringe se cierran y



Fototeca DGDC

el aire sale disparado por la boca a una velocidad de entre 110 y 160 kilómetros por hora, contaminando un área de seis metros cuadrados. Resulta también curioso que siempre cerramos los ojos cuando estornudamos.

Casi cualquier cosa que nos irrita la nariz puede originar un estornudo: el polvo, el aire frío, la pimienta. Algunas personas son alérgicas y estornudan cuando se exponen a determinados agentes, como el pelo de los animales o el polen de las flores. Hay quienes estornudan cuando se exponen al Sol.

A este tipo de estornudos

se les llama fóticos porque se deben a la luz. Si padeces alergias, evita exponerte a los agentes causantes, como las mascotas; usa filtros de aire para disminuir el polen del ambiente, saca los libros del dormitorio y elimina alfombras que guarden polvo. En caso de episodios de estornudos frecuentes, consulta a tu médico.

En el museo *Universum*, en la Sala "Conoce tu cuerpo", hay una historieta donde se aborda el tema del estornudo y donde puedes aprender más sobre este acto reflejo de nuestro cuerpo.



Universum

El Museo de las Ciencias *Universum* pertenece a la Dirección General de Divulgación de la Ciencia de la UNAM. Se encuentra ubicado en la Zona Cultural de Ciudad Universitaria, Delegación Coyoacán, en el D.F. El horario de atención al público es de las 9:00 a las 18:00 horas de lunes a viernes, y de 10:00 a 18:00 horas, sábados, domingos y días festivos. Informes: 54 24 06 94. www.universum.unam.mx

ISSN 1870-3186

¿cómo ves?

Año 11 • No. 129 • Revista de Divulgación de la Ciencia de la Universidad Nacional Autónoma de México

La receta cósmica

*¿De qué está hecho
el Universo?*

Henry Cavendish
La mente genial de
un hombre extraño

**El Servicio
Sismológico Nacional**

UNAM
Comprometida con el futuro

México	\$25.00
EUA	USD 5.00
Europa	€3.75



Melamina
Historia de un fraude peligroso