

# RECREO. Nº 126

10 FEBRERO 2021 – 10 MARZO 2021

## SUMARIO

### PRESENTACIÓN

### NO TE LO PIERDAS

- ❖ Cine
- ❖ Libros

### ¿SABÍAS QUE...

- ❖ ... los tiburones no tienen huesos?
- ❖ ... han encontrado en 2020 “la orquídea más fea del mundo”?

### ¿CÓMO SE FORMA LA NIEVE?

### ÁFRICA, LA CUNA DE LA CIVILIZACIÓN

### EL TEST DE LA ONCE

### PASATIEMPOS

- ❖ ¿Verdadero o falso?

## **PRESENTACIÓN**

¡Hola de nuevo! ¿Cómo estás? Un poco cansado de tanto confinamiento, seguramente, pero ya sabes que debemos seguir esforzándonos para prevenir los contagios y mantener a raya al coronavirus. Para hacer esas horas en casa más divertidas y entretenidas, aquí llega un nuevo número de RECREO con el que aprenderás un sinfín de cosas interesantes.

El pasado mes de enero, una terrible tormenta, de nombre Filomena, cubrió de nieve todo el centro peninsular y provocó enormes problemas en ciudades y provincias como Madrid, Toledo, Teruel, Zaragoza, Soria... Seguro que ya lo sabes, pero lo que puede que desconozcas es cómo se forma la nieve. ¿Te apetece descubrirlo?

Es el tercer continente más grande del planeta, tiene una montaña muy alta que es el Kilimanjaro y por su sabana campan a sus anchas leones, elefantes, jirafas y muchos otros animales impresionantes. ¿Sabes de qué continente hablamos?

Además, si prestas atención a este número de RECREO te convertirás en un verdadero experto o experta en el cuerpo humano, porque hemos dedicado la sección de 'Pasatiempos' a conocernos un poco más por dentro. Pero no será la única sección en la que te pondremos a prueba, ya que antes, como siempre, deberás superar el Test de la ONCE.

Tampoco pases por alto las novedades cinematográficas y literarias, que son muchas e interesantes, ni las curiosidades de la sección '¿Sabías que...', que van a sorprenderte.

¡Empezamos!

## **NO TE LO PIERDAS**

### **CINE**

#### **Novedades en producciones audiodescritas**

##### **'Padre no hay más que uno 2: La llegada de la suegra'**

Con el triunfo de la asistente virtual 'Conchi', Javier se ha convertido en líder del chat de madres y todo marcha sobre ruedas. Parece tenerlo todo bajo control, pero la noticia inesperada de la llegada de un nuevo bebé lo pone todo patas arriba. Y para rematar, llegará la suegra.

##### **'Espías con disfraz'**

El superespía Lance Sterling y el científico Walter Beckett son casi polos opuestos. Lance es tranquilo, afable y caballeroso. Walter no. Pero lo que le falta a Walter de habilidades sociales lo compensa con ingenio e inventiva, con los que crea increíbles artilugios que Lance usa en sus épicas misiones.

Pero cuando los eventos dan un giro inesperado, Walter y Lance de repente tienen que confiar el uno en el otro de una manera completamente nueva.

Si te interesan 'Padre no hay más que uno 2: La llegada de la suegra' y 'Espías con disfraz', puedes solicitarlas con los números P-726 y P-727, respectivamente, del catálogo de películas audiodescritas.

## **LIBROS**

### **'Un bandido con suerte'**

Este cuento escrito en verso está inspirado en un hecho real. El personaje es un perro que nos cuenta cómo tras perderse mientras jugaba con sus dueños en el parque, pasó de vivir feliz en el calor de un hogar a vagar por la ciudad.

Al pasar los días perdido, su apariencia se torna descuidada y nota cómo la reacción de la gente hacia él es distinta y nadie está dispuesto a brindarle alimento y, mucho menos, afecto. A través de esta historia se pretende enseñar a los niños a no dejarse llevar por las apariencias y valorar a los demás por lo que son, no por cómo se ven.

### **'Cuentos y leyendas de los árboles'**

Poderosos, antiguos, con las ramas apuntando hacia el cielo y las raíces ancladas en la tierra..., los árboles han inspirado leyendas e historias en todas las grandes civilizaciones humanas.

A lo largo de estas páginas encontramos algunas de las más famosas y sorprendentes. Relatos que nos permitirán conocer el poder de ciertos árboles únicos, su relación con importantes personajes mitológicos y la belleza de las tradiciones asociadas a ellos.

### **'Seis amigos y el misterio del hórreo abandonado'**

Un grupo de amigos comienza sus vacaciones estivales sin tener la más mínima sospecha de que se va a ver envuelto en un misterio que deberá resolver. Con Asturias como escenario de la acción, la aventura y el misterio acompañarán a los seis protagonistas hasta el final de la historia. ¿Lograrán resolver el enigma?

Si estás interesado en leer "Un bandido con suerte", de Nathalia Brines; 'Cuentos y leyendas de los árboles', de Ana Alonso, y 'Seis amigos y el misterio del hórreo abandonado', de Andrea Latorre Viñes, puedes descargarlos de la Biblioteca Digital de la ONCE, en formato TLO, o solicitarlos, en soporte papel, al Servicio Bibliográfico de la ONCE (SBO).

## **¿SABÍAS QUE...**

### **... los tiburones no tienen huesos?**

Aunque parezca extraño que un animal tan imponente como el tiburón no tenga huesos, así es. El esqueleto de los tiburones, también llamados escualos, está formado por cartílago. Seguro que sabes lo que es el cartílago; eso es, ese tejido firme pero que es mucho más flexible que el hueso que tenemos, por ejemplo, en las orejas.

Pero, curiosamente, los tiburones tienen huesos en los dientes y en las espinas de las aletas, lo que ha traído de cabeza a los investigadores, que no sabían si el esqueleto de estos animales a lo largo de la historia siempre había sido de cartílago o si habían evolucionado de un esqueleto óseo a uno de cartílago.

Un reciente estudio sugiere que los antepasados de los tiburones primero evolucionaron para obtener hueso y luego lo perdieron de nuevo, en lugar de mantener su estado cartilaginoso inicial durante más de 400 millones de años, lo que explicaría que tengan hueso en sus dientes y aletas.

Por cierto, ¿sabes cómo se llaman los peces que tienen su esqueleto formado por cartílago en lugar de hueso? Se llaman condictios, además de peces cartilaginosos, claro.

### **... han encontrado en 2020 “la orquídea más fea del mundo”?**

Las orquídeas son plantas bonitas, coloridas y de apariencia delicada, pero parece ser que no todas. Los biólogos del Real Jardín Botánico de Kew, en Londres, actualizan cada año “The Plant List” (La lista de plantas) con las nuevas plantas descubiertas en el mundo. En 2020, un total de 156 especies nuevas han ingresado en esta lista de referencia en el mundo de la botánica, y entre ellas se han encontrado una muy peculiar.

Se trata de una orquídea que ha sido bautizada con el nombre de *Gastrodia agnicellus*, y que es considerada la “orquídea más fea del mundo”. Esta planta se encuentra en Madagascar, no tiene hojas, tiene pequeñas flores marrones y crece a partir de un tallo lanudo y tuberoso. Además, pasa la mayor parte de su vida bajo tierra, y solo aparece para florecer o producir frutos.

Entre las nuevas especies, los investigadores también han encontrado un nuevo hongo que crece cerca del aeropuerto londinense de Heathrow. Es una seta venenosa de color marrón rojizo que ha sido hallada entre los árboles junto a un depósito en el aeropuerto, a la que han denominado *Cortinarius heatherae*.

# ¿CÓMO SE FORMA LA NIEVE?

Por Nuncy López Valencia

El pasado mes de enero, la nieve sorprendía a la mayor parte del centro de España, desde Toledo a Guadalajara, pasando por Albacete y Cuenca, pero sobre todo por la región de Madrid. En la capital del país cayó la mayor nevada del siglo y la mayor de las registradas en los últimos 50 años, dejando a la ciudad sepultada bajo un manto blanco y totalmente paralizada y aislada por carretera, tren y avión durante varios días.

Seguro que, vivas donde vivas, si no sufriste directamente los efectos de la tormenta Filomena, oíste hablar de ella, ya que fue la causante de esa gran nevada que cayó en el centro peninsular los días 8 y 9 del pasado mes de enero y acaparó la atención de todos los medios de comunicación, prensa, radio y televisión, y de las redes sociales.

En Madrid, a partir de las doce del mediodía del día 8 de enero comenzó a nevar y lo hizo ininterrumpidamente durante 30 horas, dejando capas de nieve de 25 a 30 centímetros, que en algunas zonas llegaron hasta los 35-40 e incluso los 50 centímetros.

Aunque los meteorólogos habían dado varios avisos días antes de que se avecinaba una gran nevada con la tormenta Filomena, lo cierto es que se superaron las previsiones y las consecuencias fueron tremendas en todo el centro peninsular. Y, por si fuera poco, a la nevada le siguió una ola de frío que trajo consigo temperaturas gélidas que hicieron que la nieve no se derritiera y se convirtiera en hielo, dificultando igualmente la vida de los ciudadanos.

Porque, sí, la nieve es muy bonita y divertida, ya que puedes jugar con ella, hacer muñecos, disfrutar con el trineo, esquiar..., que es lo que hicieron muchos adultos, niñas y niños de las zonas nevadas. En Madrid y en otras ciudades, algunos sacaron sus esquís por calles del centro de las localidades y parecía que estaban en una estación de esquí.

Pero la nieve y el hielo también entrañan problemas y peligros importantes para el funcionamiento de las ciudades y la vida cotidiana, como interrupciones del tráfico, suspensión de las clases en los colegios, quedarse atrapados en los coches, cortes del suministro de luz, congelación de las calderas del agua caliente, caídas y un montón de problemas más, que fueron algunas de las consecuencias de la borrasca Filomena.

## **Cristales de agua helada**

Filomena la lio, pero bien, porque la cantidad de nieve que cayó en algunas zonas donde no es habitual que nieve de esa manera, fue excepcional. ¿Alguna vez te has preguntado por qué nieva, cómo se forma la nieve? A continuación, te lo explicaremos.

Al igual que la lluvia y el granizo, la nieve es parte del proceso de circulación del agua, que, seguro que lo has estudiado en el colegio, el llamado “ciclo del agua”. Todos estos fenómenos meteorológicos, como la lluvia, el granizo o la nieve, provienen del vapor de agua que forman las nubes, aunque el proceso de formación es diferente en cada caso.

La nieve se forma cuando la temperatura es baja dentro de la nube (unos -12 grados centígrados), pero para que nieve, además de bajas temperaturas, es necesario que haya humedad en el aire. En esas condiciones, las gotas del vapor de agua se congelan en torno a una mota de polvo formando diminutos cristales de hielo que se unen unos con otros dando lugar a los copos de nieve, que caen a la superficie de la Tierra cuando son lo suficientemente pesados.

Aunque no siempre llegan al suelo, ya que pueden derretirse en el camino. Si la temperatura del aire entre la base de la nube y el suelo está por debajo de cero grados centígrados (0°C), llegan a la tierra en forma de nieve, pero si la temperatura es más alta se derriten y caen en forma de agua. Pero hay veces que con una temperatura de un 1°C puede nevar, ya que, como te hemos dicho, también influye la humedad.

Y, precisamente, esas diferentes condiciones de humedad y temperatura en el ambiente que se encuentran los copos en su proceso de crecimiento son las que hacen que los copos de nieve sean diferentes entre ellos y no tengan siempre el mismo aspecto.

Porque sí, por si no lo sabías, no hay dos copos de nieve idénticos, cada forma es única y diferente del resto, según demuestran estudios que se han llevado a cabo. Lo que sí que hay son estructuras comunes en todos los copos, de manera que la gran mayoría tienen forma de estrellas hexagonales ramificadas.

## **El aire y la luz del sol**

¿Y por qué la nieve es blanca? Lo lógico sería pensar que, si la nieve está formada por pequeños cristales de hielo, y el agua y el hielo son transparentes, la nieve también debería ser transparente. Pero no es así, y la explicación, como casi siempre, nos la da la ciencia.

Como ya te hemos contado, la nieve está formada por copos, que son cristales de hielo en torno a una mota de polvo. A medida que esos cristales se van juntando, entre ellos queda atrapado el aire, y lo que sucede es que ese aire, al recibir la luz del sol, la absorbe y a continuación la emite en todas las direcciones como si fueran las bolas de un billar.

La suma de todos esos colores que salen desviados acaba formando el color blanco, y por ese motivo la nieve es blanca, porque refleja toda la luz que le llega del sol. Porque, si no lo sabías, la luz del sol se divide en un espectro de colores que son los colores del arco iris: rojo, naranja, amarillo, verde, azul, índigo y violeta, que al reunirse dan como resultado el color blanco.

Por lo tanto, es ese aire que queda atrapado entre los copos el que da el color blanco a la nieve. Es un efecto parecido al que provocan las minúsculas gotas de agua en las nubes, que hace que se vean también blancas. El hielo, sin embargo, no contiene espacios por donde traspase el aire y por esta razón la luz se dispersa exhibiendo un color transparente.

### **Gran aislante térmico**

Precisamente, el aire que tienen los copos de nieve –entre un 90 y un 95 por ciento de un copo de nieve es aire atrapado– hace que, en contra de lo que pueda pensarse, la nieve sea un gran aislante térmico. Ese aire que hay atrapado entre los cristales de hielo sin apenas poder moverse reduce considerablemente la posibilidad de transferencia de calor al exterior.

Y eso es algo que saben muchos animales, que utilizan la nieve para fabricar las madrigueras en las que hibernan durante los meses de más frío. Y también es la razón por la que los iglús, que solo usan el calor corporal para calentarlos, sean más cálidos dentro que fuera.

Para terminar este reportaje sobre la nieve, te contaremos una última curiosidad. Como sabes, los copos de nieve son pequeñitos, pero no todos. Según el libro Guinness de los Récords, en 1887 cayó el copo de nieve más grande visto alguna vez. Midió unos 38 centímetros de diámetro y fue en Montana, en Estados Unidos.

## **ÁFRICA, LA CUNA DE LA CIVILIZACIÓN**

Por Nuncy López Valencia

África es el tercer continente más grande del mundo, después de Asia y América. Aunque seguro que has estudiado algunas cosas sobre África en el colegio, a continuación, vas a descubrir muchas curiosidades que posiblemente desconozcas. ¿Te apuntas a esta particular clase de geografía sobre este gran continente?

Así es, África tiene una superficie enorme y una población de más de 1.200 millones de habitantes. El continente está situado entre los océanos Atlántico, al oeste, e Índico, al este, y separado del continente europeo al norte por el mar Mediterráneo.

El mapa de África lo componen un montón de países, 54 países para ser precisos, y en todo el continente hay nueve desiertos de arena, entre ellos el desierto del Sahara, que como te hemos contado en alguna otra ocasión es el desierto cálido más grande del mundo. Para que te hagas una idea de lo grande que es, este desierto ocupa una extensión casi tan grande como la de China o los Estados Unidos, y algunas de sus dunas han alcanzado una altura que supera los 190 metros.

¿Y cuál es la montaña más alta de África? El Kilimanjaro, un monte que se encuentra al noreste de Tanzania, en la frontera con Kenia, y que está formado por tres volcanes inactivos, el más alto de unos 5.895 metros. Con esta altura, el Kilimanjaro es la cuarta montaña más prominente del mundo, solamente por detrás del Everest, que está en Nepal y la República Popular China, el Aconcagua (en Argentina), y el Monte McKinley (en Estados Unidos).

El principal ecosistema del continente africano es la sabana, con un clima árido y seco y poca vegetación. África también cuenta con la región de los Grandes Lagos, una serie de grandes lagos situados a lo largo del Gran Valle del Rift, entre los que destaca el Lago Victoria, el segundo lago de agua dulce más grande del mundo. Y con un impresionante río, el Nilo, que nace en Burundi y llega hasta el mediterráneo, fluyendo a lo largo de diez países de toda África.

### **El animal terrestre más grande del mundo**

África tiene una flora y una fauna asombrosa. En la sabana viven un montón de animales espectaculares, y, por ello, uno de los atractivos turísticos de este continente es desplazarse hasta allí para hacer un safari. Por ejemplo, el animal terrestre más grande del planeta: el elefante africano, que tiene un peso de entre 5,4 y 6 toneladas.

También hay muchos hipopótamos, que es el animal más peligroso para el ser humano en África. O el más alto de todos, ese en el que estás pensando, la jirafa, que puede llegar a medir seis metros, más o menos como un edificio de dos plantas. Pero también hay leopardos, búfalos, leones... Y en sus desiertos camellos y dromedarios.

Ahora que ya sabes muchas cosas sobre la geografía y la fauna de África, te contaremos algunas otras curiosidades sobre este gran continente que, por cierto, está muy próximo al sur de nuestro país. Así es, ya que tan solo 14 kilómetros separan España y, por tanto, el continente europeo, del continente africano a través del Estrecho de Gibraltar. Pero, además, España tiene en el norte de África dos ciudades autónomas, que son Ceuta y Melilla.

El nombre de África viene del latín y significa “sin frío”, y se cree que el primer hombre del mundo, el primer Homo sapiens, tuvo su origen en África hace unos 300.000 años. Los investigadores creen que desde allí se expandió al resto de lugares del mundo. Eso significa que África es, por tanto, la cuna de la civilización y que todos llevamos algo de ese impresionante continente dentro, ¿no crees?

Durante mucho tiempo y también en la actualidad, algunos humanos han vivido y viven en el desierto. Son los beduinos, una palabra que en árabe significa moradores del desierto, y son nómadas, es decir, personas que no viven en un lugar fijo, sino que viajan durante toda su vida por el desierto.



## **Hambre y guerras**

Lamentablemente, la vida en África no es nada fácil, ya que en este continente hay muchos conflictos y mucha pobreza. Para que te hagas una idea, en África están los 10 países más pobres del mundo. Por ello, la vida allí es muy complicada, especialmente para los niños, que son los primeros que sufren las consecuencias del hambre y de las guerras y los conflictos.

De hecho, muchos de los niños que viven en África se ven obligados a convertirse en niños soldados, en esclavos, a trabajar, son secuestrados o tienen incluso dificultades para comer o beber agua.

La falta de agua y lluvia en el continente africano ha dejado a lo largo de la historia a muchas familias africanas sin agua potable para beber. Además, la falta de agua hace que no prosperen los cultivos y el ganado, con lo que hay serios problemas para alimentar a la población. En países como Somalia o Nigeria, millones de personas no tienen comida, la mayoría de ellos niños.

Además, según datos de Naciones Unidas, es el continente con más natalidad de todo el mundo, porque allí cada mujer tiene de media 6 hijos, y muchos niños no pueden ir al colegio. Para que te hagas una idea de la gravedad de este problema, de todos los niños que no van al colegio en el mundo, 4 de cada 10 son africanos. Por ello, nunca lo olvides, aunque a veces te cueste ir al cole, eres una persona afortunada.

A pesar de que la mayoría de los países africanos hablan árabe, inglés o francés, es un continente con una riqueza impresionante de idiomas. Y es que África tiene más de 1.500 lenguas autóctonas.

## **EL TEST DE LA ONCE**

**Ponte a prueba, ¿qué sabes de la ONCE? Contesta este test y ponte nota tú mismo. Cada una de las preguntas tiene una única respuesta. Por cada respuesta correcta, obtendrás 2 puntos. Si la respuesta es errónea, no consigues ningún punto. Recuerda que, si no eres capaz de contestar a alguna de las preguntas, puedes visitar la página Web de la ONCE ([www.once.es](http://www.once.es)), donde encontrarás la información que necesitas.**

**1) ¿Qué festividad se celebra el 13 de diciembre?**

- a) El Día del Braille.
- b) El Día del Cuponazo.
- c) Santa Lucía.

**Solución: c) Santa Lucía.**

2) Además de en Literatura, ¿en qué otra categoría se conceden anualmente los Premios Tiflos de la ONCE?

- a) Ajedrez.
- b) Periodismo.
- c) Pintura.

**Solución: b) Periodismo.**

3) ¿Qué entidad tiene como objetivo promover y gestionar el deporte para personas ciegas?

- A) El Comité Olímpico Español.
- B) El Club Deportivo Leganés.
- C) La Federación Española de Deportes para Ciegos.

**Solución: c) La Federación Española de Deportes para Ciegos.**

4) ¿De qué provincia española es el grupo de teatro infantil de la ONCE Cachiruela?

- a) Alcorcón.
- b) Sevilla.
- c) Lanzarote.

**Solución: b) Sevilla.**

5) ¿Quién diseñó una versión accesible del popular videojuego Buscaminas?

- a) Jonathan Chacón.
- b) Bill Gates.
- c) Serafín Zubiri.

**Solución: a) Jonathan Chacón.**

#### **RESULTADOS:**

- 10 puntos – Experto en la ONCE.
- 8 puntos – Rozando la perfección.
- 6 puntos – Aprobado por los pelos.
- 4 puntos – Muy cerca de pasar el corte, pero no fue suficiente.
- 2 puntos – La casualidad te ha premiado con una respuesta correcta.
- 0 puntos – No desesperes, la próxima vez lo harás mejor.

## PASATIEMPOS

Dicen que el cuerpo humano es la máquina más perfecta que existe en la naturaleza. Y es cierto, el cuerpo humano es complejo y esconde muchas curiosidades y secretos aún por descubrir. ¿Te apetece sumergirte en un fascinante viaje por el interior de tu cuerpo para conocerlo un poco mejor? Lo haremos jugando a ‘Verdadero o falso’ para que sea más divertido, y sacaremos las preguntas y respuestas del libro titulado ‘La vida secreta del cuerpo humano’, del especialista en fisiología y biología humana John Clancy. ¿Te atreves?

- Todos los organismos vivos (incluido el tuyo) están formados por células. ¿Verdadero o falso?

**Solución: Verdadero.** Efectivamente, las células se pueden denominar las “unidades básicas de la vida”, ya que son las partes más pequeñas del cuerpo capaces de realizar las funciones básicas necesarias para la vida. Sus cometidos principales son la digestión de los alimentos, la generación de energía, el movimiento, la respuesta a estímulos, el crecimiento, la excreción y la reproducción. Para que te hagas una idea, las distintas partes y actividades de una célula pueden compararse con las áreas y actividades de una fábrica. Dentro del edificio de la fábrica se llevan a cabo diversas tareas importantes, al igual que ocurre en las diversas partes de la célula.

- El esqueleto de un recién nacido y de un adulto tiene el mismo número de huesos. ¿Verdadero o falso?

**Solución: Falso.** El esqueleto de un recién nacido está formado por más de 300 huesos, mientras que el esqueleto de un adulto tiene 206 huesos. ¿Qué es lo que sucede entonces con esos huesos que desaparecen? Realmente no desaparecen, lo que ocurre es que algunos de los huesos se van fusionando al crecer. Los huesos dan forma a tu cuerpo y, con la ayuda de los músculos esqueléticos, te permiten moverte. Pero también hay partes del esqueleto que protegen tus órganos vitales evitando que se lesionen por impactos. Por ejemplo, el cráneo es como una caja de hueso que protege el cerebro, y la estructura de las costillas, parecida a una jaula, protege el corazón y los pulmones.

- La sangre que circula por las venas transporta una gran cantidad de oxígeno.

**Solución: Falso.** El sistema circulatorio está formado por vasos sanguíneos, que son las arterias y las venas. Las arterias transportan la sangre desde el corazón al resto del cuerpo y aparecen en los dibujos del sistema circulatorio pintadas de color rojo porque la sangre que transportan es de color rojo vivo al llevar una gran cantidad de oxígeno. Las venas llevan la sangre de regreso al corazón y suelen aparecer pintadas de color azul en los dibujos, aunque realmente son de color rojo oscuro porque la sangre que contienen transporta muy poco oxígeno.

- El corazón late una media de 70 veces por minuto. ¿Verdadero o falso?

**Solución: Verdadero.** El corazón es una potente bomba muscular que está situada entre los pulmones, ligeramente inclinada hacia la izquierda en la cavidad torácica o tórax. Y, efectivamente, este órgano late una media de 70 veces por minuto, lo que significa 100 000 latidos al día, 3,6 millones de latidos al año y 2,5 billones de latidos a lo largo de toda la vida. A través de esos latidos, el corazón puede bombear desde un volumen de sangre de cinco litros por minuto en estado de reposo, hasta 30 litros por minuto, al hacer ejercicio.

- La mayoría de las personas respiran por la nariz. ¿Verdadero o falso?

**Solución: Verdadero.** El aparato respiratorio baja desde los orificios nasales hasta los pulmones, pasando por la garganta. La mayoría de las personas respiran por los orificios nasales, aunque en ocasiones lo hacen también por la boca, en especial si las necesidades de oxígeno del organismo son elevadas, como, por ejemplo, al hacer ejercicio físico intenso. Pero, hay varias razones más por las que una persona puede respirar por la boca, siendo el motivo más habitual la obstrucción nasal. Seguro que tú has comprobado que cuando tienes muchos mocos en la nariz respiras por la boca para introducir en tu cuerpo el suficiente oxígeno. Problemas en la mandíbula, unas amígdalas anormalmente grandes o una desviación del tabique nasal también pueden ser las causas de respirar por la boca en lugar de por la nariz. Pero, sea cual sea la causa, hay que evitar en la medida de lo posible respirar por la boca para prevenir posibles efectos secundarios.

- Los estornudos ayudan a limpiar las vías respiratorias altas. ¿Verdadero o falso?

**Solución: Verdadero.** Las vías respiratorias altas están formadas por la nariz, las fosas nasales, los senos y la garganta (o faringe); y las bajas por la tráquea, la laringe, los bronquios, los bronquiolos y los alvéolos pulmonares. Estornudar ayuda a limpiar las vías respiratorias altas cuando el revestimiento de las fosas nasales está irritado por la inhalación de partículas, por olores fuertes o por la presencia de infecciones. El estornudo empieza con una o varias grandes inhalaciones. El reflejo del estornudo hace que se cierre la glotis (y los ojos también) y, a continuación, una potente contracción de los músculos respiratorios abre la glotis y hace que se expulse el aire por la nariz y la boca, produciendo el sonido característico “¡achís!”.

- Seis de cada diez personas son diestras, y las cuatro restantes son zurdas o ambidiestras. ¿Verdadero o falso?

**Solución: Falso.** La persona diestra es aquella que tiene tendencia natural a utilizar preferentemente la mano derecha o también el pie derecho, mientras que la persona zurda usa preferentemente la mano y el pie izquierdo. Además, existen las personas ambidiestras, que pueden usar ambas manos y pies indistintamente. Pues bien, aclarado esto, te contaremos que el 90 por ciento

de las personas, es decir, nueve de cada diez, son diestras, mientras que el 10 por ciento restante son zurdas o ambidiestras. En una persona diestra, se estima que hay 180 millones de neuronas más en la parte izquierda del cerebro que en la derecha; mientras que en una persona zurda ocurre a la inversa. Seguro que piensas que esto debería ser al revés, que una persona diestra debería tener más neuronas en la parte derecha del cerebro y una zurda en la izquierda, pero no es así porque el hemisferio derecho del cerebro controla el lado izquierdo del cuerpo, y el hemisferio izquierdo controla el lado derecho.

- La comida puede pasar entre dos y cuatro horas en el estómago. ¿Verdadero o falso?

**Solución: Verdadero.** El estómago es un órgano muscular en forma de J que está situado justo debajo del diafragma, en el lado izquierdo, y es el encargado del proceso de la digestión y absorción de los alimentos ingeridos, junto con otros órganos. Cuando comemos alimentos, estos pueden pasar entre dos y cuatro horas en el estómago, dependiendo de lo que tomemos. Por ejemplo, una comida a base de carne contendrá una gran cantidad de proteínas, por lo que permanecerá unas cuatro horas en el estómago, mientras que una ración de patatas fritas, que no contienen proteínas, pasará menos tiempo.

Y hasta aquí llega este número de Recreo. Esperamos que te lo hayas pasado fenomenal. Ya sabes que dentro de un mes volveremos a encontrarnos. Mándanos tus propuestas y comentarios y haremos la revista como más te guste.

### **... SI QUIERES ESCRIBIRNOS**

Puedes mandarnos tus cartas, redacciones o preguntas a

--**Correo electrónico:** publicaciones@ilunion.com

--**Correo postal:**

Revista Recreo

Ilunion Comunicación Social

C/ Albacete, 3

Torre Ilunion – 7ª planta

28027 Madrid