

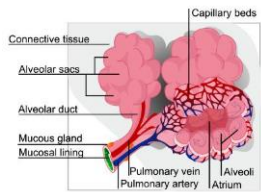


# MOMENTOS DE LA CREACIÓN

Proclamando la Evidencia de la Verdad

## EL MOMENTO DE LA CREACIÓN DE ESTA SEMANA

### ¿Por qué suspiramos?



Salmo 150:6

“¡Que todo lo que respira alabe al Señor! ¡Aleluya!”

Como todos sabemos, la tos es un reflejo que libra nuestros conductos respiratorios de secreciones, irritantes, partículas extrañas e incluso de microbios que podrían enfermarnos. También sabemos que el estornudo es un reflejo que purifica nuestra cavidad

nasal a la fuerza expulsando partículas extrañas e irritantes. Pero, ¿por qué suspiramos? ¿Es sólo porque estamos exasperados o sorprendidos?

Bien, aquí hay una sorpresa para usted. A pesar de que ni siquiera es consciente de ello usted toma una respiración profunda, es decir, usted suspira - aproximadamente 12 veces cada hora. Como los investigadores han descubierto, nosotros suspiramos aproximadamente cada cinco minutos para mantener nuestros pulmones funcionando correctamente.

De hecho, si no suspiráramos, moriríamos. Los investigadores de UCLA y Stanford, llaman al suspiro "un reflejo que sustenta la vida que previene que sacos de aire situados en los pulmones, llamados alvéolos colapsen." El co-autor del estudio Jack Feldman dijo a LiveScience, "Un pulmón humano tiene tanta superficie como una cancha de tenis, y todo está plegado en el interior de su pecho." Si los humanos no suspiraran aproximadamente cada cinco minutos, los alvéolos no sería capaces de volver a inflarse, causando que los pulmones fallaran. La única manera de que los alvéolos se abran de nuevo es tomar una respiración profunda.

Ahora recuerde que suspirar es sólo uno de miles, sino millones de procesos vitales pasando dentro de su cuerpo todo el tiempo. Si su cuerpo carece incluso de uno de los procesos vitales, usted estaría en grandes apuros. ¡Así que la próxima vez que suspire, de gracias a su Creador omnisciente!

Notes:

L. Dodgeon, "Aaaaaaah, ¿Verdad? Usted moriría si no suspira", LiveScience, 3/7/16. Diagrama: los alvéolos. (PD)

© 2023, Momenta de la Creación. Iglesias y padres de familia pueden imprimir estos anexos de boletines con libertad

CREATION MOMENTS, INC.

P. O. Box 839 • Foley, MN 56329 • 800-422-4253 (Sólo inglés)

Si estos boletines son una bendición para usted, por favor considere realizar una donación de cualquier cantidad para que podamos continuar proveyendo este recurso gratuitamente: [www.creationmoments.com/donate](http://www.creationmoments.com/donate).

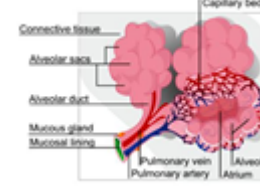


# MOMENTOS DE LA CREACIÓN

Proclamando la Evidencia de la Verdad

## EL MOMENTO DE LA CREACIÓN DE ESTA SEMANA

### ¿Por qué suspiramos?



Salmo 150:6

“¡Que todo lo que respira alabe al Señor! ¡Aleluya!”

Como todos sabemos, la tos es un reflejo que libra nuestros conductos respiratorios de secreciones, irritantes, partículas extrañas e incluso de microbios que podrían enfermarnos. También sabemos que el estornudo es un reflejo que purifica nuestra cavidad

nasal a la fuerza expulsando partículas extrañas e irritantes. Pero, ¿por qué suspiramos? ¿Es sólo porque estamos exasperados o sorprendidos?

Bien, aquí hay una sorpresa para usted. A pesar de que ni siquiera es consciente de ello usted toma una respiración profunda, es decir, usted suspira - aproximadamente 12 veces cada hora. Como los investigadores han descubierto, nosotros suspiramos aproximadamente cada cinco minutos para mantener nuestros pulmones funcionando correctamente.

De hecho, si no suspiráramos, moriríamos. Los investigadores de UCLA y Stanford, llaman al suspiro "un reflejo que sustenta la vida que previene que sacos de aire situados en los pulmones, llamados alvéolos colapsen." El co-autor del estudio Jack Feldman dijo a LiveScience, "Un pulmón humano tiene tanta superficie como una cancha de tenis, y todo está plegado en el interior de su pecho." Si los humanos no suspiraran aproximadamente cada cinco minutos, los alvéolos no sería capaces de volver a inflarse, causando que los pulmones fallaran. La única manera de que los alvéolos se abran de nuevo es tomar una respiración profunda.

Ahora recuerde que suspirar es sólo uno de miles, sino millones de procesos vitales pasando dentro de su cuerpo todo el tiempo. Si su cuerpo carece incluso de uno de los procesos vitales, usted estaría en grandes apuros. ¡Así que la próxima vez que suspire, de gracias a su Creador omnisciente!

Notes:

L. Dodgeon, "Aaaaaaah, ¿Verdad? Usted moriría si no suspira", LiveScience, 3/7/16. Diagrama: los alvéolos. (PD)

© 2023, Momenta de la Creación. Iglesias y padres de familia pueden imprimir estos anexos de boletines con libertad.

CREATION MOMENTS, INC.

P. O. Box 839 • Foley, MN 56329 • 800-422-4253 (Sólo inglés)

Si estos boletines son una bendición para usted, por favor considere realizar una donación de cualquier cantidad para que podamos continuar proveyendo este recurso gratuitamente: [www.creationmoments.com/donate](http://www.creationmoments.com/donate).