



Los límites de la apnea

Respire hondo y contengan el aliento. Acaba de emprender una actividad sorprendente a la par que misteriosa. Los humanos respiramos en promedio de 12 veces por minuto y este ciclo respiratorio, junto con el latido del corazón, constituyen uno de los dos ritmos biológicos vitales. El cerebro acompaña el ritmo de la respiración a las necesidades del cuerpo sin que seamos conscientes de ello. Pero todos somos capaces de contener la respiración a voluntad durante breves lapsos de tiempo. Esta habilidad resulta útil cuando se intenta impedir la entrada de agua o polvo en los pulmones, se pretende estabilizar el tórax antes de realizar un ejercicio muscular o se desea seguir hablando sin marcar una pausa. Aguantamos la respiración con tal indiferencia y naturalidad que quizá le sorprenda al lector saber la que ciencia todavía desconoce el fundamento de tal capacidad.

¿Qué determina el tiempo que podemos permanecer sin respirar? El estudio de esta cuestión topa con serios obstáculos. Aunque todos los mamíferos podemos hacerlo, nadie ha descubierto el modo de convencer a los animales de laboratorio para que contengan el aliento más de unos pocos segundos. Por consiguiente, la apnea voluntaria solo se puede estudiar en personas. Pero si el cerebro agota el oxígeno durante una apnea prolongada, pueden sobrevenir con rapidez la inconsciencia, el daño cerebral y la muerte, tales peligros impiden realizar, por razones éticas, numerosos experimentos potencialmente útiles. Además, algunos estudios destacados llevados a cabo en las décadas pretéritas no podrían repetirse porque incumplirán las normativas de seguridad actuales.

A pesar de esas trabas, los investigadores se las han compuesto para comenzar a dar respuesta a alguna pregunta sobre la apnea.

1.- Por su estructura (forma), el texto se clasifica como:

- A) Narrativo.
- B) Continuo.
- C) Descriptivo.
- D) Discontinuo.

2.- ¿Cuál es la idea central del texto?

- A) Los efectos negativos de aguantar la respiración.
- B) Los estudios realizados acerca de la apnea voluntaria.
- C) Presentar los resultados de las pruebas hechas a animales.
- D) Dar a conocer cómo opera tanto el corazón como los pulmones.

3.- ¿De acuerdo al párrafo 1, las siguientes afirmaciones son correctas, excepto:

- A) El humano respira en promedio doce veces por minuto
- B) El cerebro suele impedir que respiremos con normalidad
- C) La respiración y los latidos del corazón nos permiten estar vivos.
- D) Contendemos la respiración cuando no queremos absorber polvo.



4.- Los experimentos en _____ no han permitido conocer cuánto tiempo un humano puede dejar de _____ de forma voluntaria

- A) Hombres-comer
- B) Laboratorio- vivir
- C) Animales- respirar
- D) Seres vivos- convivir

5.- Elige la opción que presenta el orden correcto de las ideas presentadas en el texto:

1. Dejar de respirar un largo tiempo daña al cerebro
2. Los seres humanos cada minuto inspiran 12 veces
3. Los científicos buscan respuestas sobre la apnea voluntaria
4. Retenemos la respiración para poder seguir hablando sin pausa.

- A) 1, 2, 3, 4
- B) 2, 1, 3, 4
- C) 2, 4, 1, 3
- D) 4, 2, 3, 1