



**LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA**  
**ASIGNATURA: Anatomía y Fisiología I**

**NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:**

Unidad 4. ANATOMIA Y FISIOLOGIA DEL APARATO  
RESPIRATORIO

**ACTIVIDAD:**

Autorreflexión U4

**ASESORA: MARTHA PATRICIA LARA PUGA**

**ESTUDIANTE:**

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

**MATRICULA: ES231107260**

**FECHA DE ENTREGA:**

10 de diciembre de 2023



## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La comprensión de la anatomía y fisiología del aparato respiratorio resulta esencial no solo en el ámbito de la salud en general, sino también en campos específicos como la nutrición. La relación entre la respiración y la nutrición puede no ser evidente a primera vista, pero ambas están intrínsecamente conectadas en el proceso de obtención de energía para el organismo.

En primer lugar, el sistema respiratorio desempeña un papel fundamental en el metabolismo de los nutrientes. La respiración celular, que tiene lugar en las mitocondrias de las células, es crucial para la producción de energía a partir de los alimentos que consumimos. La comprensión de los procesos respiratorios, como la ventilación pulmonar y el intercambio gaseoso, se vuelve crucial para entender cómo el cuerpo utiliza el oxígeno para descomponer los nutrientes y generar ATP, la principal fuente de energía celular.

Además, la relación entre la respiración y la nutrición se evidencia en la importancia del oxígeno en la quema de calorías. Durante la digestión de los alimentos, se liberan calorías que deben ser procesadas y utilizadas eficientemente por el cuerpo. La respiración adecuada asegura la disponibilidad de oxígeno para la oxidación de estos nutrientes y, por ende, para la generación de energía.

En cuanto a la realización de las actividades relacionadas con la unidad 4 de anatomía y fisiología del aparato respiratorio, puedo afirmar que ha sido una experiencia enriquecedora. La exploración detallada de la estructura y función de los órganos respiratorios ha permitido una comprensión más profunda de cómo el cuerpo humano se adapta y responde a las demandas fisiológicas.

Las actividades han facilitado la conexión entre la teoría y la aplicación práctica de los conocimientos adquiridos. La creación de una infografía, la revisión de casos clínicos como en la EPOC y la participación en el foro han contribuido a una mejor asimilación de los conceptos. Este enfoque integral ha favorecido la internalización de la información, haciendo que el aprendizaje sea más significativo y aplicable.

Al reflexionar sobre si estas actividades han clarificado los contenidos de la unidad y han contribuido a la adquisición de competencias específicas, puedo afirmar que sí. La comprensión de la anatomía y fisiología del sistema respiratorio no solo es fundamental para el ámbito de la salud en general, sino que también se revela como un conocimiento valioso en el contexto de la nutrición. La interrelación de estos sistemas ofrece una perspectiva holística que enriquece mi capacidad para abordar los desafíos relacionados con la salud y la nutrición de manera integral.



## FUENTES DE CONSULTA

Anatomía DE la vía aérea. (2017, abril 12). Revista Chilena de Anestesia; Sociedad de Anestesiología de Chile. <https://revistachilenadeanestesia.cl/anatomia-de-la-via-aerea/>

Corpus Escalante, C. R., Pérez-Guzmán, C., Roxana, S., Pérez, G., Giles Martínez, R., & Vega Hernández, J. (s/f). Importancia de la nutrición en la enfermedad pulmonar obstructiva crónica. Medigraphic.com. Recuperado el 10 de diciembre de 2023, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/iner/in-2008/in082k.pdf>

Fisiología respiratoria. (s/f). En McGraw Hill Medical. Recuperado el 10 de diciembre de 2023, de <https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=2163&sectionid=162711645>

Humana, A., Del, Y., & Enfermería, D. (s/f). PASO RESPIRATORIO: Vía Aérea Inferior. Www7.uc.cl. Recuperado el 10 de diciembre de 2023, de <https://www7.uc.cl/medicina/cursos/Anatomia/SWCursos/enfermeria/pdf/p2res.pdf>

lapoce, C. (2021, abril 21). ALA state of the air: 4 in 10 Americans suffer from unhealthy air pollution levels. HCP Live. <https://www.hcplive.com/view/ala-state-of-the-air-4-in-10-americans-suffer-from-unhealthy-air-pollution-levels>

Las nuevas Directrices mundiales de la OMS sobre la calidad del aire tienen como objetivo evitar millones de muertes debidas a la contaminación del aire. (s/f). Who.int. Recuperado el 10 de diciembre de 2023, de <https://www.who.int/es/news/item/22-09-2021-new-who-global-air-quality-guidelines-aim-to-save-millions-of-lives-from-air-pollution>

Marieb, E. (2009). ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA HUMANA. 9a. Edición. PEARSON EDUCACIÓN S.A. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/27169cd6cf60d4993790cf17632da8d3.pdf>

Sinclair, A. H., & Tolsma, D. (2011). Associations between Aries air pollution measurements and acute primary care visits for respiratory illnesses—ten-year time series. Environmental Health Perspectives, 2011(1). <https://doi.org/10.1289/isee.2011.00792>

UNADM. (s/f). Anatomía y fisiología del aparato respiratorio. Unadmexico.mx. Recuperado el 10 de diciembre de 2023, de [https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/02/NAFI1/unidad\\_04/descargables/NAFI1\\_U4\\_Contenido.pdf](https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/02/NAFI1/unidad_04/descargables/NAFI1_U4_Contenido.pdf)