

Práctica social del lenguaje 10

El guion de exposición es el texto que se elabora para orientar la presentación de un tema. En general, es personal y contiene únicamente ideas clave; nunca resúmenes ni ideas desarrolladas. Durante la exposición oral de un tema, el expositor recurre al guion para recordar lo que se debe decir o para verificar que no olvidó mencionar nada.

- 1 A partir del siguiente texto, elabora un guion de exposición. Utiliza el formato que se encuentra al final.

Las reacciones de nuestro cuerpo

Cuando nos avergonzamos, cuando tenemos sueño, si la emoción o la temperatura llega hasta el extremo de nuestra piel...; todas estas reacciones no podemos controlarlas, son involuntarias y a veces pensamos que no hay razón aparente para que sucedan.

Pero ocurre que nuestro cuerpo, sabiamente diseñado, se encuentra en funcionamiento constante ante las circunstancias externas en las que estamos involucrados, y que son percibidos por todos nuestros sentidos.

A continuación veremos a detalle algunos de estos fenómenos que, seguro cada vez que te ocurren, te surge la pregunta: ¿Por qué...?

Piel de gallina

La piel “de gallina” es un fenómeno que sucede debido a la combinación de un músculo que se encuentra en la base del cabello y nuestras emociones; es decir, las reacciones físicas que tenemos cuando nos emocionamos —cambios en la circulación de la sangre, variaciones en la respiración, sudoración, entre otras— repercuten en este músculo.

Cuando tenemos frío, estamos estresados, nos enojamos o simplemente algo nos produce mucha emoción, nuestro cuerpo libera adrenalina, una hormona que provoca que el pequeño músculo se contraiga y cada vellito se levante.

Sonrojarse

Ruborizarse es completamente una respuesta a la atención social. Todas las personas llegan a sonrojarse, aunque en algunas es más notorio que en otras.

Lo que sucede es que al sentir vergüenza, se activa el sistema nervioso simpático —el cual nos prepara para la acción, provoca que huyamos cuando nos sentimos en peligro.

Nuestro organismo libera adrenalina, la cual acelera la respiración y el ritmo cardíaco; también provoca que los vasos sanguíneos se abran para que la sangre fluya con mayor facilidad y por lo tanto también el oxígeno. Cuando los capilares sanguíneos de la cara se expanden, el color de la piel cambia y por eso es más notorio el color de la sangre que fluye por ahí.

Bostezos

Muchos científicos han investigado este curioso fenómeno del cuerpo, pero ninguno ha llegado a una conclusión certera de por qué lo hacemos. La creencia común es que ayuda a aumentar el suministro de oxígeno, incluso, que funciona para refrescar el cerebro y brindarle mayor eficiencia en la activación mental.

¿Y se han dado cuenta de que son contagiosos? Esta idea también explica que cuando compartimos el bostezo con otros, esto podría ayudar a mejorar la vigilancia de nuestro grupo.

Hipo

A todos nos ha dado hipo alguna vez, es una sensación muy molesta y siempre tratamos de que se acabe lo más pronto posible: ya sea aguantando la respiración, tomando agua mientras contamos hasta diez o parándonos de cabeza.

Primero entendamos que nuestro diafragma —músculo en forma de paracaídas que se ubica en la parte inferior del pecho— desciende cuando inhalamos para llevar aire a los pulmones y sube cuando exhalamos para expulsarlo de ahí.

A veces el diafragma se irrita al replicar este movimiento y cuando sucede, sube de manera brusca y hace que la respiración sea diferente de lo normal; cuando esta respiración anormal llega a la laringe nos da hipo.

Algunas de las cosas que irritan el diafragma son comer rápido o demasiado, la irritación estomacal o en la garganta, así como también sentir nervios.

“Las reacciones de nuestro cuerpo”, disponible en <<<http://algarabianinos.com/explora/las-reacciones-de-nuestro-cuerpo/>>>, fecha de consulta: 25 de octubre de 2015.

Título: _____

Introducción

- _____
- _____
- _____

Apoyos gráficos



Introducción

Subtema 1: _____

- _____
- _____
- _____

Apoyos gráficos



Subtema 2: _____

- _____
- _____
- _____

Apoyos gráficos



Subtema 3: _____

- _____
- _____

Apoyos gráficos



Conclusiones

- _____