SISTEMA DIGESTIVO

Efectivamente, el sistema digestivo puede compararse con un enorme procesador de alimentos, ya que en nuestro cuerpo cumple una serie de funciones muy parecidas a las que realiza este electrodoméstico.

Para funcionar correctamente y tener energía suficiente para desarrollar todos los procesos vitales, el organismo requiere de un suministro adecuado de ciertas sustancias esenciales. Estos elementos vienen contenidos en los alimentos que ingerimos a diario, y que son sintetizados por el sistema digestivo. En el largo trayecto que recorren los alimentos desde que ingresan a nuestra boca y son triturados por los dientes, hasta que el cuerpo desecha o elimina lo que no le sirve, ocurren innumerables procesos que dan como resultado los nutrientes que nos mantienen vivos y sanos.

El proceso digestivo comprende una etapa de preparación del alimento, que tiene lugar en la boca; otra de tratamiento del alimento mediante una serie de acciones físicas y químicas, que se efectúan en el estómago y primera parte del intestino; una tercera en que los componentes útiles y asimilables se separan de los residuos e ingresan en la sangre; y por último, la cuarta fase, en la que esos desechos son excretados fuera del cuerpo.

