

LOS CINCO SENTIDOS

Los cinco sentidos son el mecanismo de percepción que tenemos los seres humanos, que utilizamos para poder relacionarnos con nuestro entorno. Existen cinco sentidos:

- **Sentido de la Vista.**

Este, es el sentido que nos permite conocer el medio que nos rodea. A través del ojo podemos percibir toda la información: color, forma, distancia, movimiento de los objetos, y la posición que ocupan en el espacio. Este sentido tiene un funcionamiento complejo, y necesita de dos elementos básicos (ojo y cerebro). Podemos encontrar diferentes partes que integran el ojo (alojado en las cavidades orbitarias):

1. El iris: es la parte coloreada del ojo. Su función es regular la entrada de luz aumentando o disminuyendo su tamaño según la intensidad.
2. La pupila: es el orificio alojado en el centro del iris. Se dilata o contrae según la luz que haya.
3. El cristalino: es el encargado de enfocar la luz en la retina. Tiene una forma biconvexa y es la segunda lente más importante.
4. La córnea: protege al cristalino y al iris, permitiendo el paso de la luz.
5. La retina: es la parte más sensible a la luz. Compuesta por conos y bastones. Los primeros, dan información sobre la nitidez y el color de las cosas. Por otro lado, los bastones percibimos el brillo, el blanco y el negro. Ambos se estimulan en función de la luz que reciben y envían esa información al nervio óptico.
6. Nervio óptico: conduce los impulsos nerviosos de los bastones y conos al cerebro. Esta información llega en forma de señales eléctricas, y es el cerebro quien transforma esas señales, en información visual.

- **Sentido del oído**

El sentido del oído se encuentra situado a ambos lados de la cabeza, en las orejas, y nos permite captarlos sonidos, en forma de vibraciones sonoras que viajan por el aire o agua. La audición es un proceso que se produce en el cerebro cuando los impulsos nerviosos llegan a través de los nervios auditivos. El oído consta de tres partes: oído externo, oído medio y oído interno.

1. Oído externo: se divide en dos partes:

Pabellón de la oreja: nos ayuda a recoger información y recibir las vibraciones para que podamos escuchar los sonidos.

Conducto auditivo: conduce las ondas del sonido hasta el tímpano.

2. Oído medio: dividido en cuatro partes:

El tímpano: es una membrana muy fina y elástica que vibra con las ondas sonoras. Está unido a una cadena de huesecillos que se mueven cuando vibra.

Cadena de huesecillos: formada por tres huesos pequeños: martillo, yunque y estribo, encargados de amplificar las vibraciones sonoras para que sean más altas.

3. Oído interno: dividido en dos partes:

El caracol: conectado con el estribo, es quien recibe las vibraciones sonoras. En su interior hay células auditivas que generan impulsos, y terminaciones nerviosas que son las encargadas de conducir estos impulsos al nervio auditivo, el cual los lleva hasta el cerebro.

Los conductos semicirculares: son los encargados del sentido del equilibrio, que se encuentra alojado en los tres canales semicirculares. Este sentido proporciona al cerebro información sobre la posición y movimientos que realiza nuestro cuerpo.

- **Sentido del tacto**

Este es el sentido que más usamos en nuestro día a día. Este sentido nos permite sentir, tocar y acariciar todo aquello que esté a nuestro alcance. La piel, es el órgano más grande, y recubre todo nuestro cuerpo.

El frío y el calor también lo percibimos gracias a este sentido, porque nuestra piel percibe los cambios de temperatura.

Además, este sentido es el primero que se manifiesta cuando nacemos.

El tacto está ligado a un proceso de liberación del cerebro, esto nos hace recordar experiencias positivas como negativas. No volvemos a tocar lo que nos hace daño.

Además, si hay algo que comemos que no nos gusta por su textura o su forma, generalmente no volvemos a comerlo.

El sentido del tacto, tiene un órgano general (la piel) que está conectado con el sistema nervioso a través de un sistema sensorial que recorre el interior de nuestro cuerpo.

Hay tres tipos de sensaciones: las placenteras, las dolorosas y las indiferentes.

- Placenteras: son las que producen placer, como las cosquillas, caricias, etc. es toda aquella sensación que nos gusta y nos hace sentir bien.
- Dolorosas: no nos gustan. Aquellas que pueden ser incómodas para nuestro cuerpo, y este tiene sistemas para defenderse de ello.
- Indiferentes: no las prestamos atención con regularidad.

- **Sentido del olfato**

El olfato es el sentido que nos permite captar las sustancias que hay en el aire. Nos ayuda a percibir si los alimentos que consumimos están en mal estado, reconocer la humedad, el humo, el hecho de poder recordar a personas .

El órgano reside en la nariz, concretamente en la pituitaria. Está situada en la parte superior de las fosas nasales. Es una membrana muy fina y está llena de células receptoras. Capta los olores. Para percibirlos, es necesario que estén en estado gaseoso y que la pituitaria esté húmeda.

Las fosas nasales son dos cavidades de la nariz, separadas por el tabique nasal. Sirven para la entrada y salida de aire. El interior de estas está compuesto por una mucosa, que se divide a su vez en dos:

- Mucosa respiratoria: compuesta por una serie de células que secretan moco.
- Mucosa olfativa: estaría constituida por la pituitaria.

- **Sentido del gusto**

El sentido del gusto es aquel que nos permite identificar los sabores en los alimentos. Su órgano principal es la lengua. Ésta está cubierta de papilas gustativas, que contienen los receptores sensoriales para el sabor: los botones gustativos. Hay cuatro tipos de papilas gustativas:

- Las circunvaladas, que se encuentran en la “v” lingual, en su parte posterior.
- Las fungiformes, situadas en la parte plana de la lengua.
- Las foliadas, situadas en los laterales de la lengua.
- Las filiformes, se encuentran en la superficie de la lengua. Son las únicas que no reciben las sensaciones del gusto.

Los botones gustativos, están situados en el interior de las papilas gustativas, y son los que sienten los sabores a nivel químico. Solo existe un tipo de botón, aunque están constituidos por tres tipos diferentes de células:

- Células de sostén: aquellas que ayudan a dar forma al botón.
- Células receptoras: son las protagonistas del sentido del gusto. Tienen unos pelillos que sirven para retener partículas de los alimentos y poder saborearlos.
- Células basales: acumulan la reserva de estos dos tipos de células anteriores para sustituirlas cuando estas mueran.