

LENGUA CASTELLANA (NIVEL III)

¿PODEMOS MORIR HACIENDO CACA?

Las heces fecales son los restos que quedan después de la digestión de los alimentos y que el cuerpo no puede aprovechar, por lo que son conducidos por el intestino grueso y el delgado hasta ser expulsados por el ano. Esta acción es una de las funciones corporales más necesarias para un ser vivo. Aun con todo, existen muchos mitos y leyendas urbanas sobre el acto de defecar y una de ellas es que se puede morir en tal situación, haciendo caca.

Efectivamente, existe una pequeña posibilidad de que el acto de defecar pueda conducir a la muerte, pero ésta solo se produciría en situaciones muy excepcionales y ante la presencia de dos circunstancias obligatorias. La primera de ellas es haber padecido algún accidente en las venas, arterias o el corazón de considerable gravedad. La segunda, tener problemas a la hora de ir al baño que incluyan excrementos secos o muy duros (estreñimiento agudo).

Cuando nos encontramos en situación, utilizamos de forma inconsciente la maniobra de coger aire profundamente y sostenerlo al tiempo que intentamos expulsarlo, provocando así una expansión de los pulmones que empujan el diafragma y los órganos abdominales, y estos a su vez ejercen presión en la pelvis. Es precisamente esta presión la que provoca que las heces sean expulsadas. El retener la respiración en la cavidad pulmonar y hacer fuerza con el abdomen provocan alteraciones que pueden hacer que el corazón y el cerebro reciban menos sangre de la debida y provoquen mareos o desmayos. Ocurre algo similar cuando, al intentar levantar un gran peso, la sangre se concentra en el tórax.

El primer caso de una muerte en estas condiciones se registró en Noruega en 1968 y, según las declaraciones del médico personal de Elvis Presley, el rey del rock podría haber muerto por un fallo cardíaco derivado del esfuerzo en lugar de por su sobrepeso o por problemas de drogas como se suele afirmar. Efectivamente, el riesgo de morir mientras se hace caca existe, pero la probabilidad es bastante baja y se puede controlar con algunos cuidados y precauciones básicas. Un estilo de vida saludable y una dieta equilibrada y rica en fibra son dos de los métodos más sencillos para prevenir el estreñimiento.

Daniel Delgado; *Muy Interesante*. Enero 2014.

1) Ordena el texto del 1 al 4 según el orden de aparición.

- Defecar es una de las acciones más necesarias para un ser vivo.
- Elvis Presley pudo morir por un fallo en el corazón haciendo esfuerzo al defecar.
- Para evitar morir de esta manera es recomendable tener una dieta rica en fibra.
- Al contener la respiración y hacer esfuerzo es cuando hay mayor riesgo de morir.

2) Señala con una equis (X) el mensaje que el texto quiere transmitir al lector.

- No fumar por el riesgo de dañar nuestros pulmones.
- Evitar el estreñimiento con una dieta rica en fibra y equilibrada.
- Debemos beber dos litros de agua diariamente.
- Es recomendable ir al baño dos veces al día.

3) Indica si son verdaderas (V) o falsas (F) las siguientes afirmaciones.

- El texto propone tres métodos para contrarrestar el estreñimiento.
- La primera muerte registrada por este motivo se dio en 1970.

- Las heces fecales son los restos que quedan después de la digestión.
- Existe una posibilidad muy alta de que el acto de defecar pueda conducir a la muerte.
- 4) Identifica** con una P (principal) o con una S (secundaria) las ideas principales o secundarias con las que podrías resumir el texto.
- Elvis Presley pudo morir por el esfuerzo de hacer caca.
- Retener el aire y hacer fuerza con el abdomen aumenta el riesgo de morir.
- Las heces fecales son conducidas por el intestino delgado y grueso hasta el ano.
- Una de las causas que aumenta el riesgo de morir haciendo caca es haber padecido algún problema en las venas, arterias o corazón.
- 5) ¿Qué es una “leyenda urbana”?**
- Narración popular de transmisión oral que cuenta un hecho real o fabuloso adornado con elementos fantásticos o maravillosos del folclore.
- Un texto científico que explica un fenómeno natural.
- Una noticia que ha sido confirmada por fuentes oficiales.
- 6) Escribe dos palabras derivadas de los siguientes términos.**
Ejemplo: noche - nocecita – anochecer
Azul
Boca
Pensar
- 7) Una palabra polisémica es aquella posee varios significados dependiendo del ...**
- Emisor.
- Receptor.
- Contexto.
- Clima.
- 8) Indica** cuál de ellas no es una lengua cooficial en España.
- Gallego.
- Euskera.
- Catalán.
- Castúo.
- 9) ¿Qué sustantivo responde a uno común, concreto, contable y colectivo?**
- Colmena.
- Perros.
- Aguja.
- Árbol.
- 10) En la oración "Un estilo de vida saludable y una dieta equilibrada y rica en fibra son dos de los métodos más sencillos para prevenir el estreñimiento", ¿cuál es la función sintáctica de "para prevenir el estreñimiento"?**
- Sujeto.
- Complemento directo.
- Complemento circunstancial de finalidad.
- Complemento circunstancial de causa.