

29 de agosto

Pandiculação E Esternutação

Lembrem que o Senhor é Deus. Ele nos fez, e nós somos dEle; somos o Seu povo, o Seu rebanho. Salmo 100:3.

Se você não estiver interessado nesta informação, poderá pandicular. Provavelmente você não irá estenutar. "O que é isso?", você perguntará, pois não sabe a respeito do que estou falando. Bem, não posso imaginar por que, pois essas expressões dizem respeito a ocorrências comuns do dia-a-dia.

Essas duas palavras são os termos técnicos para bocejar ou espreguiçar e espirrar. Não me pergunte por que alguém precisaria usar tais palavras em vez das que normalmente empregamos, mas elas estão aí caso haja necessidade jamais escutei alguma delas.

Pandiculação ou bocejo é a reação natural do seu corpo a uma diminuição de atividade quando você está cansado. O bocejo é uma tentativa para levar mais oxigênio para os pulmões de modo que você possa ficar ativo outra vez. Não tem nada a ver com o fato de estarmos enfasiados, exceto que, quando nos sentimos assim, somos mais propensos a mostrar sinais de cansaço. Quando estamos interessados em alguma coisa, nossa adrenalina faz o coração bater mais depressa, levando o sangue a fluir mais rapidamente e transportar mais oxigênio para o cérebro, de modo que há menos necessidade de pandiculação.

Espirro ou esternutação é geralmente causado por uma irritação nas paredes de seu nariz. O espirro é uma violenta expulsão do ar por meio da boca ou do nariz. O propósito do espirro é livrar o nariz de sujeira e outras coisas que se têm acumulado nele. Você também pode espirrar quando seu nariz está congestionado por causa de resfriado. Olhar para o Sol muitas vezes ajuda a espirrar. Além disso, com muita frequência as pessoas espirram um certo número de vezes. Eu sou uma pessoa de "dois espirros". Tenho um amigo que é de "três espirros". Se espirro apenas uma vez, sinto como se alguma coisa estivesse faltando. Meu corpo parece necessitar de um segundo espirro a fim de sentir que tudo está bem novamente.

Esses são apenas dois exemplos simples do maravilhoso sistema que o Criador nos tem dado para nos ajudar a manter a saúde.