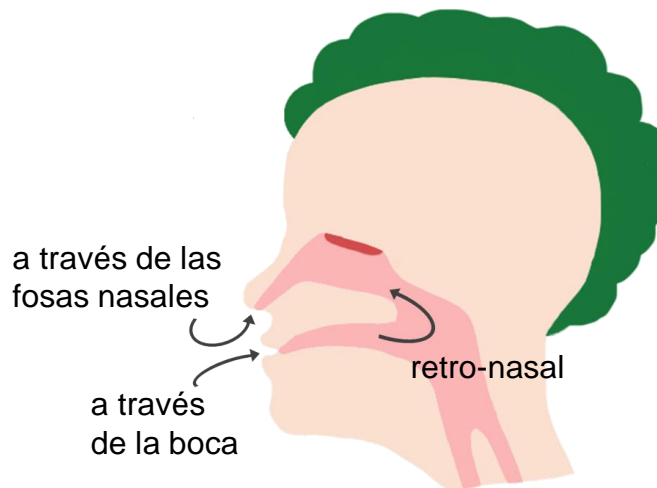


1 El sentido del olfato

Las señales del sentido del olfato recibidas por la nariz constituyen una gran parte de lo que normalmente percibimos como sabor. Cuando comemos, los **olores de los alimentos** (moléculas pequeñas) ingresan a la nariz, tanto desde afuera **a través de las fosas nasales** como desde adentro **a través de la boca** mientras masticamos.



El sentido del **olfato puede distinguir un trillón (1,000,000,000,000) de aromas diferentes!** Por lo tanto, ofrece una experiencia de sabor mucho más variada en comparación con la información que proviene únicamente del sentido del gusto (dulce, salado, amargo, agrio y umami).

Cuando **tenemos un resfriado**, nuestros **receptores de olor están cubiertos por mucosa** que impide que las moléculas de los alimentos lleguen a los receptores de la nariz....



Detectando aromas

En esta actividad, utilizará las habilidades únicas tu nariz. Tienes que detectar los aromas de diferentes alimentos. Algunos aromas pueden ser muy familiares y fáciles de detectar, mientras que otros pueden ser más difíciles.

¿Qué necesitamos?

- ❖ Vasos pequeños de igual tamaño
- ❖ Papel de aluminio
- ❖ Alimentos con diversos aromas (ej. cáscara de limón, hierbas secas, especias, etc.)

Preparación

- ❖ Coloca in alimento en cada vaso y cúbrelo con papel de aluminio de modo que no puedas ver el contenido.
- ❖ Etiqueta cada vaso con un número.
- ❖ Mezcla todos los vasos de forma que no puedas saber cual es cual.

¿Cómo funciona?

1. Cierra los ojos y abre la tapa de aluminio de uno de los vasos. Olfatea dos veces y trata de adivinar el aroma. Escríbelo en las líneas de abajo.
2. Después de olfatear, no olvides cerrar la tapa para que el alimento no pierda su aroma.
3. Repite el procedimiento con todos los vasos.
4. ¡Comprueba si has adivinado correctamente todos los aromas!

Ooh no!
He mezclado los vasos. ¿Me puedes ayudar a detectar los aromas?



Respuestas correctas:
_____ de _____

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

.....
.....
.....
.....
.....

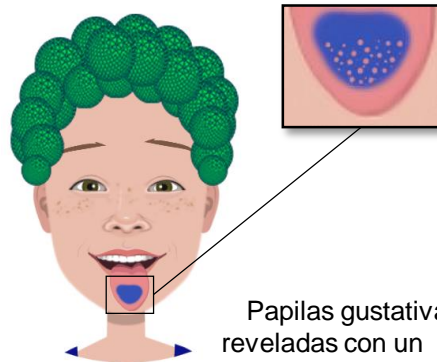
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

.....
.....
.....
.....
.....

2

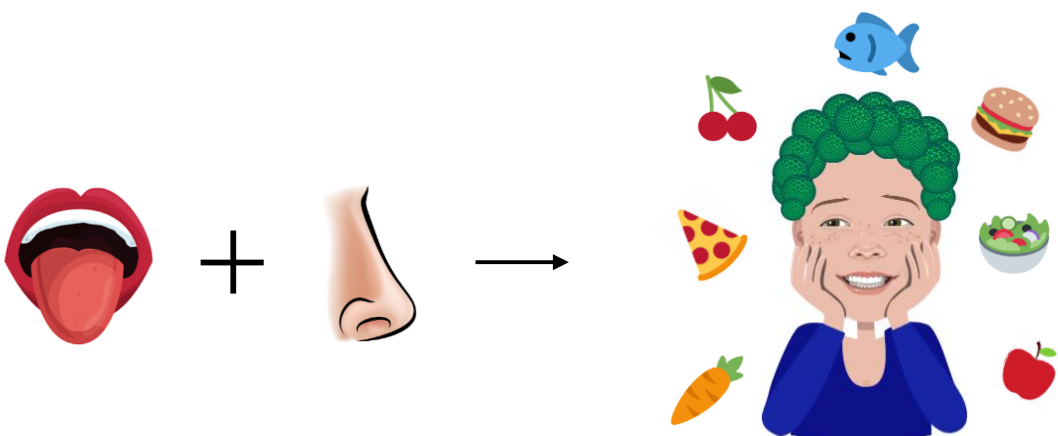
Sabor vs Gusto

- ❖ La mayoría de nosotros usamos los términos "sabor" y "gusto" indistintamente, pero en realidad son dos cosas diferentes.
- ❖ Nuestro sentido del gusto proviene de la lengua, donde percibimos los **5 gustos básicos de dulce, salado, agrio, amargo y umami** con nuestras papilas gustativas (investigaciones recientes sugieren que la lengua podría ser capaz de percibir aún más sabores como grasa, carbonatación y metálico).



Papilas gustativas de Edulia
reveladas con un colorante azul

- ❖ Cuando comemos, los olores de los alimentos (moléculas pequeñas) llegan a nuestra nariz, ej. al respirar por la nariz. Pero también al masticar, las moléculas de los alimentos pasan por el aire a la **parte posterior de nuestra boca**, en su camino hacia la nariz. Esto se llama "**olor retro-nasal**".
- ❖ El sentido del **gusto y el olfato trabajan juntos** para crear algo llamado "**sabor**", que normalmente relacionamos a alimentos específicos como "cerezas", "chocolate", "queso", etc.



Sabor vs Gusto



En esta actividad,
aprenderás que nuestra lengua y
nariz son excelentes trabajando
en equipo.
¡Te sorprenderá su interacción!

¿Qué necesitamos?

- ❖ Una manzana en trozos pequeños



¿Cómo funciona?

1. Toma un trozo de manzana. **Cuidado!** No olfatees o pruebes la manzana en este momento.
2. Tap tu nariz con tus dedos.
3. Toma el trozo de manzana y masticalos pero menteniendo tu nariz tapada! Puedes reconocer el sabor? Escribe tu repuesta:

**Sabor
(nariz tapada)**

Pista: Sólo deberías percibir gustos básicos

4. Destapa tu nariz y continua masticando. Que puede percibir ahora? Deberías percibir una diferencia. Escribe tu respuesta:

**Sabor
(nariz destapada)**

Sí no percibiste la diferencia, es probable que no hayas tapado tu nariz lo suficiente- sólo repite el procedimiento.