

Salud del aparato respiratorio.



Respirar **aire limpio** (Sin sustancias nocivas).

Para ello.



- ☺ Ventilar bien las viviendas
- ☺ El aire de la ciudad está más contaminado (Automóviles, calefacciones, fábricas) pasear pues por jardines.
- ☺ Visitar la naturaleza (El aire más limpio).
- ☺ Evitar respirar el humo del tabaco.

☺ El tabaco contiene sustancias perjudiciales.



Nicotina.

- ⌚ Sustancia estimulante.
- ⌚ Causa dependencia.
- ⌚ Por eso cuesta dejar de fumar.

Alquitrán.

Daña las vías respiratorias
Y los pulmones.



Causa
cancer.

Monóxido de carbono.

- ⌚ Gas que pasa a la sangre.
- ⌚ Evita que llegue el oxígeno necesario.

Importante: No empezar a fumar.