

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.