

INFORMACIÓN SOBRE EL TABACO



Laura Asensio Álvarez

¡Hola a todos!

En esta sesión veremos los efectos dañinos y perjudiciales que tiene el tabaco para nuestra salud.

- **Me gustaría que en primer lugar visualizarais el vídeo, ya que ahí os facilito información acerca de cómo afecta el tabaco a nuestro organismo; también realizo dos experimentos que me encantaría que hicierais en vuestra casa para que podáis apreciarlos mejor.**
- **Después, os he elegido un vídeo de “El hormiguero” gracias al cual podréis observar, entre otras cosas, cómo se deteriora el pulmón tanto del fumador como de las personas que están alrededor. Dicho vídeo lo encontrareis en el siguiente enlace:**

<https://www.youtube.com/watch?v=T6bkKwMFLkE>

- **Por último, y con la finalidad de que trabajéis con los conocimientos aprendidos, he preparado la siguiente ficha que debéis realizar:**

COMPLETA EL TEXTO

Efectos del consumo de tabaco para la salud

Es muy peligroso empezar a fumar. El tabaco es _____, es decir, resulta muy difícil dejar de fumar aún queriéndolo. Fumar provoca graves trastornos en la salud.

A corto plazo, al poco tiempo de empezar a fumar de forma habitual,

- Se reduce la capacidad pulmonar y aumenta la frecuencia cardiaca en reposo haciéndose más difícil la práctica de cualquier _____, incluso las actividades cotidianas como subir escaleras o jugar en el patio al balón, se realizan con más dificultad. Enseguida aparece _____ y fatiga.
- Daña la piel de la cara, produce envejecimiento prematuro, aparecen _____ alrededor de la boca y del los ojos. Los dedos y las uñas y los dientes se tiñen de una coloración amarillenta.
- El tabaco provoca _____ del aliento y hace que el pelo tenga un olor desagradable.
- Disminuye el sentido del _____ (se huele menos) y el sentido del gusto (pierdes capacidad para saborear la comida que te gusta). El humo del tabaco enrojece los ojos.

A más largo plazo si se sigue fumando,

- Produce _____, como el cáncer de pulmón, enfermedades cardiovasculares como el _____ de miocardio y otras enfermedades crónicas. El tabaco mata.

Además los fumadores perjudican a los no fumadores de su entorno, respirar aire contaminado por humo del tabaco provoca también graves efectos para la salud.

Busca las sustancias tóxicas responsables de éstos efectos (hay cuatro):

- _____
- _____
- _____
- _____

Las palabras que faltan en rojo son las que hay que encontrar en la sopa de letra

Sopa de letras: **LOS PELIGROS DEL TABACO**

A	W	E	R	F	T	T	N	U	A	S	D	F	G	C	A	N	C	E	R
X	R	H	Y	U	K	J	H	I	U	L	P	Z	X	E	F	Y	N	U	P
H	G	R	Y	O	O	T	G	D	C	R	T	A	R	D	V	Y	P	K	T
I	R	B	U	A	A	T	D	E	U	O	Y	K	M	B	Z	Q	E	D	R
W	A	E	R	G	U	T	A	D	I	C	T	I	V	O	K	M	F	T	T
P	W	E	T	Y	A	K	S	E	I	P	L	I	F	B	N	C	S	A	E
Z	Y	W	E	U	I	S	D	A	W	E	R	P	N	U	I	O	P	K	H
A	H	F	E	E	E	T	D	W	G	Y	L	Ñ	I	A	U	J	H	I	O
M	O	N	O	X	I	D	O	D	E	C	A	R	B	O	N	O	P	I	O
I	T	Y	U	J	K	L	Ñ	D	V	B	N	L	R	Y	I	O	S	X	D
M	A	L	O	L	O	R	W	D	R	Y	U	I	Q	L	K	U	B	R	E
F	D	E	A	C	R	G	U	I	L	J	N	B	H	U	R	E	Y	O	P
Z	S	Z	R	D	X	O	L	F	A	T	O	T	F	X	I	Y	G	V	O
A	J	N	O	K	M	P	L	M	U	H	G	Q	S	X	E	T	D	V	R
E	F	V	R	G	B	T	H	N	Y	J	M	U	K	I	L	O	R	L	T
I	N	F	A	R	T	O	Y	T	R	E	W	Q	A	G	S	D	F	A	E
W	F	R	T	Y	U	I	K	L	N	M	G	T	D	F	U	G	F	D	N
E	W	S	H	U	M	O	T	O	X	I	C	O	S	E	R	S	D	R	T
L	L	K	J	H	G	F	D	S	A	K	W	E	R	T	Y	U	T	U	I
T	O	S	V	B	H	J	I	O	K	L	R	H	N	M	U	T	S	O	P

Espero que os haya gustado =) ¡Nos vemos en la siguiente sesión!