

# Els perills de fumar **Respostes**

1. Anomena **dues** substàncies nocives que es troben en el fum dels cigarrets.

**Dues de les següents:**

- monòxid de carboni
- nicotina
- quitrà

**Permetre altres substàncies que no s'esmenten en el text, com el benzè, l'arsènic i el formaldehid.**

2. Anomena **dues** malalties que conformen la malaltia pulmonar obstructiva crònica (MPOC).

**bronquitis crònica i emfisema**

3. Explica per què els fumadors sovint tenen tos.

**El quitrà que hi ha en el fum dels cigarrets cobreix els cilis que hi ha a la tràquea i als bronquis. Això fa que els cilis no puguin moure's per eliminar la mucositat dels pulmons. Per tant, la persona tossirà per intentar eliminar la mucositat de les vies respiratòries.**

4. Explica per què a tantes persones els costa deixar de fumar.

**El fum dels cigarrets conté nicotina, que és una substància addictiva. La nicotina envia un missatge al cervell i produeix un efecte calmant, i això fa que la persona vulgui fumar més.**

5. Dóna **dues** raons per les quals les persones haurien de deixar de fumar.

**Dues de les següents:**

- reduir el risc de malaltia pulmonar/MPOC/emfisema/bronquitis crònica;
- reduir el risc de patir càncer de pulmó/boca/gola;
- disminuir el risc de malalties coronàries i d'atacs de cor.

**Permetre altres raons que no s'esmenten en el text, per exemple, estar exposat de forma passiva al fum pot ser perjudicial per als altres, els cigarrets són cars i els cigarrets contribueixen a l'abandonament de residus.**

6. Suggereix què es podria fer per a educar a les persones sobre els perills del tabac.

**Les respostes dels estudiants variaran, però poden incloure idees com ara:**

- divulgació mitjançant l'educació a les escoles per informar als estudiants sobre els riscos associats al tabac;
- cartells i díptics en les consultes mèdiques;
- anuncis a la televisió i les tanques publicitàries.