

# Los riesgos de fumar **Respuestas**

1. Nombra **dos** sustancias dañinas que se encuentran en el humo de los cigarrillos.

**Elige dos entre:**

- **monóxido de carbono**
- **nicotina**
- **alquitrán**

**Permita otras sustancias no mencionadas en el texto, p. ej., benceno, arsénico y formaldehído.**

2. Nombra **dos** enfermedades que forman la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).

**bronquitis crónica y enfisema**

3. Explique por qué los fumadores a menudo tienen tos.

**El alquitrán de los cigarrillos cubre los cilios que forran la tráquea y los bronquios. Esto impide que los cilios barran la mucosidad de los pulmones. Ello causa que la persona tosa para intentar expulsar la mucosidad de las vías respiratorias.**

4. Explique por qué a muchas personas les resulta difícil dejar de fumar.

**El humo de los cigarrillos contiene nicotina, que es una sustancia adictiva. La nicotina envía un mensaje al cerebro y produce un efecto calmante, lo cual hace que la persona quiera fumar más.**

5. Da **dos** razones por las cuales las personas deben dejar de fumar.

**Elige dos entre:**

- **reducir el riesgo de enfermedad pulmonar/EPOC/enfisema/bronquitis crónica;**
- **reducir el riesgo de cáncer de pulmón/boca/garganta;**
- **reducir el riesgo de enfermedad cardíaca e y ataques al corazón.**

**Permita otras razones no mencionadas en el texto, p. ej., el humo secundario puede ser dañino para otras personas, los cigarrillos son caros y los cigarrillos contribuyen a la generación de residuos.**

6. Sugiera qué podría hacerse para educar a las personas sobre los riesgos de fumar.

**Las respuestas de los estudiantes variarán pero pueden incluir ideas tales como:**

- **Divulgación educativa en los colegios para informar a los estudiantes de los riesgos de fumar;**
- **posters y folletos en las consultas médicas;**
- **publicidad en televisión y vallas publicitarias.**