



# INFLANDO EL GLOBO

**Objetivo:** Los participantes reflexionarán respecto a las consecuencias del consumo de tabaco y vapes por medio de ejercicios que implican esfuerzo pulmonar.

**Tiempo:** 7 minutos.

**Materiales:**



**5 globos.**

**Listado de actividades:**

- 💡 Recomendación: Previo a la actividad, se sugiere identificar a uno o dos participantes que confirmen fumar frecuentemente.
- 💡 El agente preventivo pedirá la participación de cinco alumnos que pasen al frente para inflar los globos (de preferencia dos de ellos que sean fumadores frecuentes). Y a cinco más que pasen al frente para supervisar y que lleven la cuenta de cuántas veces infla y desinfla el globo.
- 💡 Tendrán 2 minutos para inflar el globo a su máximo y volverlo a desinflar la mayor cantidad de veces posible en el tiempo destinado.
- 💡 Al finalizar, el agente hará la reflexión con respecto a las consecuencias a corto plazo que son visibles en el análisis de la calidad de pulmones que tiene cada persona.