



# Correr hasta quedarnos sin respiración



[www.treelogic.com/asma-infantil/infantil](http://www.treelogic.com/asma-infantil/infantil)

A los niños normalmente nos gusta correr y hacer deporte. Corremos aunque nos cansemos, sudemos y sintamos que nos quedamos casi sin poder respirar.

Pero una cosa es hacer tanto ejercicio que quedemos casi sin respiración y otra ponerse malo por sufrir **asma**. Todos debemos saber nuestros límites y hacer ejercicio sin que nuestra salud se vea afectada. Si quieres aprender qué es el **asma infantil** visita la página web para niños [www.treelogic.com/asma-infantil/infantil](http://www.treelogic.com/asma-infantil/infantil), en esta página un duende llamado **Vayaquetos** jugará contigo y puede que ganes algún premio.

Y si te interesa el tema y también quieres conocer a...

*Un fantasma con asma  
Que ya ni asusta ni pasma  
Tose mucho aúlla poco  
Y estornuda como un loco*

Te recomendamos la lectura del libro: **Un fantasma con asma** de la poeta infantil **Carmen Gil** publicado por la **Editorial Kalandraka** que puedes encontrar en la Sala Infantil de la Biblioteca de La Rioja.

8

Nota: Si en casa no tienes ordenador conectado a Internet puedes sugerirle a tu maestro hacer esta visita en el aula de informática o ir alguno de los sitios con acceso a Internet que gratuitamente puedes utilizar en la ciudad. Seguro que hay uno cerca de tu casa.

