Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Cecilia controla su asma

"*Cecilia controla su asma*", video de la colección Educsalud, en el que se dan pautas para el control del asma relacionado con el ejercicio a través de un cuento.

Se trata de una historia infantil en el que se recogen unas sencillas pautas para que los niños estén informados de que el asma es una enfermedad que se puede controlar bien. Incluye una técnica respiratoria, para que sepan mantener la calma con el fin de prevenir y de esta forma tratar mejor las crisis y exacerbaciones.

Palabras clave:

asma

deporte