

**Documento base versión no accesible (pégalo en Word tal cual)**

Autor: Tu nombre aquí Título: Prevención de enfermedades respiratorias — (versión no accesible) Resumen: Versión del documento con malas prácticas intencionales: encabezados sin estilos, imágenes sin texto alternativo, contraste reducido, enlaces no descriptivos, tabla mal formada y sin marcado de idioma.

1 Introducción La salud respiratoria engloba el correcto funcionamiento de las vías aéreas y los pulmones. Mantener hábitos saludables reduce el riesgo de infecciones, alergias y enfermedades crónicas como asma y EPOC. Este documento describe factores de riesgo, medidas preventivas, técnicas respiratorias y recursos útiles.

2 Epidemiología y contexto Las enfermedades respiratorias son una causa frecuente de consulta médica y absentismo laboral. La contaminación atmosférica, el tabaquismo y las infecciones virales aumentan la carga de morbilidad respiratoria en la población.

3 Factores de riesgo

Contaminación ambiental urbana e industrial

Tabaquismo activo y exposición al humo de tabaco

**Documento base versión no accesible (pégalo en Word tal cual)**

Autor: Tu nombre aquí Título: Prevención de enfermedades respiratorias — (versión no accesible) Resumen: Versión del documento con malas prácticas intencionales: encabezados sin estilos, imágenes sin texto alternativo, contraste reducido, enlaces no descriptivos, tabla mal formada y sin marcado de idioma.

1 Introducción La salud respiratoria engloba el correcto funcionamiento de las vías aéreas y los pulmones. Mantener hábitos saludables reduce el riesgo de infecciones, alergias y enfermedades crónicas como asma y EPOC. Este documento describe factores de riesgo, medidas preventivas, técnicas respiratorias y recursos útiles.

2 Epidemiología y contexto Las enfermedades respiratorias son una causa frecuente de consulta médica y absentismo laboral. La contaminación atmosférica, el tabaquismo y las infecciones virales aumentan la carga de morbilidad respiratoria en la población.

3 Factores de riesgo

Contaminación ambiental urbana e industrial

Tabaquismo activo y exposición al humo de tabaco