

# RESPIRALIO

y el gran

## OSO AZUL





Érase una vez una aldea muy alegre y colorida.  
Estaba junto a un bosque, en una de las islas de Respiralia,  
en el mar Mediterralia.

Respiralia era un país de cielos despejados y azules,  
donde sus gentes vivían tranquilas y felices.

Últimamente las cosas habían cambiado.  
En la aldea habían perdido la alegría. Rondaba cerca  
un gran Oso Azul. Decían que era muy fiero. Había  
que hacer algo, pero ¿qué?

Nadie se atrevía a enfrentarse a él. Los  
abuelos del lugar contaban historias  
terribles. En el pasado, alguno de  
estos osos les había atacado.



Respiralio, el protagonista de nuestra historia, era un joven que no tenía miedo a nada ni a nadie.

Tenía una enfermedad, Fibrosis Quística, que le había enseñado a ser muy valiente.

No tenía miedo a las batas blancas ni a las agujas. A nada. Tampoco había sentido miedo cuando estuvo ingresado en el hospital. ¡Hasta se había hecho amigo del médico y la enfermera!

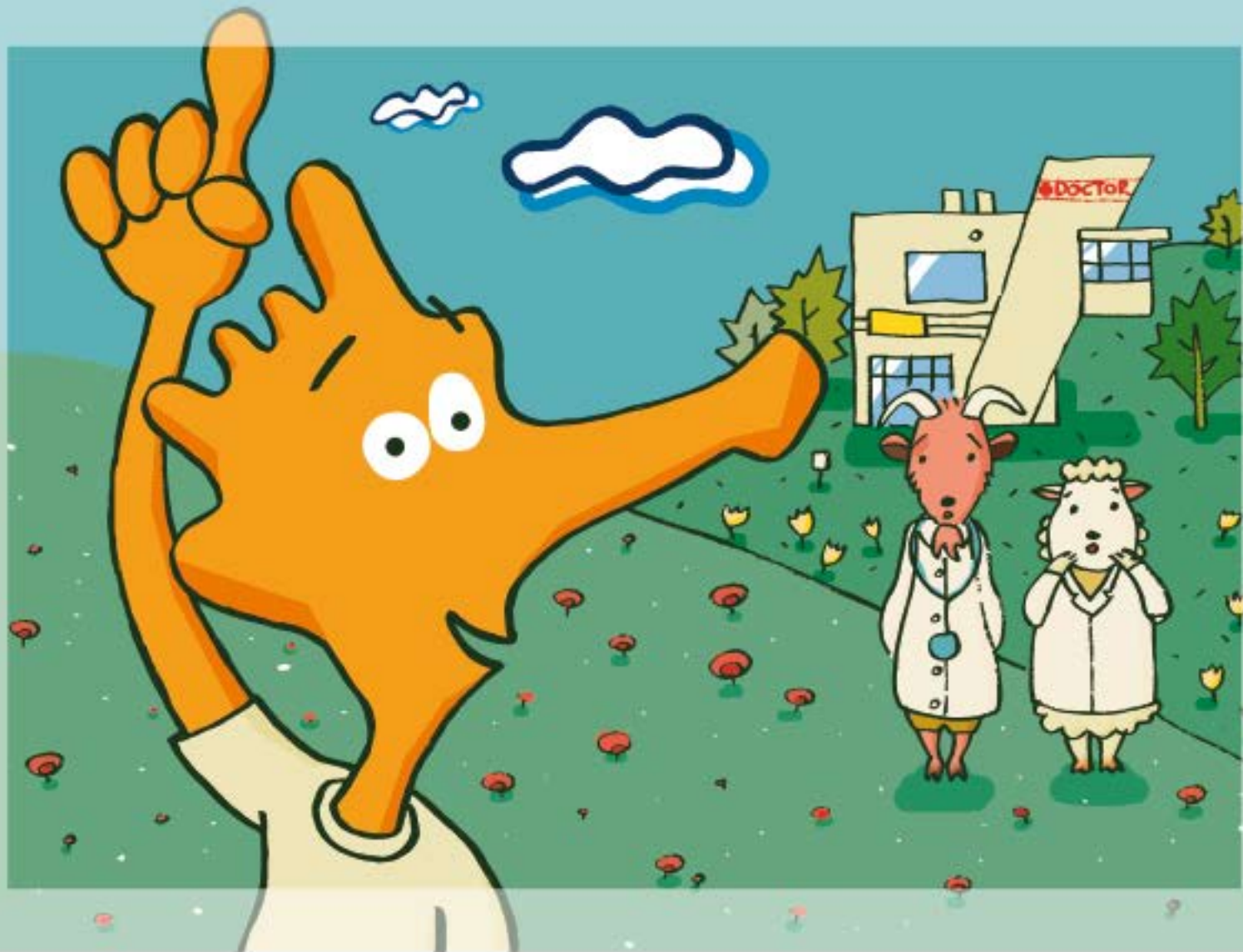
Sin pensarlo dos veces, se ofreció voluntario:


*—¡Yo iré a capturar al Oso Azul!*

**—Respiralio ha perdido la cabeza.**

**No sabe a quién se enfrenta**

—dijeron varios vecinos de la aldea.





Respiralio estaba decidido y siguió adelante con su plan.

*—Prepararé una mochila  
con algo de comida y bebida.  
Cogeré mis pastillas  
y mis inhaladores y me iré  
en cuanto salga el sol.*

Así lo hizo. A la mañana siguiente,  
bien tempranito, emprendió camino  
en busca del temido Oso Azul.



Atravesó varias zonas boscosas en su bicicleta.

Había aprendido a montar muy bien. Los deportes eran buenos para su enfermedad y sus padres le animaban a practicar un montón de ellos.

Iba despacio. Se cansaba con facilidad y, de vez en cuando, tosía.



Al poco de emprender el camino vio una serpiente muy larga y con cara de pocos amigos. ¡Era Serpiente Amarilla!

En clase de Conocimiento del medio había aprendido que algunas serpientes eran venenosas y muy peligrosas.



*—Me esconderé hasta que se vaya  
—pensó, y se ocultó rápidamente detrás de un árbol—.  
¡Qué rabia! Esto me retrasará mucho en mi viaje.*



Escondido, aprovechó para comer algo. Era muy importante alimentarse bien y tomar las pastillas. El médico le había dicho que debía comer más que sus amigos para mantenerse sano y fuerte.

Se lavó bien las manos. Sacó un puñado de frutos secos y, no había acabado aún de comerlos, cuando le empezó a doler la barriga. Le dolía mucho, ¡muchísimo!

No lo pensó dos veces y, allí mismo, en un pequeño agujero, vació sus tripas.

**¡Qué aliviado se quedó!**



Cuál fue su sorpresa cuando vio huir a la serpiente despavorida... A toda velocidad.

**—¡Uff, qué peste,  
este olor no hay  
quien lo aguante!**

—iba diciendo Serpiente Amarilla.

*—Ja, ja, ja*

—rio Respiralio.

Le habían dicho que sus cacas olían fatal.  
Él no se daba cuenta porque casi siempre  
tenía taponada la nariz. ¡Esta vez se había  
salvado de una buena!





Respiralio siguió su camino. Pronto se encontró cansado. Tosió y descansó un poco. Entonces le pareció oír a alguien que pedía ayuda. Se acercó. Su amiga Cervatilla Naranja estaba atrapada entre un montón de ramas y zarzas.

**—Respiralio, ayúdame, por favor.**

Respiralio no sabía qué hacer. Mientras pensaba, aprovechó a hacer unos ejercicios respiratorios para sacar unos mocos que tenía atrapados en sus pulmones:

*—Cojo aire, poco a poco, un, dos, tres, saco aire...*

Cervatilla Naranja creyó que su amigo le daba instrucciones y patita a patita, despacito, un, dos, tres, fue saliendo de allí.

Respiralio le ayudó en el último tramo.

**—Muchas gracias, Respiralio. ¿Qué haces por aquí?**

—preguntó la cervatilla, muy contenta, ya liberada.


*—Voy en busca del gran Oso Azul.*

**—¡Qué valiente! Necesitarás ayuda. Iré a mi aldea y vendré a ayudarte con todos mis amigos.**

Y así se despidieron.

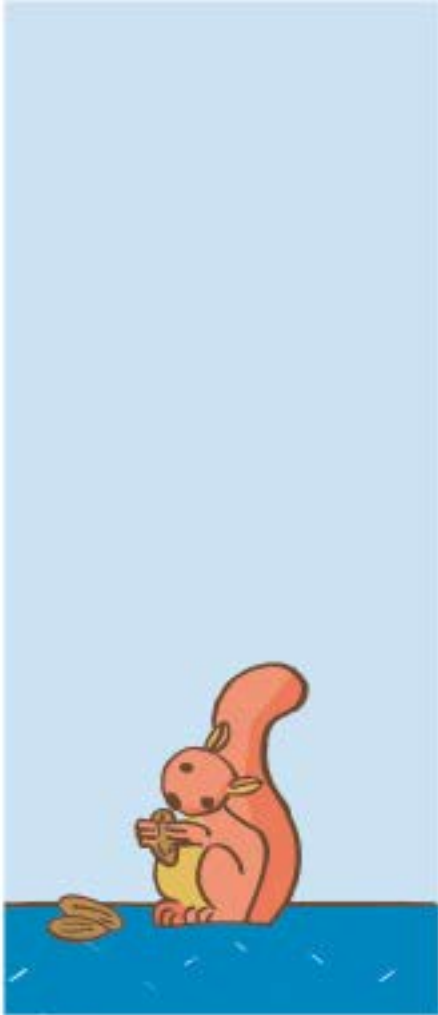
Respiralio se sentía muy contento y orgulloso. Era la primera vez que los ejercicios de fisioterapia no solo le ayudaban a él.





Tanto esfuerzo le había dejado agotado. Descansó sentado bajo la sombra de un árbol. Hizo sus inhalaciones y fisioterapia para que le entrara mejor el aire. Tosió, para terminar de expulsar las flemas.

Luego se limpió las manos. Sus padres siempre le decían que tenía que lavarse mucho las manos, sobre todo antes de comer y después de la fisioterapia, porque por ahí entraban las enfermedades. Y él era muy obediente.



Enseguida se encontró mejor.  
Decidió esforzarse un poco más y seguir  
camino. No quería que se le hiciera de noche.

Entonces lo vio. Allá, a lo lejos, estaba  
el gran Oso Azul.

Era muy grande,  
grandísimo.  
**¡Enorme!**

Aunque era valiente, a Respiralio le entró  
miedo, mucho miedo. Rápidamente se  
escondió en la cueva. Tenía frío.

Tiritaba de frío...  
y de miedo.







—Ssssh, no puedo hacer ningún ruido o me descubrirá y entonces estaré perdido  
—se dijo.

Desde un rincón al final de la cueva, Respiralio oía acercarse al oso. Cada vez estaba más cerca.

—¿Cómo habré sido tan tonto de ofrecerme voluntario? ¡En qué lío me he metido!  
—se arrepintió.

**COF! COF!**

De pronto, Respiralio, sintió unas ganas enormes de toser. Quería toser, pero no podía... Si tosía, ¡Oso Azul le descubriría!

Pero no lo pudo evitar más tiempo. Tosió y tosió, y volvió a toser.

El eco de la cueva amplificó el sonido de su tos y devolvió un ruido realmente atronador.

**—¡Uy, uy!, hay un monstruo gigante dentro de la cueva**

—pensó el oso, aterrado.

Y huyó tan veloz y tan asustado que resbaló y se cayó al río.

**COF!**

**COF!**

**COF!**

**COF!**

**COF!**



Poco después, Respiralio salía de la cueva sin hacer ruido. Vio al gran oso en el fondo del río, dando zarpazos para intentar mantenerse a flote. No sabía nadar.

Respiralio, que tenía muy buen corazón, decidió que no podía abandonarle allí.

Al fin y al cabo,  
no le había hecho nada.





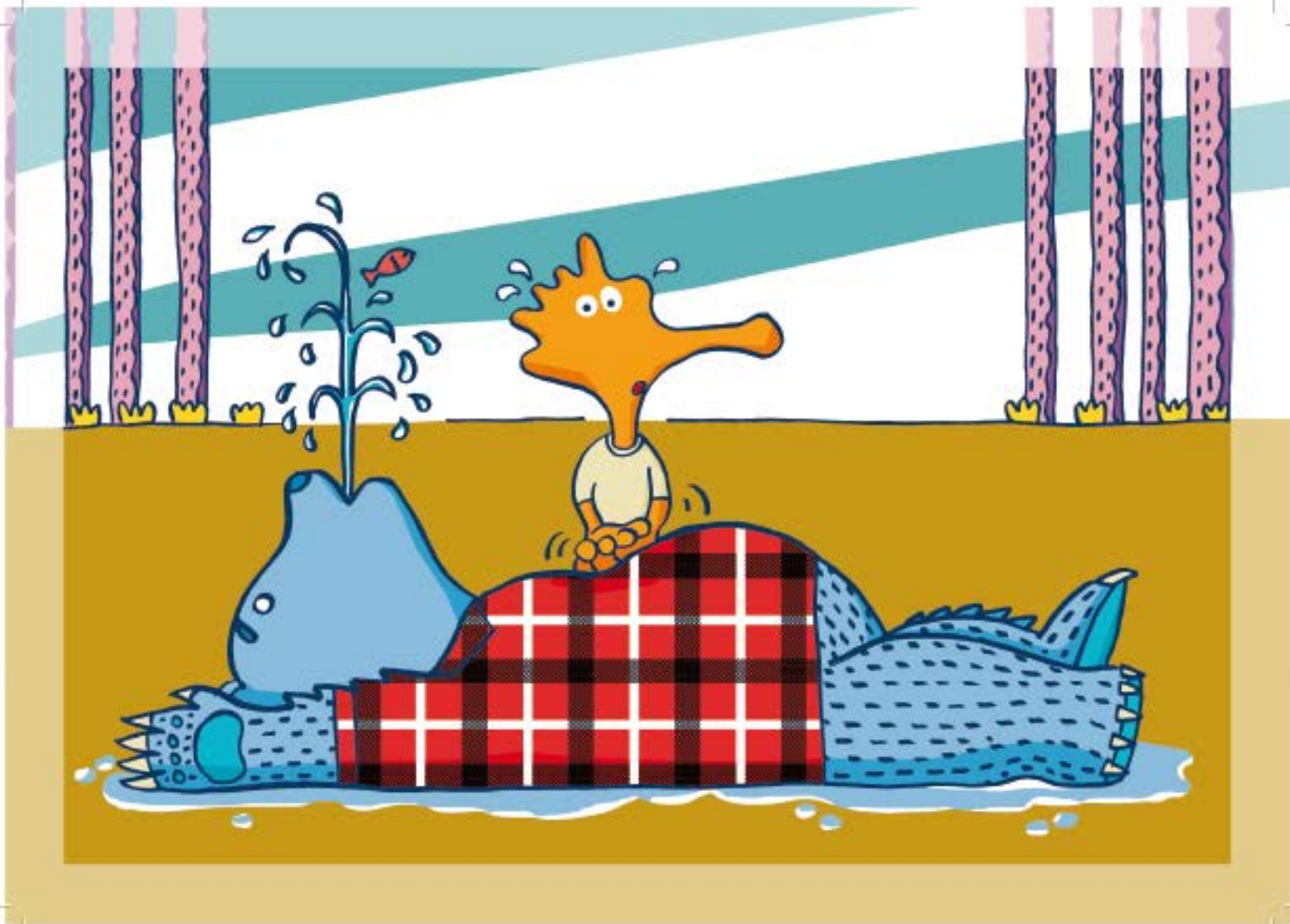


Respiralio era un gran nadador y se lanzó al río para rescatarlo. Le ayudó a salir.

El oso cayó desmayado en la orilla. Había tragado mucha agua.

Respiralio, aunque estaba empapado y tiritaba de frío, consiguió reanimarlo. Era muy observador y había aprendido mucho en sus visitas a los médicos y fisioterapeutas.

Al ver que el gran oso se recuperaba, sintió miedo y se alejó de él.







**—Ven, por favor. No tengas miedo. Me has salvado la vida. ¿Qué puedo hacer por ti?** —preguntó Oso Azul, agradecido.

Las palabras del oso parecían amistosas y sinceras.

*—Me encantaría que fueses mi amigo*

*—le dijo Respiralio con voz temblorosa—.*

*Y, como eres muy fuerte, también me gustaría que nos ayudes a preparar la leña para el invierno.*

**—¡Qué bien! Nunca he tenido un amigo, porque todos me tienen miedo** —contestó Oso Azul muy contento—.

**¡Claro que os ayudaré a cortar la leña!**

Y ambos sellaron su acuerdo con un fuerte abrazo.

Respiralio, más tranquilo, tosió.

Justo entonces llegó Cervatilla Naranja con un montón de compañeros. Al ver que Oso Azul y Respiralio se abrazaban, aunque no sabía qué había pasado, comenzó a gritar:

**— ¡Hurra, hurra!**  
Respiralio se ha hecho amigo de Oso Azul.  
Ya no hay peligro.

**¡Viva Respiralio!**

Y entre todos le llevaron a hombros hasta su casa, porque estaba muy cansado.





Aquella noche, ya con sus padres, Respiralio no se encontraba demasiado bien. Se había resfriado. Tenía fiebre y sabía que tendría que tomar pastillas y antibióticos, hacer fisioterapia e ir al médico para recuperarse.

Pero todos en la aldea estaban muy contentos y organizaron una gran fiesta.

Respiralio se sentía feliz.  
Había vivido una aventura  
estupenda y había hecho  
nuevos amigos.

Sonrió y tosió de nuevo.

COFI! COFI!  
COFI!



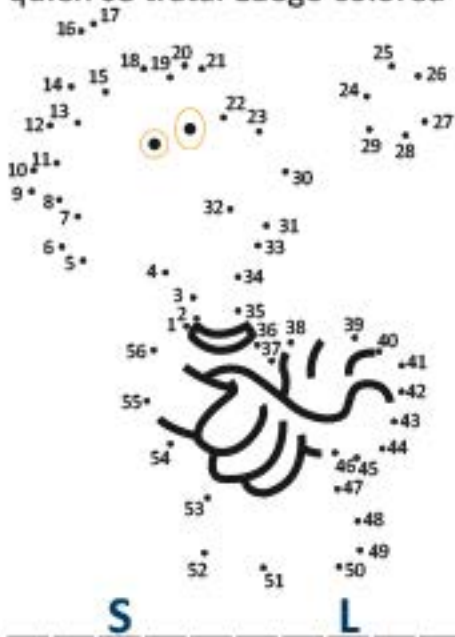


Y colorín colorado, este cuento se ha acabado.  
**¡Tres hurras por Respiralio!**

# PASATIEMPOS

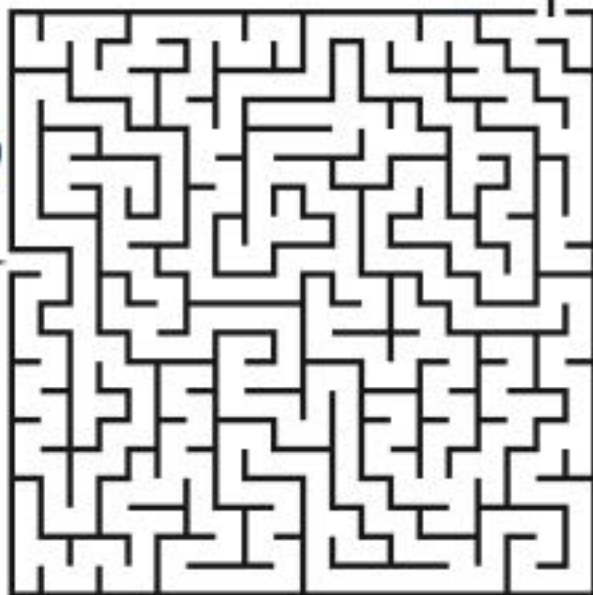
## ¿Quién es?

Une los puntos y averigua de quién se trata. Luego colorea



## Laberinto

Ayuda a Respiralio a encontrar el camino hasta el gran Oso Azul



## Sopa de letras

Busca estas palabras que tienen relación con la Fibrosis Quística:

**TOSER · MÉDICOS · MOCOS**

**PASTILLAS · FISIOTERAPIA**

**ANTIBIÓTICO · CACAS · DEPORTE**



## Globos de la verdad

Une, mediante líneas, a Respiralio con los globos que le definen, como en el ejemplo



Respiralia y el gran Oso Azul

© de la edición: Fundación Respiralia y Asociación Balear de Fibrosis Quística, 2018

© del texto: la autora, 2017

© de las ilustraciones: el autor, 2017

Primera edición: julio 2017

Segunda edición: noviembre 2018

Edición: Fundación Respiralia y Asociación Balear de Fibrosis Quística

C. Dinamarca, 9. 07015 Palma. Mallorca (ESPAÑA)

[www.respiralia.org](http://www.respiralia.org)

Textos: Paz Arizti

Ilustraciones: Juan Roig

Diseño: Verbigrafía

Impresión: Bahía Industria Gráfica

ISBN: 978-84-697-4084-2

Depósito Legal: PM 690-2017

Impreso en España

Reservados todos los derechos. Queda prohibida la reproducción y transmisión, por cualquier medio o sistema, de cualquier parte de esta publicación sin la previa autorización por escrito de los propietarios del copyright