

HIGIENE

NATURALES
5° PRIMARIA

NOMBRE:

- **ANOTA EN EL CUADRO UNA (M) SI ES UN CUIDADO QUE DEBE REALIZAR LA MUJER, UNA (H) SI ES DEL HOMBRE O UNA (A) SI ES DE AMBOS.**



[ ] Lavar cuidadosamente la vulva con agua y jabón.

[ ] Bañarse todos los días.

[ ] Limpiar cuidadosamente el pene, jalando el prepucio hacia atrás.

[ ] Para limpiarse después de ir al baño, pasar el papel higiénico de adelante hacia atrás.

[ ] Usar ropa interior cómoda de preferencia de algodón.

[ ] Evitar golpes en los genitales.

[ ] Consultar con un médico si aparece cualquier secreción extraña.

[ ] Durante la menstruación usar y cambiar tan frecuentemente como sea necesaria las toallas sanitarias.

[ ] En caso de suspensión anormal del flujo menstrual o aumento de éste, es necesario acudir al médico.

- **ESCRIBE 4 COSAS EN LAS QUE DEBE EXISTIR IGUALDAD ENTRE EL HOMBRE Y LA MUJER.**

a) –

b) –

c) –

d) -



LIVEWORKSHEETS