

EXAMEN DE LA ESPECIALIDAD DE HIGIENE

1. Marca la oblea de la especialidad de higiene.



2. Cuáles son los cuidados que debemos tener. Une según corresponde.



Suénate correctamente.
Realiza lavados nasales cuando sea necesario.
Respira por la nariz.



La higiene de los genitales (zona perineal) todos los días es muy importante tenerla en cuenta, y hacerla de forma delicada, porque suele ser la zona más propensa a infecciones.



Lave la parte exterior de las orejas y el borde del conducto auditivo externo con un paño húmedo.
No utilice un hisopo ni ninguna otra cosa para penetrar el conducto auditivo



Lava los pies todos los días
Consigue el tamaño de zapato correcto
Utiliza los calcetines adecuados
Corta sus uñas en línea recta



El lavado: con champú y acondicionador
Peina tu cabello todos los días
Evita los perfumes en el cabello o cuero cabelludo

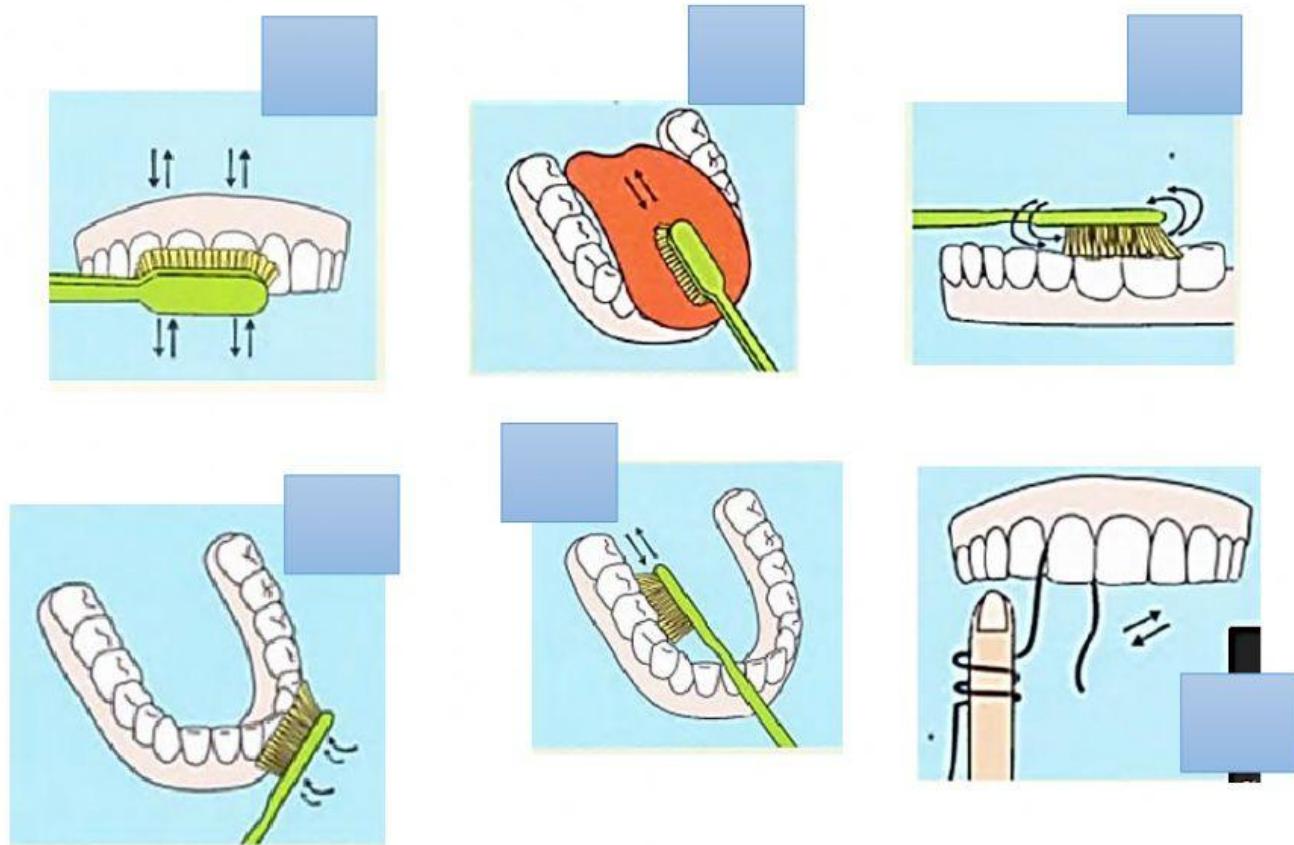


Tener las uñas bien cortadas
Evita comerte las uñas ya que puede causar infecciones.
También es una buena idea humectar regularmente las uñas y las cutículas.

3. marca las imágenes que demuestren los cuidados que debemos tener con la ropa y los zapatos en buen estado de conservación.



4. demuestra la técnica adecuada para el cepillado de los dientes. Enumera



5. Marca la cantidad de agua que debemos tomar.

