PHÒNG BỆNH BÉO PHÌ

Bài 1

Nguyên nhân gây béo phì là?

- A. Ăn quá nhiều, hoạt động quá ít.
- B. Tập luyện thể thao thường xuyên.
- C. Ăn uống không đủ chất dinh dưỡng.
- D. Ăn đủ các chất dinh dưỡng.

Người béo phì có nguy cơ bị:

- A. Mắt nhìn kém, chảy máu chân răng.
- B. Tim mạch, huyết áp cao, tiểu đường.
- C. Kém thông minh, bướu cổ.
- D. Còi xương, suy dinh dưỡng.

Muốn phòng bệnh béo phì các em cần làm gì?

- A. Ăn nhiều thức ăn bổ dưỡng.
- B. Đưa đến bệnh viện khám và chữa trị.
- C. Ăn uống hợp lí, thường xuyên vận động và tập luyện thể dục thể thao.
- D. Không ăn đồ chiên, rán.

Bài 2

LIVEWORKSHEETS