

Actividad 2. Cuidados del cuerpo

- **Rodea** con un círculo: verdadero (V) o falso (F)

- | | | |
|---|---|---|
| V | F | 1. Satisfacer los cuidados del cuerpo nos proporciona bienestar, vitalidad y salud. |
| V | F | 2. El descanso y el sueño no son cuidados del cuerpo. |
| V | F | 3. La higiene personal va desde la cabeza hasta los pies. |
| V | F | 4. Un cabello limpio y cuidado no impide que me contagie de piojos, pero contribuye a acabar con estos rebeldes bichitos. |
| V | F | 5. El lavado de manos es una medida universal para prevenir algunas enfermedades. |
| V | F | 6. No necesito hacer actividades al aire libre. |
| V | F | 7. Es importante realizar actividades, individuales y en grupo, que nos hagan sentirnos bien. |
| V | F | 8. Tengo edad de responsabilizarme de preparar mi ropa con antelación, hacer mi cama y recoger todas mis cosas. |
| V | F | 9. Los niños y niñas necesitamos los mismos cuidados. |



Los cuidados del cuerpo comprenden la higiene personal y los hábitos que nos reportan bienestar personal. Considera todos los cuidados que aumentan nuestra vitalidad, nos mantienen en un estado saludable y procuran el desarrollo sano de nuestro cuerpo.