



“Conéctate a la vida”

Vamos a celebrar en el colegio “La Semana de la Salud”. Se van a realizar diferentes actividades, como la instalación de un desfibrilador, charlas sobre los avances de la medicina, hábitos y alimentación saludable, etc.

1. Al llegar hoy al colegio, Gara y Adam se han encontrado este cartel colgado en el tablón de anuncios del centro:

CHARLAS Y TALLERES:
“EL DEA: QUÉ, PARA QUÉ”

- MANIOBRA RCP (Reanimación Cardio-Pulmonar)
- USO PRÁCTICO DEL DEA

La próxima semana en tu cole

CONECTATE
A LA VIDA

¡Te esperamos!

Conoce los riesgos cardiovasculares.

- Las enfermedades cardiovasculares son aquellas que afectan al corazón y a los vasos sanguíneos.
- En España uno de cada tres fallecimientos que se producen se debe a estas enfermedades, siendo la primera causa de muerte por encima del cáncer y de las enfermedades respiratorias.
- La mayor parte de estas enfermedades pueden prevenirse siguiendo una dieta equilibrada (basada en frutas, verduras, legumbres, pescado, frutos secos...) la práctica habitual de ejercicio físico y evitando el consumo de alcohol y tabaco.
- El DEA (Desfibrilador Externo Automático) es un aparato que permite administrar una descarga eléctrica al corazón para restaurar el ritmo cardíaco normal a un paciente que ha sufrido un ataque cardíaco.

Según el cartel, ¿para qué sirve un desfibrilador?






Para reanimar a una persona que se ha desmayado.

Para avisar a los servicios de emergencias.

Para reanimar a una persona a la que se le ha parado el corazón.

Para inmovilizar a una persona que tiene un ataque epiléptico.

2. Como otros muchos utensilios o aparatos médicos, el desfibrilador está construido con materiales aislantes y otros que son conductores de la electricidad. Gara y Adam han hecho una lista con algunos. Indica cuáles de ellos son aislantes, cuáles son conductores y por qué:

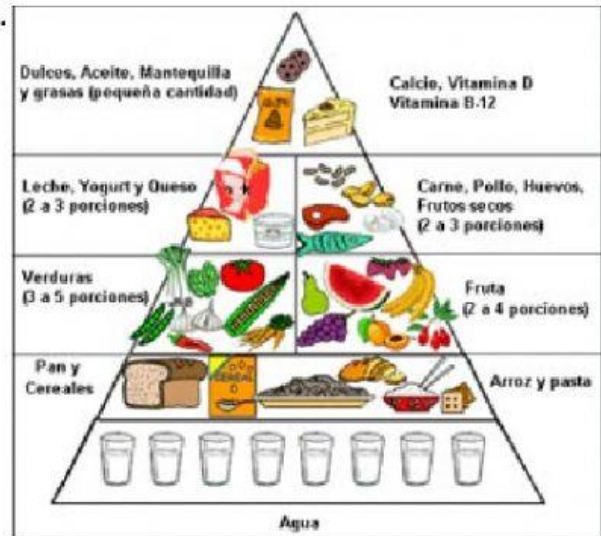
Aparatos o utensilios médicos	Aislante/Conductor	¿Por qué?
Pinzas metálicas 		
Guantes de látex 		
Bajalenguas 		
Tijeras 		
Jeringuilla 		

3. La tecnología y la ciencia médica nunca dejan de avanzar y sorprendernos. Observa estas imágenes y explica algunos de los avances que han experimentado los servicios de urgencia a lo largo del tiempo.





- 1.
- 2.
- 3.

4. Gara y Adam están muy sorprendidos por el elevado número de personas que padecen enfermedades cardiovasculares, debido, entre otras cosas, a los malos hábitos alimenticios. Observa esta pirámide y explica cómo debe ser una dieta equilibrada.



5. Además de alimentarse adecuadamente, Gara tiene muy claro que hay otros aspectos de nuestra salud que debemos cuidar. Explica cómo nos beneficia cada uno de ellos:

<p>Dormir ocho horas diarias</p> 	<p>Ducharnos y aseptarnos cada día</p> 	<p>Realizar actividad física moderada diariamente.</p> 