

NUESTROS HÁBITOS SALUDABLES.

Para tener buena salud debemos tener hábitos saludables. ¿Cómo son los tuyos? ¡Vamos a comprobarlo! Selecciona las respuestas correctas.



1. ¿Cuántas veces te duchas a la semana?

- a) Menos de 3 veces.
- b) Entre 4 y 5 veces.
- c) Todos los días.

2. ¿Cuántas veces te lavas los dientes al día?

- a) 1 vez.
- b) 2 veces..
- c) Después de cada comida.



3. ¿Cuántas horas a la semana dedicas a hacer deporte?

- a) Entre 1 y 2 horas.
- b) Entre 2 y 3 horas.
- c) Más de 3 horas.

