

Test: Hábitos de higiene

Nombre: _____

Selecciona

S= Siempre actúas así

CS= Casi siempre actúas así

AV= A veces actúas así

CN= Si casi nunca actúas así

N= Nunca actúas así.

Hábitos de higiene personal

S CS AV CN N

- | | S | CS | AV | CN | N |
|---|---|----|----|----|---|
| 1. Lavo y cepillo las uñas de mis manos y pies. | | | | | |
| 2. Introduzco objetos en mis oídos para limpiarlos. | | | | | |
| 3. Cepillo mis dientes después de cada comida. | | | | | |
| 4. Toco mis ojos con las manos sucias. | | | | | |
| 5. Lavo mis manos luego de ir al baño en la escuela. | | | | | |
| 6. Me gusta acariciar y jugar con animales de la calle. | | | | | |
| 7. Mantengo cortas las uñas de mis manos y pies. | | | | | |
| 8. Cepillo mis dientes antes de ir a dormir. | | | | | |
| 9. Lavo mis manos antes de comer. | | | | | |
| 10. Me baño y lavo el cabello. | | | | | |
| 11. Si algún amigo lo necesita, le presto mi peine | | | | | |
| 12. Cambio mis medias y ropa interior diariamente. | | | | | |

1. Según tus respuestas, crees que tus hábitos de higiene personal favorecen tu salud.



2. Es necesario bañarse a diario.



3. ¿Debemos cepillarnos los dientes después de cada comida y antes de dormir?



4. ¿Debemos lavarnos las manos después de ir al baño, llegar de calle, antes de tocar o consumir algún alimento?



5. ¿Debemos introducir objetos para limpiarnos los oídos y la nariz?



6. ¿Debemos tocar la cara de los demás?



7. ¿Tengo que cambiarme y ponerme ropa limpia todos los días?



8. ¿Tengo que lavar las frutas y verduras antes de comerlas?



9. ¿Preocuparme por mi bienestar e higiene personal, es bueno?

