LESIONES MÁS FRECUENTES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

MARCA LA RESPUESTA CORRECTA

1. ¿CÓMO SE LLAMA CUANDO NOS HACEMOS UN CORTE?	
ESGUINCE	CONTUSIÓN
FRACTURA	HERIDA

2. ¿QUÉ ES UNA HEMORRAGIA?	
ES EL NOMBRE DE LOS GOLPES EN LA CABEZA	ES EL NOMBRE DE LOS ANALISIS DE SANGRE
ES LA CANTIDAD DE SANGRE QUE BOMBEA EL CORAZÓN	ES LA SALIDA DE SANGRE DE UNA HERIDA

3. ¿QUÉ TENEMOS QUE HACER PARA PARAR UNA HEMORRAGIA?	
LAVAR LA HERIDA CON AGUA.	PRESIONAR LA HERIDA, LIMPIAR Y DESINFECTAR
PRESIONAR LA HERIDA, ELEVAR EL MIEMBRO, LIMPIAR Y DESINFECTAR	LIMPIAR LA HERIDA Y ECHAR BETADINE.

4. ¿CÓMO SE LLAMA CUANDO NOS TORCEMOS UNA ARTICULACIÓN?	
CONTUSIÓN	ESGUINCE
ROTURA DE FIBRAS	CONTRACTURA

5. PRIMEROS AUXILIOS ANTE UN ESGUINCE.	
SEGUIR JUGANDO Y CUANDO PARES PONER HIELO.	PARAR DE JUGAR Y PONER HIELO.
PARAR DE JUGAR Y PRESIONAR LA ZONA CON UNA GASA CALIENTE.	SEGUIR JUGANDO Y DESPUÉS ECHARTE BETADINE.

6. ¿CÓMO SE LLAMA LA LESIÓN QUE SUFRIMOS CUANDO NOS DAMOS UN GOLPE?	
CONTUSIÓN	HERIDA
FRACTURA	ESGUINCE

7. ¿QUÉ TENEMOS QUE PONERNOS SI SUFRIMOS UNA CONTUSIÓN?	
BETADINE	HIELO
GASA CALIENTE	TIRITA

8. CUANDO SUFRIMOS UNA CONTUSIÓN NOS PUEDE SALIR UN HEMATOMA	
VERDADERO	FALSO

9. ¿QUÉ ES UNA FRACTURA?	
LA ROTURA TOTAL DE UN HUESO	LA ROTURA PARCIAL DE UN HUESO
LA ROTURA DE UN TENDÓN	LA ROTURA DE UNA FIBRA MUSCULAR

10. ¿QUÉ HACER SI ALGUIEN SUFRE UNA FRACTURA?	
LLEVAR A UN HOSPITAL AL HERIDO	LLAMAR AL 112 Y COGER EN BRAZOS AL HERIDO
PONERLE HIELO	LLAMAR AL 112 Y NO MOVER AL HERIDO

11. ¿CÓMO SE LLAMA LA FRACTURA PARCIAL DE UN HUESO?	
TENDINITIS	CONTRACTURA
ESGUINCE	FISURA

12. ¿CUÁL ES EL NÚMERO DE TELÉFONO DE EMERGENCIAS?	
121	123
112	122