

Vida Saludable



signos

síntomas

vacunas

 LIVEWORKSHEETS

Es importante saber que cuando nos enfermamos manifestamos síntomas y signos y saber cómo diferenciarlos y además cómo prevenir y protegernos de las enfermedades.

Los signos son los que muestra un paciente y se pueden ver y medir, en cambio los síntomas son los que el paciente dice y no se pueden ver ni medir.

Nosotros podemos prevenir enfermedades manteniendo hábitos saludables, pero también tenemos al alcance de todos las vacunas que al aplicarlas hacemos que nuestro organismo genere anticuerpos que nos protegen de las enfermedades virales y bacterianas

Actividad: Lee cada uno de los siguientes textos y únelos con una línea con el nombre e imagen que le corresponde.

 LIVEWORKSHEETS

Los datos que se pueden obtener de un paciente de forma objetiva, los cuales los podemos observar, tocar y oler y además los podemos cuantificar y medir. Por ejemplo medir la presión arterial, medir glucosa en sangre (diabetes) o peso, edad, deshidratación, hematomas (moretones), vómito o diarrea y estos signos se pueden medir con instrumentos como un baumanómetro, un termómetro, oxímetro, etc

Son lo que un paciente refiere o expresa y que también podemos percibir pero NO lo podemos medir o cuantificar, por ejemplo el mareo, dolor, náuseas, cefalea (dolor de cabeza) escalofrío, ardor, prurito (comezón), etc

Son uno de los instrumentos más efectivos para prevenir enfermedades, contra gran variedad de virus y bacterias, y evitan entre 2 y 3 millones de muertes al año, funcionan al administrar al cuerpo (inyectar) un patógeno debilitado, inactivo o alguna variante de sus toxinas, lo cual estimula nuestro sistema inmune a formar anticuerpos para defendernos de infecciones y erradicar enfermedades

Para tener una buena salud, debemos alimentarnos de manera saludable, mantener una buena higiene, realizar actividad física y un equilibrio emocional. Al conjunto de todos esto lo llamamos



LIVEWORKSHEETS

Hábitos saludables



One Planet Journey



LIVEWORKSHEETS