

La higiene personal



1. Todos merecemos gozar de buenas condiciones de salud y vida adecuada.

2. ¿Qué es la higiene?

3. Une con líneas las medidas de higiene personal.



Lavarse muy el cabello
y secarlo bien.



Bañarse todos los
días.



Lavarse las manos
antes de comer y
después de ir al baño.



Lavarse los dientes 3
veces al día.

4. Elige la opción correcta:

- Podemos introducir objetos extraños a la nariz y los oídos
- Cuando nos bañamos debemos:



- La ropa que usamos cada día:
- Las uñas de las manos y de los pies:
- Debemos lavarnos muy bien el cabello para



evitar tener:

5. Elige las acciones que favorecerán más la higiene personal:



1. Beber agua purificada.
2. Beber agua de la llave.



1. No lavar las frutas ni verduras.
2. Lavar muy bien las frutas y verduras.



1. No limpiar nunca la casa
2. Barrer y trapear la casa para mantenerla limpia.



1. Mantener las ventanas cerradas
2. Abrir ventanas para tener aire limpio.



1. Dejar la basura dentro de la casa.
2. Sacar la basura.



1. Separar la basura en contenedores especiales.
2. Tirar la basura toda revuelta.



1. Tirar la basura en la calle.
2. No tirar basura en la calle, guardarla para tirarla en el bote al llegar a casa.



1. Nunca lavar la ropa, ponémosla sucia todo el tiempo.
2. Lavar la ropa que usemos para siempre traerla limpia.