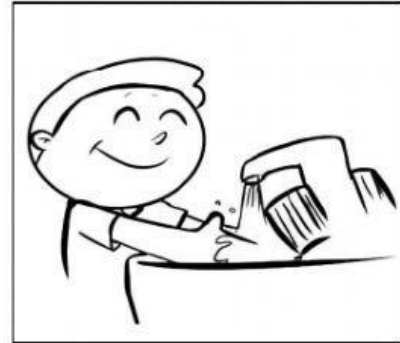


¿Cómo prevenir enfermedades?

1. Selecciona aquellas acciones que nos ayudan a evitar enfermedades.



2. Lee cada pregunta y escoge SI O NO, según tus hábitos.

- | | | |
|---|----|----|
| • ¿Te lavas las manos antes de comer? | SI | NO |
| • ¿Lavas bien la fruta antes de comerla? | SI | NO |
| • ¿Comes de todo: pescado, pasta, fruta...? | SI | NO |

3. Une las imágenes con los consejos para cuidar nuestro cuerpo.



Dúchate a menudo.
Lávate bien las
manos, los dientes.

Como sano y
variado, de todo un
poco.

Camina, juega,
salta... Pon tu
cuerpo en acción.

Descansa, duerme
temprano para
recuperar energías.