

VIDA SALUDABLE

HIGIENE Y CUIDADO PERSONAL

SECUNDARIA

RELACIONA AMBAS COLUMNAS.

a) Los motivos por los que hay que cuidar la higiene son:

() Es aquella que conlleva una serie de hábitos saludables programados a modo de rutina a lo largo de cada día.

b) Higiene personal.

() El cuerpo comienza a tener mayor sudoración y la aparición de nuevos olores, no siempre agradables.

c) Vida saludable.

() Es toda serie de hábitos relacionados con el cuidado personal que inciden positivamente en la salud y que previene enfermedades.

d) Higiene.

() Por salud física, salud mental y estética.

e) Proceso hormonales.

() Ducharse, cepillarse los dientes, lavarse el pelo, usar desodorante, evitar el acné, cambiarse de ropa diariamente.

f) Higiene necesaria ante la contingencia de COVID:

() Tener una apariencia limpia es clave para ser aceptados en nuestros roles sociales.

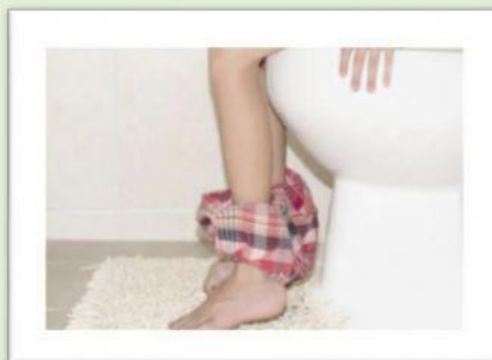
g) Qué rol juega el tener una apariencia limpia ante los demás.

() Obligatorio el uso de tapabocas, lavado constante de manos con agua y jabón y uso de gel antibacterial.

ENFERMEDADES POR MAL HABITO DE HIGIENE

ESCRIBE LOS NOMBRES DE LAS ENFERMEDADES A CADA UNA DE LAS IMAGENES.

Hongos – Diarrea - infecciones vaginales - Caries dental - Pediculosis



HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

RELACIONA AMBAS COLUMNAS.

Hábitos saludables.

() Tienen gran importancia en la promoción de la salud y en la prevención de la enfermedad mental en general, no solo en la depresión.

Estilos de vida.

() Todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social.

ELABORA UN MAPA MENTAL.

