

EXAMEN DE LA ESPECIALIDAD DE HIGIENE

1. Marca la oblea de la especialidad de higiene.



2. Cuáles son los cuidados que debemos tener. Une según corresponde.



Suéñate correctamente.

Realiza lavados nasales cuando sea necesario.

Respira por la nariz.



La higiene de los genitales (zona perineal) todos los días es muy importante tenerla en cuenta, y hacerla de forma delicada, porque suele ser la zona más propensa a infecciones.



Lave la parte exterior de las orejas y el borde del conducto auditivo externo con un paño húmedo.

No utilice un hisopo ni ninguna otra cosa para penetrar el conducto auditivo



Lava los pies todos los días

Consigue el tamaño de zapato correcto

Utiliza los calcetines adecuados

Corta sus uñas en línea recta



El lavado: con champú y acondicionador

Peina tu cabello todos los días

Evita los perfumes en el cabello o cuero cabelludo



Tener las uñas bien cortadas

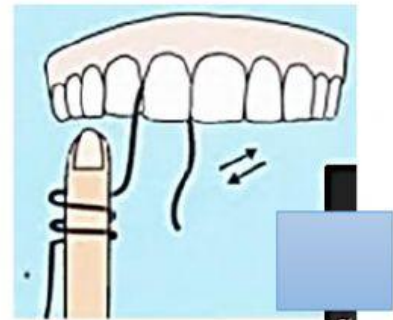
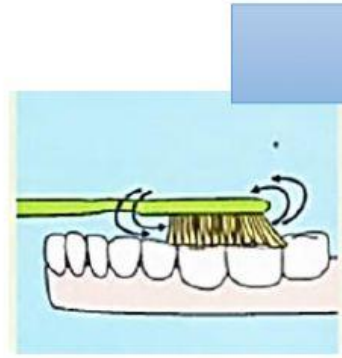
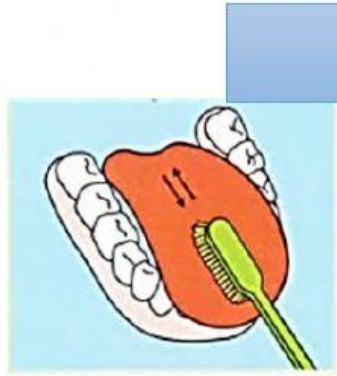
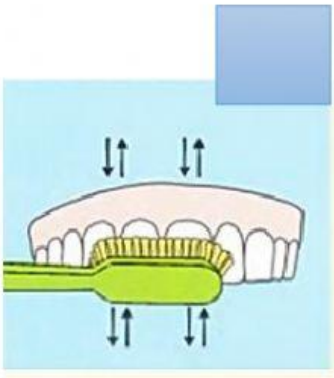
Evita comerte las uñas ya que puede causar infecciones.

También es una buena idea humectar regularmente las uñas y las cutículas.

3. marca las imagen que demuestre los cuidados que debemos tener con la ropa y los zapatos en buen estado de conservación.

☐☐☐☐☐☐

4. demuestra la técnica adecuada para el cepillado de los dientes. Enumera



5. Marca la cantidad de agua que debemos tomar.

