

LA SALUD DEL SISTEMA NERVIOSO

traumatismos

trastornos psicológicos

enfermedades degenerativas

alzheimer

Entre las enfermedades del sistema nervioso más destacables están los _____, los _____ y las _____.

- Los _____ o daños del sistema nervioso están causados por golpes o heridas, que pueden provocar pérdida de visión, habla o movilidad.
- Los _____ pueden originarse por efecto del estrés, influencias sociales y ambientales; algunos de ellos son las depresiones, la ansiedad, etc.
- Las _____ tienen diversas causas (vejez, infecciones...). Algunas de ellas son el _____ y el párkinson. Ciertos factores ambientales y hábitos de vida aumentan el riesgo de padecer algunas enfermedades.

Cómo cuidar el sistema nervioso

sustancias adictivas

sistemas de protección

Algunos consejos que pueden ayudar a prevenir las enfermedades del sistema nervioso son:

- Evitar el uso de _____, como el alcohol y otras drogas, que contienen sustancias tóxicas que dañan el sistema nervioso y causan un deterioro general del organismo.
- Usar _____ adecuados frente a accidentes (casco, cinturón de seguridad, etc.), que ayudan a evitar traumatismos. Por ejemplo, usar casco si se va en bicicleta, ponerse el cinturón de seguridad si se viaja en coche, etc.

