

The background of the entire page is a dark space with a green and blue nebula on the right side. In the center, there is a white rounded rectangle with an orange border. Inside this rectangle, the title "Hábitos de higiene" is written in a bold, stylized font. The word "Hábitos" is in purple with a black outline, "de" is in black with a yellow outline, and "higiene" is in green with a black outline. The background of the white rectangle is decorated with various space-themed illustrations: several rockets in orange, yellow, and green, many small black stars, larger purple circles with diagonal lines representing planets, and colorful curved lines in pink, blue, and green. The overall theme is space and hygiene.

Hábitos de higiene

Juan acaba de salir al recreo luego de una interesante clase de Ciencias Naturales, muy apurado va al baño de la escuela... ¡ya no aguantaba más! Igual de apurado sale corriendo del baño al patio, para no perder ni un minuto más del recreo, tanto que no lava sus manos, las limpia en su ropa.



Corre un rato por el patio, interviene en un partido de fútbol con sus compañeros, es el arquero del equipo, por lo que para atajar varias veces debe ir al suelo en busca de la pelota. Para levantarse apoya sus manos en las baldosas del patio. En una atajada manda la pelota al lado de los bebederos, donde se ha juntado un charco con agua. Al buscarla la nota mojada... vuelve al arco y al ponerla en juego siente sus manos mojadas, las seca en su ropa, igual que cuando salió del baño. ¡Penal para el equipo contrario! Juan se alista a atajarlo, si lo hace será el héroe del partido. Frota sus ojos con las manos, como para ver mejor la pelota que viene... ¡Ataja! Y todos festejan.

Queda tiempo de recreo aún para un bon bon bum antes de ir al aula, como la cafetería del colegio está vacía saca un billete arrugado de su bolsillo y paga su merecido premio. Mientras come su bon bon bum suena el timbre... acaba de terminar el mejor recreo de su vida. Vuelve al aula muy contento. A la noche, ya en casa siente los ojos irritados y dolor de estómago.



**Responde las preguntas
teniendo en cuenta la historia
de Juan**

¿Cuál crees que es la causa del dolor de estómago y los ojos irritados de Juan?

¿Cuál crees que es la relación de la historia de Juan con los hábitos de higiene?

¿Qué le aconsejarías a Juan para que no vuelva a pasar por la misma situación?

¿Cuáles son los hábitos de higiene que te ayudan a mantenerte sano y feliz?

¿Por qué crees que la higiene es importante para la autoestima?

