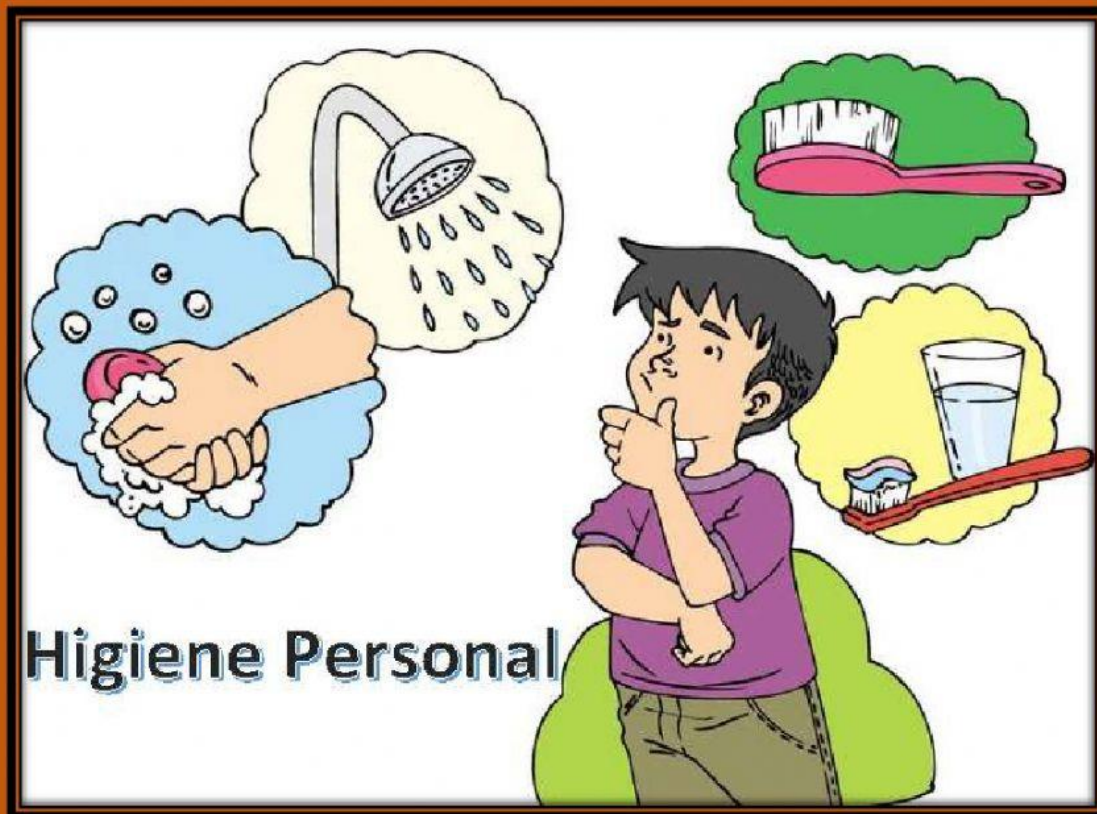




### ¿Qué vamos a aprender?

A reconocer los hábitos de higiene y limpieza que favorecen tu cuidado y reconocer la importancia que tienen para tu salud, la de tu familia, escuela y comunidad.

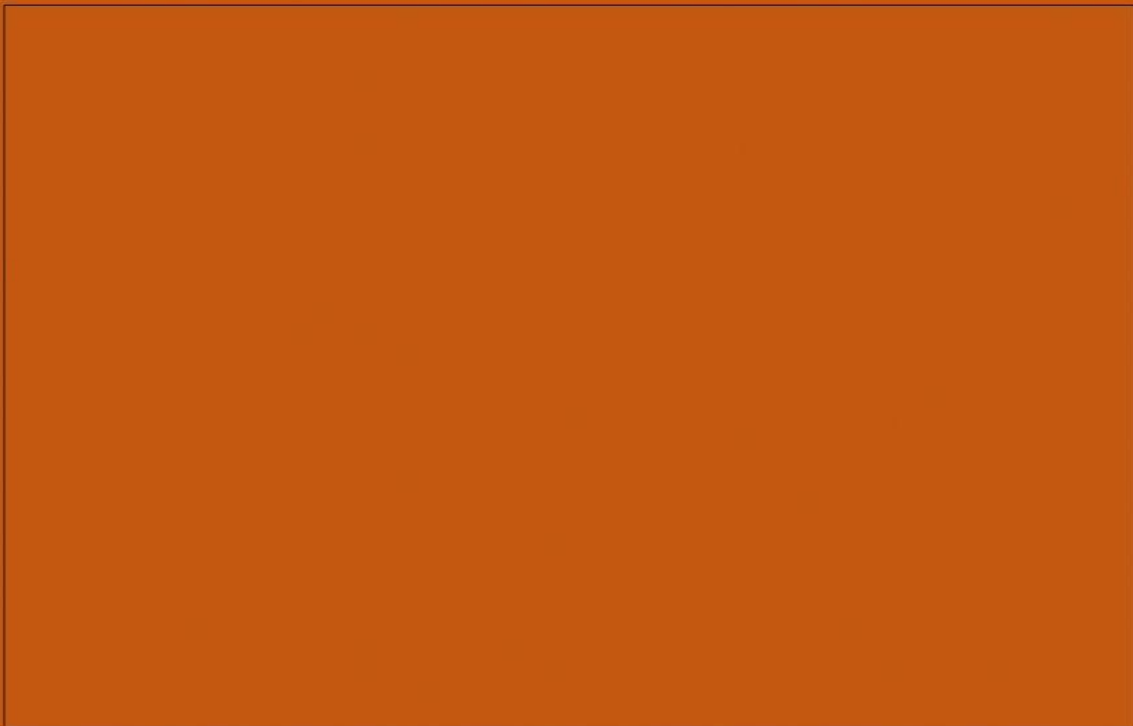
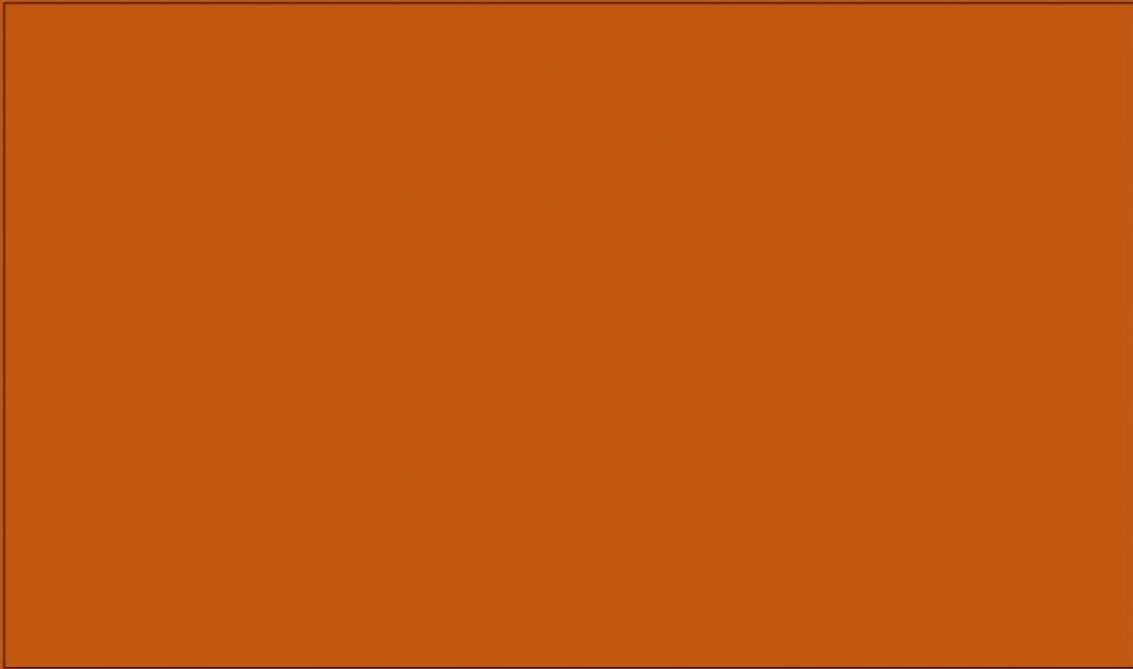
### Para empezar...

Vamos a ver qué es la higiene personal

La higiene personal es un conjunto de hábitos que adquirimos en la familia y en la escuela y practicamos a fin de proteger nuestra salud física de la acción de los microbios que nos rodean y con los cuales estamos en contacto a diario. Muchos de estos gérmenes, que no vemos debido a su pequeño tamaño y que están presentes en todos los ambientes en que habitamos, son agentes causantes de enfermedades y al ingresar a nuestro cuerpo, se reproducen y causan los síntomas propios de la enfermedad.



Ve los siguientes videos:



Selecciona todos los hábitos de higiene

Lavarse las manos

Jugar futbol

Baño diario

Ver la tv

Cepillarse los  
dientes

Tener útiles de aseo  
personal

Limpiaar la nariz

Cepillar el cabello

¿Cuál es la importancia de la higiene personal?

¿Cuáles son las consecuencias de la falta de higiene personal?