



¿SABES CUIDAR TU CUERPO?

Nombre:

Fecha:

1.- Arrastra cada acción a su lugar.

- Ver la televisión 3 horas al día.
- Dormir 10 horas al día.
- Ducharse todos los días.
- Comer muchas chucherías y dulces.
- Limpiarse bien bajo las uñas.
- Jugar todos los días a videojuegos.



Hábito saludable

Hábito no saludable

2.- ¿En qué dos lugares de las casas suelen ocurrir la mayoría de los accidentes? Completa.

Los accidentes suelen ocurrir en la _____ o en el _____.

3.- Señala si la oración es Verdadera o Falsa.



❖ Si te recetan un medicamento, debes tomar la dosis adecuada.

Verdadero

Falso

❖ Si estornudas, cubre tu boca con tu mano o la parte posterior del codo.

Verdadero

Falso

❖ Si no realizas ejercicio físico, fortaleces tus músculos y tu corazón.

Verdadero

Falso

❖ Si te pica la cabeza es un síntoma de que puedes tener piojos.

Verdadero

Falso

❖ Si tienes fiebre deberías beber bastantes líquidos.

Verdadero

Falso

4.- Relaciona cada una de las palabras con su definición.

- | | |
|-------------------------|--|
| Enfermedad contagiosa * | * Fortalece los músculos y el corazón. |
| Dormir * | * Puedes evitarlo si usas mascarilla. |
| Virus * | * Así no estás cansado durante el día. |
| Ejercicio físico * | * Produce enfermedades contagiosas. |

5.- Señala si la oración es Verdadera o Falsa.

❖ Las vacunas son medicamentos que previenen de las enfermedades no contagiosas.

Verdadero Falso

❖ Los medicamentos son sustancias que se producen para curar enfermedades.

Verdadero Falso

❖ Los antibióticos curan enfermedades contagiosas causadas por bacterias.

Verdadero Falso

❖ El descubrimiento de la penicilina ayudó a combatir los virus.

Verdadero Falso

6.- Indica cómo tienes que actuar en las siguientes acciones para prevenir accidentes.

Subir o bajar escaleras:	
Coger objetos a los que no llegas:	
Montar en bicicleta:	
Beber agua en la cocina:	
Ducharse:	

- ✓ Usar una alfombrilla antideslizante.
- ✓ Subir o bajar despacio sin empujar a los compañeros.
- ✓ Pedir ayuda a un adulto.
- ✓ Llevar casco.
- ✓ No confundir agua con productos de limpieza.

7.- Coloca cada palabra en su lugar.

no contagiosa crónica síntomas vacunas

contagiosas antibióticos

- ♣ La miopía es una enfermedad _____.
- ♣ Los virus y las bacterias causan enfermedades _____.
- ♣ Si nos fijamos en la duración de la diabetes, decimos que es una enfermedad _____.
- ♣ Si estás enfermo, lo notas por tienes algunos signos llamados _____.
- ♣ Las _____ ayudan a prevenir enfermedades contagiosas.
- ♣ Las infecciones se curan con unos medicamentos llamados _____.