



## CUIDADO PERSONAL

- Observa la siguiente imagen:



### Responde:

- ¿Qué acciones están realizando las personas?

---

- ¿Por qué crees que están contentos?

---

- ¿Crees que es importante asearse?

---

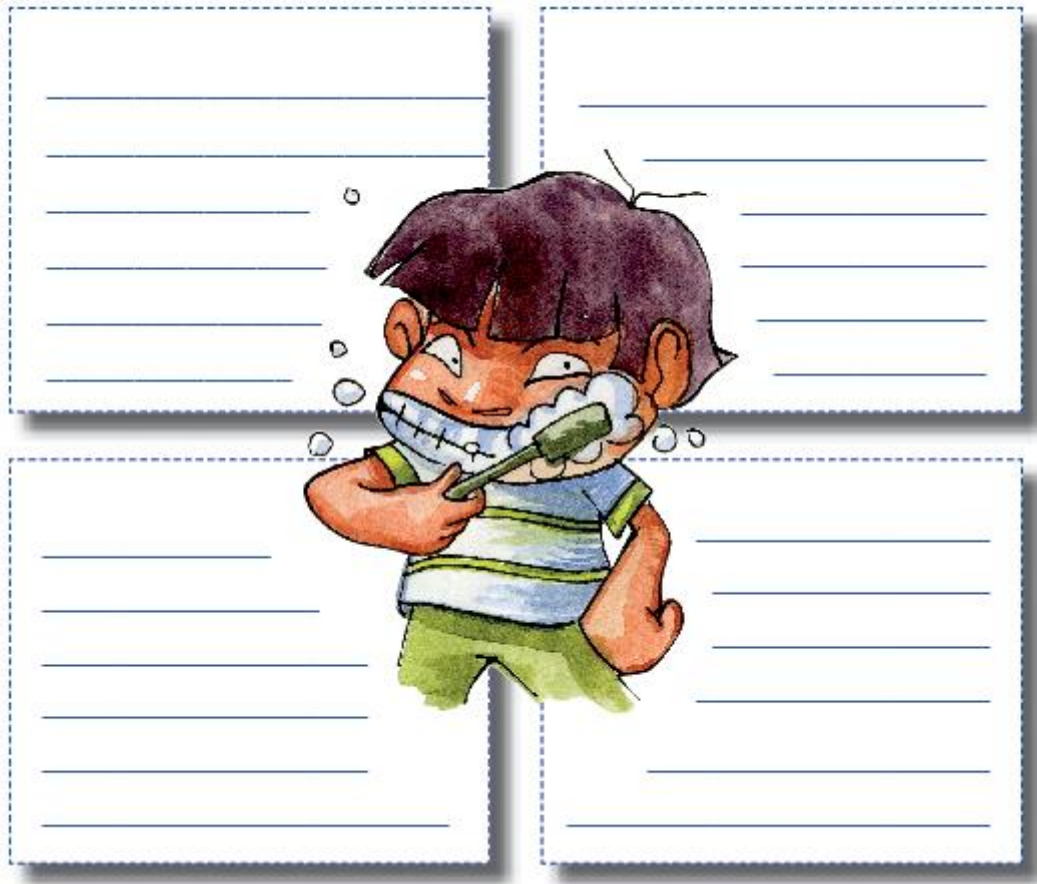


### Para aprender:

La **higiene** es el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ocasionan o pueden ocasionar efectos nocivos sobre su salud. La higiene personal es el concepto básico del aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.

¡Ahora, hazlo tú!

1. Completa el esquema con algunas **normas de higiene** que practiques en tu vida diaria.



2. Lee estas afirmaciones y marca con un (x) las que son correctas:

- ( ) No importa si las frutas no están lavadas, puedes comerlas sin problemas.
- ( ) Hay que refrigerar los alimentos para que se conserven en buen estado.
- ( ) Si encuentro un producto que no tiene fecha de vencimiento, no lo compro.
- ( ) Debo lavar mis manos antes de consumir algún alimento.
- ( ) Nunca reviso la fecha de vencimiento de las galletas que consumo.

3. Observa las siguientes figuras e indica cuál de ellas practica una adecuada higiene. Explica brevemente.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



### Actividades para casa

#### En tu cuaderno:

- Representa mediante un dibujo en tu cuaderno, cuatro normas de higiene que practiques diariamente.
- Investiga qué enfermedades se producen por la falta de higiene y escríbelo