



Nombre: _____

Sección: _____

Fecha: _____

Taxonomía / Inteligencias múltiples
analizar / intrapersonal

Al cuidado de mi cuerpo

Salud e higiene

1. Lee el listado de cuidados del cuerpo. Escribe una **F** si la afirmación es falsa o una **V** si es verdadera.

- a. Comer abundantes frutas y verduras.
- b. Ver la televisión muy de cerca a todo volumen.
- c. Ver directamente al sol.
- d. Utilizar protector solar al exponerse al sol.
- e. Cepillarse los dientes después de cada comida.
- f. Lavarse las manos una vez al día.
- g. Utilizar los dientes para cortarse las uñas.
- h. Bañarse a diario.
- i. Comer muchos dulces y golosinas.
- j. Dormir ocho horas al día.
- k. Evitar los lugares contaminados con humo y smog.
- l. Cubrir la nariz y la boca al estornudar.
- m. Conservar las uñas cortas de las manos y los pies.
- n. Lavarse las manos después de ingresar al sanitario.

2. Responde.

a. ¿Por qué se recomienda practicar buenos hábitos de higiene?
