

FICHA SOBRE LA SALUD Y LA ENFERMEDAD.

1 ¿Qué es la salud? ¿ Y la enfermedad?

2 Escribe en tu cuaderno estas enfermedades y rodea de color verde las enfermedades contagiosas, y de rojo, las no contagiosas.

Tétanos

Salmonelosis

Alergia

Gripe

Resfriado

Obesidad

Tuberculosis

3 Completa las siguientes afirmaciones.

- a) Las son enfermedades que se producen al ingerir sustancias tóxicas.
- b) Las son reacciones exageradas de las defensas de nuestro cuerpo frente a sustancias como el
- c) Los son lesiones o heridas producidas por accidentes o

4 Pon ejemplos de hábitos saludables que nos ayudan a mantener una buena salud y por ello al buen funcionamiento del cuerpo.

5 Corrige las siguientes afirmaciones para transformarlas en hábitos saludables.

- a) Debemos tomar muchos alimentos ricos en grasas en nuestras comidas para tener energía
- b) Dormir cinco horas es suficiente para alguien de tu edad.
- c) No debemos hacer ejercicio porque corremos el riesgo de lesionarnos.

