

 EDUCACIÓN SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA	ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA N° 14 Vida saludable 1.- (E Y F) Profa. Ruth B. Cruz Becerril Actividades a realizar en el periodo comprendido del 18– 22 oct 2021 (semana 8)	 INSTITUTO DE LA EDUCACIÓN BÁSICA DEL ESTADO DE MORELOS
---	---	---

Tema: Construir un estilo de vida sano.

Aprendizaje esperado: aprender a reconocer las consecuencias en la salud, por no tener buenos hábitos de higiene.

CONSECUENCIAS EN LA SALUD POR FALTA DE HIGIENE.

Actividad 1- lee el siguiente texto y anota en tu cuaderno las ideas más importantes.

La higiene es toda serie de hábitos relacionados con el cuidado personal que inciden positivamente en la salud y que previene enfermedades. Es la parte de la medicina o ciencia que trata por todos los medios de prolongar la vida y conservar la salud de los hombres. La higiene es importante para prevenir infecciones o enfermedades.

Cuando no hay higiene, se pueden provocar diferentes reacciones negativas y enfermedades tanto para los humanos como para las mascotas, animales generales y las plantas. El cuidado del medio ambiente es responsabilidad de todos y la higiene va de la mano con este propósito.

La falta de hábitos de limpieza representa un problema gravísimo en la humanidad y eso no solo implica un mal aspecto o mal olor, sino el incremento de infecciones, virus y enfermedades varias de persona a persona, así que les dejaremos ciertas recomendaciones a tomar en cuenta: · Es importante incrementar el lavado de las manos con agua y jabón para eliminar sustancias químicas, contaminantes y algunos de los gérmenes comunes que se encuentran en las superficies.

También se deben lavar bien los alimentos antes de ser consumidos, limpiar las superficies, el hogar en general, hacer uso de gel antibacterial, implementar el uso de tapabocas en lugares concurridos, usar guantes, etc. · Otro aspecto importante a tomar en cuenta, es no compartir ropa de ningún tipo, pues, aunque muchos piensen que no pasa nada, en realidad se pueden contagiar diferentes enfermedades por el sudor.

Actividad 2.- Realiza un cuadro como el siguiente y completa con información que puedes buscar en internet, libros, enciclopedias, revistas, etc. Sobre la información más importante de cada enfermedad.

ENFERMEDADES POR MAL HÁBITO DE HIGIENE				
PEDICULOSIS	CARIES DENTAL	DIARREA	GINGIVITIS	HONGOS

Todas tus actividades deben realizarse en el cuaderno de vida saludable y tienen que llevar tu nombre completo, grado y grupo, ya que se revisarán cuando regresemos a clases presenciales.

Es importante que entregues tus actividades a tiempo, para poder ser tomadas en cuenta, esta guía debe entregarse a más tardar **el viernes 22 de octubre vía whatsapp al**

777 215 11 27

Cualquier duda o comentario lo recibo vía mensaje whatsapp al número mencionado.