

**1. Mira el vídeo y contesta. Recomendaciones para evitar contagiarse (habla de 5 recomendaciones)** (lu ds3)

fuelle: [https://www.youtube.com/watch?v=B\\_Gzc2Z7uQY&feature=emb\\_logo&ab\\_channel=JUVENTUDMEDICA](https://www.youtube.com/watch?v=B_Gzc2Z7uQY&feature=emb_logo&ab_channel=JUVENTUDMEDICA)

- 
- 
- 
- 
- 

**2. Primera recomendación:**

**2.1. Las partes de la mano. Completa con las palabras siguiente:**

La palma – la muñeca – el dorso – el dedo índice – el dedo pulgar – el dedo meñique – el dedo corazón – el nudillo – el dedo anular – la uña

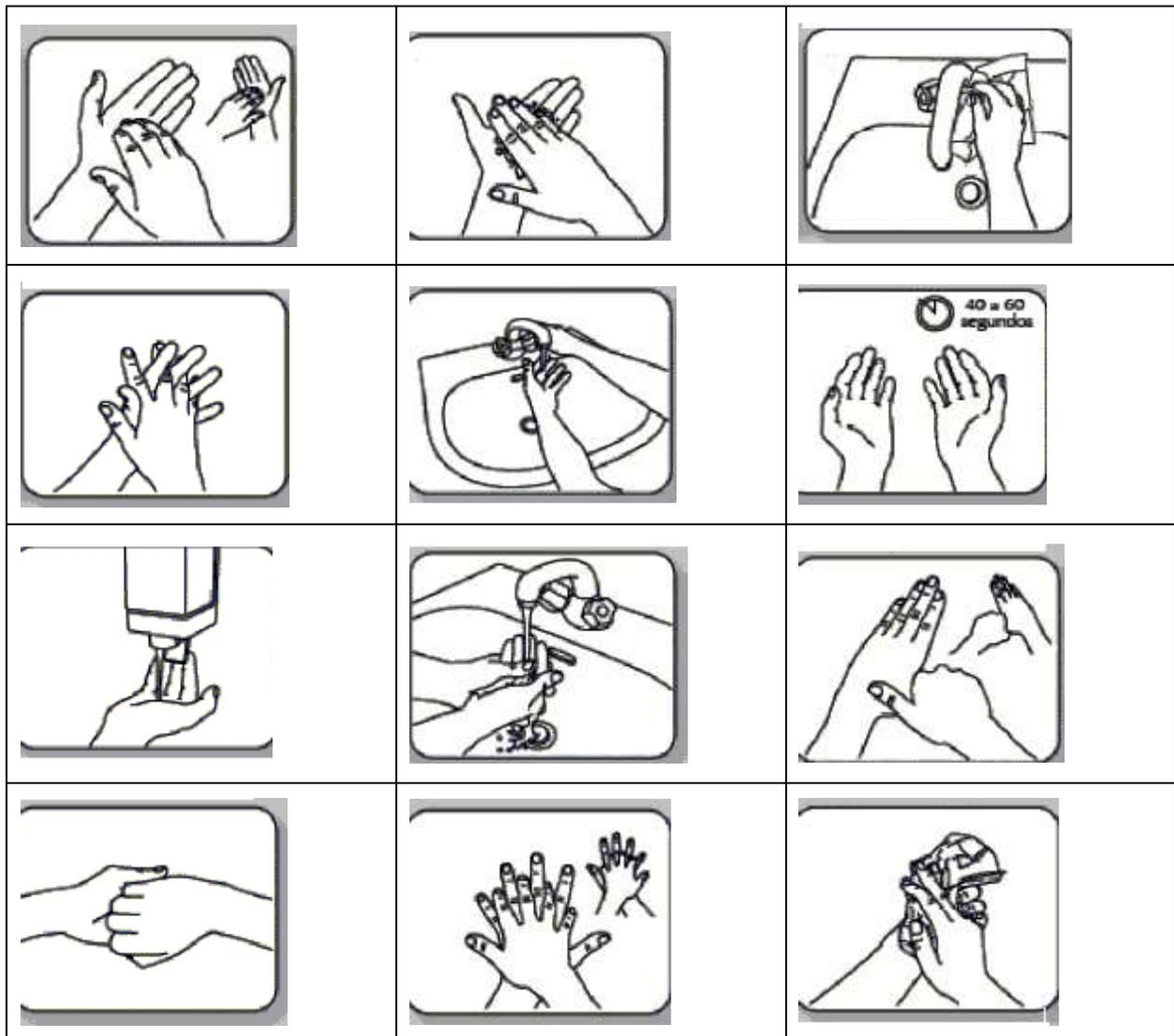


**2.2. ¿Qué significa?**

Mojarse las manos – enjuagarse las manos – secarse las manos

cubrir la superficie con jabón – frotarse las palmas – entrelazar los dedos – mantener los dedos unidos – hacer un movimiento de rotación

2.3. Mira el vídeo otra vez y ordena los pasos para lavarse bien las manos siguiendo las recomendaciones de la OMS (Organización Mundial de Salud)



2.4. Contesta:

- 1) ¿Qué podemos hacer para poder calcular el tiempo que durar el lavado de manos?
- 2) ¿Para qué es útil el lavado de manos?
- 3) ¿Qué podemos hacer si no te las puedes lavar con agua y jabón?

3. Segunda recomendación:

- 1) ¿De qué objetos habla?
- 2) ¿Cómo desinfectar las superficies?

4. Tercera recomendación:

¿Qué se recomienda para hacer un buen uso de las mascarillas?

5. Cuarta recomendación:

Si no llevas mascarilla y tienes que estornudar o toser ¿Qué debes hacer?

6. Quinta recomendación:

¿Cómo podemos mantener un sistema inmunológico fuerte?

## Soluciones:

Ej. 1:

01. Lavarse las manos
02. Limpiar las superficies de muebles y objetos que tocas todos los días
03. Uso de las mascarillas
04. Mantener la distancia de seguridad
05. Mantener un sistema inmunológico fuerte

Ej. 2.1.

1. El pulgar
2. El índice
3. El corazón
4. El anular
5. El meñique
6. La palma
7. La muñeca
8. La uña
9. El dorso

Ej. 2.3.



Ej. 2.4:

- 1) Cantar dos veces el cumpleaños feliz
- 2) Evitar contagiarse de otras enfermedades infecciosas no solo del coronavirus.
- 3) Higienizarlas con alcohol en gel de más del 60%

Ej. 3:

- 1) celular – mesa de trabajo - escritorio
- 2) Mitad de agua y alcohol y usar un paño limpio

Ej. 4:

Lavarte las manos antes de ponertela y cambiarla cuando se humedece

Ej. 5:

Cubrirse la boca o nariz con un pañuelo o con el brazo

Ej. 6:

Dormir bien – comer bien – mantenerse hidratado – hacer ejercicio – reducir el nivel de estrés