



# ACTIVIDADES DE CIENCIAS NATURALES



Semana del 27 de abril  
4º Grado CON ADAPTACIONES





¡Este trabajo lo debes hacer solita, sólo lee los textos y mira a tu alrededor!

No copies los textos. Solo las actividades.

¡ PUEDES HACERLO!

**Tema: Salud individual, social y ambiental.**

1- Lee el texto.

Los seres humanos vivimos en sociedad, en contacto con otros, por esa razón la salud de cada individuo está conectada a la salud de los demás. Puedes observar lo que sucede actualmente en el mundo, la salud depende de todos.

Para cada uno de nosotros, **el refugio (tu casa), el abrigo, la buena alimentación y el ejercicio** son factores muy importantes para cuidar la salud.

En muchos lugares hay basurales y agua contaminadas, esto puede causar enfermedades.



La limpieza de las calles, recolección de residuos, distribución de agua potable, redes cloacales y espacios verdes ayudan a evitar el contacto con los **agentes patógenos (que causan enfermedades)** y facilitan el mantenimiento de la salud de la población.



1- Piensa y responde:

a- ¿Qué problema atraviesa el mundo actualmente?

.....





b- Busca en el diccionario la palabra Pandemia.

.....  
.....

c- Enumera al menos tres formas de cuidar tu salud en éste momento

.....  
.....

d- Si hacemos lo que nos corresponde ¿cuidamos la salud individual o la de todos?.....

.....

**¡ENTONCES SOMOS SUPERHÉROES!**

La OMS define salud como “el estado de completo bienestar físico, mental y social, no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”

**Acciones de salud e higiene personal.**

Para **prevenir** que aparezcan de enfermedades debemos:

= Visitar periódicamente (seguido) al médico pediatra.



= Higiene personal: Una ducha diaria, y luego secar bien la piel.



Lavado cuidadoso del cabello y revisión para evitar la pediculosis.



Corte y limpieza de uñas y el lavado de las manos antes y después de comer evitan infecciones. En estos momentos debemos lavar nuestras manos con mayor frecuencia.



Correcto cepillado de dientes para evitar caries dentales.



= Satisfacción de necesidades básicas: alimentación, abrigo y vivienda.

= Deporte y ejercicio físico.



= Recreación y buen uso del tiempo libre.



= Suficientes horas de descanso y sueño.



2- Piensa y responde:

¿Qué sucedería si...

a- No me secura después de ducharme?

.....

b- Si permitiera que se alojaran parásitos (piojos) en mi cabeza?

.....





c- Si no me cepillara los dientes?

.....  
.....

d- Si comiera solo comida chatarra (papas fritas, gaseosas)

.....  
.....

e- Si jugara con la compu o el celu en todos mis momentos libres?.....

.....  
.....

f- Si me acostara tarde muy seguido?.....

**Salud en el hogar.**

La falta de agua corriente, de redes cloacales, de eliminación de basura y estar cerca de fábricas aumentan los peligros para la salud debido al posible contacto con sustancias tóxicas y bacterias o virus que causan enfermedades. Además, en zonas contaminadas habitan roedores (ratas) e insectos que transmiten enfermedades.

Prevenimos enfermedades cuando

- Mantenemos una higiene a fondo y detenida de todos los lugares del hogar.
- Lavado de pisos y limpieza del barrio, limpieza de veredas.
- Y no olvides que la basura va al tacho de residuos.
- Evitar dejar recipientes, como baldes o tachos, con agua estancada.

**Prevención de accidentes.**

En el hogar y en la escuela suelen ocurrir accidentes que pueden provocar lesiones.

3- Busca en el diccionario la palabra accidentes.

.....  
.....  
.....  
.....

Las causas más frecuentes de accidentes son:  
(Buscar el significado de los accidentes que no conozcas)





- . Descargas eléctricas.
- . Quemaduras.
- . Intoxicación.
- . Caídas.
- . Picaduras de insectos o arácnidos.

4- Dé un ejemplo de cada caso:

Descargas eléctricas: .....

Quemaduras:.....

Intoxicación:.....

Caídas:.....

Picaduras:.....

En la calle también se producen accidentes.

5- Da dos ejemplos de accidentes en la calle y di cómo podrían prevenirse.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

6- Completa con V (Verdadero) o F (Falso)

. En este momento salgo a pasear con toda mi familia. Nos encontramos con otras familias. Una persona del grupo se adquirió el covid 19. Fue un accidente. ....

. Me quedo todas las noches jugando en la compu hasta muy tarde, me divierto, eso es positivo en mi vida. ....

. Veo un cable pelado en un electrodoméstico, le aviso a mis padres para evitar accidentes.....

. Cambio seguido las sábanas de mi cama para prevenir irritación en mi piel.....



. Saco la basura de casa cuando es necesario y la coloco en el lugar que corresponde.....

. No me lavo mucho las manos, no creo que sea necesario.....

