



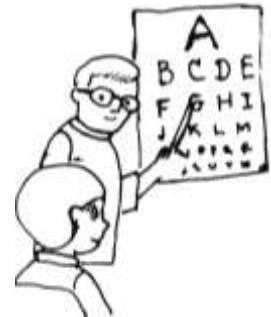
EL OIDO

- No coloque dentro del oído ningún tipo de objeto que no haya sido fabricado específicamente con ese propósito.
- Especialmente, evite introducir llaves, puntas de lápiz y pasadores para el cabello.
- Limpie sus oídos siempre por fuera y con la punta de una toalla.
- Si sospecha de una infección en el oído, consulte a su médico. La mayoría de las pérdidas de audición son causadas por catarrros, gripas e infecciones mal atendidas.
- Las gotas para los oídos sólo pueden ser usadas bajo prescripción médica.
- Si siente comezón en los oídos, entonces también consulte a su médico. Puede tratarse de hongos que deben ser atendidos con medicamentos.
- No nade en aguas contaminadas y, en caso de duda, utilice tapones especiales para nadar o aplique en el oído unas gotas de aceite para bebé. El aceite para bebé sirve de impermeabilizante y ayuda a que salga el agua después del baño.
- Evite la exposición cercana a fuentes de ruido intenso como cohetes y bocinas o parlantes en fiestas.



LA VISTA

- Leer a una distancia normal entre los ojos y el libro (35 a 40cm).
- Emplear una buena iluminación para leer, escribir, etc.
- No restregarse los ojos con las manos, puede provocar una infección usar un pañuelo limpio.
- cuando se introduzca partículas de polvo en los ojos conviene provocar lagrimas suaves en los párpados para que éstas puedan expulsarlos.
- No ver la televisión demasiado cerca.



EL OLFATO

- Esta eliminación debe hacerse utilizando un pañuelo limpio y tapando alternativamente una ventana nasal y luego la otra y sin expulsar el aire con mucha fuerza. Un caso de obstrucción persistente se pueden hacer lavados con suero fisiológico, echando unas gotas en cada una de las fosas nasales, esto es recomendable hacerlo unas horas antes de las comidas, otra medida es tomar vapores de agua, sin añadir ninguna otra sustancia, a menos que lo indique el médico.
- Los niños deben llevar siempre un pañuelo limpio y evitar tocarse la nariz con las manos sucias, pues pueden producirse infecciones.



EL TACTO

- Al levantarse de la cama.
- Después de tocar animales.
- Cada vez que estén sucias.
- Antes de manipular alimentos.
- Antes y después de curar cualquier herida
- después de ir al baño.

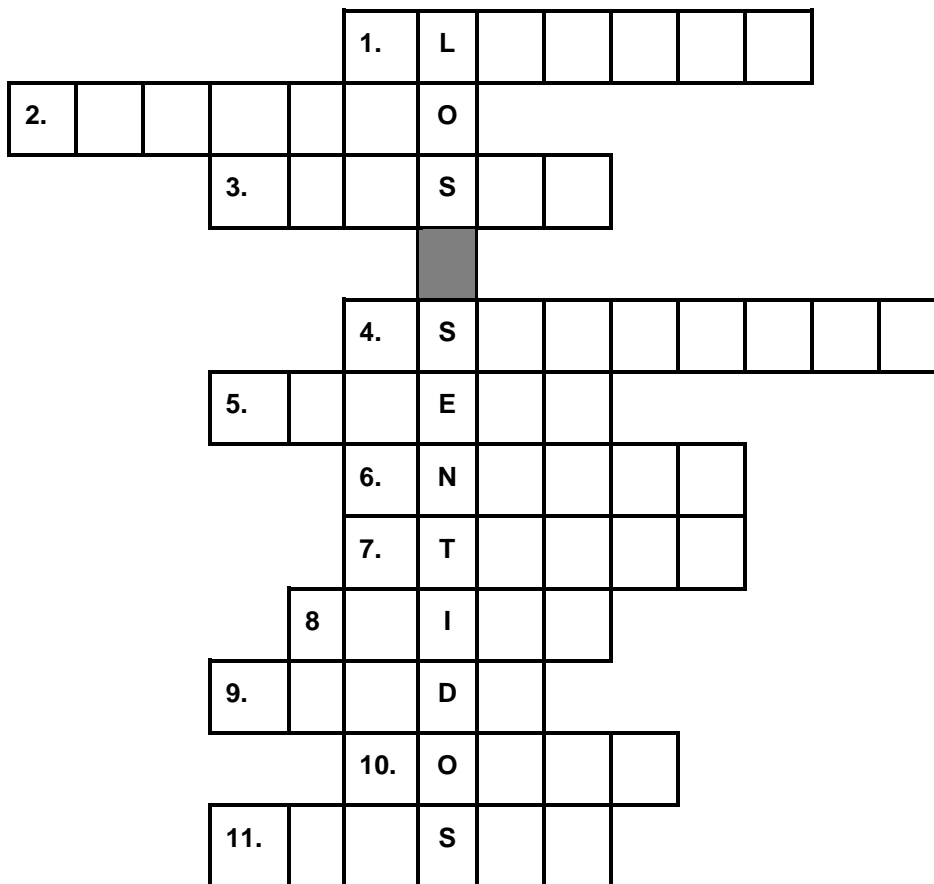


LAVARSE LAS MANOS

EL GUSTO

- No consumir comidas picantes.
- No consumir bebidas alcohólicas y tabaco de preferencia.
- Lavarse los dientes y cepillarse moderadamente la lengua para mantenerla aseada.

CRUCI-SENTIDOS



- 1.- ¿Dónde encontramos el sentido del gusto?
- 2.- ¿Qué sentido usamos para darnos cuenta que la mamá se puso perfume?
- 3.- ¿Qué sentido uso para darme cuenta que eché mucha azúcar a mi leche?
- 4.-¿Qué usamos para relacionarnos con el exterior?
- 5.- ¿Qué parte del oído podemos observar?
- 6.- ¿Dónde encontramos el sentido del olfato?
- 7.- ¿A través de que sentido podemos darnos cuenta si hace frío o calor?
- 8.- ¿Dónde encontramos el sentido del tacto?
- 9.- ¿Qué sentido uso para darme cuenta que cerca de mi casa está pasando una ambulancia?
- 10.- ¿Dónde encontramos el sentido de la vista?
- 11.- ¿Qué sentido utilizamos para darnos cuenta si es de día o de noche?