

Criança em Movimento: Higiene

- 1) Logo após usar o banheiro devemos:
 - a. Fazer nossa higiene íntima
 - b. Dormir tranquilamente
 - c. Comer para ficar forte

- 2) Devemos tomar banho:
 - a. Nunca
 - b. Todos os dias
 - c. 2 vezes por semana

- 3) Para manter a higiene, devemos cortar as unhas:
 - a. Todos os dias
 - b. Semanalmente
 - c. Quando elas estiverem muito feias

- 4) Para manter nossos cabelos limpos é necessário :
 - a. Usar cremes como shampoo e condicionador
 - b. Lavar uma vez por semana
 - c. Não lavar os cabelos

- 5) Para evitar a formação de cera nos ouvidos devemos:
 - a. Passar fio dental
 - b. Passar sabonete
 - c. Usar o cotonete

- 6) Para evitar os piolhos devemos:
 - a. Escovar os dentes
 - b. Manter as unhas limpas
 - c. Higienizar e cortar o cabelo com frequência

- 7) Antes das refeições devemos:
 - a. Dormir
 - b. Lavar as mãos
 - c. Escovar os dentes

- 8) Para que as mãos fiquem limpas devemos esfregá-las por:
 - a. Mais de 15 segundos
 - b. Menos de 15 segundos
 - c. Somente jogar água sem ensaboar

- 9) Para evitar as cáries, devemos:
 - a. Escovar os dentes
 - b. Pentear os cabelos
 - c. Dar a descarga

- 10) Depois das refeições devemos:
- Escovar os dentes
 - Dormir
 - Estudar
- 11) Qual é o nome do instrumento de limpeza vendido em metros e que serve para a melhorar a higiene bucal?
- Vassoura
 - Fio dental
 - Escova de dentes
- 12) Nome do liquido viscoso que serve para dar brilho, sedosidade e beleza aos cabelos, facilitando inclusive o pentear
- Condicionador
 - Shampoo
 - Espuma do sabonete
- 13) Cada criança tem o seu próprio pano ou toalha e não compartilha esses itens com as outras.
- sempre
 - as vezes
 - nunca
- 14) De que se alimentam os piolhos
- Cabelo
 - Pele
 - Sangue
- 15) Como os piolhos são passados
- Eles voam
 - Eles pulam
 - Não voam nem pulam: compartilhando bonés, encostando cabelos etc
- 16) Como se chamam os ovinhos de piolho
- Lendeas
 - Larvas
 - Girinos
- 17) Como acabar com piolhos
- Passar agua no cabelo
 - Pente fino e catar com as mãos
 - Não é possível acabar com eles
- 18) Quem é a melhor pessoa para dizer se você tem cárie
- Você mesmo
 - Seus pais
 - O dentista

- 19) Se meus pais já tiveram cáries, eu preciso ter mais cuidado ainda?
- Sim pq cárie passa de pai pra filho
 - Sim pq cáries se instalam em dentes fracos e se meus pais já tiveram eu tenho mais chance de ter
 - Não
- 20) Onde as cáries se alojam?
- Principalmente entre os dentes
 - Na gengiva
 - Na lingua
- 21) Como evitar cáries?
- Escovar os dentes 3 vezes ao dia e usar fio dental
 - Comer menos
 - Mastigar bem a comida
- 22) Tomas banho...
- todos os dias
 - duas vezes por semana
 - uma vez por semana
 -
- 23) Lavas o cabelo..
- quando está muito sujo
 - todos os dias
 - uma a duas vezes por semana
- 24) Mudas de roupa interior...
- todos os dias
 - quando está suja
 - no fim-de-semana

Quando vais a sanitários públicos...

- sento-me na sanita
 - não me sento na sanita
 - protejo o tampo com papel
2. Arejas o teu quarto...
- ao fim-de-semana
 - quando está um dia de sol
 - todos os dias
1. Lavas as mãos...
- sempre que como
 - sempre que se justifique
 - de manhã e à noite
2. Usas desodorizante...
- todos os dias, depois de tomar banho
 - sempre que transpiro
 - quando sinto que estou a cheirar mal

3. Cortas as unhas...
 - todos os dias
 - sempre que estão grandes
 - regularmente, para não crescerem muito
4. A fruta, em tua casa...
 - é lavada antes de ser colocada na fruteira
 - é lavada ou descascada antes de ser comida
 - é comida sem ser lavada
5. A loiça, em tua casa...
 - é passada por água
 - é lavada com detergente e passada por água
 - é lavada na máquina da loiça