

ACTIVIDAD SEMANAL

LA OBESIDAD

CONTESTA la siguiente pregunta.

¿Qué es la obesidad?



ARRASTRA LAS FRASES DE LA PARTE DE ABAJO E IDENTIFICA SI ES UNA CAUSA O CONSECUENCIA DE LA OBESIDAD.

CAUSAS	CONSECUENCIAS
1	1
2	2
3	3

MARCA LAS MEDIDAS CORRECTAS PARA PREVENIR LA OBESIDAD.

Seguir un plan de alimentación saludable. Hacer ejercicio regularmente. Dormir en exceso. Controlar tu peso regularmente.

Pensar en exceso. Comer comida chatarra. Jugar videojuegos. Reconocer y evitar las trampas de comida que hacen que comas.

ARRASTRA ESTAS FRASES AL CUADRO DE CAUSAS Y CONSECUENCIAS EN EL NÚMERO CORRECTO.

1	Baja calidad de vida	1	Dieta	2	Enfermedades respiratorias
2	Hábitos alimentarios poco saludables	3	Inactividad	3	Diabetes de tipo 2