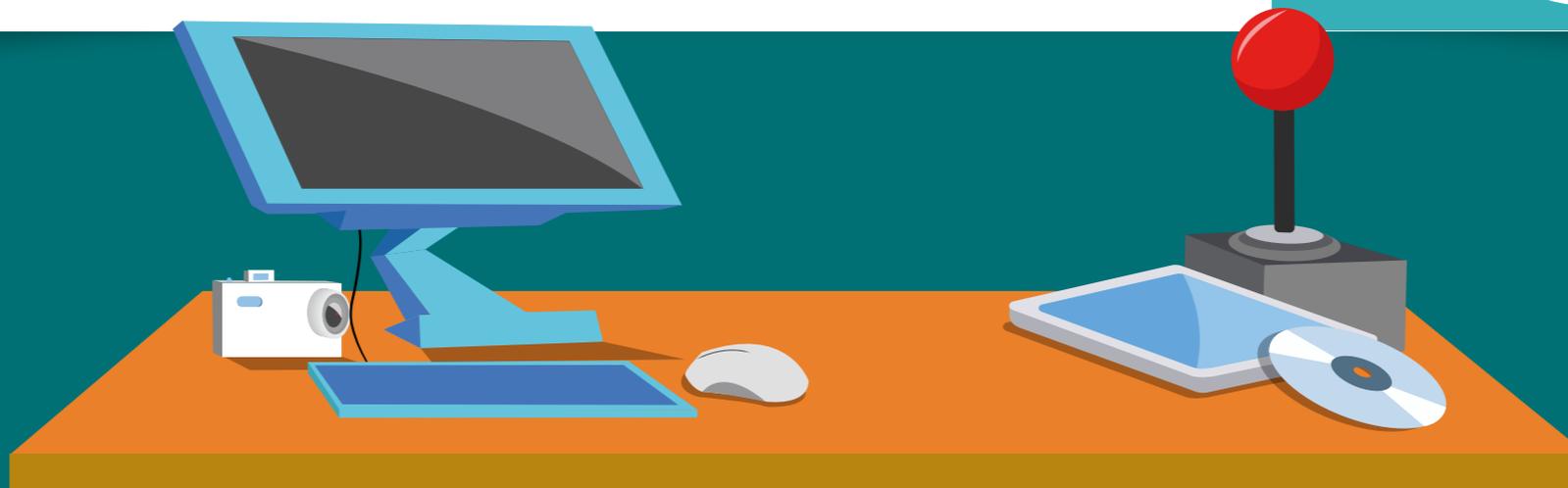




CIBERCOLEGIO U.C.N.<sup>®</sup>  
INSTITUCION EDUCATIVA

# Tecnología e Informática

- ➔ **Grado:** Primero
- ➔ **Guía:** 1
- ➔ **Lección:** 1 - Elementos de aseo personal





# Créditos



Nombre del Curso	Tecnología informática
<b>Experto temático:</b>	Nora Cecilia Mesa Agudelo
<b>Asesoría pedagógica:</b>	Omar Fabián Ruiz Medina
<b>Diseñador mediacional:</b>	Nora Cecilia Mesa Agudelo
<b>Desarrollo web:</b>	Centro de Innovaciones Pedagógicas CIP
<b>Diseño gráfico:</b>	Centro de Innovaciones Pedagógicas CIP
<b>Corrección de estilo:</b>	Centro de Innovaciones Pedagógicas CIP
<b>Año:</b>	2014
<b>Versión:</b>	1

PDF

## Introducción y marcos referenciales

# Introducción

Diariamente debemos asear nuestro cuerpo para estar limpios, frescos y saludables.

Elementos como el jabón, la crema dental, el champú, son muy importantes para el aseo personal porque nos ayuda a retirar la suciedad y las bacterias dañinas para el cuerpo.

En esta lección conocerás acerca de los elementos de aseo personal.



### Estándar de competencia

» Identifico y utilizo artefactos que facilitan mis actividades y satisfacen mis necesidades cotidianas (deportes, entretenimiento, salud, estudio, alimentación, comunicación, desplazamiento, entre otros).



### Elemento de competencia

» Reconoce y utiliza correctamente artefactos de frecuente uso para el aseo personal.

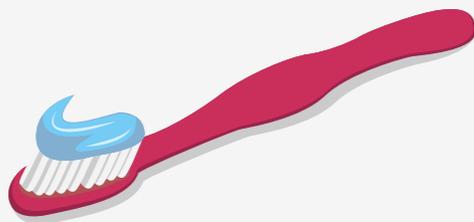
# Tema 1: Aseo de la boca y los dientes



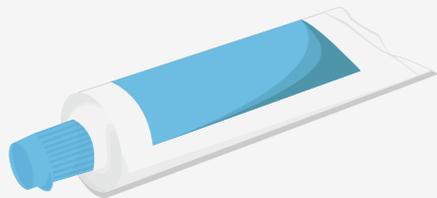
## Aseo de la boca y los dientes

Diariamente para limpiar tu boca debes utilizar la crema dental, el cepillo de dientes, el enjuague bucal y el hilo dental. Estos elementos te ayudan a retirar los residuos de comida que quedan en tus dientes y boca.

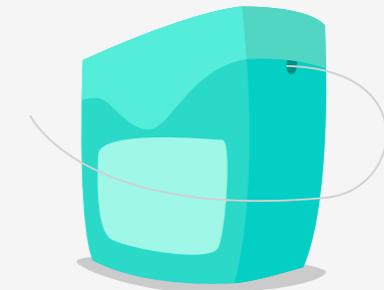
*Cepillo de dientes*



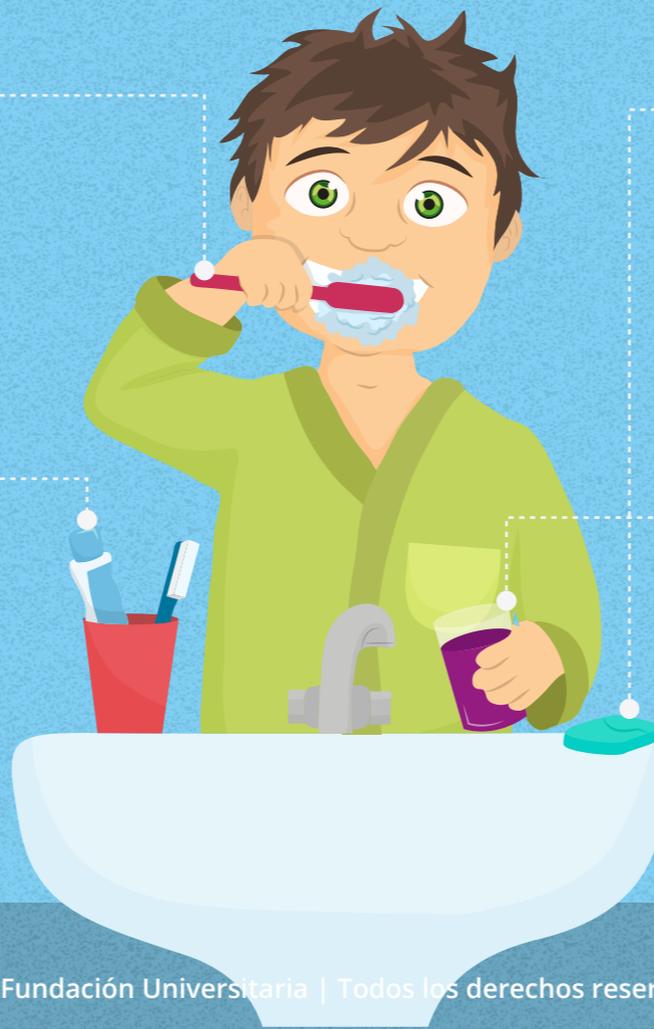
*Crema dental*



*Hilo dental*



*Enjuague bucal*



# Tema 1: Aseo de la boca y los dientes



## Aseo de la boca y los dientes

Ten en cuenta que debes cepillar tus dientes después de cada comida, mínimo tres veces al día. Los momentos importantes para cepillar tus dientes son:



PDF

## Tema 1: Aseo de la boca y los dientes



### Aseo de la boca y los dientes

Gracias a la tecnología, el cepillo de dientes ha evolucionado permitiendo una mejor limpieza y cuidado de la boca.



PDF

## Tema 1: Aseo de la boca y los dientes



### Aseo de la boca y los dientes

Gracias a la tecnología, el cepillo de dientes ha evolucionado permitiendo una mejor limpieza y cuidado de la boca.



## Tema 1: Aseo de la boca y los dientes



### Aseo de la boca y los dientes

Gracias a la tecnología, el cepillo de dientes ha evolucionado permitiendo una mejor limpieza y cuidado de la boca.



PDF

## Tema 1: Aseo de la boca y los dientes



### Aseo de la boca y los dientes

Gracias a la tecnología, el cepillo de dientes ha evolucionado permitiendo una mejor limpieza y cuidado de la boca.



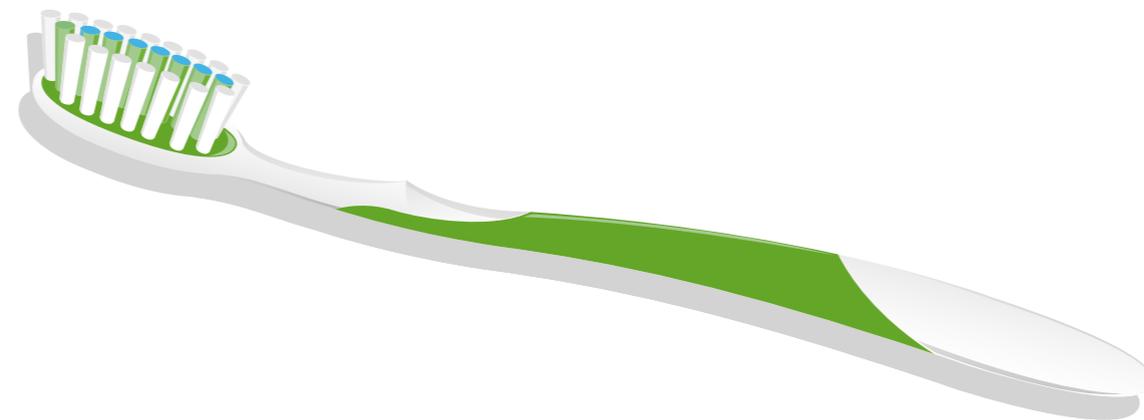
PDF

## Tema 1: Aseo de la boca y los dientes



### Aseo de la boca y los dientes

Gracias a la tecnología, el cepillo de dientes ha evolucionado permitiendo una mejor limpieza y cuidado de la boca.



## Tema 2: Aseo de la piel



### Aseo de la piel

Para proteger tu piel y quitar de ella la suciedad y las bacterias, debes emplear diariamente al bañarte los siguientes elementos.

Jabón



Crema humectante



Agua



Toalla



## Tema 3: Aseo del cabello



### Aseo del cabello

Para tener tu cabello limpio debes lavarlo con champú. Así mismo, debes mantenerlo desenredado y organizado con la ayuda del peine.

Peine



Champú

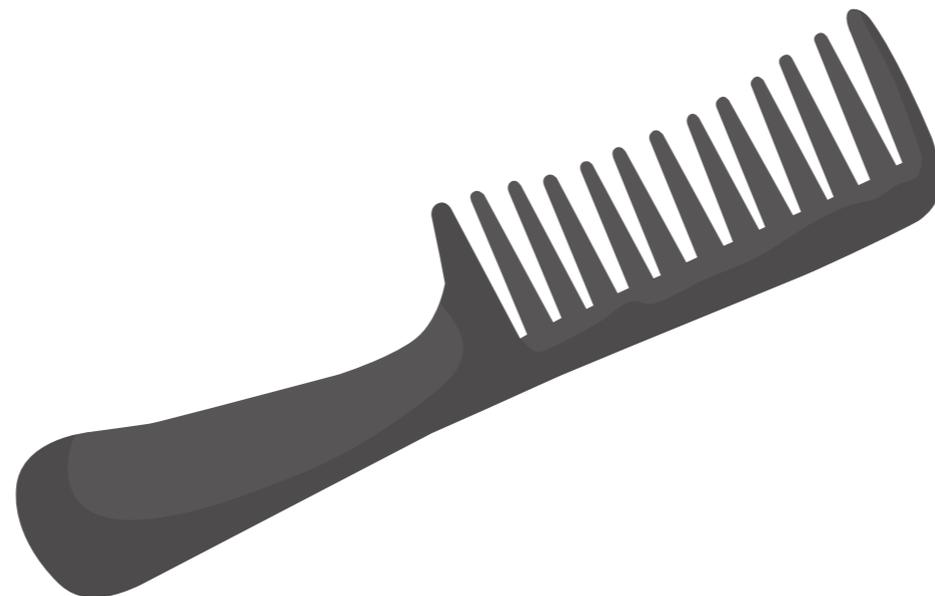


## Tema 3: Aseo del cabello



### Aseo del cabello

El peine fue inventado en la Edad de Piedra y era fabricado con huesos, madera, espinas de pescado o cuernos.



## Tema 3: Aseo del cabello



### Aseo del cabello

El peine fue inventado en la Edad de Piedra y era fabricado con huesos, madera, espinas de pescado o cuernos.

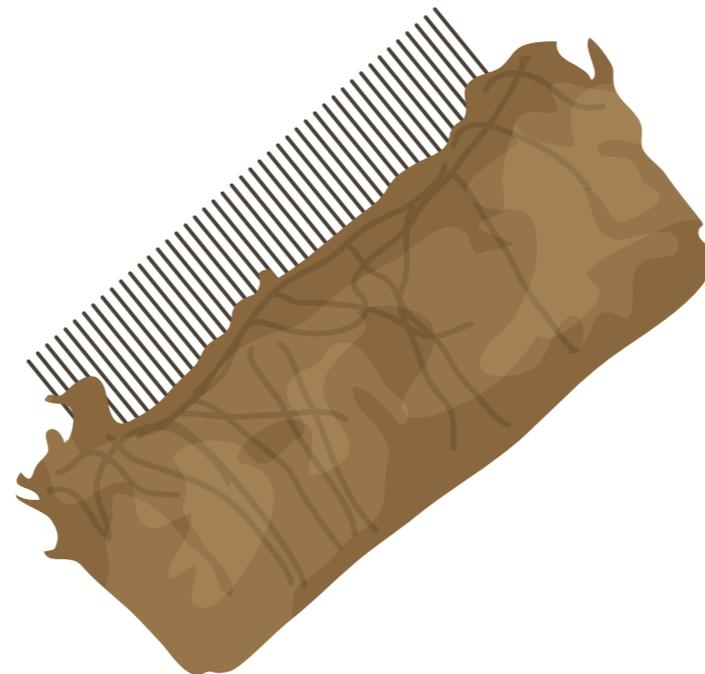


## Tema 3: Aseo del cabello



### Aseo del cabello

El peine fue inventado en la Edad de Piedra y era fabricado con huesos, madera, espinas de pescado o cuernos.



## Tema 3: Aseo del cabello



### Aseo del cabello

El peine fue inventado en la Edad de Piedra y era fabricado con huesos, madera, espinas de pescado o cuernos.



## Tema 4: Aseo de los oídos



### Aseo de los oídos

Para limpiar los oídos no es necesario introducir dentro de ellos copitos de algodón, ya que ellos pueden dañar este órgano. Para limpiar la parte externa del oído, utiliza un pañuelo o una toalla.



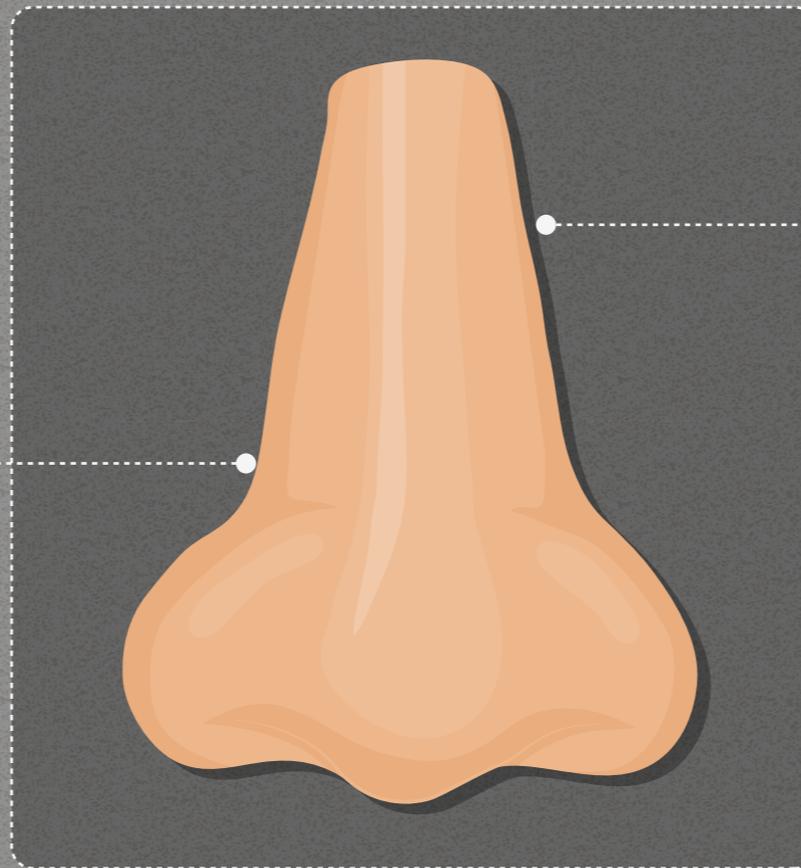
## Tema 5: Aseo de la nariz



### Aseo de la nariz

Para mantener siempre limpia tu nariz, suénala suavemente con la ayuda de un pañuelo limpio o papel higiénico y por ningún motivo introduzcas el dedo dentro de ella, podrías lastimarla.

*Pañuelo*



*Papel higiénico*



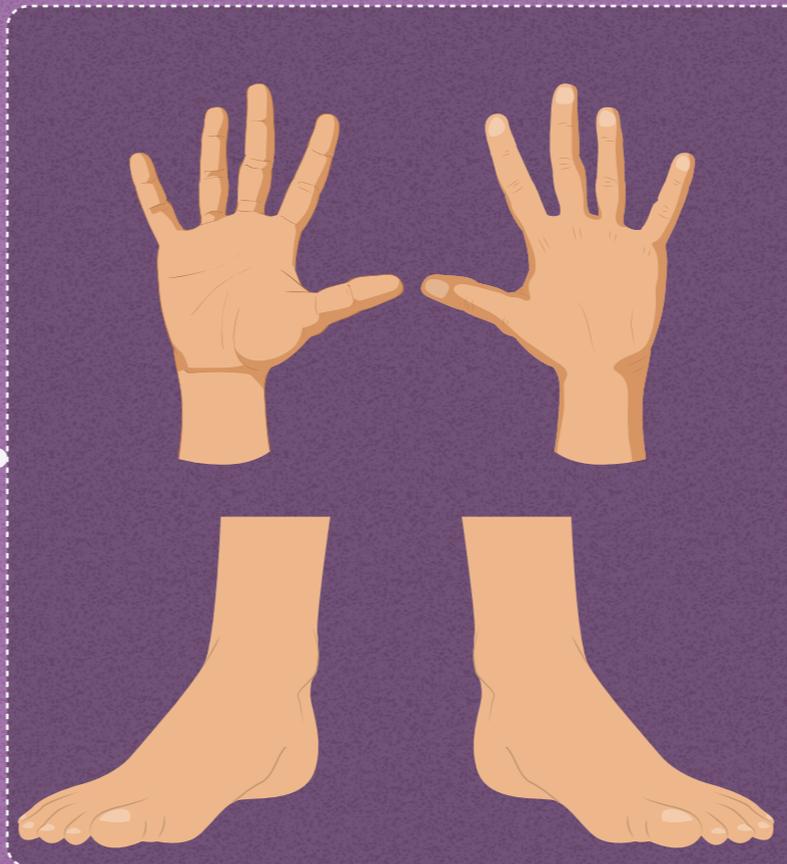
## Tema 6: Aseo de las manos y los pies



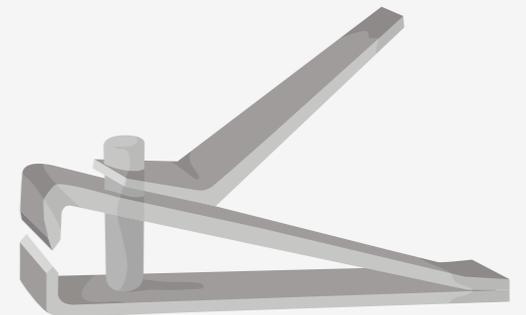
### Aseo de las manos y los pies

Tus manos y pies deben estar siempre limpios. Recuerda lavar tus manos con agua y jabón, antes de cada comida y después de ir al baño.

Jabón



Cortauñas





[www.cibercolegioucn.edu.co](http://www.cibercolegioucn.edu.co)