



# PebbleGo Salud

## Article List



### AUTOCONCIENCIA

- Autocontrol
- Autodisciplina
- Autoestima
- Concepto de Uno Mismo
- Confianza en Uno Mismo
- Decir No
- Defenderse
- Espacio Personal
- Imagen Corporal
- Modales
- Motivación
- Ser Responsable
- Tomar Decisiones

### EL CUERPO HUMANO

#### Sentidos

- Audición
- Gusto
- Oler
- Tacto
- Ver

#### Sistemas del Cuerpo

- Sistema Circulatorio
- Sistema Digestivo
- Sistema Endocrino
- Sistema Esquelético
- Sistema Muscular
- Sistema Nervioso
- Sistema Respiratorio

#### Órganos

- Corazón
- Encéfalo
- Estómago
- Hígado
- Intestinos
- Piel
- Pulmones
- Riñones
- Vejiga

### ENFERMEDADES Y AFECIONES

#### Afecciones

- Alergias
- Ansiedad
- Asma
- Autismo
- Ceguera
- Depresión
- Diabetes
- Dislexia
- Escoliosis
- Fibrosis Quística
- Obesidad
- Parálisis Cerebral

- Síndrome de Down
- Sordera
- TDAH
- Usar Sillas de Ruedas
- Uso de Aparatos para Piernas

#### Enfermedades

- Bronquitis
- Cefaleas
- Conjuntivitis
- COVID-19
- Deshidratación
- Influenza
- Intoxicación Alimentaria
- Otitis
- Piojos
- Quemadura Solar
- Resfriado Común

#### Sentirse Enfermo

- Bacterias
- Cuando Toses o Estornudas
- Medicamentos
- ¿Qué Son los Gérmenes?
- Sistema Inmunitario
- Vacunas
- Virus

### HÁBITOS SALUDABLES

- Cómo Manejar el Estrés
- Cómo Ser Organizado
- Distanciamiento Físico
- Ejercicio
- Enfocar tu Atención
- Establecer Metas
- Establecer Rutinas
- Higiene
- Hábitos de Sueño
- Las cubiertas Faciales y tu Salud
- Postura
- Ser Conciencioso
- Vestirse según el Tiempo

### MI MUNDO Y MI SALUD

- El Tiempo y mi Salud
- La Contaminación y mi Salud
- La Tecnología y mi Salud
- Las Relaciones y mi Salud
- Los Medios y mi Salud

### NUTRICIÓN

- Comer en Forma Saludable
- Comida Chatarra
- El Agua y mi Salud
- Fibra
- Grasas
- Planear las Comidas
- Refrigerios Saludables

### Grupos de Alimentos

- Fruta
- Granos
- Lácteos
- Proteínas
- Verduras

### RELACIONES Y AMISTADES

- Aceptación
- Comunicación
- Cooperación
- Defender a un Amigo
- Empatía
- Hacer Amigos
- Presión de Grupo
- ¿Qué Es la Intimidación?
- Tipos de Intimidación
- Trabajo de Equipo

### SEGURIDAD

- Condiciones Climáticas Severas
- Riesgos en el Hogar
- Riesgos en el Patio de Juegos
- Riesgos en la Escuela
- Seguridad Alimentaria
- Seguridad al Sol
- Seguridad del Agua
- Seguridad en Bicicleta
- Seguridad en el Autobús Escolar
- Seguridad en el Automóvil
- Seguridad en Incendios
- Seguridad Peatonal
- Seguridad respecto de Extraños

#### Prevención de Lesiones

- Conmociones Cerebrales
- Esguinces y Torceduras
- Fracturas de Huesos
- Moretones
- Raspones y Arañazos

### SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

- Estoy Enojado
- Estoy Preocupado
- Me Siento Asustado
- Me Siento en Calma
- Me Siento Entusiasmado
- Me Siento Feliz
- Me Siento Triste
- ¿Qué Son los Sentimientos y Emociones?

### SI NECESITAS AYUDA

#### En Caso de Emergencia

- Control de Envenenamientos
- Llamar al 911
- Primeros Auxilios
- Qué Hacer si Te Pierdes

#### Maltrato

- ¿Qué Es el Abuso de Sustancias?
- ¿Qué Es el Maltrato Emocional?
- ¿Qué Es el Maltrato Físico?
- ¿Qué Es el Maltrato Verbal?

### TRABAJADORES DE ATENCIÓN MÉDICA

- Consejeros Escolares
- Dentistas
- Enfermeras
- Fisioterapeutas
- Higienistas Dentales
- Médicos
- Oculistas
- Técnicos en Emergencias Médicas
- Terapeutas del Habla
- Terapeutas Ocupacionales

### VISITAS DE ATENCIÓN MÉDICA

- Empaste de Caries
- Extracción de un Diente
- Hacerse una Radiografía
- Hacerse un Chequeo
- Inyecciones
- Tener una Cirugía