

1. ¿Qué significado tiene Salud Integral del Adolescente?
2. ¿Qué es higiene?
3. ¿Cómo se relaciona la higiene con nuestro estado de salud?
4. ¿A qué se refiere higiene colectiva?
5. ¿Qué es una endemia?
6. ¿Qué es una pandemia?
7. ¿Qué es una crisis sanitaria?
8. ¿Lo que hoy vivimos (pandemia) se pudo haber evitado?
9. ¿qué es la higiene mental?
10. ¿Qué es higiene personal?
11. ¿Cuáles son las medidas de higiene básicas?
12. ¿Qué es la higiene de alimentos?
13. ¿Por qué es importante el lavado de manos?
14. ¿Cuáles es la técnica correcta para lavarnos las manos?
15. ¿cómo se debe usar el gel antibacterial?
16. ¿Qué causó la Peste Negra?
17. ¿Qué es un estilo de vida saludable?
18. ¿Por qué es importante realizar ejercicio físico?
19. ¿Qué es un estilo de vida insalubre?
20. ¿Qué es la obesidad?
21. ¿Qué es el índice de masa corporal?
22. ¿Cómo se calcula el índice de masa corporal?
23. ¿para que me sirve saber mi índice de masa corporal?
24. ¿Cuál es la cifra de triglicéridos adecuada en el cuerpo?
25. ¿Qué es la diabetes?
26. ¿Cuántos tipos de diabetes hay?
27. ¿Qué rango mundial ocupa México en obesidad?
28. ¿Qué rango mundial ocupa México en diabetes?
29. ¿Cuál es la principal complicación en los diabéticos?
30. ¿Cuál es la cifra normal de glucosa en sangre?
31. ¿Cuál es la hormona encargada de regular la glucosa en el cuerpo?
32. ¿Qué es la Hipertensión arterial Sanguínea?
33. ¿Cuáles son las cifras normales de Tensión Arterial?
34. ¿con que aparatos se toma la tensión arterial?
35. ¿Qué elemento se retira casi por completo de la dieta de un hipertenso?
36. ¿qué es el alcoholismo?
37. ¿qué órgano es el principal afectado en la ingesta desmedida de alcohol?
38. ¿Qué le causa el alcohol al sistema nervioso central?
39. ¿Qué es el tabaquismo?
40. ¿Cuál es el órgano principalmente afectado en el tabaquismo?

41. ¿Cuántas sustancias nocivas tiene en sus componentes el cigarro?
42. ¿qué le causa el cigarro a las embarazadas?
43. ¿qué es un fumador pasivo?
44. ¿Qué es la marihuana?
45. ¿Qué causa en el cerebro la cocaína?
46. ¿Por qué causa rápida adicción la heroína?
47. ¿Qué órgano se ve alterado al usar inhalantes?
48. ¿Qué tipo de personas están más propensas a la drogadicción?
49. ¿Qué es una adicción?
50. ¿Cuántas horas pasas en tu teléfono celular?