

NOMBRE:

COLEGIO:

EDAD:

CUESTIONARIO DE HÁBITOS SALUDABLES

1. ME LAVO LOS DIENTES DESPUÉS DE COMER.



2. ME LAVO LAS MANOS ANTES DE COMER.



3. ME PEINO.



4. COMO FRUTAS Y VERDURAS.



5. JUEGO Y CORRO.



6. DUERMO 10 HORAS TODAS LAS NOCHES.



7. HAGO CINCO COMIDAS EN EL DÍA. (Desayuno, media mañana, comida, merienda, cena)



8. TOMO UNA DUCHA O BAÑO TODOS LOS DÍAS.



¿TENGO HÁBITOS SALUDABLES?

MARCA LA OPCIÓN QUE MEJOR TE REPRESENTA.



SI



A VECES



NO