



Nome: _____

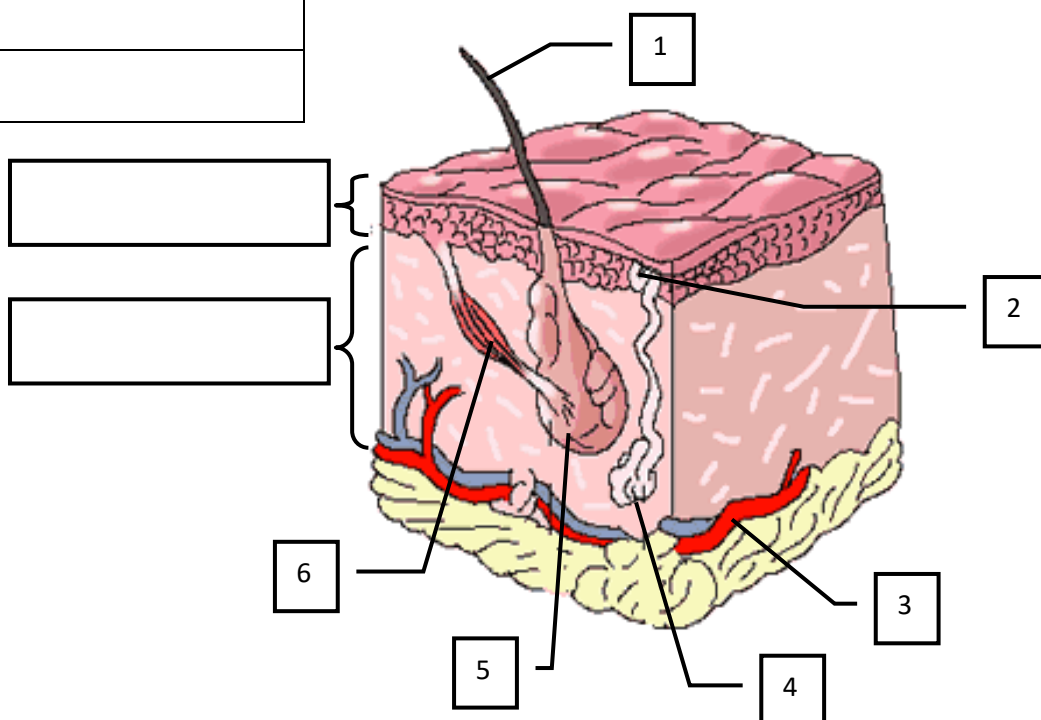
Data: ____/____/____

Ficha de Revisões
A Pele * A Segurança do meu Corpo

1. Como se chama o órgão que reveste toda a superfície do nosso corpo?

2. Legenda a figura:

1	
2	
3	
4	
5	
6	



3. Assinala com X, as afirmações verdadeiras.

- a)** A pele reveste todo o corpo, protegendo-o.
- b)** Os músculos do corpo estão acima da pele.
- c)** É na pele que se localiza o tato.
- d)** A pele ajuda a manter a temperatura do corpo.

☐

☐

☐

☐

4. Escreve quais são as atitudes corretas a ter em conta quando vais para a praia.

5. Como proceder em caso de:

A - queimadura solar

B - fratura

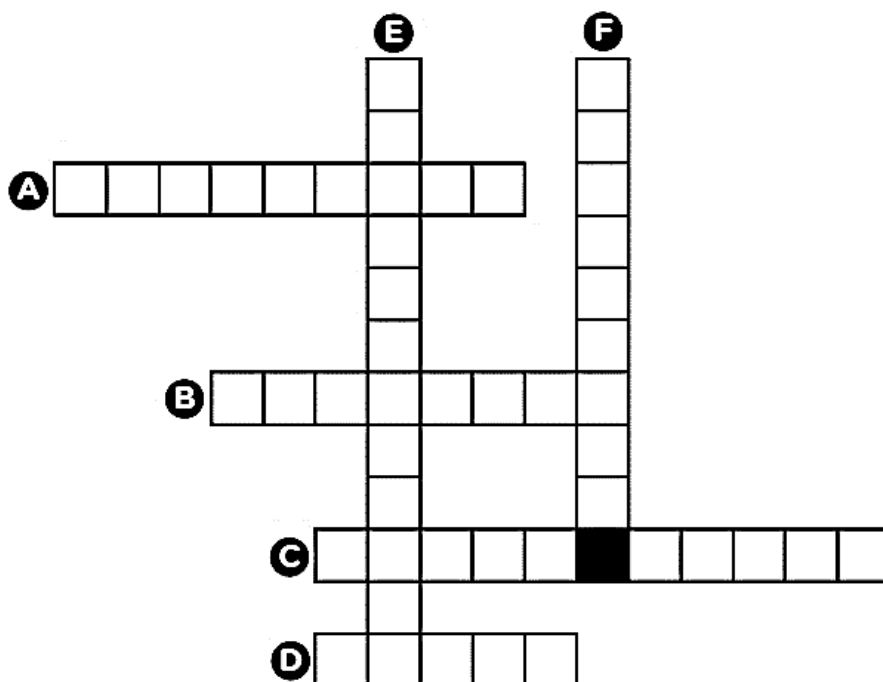
C - distensão muscular

Escreve as letras (A, B ou C) nos espaços certos.

	Aplicar gelo ou água fria corrente.
	Acalmar a vítima.
	Tomar banho de água fria e aplicar compressas molhadas com água fria.
	Evitar a exposição ao sol nos dias seguintes.
	Chamar uma ambulância para transportar a vítima para o hospital.
	Imobilizar a zona lesionada com uma ligadura.
	Usar cremes hidratantes para aliviar.
	Recorrer a um médico.
	Consultar um médico.

6. Preenche o crucigrama.

- A** Para evitar incêndios devemos manter as... sempre limpas.
- B** Caso ocorra um pequeno incêndio num edifício, deve-se começar por tentar apagá-lo com um...
- C** Os incêndios florestais destroem o habitat de muitos...
- D** Em caso de incêndio é fundamental manter a...
- E** O índice UV mede os níveis de intensidade dos raios...
- F** Em caso de incêndio, devemos telefonar para o 112 ou 117 para chamar os...



7. Indica um cuidado que devemos ter para prevenir os incêndios:

- na floresta: _____

- em casa: _____

- na escola: _____

8. Assinala com X, as opções corretas.

Em caso de sismo devo...

<input type="checkbox"/>	fugir rapidamente utilizando o elevador.
<input type="checkbox"/>	manter a calma.
<input type="checkbox"/>	abrigar-me num vão de porta ou debaixo de uma mesa.
<input type="checkbox"/>	ficar no meio da sala.
<input type="checkbox"/>	manter-me afastado de janelas e espelhos.