



Natural Science 6. Unit 4.

LIFE AND HEALTH.



Name:

Level:

1. LAS ETAPAS DE LA VIDA.

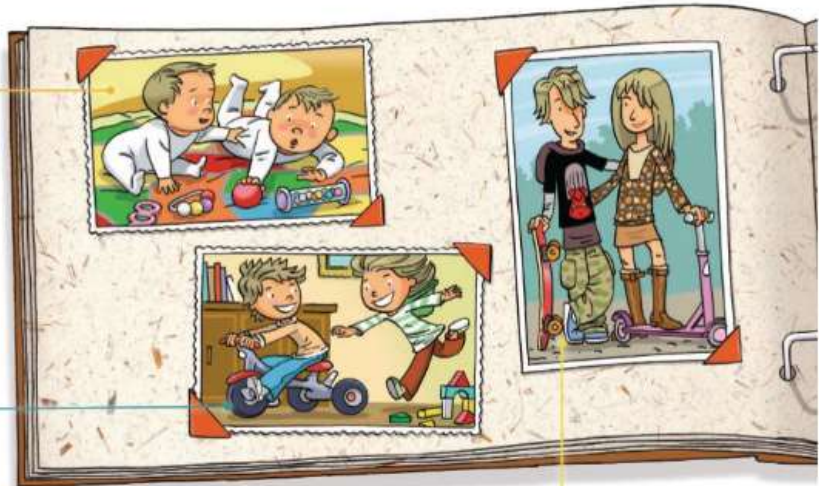


Hay cinco etapas principales de crecimiento y desarrollo en los seres humanos.

Infancia.

Los bebés dependen totalmente de sus padres.
Sus sentidos se desarrollan y aprenden a reconocer su entorno.
Aprenden a caminar.

Infancia (0- 3 años)



Niñez (4-12 años)

Niñez.

Los niños desarrollan cierta independencia.
Pueden comer y vestirse sin ayuda.
Aprenden a leer y escribir.
Su sistema reproductor comienza a cambiar.

Adolescencia (13-19 años)

Adolescencia.

Los adolescentes son casi totalmente independientes.
En los primeros años (pubertad) aparecen las características del género entre hombres y mujeres.
Su sistema reproductivo alcanza la madurez y son capaces de reproducirse.



Edad adulta.
(20-64 años)

Los seres humanos alcanzan un desarrollo mental, físico y emocional completo. Adquieren habilidades, reconocen y asumen nuevas responsabilidades. Los adultos están listos para tener hijos.

Vejez
(65 años- ...)

El cuerpo trabaja más lentamente. Algunas personas pueden necesitar ayuda, pero otras están activas y felices. El sistema reproductivo deja de funcionar.



1º Escribe una característica para cada una de estas etapas de la vida:

Etapa	Edad	Caraterística.
Infancia		
Niñez		
Adolescencia		
Edad adulta		
Vejez		

1. THE STAGES OF LIFE.

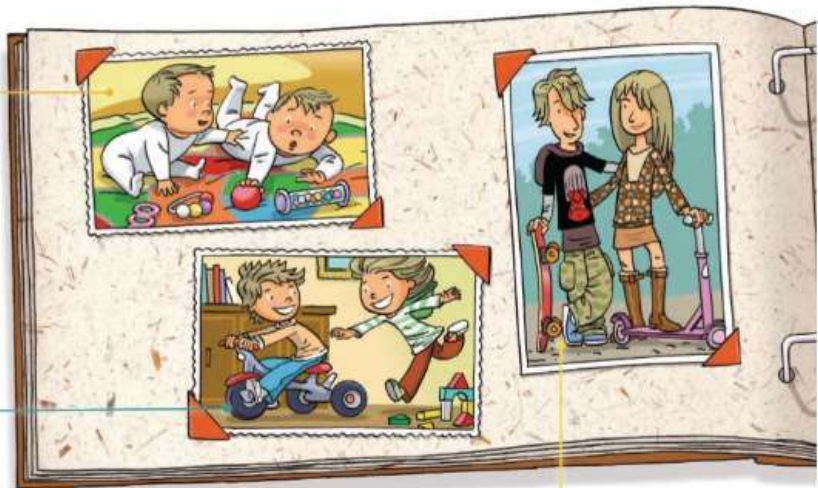


There are five main stages of growth and development in humans.

Infancy.

Infants are totally dependent on their parents.
Their senses develop and they learn to recognize their surroundings.
They learn to walk.

Infancy
(birth - 3 years)



Childhood
(4 - 12 years)

Childhood.

Children develop some independence.
They can eat and dress without help.
They learn how to read and write.
Their reproductive system starts to change.

Adolescence
(13 - 19 years)

Adolescence.

Teenagers are almost totally independent.
In the first years (puberty) the characteristics of the gender between men and women appear.
Their reproductive system reaches maturity and they are able to reproduce.



Adulthood
(20 - 64 years)

Humans reach full mental physical and emotional development.

They gain skills and owledge and asume new responsibilities.

Adult are ready to have children.

Old age
(65 years - ...)

The body works more slowly.

Some people may need help but others are active and happy.

The reproductive system stops working.



2nd. Listen in which stage of life is each speaker. (track 14)

	Childhood	Adolescence	Adulthood
Speaker 1	◆◆◆	◆◆◆	◆◆◆
Speaker 2	◆◆◆	◆◆◆	◆◆◆
Speaker 3	◆◆◆	◆◆◆	◆◆◆
Speaker 4	◆◆◆	◆◆◆	◆◆◆

2. AVANCES CIENTIFICOS.

Higiene alimentaria

Técnicas de conservación.

- ✓ Salazón.
- ✓ Conservar en vinagre o en escabeche.
- ✓ Congelación.
- ✓ Envasado al vacío.
- ✓ Aditivos alimentarios.

Etiqueta de los alimentos.

- ✓ Ingredientes.
- ✓ Fecha de caducidad. Pasada esta fecha puede resultar peligroso para nuestra salud.
- ✓ Consumir antes de la fecha para no perder sus cualidades

Tratamiento del agua.

El agua ha sido tratada para que sea potable.

El proceso se llama purificación.



3º Escribe el nombre de las técnicas de conservación para mantener los alimentos.



Avances médicos.

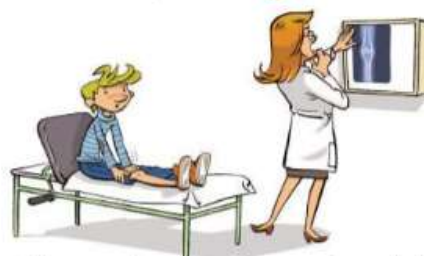
Los avances tecnológicos también han aumentado la esperanza de vida de las personas. También debemos prevenir muchas enfermedades, diagnosticar enfermedades antes y tratarlas de manera más eficaz.

Vacunas



Las vacunas han erradicado algunas enfermedades graves como la viruela. También previenen muchas enfermedades infecciosas como la gripe, la varicela y el sarampión.

Técnicas de diagnóstico.



Los médicos pueden diagnosticar enfermedades antes mediante pruebas médicas. Algunas técnicas como las radiografías y los escáneres de ultrasonido nos muestran imágenes del interior del cuerpo.

Medicinas



Los antibióticos como la penicilina y los antipiréticos como la aspirina, han ayudado a curar o aliviar los síntomas de muchas enfermedades.

Técnicas quirúrgicas.



Los anestésicos y las nuevas técnicas como los trasplantes e implantes de cirugía láser, han supuesto grandes avances en el tratamiento de algunas enfermedades.

4º Escribe un ejemplo de los siguientes avances médicos:

Vacunas

Técnicas de diagnóstico

Técnicas quirúrgicas.

2. SCIENTIFIC ADVANCES.



Food hygiene

Preservation techniques.

- ✓ Salting.
- ✓ Conserving in vinegar or pickling.
- ✓ Freezing.
- ✓ Vacuum packing.
- ✓ Food additives.

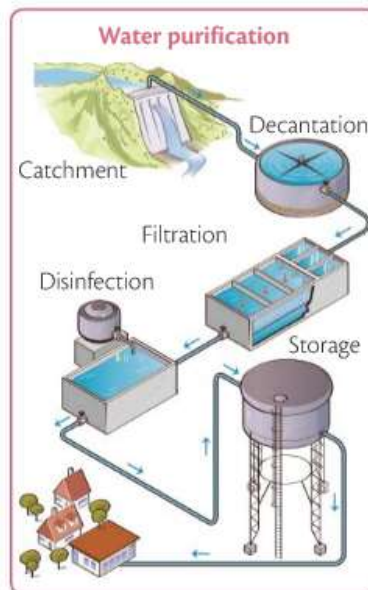
Food label.

- ✓ Ingredients.
- ✓ Expiry date. After this date it can be dangerous to our health.
- ✓ Best before date so as not to lose its qualities

Water treatment

The water have been treated to make it safe to drink.

The process is called purification.



5th. Write the process of the water purification.



Medical advances

Medical advances have also increase people life expectancy.

We are also to prevent many illnesses diagnose illnesses earlier and treat them more effectively.

Vaccinations



Vaccines have **eradicated** some serious diseases like smallpox. They also prevent many infectious diseases like influenza, chicken pox and measles.

Diagnostic techniques



Doctors can **diagnose** diseases earlier by doing medical tests. Some techniques, like X-rays and ultrasound scanners, show us images from inside the body.

Medicines



Antibiotics like penicillin and antipyretics like aspirin, have helped to cure or relieve the symptoms of many diseases.

Surgical techniques



Anaesthetics and new techniques like laser surgery, transplants and implants, have resulted in great advances in the treatment of some diseases.

6th. Listen to a doctor and a patient and decide which medical advance they are discussing. (track 20).

7th. Listen about the first vaccine ad complete the sentences.

- The first vaccine was invented in ♦♦♦.
- The first vaccine was invented by ♦♦♦ Jenner, an ♦♦♦ doctor.
- The origin of the word 'vaccine' comes from the Latin word for ♦♦♦.
- Dr. Jenner was studying a serious infectious ♦♦♦ in humans, called smallpox.
- He observed that people with a less serious disease, called cowpox, did not get ♦♦♦ with smallpox.

3. SALUD Y ADOLESCENCIA



Hábitos saludables.

Una dieta equilibrada

Incluya mucha agua y verduras, frutas y alimentos ricos en fibra. No incluya demasiadas grasas o demasiada sal y azúcar.



Actividad física.

Hacer deporte fortalece tus huesos y ayuda a que todos tus órganos funcionen correctamente.



Higiene limpia.

Ten buenos hábitos de higiene. Mantenga su ropa y su casa limpias.

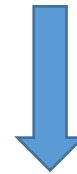
Relaciones sociales.

Ten y haz que tus amigos acepten quién eres. Pase tiempo con amigos y familiares.

Comportamientos saludables

Chequeos y vacunaciones.

Controle su salud con regularidad. Darle las vacunas.



Prevención de accidentes.

Calienta tus músculos antes de hacer deporte. Respete las normas de seguridad vial cuando salga. Tenga cuidado con el uso de herramientas y dispositivos eléctricos.



Evite los riesgos.

No ingiera sustancias tóxicas, alcohol, tabaco y drogas.





Hábitos saludables.

Drogas

Las drogas como la cocaína, la heroína y las anfetaminas son sustancias químicas que ingresan a la sangre, se transportan por el cuerpo y atacan el cerebro. A veces, la persona no puede estudiar ni trabajar.



Alcohol



El alcohol es la droga que más se consume en el mundo y también causa adicción. Los efectos del alcohol son mayores en las personas más jóvenes. A medida que se mueve por su cuerpo, el alcohol daña el estómago, el cerebro y, en particular, el hígado.

Tabaco

El tabaco contiene nicotina, una sustancia que provoca adicción. Cuando fuma, la nicotina ingresa a la sangre, aumenta su frecuencia cardíaca y reduce su suministro de oxígeno.

El tabaco también contiene alquitrán, arsénico y amoníaco que causan enfermedades como cáncer de pulmón y problemas cardíacos.

El humo del cigarrillo daña tanto a los fumadores como a los fumadores pasivos.



Nuevas tecnologías

Dedicar demasiado tiempo a dispositivos tecnológicos puede aislarlo de su familia y amigos, además de impedirle realizar suficiente actividad física, etc.



Relaciones saludables.

Toda la sociedad tiene diferentes expectativas culturales según el sexo o el género de un individuo.

La sociedad trata a los niños y niñas de manera diferente y espera que se ajusten a los roles de género masculino o femenino. Estos se denominan estereotipos de género.

Los estereotipos de género promueven la desigualdad y la discriminación y nos influyen de muchas formas (ropa, juegos, ideas sobre la belleza o la salud).

Todos somos responsables de decir no a los comportamientos intolerantes.

El género o las preferencias sexuales de una persona no tienen importancia.

Amor y respeto.

Es muy importante tratar a todos con respeto y ganarse el respeto de los demás. No dejes que tus amigos o pareja te obliguen a hacer algo que no quieras hacer. No olvides que ambos miembros de una pareja son iguales y tienen los mismos derechos.

No dejes que tu pareja controle la ropa, el interés o la forma de vida. El respeto es un signo de amor.

Violencia online.

Hay algunas formas de violencia que la gente puede usar para lastimarnos.

Sexuales: enviando fotografías o textos sexuales por teléfono móvil o haciéndolos públicos.

Grooming: Preparando una conexión emocional con un joven por parte de un depredador sexual.

Cyberbullying: Usando tecnología para amenazar o intimidar a otra persona.



8º. *¿Qué significa que una persona se ha vuelto adicta a una sustancia?*

9º. *Escribe tres razones que darías a un fumador para que abandonase ese hábito.*

10º. *¿Qué problemas puede generar la adicción a las tecnologías?*

11º. *Si una persona fuma y bebe alcohol, ¿crees que el riesgo de que sufra alguna enfermedad aumenta o disminuye? Piensa y explica por qué.*

12º *Define los siguientes conceptos.*

Cyberbullying

Grooming

3. ADOLESCENT HEALTH



Healthy habits

A balanced diet.
Include lots of water and vegetables, fruit and high fibre foods.
Do not include too many fats or too much salt and sugar.



Physical activity.
Doing sport makes your bones strong and help all your organs to work correctly.



Hygiene cleanliness.
Have good hygiene habits.
Keep your clothes and house clean.

Healthy behaviours

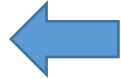
Check-ups and vaccinations.
Check your health regularly.
Give you vaccinations.



Preventing accidents.
Warmd up your muscles before doing sports.
Respect road safety rules when you go out.
Be careful using tolos and electrical devices.



Avoid risks.
Do not ingest toxic substances, alcohol, tobacco and drugs.



Social relationships.
Have and keep friends accepting who you are.
Spend time with friends and family





Harmful habits.

Drugs

Drugs such as cocaine, heroin and amphetamines are chemical substances that get into your blood and are transported around your body and **attack** your **brain**. Sometimes the person is unable to study or work.



Alcohol



Alcohol is the most abused drug in the world, and also causes addiction. The effects of alcohol are greater in younger people. As it moves around your body, alcohol damages your **stomach**, **brain** and particularly, your **liver**.

Tobacco

Tobacco contains **nicotine**, a substance that causes addiction. When you smoke, nicotine enters the blood and increases your heart rate and reduces your oxygen supply.

Tobacco also contains tar, arsenic and ammonia that causes diseases such as **lung cancer** and **heart problems**.



Cigarette smoke harms both smokers and passive smokers.



New technologies

Spending too much time on technological devices can **isolate** you from your family and friends, as well as stopping you from doing enough physical activity, etc.



Healthy relationships.

The whole society has different cultural expectations depending on the sex or gender of an individual.

The society treats boys and girls in a different way and expects them to conform to male or female gender roles. These are called gender stereotypes.

Gender stereotypes promote inequality and discrimination and influence us in many ways (clothes, games, ideas about beauty or health).

We are all responsible for saying no to intolerant behaviour.

A person's gender or sexual preferences are of no importance.

Love and respect.

It is very important to treat everybody with respect and earn the respect of others.

Don't let your friends or partner make you do anything you don't want to do.

Don't forget that both members of a couple are equal with the same rights.

Don't let your partner control the clothes, interest or way of life. Respect is a sign of love.

Online violence.

There are some forms of violence that people may use to hurt us.

Sexting sending sexual photographs or texts by mobile phone or making them public.

Grooming the building of an emotional connection with a young person by a sexual predator.

Cyberbullying using technology to threaten, embarrass or intimidate another person.



13th. Match the sentences on the left to the words on the right.

It hurts the stomach, the brain and specially the liver.	•	•	Alcohol
It can cause lung cancer and heart problems.	•	•	Tobacco
It can isolate you from family and friends.	•	•	Cocaine and heroine
It attacks the brain. Sometimes the person is unable to work or study.	•	•	Addiction to new technologies

14th. Choose the correct option.

- The nicotine in causes addiction.
- Alcohol damages mostly .
- Tobacco is the main cause of cancer.
- Addiction to new technologies family and friends.

15th. Listen to Lisa talking about her life as an addict. Answer. (track 21)

- a) What was Lisa addicted to?
- b) What effects did her addiction have?
- c) How did Lisa stop being addicted?

a)

b)

c)