

B1.18.1 Cómo reacciona tu cuerpo al hacer ejercicio

Wie reagiert dein Körper beim Sport



1. ¿Por qué el corazón late más rápido cuando haces ejercicio?
(Warum schlägt das Herz beim Sport schneller?)
2. ¿Qué pasa con las fibras musculares durante y después del ejercicio?
(Was passiert mit den Muskelfasern während und nach dem Sport?)
3. ¿Qué beneficios tiene el ejercicio para el ánimo y para prevenir enfermedades?
(Welche Vorteile hat Sport für die Stimmung und zur Vorbeugung von Krankheiten?)

2. Du wohnst in Toledo und möchtest Gesundheitsprobleme vorbeugen; du suchst einen Dienst des Gesundheitszentrums, um dich zu versorgen und zu wissen, wann du ihn nutzen solltest.

Aufgabe: Selecciona un servicio y explica cómo lo usarías para cuidar tu salud.

URL: Servicio de atención primaria en Castilla La Mancha

Use Atención Primaria / Vacunaciones / Prevención de enfermedades cardiovasculares / Hipertensión / Fisioterapia / Educación para la salud