

B1.18.1 Cómo reacciona tu cuerpo al hacer ejercicio

Comment réagit votre corps lorsque vous faites de l'exercice



1. ¿Por qué el corazón late más rápido cuando haces ejercicio?
(Pourquoi le cœur bat-il plus vite quand tu fais de l'exercice ?)
2. ¿Qué pasa con las fibras musculares durante y después del ejercicio?
(Que se passe-t-il avec les fibres musculaires pendant et après l'exercice ?)
3. ¿Qué beneficios tiene el ejercicio para el ánimo y para prevenir enfermedades?
(Quels bénéfices l'exercice apporte-t-il pour l'humeur et pour prévenir des maladies ?)

2. Tu habites à Tolède et tu veux prévenir des problèmes de santé ; tu cherches un service du centre de santé pour te soigner et savoir quand l'utiliser.

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

URL: Servicio de atención primaria en Castilla La Mancha

Use in your answer: Atención Primaria / Vacunaciones / Prevención de enfermedades cardiovasculares / Hipertensión / Fisioterapia / Educación para la salud