

Nombre: _____

Fecha: _____

ALERGIA



Las alergias no son una enfermedad sino una respuesta de nuestro cuerpo defendiéndose de algo que no conoce y que ve peligroso por lo que intenta quitarlo. El problema es que cuando se defiende de estas de una forma exagerada, y también se daña a sí mismo causando síntomas que van desde el asma, lagrimeo de ojos, nariz congestionada, picores, inflamaciones, diarreas y otras más. Las personas sin alergia también reconocen estas sustancias como extrañas, pero su organismo las neutraliza de una forma más eficaz sin dañarse a sí mismo.

Las alergias son muy comunes y se suelen dar entre 3 o 4 personas de cada 10 que sufren algún tipo alergia. Las más comunes son al polen, al polvo, a algunos alimentos, a picaduras de insectos, al pelo o caspa de animales, al moho, a medicamentos o al látex (material con el que se fabrican guantes, globos...).

Dentro de los alimentos las alergias más comunes son a los huevos, la leche, el maní, los frutos secos, los mariscos, la soja, el trigo y el pescado.

La alergia se puede tratar de varias formas, una es mejorando los síntomas, otras es que antes de que llegue la crisis alérgicas se vacunen o evitando ponerse en contacto con las sustancias que la producen como por ejemplo usando mascarillas para el polen. Las alergias lo mismo que aparecen también pueden desaparecer o disminuir a lo largo de la vida.

Contesta a las preguntas:

- 1.- ¿Qué no son las alergias? _____
- 2.- ¿De qué se defiende nuestro cuerpo? _____
- 3.- ¿Escribe un síntoma de la alergia? _____
- 4.- ¿De cada 10 personas cuántas pueden tener alergia? _____
- 5.- ¿Qué puede producir alergia de los animales? _____
- 6.- ¿Escribe un alimento del texto que pueda dar alergia? _____
- 7.- ¿Qué materiales pueden fabricarse con látex? _____
- 8.- ¿Qué se puede poner antes de que llegue la alergia? _____
- 9.- Un ejemplo ¿Cómo podemos evitar contactar con sustancias alérgicas? _____
- 10.- Las alergias pueden aparecer y también pueden: _____

INSTRUCCIONES:

Para el cálculo de la velocidad lectora, cronometrar un minuto de lectura y señalar la última palabra leída. Buscar en la tabla el nivel de lectura alcanzado.

LECTURA	1° Primaria	2° Primaria	3° Primaria	4° Primaria	5° Primaria
MUY RAPIDA (9- 10)	> 56	> 84	> 112	> 140	> 168
RAPIDA (8)	47-55	74-83	100-111	125-139	150-167
MEDIANA (7)	38-46	64-73	88-99	111-124	136-149
LENTA MEDIANA (6)	29-37	54-63	76-87	97-110	120-135
LENTA (5)	22-28	43-53	64-75	85-96	104-119
MUY LENTA (APOYO)	< 21	< 42	< 63	< 84	< 103

Las alergias no son una enfermedad sino una respuesta de nuestro cuerpo defendiéndose **13** de algo que no conoce y que ve peligroso por lo que intenta quitarlo. El problema es que cuando **32** se defiende de estas de una forma exagerada, y también se daña a sí mismo causando síntomas que **50** van desde el asma, lagrimeo de ojos, nariz congestionada, picores, inflamaciones, diarreas y otras **64** más. Las personas sin alergia también reconocen estas sustancias como extrañas, pero su **77** organismo las neutraliza de una forma más eficaz sin dañarse a sí mismo. **89**

Las alergias son muy comunes y se suelen dar entre 3 o 4 personas de cada 10 que sufren **108** algún tipo alergia. Las más comunes son al polen, al polvo, a algunos alimentos, a picaduras de **125** insectos, al pelo o caspa de animales, al moho, a medicamentos o al látex (material con el que se **144** fabrican guantes, globos...). **147**

Dentro de los alimentos las alergias más comunes son a los huevos, la leche, el maní, los **164** frutos secos, los mariscos, la soja, el trigo y el pescado. **175**

La alergia se puede tratar de varias formas, una es mejorando los síntomas, otras es que **191** antes de que llegue la crisis alérgicas se vacunen o evitando ponerse en contacto con las sustancias **208** que la producen como por ejemplo usando mascarillas para el polen. Las alergias lo mismo que **225** aparecen también pueden desaparecer o disminuir a lo largo de la vida. **237**

RESPUESTA:

- 1.- ¿Qué no son las alergias? **Una enfermedad**
- 2.- ¿De qué se defiende nuestro cuerpo? **De algo que no conoce y que ve peligroso.**
- 3.- ¿Escribe un síntoma de la alergia? **Cualquiera de las que aparecen en el texto.**
- 4.- ¿De cada 10 personas cuántas pueden tener alergia? **3 o 4**
- 5.- ¿Qué puede producir alergia de los animales? **Al pelo o la caspa**
- 6.- ¿Escribe un alimento del texto que pueda dar alergia? **Cualquiera de las del texto.**
- 7.- ¿Qué materiales pueden fabricarse con látex? **Guantes o globos**
- 8.- ¿Qué se puede poner antes de que llegue la alergia? **Vacunas**
- 9.- Un ejemplo ¿Cómo podemos evitar contactar con sustancias alérgicas? **Usando mascarillas**
- 10.- Las alergias pueden aparecer y también pueden: **Desaparecer o disminuir**