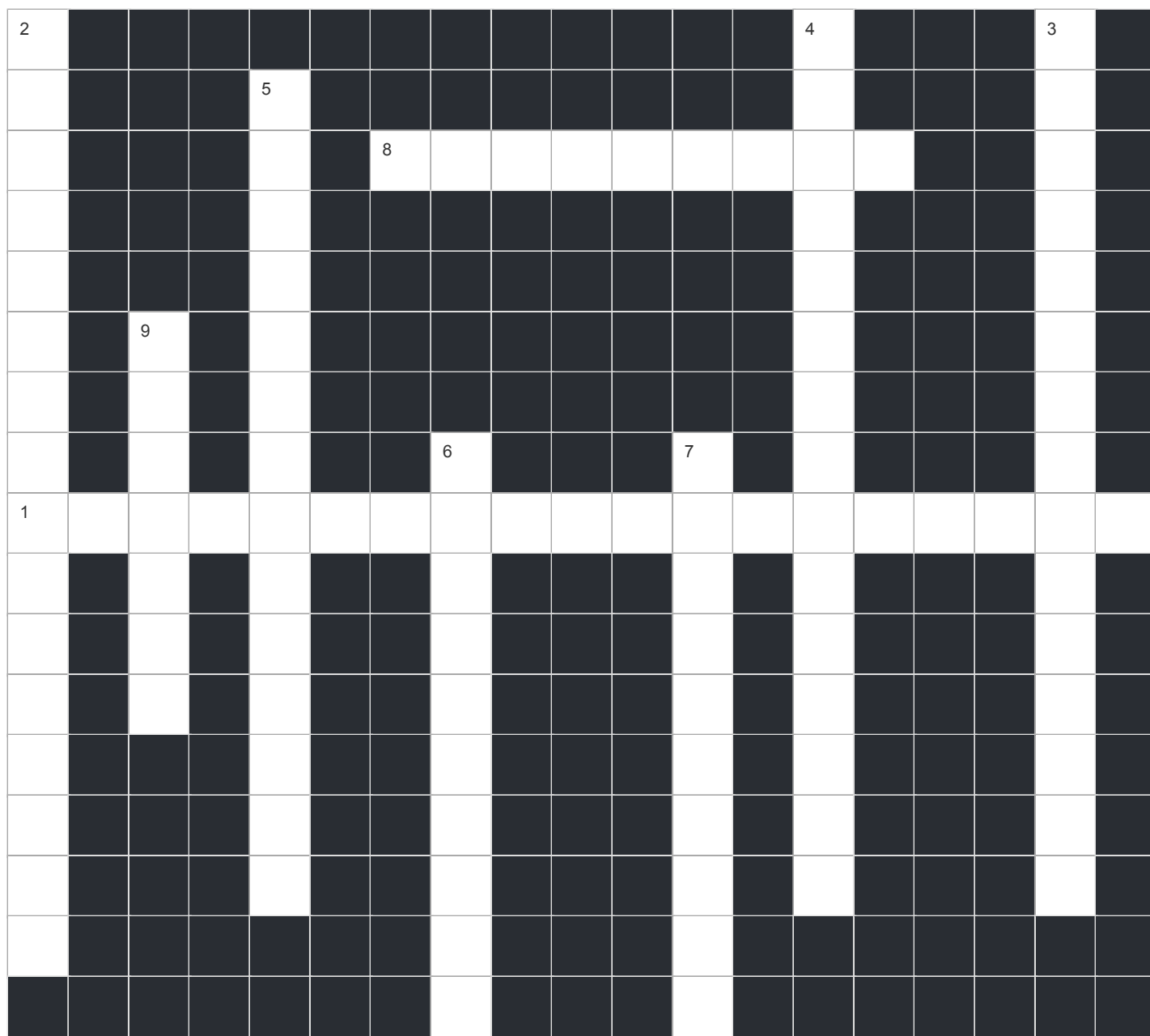




HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

Autor: **Claudia Castrillon**



HORIZONTALES

1. Una de las cosas que no debo consumir
8. Nos ayuda a transportar nutrientes y eliminar desechos

VERTICALES

2. Equilibra las funciones vitales de los órganos y favorece la producción de antioxidantes
3. Cuando conviertes tus problemas en oportunidades es porque tienes...
4. Nos aportan nutrientes y nos ayudan a saciar el apetito y regular el tránsito intestinal
5. Reduce el estrés y mejora la flexibilidad y el tono muscular
6. Mejora la densidad ósea, el estado de ánimo y el sueño
7. Mejora la memoria, la atención y el rendimiento académico
9. Mejora la salud mental, emocional y reduce la ansiedad y la depresión



Educaplay es una aportación de ADR Formación a la comunidad educativa

Síguenos en



Recursos educativos

Centro de ayuda

Licencia y condiciones de uso

Política de privacidad

Política de cookies

© 2022 Educaplay