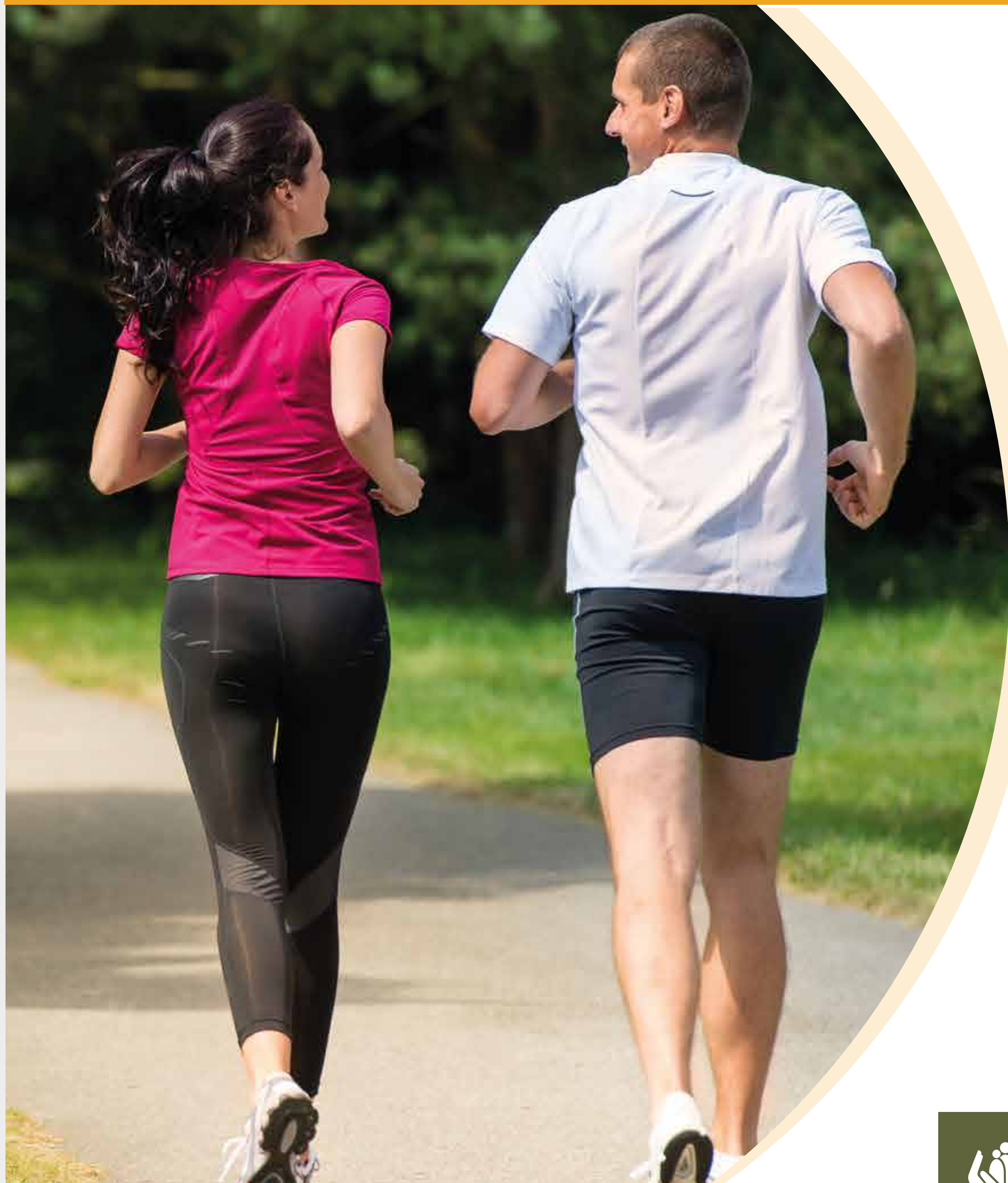




Tips para un corazón saludable



Si deseas un corazón fuerte y saludable, no dejes de practicar estos consejos diariamente:

- Practica una hora de ejercicio
- Consume dos litros de agua
- Consume tres tazas café o té
- Come cuatro frutas al día
- Come cinco veces al día
- Ten seis pensamientos positivos a diario
- Ten siete minutos de risa
- Duerme durante ocho horas

¡Tu salud es importante para nosotros!

