

EJERCICIOS DE "HÁBITOS ALIMENTARIOS SALUDABLES"

1. ¿Por qué es importante mantenernos hidratados?
2. ¿Por qué es importante masticar bien los alimentos y comer sentado?
3. ¿Qué significa el dicho popular "Desayuna como un rey, come como un príncipe y cena como un pobre"?