

Alimentación saludable. Come dos piezas de fruta al día

¿Por qué es importante?

La fruta es un potente hidratante que mejora el estado de salud en general, reduce los niveles de estrés y mejora la capacidad de concentración.

Proporciona vitaminas hidrosolubles, previene la aparición de enfermedades cardiovasculares y del sistema digestivo.

Contiene antioxidantes que protegen de los radicales libres y ayuda a combatir la obesidad.

FINANCIADO POR:



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO, MIGRACIONES
Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

confemetal