



Apúntate a un estilo de vida máis saudable

Coñece a web estilosdevidasaludable.es

Aquí encontrarás recomendacións, ferramentas interactivas, vídeos e materiais moi útiles dos seis aspectos que máis inflúen na túa saúde

-  Actividade física
-  Alimentación
-  Benestar emocional
-  Consumo de risco de alcohol
-  Tabaquismo
-  Seguridade e lesións



Vivir máis anos con mellor saúde é posible.

