

“Sobrepeso, obesidad y diabetes”

Actividad 8.- Y la actividad física, ¿Cuándo?

En esta ocasión leeremos y contestaremos los ejercicios de la página 45 a la 66 de nuestra guía, encontrarán la información necesaria desde conceptos básicos hasta rutinas de ejercicio.

Adjunto un link que pueden consultar de manera adicional: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/actividad-fisica>

Excelente día.

