

salud

Escrito por none - 29/08/2014 12:19

momentos importantes para tomar agua:

2 vasos de agua al despertar

- Ayuda a activar los organos vitales.

1 vaso de agua 30 minutos antes de la comida

- Ayuda a la digestion

1 vaso de agua antes de banarse

- Reduce la presión sanguínea

1 vaso de agua antes de acostarse al dormin

Para evitar infartos y embolias.

=====

Re: salud

Escrito por sdrie69 - 29/08/2014 23:08

none escribió:

momentos importantes para tomar agua:

2 vasos de agua al despertar

- Ayuda a activar los organos vitales.

1 vaso de agua 30 minutos antes de la comida

- Ayuda a la digestion

1 vaso de agua antes de banarse

- Reduce la presión sanguínea

1 vaso de agua antes de acostarse al dormin

Para evitar infartos y embolias.

pues nada a beber!

=====

Re: salud

Escrito por Gil - 30/08/2014 08:17

sdrie69 escribió:

none escribió:

momentos importantes para tomar agua:

2 vasos de agua al despertar

- Ayuda a activar los organos vitales.

1 vaso de agua 30 minutos antes de la comida

- Ayuda a la digestion

1 vaso de agua antes de banarse

- Reduce la presión sanguínea

1 vaso de agua antes de acostarse al dormir

Para evitar infartos y embolias.

pues nada a beber!

¿y tiene que ser agua?

=====