

# Vida saludable

Un estilo de vida saludable nos permite tener buena salud. Una buena alimentación y la actividad física son ejemplos de hábitos de estilo de vida saludable.

Evitemos el sedentarismo que es la falta de actividad física.

## Actividad:

- ✚ Selecciona si es una actividad física o sedentarismo en cada imagen que se muestran a continuación.

