

Texto argumentativo

La comida saludable debemos tomar conciencia de la importancia que tiene alimentarse bien y además hacer ejercicios todos los días beneficia mucho a la salud solo con caminar 1 hora diaria o hacer unos 30 minutos ayuda mucho a nuestro cuerpo aumentando nuestra resistencia y mantenerse en forma.

Existen ciertos estudios que demuestran los precarios índices de obesidad en los diferentes países el prolongado consumo de alimentos dañinos para la salud puede producir la muerte.