

# CONSEJOS DE CORAZÓN



## **ELIGE UNA ALIMENTACIÓN MÁS SANA Y EQUILIBRADA.**

*Incrementa el consumo de frutas,  
verduras y legumbres en tu dieta.  
Reduce la sal y el azúcar.*



Más información

Los hábitos saludables previenen enfermedades cardiovasculares y mejoran tu salud.



Comunidad  
de Madrid