## Cuidados com o Corpo



A caminhada melhora o condicionamento físico e traz vantagens não só para o corpo, mas também para a mente. Ela ajuda a manter o peso, diminuir a sonolência e também no combate a osteoporose oferecendo uma vida saudável e a sensação de bem-estar.

http://www.santacasaop.com.br/noticia/276/cuidados-com-o-corpo em 18/07/2025 04:05