

El Agua

Y es así como se hace!

Lo que Daniel te está enseñando es cómo curar la DESHIDRATACIÓN.

Beber bastante!

Deshidratación es cuando tu cuerpo ha perdido más líquido de lo que ingeriste.

Agua, bien H₂O.

El agua es bueno, pero hay otras formas de ingerir líquido en tu cuerpo como, cereal líquido, puré de manzana, peras y plátanos. Gelatina con sabor, té, sopa y caldo.

Come, bebe y sé feliz!