

Maus hábitos alimentares

Na minha opinião temos de ter muito cuidado com a nossa alimentação.

Devemos fazer uma alimentação variada e equilibrada. Para isso devemos comer frutas, hortícolas e alimentos saudáveis.

Os maus hábitos alimentares levam à morte das pessoas ou provocam doenças. A obesidade e a anorexia são alguns exemplos.

Podemos concluir que uma alimentação saudável é a chave da vida.

Gonçalo Ferreira, 4 ano, Varziela