



Castilla-La Mancha

5

Claves para una

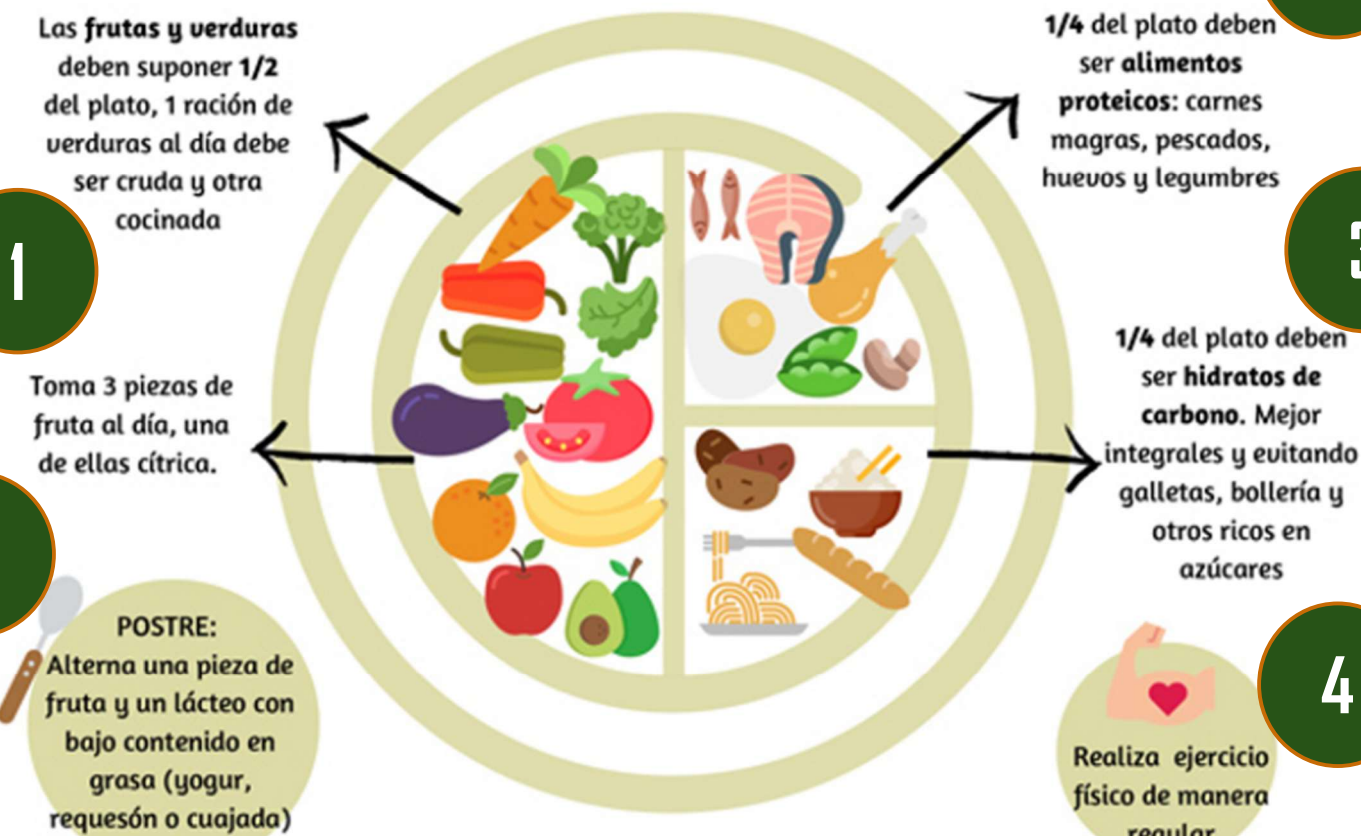


Gerencia de Atención Integrada de Puertollano

sescam
Servicio de Salud de Castilla-La Mancha



ALIMENTACIÓN SALUDABLE



Utiliza aceite de oliva para cocinar y aliñar tus platos.

El agua debe ser la bebida de elección. Evita refrescos, zumos y alcohol.