



VIVA BEM COM SEU CORÇÃO

WORNEY ALMEIDA DE SOUZA



CUIDADOS E PREVENÇÃO CONTRA MALES CARDÍACOS

Resumo de Viva Bem com Seu Coração. Cuidados Prevenção Contra Males Cardíacos

O estresse da vida moderna, os maus hábitos alimentares e o consumo abusivo de bebidas alcoólicas têm elevado dramaticamente os riscos de se adquirir doenças cardíacas. Além dos exames médicos periódicos e preventivos, são necessárias algumas medidas básicas visando um estilo de vida mais saudável.

“Viva bem com seu coração” esclarece quais são as doenças cardíacas, como elas ocorrem e como proceder para evitá-las.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)