

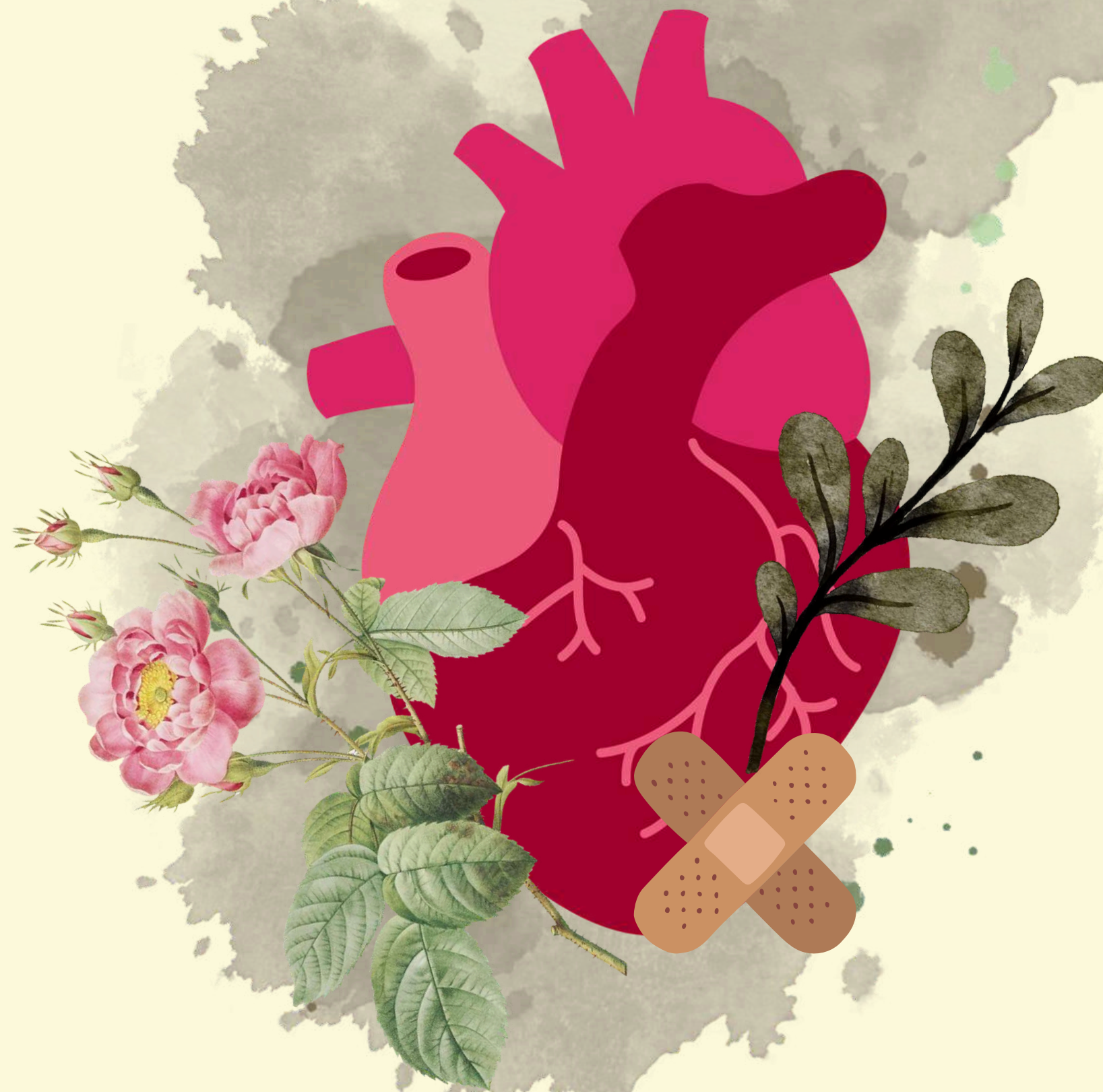


IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

Septiembre 29

DÍA MUNDIAL DEL CORAZÓN

Conoce mejor el órgano
que trabaja
sin descanso por ti.





IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

DATOS CURIOSOS SOBRE EL CORAZÓN

¿Sabías que...?





IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN



¿Sabías que...?

El corazón nunca descansa

**Tu corazón late unas
100.000 veces al día.
¡Eso son más de 35
millones de latidos al año!**





IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

¿Sabías que...?

¡Es un órgano muy trabajador!

Cada día, tu corazón bombea 7.500 litros de sangre.

Suficiente para llenar una pequeña piscina.





IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

¿Sabías que...?

¡Sabe lo que haces antes
que tú!

Tu corazón puede "responder
emocionalmente" antes que el cerebro.
Late más rápido cuando algo te asusta o
emociona... ¡en milisegundos!





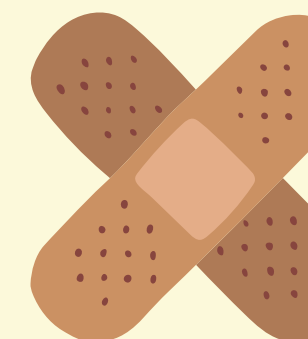
IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

¿Sabías que...?

Un corazón roto... sí puede doler



**Existe el Síndrome del corazón roto:
una afección real causada por estrés emocional
intenso que imita un ataque al corazón.
Afortunadamente, suele ser temporal.**





IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

¿Sabías que...?

El ejercicio hacen bien

- **Hacer ejercicio con regularidad fortalece tu corazón.**
- **¡Y también enamorarte! Estudios muestran que el amor libera hormonas que lo protegen.**





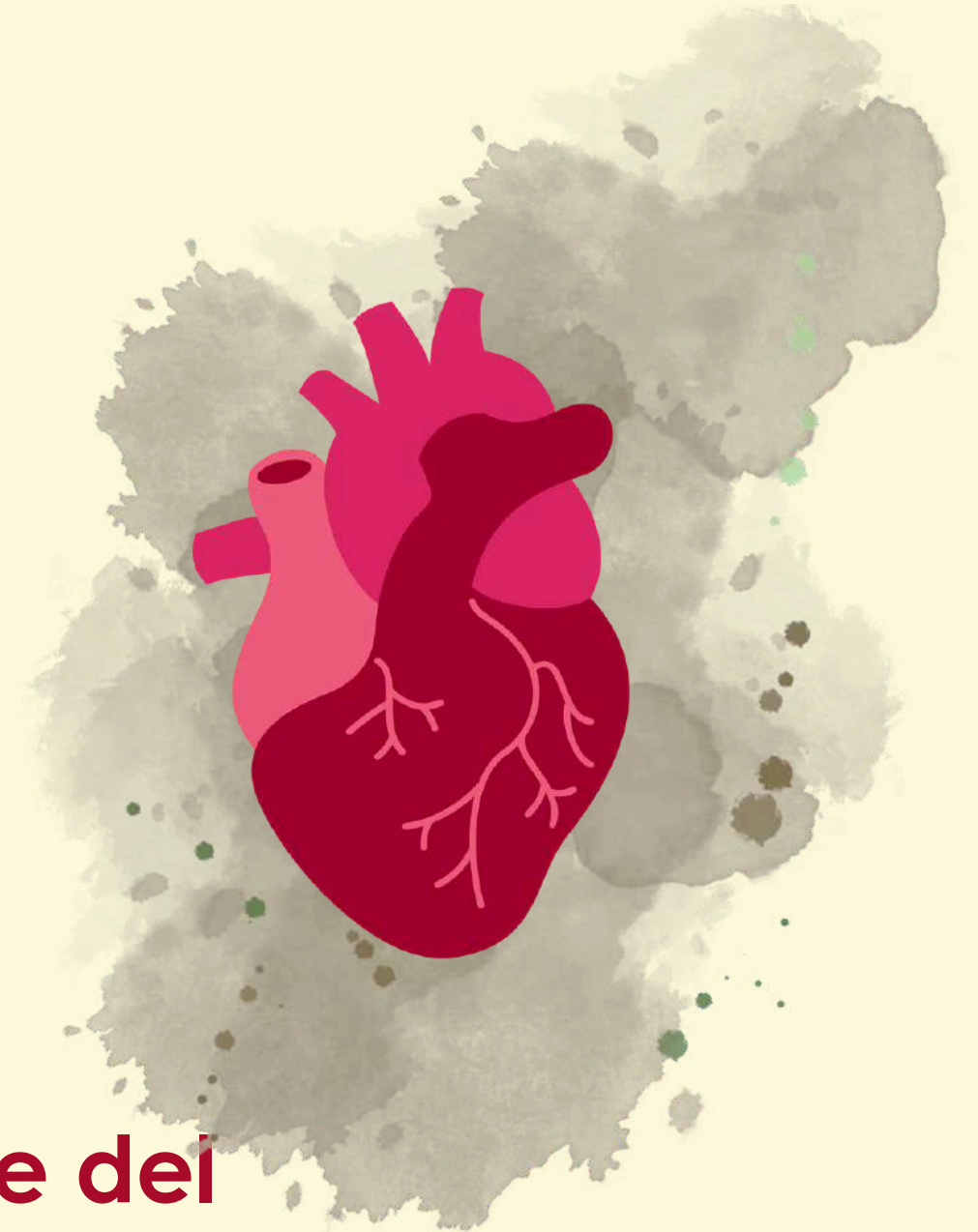
IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

¿Sabías que...?

Tamaño y fuerza

El corazón humano es aproximadamente del tamaño de tu puño.

Pero es uno de los músculos más fuertes del cuerpo.





IE. SUÁREZ DE LA PRESENTACIÓN

**Cuida tu corazón.
Es el motor de tu vida.**

Aliméntate bien, haz ejercicio, y ¡no
olvides descansar!

