Express Your Health!™

Palabras cruzadas

Mantenerte activo a través de la actividad física regular es una de las cosas más importantes que puedes hacer para mejorar tu salud. Descifra las palabras que aparecen abajo y que describen actividades físicas divertidas que te ayudarán a tener un estilo de vida saludable. Los niños y los adolescentes deberían realizar por lo menos 60 minutos de actividad física la mayoría de los días de la semana, preferiblemente todos los días.

BRLAAI _ _ _ _ _ _

ATELCICIB _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

MICANAR _ _ _ _ _ _ _

LSLOBTAF _ _ _ _ _ _ _ _ _

NDARA _ _ _ _ _

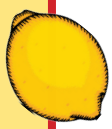
(Respuestas: BAILAR, BICICLETA, CAMINAR, SOFTBALL, NADAR)

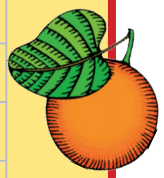
Express Your Health!™

Busca las palabras

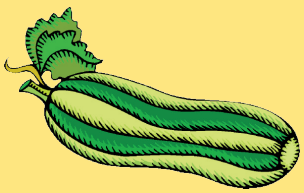
Comer en forma saludable te ayuda a tener energía, músculos poderosos y huesos fuertes. Encuentra y encierra en un círculo las palabras relacionadas con una alimentación saludable.

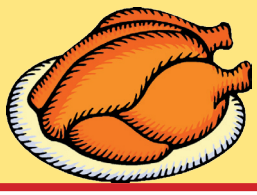
MANZANA	POLLO	CEREALES	PIZZA	PASAS
BANANA	LÁCTEOS	NUTRICIÓN	PRETZEL	ENSALADA
BRÓCOLI	PESCADO	NARANJA	PROTEÍNAS	VEGETALES
ZANAHORIA	FRUTAS	MANÍ	PIRÁMIDE	YOGUR

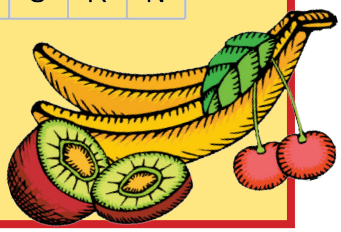




Z	O	N	U	T	R	I	C	I	N	T	P	R	O	T	E	Í	N	A	S
A	P	O	L	L	O	I	E	N	A	R	P	N	E	R	M	F	O	E	E
L	N	A	I	O	P	O	R	A	M	Y	R	P	Z	A	C	R	A	L	A
I	U	L	Á	P	I	R	Á	M	I	I	E	P	A	A	Z	U	U	Á	A
N	U	T	R	I	C	I	Ó	N	A	C	T	A	I	B	E	R	A	C	Ó
Ó	G	A	C	E	R	E	A	L	E	S	Z	S	N	G	A	A	Z	T	E
B	U	D	B	A	N	A	N	A	P	E	E	A	Y	O	G	U	R	E	C
R	N	A	R	A	N	J	A	D	E	I	L	S	A	U	E	O	M	O	A
Ó	P	N	E	O	R	M	Á	A	S	E	L	E	A	B	C	C	S	S	O
C	N	Y	O	A	E	A	S	R	C	P	M	Z	A	N	A	H	O	C	A
O	P	Á	R	R	A	N	A	N	A	M	A	G	L	N	P	Á	R	N	B
L	A	P	I	A	L	Í	E	Z	D	B	N	E	A	P	S	V	O	P	T
I	I	I	P	O	R	A	A	A	O	A	Z	L	N	R	E	E	O	E	I
U	P	I	Z	Z	A	T	N	N	R	N	A	L	R	E	N	G	P	S	N
P	R	O	T	E	Í	E	U	A	A	A	N	Z	O	T	S	E	E	C	O
N	S	A	A	A	D	C	R	H	E	T	A	P	U	Z	A	T	N	A	O
A	A	P	R	Á	L	A	A	O	A	L	A	O	S	E	L	A	T	N	I
Í	A	F	R	U	T	A	S	R	O	A	Í	L	N	E	A	L	E	N	Ó
R	E	N	S	A	L	P	P	I	R	Á	M	I	D	E	D	E	R	E	E
I	N	A	N	R	I	T	M	A	A	S	O	B	S	N	A	S	S	R	N







CDC Oficina de Salud de la Mujer • 1600 Clifton Rd., NE, MS E89 • Atlanta, GA 30333 • 404.498.2300 (teléfono) • 404.498.2370 (fax) • owh@cdc.gov