



Ca Ocachi Cualli

CENTRO DE SANACIÓN

Hábitos que dañan el cerebro y tu salud



4. Consumir altas cantidades de azúcar

El alto consumo de azúcar interrumpe la absorción de proteínas y nutrientes causando mala nutrición y puede interferir en el desarrollo del cerebro.

5. Contaminación del aire

El cerebro es el más grande consumidor de oxígeno del cuerpo. Inhalar aire contaminado disminuye su oxigenación generando una disminución de la eficiencia cerebral.



www.caocachicualli.com