



# 6

## BENEFICIOS DE **BEBER** **AGUA** AL DÍA

Protege y lubrica  
las articulaciones

Hidrata la piel  
y el cabello

Protege los Órga-  
nos vitales

Protege nuestro  
corazón

Remueve los desechos  
del intestino

Facilita el riego sanguíneo  
y la reproducción celular

