

Name: _____ Date: _____ Period: _____

Una vida Balanceada

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

la comida chatarra
seguir una dieta
alimentarse
saludables
disminuir
obesidad
maduras
azúcar

mantenerse en forma
aumentar de peso
bajar de peso
crujiente
el riesgo
gaseosa
lagrasya
evitar

levantar pesas
vida balanceada
congeladas
enlatados
picantes
vinagre
frutas
carne

vida sedentaria
el sobrepeso
hacer yoga
vegetales
cuidarse
jugosas
quemar
cruda