

Beneficios de las actividades recreativas en niños

Escrito por MarcoAurelio - 17/05/2021 16:17

¿Sabían que las actividades recreativas en niños, ayudan al buen funcionamiento y desarrollo de su corazón? ¡Sí, así es! El corazón es un músculo y, al igual que otros músculos, su rendimiento mejora cuando cada niño está expuesto a las actividades físicas recreacionales. El corazón responde al ejercicio haciéndose más fuerte y eficiente, por lo que fortalecer el músculo cardíaco puede ayudar a evitar las enfermedades del corazón en un futuro, incluso en la primera infancia. ¿Interesante, no es así? Los invito a visitar esta página para más información y, recuerden: ¡Un niño sano, es un niño feliz!

=====