



Sea feliz

Momento de salud mental

¿Te has reído bien últimamente?

Una buena carcajada incrementa el flujo sanguíneo, hace trabajar los músculos y disminuye las sustancias químicas del estrés en su cuerpo. Por lo tanto, buscar motivos para reír no solo hace más divertida la vida, ¡sino que también la hace más saludable!

Resources for Living®