

O O bet365

it have only ONE Card left. If the don'ts xelUNOs and wi are caught before The NeXT

ayer Beginstheir turns; This Musto redraw twocardm! Essence A e Player HaS no game is

ving

wheel takes the place of that inplayer's turn. (See THE) Tj T* BT

TS 1UNHO Spin...W heal service,mattel : Instruction_sheet

Semana passada, eu me perguntei se o 7UP uma bebida sadia. Na minha pesquisa, descobri o que constitui uma bebida Sadia.

O que uma bebida sadia? Uma bebida sadia fornece nutrientes essenciais ao corpo humano, contribuindo para a manuten

da saude geral. Elas geralmente s naturais e isentas de acar adicionado.

7UP uma bebida sadia?

Infelizmente, o 7UP n uma bebida sadia. Ele carbonatado, contendo xaropes, sabores artificiais e acar. O seu consumo tem efeitos adversos na saude humana, especialmente para mulheres grvidas e crianas, que rica

acar.

O que acontece quando voc bebe refrigerante todos os dias?

Tomar refrigerante todos os dias pode causar diversos problemas de saude, como obesidade, diabetes, hipertensao arterial, hipercolesterolemia e doen

as cardiovasculares. Alm disso, bebidas dieteticas e outras bebidas ado

adas artificialmente ainda representam um perigo para a saude.

O que devo fazer?

Em vez de beber refrigerantes, sugiro optar por gua, ch e leite. Essas op

es s mais saudveis, sem calorias vazias, e podem ajudar a hidratar o corpo. Essas bebidas s tamb

m mais ricas em nutrientes, sendo ben

ficas para a saude geral.

Alternativas mais sadias s bebidas tradicionais

Alternativa	Benef