

CUIDEMOS NUESTRA SALUD

El frío ha llegado y los virus y sus primos bailan de alegría y se apresuran a invadirnos "En mi casa no los voy a dejar entrar", me he prometido.

Entonces preparo mi ataque, digamos una simple defensa, a base de naranjazos. Las fotos muestran la munición empleada, en ayunas, que es cuando más y mejor efecto surte. El cuerpo necesita mucho combustible de vitamina C para reforzar las defensas y ahí están naranjas y limones

La salud hay que cuidarla día a día y no solo cuando empieza a fallar, esto último es lo que hacemos la mayoría, aunque de un tiempo a esta parte me lo tomo en serio. Espero que no sea demasiado tarde. Los especialistas de la salud dicen que la vejez se empieza a prevenir cuando se es joven, y en eso estoy de acuerdo, aunque cuando se es joven es imposible admitir que un día la juventud acabará.

En fin, con algo hay que sustentar el ánimo hablando de estas cosas, y si es para preservar la salud, mucho mejor. Así que ya que tenemos en España la mejor medicina natural en naranjas y limones, aprovechémosla.

Este alimento es de los pocos que gozan de un precio razonablemente asequible. Por el precio de una cerveza tenemos un kilo de naranjas. Después de este eslogan, si yo tuviera afán de llenarme los bolsillos añadiría: "Gobierno de España". Este es un truco muy socorrido para llenar las arcas del partido. Y, aparte de este inciso a contratiempo, no perdamos de vista las naranjas, que es lo mejor que tenemos en España. Y, ¡buen provecho!