

~						
	O Ingestão de Água	○ Ingestão de Água	O Ingestão de Água	○ Ingestão de Água	○ Ingestão de Água	O Ingestão de Água
	O Exercicio Físico	O Exercicio Físico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Físico	O Exercicio Físico
	O Consumir 3 frutas/dia	○ Consumir 3 frutas/dia	O Consumir 3 frutas/dia			
	O Consumir 3 legumes/dia					
	O Sono	O Sono	O Sono	O Sono	Sono	O Sono
	○ Ingestão de Agua	O Ingestão de Agua	O Ingestão de Agua	○ Iugestão de Agua	○ Ingestão de Agua	○ Ingestão de Agua
	O Exercicio Fisico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Físico	O Exercicio Fisico
	O Consumir 3 frutas/dia					
	O Consumir 3 legumes/dia					
	O Sono					
	○ Ingestão de Água	○ Ingestão de Água	○ Ingestão de Agua			
	O Exercicio Fisico	O Exercicio Físico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Físico	O Exercicio Físico	O Exercicio Físico
	O Consumir 3 frutas/dia					
	O Consumir 3 legumes/dia					
	O Sono					
	O Ingestão de Água	○ Ingestão de Água	○ Ingestão de Água	O Ingestão de Água	O Ingestão de Água	○ Ingestão de Água
	O Exercicio Fisico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Físico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Fisico	O Exercicio Fisico
	O Consumir 3 frutas/dia	O Consumir 3 frutas/dia	Consumir 3 frutas/dia	Consumir 3 frutas/dia	O Consumir 3 frutas/dia	O Consumir 3 frutas/dia
	O Consumir 3 legumes/dia	O Consumir 3 legumes/dia	Consumir 3 legumes/dia	O Consumir 3 legumes/dia	O Consumir 3 legumes/dia	O Consumir 3 legumes/dia
	O Sono	Sono				

74 9 9802-8454
@nutrivictoriabenevides
@nutrivicbenevides@gmail.com

Victoria Benevides