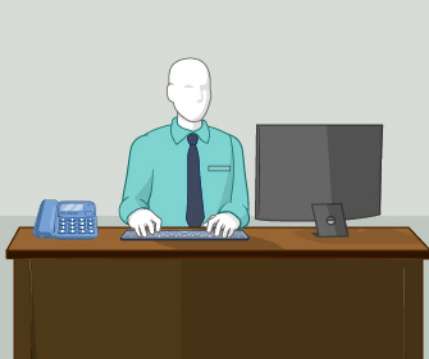


**DAÑOS A LA SALUD POR MALOS HÁBITOS**

Los **malos hábitos** en la alimentación y actividades que realizas pueden provocar enfermedades o condiciones que con el paso del tiempo generan **daños a la salud**.
Por ejemplo:

**OBESIDAD**

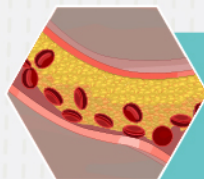
Se desarrolla por la ingesta excesiva de alimentos y la falta de ejercicio; entre otras causas. Provoca problemas respiratorios y baja calidad de vida, además es una de las principales causas de la diabetes.

**DIABETES**

Es provocada por el consumo excesivo de azúcares, falta de actividad física y obesidad; entre otras. Ésta causa la falla de diversos órganos del cuerpo y puede provocar la muerte.

**ANEMIA**

Entre sus causas están la falta de hierro o vitaminas en el cuerpo. Ésta provoca fatiga, dolor de cabeza y debilidad.

**COLESTEROL ALTO**

Es provocado por la ingesta excesiva de grasas saturadas, obesidad y falta de ejercicio; entre otras causas. Puede provocar ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares.

**CÁNCER DE ESTÓMAGO**

Es provocado por el exceso de grasa, obesidad y falta de actividad física; entre otras causas. Provoca tumores malignos que deben ser extirpados o tratados para evitar el malfuncionamiento del órgano invadido y su diseminación a otras partes del cuerpo.

**DEPRESIÓN**

Puede ser provocada por la falta de actividad física, un ambiente laboral negativo y estrés, entre otros factores. Provoca insomnio, cansancio, dolores de cabeza, pérdida del apetito, y otros síntomas.