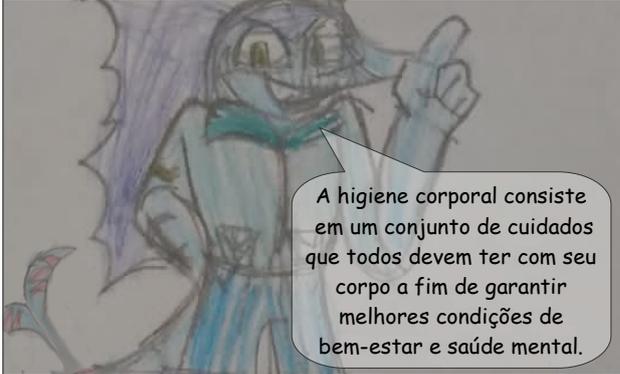


# Mike Marlim em...

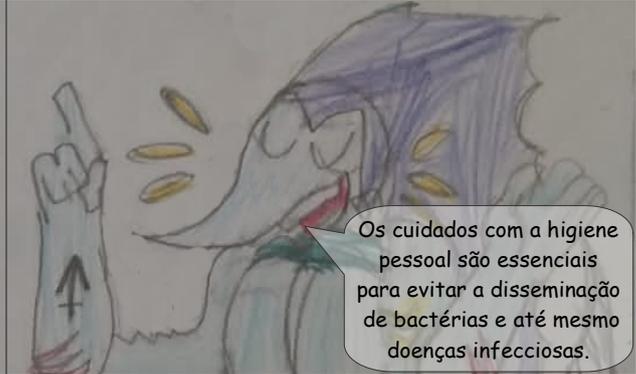
## A IMPORTÂNCIA DA HIGIENE CORPORAL, POR HEITOR



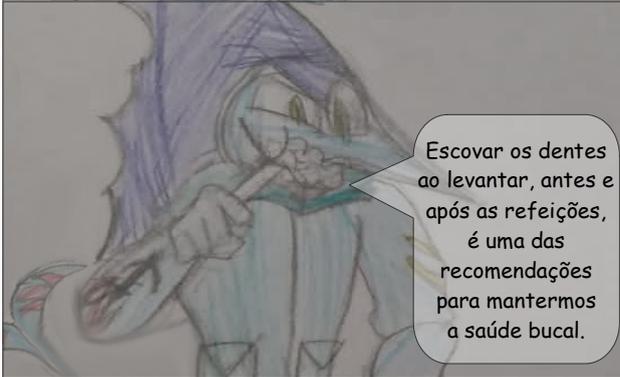
Eu solicitei permissão ao Sr. Diretor da UMÉsq para falar sobre a importância da higiene corporal.



A higiene corporal consiste em um conjunto de cuidados que todos devem ter com seu corpo a fim de garantir melhores condições de bem-estar e saúde mental.



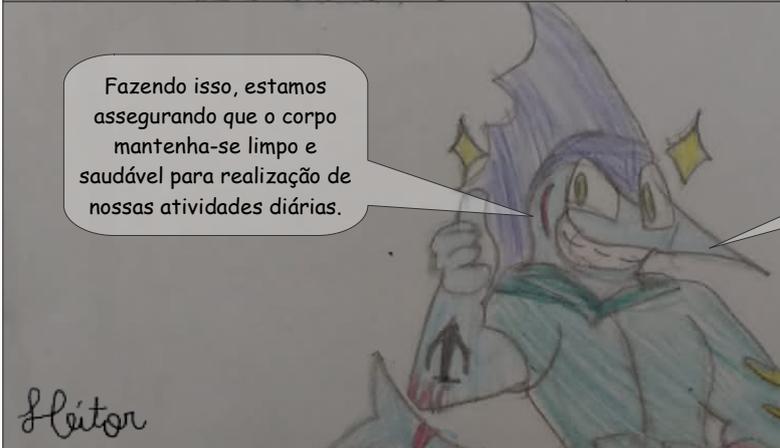
Os cuidados com a higiene pessoal são essenciais para evitar a disseminação de bactérias e até mesmo doenças infecciosas.



Escovar os dentes ao levantar, antes e após as refeições, é uma das recomendações para mantermos a saúde bucal.



Assim como tomar banho diariamente e lavar as mãos antes das refeições.



Fazendo isso, estamos assegurando que o corpo mantenha-se limpo e saudável para realização de nossas atividades diárias.

Interessante o cuidado que devemos ter com o nosso corpo não é mesmo!? Qualquer dúvida procure um profissional da saúde.

Heitor

Fim.