

Proyecto 49

Zoe Fotopulos
19 de noviembre

¿Tienes dolor de cabeza?
¡Aquí es lo que necesitas hacer!:



Primero, Rapidamente, beba un taza de agua. Agua es buena para la salud todos los días. Hidrátase frecuentemente porque es muy importante.



Segundo, tome pastillas pueden ayudar aliviar el dolor. Tómese las pastillas con la comida. Sígase las direcciones al reverso de botella.



Otra cosa que tú hacer es dormir ocho horas por la noche. A veces es todo que tú necesitas. Duérmase temprano. Ayuda a que te sientas bien durante el día.



¡Finalmente, Coma saludable!
Aliméntese con comidas saludables como las proteínas, las frutas y las verduras. Escoga comidas saludables en vez de comida rápida.