**Identificar los requerimientos de las leyes de salud para los negocios**

**Tema 1. ¿En qué consiste la identificación de los requerimientos de las leyes de salud para los negocios?**

**Actividad de reforzamiento**

**Descripción**

Enumera por lo menos cinco acciones que puedes implementar, sin costo, para mejorar tu salud. Escríbelas en la siguiente tabla, para que te queden como un recordatorio del cuidado que pondrás en llevar a cabo un plan para cuidar tu salud.

**Instrucciones**

1. Enumera cinco acciones que puedes implementar para mejorar tu salud.
2. Escribe tus respuestas en los espacios correspondientes.
3. Haz clic en Retroalimentación.

|  |
| --- |
| 1. |
| 2. |
| 3. |
| 4. |
| 5. |

**Retroalimentación**

**¡Excelente!**

Recuerda que la salud es un círculo virtuoso, entre las actividades que puedes implementar para mejorar tu salud se encuentran las siguientes, ¿cuáles de ellas puedes implementar?

* Beber por lo menos 2 litros de agua natural
* Hacer ejercicio regularmente
* Minimizar las posibilidades de tener un accidente
* Reducir el estrés laboral y social
* Comer saludablemente para mantener un peso sano