



Un puñado de consejos para una vida feliz y saludable

Herbalife Nutrition Foundation (HNF) tiene como objetivo ayudar a mejorar la nutrición de los niños. Durante casi 30 años, HNF ha trabajado con socios del programa Casa Herbalife en todo el mundo con el fin de otorgar subvenciones para brindar comidas nutritivas y educación sobre nutrición a las comunidades.

Nuestra ayuda es más importante que nunca. Las investigaciones muestran que las tasas de desnutrición infantil en todo el mundo están aumentando. Este verano, HNF implementó el proyecto HealthyLifestyle4All (HL4A), utilizando nuestro conocimiento interno y alcance en varios países de la Unión Europea (UE) para educar a los niños sobre vivir un estilo de vida saludable.

El Dr. Julián Álvarez, nutricionista y médico especialista en educación física, compartió recientemente consejos para vivir una vida feliz y saludable. [Mira todos los consejos de salud a continuación.](#)

HealthyLifestyle4All (HL4A) es la campaña de dos años de la Comisión Europea (CE) para promover un estilo de vida activo y saludable. Puedes consultar nuestro compromiso en el sitio web de la CE [aquí](#). La guía en línea estará disponible para que nuestros socios del programa Casa Herbalife puedan sensibilizar a los jóvenes sobre la importancia del deporte, la nutrición, la hidratación, el bienestar mental y el sueño.