



VOCÊ SABIA?

Diversos alimentos e hábitos saudáveis podem potencializar a memória ainda na fase infantil.

“Hortaliças de coloração verde-escuro, por exemplo, concentram um mix de substâncias parceiras do sistema nervoso. Adjunto aos hábitos alimentares, é essencial que haja estímulo de brincadeiras que explorem a relação entre criança, natureza e outras pessoas, para que, assim, o lado cognitivo do cérebro seja ativado e proporcione a potencialização da memória durante a infância e, conseqüentemente, ela seja preservada para as próximas fases da vida”, explica Dayanna Miranda Camizão, nutricionista que atua na Uguerê Educação Infantil.

Link: <https://eshoje.com.br/2022/09/cirurgioes-plasticos-do-es-em-busca-de-novos-conhecimentos/>