



# CONSTRUYE HUESOS FUERTES

La alimentación saludable, la actividad física y los buenos hábitos son la base para construir huesos fuertes y mantener una buena salud ósea durante toda la vida.



**Día Mundial de la Osteoporosis**  
**20 de octubre**

Conoce más sobre  
la salud ósea  
[www.buildbetterbones.org](http://www.buildbetterbones.org)

