

# Alimentação diz muito sobre o estresse e influencia o bem-estar no trabalho

Irritabilidade, dor de cabeça, falta de memória, constipação...

O seu corpo está dando sinais!



Aponte a câmera para o QR Code, baixe o informativo com dicas da nutricionista Tamires Duarte e veja como vivenciar uma alimentação mais saudável no seu dia a dia!

