



ATIVIDADE FÍSICA DIÁRIA

No âmbito da Fertilidade a atividade física contribui para a formação de hormonas sexuais em qualidade e em quantidade, produzindo óvulos e espermatozoides férteis. Com base nos exercícios fornecidos para Ele e para Ela - Definam um horário para fazerem exercício físico.

Sonho Fértil
Os Pilares para a Fertilidade