

Fitness

fitness

allenamento

stretching

pesi

forza

squat

cardio

atletico

intensità



Alimentazione sana

alimentazione sana

verdure

frutta

proteine

fibre

cereali

mandorle

nocci

superfood



Salute mentale

salute mentale

meditazione

consapevolezza

rilassamento

stress

terapia

gratitudine

diario

resilienza



Cura medica

cura medica

medico

infermiere

ospedale

ricetta

controllo

vaccino

soccorso

farmacia



Malattie comuni

malattie comuni

raffreddore

influenza

febbre

tosse

allergia

emicrania

infezione

fatica



Benessere

benessere

sonno

pelle

yoga

riposo

massaggio

bagno

routine

manicure



Abitudini sane

abitudini sane

nutrizione

esercizio

idratazione

routine

postura

respirazione

camminare

sonno



Guarigione olistica

guarigione olistica

agopuntura

massaggio

chiropratica

meditazione

erbe

riflesso

consulenza

guarigione



Emergenza

emergenza

ambulanza

sanguinamento

ferita

frattura

ustione

soffocamento

shock

avvelenamento



Attrezzature mediche

attrezzature mediche

termometro

stetoscopio

siringa

raggi x

gesso

stampelle

benda

stecca

