

# Salud física

La salud física se define como el estado del organismo, teniendo en cuenta todos los factores, desde la ausencia de enfermedades hasta el estado físico.

La salud física es fundamental para el bienestar general y en ella pueden influir los siguientes factores:

- **Estilo de vida:** dieta, nivel de actividad física y hábitos (por ejemplo, tabaquismo).
- **Biología humana:** la genética y las características fisiológicas de una persona facilitan o dificultan una salud física óptima.
- **Ambiente:** se trata de nuestro entorno y la exposición a factores como la luz solar o las sustancias tóxicas.
- **Prestaciones de asistencia sanitaria:** una asistencia sanitaria adecuada puede facilitar la prevención, la detección y el tratamiento de enfermedades.

Website theme by the [Moddefinil](#) online website where you can buy [modefinil](#) online and [Phentermine](#) website where you can buy [phentermine](#) online