

¿CUÁL ES EL PROPÓSITO DEL AUTOR?

¡Debes de tomar café!



Toma café. El café te hace sentir más feliz. El Instituto Nacional de Salud Estadounidense descubrió que las personas que toman cerca de cuatro tazas de café al día tienen menos posibilidad de sufrir de depresión. Esto se debe a que los antioxidantes y la cafeína del café provocan ese efecto.

Tomar café también puede hacer que tu cerebro funcione más eficientemente. La cafeína aumenta la atención, el razonamiento lógico y el estado de alerta.

Además, dicen que el café puede hacerte un mejor deportista. Una taza de café antes de entrenar, ayuda especialmente en algunas deportes como el atletismo y el ciclismo. Asimismo, la cafeína aumenta los ácidos grasos en la sangre, permitiéndole a los músculos usar las grasas como combustible.

Por estas razones, debes empezar a tomar café todos los días.

___Persuadir ___Informar ___Entretener



Nombre _____