



## Lleve un estilo de vida antiinflamatorio



La inflamación puede causar daño a las células, tejidos y órganos de su cuerpo.

Inscríbase para este seminario web en vivo el miércoles 11 de octubre a la 1:00 p. m. CT para:

- Examine la conexión entre la dieta y el estado de ánimo.
- Revise los hábitos que promueven un estilo de vida antiinflamatorio.
- Identifique los alimentos que aumentan o reducen la inflamación.

*\*Todos los seminarios web en directo se graban y se publican en el sitio web para miembros.*

Visite [Member.MagellanHealthcare.com](https://Member.MagellanHealthcare.com) (enter Principal Core) o llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-450-1327 (TTY 711) para obtener recursos útiles.