**Ejemplo de publicación para post en redes sociales de contenido +Vital**

¿Sabías que tan solo 15 minutos diarios de ejercicio mejoran tu salud mental y corporal a largo plazo? Hacer pequeños desafíos físicos fortalece el corazón y mejora tu bienestar. ¿Te unes al movimiento +vital?

Elemento visual Añadir la pieza de “Pantalla animada”, guardada como vídeo (.mp4)