



La creencia de que es saludable beber por lo menos ocho vasos de agua al día es un mito, según científicos estadounidenses. No hay pruebas de que ese hábito mejore la tonalidad de la piel, ayude a hacer dieta o prevenga el dolor de cabeza. Además, ingerir el líquido en exceso

pone en riesgo de una intoxicación por bajos niveles de sal e inclusive de muerte, advierten. En la imagen: azalea rosa en cuyos pétalos reposan gotas de las primeras lluvias de abril en Augusta, Estados Unidos ■ Foto Ap