

EJERCICIO PRÁCTICO 4

1. En un nuevo documento, introduce el siguiente texto. (Fuente: Arial, Tamaño: 11 puntos, justificado)

Booq Antiqua, 16pt, color verde, subrayado doble, centrado

Medicina Natural

Arial, 12pt, negrita, centrado

Acidez de estómago

La acidez de estómago o pirosis es una sensación de quemazón en el estómago o esófago producido por el reflujo de los ácidos gástricos que no son detenidos por la válvula esofágica, encargada de controlar el paso entre el esófago y estómago.

Síntomas:

- ☒ Dolor estomacal.
- ☒ Flatulencias.
- ☒ Acidez.
- ☒ Reflujo de los ácidos gástricos hacia el esófago.

Viñetas, Fuente Wingdings, 12pt, sangría posición del texto 1 cm, sangría 0 cm

Salto de página

Causas:

- 1) Gastritis. Consiste en la inflamación del estómago, la que puede ser:
 - a) Aguda: inflamación que se produce repentinamente.
 - b) Crónica: es aquella que persiste durante mucho tiempo.
- 2) Hernia de hiato. Consiste en la introducción de una parte del estómago hacia el tórax a través del diafragma.
- 3) Debilitamiento de la válvula esofágica que divide al esófago del estómago.
- 4) Ingestión de alimentos no adecuados, drogas, alcohol o medicamentos.

Tratamiento ☹:

Arial, 14pt, color rojo, símbolo Autotexto

- II Infusiones de plantas naturales tales como: salvia, manzanilla, albahaca o laurel.
- II Consumir vitamina B1 (tiamina) y vitamina B4 (ácido pantoténico).
- II Truco: para detenerla momentáneamente resulta útil comer una manzana o una zanahoria, beber un poco de leche o una cucharada de aceite crudo.

CONSEJOS

Arial 14pt, Azul, Centrado. Borde doble 1 ½ pt

Viñetas, Windings 14pt posición texto 1cm

- Evitar las comidas copiosas, aceitosas, fritos y picantes.
- No fumar ni consumir bebidas alcohólicas.
- No dormir siesta después de las comidas.
- Comer mucha fruta fresca.

Viñetas, Sangría 1cm, francesa 1,5cm

2. En el primer párrafo, definir la Letra Capital con 2 líneas y distancia desde el texto 0,5cm.

3. Insertar el salto de página donde está indicado en el texto.

4. Buscar la palabra naturales y ponerla en Mayúsculas.

5. Guardar el resultado como Ejercicio4 en la carpeta del curso.