

Escribe el siguiente texto aplicando viñetas, numeración y listas multinivñ

- viñetas

PARTES DEL COMPUTADOR

- Hardware
 - Monitor
 - Teclado
 - Torre
 - Mother Board
 - Procesador
 - Disco Duro
 - Memoria Ram
 - Mouse
 - Parlantes
- Software
 - S. de Propósito específico
 - Microsoft Word
 - Microsoft Excel
 - CgUno
 - S. Sistema Operativo
 - Windows
 - Unix
 - IOS

- Numeracion

La toronja posee grandes cualidades nutricionales y medicinales entre las que se encuentran que es un remedio muy eficaz para muchos padecimientos de salud, como son:

1. La toronja es una fuente importante en vitamina C, beta-caroteno y bioflavonoides, es una fruta muy recomendada para la prevención del cáncer. Además, contiene pequeñas cantidades de las vitaminas B1, B2, B3, B5, B6 y E.
2. Es considerada primordial en una dieta saludable para evitar las enfermedades cardiovasculares.
3. Incrementa las defensas del organismo. Tomar el jugo de esta fruta en los días de invierno ayuda a mantener en óptimas condiciones el sistema inmunológico. De esta manera se previenen infecciones y resfriados, sobre todo en los niños.
4. La toronja fresca fortalece a la digestión y al sistema urinario:
 - Colabora con el metabolismo de las grasas y limpia el hígado.
 - Ayuda a tener una piel sana y radiante.
 - Mejora la circulación de la sangre.
5. Al mismo tiempo que refuerza los capilares:
 - Da elasticidad a las paredes arteriales.
 - Es muy efectiva contra las várices.

6. Es un fuerte aliado en la lucha contra la anemia, pues ayuda a que el hierro de los alimentos se absorba mejor.
7. Su poder alcalinizante mejora la artritis, la gota y otros procesos reumáticos, pues facilita la eliminación de las sustancias tóxicas implicadas en estas afecciones. Por ejemplo: las sales de ácido úrico.
8. Este cítrico combate eficazmente la hipertensión.
9. El consumo de toronja, rica en vitamina C, evita las alergias, es también recomendable contra el escorbuto.
10. La toronja un buen remedio contra los problemas de encías.
11. Se recomienda para curar la diabetes, la hipoglicemia y algunas enfermedades de los ojos.
12. Su contenido vitamínico se usa también para curar la inflamación de próstata.

- Lista multinivel

1. Preescolar

- 1.1. 1er Grado (edad de 3 años)
- 1.2. 2do Grado (edad de 4 años)
- 1.3. 3er Grado (edad de 5 años)

2. Primaria

- 2.1. 1er Grado (edad de 6 años)
- 2.2. 2do Grado (edad de 7 años)
- 2.3. 3er Grado (edad de 8 años)
- 2.4. 4to Grado (edad de 9 años)
- 2.5. 5to Grado (edad de 10 años)
- 2.6. 6to Grado (edad de 11 años)

3. Secundaria

- 3.1. 1er Grado (edad de 12 años)
- 3.2. 2do Grado (edad de 13 años)
- 3.3. 3er Grado (edad de 14 años)

4. Preparatoria / Bachillerato

- 4.1. 1er Grado (1er y 2do semestre) (edad de 15 años)
- 4.2. 2do Grado (3er y 4to semestre) (edad de 16 años)
- 4.3. 3er Grado (5to y 6to semestre) (edad de 17 años)

5. Universidad / Tecnológico

- S.1. 1er Grado (1er y 2do semestre) (edad de 18 años)

- 5.2. 2do Grado (3er y 4to semestre) (edad de 19 años)
- 5.3. 3er Grado (5to y 6to semestre) (edad de 20 años)
- 5.4. 4to Grado (7mo y 8vo semestre) (edad de 21 años)
- 5.5. 5to Grado (9to y 10mo semestre) (edad de 22 años)

6. Maestría

- 6.1. De 22 años en adelante

7. Doctorado

- 7.1. Después de haber terminado los estudios de maestría.