

## CAMPAÑA PROVINCIAL DE PREVENCIÓN DE OBESIDAD: AGUANTE!!

El Gobierno de Mendoza, a través de una articulación interministerial entre la Dirección General de Escuelas y el Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes, se propone promover hábitos saludables en la comunidad en general y en particular, en las comunidades educativas de toda la provincia a través de la implementación del “**Calendario para una vida sana**” según **Resolución 491-DGE-17** y la **Resolución 452-DGE-18** como modo de institucionalizar la concientización de prácticas saludables desde el enfoque de la prevención y promoción, incorporándolas en los diversos trayectos curriculares de todos los niveles educativos. Congruente con tal iniciativa, la Comisión de Prevención y Promoción del Comité Ejecutivo y Consejo Asesor del Programa Provincial de Obesidad (Ley 7798) mediante su línea de trabajo priorizada: “Promoción de agua segura como principal fuente de hidratación en la población mendocina”, pone a disposición un documento de consulta elaborado por esta comisión destinado a docentes, que resulte de fácil lectura y sustentado en fuentes bibliográficas confiables de alto valor científico. Este material puede ser adaptado a diversas actividades áulicas con fines pedagógicos.

Link: [www.salud.mendoza.gov.ar/wp-content/.../Agua-Segura-e-hidratacion-para-web.pdf](http://www.salud.mendoza.gov.ar/wp-content/.../Agua-Segura-e-hidratacion-para-web.pdf)

**DATOS ALARMANTES:** En nuestro país el 60% de las bebidas que consumen los niños menores de 5 años son bebidas azucaradas, estos malos hábitos influyen directamente con los altos índices de sobrepeso y obesidad.

El **objetivo principal de la campaña “AGUAnte”** es que los niñas, niños y adolescentes tomen agua como única fuente de hidratación.

- ✓ Una buena IDEA es llevar una BOTELLITA recargable a todos lados.



- ✓ Otra opción: **AGUAS SABORIZADAS CASERAS** son la propuesta más llamativa, fresca, rica y económica. Te dejamos algunas opciones para que puedas hacerla en tu casa con tus padres y hermanos.

### AGUA CON RODAJAS DE LIMÓN Y HOJAS DE MENTA:



Colocar en una jarra preferentemente de vidrio agua segura y agregar rodajas de 1 o 2 limones y hojas de menta. También podemos hacerlo con rodajas de naranja o pomelo. Los cítricos le dan un sabor y aroma especial.

### FRASQUITOS DE COLORES



Colocar en frasquitos o botellas o jarras de vidrio agua segura y agregar combinaciones de frutas como frutillas + limón o naranja + arándanos.

Únete a la Campaña subiendo una foto a las redes bebiendo agua con el **#aguantesinobesidad**