



EL AZÚCAR ESCONDIDO

Es importante que los niños dejen de pensar que el azúcar solamente está en la mesa cuando usamos el azucarero, también está escondido en muchos alimentos procesados de consumo habitual.

Los menores españoles son los segundos que más tiempo pasan frente a la televisión en toda Europa y el bombardeo de anuncios de caramelos, bollería industrial, bebidas de todo tipo, chocolate y comida rápida aumenta de forma significativa en horario infantil.

La OMS ha hecho sonar la alarma en su informe *Marketing de alimentos ricos en grasas, sal y azúcares para los niños*, en el que aboga por limitar la venta y publicidad de alimentos que propicien la obesidad infantil y ya ha exigido a los Gobiernos que tomen cartas en el asunto.

Las cifras son muy preocupantes: España se sitúa a la cabeza del sobrepeso infantil en Europa, y es colíder mundial junto a los EEUU.



PLANTEAMIENTO DEL TALLER:

1. CHARLA:
¿CUÁNTO AZÚCAR COMES AL DÍA?
2. JUEGO "CAZADORES DE AZÚCAR"
3. ALTERNATIVAS SALUDABLES A COMIDAS Y BEBIDAS AZUCARADAS

DURACIÓN:
45 MINUTOS