

## Conocemos a fondo

Instrucciones: Escribe debajo de cada nota "falso" o "verdadero" según lo que conozcas sobre el tema.

La obesidad es una enfermedad crónica que puede ser provocada por muchos factores. Desde los emocionales hasta los físicos. Está es un factor de muerte para 2.8 millones de personas adultas al año a nivel mundial

La obesidad infantil es particularmente problemática debido a que el peso adicional suele provocar que los infantes comiencen a tener problemas de salud que antes se consideraban exclusivos de adultos, como diabetes, presión arterial alta y colesterol alto.

Todos y todos los niños con kilos de más tienen sobrepeso u obesidad.

Una de las mejores estrategias para reducir la obesidad infantil es mejorar los hábitos de alimentación y ejercicio de toda la familia.

Los y las niños en edad escolar no deben limitar la ingesta energética procedente de grasas y azúcares.

Debido al cierre de las escuelas en México, se han visto afectados los hábitos alimenticios y percibe la falta de ejercicio físico y de juego entre los y las niños.

"Una de las mejores estrategias para reducir la obesidad infantil es mejorar los hábitos de alimentación y ejercicio de toda la familia"