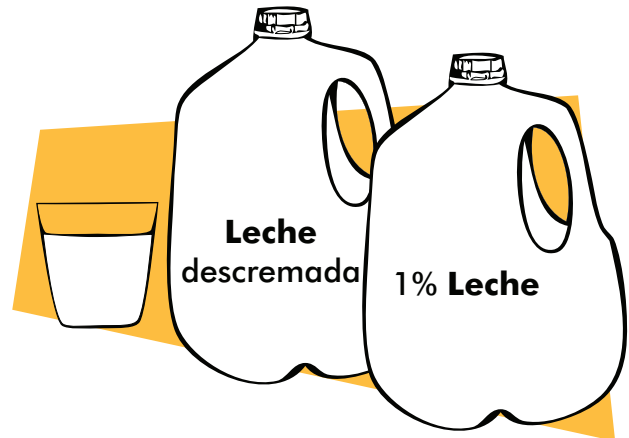


Bebidas saludables en los programas de cuidado de niños (AB 2084)

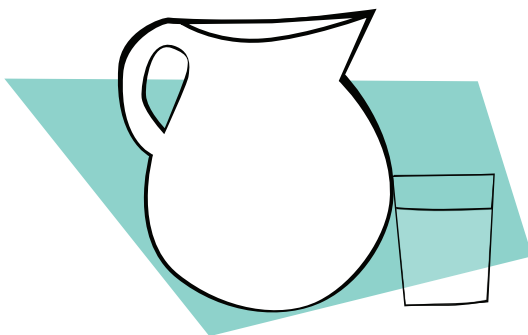
Más del veinte por ciento de los niños de 2 a 5 años de edad tienen sobrepeso o son obesos. Los estudios de investigación demuestran que una gran parte del problema se debe a bebidas nocivas para la salud. En 2010, California aprobó reglamentaciones para establecer normas de nutrición relacionadas con las bebidas que se sirven en los centros y los hogares con licencia para ofrecer servicios de cuidado de niños.

Solamente se puede servir **leche descremada** (0%) o **baja en grasas** (1%) sin saborizantes artificiales y sin azúcar a los niños mayores de dos años de edad.



No se puede servir ninguna bebida con **azúcar** o endulzantes naturales o artificiales, incluyendo refrescos, té dulces, jugos con azúcar agregada, leches con sabores artificiales o bebidas dietéticas.

Se permite servir **una cantidad** máxima de 4 a 6 onzas para los niños de 1 a 6 años* **de jugo 100% natural**.



Debe haber **agua segura y potable** en todo momento, incluyendo la hora de las comidas.

*porción según Cómo prevenir la obesidad infantil en los programas de cuidado y educación de la primera infancia, Academia Estadounidense de Pediatría