

¡Pruebe hábitos alimentarios más saludables!



Crear hábitos más saludables:

- Los padres tienen un papel importante en los hábitos alimentarios de sus hijos.
- Permita que los niños participen en la preparación de la comida para que se diviertido ¡comer en familia!
- Cuando sea posible, planifique con antelación las comidas y las meriendas.

