



un programa de



Creamos una cultura de la salud



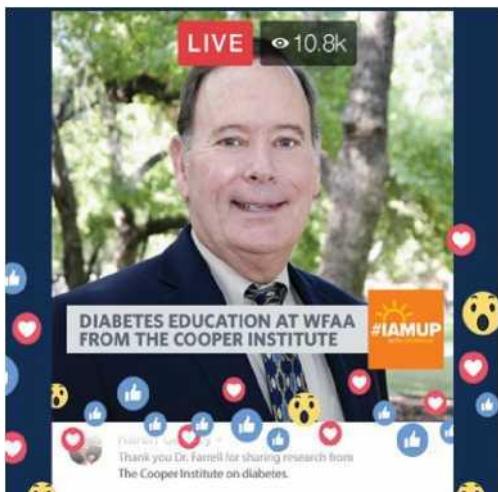
Ayude a los niños que pasan hambre a conseguir comida durante las vacaciones de verano

El año escolar se termina y los estudiantes esperan con ansias las vacaciones de verano. Sin embargo, hay muchos niños que dependen de los programas de almuerzos escolares. Para ellos, no saber dónde van a comer podría ser preocupante.

Mediante la herramienta [Find Summer Meals](#), del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, encontrará lugares en su área que ofrecen comidas gratis para los niños que participan de programas de almuerzos escolares.

[Video del Programa de Comidas de Verano: Versión en español](#)

BUSCAR DÓNDE IR POR EL PROGRAMA DE COMIDAS DE VERANO

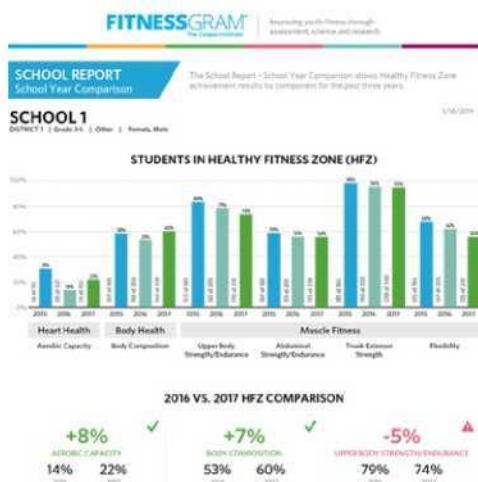


Por si se lo perdió: Un investigador de The Cooper Institute habla sobre la diabetes y la actividad física

El Dr. Steve Farrell, investigador senior de The Cooper Institute, participó en una charla sobre la importancia de la actividad física para prevenir y controlar la diabetes. Fue en una emisión especial por Facebook Live de la [estación de televisión WFAA \(canal 8\) de Dallas](#).

[VERLO AHORA](#)

INFORME DEL MES: INFORME GENERAL

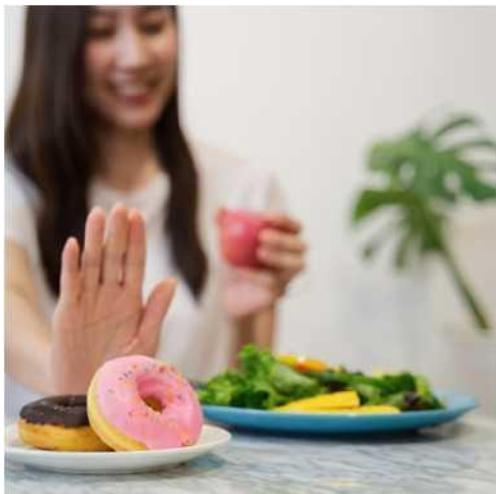


Informe del mes:

Informe sobre los aspectos generales de FitnessGram, comparación de grados

En el Informe sobre los aspectos generales de FitnessGram: comparación de grados se indican los porcentajes de la escala Healthy Fitness Zone para cada parte de la evaluación, según el grado escolar. Esta información es útil para identificar las áreas que requieren más atención a la hora de planificar las actividades educativas y de desarrollo profesional, y a la hora de determinar qué equipos de gimnasia se necesitan.

**OBTENER MÁS
INFORMACIÓN**



¿El jarabe de maíz rico en fructosa nos hace peor que otro tipo de azúcares que se agregan a los alimentos?

En los últimos años, al jarabe de maíz rico en fructosa se lo ha considerado una de las principales causas de la epidemia de obesidad que azota a los estadounidenses. ¿Pero eso es verdad?, ¿hay un fundamento científico? Por todas las cosas malas que se dicen en público sobre el jarabe de maíz rico en fructosa y por todas las campañas en su contra, antes de declararlo el “enemigo” de la alimentación, queríamos analizarlo más detalladamente y compararlo con otros tipos de azúcares muy refinados.

LEER MÁS



60 MINUTOS
POR DÍA ES EL TIEMPO
RECOMENDADO DE ACTIVIDAD
FÍSICA PARA NIÑOS Y
ADOLESCENTES.



37.4 %

Solo el 37.4 % de los niños
realiza actividad física
todos los días.

[LEER MÁS BLOGS SOBRE LOS JÓVENES](#)

[Descargar la versión en español](#)

[CooperInstitute.org](#)

[Hacer una donación](#)



El Healthy Zone School Recognition Program es patrocinado por:

