

ES MOMENTO DE ATENDER MEJOR A LOS NIÑOS DE CHICAGO

Los menús infantiles de los restaurantes pueden ser una opción sana.

Los restaurantes juegan un papel importante en las dietas de nuestros niños:

- Los niños consumen alrededor del 25% de sus calorías en las comidas fuera de casa y aproximadamente el 42% de los niños de entre dos y nueve años come comida rápida en un día determinado.¹
- Los restaurantes de comida rápida gastaron \$583 millones en mercadotecnia dirigida a los niños en 2009 (el último año para el cual se tiene información disponible) de acuerdo con la Comisión Federal de Comercio.²

Las comidas de los restaurantes están lejos de ser saludables:

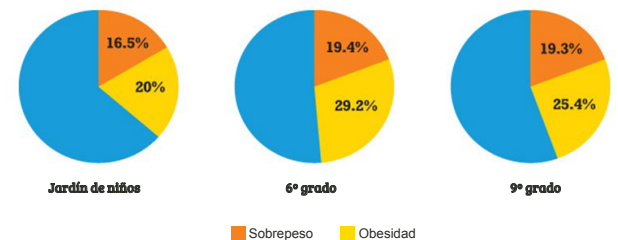
- Un reporte descubrió en 2013 que aproximadamente el 96% de las entradas en los restaurantes de cadena de los Estados Unidos no cumple con los estándares nutricionales básicos de USDA.
- En 2013, un estudio independiente documentó que solamente 11 de 4,695 combinaciones posibles de comidas para niños en los restaurantes de cadena cumplen el criterio nutricional establecido para los niños de preescolar, y únicamente 19 comidas cumplen el criterio nutricional para niños mayores.³
- Muchos menús infantiles en los restaurantes incluyen una bebida azucarada y un postre dulce. La American Heart Association recomienda que los niños menores a los dos años de edad no consuman azúcares añadidos en sus dietas y que los jóvenes consuman menos de seis cucharaditas de azúcar añadido al día y no más de ocho onzas de bebidas azucaradas a la semana.⁴

La obesidad infantil es un problema en Chicago

Tasas de sobrepeso y obesidad infantil en los Estados Unidos³



Tasas de sobrepeso y obesidad infantil en CHICAGO⁴



3: National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) data (2005-2010).

4: Healthy Chicago: Transforming the Health of Our City. City of Chicago Department of Public Health, February 2013.

Los niños de Chicago se merecen algo mejor:

- Los niños comen casi el doble de calorías cuando comen una comida en el restaurante que cuando comen en casa.⁵
- Mejorar los estándares nutricionales de las comidas infantiles en los restaurantes puede hacer mucho por mejorar las dietas de los niños y crear hábitos alimenticios saludables.⁶

cloc.net/kidsmeals



- 1) Vikraman S, Fryar CD, Ogden CL. "Caloric Intake from Fast Food Among Children and Adolescents in the United States, 2011-2012." NCHS Data Brief No. 213, September 2015
- 2) Federal Trade Commission (FTC). A Review of Marketing Food to Children and Adolescents: Follow-Up Report. Washington, D.C.: Federal Trade Commission, 2012. Accessed at <http://www.ftc.gov/os/2012/12/121221foodmarketingreport.pdf>
- 3) Batada A, Wootan MG. Kids' Meals II: Obesity and Poor Nutrition on the Menu. Washington, D.C.: CSPI, March 2013. Available at <https://cspinet.org/new/pdf/cspi-kids-meals-2013.pdf>
- 4) Vos MB, Kaar JL, Welsh JA, Van Horn LV, Feig DI, Anderson CAM, Patel MJ, Cruz Munos J, Krebs NF, Xanthakos SA, Johnson RK. "Added Sugars and Cardiovascular Disease Risk in Children: A Scientific Statement from the American Heart Association." Circulation 2016, vol. 134, published ahead of print at <http://circ.ahajournals.org/content/early/2016/08/22/CIR.0000000000000439>
- 5) Powell LM, Nguyen BT. "Fast-Food and Full-Service Restaurant Consumption among Children and Adolescents." Archives of Pediatric and Adolescent Medicine, published online Nov 5, 2012, E1-E7
- 6) Anzman-Frasca S, Dawes F, Sliwa S, Dolan PR, Nelson ME, Washburn K, Economos CD. "Healthier Side Dishes at Restaurants: An Analysis of Children's Perspectives, Menu Content, and Energy Impacts." International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 2014, vol. 11, pp. 81-93. Available at <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-11-81>