

Andrew J. Spano
County Executive

Department of Health

Joshua Lipsman, M.D., J.D., M.P.H.
Commissioner

Estimado Padre o Guardián:

Para ayudar a combatir la obesidad infantil y ayudar a nuestros niños a hacer selecciones saludables ahora y a lo largo de sus vidas, los llamamos a unirse con otros en Westchester participando en la Semana “No Junk Food” (No Comida Chatarra) durante el mes de marzo, el cual es el Mes Nacional de la Nutrición.

La Semana “No Junk Food” es auspiciada por Fit Kids, un programa del Departamento de Salud del Condado de Westchester que ayuda a las escuelas a promover estilos de vida saludables. Desde que Fit Kids fue presentado en el año 2003, más de 60,000 niños en 99 escuelas del Condado de Westchester han participado en actividades que exhortan el ejercicio y el comer saludablemente.

Lo que comemos y bebemos como niños influye grandemente en las selecciones que hacemos como adultos. Nosotros sabemos que la obesidad es un problema aumentando tanto a nivel nacional como en casa, aquí en Westchester. Una encuesta del Departamento de Salud realizado el año pasado indicó que en las escuelas participantes, más de una tercera parte de los niños del Condado de Westchester en kindergarten, segundo y cuarto grado estaban con sobrepeso o en riesgo de estarlo. Juntos, nosotros podemos ayudar a nuestros niños a que hagan selecciones saludables que reduzcan los riesgos más adelante en sus vidas de problemas del corazón y de otras enfermedades crónicas asociadas con el sobrepeso.

Usted es el modelo más importante de su niño, de manera que necesitamos su ayuda para hacer de la Semana “No Junk Food” un éxito. Por favor exhorto a su niño a participar en esta actividad voluntaria ofreciéndole a él o a ella bocadillos saludables y enseñándole con su propio buen ejemplo.

Su niño recibirá un “contrato” de la Semana “No Junk Food”. Por favor tómese el tiempo para revisar esto con su niño y firme el contrato.

Visite el sitio web de Fit Kids, <http://www.westchestergov.com/health/fitkids.htm> para más información sobre la Semana “No Junk Food” y una lista de bocadillos saludables recomendables.

Atentamente,

Toby Miller, RD, M.A., M.B.A.
Coordinador, Fit Kids