

EL AGUA PUEDE SER EL MEJOR AMIGO DE LOS NIÑOS DURANTE EL ¿HOMESCHOOLING?

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE MANTENER A LOS NIÑOS BIEN HIDRATADOS?

Porque les ayuda a tener un mejor rendimiento al realizar actividad física.

76%

Tomar agua simple ayuda a su cerebro.



Mejora su concentración, memoria y retención de información

75%



AYÚDALOS A MANTENERSE BIEN HIDRATADOS PARA CONTRIBUIR EN SU DESEMPEÑO ESCOLAR



Niños de papás que toman agua simple tienen 38% de posibilidad de preferir el consumo de agua simple.



Niños de papás que toman refrescos tienen 300% de posibilidad de preferir el consumo de ellos.

¡NO LO OLVIDES!



Como papás somos un ejemplo para el consumo de agua simple.

¿CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A TOMAR MÁS AGUA DURANTE EL DÍA?

- ✓ Empieza y termina con un vaso de agua simple. No esperen a que tengan sed.
- ✓ Puedes utilizar hojas, frutas o cítricos para preparar el agua de una forma más divertida.
- ✓ Mantén agua simple siempre cerca y a la mano.
- ✓ Pon atención al color de la orina. Más clarito significa mejor hidratado.

