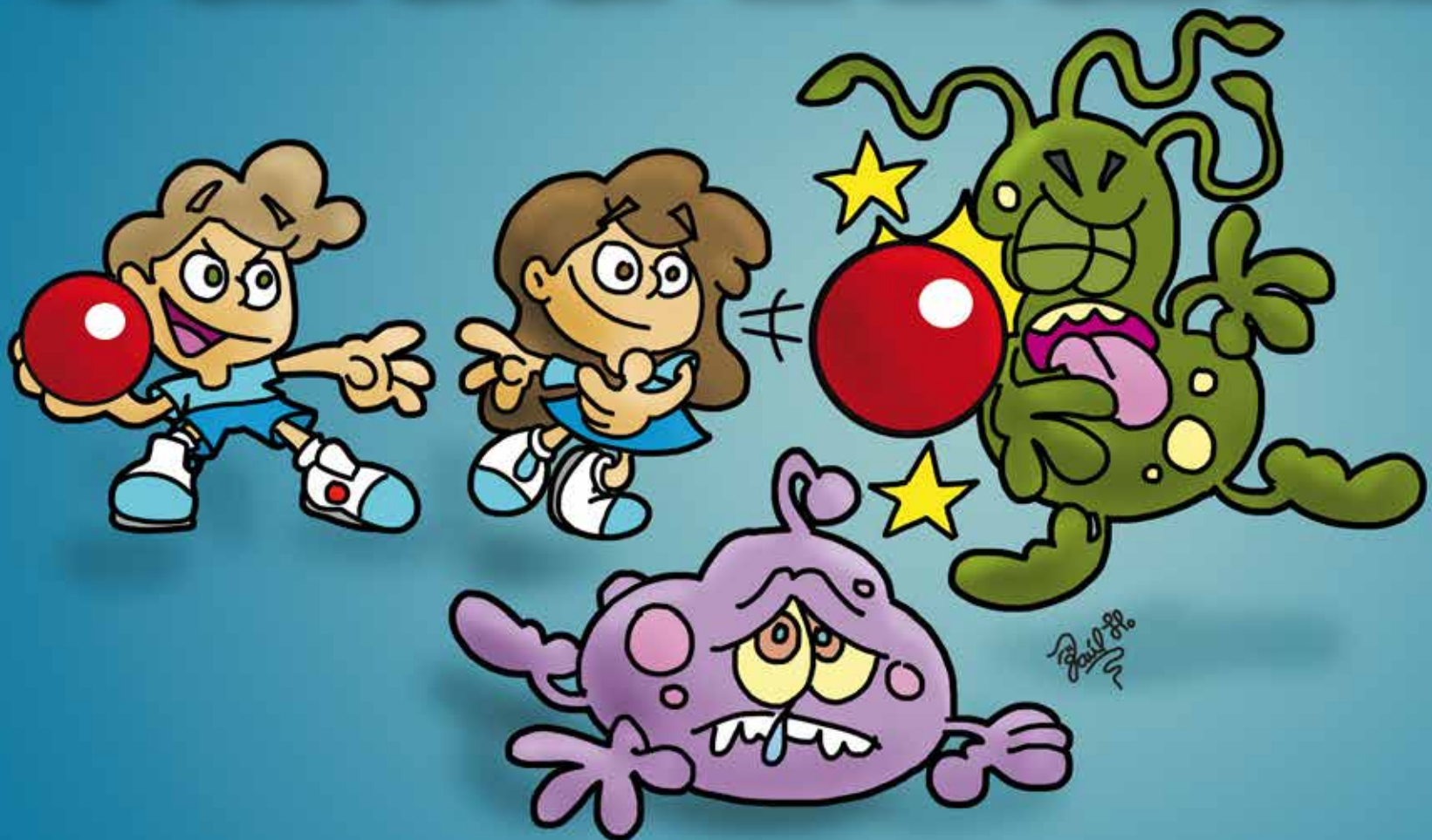


Familia Yakult

Publicación exclusiva para clientes suscriptores de Yakult / Año XXX / No. 353 / Distribución Gratuita

Salud infantil



Los primeros años de vida son fundamentales para el crecimiento y desarrollo adecuados. La mayoría de los padres y cuidadores saben que la alimentación correcta y la actividad física en los pequeños son esenciales para su salud física, pero a veces se olvidan del aspecto mental y social. Lo invitamos a leer la presente edición de **Familia Yakult**, donde abordamos el tema de la salud infantil desde un enfoque integral.

Atentamente / Comité Editorial

¿Por qué es importante?

De acuerdo a Ricardo Pérez Cuevas, en su artículo "Importancia de la salud pública dirigida a la niñez y la adolescencia en México" (2014), **"los niños saludables tienen mejores oportunidades de crecer, desarrollarse, aprender y posteriormente convertirse en adultos sanos y productivos"**.



Al respecto, la Secretaría de Salud destaca, en su portal de internet, que la infancia, especialmente los primeros mil días de vida, es crucial en el desarrollo de las personas adultas. Añade además que, "durante dicho periodo se desarrollan el 85% de las conexiones neuronales de los niños, en tanto que en los primeros tres años de vida se forma el 40% de las habilidades mentales del adulto".

Sin embargo, el aspecto emocional es igualmente importante, ya que **"un vínculo fuerte entre el niño y sus padres, le ofrece al pequeño mayores probabilidades de sobrevivir, crecer saludablemente y desarrollar al máximo su potencial intelectual, emocional y social"**.

● Panorama de la salud infantil

Pese a la reducción de la tasa de mortalidad en niños de todo el mundo, la Organización Mundial de la Salud afirma, en su sitio web, que **la malnutrición infantil continúa siendo un importante problema de salud pública** y calcula que:

- 144 millones de niños menores de cinco años tienen retraso del crecimiento.
- 47 millones sufren emaciación, es decir, la forma más grave de desnutrición y adelgazamiento.

- Más de 38 millones tienen sobrepeso u obesidad.
- Alrededor del 45% de las muertes de niños menores de cinco años están relacionadas con la desnutrición.

Desafortunadamente, en nuestro país, **la niñez mexicana también tiene un grave problema relacionado con la malnutrición**. Según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2022, se tiene que:

- La baja talla, conocida también como desnutrición crónica, continúa siendo el principal problema de nutrición en los niños en edad preescolar, con una prevalencia del 12.8%.
- 7.7% de los niños en edad preescolar presentan sobrepeso u obesidad, cifra que se eleva hasta un 37% en niños de 5 a 11 años y hasta 41% en adolescentes.



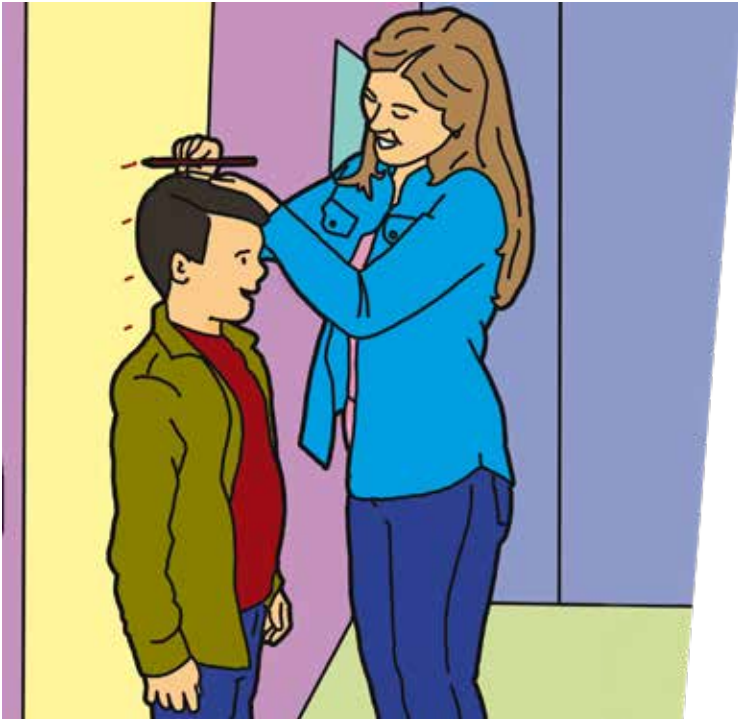
Por otra parte, según datos de dicha encuesta, la mayoría de los hogares emplea una combinación de prácticas disciplinarias violentas, práctica que dificulta el desarrollo de sus capacidades de aprendizaje, inhibe las relaciones positivas y promueve una baja autoestima, angustia emocional y depresión entre los infantes.

Comité Editorial

Marzo de 2024. Ana Elisa Bojorge Martínez, Hugo Enrique González Reyes, Lorena Flores Ramírez, Rafael Humberto Rivera Cedano. **Diseño gráfico:** Gerardo Daniel Cervantes Toscano. **Caricaturas:** Raúl Humberto Medina Valdez Cel. 33 1112 8640. **Impresión:** Zafiro Publicaciones. Calle Cartero No. 42 Col. Moderna, Guadalajara, Jal. Tel: 33 3619 3641. **Familia Yakult** es una publicación mensual de Distribución Gratuita Editada por Distribuidora Yakult Guadalajara, S.A. de C.V., Periférico Poniente Manuel Gómez Morín No. 7425, Tel. 33 3134 5300. Por Cesión del Certificado de Reserva de Derechos de Autor al uso exclusivo del Título No. 003657, Según Anotación Marginal Por Cambio de Titular de Fecha 17 de Mayo de 2002; Certificado de Licitud de Título No. 8408; Certificado de Licitud de Contenido No. 6223. Reservado todo los derechos de reproducción. Distribución gratuita por Distribuidora Yakult Guadalajara S.A. de C.V., Periférico Manuel Gómez Morín No. 7425, Tel. 33 3134 5300 Certificado de Reserva de Derechos al uso exclusivo del Título No. 003657; Certificado de Licitud de Título No. 8408; Certificado de Licitud de Contenido No. 6223. Reservado todo los derechos de reproducción. INDAUTOR 04-2004-021112493800-102. Tiro: 115,000 ejemplares. **Teléfonos Sucursales:** Ameca: 37 5758 1213, Chapala: 37 6765 5152, Cd. Guzmán: 34 1413 8376, Colima: 31 2313 7597, Lagos de Moreno: 47 4741 1011, Manzanillo: 31 4333 6936, Tepatitlán: 37 8688 0129, Ocotlán: 39 2239 5521, Puerto Vallarta: 32 2299 1594, Autlán: 31 7381 3403, E-mail: revista_familia@yakult.mx

Desarrollo saludable

Los primeros años de vida de un niño son fundamentales para el resto de sus vidas. No obstante, **los pequeños crecen y se desarrollan a velocidades muy distintas**, por lo que no es tan fácil definir lo que es “normal”. El primer paso, es conocer la diferencia entre “desarrollo” y “crecimiento”.



De acuerdo a Evan G. Graber, en su artículo “Introducción al crecimiento y desarrollo” (2023), el primero se refiere a un aumento físico de la talla, mientras que el segundo es la mejora de la función y capacidad. Ambos procesos dependen de factores genéticos, nutricionales y ambientales.

Indicadores

Los indicadores del crecimiento y desarrollo **son las características físicas, como la talla y peso, así como las habilidades que la mayoría de los niños poseen a una edad determinada**, por ejemplo, comenzar a caminar, sonreír por primera vez o decir adiós con la mano.

Si bien es cierto que existen diferentes guías acerca de los indicadores que los niños deberían alcanzar a cierta edad, **se recomienda que sea el médico general o pediatra el encargado de darle**

seguimiento a estos a través de las consultas periódicas, quien, con base a su conocimiento y experiencia, podrá responder a las inquietudes de sus padres y abordar oportunamente los problemas de los niños.

Señales para estar alerta

El Centro Nacional para la Salud de la Infancia y Adolescencia recomienda a través del portal del Gobierno de México, que los padres estén alertas ante alguno de los siguientes indicios en sus hijos:

- Está demasiado flácido o rígido.
- Ausencia de respuesta a los sonidos.
- Tiene las manos permanentemente empuñadas con el pulgar adentro.
- Está irritable con frecuencia, a pesar de satisfacer sus necesidades y cuesta más trabajo tranquilizarlo que a otros niños de su edad.
- No hace esfuerzos para comunicarse.
- Muestra indiferencia excesiva al entorno, parece no interesarle nada de lo que sucede a su alrededor.
- Se frustra mucho cuando se le dificulta hacer algo y deja de hacerlo o se pone a llorar.
- No hace contacto visual cuando alguien le habla.



Si observa una o más de las señales anteriores en su hijo, no dude en llevarlo con un médico. Cada niño crece y se desarrolla a su propio ritmo y es probable que no sea nada de cuidado, pero en caso de que así fuera, es importante actuar de forma oportuna, pues será más eficaz la intervención.

La crianza positiva

La crianza positiva, de acuerdo al Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes, “se basa en el respeto a los derechos y dignidad humana de niñas, niños y adolescentes. **Es el método que deciden utilizar madres, padres y personas cuidadoras para cuidar y educar a través de conductas de disciplina no violentas**”.



Constanza Tort San Román, encargada del despacho de la Secretaría Ejecutiva de dicha institución, señala a su vez que, “la violencia, el castigo físico, las humillaciones y los tratos crueles que viven niñas y niños se sustentan en falsas percepciones sobre lo que es educar”.

Añada también que, “**la crianza positiva dará como resultado que aprendan a relacionarse con otras personas de manera constructiva y sean capaces de tomar decisiones con autonomía**”.

■ Herramientas

En el manual “Herramientas para la crianza positiva y buen trato” (2021), elaborado por la *UNICEF y disponible en internet, podemos encontrar **interesantes recursos para que los padres y cuidadores puedan criar de manera positiva a sus hijos**. A continuación, le ofrecemos algunos ejemplos:

- Demuestre y haga junto con ellos las conductas deseables (“vamos juntos a lavarnos las manos para comer”).

- Haga preguntas para que el pequeño razone (“¿cómo se hubiera sentido tu compañera si hubieras publicado su fotografía en la red social sin su autorización?”).

- Dirija la conducta deseada (“aquí está la escoba para barrer el piso de tu cuarto”).

■ El trabajo infantil

De acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo este concepto es una violación de los derechos humanos fundamentales, habiéndose comprobado que **entorpece el desarrollo de los niños, y que potencialmente les produce daños físicos y psicológicos para toda la vida**.

En nuestro país, según datos del INEGI en 2022, 1,814,031 niñas, niños y adolescentes de 5 a 17 años de edad realizan trabajos que ponen en riesgo su salud. Desde luego que está bien que ayuden en las labores domésticas, pero sin obstaculizar su educación y además ningún niño debería abandonar su infancia.



Criar a un niño es un desafío muy grande. A veces, los padres o cuidadores fueron disciplinados con rudeza en su infancia y reproducen esta forma de educación más tarde, lo cual puede afectar la autoestima de los hijos e interfieren en su capacidad de aprendizaje, así como en el desarrollo intelectual, sensorial, emocional y social.

*Por sus siglas en inglés “United Nations International Children's Emergency Fund” (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia).

El ciberacoso

Se describe como “acoso o intimidación por medio de las tecnologías digitales”. Puede ocurrir en las redes sociales, las plataformas de mensajería y juegos, así como los teléfonos móviles.



Así lo describe la UNICEF en la publicación “Ciberacoso: Qué es y cómo detenerlo”, actualizado en 2024. Añade que es un comportamiento que se repite y que busca atemorizar, enfadar o humillar a otras personas. Por ejemplo:

- Difundir mentiras o publicar fotografías o videos vergonzosos de alguien en las redes sociales.
- Enviar mensajes, imágenes o videos hirientes, abusivos o amenazantes, a través de plataformas de mensajería.
- Hacerse pasar por otra persona y enviar mensajes agresivos en nombre de dicha persona o a través de cuentas falsas.

El acoso cara a cara y el ciberacoso ocurren juntos a menudo, pero este último deja una huella digital, es decir, un registro que puede servir de prueba para ayudar a detener el abuso.

● ¿Cómo prevenirlo?

El gobierno de México, en la publicación “Ciberbullying” (2016), recomienda lo siguiente a los menores que son víctimas:

- Cuida la información que subes a tus redes sociales, con quién la compartes y en presencia de quién accedes a tu cuenta.

- No prestes tus contraseñas, ni los accesos a tus cuentas.
- Monitorea el uso de tus cuentas e identifica si dispositivos desconocidos se han conectado a éstas.
- Si eres víctima de ciberbullying coméntalo con tus padres o maestros, ellos te ayudarán a encontrar una solución.
- No repitas hacia nadie aquellos comportamientos que te molesta que los demás tengan contigo.
- Utiliza los mecanismos de reporte de redes sociales y mensajería instantánea si están siendo usados para el ciberbullying.
- No dejes que crezca, si te molesta deténlo antes de que sea más grande.

Por otro lado, el portal “Stopbullying” en la publicación “Prevenir el ciberacoso” (2021), menciona que un niño puede padecer acoso, acosar a otros o ser testigo, por lo que alienta a estar atento a las siguientes situaciones:

- Aumento o disminución notable en el uso del dispositivo, inclusive la mensajería.
- El niño muestra respuestas emocionales (risa, enojo, disgusto), a lo que ocurre en su dispositivo.
- Oculta su pantalla o dispositivo cuando otras personas están cerca y evita hablar sobre lo que está haciendo con su dispositivo.
- Las cuentas en redes sociales están cerradas o aparecen nuevas.
- Comienza a evitar situaciones sociales, incluso aquellas que disfrutaba anteriormente.
- Se vuelve retraído, se deprime o bien pierde el interés en las personas y actividades.



Es importante prestar atención a los hijos, hablar con ellos, documentar si algo sucede, denunciar, así como pedir apoyo de profesionales.

Sobrepeso y obesidad Infantil

El sobrepeso y la obesidad infantil se han convertido en una preocupación de salud pública a nivel mundial en las últimas décadas. Estas condiciones no solo afectan la salud física de los niños, sino que también tienen repercusiones significativas en su bienestar emocional y social. Con el aumento del consumo de alimentos procesados, el sedentarismo y otros factores socioeconómicos, la prevalencia de estas enfermedades ha alcanzado niveles alarmantes.

Según la Organización Mundial de la Salud, el sobrepeso y la obesidad infantil se definen como la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Estas condiciones se miden comúnmente mediante el índice de masa corporal (IMC), que relaciona el peso y la estatura de un niño. Un IMC por encima del percentil 85 se considera sobrepeso, mientras que por encima del percentil 95 se considera obesidad. Las causas del sobrepeso y la obesidad infantil son multifactoriales. Entre ellas se encuentran los hábitos alimentarios poco saludables, como el consumo excesivo de alimentos procesados, altos en grasas saturadas, azúcares y sodio, así como la falta de actividad física. Además, factores genéticos, socioeconómicos y ambientales también desempeñan un papel importante en el desarrollo de estas condiciones. Los efectos negativos del sobrepeso y la obesidad en los niños son numerosos y graves. A nivel físico, aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, trastornos del sueño y problemas ortopédicos. Se ha observado un aumento en la prevalencia de trastornos psicológicos como la depresión y la baja autoestima.

El impacto social y emocional del sobrepeso y la obesidad en los niños no debe subestimarse. Los niños pueden enfrentar discriminación y estigmatización por parte de la sociedad, lo que puede afectar negativamente su autoimagen y sus relaciones interpersonales. Esto puede llevar a problemas de autoestima, aislamiento social y dificultades académicas. Abordar este problema requiere un enfoque integral que involucre a múltiples sectores de la sociedad. Es fundamental promover hábitos alimentarios saludables desde la infancia, fomentar la actividad física regular y limitar el tiempo dedicado a actividades sedentarias, como ver televisión y jugar videojuegos.

Esto puede lograrse a través de programas educativos en las escuelas, políticas públicas que regulen la publicidad de alimentos poco saludables y el acceso a alimentos nutritivos y asequibles en comunidades. Importante brindar apoyo y programas sociales a las familias para que puedan adoptar comportamientos saludables en el hogar. Esto puede incluir educación sobre nutrición, acceso a alimentos frescos y saludables, además de actividades recreativas que fomenten el movimiento y el juego activo.

En conclusión, el sobrepeso y la obesidad infantil representan un desafío significativo para la salud pública en todo el mundo. Abordar este problema de manera efectiva, requiere una acción concertada de gobiernos, instituciones educativas, profesionales de la salud, familias y la sociedad en su conjunto.

Solo a través de un enfoque integral y colaborativo podemos garantizar un futuro más saludable para las generaciones próximas.



E.D LN Lilitana Teresa Panduro Valdez.
Colegio de Nutriólogos de Jalisco A.C.



RECETAS



Ensalada Paradisso (6 porciones)

Ingredientes

Ensalada

- 100 g Uva pasa blanca.
- 100 g Pistaches de temporada (pelados).
- 2 Peras verdes de Anjou.
- 2 Zanahorias frescas (lavadas y peladas).
- 1 Betabel mediano (lavado y pelado).
- 1 Lechuga sangría.
- 1 Lechuga italiana o romana.

Vinagreta

- 1 Yakult.
- ¼ Taza de aceite vegetal.
- ¼ Taza de aceite de oliva extra virgen.
- 2 Cucharadas de vinagre blanco o de caña.
- 1 Cucharadita de azúcar.
- 1 Cucharadita de mostaza de Dijon.
- Sal y pimienta al gusto.

Procedimiento

- Para elaborar la vinagreta, vierta el vinagre en un tazón y mezcle con un tenedor o batidor de globo los dos aceites sin dejar de batir en hilo. Luego, agregue los demás ingredientes poco a poco, sin dejar de batir vigorosamente.
- Sazone con sal y pimienta al gusto. Para dar mejor sabor se recomienda refrigerar la vinagreta por unas dos horas antes de consumirla. Su período de caducidad en refrigeración es de cinco días.
- Para preparar la ensalada, primero ponga a desinfectar las lechugas. Al terminar, séquelas y corte trocitos con las manos, en pedazos adecuados para comer. Una vez mezcladas, póngalas en un tazón o ensaladera grande. Proceda a rallar el betabel y las zanahorias.
- Después, integre en capas todos los ingredientes. Para terminar, coloque las peras de Anjou en bastones o láminas.
- Aderece a su gusto con la vinagreta antes preparada. Esta ensalada puede servirse como entrada o guarnición para un plato fuerte, yendo muy bien con pescados y mariscos.

Alimentación infantil y TDAH

La alimentación infantil juega un papel fundamental en el desarrollo físico y mental de los niños, y cada vez se reconoce más su impacto en condiciones como el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

El TDAH es un trastorno neurobiológico caracterizado por dificultades en la atención, la impulsividad y la hiperactividad, que puede afectar significativamente el rendimiento académico y el comportamiento social de los niños. En los últimos años, ha habido un creciente interés en comprender cómo la dieta puede influir en los síntomas del TDAH y en mejorar el bienestar general de los niños que lo padecen.

Numerosos estudios han explorado la relación entre la alimentación y el TDAH, y aunque todavía hay mucho por descubrir, se ha observado que ciertos nutrientes pueden desempeñar un papel importante en el manejo de los síntomas.

Por ejemplo, ácidos grasos omega-3, presentes en pescados grasos como el salmón y las nueces, han mostrado efectos beneficiosos en la función cerebral y la regulación del estado de ánimo, lo que podría contribuir a reducir la impulsividad y mejorar la concentración en niños con TDAH.

Además, se ha encontrado una asociación entre el consumo excesivo de alimentos procesados, ricos en azúcares añadidos y aditivos, y un aumento en la incidencia y gravedad de los síntomas del TDAH. Estos alimentos suelen tener un bajo contenido de nutrientes esenciales y pueden provocar fluctuaciones en los niveles de azúcar en sangre, lo que afecta la estabilidad emocional y la concentración de los niños.

Es importante destacar que cada niño es único y puede responder de manera diferente a ciertos alimentos. Sin embargo, existen pautas generales que pueden ayudar a mejorar la alimentación de los niños con TDAH.

Una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, proteínas magras y granos integrales, proporciona los nutrientes necesarios para un desarrollo óptimo y puede contribuir a reducir los síntomas del TDAH. Además, evitar los alimentos altamente procesados y limitar el consumo de azúcares añadidos puede ayudar a estabilizar el estado de ánimo y mejorar la concentración.

Es fundamental que los padres y cuidadores de niños con TDAH trabajen en colaboración con profesionales de la salud, como pediatras y nutricionistas, para diseñar un plan alimenticio adaptado a las necesidades específicas de cada niño.

La alimentación no es un sustituto del tratamiento médico, pero puede ser una herramienta complementaria efectiva en el manejo del TDAH y en la promoción del bienestar general de los niños. Al proporcionar una dieta nutritiva y equilibrada, los padres pueden ayudar a sus hijos a alcanzar su máximo potencial académico y a mejorar su calidad de vida.



Mtra. Verónica Anguiano María.
Psicóloga Clínica Educativa
Docente Universidad Cuahtémoc.



La lactancia materna

La leche materna es el alimento más importante durante los primeros seis meses de vida, según la Organización Mundial de la Salud.



La leche materna tiene la capacidad de brindar protección inmunitaria al bebé, evitando que disminuya la capacidad de contraer enfermedades de las vías respiratorias, diarrea, otitis, etc. Al igual ayuda a prevenir la obesidad y diabetes a largo plazo.

Es la mejor manera de brindar los nutrientes requeridos por el bebé y tiene la capacidad de adaptarse a las necesidades nutricionales conforme va creciendo. Otros de los beneficios de la lactancia materna es el costo, el cual es nulo, ya que es totalmente gratuita, es inocua (libre de bacterias) y tiene temperatura ideal para su consumo inmediato.

La leche materna favorece el desarrollo cognitivo, contiene proteínas que benefician el desarrollo del cerebro.

Calostro. Primera leche que produce la madre. Es de color amarillento y con una consistencia espesa. Proporciona la mayoría de los anticuerpos que protegerán al niño de enfermedades durante su primer brote de crecimiento.

Leche de transición. Es rica en vitaminas y minerales, los cuales ayudan a un mejor crecimiento del bebé, brinda los electrolitos necesarios para mantenerlo hidratado, contiene vitamina A para un mejor desarrollo visual y carbohidratos para otorgar energía en el proceso del crecimiento. Evita contraer cólera, enfermedades comunes de las vías respiratorias, estreñimiento, cólicos, alergias y desnutrición.

• Ventajas para la madre

Dar lactancia materna ayuda a que la madre recupere más rápido el tamaño normal de la matriz. Reduce el riesgo de padecer cáncer de mama u ovario en un futuro. Ayuda a evitar la depresión posparto. Crea mayor vínculo entre madre e hijo.

No necesita levantarse de noche a preparar el alimento, ya que está disponible para su consumo.

Reduce significativamente el gasto económico en la familia, ya que no se necesita adquirir sustituto de leche materna, ni biberones.

• Producción de leche

La producción de leche se realiza cuando hay estímulo por parte del bebé, cada succión que da manda una señal al cerebro, el cual hace que se segregue prolactina, la cual hace que se elabore la leche. Entre más succión haga el bebé mayor producción de leche habrá.

No todos los niños tienen la misma capacidad de succión, cada niño es diferente, por eso hay que fomentar la lactancia a libre demanda, el tiempo que el bebé quiera, la cantidad que el bebé quiera y las veces que el bebé quiera, esto para ayudar a estimular la producción de leche y quede satisfecho el bebé.

La lactancia materna es el mejor regalo para la vida.



MNC. Odette M. Sahagún Anguiano.
Coordinación General de la Carrera de Nutrición.
UNE.

Yakult

Distribuidora Yakult Guadalajara S.A. de C.V.

Solicita El siguiente personal



Chofer Repartidor

Zona Metropolitana de GDL / Tepatlán

Edad: 19 a 35 años / Escolaridad secundaria terminada
Sexo masculino / Licencia de chofer vigente

Asesor de Cambaceo

Zona Metropolitana de GDL / Puerto Vallarta
Tepatlán / Chapala / Manzanillo

Edad: 19 a 35 años / Preparatoria terminada
Facilidad de palabra / Gusto por las ventas

Demostrador(a)

Zona Metropolitana de GDL

Edad: 19 a 35 años / Escolaridad secundaria terminada / Sexo indistinto

Puedes enviar tu CV a:
contratacion_dyg@yakult.mx
O solicitar cita vía telefónica

Oficina Matriz Guadalajara: Periférico Poniente No. 7425,
Fracc. Vallarta Parque Industrial, Zapopan, Jalisco
Teléfono 33 3134 5300 Ext. 4109 y 6502

Sucursal Tepatlán: Pantaleón Leal No. 570,
Fracc. San Francisco. Teléfono 37 8688 0129

Sucursal Pto. Vallarta: Josefa Ortiz de Domínguez No. 481,
Colonia El Coapinole, El Pitillal, Teléfono 299 1594

Sucursal Manzanillo: Boulevard Miguel de la Madrid No. 12601,
Colonia Santiago, Teléfono 31 4113 0898

Sucursal Chapala: Acapulco No. 39,
Colonia La Purísima, Teléfono 37 67655 152

Probióticos y obesidad

Un estudio realizado por Nagata S. y colaboradores en 2017, en niños con obesidad, mostró que el *Lactobacillus casei* Shirota contribuyó a la pérdida de peso y al mismo tiempo mejoró el metabolismo de los lípidos.



¡Yakult cerca de ti!

La visita del **Brincodigestivo Yakult** a las escuelas de preescolar y primarias consiste en recorridos a través de un modelo inflable del sistema digestivo, con el objetivo de apoyar a la educación, mediante información tanto a padres de familia como a estudiantes sobre una alimentación saludable, apoyando de esta manera la labor del personal docente en la formación de los estudiantes mediante actividades lúdicas.

Requisitos

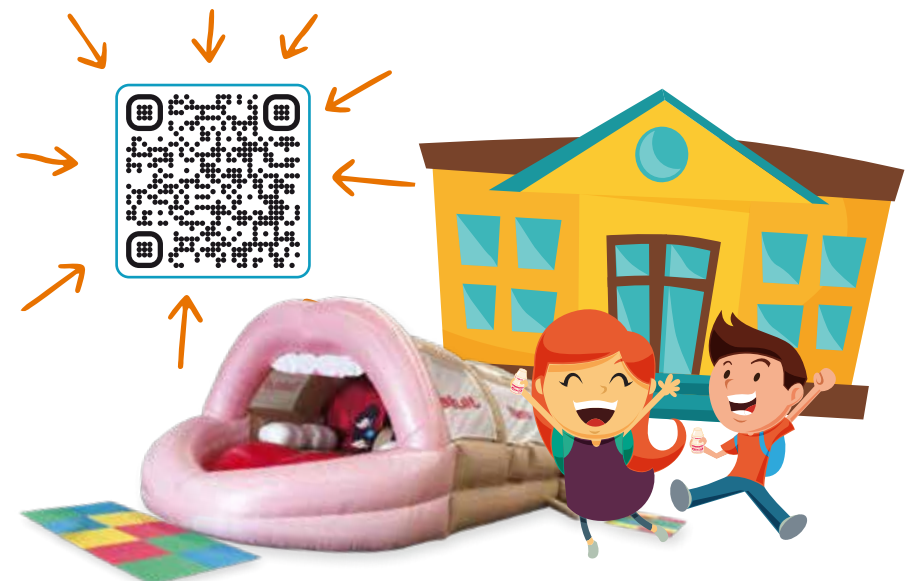
- Instalaciones apropiadas para el Brincodigestivo (20 m de largo, 5 m de ancho y 4 m de alto).
- Acceso de camioneta para instalación del inflable.
- Oficio de solicitud con datos de los Directores de ambos turnos, de la escuela, cantidad de niños y solicitud expresa de producto (en caso de requerirse), así como la fecha del evento.
- Firma de aceptación del reglamento de ingreso al Brincodigestivo por parte de los Directores de la institución.

El evento es totalmente gratuito, por lo que no generará ningún costo para los niños, ni para la escuela.

Informes

- Tel. 800 830 00 30
- mercadotecnia_dyg@yakult.mx

También puedes conocer el **proceso de producción de Yakult** en una visita virtual a la **Planta de Producción**, llámanos al 33 3134 5300, Ext. 6103 o **escanea el código** para solicitar una visita.



Los probióticos pueden ayudar a:



El *Lactobacillus casei* Shirota es considerado un probiótico
Exclusivo de la marca **Yakult**



Estimular el sistema inmunológico

Nuestro organismo está constantemente expuesto a virus y bacterias, ellos pueden ocasionarnos una enfermedad. En contraparte, nuestro sistema inmunológico actúa atacando todo organismo extraño que ingresa a nuestro cuerpo.

Para prevenir una enfermedad hay varias cosas que podemos realizar, como dormir adecuadamente, hacer ejercicio, canalizar el estrés y muy importante, alimentarnos de forma saludable, incluyendo alimentos de todos los grupos, como frutas, verduras, carnes, leguminosas, cereales, grasas de buena calidad y lácteos, como **Yakult** y **Sofú LT**, en donde encontramos bacterias probióticas como el *Lactobacillus casei* Shirota, el cual estimula nuestro sistema inmune que nos ayuda a prevenir enfermedades.



Yakult presenta
Vida Sana
Romance 99.5 FM

El Observador con Ricardo Mejía

Salud infantil

7 de marzo / 9:00 a.m.

Los derechos de los niños

4 de abril / 9:00 a.m.



Síguenos en
facebook
como
Yakult Guadalajara



Síguenos en *Instagram*
como
Yakult Guadalajara



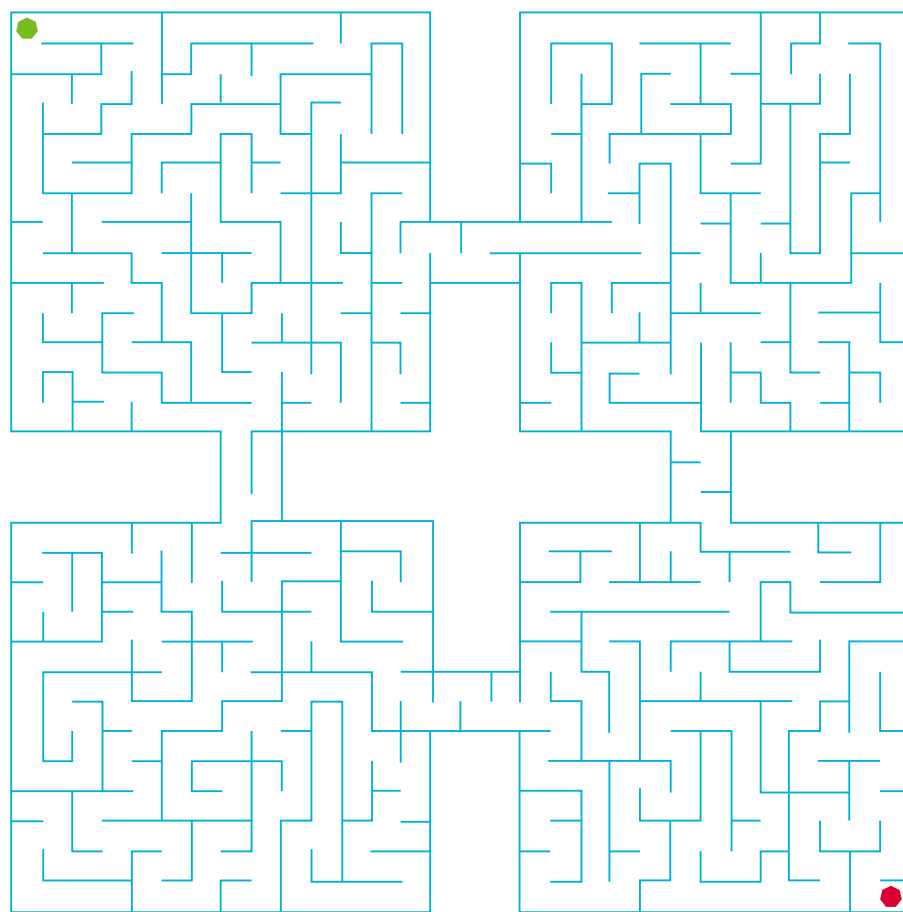


Yakulaberinto



Yakuamigo, ¿sabías que resolver laberintos te ayuda a estimular el pensamiento lógico, así como a mejorar las habilidades visual-espaciales y la coordinación psicomotriz?

Por este motivo, en esta ocasión te invitamos a solucionar el siguiente laberinto:





AV. LA PAZ 1701
COL. AMERICANA, 44190
GUADALAJARA, JAL.

www.suehiro.com.mx

RESERVACIONES: ☎ 33 3826 0094 ó 33 3825 1880

SÍGUENOS EN REDES SOCIALES: @SUEHIROMX  

Unidos por los niños

Por cada producto de la marca **Yakult** que adquieras, estarás colaborando para dar una mejor calidad de vida a niños con diversos padecimientos.

Del 1 de marzo
al 30 de abril 2024

Válido en Jalisco y Colima



¿Te gustaría recibir tu revista **Familia Yakult** cada mes directamente en tu correo electrónico?

Solo tienes que suscribirte a nuestro Newsletter:

