

#CrescerSaudável

DISQUE SAÚDE 136

   /minsaude

 /ministeriodasaude

 /MinSaudeBR

Vamos prevenir a obesidade infantil



2° passo:
Atividade física



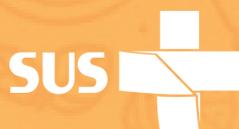
1° passo:
Alimentação saudável

3° passo:
Mais brincadeiras e atividades ao ar livre

Prevenir a obesidade infantil começa com três passos.

Ofereça para as crianças mais alimentos in natura e menos ultraprocessados. Estimule a prática de atividades físicas, brincadeiras e jogos ao ar livre. Proporcionar interações da criança com a família cria memórias para a vida toda. Prevenir a obesidade infantil é responsabilidade de toda a comunidade.

Saiba mais em
gov.br/saude



MINISTÉRIO DA SAÚDE



PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL