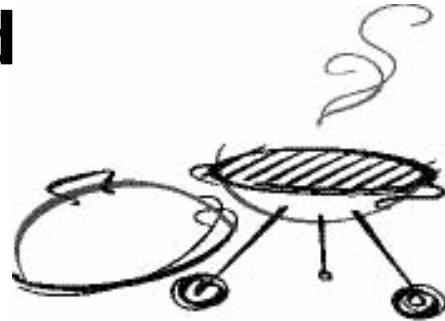


# Pregúnteme sobre... Comidas y Publicidad



**Pregúnteme acerca de lo que aprendí sobre la propaganda de comidas en mi Lección de “GrowingGreat” en el Aula sobre Nutrición:**

1. ¿Cuáles son las tres técnicas que emplean los anunciantes para persuadirnos para que compremos sus productos?
2. ¿Cuánto dinero gastaron las empresas el año pasado para publicitar la comida chatarra para los niños?
3. Cuénteme algo divertido que haya visto en una publicidad de sus frutas o verduras frescas.

.....  
**Respuestas**

1. Trucos para aumentar ventas, regalos, música, personas famosas/atletas, un refrán pegadizo, personajes, afirmaciones que exceden la realidad.
2. \$11 billones el año pasado.
3. Venga a la cafetería durante el mes de abril a ver todos los anuncios publicitarios creativos de los estudiantes.

---

**GrowingGreat agradece a las siguientes empresas su generosa contribución al hacer posible la degustación de comidas para esta lección:**

## **Arroz Primavera Bendiciones de Cocina**

- 3 tazas de arroz cocido de grano largo
- 2 cucharadas grandes de “Ghee” o mantequilla
- 4 cebolletas en rebanadas
- 1 cebolla cortada fina
- 1/2 taza de trozos pequeños de brócoli
- 1 puerro cortado en rebanadas finas (la parte blanca)
- 2 tazas de espinaca fresca picada

En una sartén grande derretir la manteca a fuego mediano. Agregar la cebolla, el puerro, la cebolleta y el brócoli. Saltearlos hasta que se ablanden, aproximadamente 10 minutos. Agregar la espinaca y revolver durante 5 minutos o más. Agregar al arroz ya cocinado y mezclar bien. Servir caliente.





## Lección # 5 de Nutrición en el Aula: : **Los Niños y la Publicidad**



### **Horario del Farmers Market (Mercado callejero)**

#### **ESTADÍSTICAS SOBRE PUBLICIDAD**

- Los niños entre 6-11 años de edad que miran televisión regularmente están expuestos anualmente a alrededor de 11.000 propagandas sobre comida.
- Los niños hasta los 8 años de edad no distinguen entre un programa de televisión y un anuncio publicitario, por lo tanto no pueden identificar la información falsa.
- Los investigadores del mercado calculan que los niños entre los 4 y 12 años de edad influyen aproximadamente en \$565 billones en las compras anuales de sus padres.
- El año pasado los anunciantes gastaron \$14 billones para promocionar comidas de poca calidad a los niños.

Las frutas y verduras frescas son alimentos de alta calidad que usted y sus hijos pueden disfrutar todo el año. A continuación se detalla una lista de los productos que puede encontrar en primavera en su tienda de comestibles y mercados al aire libre.

#### **FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS EN PRIMAVERA**

##### **Abril**

##### **Frutas**

Manzanas, arándanos, pomelos, melones dulces, mangos, naranjas, peras, piñas

##### **Verduras**

Alcachofas, espárragos, brócoli, frijoles verdes, champiñones, espinaca

##### **Mayo**

##### **Frutas**

Manzanas, albaricoques, cantalupos, cerezas, arándanos, pomelos, melones dulces, limas, naranjas, peras, piñas

##### **Verduras**

Albaricoques, espárragos, brócoli, maíz, pepinos, frijoles verdes, quingombó, rábanos, espinaca, tomates

##### **Junio**

##### **Frutas**

Albaricoques, arándanos, cantalupos, cerezas, arándanos, pomelos, melón dulce, kiwi, limas, nectarinas, naranjas, melocotones, piñas, ciruelas, frambuesas, fresas, sandías

##### **Verduras**

Alcachofas, maíz, pepinos, frijoles verdes, quingombó, rábanos, calabazas, tomates.