

Nutrición



Sabía usted que...?

El cambio climático impacta la disponibilidad, el costo y el valor nutricional de los alimentos. A medida que el clima extremo impacta negativamente la agricultura, se afecta nuestra capacidad de acceso a alimentos saludables, impactando cómo los niños crecen y se desarrollan.

Plan de Acción

- **Coma con conciencia de que:**
 - La producción de la carne y los productos lácteos contribuye grandemente a las emisiones de gases de efecto invernadero que provocan el cambio climático. Si usted incorpora comidas a base de plantas en su dieta, puede mejorar tanto su salud como la del planeta!
 - Apoye a las granjas agrícolas y negocios locales.
 - Las dietas sostenibles son buenas para la Tierra, su comunidad y su salud
- **No desperdicie los alimentos:** el exceso de producción de alimentos contribuye a las emisiones de gases de efecto invernadero. Intente preparar comidas, donar a despensas locales y compostar para reducir su impacto.
- **Ayude a detectar deficiencias nutricionales:** discuta la dieta, el crecimiento y los hábitos alimenticios de su hijo con su pediatra.

Recursos para la Comunidad

Localice el banco de alimentos de su localidad a través de [Alimentando América](#)

Pruebe algo nuevo: prepare diferentes recetas amigables al clima como las que se encuentran en recetas climáticas del [Comidista](#) para incorporar más alimentos de origen vegetal en su dieta

Explore estos consejos sobre [cocina ecológica](#)

Aprenda a preparar agua segura durante emergencias, haciendo clic [aquí](#)

Aprenda acerca del agua de grifo haciendo clic [aquí](#)



Puerto Rico Chapter
INCORPORATED IN PUERTO RICO
American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN



Boston Children's Hospital
Pediatric Environmental Health

This Climate Rx was supported by the American Academy of Pediatrics (AAP) and funded (in part) by a cooperative agreement with the Centers for Disease Control and Prevention/Agency for Toxic Substances and Disease Registry (CDC/ATSDR). The U.S. Environmental Protection Agency (EPA) supports the PEHSUs by providing partial funding to CDC/ATSDR through an Inter-Agency Agreement. The findings and conclusions presented have not been formally disseminated by CDC/ATSDR or EPA and should not be construed to represent any agency determination or policy. Use of trade names that may be mentioned is for identification only and does not imply endorsement by the CDC/ATSDR or EPA.

PEHSU
Pediatric Environmental Health Specialty Unit
Region 2: NJ | NY | PR | USVI



Region 1: New England
PEHSU
Pediatric Environmental Health
Specialty Unit