



## PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

**CONTACTO: Will Holbert**

**Teléfono: (916) 606-7992**

**Correo Electrónico: [wholbert@rs-e.com](mailto:wholbert@rs-e.com)**

**Victoria Berends**

**Proyecto LEAN de California**

**Teléfono: (916) 837-6366**

**Correo Electrónico: [vberends@gmail.com](mailto:vberends@gmail.com)**

**Campaña de Medios "Piensa Bien Lo Que Tomas" Develada Hoy en Bakersfield para  
Mejorar la Salud de los Residentes del Valle Central  
*Recomiendan Otras Opciones en Vez de Bebidas Azucaradas  
en el Trabajo, el Hogar y la Escuela***

BAKERSFIELD, 17 de Nov., 2011 — Con el fin de cambiar la opinión pública sobre las bebidas azucaradas, la campaña Piensa Bien Lo Que Tomas trae su mensaje a Bakersfield esta semana enfatizando la necesidad de tener alternativas saludables para las bebidas azucaradas en el lugar de trabajo, el hogar y la escuela.

La campaña es patrocinada por el Departamento de Salud Pública de California, El Proyecto LEAN de California (Líderes que Fomentan la Actividad y la Nutrición), conjuntamente con la Fundación Dolores Huerta, la Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Tulare, La Fundación del Cuidado de la Salud Kaweah Delta y el Distrito Escolar Earlimart.

Mucha gente no sabe que un refresco promedio de 20 onzas – el tamaño normal que ahora se ofrece en tiendas y máquinas expendedoras – contiene el equivalente a 22 paquetes de azúcar. Las bebidas azucaradas pueden contribuir a la obesidad, diabetes tipo 2, enfermedades del corazón y algunos tipos de cáncer.

“Las bebidas azucaradas ya no se toman como un antojo de vez en cuando,” dijo Peggy Agron, Jefe de Programa del Proyecto LEAN de California, un programa del Departamento de Salud Pública de California. “Las bebidas azucaradas se han convertido en parte de la dieta diaria de

la mayoría de los americanos. Nos complace lanzar este nuevo esfuerzo de medios de la campaña Piensa Bien Lo Que Tomas en el Valle Central para ayudar a familias a elegir bebidas más saludables tales como agua y leche baja en grasa 1% sin sabor añadido.”

La Colaboración de Salud y Nutrición del Valle Central, el Departamento de Servicios de Salud Pública del Condado de Kern y el Distrito Escolar Arvin Unión también participaron en el evento, donde los organizadores construyeron una pirámide de vasos para tomar, y cada uno estaba lleno de paquetes de azúcar.

Para los niños, cada lata o vaso adicional de bebidas azucaradas que consuman al día aumenta su riesgo de convertirse en obesos en un 60 por ciento. En California, la prevalencia del sobrepeso y la obesidad es mayor en adolescentes que toman bebidas azucaradas que en los que no las toman.

En California, el 62 por ciento de adolescentes entre 12 y 17 años de edad y el 41 por ciento de niños entre 2 y 11 años de edad toman al menos un refresco u otra bebida azucarada al día. Algunos de los más altos índices de consumo de bebidas azucaradas en California en niños entre 2 y 11 años de edad se encuentran en los condados del Valle de San Joaquín. En el Condado de Kings, el 57 por ciento de niños entre 2 y 11 años de edad toma un refresco o más al día, con un 55 por ciento en el Condado de Kern y 53 por ciento en el Condado de Fresno.

La prevalencia de bebidas azucaradas también se refleja en el lugar de trabajo. ¡La persona promedio en los Estados Unidos tomó 45 galones de bebidas azucaradas en el 2009! Si redujéramos el consumo de bebidas azucaradas podríamos reducir sustanciosamente los \$41 mil millones de dólares que se les atribuyen al costo del cuidado de salud en California debido a la inactividad física, la obesidad y el sobrepeso.

El Proyecto LEAN de California ha financiado la campaña Piensa Bien Lo Que Tomas a través de su subsidio de la Ley Estadounidense de Recuperación Económica e Inversión, la cual intenta combatir el sobrepeso y la obesidad. Este subsidio apoya proyectos educativos, cambios de política y ambientales que promuevan el incremento en el acceso a bebidas más saludables además de la reducción en el acceso a bebidas azucaradas en las escuelas, lugares de trabajo y ubicaciones comunitarias.

Para obtener más información sobre este programa, o para saber cómo los residentes del Valle Central pueden mejorar su salud y la de su familia, por favor visite [www.CaliforniaProjectLEAN.org](http://www.CaliforniaProjectLEAN.org), o llame al 1-916-552-9907.

###