



gracias por esos 1.000 días

Lo que hagas en los mil primeros días de tu bebé (embarazo, lactancia y los 2 primeros años) será un gran paso para su salud.

Recuerda que 1.000 días de vida saludable, de actividad física y de alimentos bajos en grasas, azúcares y en sal son claves, porque desde el principio lo educarás en hábitos saludables y le prevendrás contra la obesidad, ahora y en el futuro.

Y eso es mucho, infórmate.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

aecosan

agencia española
de consumo,
seguridad alimentaria y nutrición

www.aecosan.msssi.gob.es

estrategia
naos
¡come sano y muévete!