



Actividad con azúcar

Actividad con azúcar para hacer con su hijo(a) en edad preescolar.

Paso 1: Seleccione una de las bebidas favoritas de su hijo(a).

Paso 2: Vea la etiqueta de la bebida para determinar la cantidad de azúcar en una porción de bebida.

Paso 3: Divida los gramos de azúcar entre 4 para determinar la cantidad de cucharaditas de azúcar en una porción de la bebida.

Paso 4: Use una cucharilla para servir la cantidad de azúcar en una porción de bebida en un plato.

Paso 5: Repita la actividad, pero ahora en vez de calcular la cantidad de azúcar en una porción de la bebida, calcule la cantidad de azúcar en la porción de bebida que su hijo(a) bebe normalmente.

Ejemplo: Si el tamaño de porción es $\frac{1}{2}$ taza, pero su hijo(a) generalmente se bebe 1 taza, entonces su hijo(a) está bebiendo 2 porciones. Al servir el azúcar multiplicaría la cantidad de azúcar en una porción de bebida por 2.

