



Ibagué, 31 de octubre de 2023

Comunicado de prensa 1918

Alcaldía socializa recomendaciones a la hora de consumir dulces

Es importante reducir el consumo excesivo de azúcar para prevenir problemas en salud.

Llega la celebración del 'Día de los niños' y muchos pequeños se visten con el disfraz de sus personajes favoritos, salen a las calles, centros comerciales, restaurantes y muchos otros lugares en donde recibirán dulces, como es tradición cada año.

Sin embargo, el consumo desmedido de este tipo de alimentos azucarados, puede traer graves complicaciones en salud para los infantes.

“El consumo excesivo de azúcares o carbohidratos afecta la salud de nuestros niños, de forma aguda, como también de forma crónica; lo cual puede terminar en obesidad, diabetes, y enfermedades cardiovasculares en edad temprana”, explicó Oscar Rojas, médico de la Unidad de Salud de Ibagué.

Además de lo anterior, permitir esta actividad puede generar alteraciones gastro intestinales, dolores abdominales, síndrome de colon irritable, entre otras afectaciones.

“Debemos hidratar muy bien a nuestros niños, que muy probablemente van a tener actividades lúdicas, tanto en el colegio, como en la calle, y la



Alcaldía Municipal
Ibagué
NIT. 800113389-7



Despacho Alcalde
Oficina de Comunicaciones

hidratación es muy importante”, concluyó Rojas.

La recomendación más importante para los padres de familia es prevenir y controlar la ingesta de dulces, evitando así, efectos a corto plazo como enfermedades diarreicas, vómito y deshidratación.