**PROBLEMÁTICA:**

**ALIMENTACION BALANCEADA EN NIÑOS**

**En la actualidad la mala información acerca de la alimentación balanceada que deben tener los niños o la carencia de esta hace que los padres no den una alimentación adecuada a sus hijos. Cuando los padres quieren informarse o saber acerca del tema siempre priorizan su búsqueda de información por medio del internet o por medio de familiares que recomiendan lo que les hizo bien a sus hijos o lo que un médico les dijo, obviando así que el perfil nutricional varía según las personas o edades. Es por ello, que el centro colombiano de Nutrición Integral y la Asociación Colombiana de Nutrición Clínica indagaron sobre el tema y encontraron que alrededor del 55% de estos padres nunca han consultado a un médico especialista en el tema, donde ellos pueden consultar sobre las necesidades requeridas para sus hijos en cuanto al tema de hábitos de alimentación.**

**PROPUESTA**

**Una propuesta que podría aplicarse en mi centro laboral como en otros del mismo medio es establecer un semáforo nutricional por rango de edad que indique los diferentes índices nutricionales que el plato ha de proveer, tomando como base, estándares de alimentación para cada rango de edad. También se podría completar a la propuesta con ofrecer platos nutricionales específicos que ayuden a los menores a adaptarse a sus nuevos hábitos alimenticios ofreciéndoles diversidad y nutrición balanceada, así mismo, siempre informar sobre el aporte nutricional de cada plato**.

