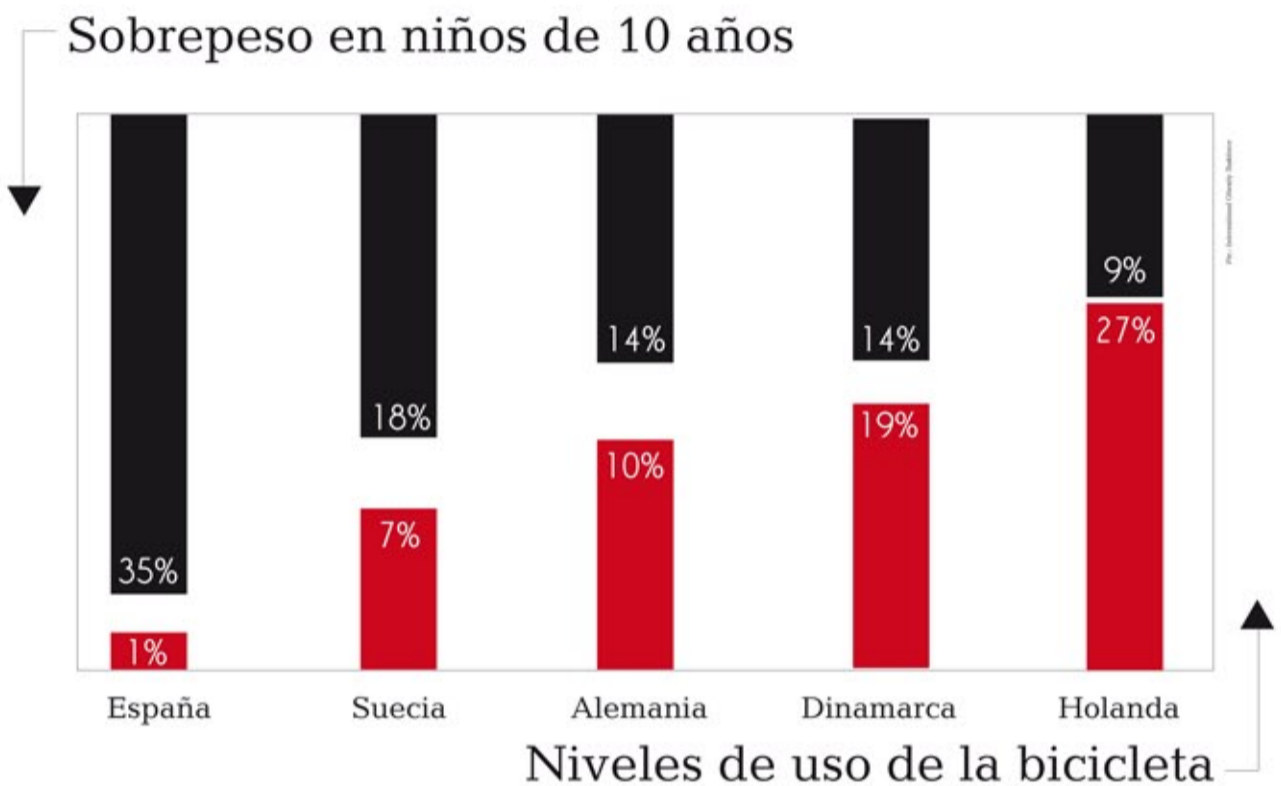


TÚ CALCULAS

Uno de cada cinco niños en España tiene **sobrepeso** u obesidad. El sobrepeso **se debe** antes **a la vida sedentaria** que a malos hábitos de alimentación.



Calcula el tiempo que Caperucita pasa sentada

- 5 horas en el colegio
- 30 minutos en coche
- 3 horas frente al televisor, ordenador, etc.
- 60 minutos haciendo deberes
- 90 minutos comiendo

_____ Total

Calcula el tiempo que pasas tú quieto/a a diario

- En el colegio _____ min.
- En transporte _____ min.
- Frente a la televisión, ordenador, etc. _____ min.
- Comiendo _____ min.
- Otras actividades en la silla _____ min.

Total = _____ horas