

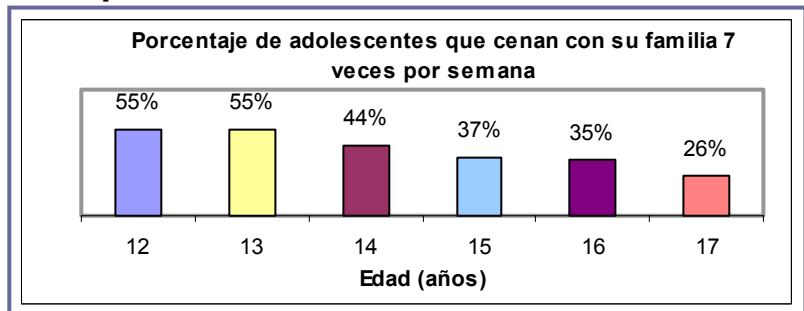


This edition of *NuNews*™ brought to you by:

Secretos de las comidas familiares

Estudios universitarios apoyan la importancia de las comidas familiares.

Comer en familia se está convirtiendo en una tradición perdida¹. Si bien los padres consideran que comer en familia es una actividad importante², la cantidad de niños que cenan con sus familias está disminuyendo en más de 50% durante el transcurso de la escuela primaria a la secundaria³.



FamilyDay

Esta situación presenta una grave inquietud. Cada vez más investigaciones sobre niños y adolescentes apoyan la importancia de las comidas familiares como herramienta para que los padres puedan criar

hijos sanos y educados. Para acentuar la importancia de la hora de las comidas, el presidente Bush, junto con 35 gobernadores de diversos estados, ha declarado el cuarto lunes de septiembre como el "Día de la familia – Un día para cenar con los hijos".

Recientemente, el Centro Nacional de Adicción y Abuso de Sustancias (CASA®) de la Universidad de Columbia realizó una encuesta sobre la importancia de la hora de las comidas en 1,987 adolescentes y 304 padres de adolescentes en todos los Estados Unidos³. Los importantes descubrimientos de esta encuesta y otros estudios destacan la importancia de las comidas familiares, y a la vez respaldan la necesidad de que los padres recuperen esta tradición inmemorable.

Referencias

1. Mackenzie, M. "Is the family meal disappearing?" *J of Gastronomy*. 7(1)35-45, Invierno/Primavera de 1993.
2. Mellman and Lazarus Inc. Encuesta sobre valores familiares. Opinión pública en línea realizada en Roper Center de la Universidad de Connecticut. Citado en LEXIS- NEXIS, Dayton, Ohio. 1991.
3. Gráficos y referencias utilizados con autorización. Centro Nacional de Adicción y Abuso de Sustancias (CASA®); *The Importance of Family Dinners*; septiembre de 2003.
http://www.casacolumbia.org/usr_doc/family_dinners.pdf