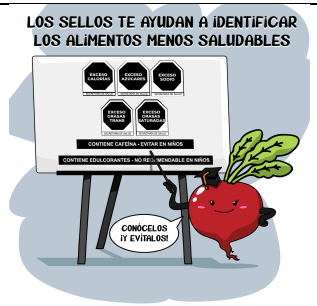
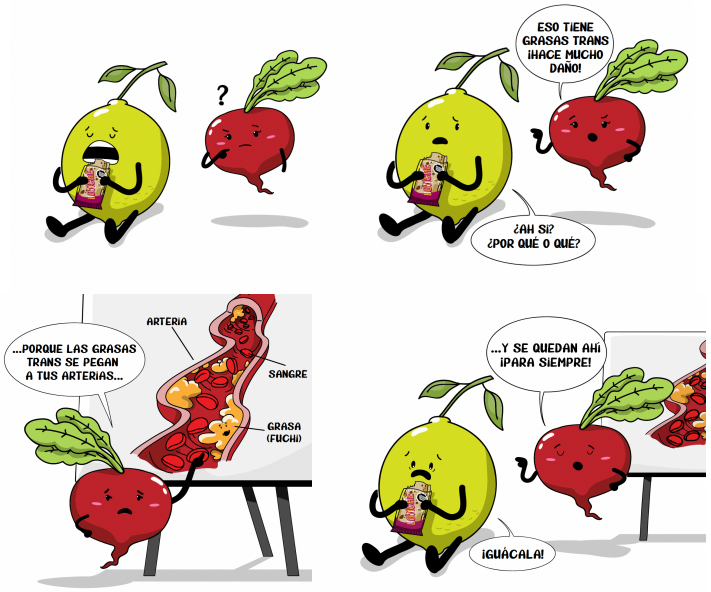
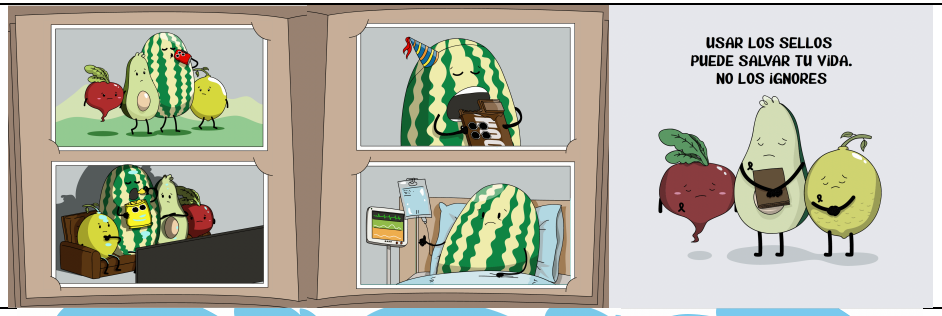
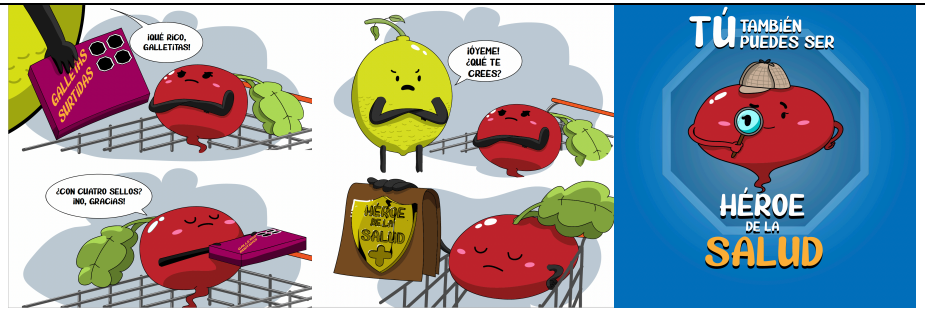
Cuadro Suplementario 4. Soluciones creativas preparadas por el equipo de investigación que acompañaron los componentes de la estrategia. México, 2021

Componentes[1]	*Operacionalización de las estrategias en mensajes*[2]	*Solución creativa*[3]
Componente 1. Mejorar la comprensión del sistema de etiquetado de advertencias	**SELLOS.** Los SELLOS son etiquetas que vienen al frente de los productos cuando un alimento tiene muchas calorías, mucha azúcar, mucha sal, o mucha grasa. Comer comida con sellos puede dañar tu salud. También te indican si un producto contiene edulcorantes o cafeína, los cuales no son recomendables para los niños, niñas y adolescentes.	
	MINISELLOS. Los productos pequeños no tienen espacio para los sellos con letras, pero también pueden contener ingredientes que dañan tu salud. Los MINISELLOS indican el número de ingredientes dañinos en los que excede un producto.	
Componente 2. Aumentar los conocimientos sobre la relación entre los ingredientes	**CALORÍAS**: Las calorías aportan energía, pero en exceso se acumulan como grasa. Los sellos te ayudan a identificar cuales productos tienen muchas calorías.	

críticos y la enfermedad.	**SODIO:** Muchos productos contienen grandes cantidades de sal o sodio. ¡Protege tu corazón, riñones y huesos evitando productos con exceso de sodio! El sello de EXCESO DE SODIO te ayuda a identificar los productos que contienen mucha SAL.	
	GRASAS TRANS: ¡Nuestro cuerpo no necesita de las grasas trans! Al evitar las grasas trans, disminuyes el riesgo de colesterol alto en la sangre, que se tapen tus arterias y enfermes del corazón. El sello de **EXCESO DE GRASAS TRANS** te ayuda a identificar los productos que contienen este tipo de grasas que son muy dañinas y las crean las fábricas de alimentos para que los productos duren más.	

	GRASAS SATURADAS: ¡Protege tu corazón evitando productos con exceso de grasas saturadas! Usa los sellos para identificar cuáles productos tienen EXCESO DE GRASAS SATURADAS.	
	EDULCORANTES. ¡Los EDULCORANTES no son COLORANTES! Los edulcorantes les dan sabor dulce a los alimentos. No deben ser consumidos por niños y niñas porque incrementan el apetito, provocando mayor consumo de alimentos.	
	CAFEÍNA. La cafeína no solo está en el café. Está en muchos productos que comemos todos los días. No es recomendable en niños y niñas porque puede ocasionarles nerviosismo y ansiedad.	

Componente 3. Cambiar la creencia de que todos los productos procesados son buenos para la salud	"¿Confías en todos los productos que compras? No todos los productos del súper son saludables, no te confíes. Existen productos que contienen muchas calorías, mucha azúcar, mucha sal, o mucha grasa, que pueden dañar tu salud. No te confíes.	
Componente 4. Resaltar las consecuencias negativas del consumo de alimentos con sellos	Usar los sellos puede salvar tu vida, no los ignores. Los sellos contribuyen a que las y los mexicanos podamos gozar de más salud. Tú puedes comer más saludable para volver a México un mejor país	
Componente 5. Resaltar los beneficios para la salud física y mental del consumo de alimentos frescos y sin sellos	Comer saludable te ayuda a estar sano y a tener más energía. Los sellos te ayudan a decidir mejor qué comer, comer mejor te ayuda estar sano, estar sano te ayuda a tener más energía	

Componente 6. Resaltar los beneficios para el desempeño académico del consumo de alimentos frescos y sin sellos	¡Si comes mejor, sacas 10! Comer saludable ayuda a que tu cerebro piense más rápido, a que te vaya bien en la escuela y a sentirte bien contigo mismo.	
Componente 7. Fomentar que NNA sean agentes de cambio dentro de su familia y comunidad para recordar sobre los objetivos de salud	¡Si escoges bien, puedes ayudar al mundo! Usando los sellos para seleccionar mejores alimentos, puedes ayudar a tu familia y amigos a tener una vida sana. Tú también puedes ser un Detective de la Salud.	
Componente 8. Fomentar que NNA y sus cuidadores sean agentes de cambio para exigir a la industria alimentaria la producción de alimentos saludables.	Tienes derecho a una alimentación saludable. Cuando eliges alimentos frescos y productos sin sellos, haces que estén más disponibles y accesibles para tu familia ¡Usa tu voz!	

Componente 9 Resaltar que los alimentos naturales tienen un costo menor y son de mayor calidad que los alimentos con sellos.	Sabemos que los alimentos con sellos saben rico, pero los alimentos frescos, además de deliciosos, son de mejor calidad y son más baratos!	NO DISPONIBLE
Componente 10. Dar opciones de preparaciones atractivas y saludables con alimentos naturales.	Tal vez pienses que los alimentos naturales son muy “simples” y no saben rico. Pero con esta receta puedes prepararte algo delicioso y saludable de manera práctica y rápida. Y lo más importante, sin excesos de ingredientes que dañan tu salud	NO DISPONIBLE

[1] Planteados por los investigadores según la información recolectada con la población objetivo.
[2] Con base en la sugerencia de NNA de no utilizar un tono prohibitivo, los mensajes redactaron en tono positivo.
[3] Con base en las imágenes preparadas por NNA para promover el uso del etiquetado frontal de advertencias.