

iGLUP, GLUP,
HURRA!



Celebremos lo que el agua puede hacer por ti



Escrito por Ben Peters
Traducido por Jaime Cerda
Ilustraciones por Sonny Huynh
Dirección de Arte por Andrew Alblas
Dirección estratégica por Pamela Buchwald
Producción por Staci Hostetler
Producción Ejecutiva por Hannah Robbins Bruce

Este libro explora los muchos beneficios que tiene el agua para el cuerpo de un niño. Promueve que ellos sean autosuficientes al enseñarles a los niños que pueden estar a cargo de su propia salud, al pedir agua en vez de otras bebidas y al obtener su propia agua. ¡Glup, glup, hurra! Llega a ti gracias a Rev Your Bev, la campaña de la Fundación de Virginia por una Juventud Saludable que invita a todos los Virginianos a tomar más agua. Rev Your Bev promueve el agua como la bebida #1 a elegir para prevenir la obesidad en la infancia y reúne a educadores, defensores de la salud, y a líderes de comunidades para cambiar la forma en la que los Virginianos piensan sobre las bebidas. Visita RevYourBev.com para involucrarte y aprender más.





De un chorro o de gotitas, te empapa o te salpica.
La bebes o sorbeteas, pero siempre es rica.

No se parece a nada,
pero es algo muy cotidiano.
Y ayuda a tu cuerpo,
a crecer fuerte y sano.

¿Qué es esta cosa de la que estamos hablando?

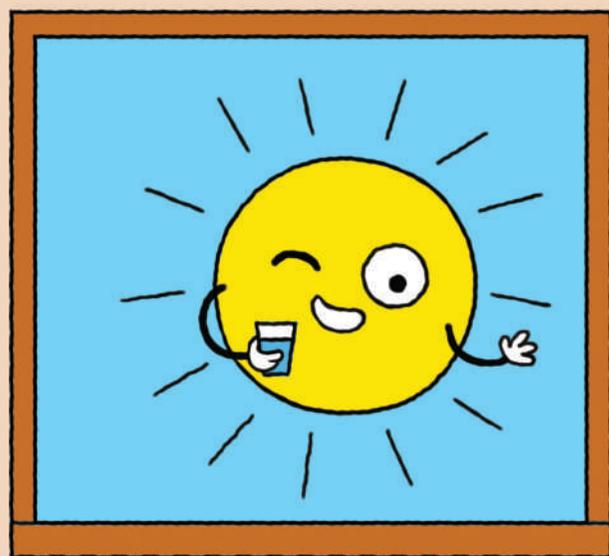


Aquí va una pista:
Dentro de la llave
ella siempre
está lista.

¡Es el agua, por supuesto!
¡Sabíamos que lo ibas a saber!

Pero es tiempo de explorar
lo que el agua puede hacer.

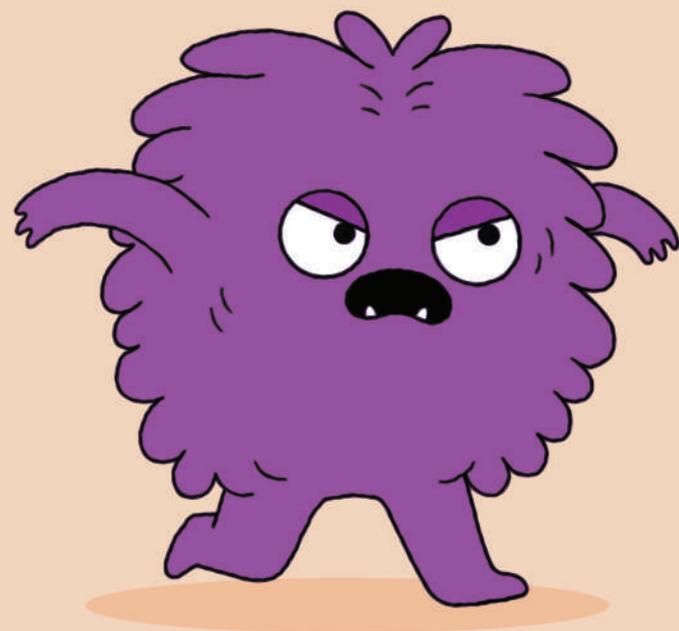


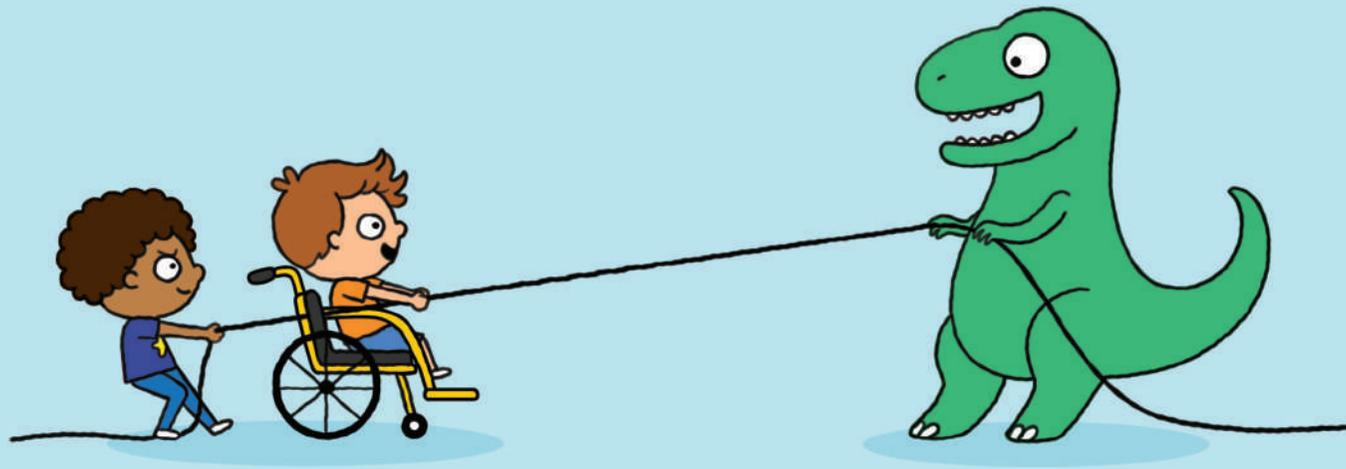


Ya amaneció, hay que levantarse
y un vaso con agua llenarse.

Porque si hay mal genio al despertar,
eso el agua lo puede cambiar.

Sonreír es más fácil con agua pura.
iGlup, glup, hurra!



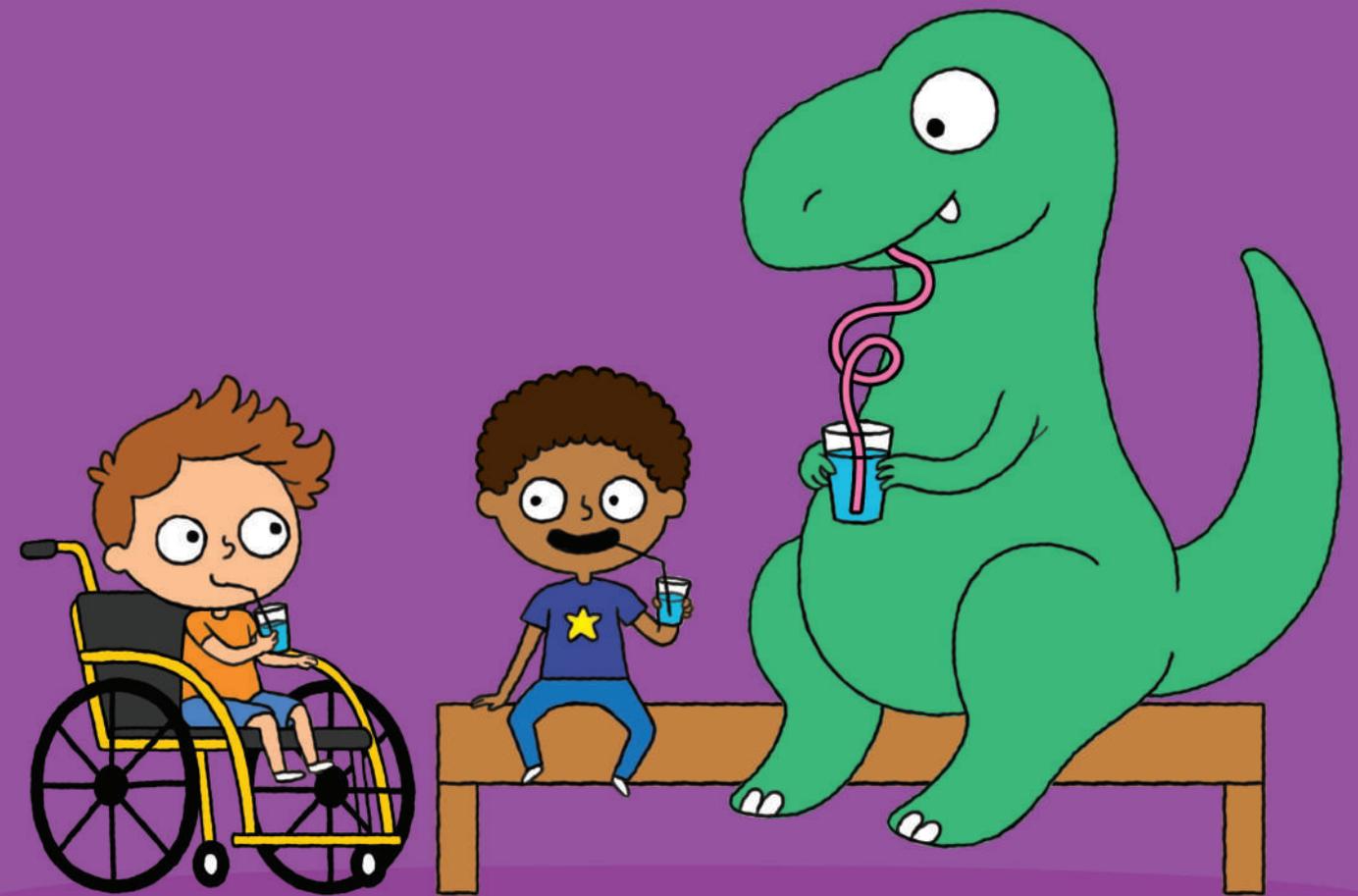


Acá hay algo que podrías no saber,
el agua ayuda a tus músculos crecer.

Tu cuerpo se hace más fuerte, no son bromas
y tus saltos son más largos cuando la tomas.

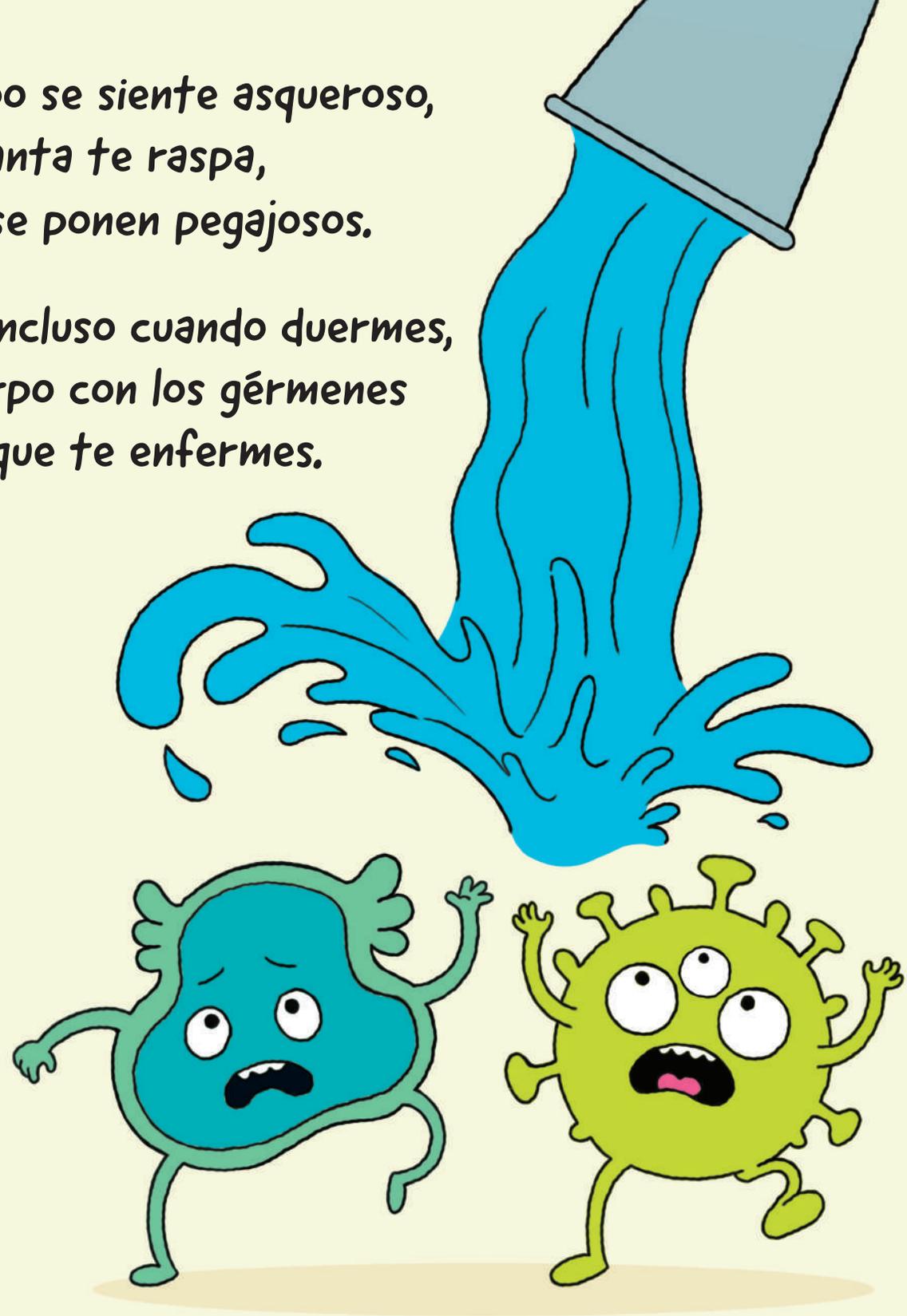


El agua energiza tus músculos
sin importar lo que ocurra.
Celebremos el agua con un
igluP, glup, hurra!



A veces tu cuerpo se siente asqueroso,
tu garganta te raspa,
y tus mocos se ponen pegajosos.

El agua es buena incluso cuando duermes,
ayuda a tu cuerpo con los gérmenes
que hacen que te enfermes.



Ya no estornudo
y es raro que eso ocurra.
Es gracias al agua

iglop, glup, hurra!



El agua es muy buena aunque no tiene color.
Pero te mantiene fresco cuando hace calor.



Te tengo más sorpresas en un ratito,
cuando hace frío el agua te mantiene calentito.

En verano, otoño, invierno o primavera,
el agua ayuda a tu cuerpo a hacer lo que quiera.

¡Glup, glup, hurra!



Piensa en esto a partir de mañana
o la próxima vez que vayas por una botana.

El agua lleva tu comida por los caminos deseados,
de tu barriga a tus pies y por todos lados.

Moviendo los nutrientes a donde tienen que permanecer
para ayudar a tu cuerpo a crecer, crecer, crecer!

Por todo lo que el agua hace que ocurra,
iglup, glup, hurra!





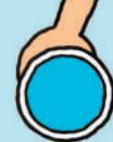
Hay una cosa más del agua,
pero ¿Cómo puede ser?

Imagínate un tobogán que usa agua,
para que la popó puedas hacer.

“¿El agua incluso me ayuda a ir al baño?”
¡Así es, por eso tomemos agua todo el año!

¡Glup, glup, hurra!





El agua es realmente sobresaliente,
sólo asegúrate de tomar suficiente.

Llena con agua el vaso que prefieras,
de a sorbos o tragos, tómala como quieras.

A la cuenta de 3
digamos la frase que nadie susurra

1, 2, 3

iGlup, glup, hurra!





Disfruta este libro
en inglés en
RevYourBev.com