

SANIDAD ACUERDA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

Menos bollería industrial para frenar la obesidad

La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) presentó ayer el documento de consenso con las recomendaciones sobre la alimentación en los centros escolares. El texto fija límites a los productos que pueden adquirirse en las máquinas expendedoras. Su principal objetivo es reducir la obesidad y el sobrepeso, que en España afectan al 25% de la población infantil.

SINC

22/7/2010 10:34 CEST



A partir de septiembre, se limitará el contenido en grasas, azúcares y sal de los productos que se ofertan en las escuelas. Foto: D Sharon Pruitt.

El informe establece por primera vez los criterios comunes para todo el territorio español sobre las características nutricionales de los menús por grupos de edad, su contenido energético, la frecuencia de consumo de los

diferentes grupos de alimentos y el tamaño de las raciones. Se trata de evitar malos hábitos alimenticios y, con ello, la obesidad y el sobrepeso.

El texto desarrolla las disposiciones legales en materia de seguridad alimentaria, y recoge las frecuencias de consumo recomendadas para los diferentes grupos de alimentos, las recomendaciones sobre la organización de los comedores, las garantías para la alimentación de los escolares con intolerancias y alergias alimentarias, así como los criterios nutricionales para garantizar una oferta saludable en las máquinas expendedoras, cantinas y quioscos de las escuelas y colegios.

Según los datos disponibles en la actualidad, uno de cada cuatro niñas y niños españoles padece sobrepeso u obesidad. Esta última patología, que se ha triplicado en esta población en los últimos 20 años, representa aproximadamente el 7% del gasto sanitario español.

Comedores escolares y alergias alimentarias

El [documento de consenso](#) exige que los menús escolares suministren aportes alimentarios en cantidad y calidad suficientes para satisfacer las necesidades nutricionales de los escolares en función de su edad y según la frecuencia de consumo de los diferentes grupos de alimentos. Por ello, todos los menús servidos en los comedores escolares serán siempre supervisados por profesionales sanitarios.

Además, para atender al alumnado con intolerancias, alergias alimentarias y/o al látex en condiciones de seguridad, se fomentará la formación específica del personal docente, o del personal específico contratado en el servicio de comedor sobre prevención y detección de problemas de salud ligados a la nutrición.

El informe también aborda la oferta alimentaria de las máquinas expendedoras y en las cantinas, quioscos o locales similares situados en el interior de las escuelas. "El contenido de esta oferta deberá ser coherente con las recomendaciones nutricionales para la población en edad escolar", se afirma en el documento.

En el estudio han participado la Federación Española de Sociedades de

Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD), las asociaciones de madres y padres CEAPA y COFAPA, la Federación Española de Asociaciones Dedicadas a la Restauración Social (FEADRS), la Asociación Española de Alérgicos a Alimentos y Látex (AEPNAA) y la Federación de Asociaciones de Celíacos de España (FACE).

Ocho requisitos mínimos

Para fomentar el consumo de alimentos sanos y adecuados, el documento fija unos límites en el contenido en grasas, azúcares y sal que deberán cumplir aquellas comidas que se oferten en los centros educativos y que estén envasadas, ya sea individualmente o en cajas.

1. El valor energético máximo será de 200 kilocalorías.
2. Como máximo, el 35% de las kilocalorías procederá de la grasa (este límite no se aplicará a los frutos secos sin grasas añadidas, ya que es grasa presente en ellos de forma natural).
3. Como máximo, el 10% de las kilocalorías procederá de grasas saturadas (este límite tampoco se aplicará a los frutos secos sin grasas añadidas).
4. No contendrán ácidos grasos trans, excepto los presentes de forma natural en productos lácteos y cárnicos.
5. Como máximo el 30% de las kilocalorías procederá de los azúcares totales (este límite no se aplicará a las frutas y hortalizas, ni a los zumos de frutas, y no se contabilizará en la leche y los productos lácteos).
6. Se establece un máximo de 0,5 g de sal (0,2 g de sodio).
7. No contendrán edulcorantes artificiales.
8. No contendrán cafeína u otras sustancias estimulantes, excepto las presentes de forma natural en el cacao.

TAGS

BOLLERÍA | EDUCATIVO | CENTROS | RECOMENDACIONES | GRASAS |
OBESIDAD | SOBREPESO | INFANTIL |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)