



Madrid, 1 de octubre de 2007

SEDCA. Sociedad española de dietética
y ciencias de la alimentación

AEP. Asociación española de pediatría

Quando miles de niños comienzan hoy en el comedor escolar...

Se presenta la "Encuesta Nacional de Comedores Escolares" y el "Libro blanco de la alimentación escolar"

- Los alimentos consumidos en el colegio suponen cerca del 35% de las calorías y nutrientes ingeridos en todo el día.
 - Cuando la obesidad y otros problemas ligados a la dieta son un problema importante, en los comedores escolares españoles es difícil encontrar suficiente fruta, verduras, legumbres y pescado.
 - Los alumnos que requieren menús especiales por diferentes motivos son ya entre el 2 y el 3% de todos los escolarizados: alergias (69%), otras enfermedades (20.5%) y causas religiosas (10.5%) son las más frecuentes.
 - No en todas las Comunidades Autónomas se atiende adecuadamente a los niños que por una enfermedad requieren una dieta especial.
-

Los expertos están de acuerdo: la calidad de la alimentación servida en los colegios es primordial para la salud de los niños y su rendimiento escolar.

La alimentación constituye el factor externo más importante para el crecimiento y desarrollo, siendo la edad escolar un periodo de gran trascendencia. Así, sabemos que la inadecuada alimentación afecta a su rendimiento académico y que los hábitos alimentarios adquiridos durante la infancia perduran en la edad adulta.

El colegio es un recurso extraordinario para favorecer la adquisición de estilos de vida saludables por medio normas que regulen en el entorno escolar la disponibilidad y acceso a alimentos y bebidas de manera que las opciones más saludables sean las más fáciles y asequibles a través del comedor escolar y otras medidas.

Los cambios sociales de los últimos años han conllevado un aumento en la demanda del servicio de comedor escolar, habiéndose convertido en un recurso decisivo para la conciliación de la vida familiar y laboral.

Los niños con necesidades especiales: la Encuesta nacional de comedores escolares.

Se acaba de concluir este estudio realizado por la **SEDCA** cuyo objetivo principal era conocer si existía normativa específica sobre la obligatoriedad de atender en los comedores escolares a aquellos alumnos que demandaban una dieta especial por causas médicas. Llama la atención el que en pocas Comunidades autónomas sea esta atención de carácter obligatorio, correspondiendo a menudo la decisión al Consejo Escolar.

La normativa autonómica obliga a la atención del escolar que requiere dietas especiales en: Madrid, Andalucía, Galicia y Comunidad Valenciana. En otras Comunidades, la solución ha pasado por acuerdos con las empresas, como en el País Vasco, o por exigencias no contempladas directamente en la Normativa vigente (Cantabria, Extremadura, Castilla-La Mancha, Canarias y Baleares). En otras, como Murcia y Navarra, se está actualmente preparando una normativa al respecto.

En el resto, se supone que la atención al alumno con unas necesidades especiales en su dieta es voluntaria y potestad del Consejo escolar o, directamente, del responsable de la gestión de la cocina del centro educativo. En concordancia con la escasa sensibilidad hacia este tema, son muy pocas las CC.AA. que disponen de cifras, siquiera aproximadas, de las dietas servidas ni de qué tipo son. Además, en prácticamente ningún caso la Administración responsable exija información sobre los ingredientes concretos, en gramos, de cada menú y/o su valoración nutricional.

En cualquier caso, el cumplimiento escrupuloso de una hipotética normativa sobre este problema es más que dudoso dado que las empresas y los responsables no disponen casi nunca de formación específica ni de personal cualificado para ello. Leer un libro de dietética o copiar un menú no garantiza la correcta preparación del mismo y, por lo tanto, un seguimiento adecuado de la dieta o la ausencia de peligro (presencia de gluten, o de ingredientes alergénicos, por ejemplo).

Únicamente dos Comunidades autónomas disponen de datos concretos sobre la demanda de dietas especiales: Canarias y, parcialmente, La Rioja. En ambos casos, la mayor demanda de menús especiales corresponde a los diferentes casos de alergias e intolerancias, seguidos de las dietas para diferentes patologías y de aquellas cuyo origen es religioso. En ambos casos, la media señala que las peticiones de dietas especiales oscila entre el 2.8% de todos los menús ofertados, en el caso de Canarias, y el 1.6% en el caso de La Rioja.

En Madrid, según nuestros propios datos, el total de dietas especiales solicitadas a los colegios representa el 3.3% de todos los alumnos usuarios del comedor escolar. El motivo por el que se solicita el suministro de un menú especial en el centro es, mayoritariamente, por alergias (el 69%), diferentes patologías (20.5%) así como los motivos de tipo religioso (10.5%). Entre las patologías, destaca la celiaquía (11.6%)

Valores nutritivos ofrecidos por las empresas... y la realidad.

Nuestro equipo seleccionó durante el curso escolar 2005-2006 una muestra de treinta y tres colegios con una población de 23.205 alumnos. En lo que respecta a los alumnos que, a su vez, son usuarios del comedor escolar, la cifra total de comensales es de 12.754. El valor calórico medio ofrecido en los menús de las diferentes empresas que gestionan los comedores escolares es de 915 Kcal. de acuerdo a sus propios datos. Según la valoración nutricional realizada en nuestro Estudio, los menús servidos contendrían de media un valor energético de 713 Kcal, lo que supone una diferencia con los datos ofrecidos por las empresas que gestionan los comedores escolares del 28,3%.

Asimismo, se procedió al cálculo de las frecuencias semanales de consumo de los principales grupos de alimentos con el fin de confirmar la adecuación de los menús. Los resultados más destacados son:

- La media de ingestión de fruta es de 3,4 veces semanales, habiendo una clara diferencia entre los diferentes colegios
- La media en la ingestión de verduras es de poco más de dos veces semanales (sumando las veces que la verdura es un primer plato más las veces que se utiliza como "guarnición"): en 24 colegios sólo se sirve como primer plato una vez por semana, en siete colegios lo hacen dos ó más veces semanales y en un colegio no se sirvió nunca un primer plato de este tipo.
- En el caso de la legumbre, la media de consumo es de 1,4 veces semanales.
- El pescado es consumido, de media, en 1,3 ocasiones.

En definitiva, confirmamos una presencia insuficiente de frutas, verduras y legumbres en el comedor escolar. La ingestión de carne es elevada y la de pescado completamente insuficiente.

Otros datos de interés...

- Entre los muchachos, el 45% afirma comerse "*la mitad de la ración*" que le sirven a mediodía en el colegio "por su sabor o aspecto".
- Sorprende que pequeñas y grandes empresas de hostelería apenas dispongan en su plantilla de dietistas, lo que en otros países de nuestro entorno, como Francia, es algo habitual.
- La administración española tampoco exige la participación de un profesional adecuado en la supervisión de los menús servidos en establecimientos de restauración colectiva.

El libro blanco de la Alimentación Escolar



Para mejorar la salud de nuestra sociedad es imprescindible que todos los sectores implicados (la comunidad escolar y la familia, los gobiernos y autoridades sanitarias, la industria de la alimentación, etc.) contribuyan a favorecer una dieta más saludable, que evite deficiencias y desequilibrios y que, en definitiva, ayude a reducir los factores de riesgo de numerosas patologías.

En este contexto, el comedor escolar constituye una herramienta y un recurso imprescindible que es necesario gestionar de la manera más adecuada.

Con este objetivo, la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (**SEDCA**) y la Asociación Española de Pediatría (**AEP**) han editado esta obra, ya en librerías y única en español en su género, que reúne a cualificados y reconocidos autores para hacer llegar información clara, contrastada y fiable a todos aquellos con responsabilidad e interés en la alimentación escolar.



* Índice.

1. PRÓLOGO. Prof. Isabel Polanco. Asociación Española de Pediatría.
2. REALIDAD ACTUAL DE LOS COMEDORES ESCOLARES EN ESPAÑA. **Dr. Javier Aranceta. Unidad de Nutrición Comunitaria. Bilbao**
3. LA NUTRICIÓN Y EL COMEDOR: SU IMPORTANCIA EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR Y SU INFLUENCIA SOBRE LA SALUD ACTUAL Y FUTURA. **Dra. Carmen Pérez Rodrigo. Unidad de Nutrición Comunitaria. Bilbao.**
4. NECESIDADES NUTRICIONALES DE LOS ESCOLARES. **Dra. Rosa Lama, Dra. Ana Morais López, Dr. Agustín de la Mano Hernández. Hospital Infantil Universitario La Paz. Madrid.**
5. LA ALIMENTACIÓN DEL ESCOLAR EN SU DOMICILIO. El papel del desayuno, la merienda y la cena. **Prof. Carlos Iglesias Rosado. Universidad Alfonso X el Sabio.**
6. PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DEL COMEDOR ESCOLAR. Servicio y demanda de dietas especiales. **Prof. Jesús Román Martínez Álvarez. Universidad Complutense. Madrid.**
7. GARANTÍA DE CALIDAD E HIGIENE EN EL COMEDOR ESCOLAR. Importancia de las intoxicaciones e infecciones alimentarias en el medio escolar. Programas de prerrequisitos y APPCC. La exigencia de formación. **Dr. José A. Pinto; Dra. Leonor Gutiérrez. Consejería de Sanidad. C.A.M.**
8. FORMACIÓN DE MANIPULADORES DE ALIMENTOS EN EL COMEDOR ESCOLAR. **Prof. Carlos de Arpe. Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación.**
9. EL COMEDOR ESCOLAR COMO RECURSO DIDÁCTICO. Funciones, posibilidades, bases teóricas y didácticas. **Dra. Rosa Ortega. Universidad Complutense. Madrid.**
10. EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL ÁMBITO ESCOLAR Y EXTRAESCOLAR. **Prof. Jesús Román Martínez Álvarez. Universidad Complutense. Madrid; Dra. Lucía Serrano Morago, Ana Palencia García, Antonio Villarino Marín. Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación.**
11. EXPERIENCIAS EN EL USO DEL COMEDOR ESCOLAR COMO RECURSO DIDÁCTICO. **Dra. Blanca Gonzalvo. Generalidad de Cataluña; Dra. Asunción Rosset. Colegio Oficial de Farmacéuticos de Barcelona.**
12. EL COMEDOR ESCOLAR EN LA PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD. **Prof. Carlos de Arpe. Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación; Prof. Isabel Polanco. Asociación Española de Pediatría.**
13. INFLUENCIA DEL DHA EN EL DESARROLLO VISUAL Y COGNITIVO. POSIBLES IMPLICACIONES EN LA ETAPA ESCOLAR. **Dr. Federico Lara Villoslada, Eduardo López-Huertas y Julio Boza Puerta. Puleva Biotech.**
14. **ANEXO.** Menús escolares. **D^a Diana Vanni. Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación.**



- Para más información, pueden dirigirse a:

www.nutricion.org

sedca@nutricion.org

Tf: 902.012.998

Contacto: Dr. Jesús Román Martínez Álvarez.
