



ESTUDIO DE LOS MENÚS ESCOLARES EN LOS CENTROS DE GIPUZKOA CURSO 2011/2012

PLATOS PREPARADOS



HUEVOS



GUARNICIONES



CARNES



ARROCES



PASTAS



FRUTAS



VERDURAS



LEGUMBRES



PESCADOS



Autores:

Lourdes Abadía¹
Pilar Amiano¹
Mikel Azpiri¹
Blas Borde¹
Miren Dorronsoro¹
Maribel Larrañaga¹
Imanol Mozo³
Mercedes Yagüe²

¹Subdirección de Salud Pública de Gipuzkoa. Donostia

²Medicina Preventiva. Hospital Universitario de Cruces. Baracaldo.

³CIBER. Subdirección de Salud Pública de Gipuzkoa. Donostia

1. INTRODUCCIÓN

Es un hecho probado y demostrado por la comunidad científica la estrecha relación entre los hábitos alimenticios y la salud. Es por ello que las políticas dirigidas a afrontar la cronicidad inciden en el fomento de la alimentación saludable con el objeto de prevenir la obesidad y las enfermedades asociadas.

En los últimos años, se han realizado diversos estudios que reflejan cómo ha ido cambiando el patrón de la alimentación junto a los cambios sociales, sobre todo en la edad escolar, dando lugar a problemas de sobrepeso y obesidad infantil que antes apenas existían.

La *Encuesta de Nutrición 2005* realizada en la CAV para el estudio de los hábitos alimentarios y estado de salud de la población de 4 a 18 años, pone de manifiesto que el 12,2% de la población es obesa (el 12,7% de los varones y el 11,7% de las mujeres) con el máximo de prevalencia de obesidad en niños de 11 a 14 años (19,4%) y en niñas de 15-18 años (15,6%).

El *Estudio ALADINO (Alimentación, Actividad física, Desarrollo Infantil y Obesidad)*, promovido en 2010 por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria (AESAN) en 19 Comunidades Autónomas, concluye que el 29% de la población escolar de 6 a 10 años de la Comunidad Autónoma Vasca (CAV) sufre de sobrepeso y el 12% de obesidad, frente al 26% y 19% de la media nacional, respectivamente.

Los centros docentes constituyen el lugar natural de formación de la población escolar y son un entorno universalmente aceptado para la incorporación de las estrategias de promoción de la salud.

En distintos países de la UE se han desarrollado políticas para que las escuelas puedan ofrecer comidas nutricionalmente equilibradas, reflejo de la cultura alimentaria del país. Asimismo, a nivel nacional se han desarrollado diversas estrategias e iniciativas legislativas para la promoción de hábitos saludables en este sector tan sensible de la población:

- *La Estrategia de Nutrición, Actividad Física, Prevención de la Obesidad y Salud (NAOS)* como respuesta del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad del Gobierno frente a las cifras de obesidad registradas a nivel nacional. Está coordinada por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). Se inicia en 2005, con el objeto de potenciar la nutrición, actividad física y prevenir la obesidad en niños y jóvenes.
- El *Documento de Consenso sobre la Alimentación en los Centros Educativos (2010)* desarrolla las propuestas definidas por la Estrategia NAOS. Incorpora recomendaciones nutricionales para las comidas escolares, las frecuencias indicadas de consumo, la información destinada a las familias, la atención a las necesidades especiales y los criterios para una oferta saludable en las máquinas expendedoras, cantinas y quioscos de los centros educativos.
- El *Programa PERSEO (Programa Piloto Escolar de Referencia para la Salud y el Ejercicio contra la Obesidad)*, cuya iniciativa está enmarcada dentro de la Estrategia NAOS como programa piloto puesto en práctica en el ámbito escolar (curso 2008/2009) en distintas Comunidades Autónomas, para promover hábitos saludables en los primeros años de vida, potenciando la salud y el ejercicio contra la obesidad.
- La *Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición*, que fija las bases para la planificación, coordinación y desarrollo de estrategias y actuaciones que fomenten la información, educación y promoción de la salud en el ámbito de la nutrición y, en especial, la prevención de la obesidad.

En esta misma línea y teniendo en cuenta los numerosos proyectos impulsados por distintos organismos, se planteó este estudio con el objetivo de conocer la situación actual de los menús servidos en los comedores de los centros escolares de Gipuzkoa (curso 2011/2012) en relación a la variabilidad de los alimentos ofertados y su adecuación a las recomendaciones de la Estrategia NAOS.

2. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Valorar el seguimiento de las recomendaciones e indicadores de la Estrategia NAOS, en los menús ofertados a la población escolar de 3 a 16 años en los centros escolares del Territorio de Gipuzkoa, que disponen de servicio de comedor.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Conocer la población escolar que utiliza el servicio de comedor en las distintas modalidades público y privado.
2. Estudiar las frecuencias de los alimentos ofertados en los menús y comprobar su adecuación a las recomendaciones de la Estrategia NAOS.
3. Conocer la información, en relación al menú ofertado, que hace llegar el centro a las familias.

3. MATERIAL Y MÉTODOS

Estudio descriptivo transversal a partir de las hojas de los menús escolares que los centros distribuyen a los padres de los escolares (3 a 16 años) que utilizan el comedor escolar en Gipuzkoa.

Tamaño muestral

Población de estudio: Para el cálculo de la muestra se recurrió al censo de población escolar y de usuarios de los comedores escolares del curso 2010/2011 de los centros docentes de Gipuzkoa. Censo facilitado por el Departamento de Educación del Gobierno Vasco. Se realizó un muestreo aleatorio por conglomerados, teniendo en cuenta el número de comensales por centro, la etapa educativa (primaria/secundaria) y la titularidad del centro, pública o privada/ concertada. El tamaño muestral calculado fue de 80 centros, 44 centros públicos y 36 centros privados, que representaban al 55% de la población de 3 a 16 años, usuaria del comedor escolar en los centros de Gipuzkoa .

Los datos relativos a la población diana y su distribución en la muestra se presentan en el **ANEXO I**

Selección de menús: se escogieron menús de temporada fría (otoño/invierno) y templada (primavera/verano). Para la temporada fría se seleccionaron los menús servidos en la 2ª y 3ª semana de noviembre y para la templada la 3ª y 4ª semana de mayo.

Recogida de información

Para la recogida inicial de información se envió, en el mes de abril, una carta informativa a todos los centros seleccionados explicando el objetivo del proyecto y solicitando la información descrita en el Cuestionario de Recogida de Información (CRI). En la misma se les pedía que remitieran la oferta impresa de los menús diarios de los meses de noviembre y mayo.

El CRI recogía información del centro escolar, el número de alumnos matriculados, número de usuarios del comedor, características de la cocina donde se elaboraba la comida, y la información remitida a las familias en relación con el menú escolar (**ANEXO II**).

Tras el envío de las cartas y el cuestionario se estableció contacto telefónico, en unos casos con el director del centro y en otros con el responsable del comedor, y se contrastaron verbalmente los datos de la información aportada a través del cuestionario.

Se cuantificaron el número de raciones semanales de los grupos de alimentos estudiados, correspondientes a las semanas seleccionadas en las dos temporadas. No se valoró ni la cantidad de la ración del menú servida en cada plato, ni tampoco la consumida por el alumno. No se analizaron los menús destinados a los alumnos con necesidades especiales (metabólicas, energéticas, por alergias, carencias de nutrientes etc).

Se creó una base de datos específica para la recogida de la información y se analizó la frecuencia de consumo de los distintos grupos de alimentos con el paquete estadístico SPSS 19.

Grupos de alimentos a estudio

Los grupos de alimentos valorados fueron los siguientes:

Frutas frescas: Se incluyeron las piezas de fruta del tiempo, excluyendo los zumos y los postres de fruta azucarados como las compotas, macedonias, ponches etc.

Verduras y Hortalizas: Incluyendo las verduras cocidas con dominancia de verdura o patata y todo tipo de ensaladas de hortalizas crudas así como las guarniciones de verduras cocidas o asadas, champiñones y pimientos. Se excluyeron las presentaciones fritas, por ejemplo patatas fritas, tomates fritos, ketchup etc. Se cuantificaron como una ración cuando eran servidos como primer plato y como media cuando eran guarniciones del segundo plato.

Legumbres cocidas y potajes variados con dominancia de la leguminosa.

Pastas y Sopas con fideos, sémolas y otras variedades.

Arroces variados con el arroz como componente principal.

Pescados presentados en salsa y en filetes.

Carnes guisadas y en filetes.

Preparados cárnicos de carnes picadas (albóndigas, hamburguesas, salchichas).

Huevos fritos en tortillas y con arroz a la cubana.

Platos preparados o precocinados: Canelones, croquetas, empanadas, pizzas, rebozados, varitas de pescado, anillas de calamar etc.

Cálculo de las frecuencias de consumo

De los alimentos servidos en las semanas valoradas, se calculó la media aritmética de las 4 semanas.

El cálculo de las frecuencias de consumo se hizo considerando como 1 ración las medias comprendidas en el intervalo 0,5-1,5; 2 raciones las del intervalo 1,5-2,5 y así sucesivamente.

Valores de Referencia

Se valoró el cumplimiento de los indicadores de "Evaluación y Seguimiento de la Estrategia NAOS: Conjunto de Indicadores", (ANEXO III), así como las recomendaciones del "Documento de Consenso sobre la alimentación en los centros educativos" (Ministerio de Sanidad, política Social e igualdad), (ANEXO IV).

4. RESULTADOS

De la totalidad de la muestra constituida por 80 centros, 44 de titularidad pública y 36 de titularidad privada, se obtuvo un 100% de participación de los centros implicados en el estudio

4.1. VALORACION DE LA ENCUESTA DE RECOGIDA DE INFORMACIÓN

Población escolar

La población escolar correspondiente al curso 2011/2012 de los 80 centros que componen la muestra es de 49.762 alumnos de edades comprendidas entre los 3 y 16 años.

De ellos 26.881 hacen uso del servicio del comedor escolar, que representa el 54% de la población muestreada.

Servicio de Cocina

De los 80 centros valorados, 6 (8%) disponían de cocina y personal propios. De ellos, 5 eran centros privados y 1 público.

El resto, 74 centros, tenían cocina de elaboración contratada. En 44 centros (33 públicos y 11 privados) la cocina central que prestaba el servicio elaboraba el menú en sus instalaciones y hacía la distribución a los comedores. En 30 centros (10 públicos y 20 privados) la cocina central utilizaba las instalaciones propias del centro escolar para elaborar los menús con el personal, las materias primas y demás servicios suministrados por dicha cocina central.

Tabla 3. Descripción del servicio de cocina según la titularidad del centro

Centro	Elaboración Propia		Elaboración Contratada					
	Cocina y personal propios		Servicio Cocina central		Servicio Cocina del Centro		TOTAL	
	nº	%	nº	%	nº	%	nº	%
Público	1	2	33	75	10	23	43	98
Privado	5	14	11	31	20	55	31	86
Total	6	8	44	51	30	41	74	92

La totalidad de los centros eran servidos por 7 cocinas centrales. En los centros públicos, prestaba el servicio una única cocina central contratada por el Departamento de Educación que atendía, además, a 17 centros privados de la muestra.

Todos los centros remitían regularmente información a las familias mediante el calendario de los menús ofertados e información relacionada con la dieta (ej recomendaciones para complementar el menú en las cenas). Esta información era suministrada de forma trimestral en el 69% de los centros y mensual en el 31%.

Dicha información estaba a disposición de los padres a través de internet en el 98% de los casos.

Los primeros platos, segundos y postres de los menús ofertados disponían de información nutricional en el 89% de los comedores escolares.

4.2 VALORACIÓN DE LOS MENUS

Se estudiaron 1640 menús servidos por etapa educativa (Preescolar/Infantil, Primaria y Secundaria) durante el curso escolar 2011/2012 en las dos semanas seleccionadas de cada temporada.

Se comprobó que la estructura básica de los menús era variada y que de forma general estaba compuesta de un primer y segundo plato y un postre.

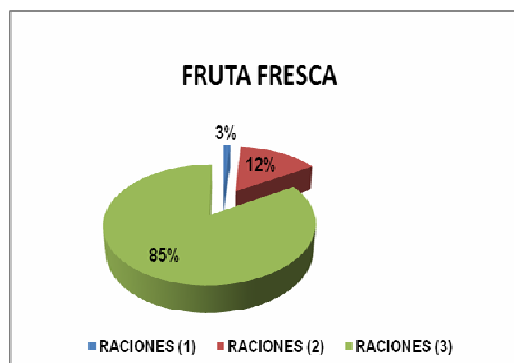
No se observaron variaciones en los grupos de alimentos que componían los menús por grupos de edad.

A continuación se describen los resultados obtenidos en relación a la oferta semanal de los grupos de alimentos valorados.

FRUTAS DEL TIEMPO

La frecuencia máxima ofertada en los menús estudiados es de 3 piezas de fruta de temporada a la semana en el 85 % de la muestra.

El resto de días de la semana el postre se completa con derivados lácteos, frutas almibaradas, macedonias u otras frutas con azúcar adicionado que no se han contabilizado.

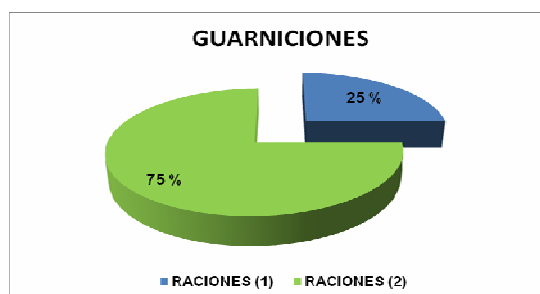
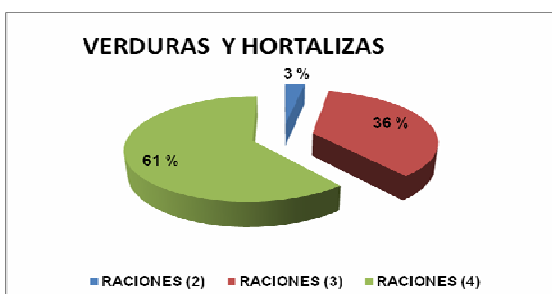


VERDURAS, HORTALIZAS FRESCAS Y GUARNICIONES DE SEGUNDOS PLATOS

En la valoración de las verduras y hortalizas se han tenido en cuenta las verduras cocidas, los primeros platos a base de patatas cocidas con carnes, chorizo, pescados etc, las ensaladas mixtas como primer plato, y guarniciones que acompañan a los segundos platos.

La oferta media esta representada por 4 raciones a la semana en el 61% de los menús valorados, 3 raciones en el 36% y 2 raciones en el 3%

La oferta media de las guarniciones valoradas por separado, es de 2 raciones en el 75% de los menús valorados, es decir, 4 días por semana y de 1 ración, 2 días por semana, en el 25 % restante, lo que indica que habitualmente los segundos platos van acompañados de guarnición.



LEGUMBRES

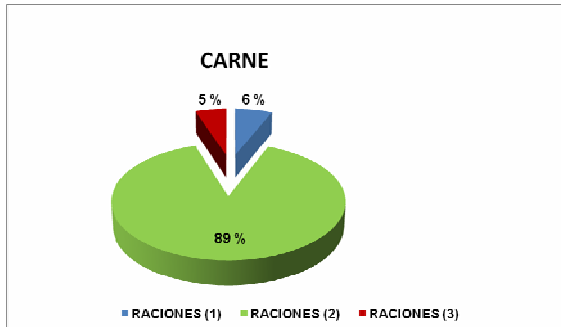
En los menús estudiados las legumbres se presentan solas, o junto a verduras o arroz, siempre dominando las primeras. Se comprueba que la oferta es variada, alternando los distintos tipos (lentejas, garbanzos, alubias, soja) con dos raciones por semana en el 82% de los menús, mientras que solo un 18% sirve 1 ración semanal.



CARNE Y PREPARADOS CÁRNICOS

En el caso de las carnes , estas se muestran servidas en guisos y en filetes con guarnición. El 89% de los menús presenta una oferta media de 2 raciones por semana.

La oferta de cárnicos se complementa con los preparados de carne picada (albóndigas, hamburguesas y salchichas) que en el 99% de los menús estudiados se ofrecen una vez por semana.



PESCADO

La oferta de pescado es muy variada (merluza, abadejo, bonito, chipirones, panga, pescadilla, limanda, tilapia y otros).

En el 73% de los menús se incluyen dos raciones de media por semana. El 27% restante ofrece una sola ración por semana.



PASTAS Y SOPAS

Las pastas y sopas completan la oferta semanal con una ración de media en el 94% de los menús y con dos raciones en el 6% restante.

Las pastas se presentan solas, con salsas de tomate frito, bonito, carnes picadas o derivados cárnicos



HUEVOS Y ARROZ

Los huevos se sirven en tortillas variadas, revueltos con vegetales o fritos, con una frecuencia media de una ración por semana en el 89% de los menús y menor de una en el 11% restante.

La oferta media de arroz por semana es de 1 ración en el 98% de los menús valorados. El arroz se presenta con verduras, pescados y carnes y en ensaldas con hortalizas, al igual que las pastas.



PLATOS PRECOCINADOS

Los platos precocinados más frecuentes en los menús valorados han sido las croquetas, san jacobos, empanadas, pizzas, anillas de calamar y varitas de pescado, siendo la oferta media de 1 ración en el 91% de los menús.



4.3. VALORACIÓN DE LAS FRECUENCIAS DE CONSUMO SEGÚN LOS INDICADORES DE REFERENCIA

I. Cumplimiento de los Indicadores de la Estrategia NAOS

Tomando como referencia los indicadores para la evaluación y seguimiento de la Estrategia NAOS, los **Gráficos 1 y 2** y la **Tabla 4** muestran los resultados más destacables en relación con la alimentación saludable ofertada.

- En ninguno de los comedores valorados se han alcanzado las 4 piezas de frutas frescas recomendadas, si bien en el 85% de los centros, 98% públicos y 67% privados, se sirvió una media de 3 piezas semanales.
- La recomendación de 4 raciones semanales de verduras y hortalizas, en las que se incluye también las verduras y hortalizas servidas como guarnición en los segundos platos, es seguida por el 61% de los centros encuestados. Este cumplimiento ha sido muy desigual teniendo en cuenta el tipo centro consultado, alcanzando el 98% en los centros públicos y el 17% en los centros privados.
- En todos los comedores se incluye semanalmente en su menú al menos 1 ración de legumbres y 1 de pescado, tal y como lo recomienda la estrategia NAOS. En los centros públicos la oferta de las legumbres es de dos raciones en el 100% de los menús valorados y en los privados en el 61%. Diferencia puesta de manifiesto también en la oferta del pescado, dos raciones/semana en el 98% de los centros públicos y en el 42% de los privados.
- En lo que respecta a los platos precocinados, en la totalidad de los comedores públicos no se sirve más de una ración semanal.

Gráfico 1 Oferta de frutas en los comedores escolares, según la titularidad del centro.

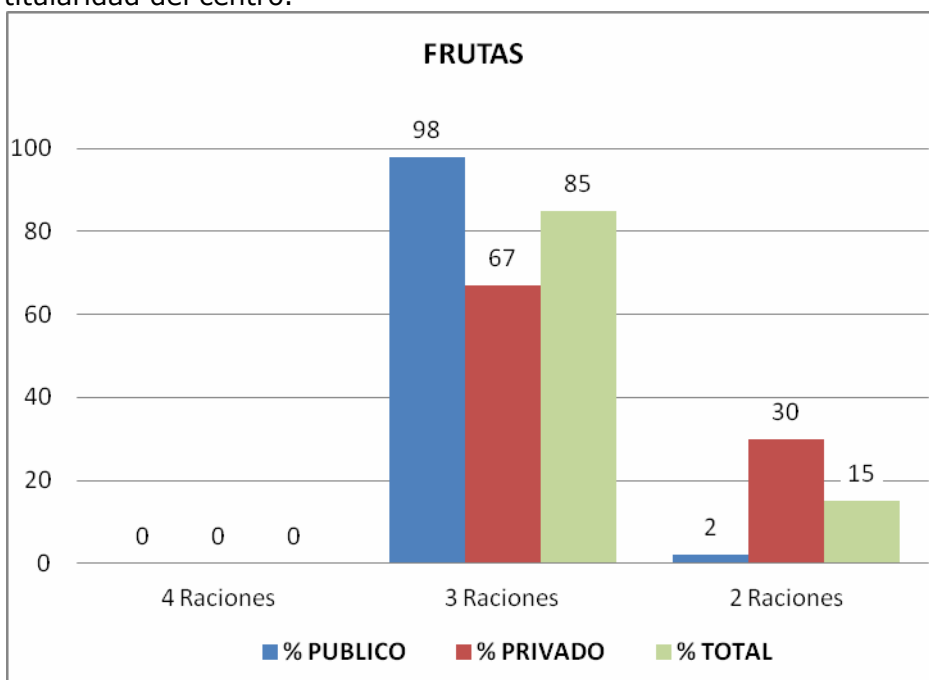
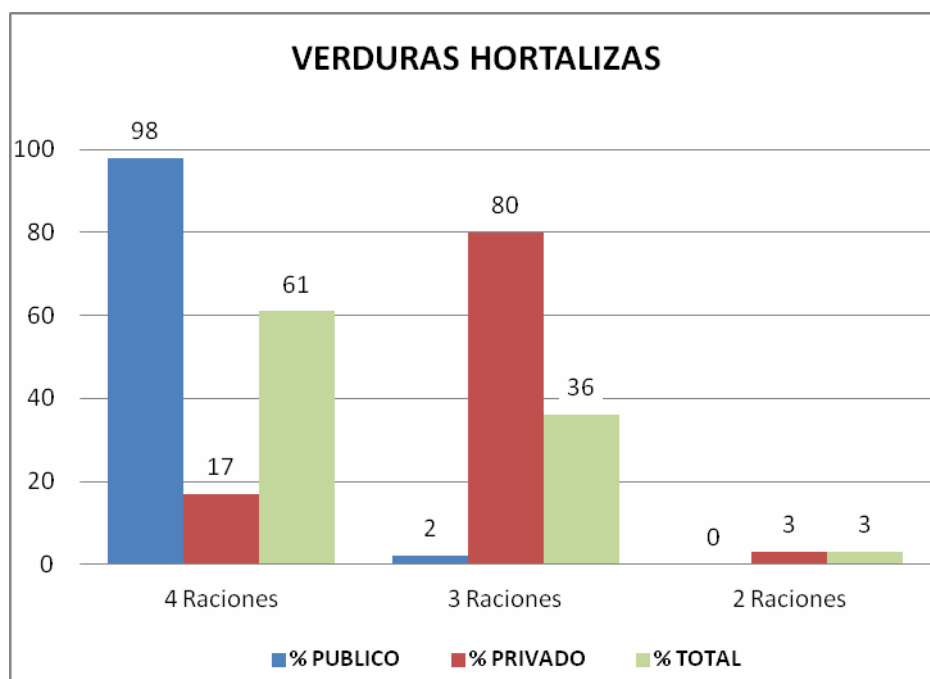


Gráfico 2 Oferta de verduras y hortalizas de los comedores escolares, según la titularidad del centro.



II. Cumplimiento de las recomendaciones del *Documento de Consenso sobre la Alimentación en los Centros Educativos*.

Las recomendaciones dictadas para lograr el equilibrio nutricional en los menús escolares, del *Documento de Consenso Sobre la Alimentación en los Centros Educativos* a nivel nacional, hacen referencia además de los 5 grupos de alimentos que tienen en cuenta los Indicadores de la Estrategia NAOS, descritos en el punto anterior, a otros 5 grupos más, como son las carnes, las preparaciones cárnicas, las pastas, el arroz y los huevos.

- La oferta de las frutas frescas y de temporada no se ajusta a la frecuencia de consumo semanal recomendada ya que es la misma que la del Indicador NAOS (4 raciones).
- No ocurre lo mismo con las verduras y hortalizas en las que la frecuencia semanal indicada es de de 1 a 2 raciones semanales, cumpliéndose dicha recomendación por el 100 % de los centros muestreados públicos y privados.
- El criterio marcado en el documento de consenso para las guarniciones no es el mismo que se ha utilizado para la valoración de los menús del estudio y por tanto no se ha valorado
- En cuanto a la oferta semanal de 1 a 2 raciones de legumbres es seguida al 100% en todos los menús valorados y está situada en el límite superior en el 82% de los comedores, mientras que una sola ración es servida en el 18%.

- En el caso de las carnes y los pescados la frecuencia semanal recomendada es de 1 a 3 y para las preparaciones cárnica un máximo de 1 a la semana, las tres recomendaciones son seguidas al 100% en todos los comedores escolares.
- La frecuencia de consumo semanal de pastas y arroces es de 1 ó más raciones, que se cumple al 100% en las primeras y en un 96% en el caso del arroz.
- El consumo de huevos recomendado entre 1 y 2 raciones semanales es seguido en un 89 % de los comedores muestreados.
- En cuanto a los platos precocinados la indicación es de un máximo de 3 raciones/mes. Este indicador no ha sido valorado ya que en este estudio la unidad de medida ha sido el menú semanal y no el mensual

La tabla 4 , muestra los resultados de la valoración de las frecuencias de consumo de los grupos de alimentos que componen el menú diario, conforme a las referencias descritas en la metodología

Tabla 4 Valoración de las frecuencias por grupo de alimentos ofertados

Estrategia NAOS Alimentación Saludable en los comedores escolares			Recomendaciones del Documento de Consenso sobre alimentación en los centros educativos. (Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad)		
Grupos de alimentos	Frecuencia consumo/ semana	Nº y % de centros que cumplen	Grupos de alimentos	Frecuencia consumo/ semana	Nº y % de centros que cumplen
Frutas frescas y de temporada	≥ 4 piezas de fruta/ semana	Total: 0/80 (0%)	Frutas frescas y de temporada	4-5	≥ 4/semana Total: 0/80 (0%)
Hortalizas y verduras (incluyendo platos a base de patata y las guarniciones)	≥ 4 raciones de verdura / semana	Total: 49/80 (61%) Público: 43/44 (98%) Privado: 6/36 (17%)	Hortalizas y verduras (incluyendo la patata)	1-2	≥ 1/semana Total: 80/80 (100%)
			Guarniciones: Ensaladas variada Otras (patatas, hortalizas, legumbres)	3-4 1-2	**
Legumbres	≥ 1 ración de legumbre/ semana	Total: 80/80 (100%)	Legumbres	1-2	≥ 1/semana Total: 80/80 (100%)
Pescado	≥ 1 ración de pescado/ semana	Total: 80/80 (100%)	Pescado	1-3	≥ 1/semana Total: 80/80 (100%)
Precocinados: canelones, croquetas, empanadillas, pizza, rebozados, empanados.	≤ 1 ración de precocinados/ semana	Total: 79/80(99%) Público: 44/44(100%) Privado: 35/36(97%)	Precocinados:	≤ 3 raciones / mes	*
Carne	No hay indicador		Carne	1-3	≥ 1/semana y ≤3/semana Total: 80/80 (100%)
Preparados cárnicos			Preparados cárnicos	≤ 1	≤ 1 ración/semana Total: 80/80 (100 %)
Pastas			Pastas	1	≥ 1/semana (valoradas juntas pastas y sopas) Total: 80/80 (100 %)
Arroz			Arroz	1	≥ 1/semana Total: 77/80 (96 %) Público: 43/44 (98%) Privado: 34/36 (94%)
Huevos			Huevos	1-2	≥ 1/semana y ≤2/semana Total: 71/80 (89%) Público: 44/44 (100%) Privado: 27/36 (75%)

* Los indicadores fijados a partir de una frecuencia de consumo mensual no han podido ser valorados, ya que la unidad de medida empleada en este estudio se ha calculado a partir de una frecuencia de consumo semanal.

** Las guarniciones se ha valorado siguiendo los criterios de la Estrategia NAOS

CONCLUSIONES DEL ESTUDIO

De los resultados del estudio se puede concluir que de forma general los menús cumplen los indicadores recomendados por la Estrategia NAOS para prevenir la obesidad.

Sin embargo, en el caso de la fruta el 100% de los menús incumplen el indicador NAOS no alcanzando las 4 piezas semanales.

En el caso de los centros públicos este incumplimiento se explica por el hecho de que el Departamento de Educación, en su *Pliego de Condiciones para Homologar el Servicio de Catering* para los comedores, exige una oferta mínima de 3 piezas de fruta fresca por semana.

Los centros privados y con cocina propia, tienen una menor oferta de frutas verduras y hortalizas que los centros públicos.

Todos los comedores incluyen semanalmente en su menú al menos una ración de legumbres y de pescado, tal y como se recoge en la Estrategia NAOS. Asimismo, en la práctica totalidad de los centros no se sirve más de una ración semanal de platos precocinados.

En el caso de la oferta de pescado aun cumpliendo todos los centros el Indicador NAOS, son los públicos los que tienen una mayor oferta.

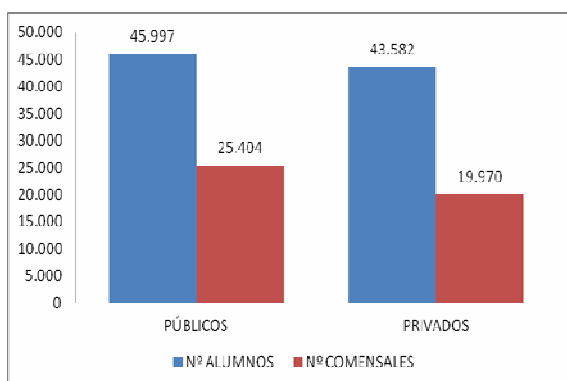
En la oferta de los menus servidos a la población escolar por grupos de edad, no se observan variaciones en los alimentos que los componen.

Finalmente, cabe resaltar la importancia de que los Servicios de Salud Pública y de Educación colaboren en la difusión y cumplimiento de la Estrategia NAOS, a fin de prevenir la obesidad y promover hábitos saludables desde las primeras edades en el ámbito escolar y familiar.

ANEXO I

Población Escolar y de usuarios del comedor. Diseño muestral

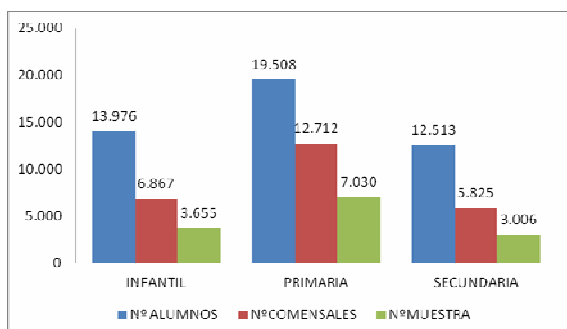
Gráfico 1. Distribución de la población escolar de 3 a 16 años y nº de alumnos que hacen uso del comedor escolar, según la titularidad del centro. (Censo Curso Escolar 2010/2011)



En el Territorio de Gipuzkoa la población escolar que cursa las etapas de educación infantil, educación primaria y educación secundaria está distribuida en un 51% en los centros de titularidad pública y un 49% en centros de titularidad privada.

De la población total de escolares de 3 a 16 años, hacen uso del comedor escolar el 55% de los alumnos matriculados en centros públicos y el 46% en centros privados.

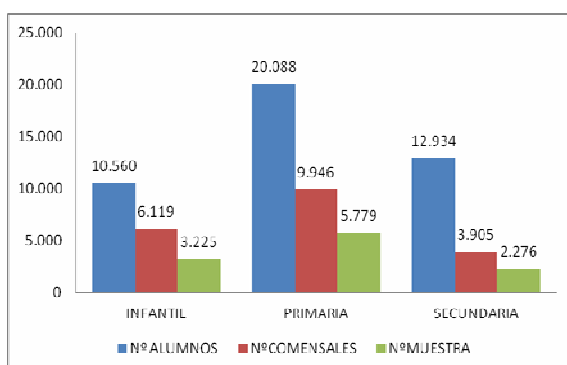
Gráfico 2.- Distribución de los alumnos por etapa educativa y cálculo de la muestra en los centros públicos



En los centros públicos la distribución de los alumnos por etapa educativa es del 30% en educación infantil, 45% en educación primaria y 25% en educación secundaria.

Teniendo en cuenta la distribución de comensales por etapa para el cálculo de la muestra, resultaron ser objeto de estudio **44** centros públicos.

Gráfico 3.- Distribución de los alumnos por etapa educativa en los centros privados



La distribución por etapa en los centros privados está representada en proporción similar a la de los centros públicos. 24% en educación infantil, 47% en educación primaria y 29% en educación secundaria.

La muestra de comensales en función del número de usuarios del comedor en los colegios privados quedó representada por **36** centros.

ALIMENTACIÓN SALUDABLE

COMEDORES ESCOLARES DE LOS CENTROS DE GIPUZKOA

CUESTIONARIO DE RECOGIDA DE INFORMACIÓN

DATOS DEL CENTRO ESCOLAR

CENTRO		Público	
		Privado	
Dirección			
Municipio		Código postal	

*Persona de contacto:

Teléfono:

Correo electrónico:

*Personal docente del centro con responsabilidad en este ámbito

Curso 2011-2012

Nº de alumnos del centro:

Nº de usuarios del comedor:

DATOS DEL COMEDOR ESCOLAR

COCINA

Elaboración propia

Se responderá afirmativamente en caso de que sea el centro con su propio personal y recursos el que elabore los menús, sin participación de una cocina central.

Elaboración contratada

Cocina

Catering

Nombre de la cocina central:

Se responderá afirmativamente cuando se haya contratado una cocina central para suministrar los menús, ya sean elaborados en las instalaciones del centro o en las de la empresa de catering.

MENÚS

¿La información de los menús está disponible en Internet?

SI

NO

¿El centro facilita los menús a las familias?

SI

NO

¿Con que frecuencia se informa a las familias?
(mensual, trimestral, anual u otra)

¿El centro facilita información nutricional a las familias?

SI

NO

¿Con que frecuencia?
(mensual, trimestral, anual u otra)

ANEXO III

Indicadores de la Estrategia NAOS

Indicador	Fórmula
Porcentaje de comedores que en su menú incluyen un mínimo de raciones de 4 frutas frescas a la semana	$\frac{\text{Comedores escolares con } \geq 4 \text{ piezas de fruta semanal}}{\text{N}^\circ \text{ de colegios evaluados}} \times 100$
Porcentaje de comedores que en su menú incluyen un mínimo de 4 raciones de verdura a la semana	$\frac{\text{Comedores escolares con } \geq 4 \text{ raciones de verdura semanal}}{\text{N}^\circ \text{ de colegios evaluados}} \times 100$
Porcentaje de comedores que en su menú incluyen un mínimo de 1 ración de legumbres a la semana	$\frac{\text{Comedores escolares con } \geq 1 \text{ ración de legumbres semanal}}{\text{N}^\circ \text{ de colegios evaluados}} \times 100$
Porcentaje de comedores que en su menú incluyen un mínimo de 1 ración de pescado a la semana	$\frac{\text{Comedores escolares con } \geq 1 \text{ ración de pescado semanal}}{\text{N}^\circ \text{ de colegios evaluados}} \times 100$
Porcentaje de comedores que en su menú incluyen un máximo de 1 plato precocinado a la semana	$\frac{\text{Comedores escolares con } \leq 1 \text{ plato precocinado semanal}}{\text{N}^\circ \text{ de colegios evaluados}} \times 100$
Porcentaje de platos con información nutricional complementaria adecuada	$\frac{\text{N}^\circ \text{ de platos con información nutricional complementaria}}{\text{N}^\circ \text{ de platos evaluados}} \times 100$

ANEXO IV

Frecuencias de Consumo Recomendadas en los Menús de los Centros Educativos

Grupos de alimentos	Frecuencia Semanal
Primeros Platos	
Arroz	1
Pasta	1
Legumbres	1-2
Hortalizas y verduras (incluyendo patatas)	1-2
Segundos Platos	
Carnes	1-3
Pescados	1-3
Huevos	1-2
Guarniciones	
Ensaladas variadas	3-4
Otras guarniciones (patatas, hortalizas, legumbres...)	1-2
Postres	
Frutas temporada	4-5
Otros postres (preferentemente yogur, queso fresco, cuajada, f.secos, zumos naturales.....)	0-1

BIBLIOGRAFIA

- Estrategia NAOS. Invertir la tendencia de la obesidad. Madrid 2005, Agencia Española de Seguridad Alimentaria Ministerio de Sanidad y Consumo. <http://www.naos.aesan.msps.es/>
- Documento de Consenso sobre la Alimentación en los Centros Educativos. Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud. (Madrid) 2010.
- Martínez JR, Polanco I. El libro blanco de la alimentación escolar. Ed. Mc Graw-Hill (Madrid), 2007.
- Larrañaga N, Amiano P, Gorostiza I, Urtiaga C, Zaporta J, Encuesta de Nutrición 2005. Departamento de Sanidad del Gobierno Vasco. Vitoria-Gasteiz, 2006.
- Estudio de prevalencia de la obesidad infantil. Estudio ALADINO (Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad). Disponible en http://www.naos.aesan.msps.es/naos/investigación/publicaciones/estudio_aladino.html
- Guías alimentarias para la población española. Recomendaciones para una dieta saludable. Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). Madrid, 2001.
- Pérez de Eulate, Lourdes; Ramos, Pedro; Liberal Susana; Latorre, Miriam. Educación Nutricional: Una encuesta sobre hábitos alimenticios en adolescentes vascos. Rev. Enseñanza de las Ciencias 2005. Número extra.
- Comité de Expertos de AESAN (2007). El programa PERSEO. Disponible en: <http://www.perseo.aesan.msps.es/>
- Consejo Interterritorial. Sistema Nacional de Salud (CISNS). Documento de consenso sobre la alimentación en centros educativos (comedores escolares). Fecha de aprobación 21/07/10.
- Ley 17/ 2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición. BOE 6 de julio 2011
- Comedores saludables. <http://sancyd.es/comedores/escolares/>. Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética. Actualización 30-09-2011
- Materiales para la Promoción de la alimentación equilibrada y la actividad física. Http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/contenidos/Informacion_General/c_3_c_1_vida_sana/alimentacion_equilibrada_actividad_fisica/materiales.
- Summerbell CD, Waters E, Edmunds LD, Kelly S, Brown T, Campbell KJ. Intervenciones para prevenir la obesidad infantil. Reproducción de una revisión Cochrane, traducida y publicada en La Biblioteca Cochrane Plus, 2008, Numero 2. (www.bibliotecacochrane.com/BCPRecordsTop)

- National Institute for Health and Clinical Excellence. CG43 obesity. Full guideline. Disponible en: <http://www.nice.org.uk/CG043fullguideline>. London: NICE; 2006
- School-Based Obesity Prevention Strategies for State Policymakers. Division of Adolescent and School Health, National Center for Chronic
- Campos Díaz, C. Rodríguez Álvarez, M. Calvo Pacheco, M. P. Arévalo Morales, A. Sierra López y A. Arias Rodríguez. Valoración nutricional de los menús escolares de los colegios públicos de la isla de Tenerife. Nutrición Hospitalaria 2008
- Grupo de trabajo de la Estrategia NAOS en Asturias. Estudio del menú en los comedores escolares de Asturias. Enero 2010. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. Gobierno Principado de Asturias
- Mora Corberá E., Muñoz Gimenez N. Estudio del menú escolar de varias provincias españolas. Rev Nutrición Comunitaria 2011;17(1):20-25
- Moreno Castro Fco.J, Pérez –Rendon Gonzalez J. Manual de Ejecución del Programa de Evaluación de Menús Escolares. Junta de Andalucía. Consejería de Salud, 2011
- Evaluación de los Menús de los Comedores Escolares. Generalitat Valenciana. Conselleria de Sanitat y Conselleria de Cultura, Educació i Esport. 2007
- Protocolo de Valoración del Menú Escolar. Comunidad de Madrid. Dirección General de Salud Pública y Alimentación. Depósito legal: M.50.975-2006
- Código PAOS. Código de autorregulación de la publicidad de alimentos dirigida a menores, prevención de la obesidad y salud. 29 de marzo de 2009. Ministerio de Sanidad y Consumo. Agencia Española de Seguridad Alimentaria (AESAN)