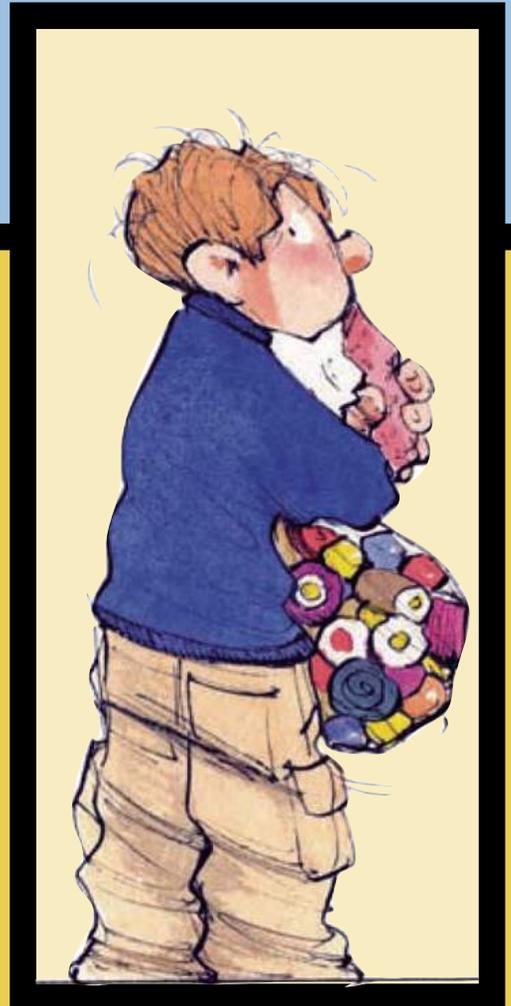




¿Comerías en el comedor de tu hijo/a? Con su comida no juegues

Recomendaciones para mejorar la calidad de los comedores escolares desde las Asociaciones de padres y madres y las familias

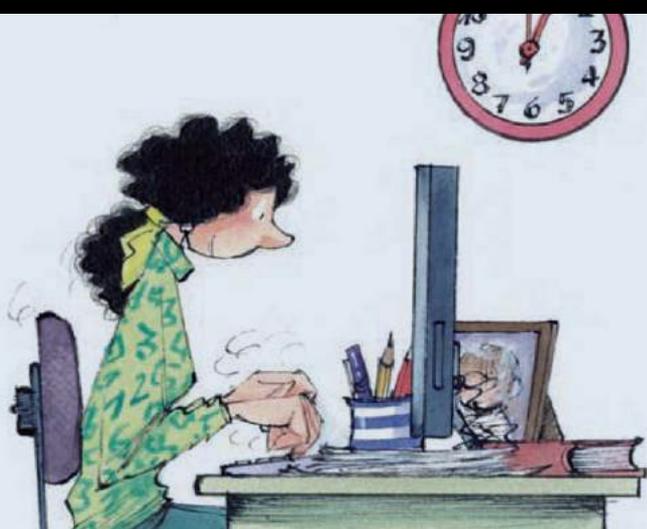


Otra alimentación es posible

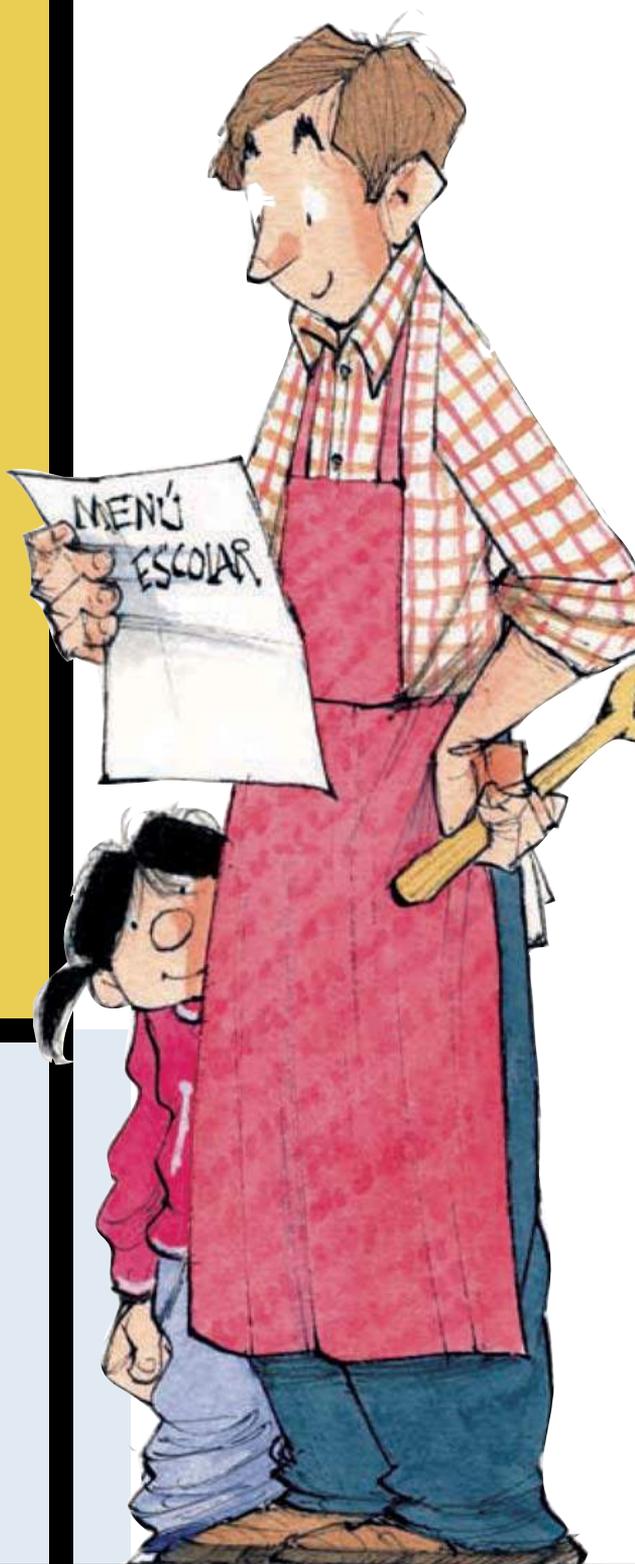
La movilización de las familias puede cambiar las cosas. Ha ocurrido con la retirada de panga o la tilapia de los comedores escolares de varios territorios.

CEAPA está trabajando para:

1. Sensibilizar sobre la importancia de la alimentación para la salud, introducir cambios en nuestros hábitos alimenticios y evitar el sedentarismo.
2. Lograr que los Consejos Escolares dispongan de la información necesaria para ejercer su papel en la gestión y control de los comedores escolares. Una medida imprescindible es la existencia de comisiones mixtas de comedor en todos los ámbitos: escolar, local, provincial y autonómico.
3. Facilitar y promover otros modelos de gestión mediante convenios con administraciones locales o instituciones sin ánimo de lucro, que apuesten por productos de proximidad, ecológicos y de temporada propios de la Dieta Mediterránea, y por una reducción de los envases y el transporte.
4. Exigir que la Administración incluya cláusulas sociales y medioambientales en la contratación del servicio de comedor. Se deben incluir criterios de proximidad que impidan definitivamente el consumo de alimentos producidos en lugares donde no se cumplen las condiciones necesarias. Además, los pliegos deberán estipular que las mejoras que se ofrecen en las ofertas repercutan en la calidad de los alimentos.



5. Conseguir que se reduzca el número de colegios incluidos en cada lote que sale a concurso y el número máximo de lotes al que puede optar una misma empresa.
6. Reclamar que las empresas dispongan, como mínimo, de un centro de producción en cada provincia en la que estén situados los centros cuyo comedor gestionan.
7. Conseguir que los menús incorporen más verduras frescas y de temporada, ecológicas en la medida de lo posible.
8. Poner fin al modelo de línea fría (menús elaborados en cocinas centrales y recalentados en el centro), apostando por las cocinas "in situ".
9. Garantizar que se atienda a todas las familias que lo necesitan, por motivos económicos, sociales o de conciliación.
10. Exigir que se tomen medidas activas para combatir la actual epidemia de obesidad y evitar enfermedades crónicas asociadas a la mala alimentación.



¿Cómo es tu comedor escolar?

Ten en cuenta estos aspectos para hacer un seguimiento del servicio de comedor escolar:

1. Gestión e instalaciones

¿Quién lo gestiona? ¿Es de línea fría? ¿Se cocina en el centro? ¿A qué distancia del centro está la cocina? ¿Hay un plan para minimizar los desperdicios (embalajes, raciones sobrantes)? ¿Hay plazas suficientes para cubrir adecuadamente la demanda?

2. Transporte, almacenamiento y menaje

Comprueba si los vehículos están refrigerados y el transporte es diario, de qué material es el menaje (vasos, platos y cubiertos), si se usan barquetas de acero inoxidable en lugar de plástico o aluminio.

3. Precio

¿Cuánto paga cada comensal? ¿Paga otra parte la Administración? ¿Cuándo pagan los usuarios esporádicos? ¿Hay ayudas (becas) suficientes?

4. Personal

¿Se forma adecuadamente al personal (también en resolución de conflictos, etc.)? ¿Cuántos comensales por monitora/o hay en los diferentes niveles educativos (infantil, primaria...)? ¿Cuánto personal de cocina? ¿Realizan actividades de tiempo libre antes o después de las comidas? ¿Con qué criterios?

5. Materias primas

Comprueba si se sirven: precocinados, precalentados, congelados, alimentos enlatados, bollería industrial, fritos, aceite de oliva para aliñar, productos de proximidad, productos de temporada, productos con denominación de origen, pescado al menos dos veces por semana, panga u otras especies conflictivas (tilapia, perca del nilo...), pescado descongelado en cámara, productos con el sello de pesca sostenible, fruta de temporada al menos tres veces por semana, productos sin aceite de palma o con certificación de aceite de palma de producción sostenible, verdura todos los días (como plato o guarnición), carne de 1ª categoría o suprema, productos ecológicos, productos libres de organismos modificados genéticamente, pan de calidad, etc.

6. Participación y transparencia

¿Puede el Consejo Escolar elegir cómo se gestiona el comedor y quién lo hace? ¿Controla periódicamente el funcionamiento del servicio? ¿Pueden acceder las familias a las instalaciones? ¿Se conoce el menú antes de que empiece el mes? ¿Está aprobado por nutricionistas colegiados? ¿Se informa a las familias sobre los cambios en el menú? ¿Hay menús especiales (para diferentes tipos de alergias, menús vegetarianos, menús respetuosos con diferentes religiones, etc.)?



¡Os animamos a participar de manera activa en la mejora de la alimentación de vuestras familias!

Forma un grupo de personas concienciadas en tu AMPA, investiga y contacta con tu federación o con CEAPA.

En CEAPA, nos preocupa la salud de nuestras hijas y nuestros hijos.

La importancia de comer sano

El 41,3% de niños y niñas padecen obesidad o sobrepeso según el último Informe Aladino sobre obesidad infantil.

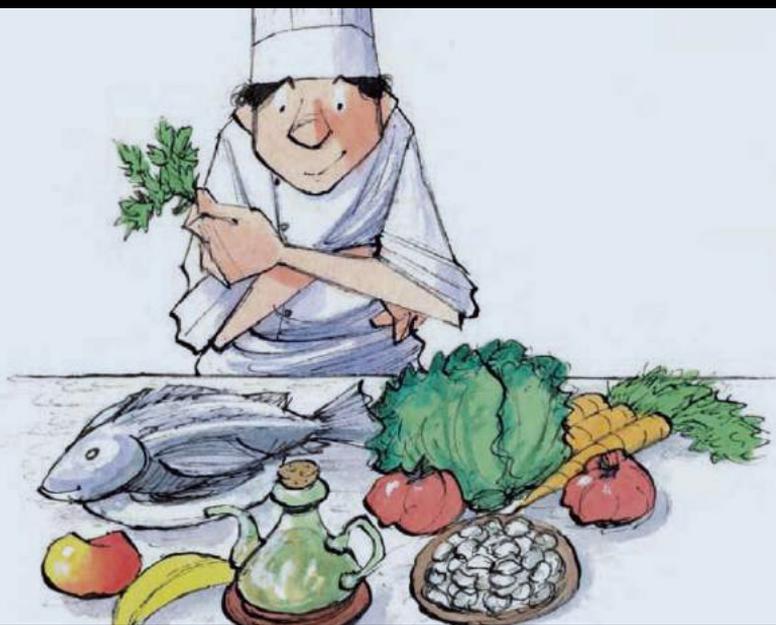
Comer sano es fundamental para un adecuado desarrollo. La Dieta Mediterránea se asocia a una mejor salud. Incluye frutas, legumbres, verduras, frutos secos, cereales, aceite de oliva, poca carne y pescado ocasional.

Sin embargo, en muchos casos, nuestras familias no se alimentan correctamente...

La alimentación es una gran vía de exposición a sustancias tóxicas (grasas saturadas, plaguicidas, envases inadecuados...), y el acceso a alimentos saludables resulta más difícil para las familias con menos ingresos.

Las autoridades deben garantizar que los alimentos que consumen nuestras hijas e hijos sean sanos y estén libres de sustancias y aditivos que puedan tener un efecto negativo en su crecimiento, aplicándose el "principio de precaución" en caso de duda.

Una excelente manera de mejorar la alimentación desde la infancia es mejorar la calidad de los menús de los comedores escolares. Pero también hay que lograr que los alimentos más sanos sean asequibles. Según los expertos, subiendo los impuestos a los alimentos con alto contenido de grasas, azúcar y sal, y bajando o eliminando los impuestos aplicados a las frutas y verduras, se reduciría enormemente la desigualdad y ganaríamos en salud.





El negocio de los comedores escolares

El servicio de comedor escolar, fundamental para nuestras familias, recibe con frecuencia quejas por la calidad de los alimentos, la escasez de las raciones o el incumplimiento de los menús.

Para muchas empresas del sector, los comedores escolares son sólo un negocio, y descuidan la atención al alumnado y la calidad de las comidas. El comedor no se considera un espacio educativo integrado en el Plan de Centro.

Prima la reducción de costes frente a cualquier otro aspecto, y gran parte del negocio queda en manos de unas pocas empresas con capacidad para comprar a bajo precio grandes cantidades de alimentos provenientes de cualquier parte del Planeta. Esto perjudica tanto al medio ambiente (producción, transporte, almacenamiento...) como al empleo y los productores locales.

Referencias:

1. Estudio ALADINO 2015: Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2015. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Madrid (2016).
2. Un patrón de alimentación saludable: la dieta mediterránea tradicional Márquez-Sandoval, F., Bulló, M., Vizmanos, B., Casas-Agustench, P., Salas-Salvadó, J. (2008), *Antropo*, **16**, 11-22
3. Recomendaciones de la OMS para la lucha contra la inequidad en la obesidad: Obesity and inequities. Guidance for addressing inequities in overweight and obesity (2014)
4. Eliminación de contaminantes hormonales. Guía para administraciones públicas. Dolores Romano y Silvia de Santos y Miguel Martínez de Morentin (2016)
5. Alimentar el cambio. Apuntes para un diagnóstico de los comedores escolares saludables y sostenibles en la Comunidad de Madrid. Garúa S. Coop. (2017)
6. Cómo reducir la exposición a sustancias tóxicas. www.ecologistasenaccion.org
7. Compra Pública en sistemas alimentarios locales, VSF Justicia Alimentaria Global (2013)
8. Soberanía alimentaria en las mesas del colegio, Carles Soler, Amigos de la Tierra
9. Compra de alimentos de proximidad en los comedores escolares de Andalucía, Canarias y Principado de Asturias, Panmela Soares, Pablo Caballero, Mari Carmen Davó-Blanes *Gaceta Sanitaria* 2017;31:446-52 - Vol. 31 Núm.6
10. Alimentos de producción local en los comedores escolares de España, Panmela Soares, Maria Asunción Martínez-Mián, Pablo Caballero, Carmen Vives-Cases, Mari Carmen Davó-Blanes, *Gaceta Sanitaria* 2017;31:446-52 - Vol. 31 Núm.6

Analizad vuestro comedor, pensad cómo podría mejorar y uníos al trabajo de CEAPA.

