

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Junio 2022



Los contenidos de esta obra están sujetos a una licencia de Reconocimiento-NoComercial SinObrasDerivadas 4.0 Internacional.

La licencia puede consultarse en la página web de Creative Commons.

Edita:

Subdirección General de Promoción de la Salud. Agencia de Salud Pública de Cataluña.

Barcelona, mayo de 2022

Asesoramiento lingüístico:

Servicio de Planificación Lingüística del Departamento de Salud

URL:

https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicaciones/pub_alim_entorn_laboral/maquinas-expendedoras-centros-sanitarios/Informe_maquinas-expendedoras-centros-sanitarios.pdf

Diseño de plantilla accesible 1.05: Oficina de Comunicació. Identidad Corporativa.

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Sumario

1.	Introducción y justificación.....	5
2.	Preocupación y críticas por la presencia de máquinas expendedoras en centros sanitarios y edificios del Departament de Salut.....	6
3.	Documentos elaborados por la Agencia de Salud Pública de Cataluña (ASPCAT) en relación con la limitación del consumo de productos ultraprocesados.....	7
4.	Importancia de la ejemplaridad y la coherencia con las recomendaciones.....	10
5.	Experiencias y situación en otras comunidades autónomas en relación con la presencia y oferta de alimentos y bebidas en máquinas expendedoras y cafeterías	11
6.	Propuesta de criterios alimenticios y nutricionales para alimentos y bebidas envasados ofrecidos a las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios	12
7.	Anexos.....	15

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Este documento cuenta con el apoyo de las siguientes entidades:

Asociación Catalana de Ciencias de la Alimentación (ACCA)

Asociación Catalana de Enfermería Pediátrica (ACIP)

Asociación de Celíacos de Cataluña

Asociación de Enfermería Familiar y Comunitaria de Cataluña (AIFiCC)

Centro Catalán de la Nutrición del Institut d'Estudis Catalans (CCNIEC)

Colegio de Dietistas-Nutricionistas de Cataluña (CODINUCAT)

Sociedad Catalana de Pediatría (SCP)

Sociedad Catalana de Medicina Familiar y Comunitaria (CAMFiC)

Sociedad Científica Española de Dietética y Nutrición (SEDYN)

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

1. Introducción y justificación

La alimentación es un determinante fundamental del estado de salud de las personas, tanto en la prevención de enfermedades por carencia de alimentos como en el desarrollo de problemas de salud crónicos, como la obesidad, las enfermedades cardiovasculares o la diabetes, entre otros.

Los modelos alimenticios más saludables se caracterizan por un consumo mayoritario de alimentos de origen vegetal, frescos o mínimamente procesados. Esto, en nuestro entorno, se traduce en frutas, hortalizas, legumbres, farináceos integrales (pan, pasta, arroz, etc.), frutos secos y aceite de oliva virgen, que se acompaña de pequeñas porciones de pescado, carnes magras y blancas, huevos y lácteos, así como de agua para beber.

En cambio, últimamente, ha aumentado de forma notable el consumo de alimentos ultraprocesados, por lo que un tercio de las calorías que se toman a diario proceden de este tipo de alimentos, así como el 80% de todos los azúcares añadidos.¹ Estos productos están elaborados industrialmente, a menudo con poca materia prima y contienen aditivos y sustancias añadidas, además de azúcares, grasas, sal, almidones,² que pretenden modificar los aspectos sensoriales del producto. Su consumo etc., se relaciona con una peor calidad de la dieta, ya que la ingesta comporta un aporte elevado de azúcar, sal, grasas malsanas y otros ingredientes y componentes poco recomendables. Esto hace que, cuanto más productos altamente ultraprocesados se consumen, mayor riesgo debe sufrir enfermedades y trastornos como obesidad, síndrome metabólico, enfermedad cardiovascular, accidentes cerebrovasculares, depresión, algunos tipos de cáncer y mayor riesgo de mortalidad.^{3,4} Al tener una elevada palatabilidad y unos gustos muy intensos, que son fáciles y rápidos de consumir y que están promocionados por campañas publicitarias muy potentes, el consumo de productos ultraprocesados ha aumentado mucho en los últimos años.¹

La producción y distribución masiva de alimentos malsanos y sus precios asequibles facilitan su consumo.

[La estrategia PAAS \(2006-2023\)](#) —Plan integral para la promoción de la salud mediante la actividad física y la alimentación saludable—, liderada por la Agencia de Salud Pública de Cataluña (ASPCAT), centra los esfuerzos para promover la salud de la población en intervenciones dirigidas a las personas y familias (ayudando a mejorar sus conocimientos, habilidades y capacidades para tomar decisiones saludables) y también dirigidas a las comunidades y los entornos, facilitando que las opciones saludables sean las más fáciles y asequibles. En este sentido, entre las más de 65 acciones del PAAS en los ámbitos educativo, sanitario, comunitario, laboral y de investigación se han elaborado diversas guías alimentarias poblacionales sobre alimentación

¹ [Eur J Clin Nutr. 2018 Oct; 72\(10\): 1404-1412](#)

² [Public Health Nutr. 2019 abr; 22\(5\): 936-941](#)

³ [Obes Rev. 2021 Mar; 22\(3\): e13146](#)

⁴ [Br J Nutr. 2021 Feb 14; 125\(3\): 308-318](#)

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

saludable y sostenible, así como recomendaciones en relación a la presencia y oferta de máquinas expendedoras de alimentos y bebidas, tanto en entornos de niños y jóvenes como en centros de salud. También se lidera, desde 2007, el programa Amed (Alimentación Mediterránea) de acreditación de establecimientos de restauración colectiva y social promotores de la alimentación mediterránea.

Tanto las máquinas expendedoras como las cafeterías son dispensadoras habituales de alimentos ultraprocesados, muchas veces ricos en calorías, sal, grasas saturadas o azúcares añadidos. Por ello, se considera necesaria una regulación de la presencia de los alimentos y bebidas que se ofrecen en los centros y servicios sanitarios.

El [Plan interdepartamental e intersectorial de salud pública \(PINSAP\)](#) es una iniciativa alineada con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para impulsar la salud desde todos los ámbitos de la acción del Gobierno y la sociedad, es decir, "salud a todas las políticas". En este marco, garantizar una oferta alimentaria saludable en las cafeterías, comedores y máquinas expendedoras de hospitales y centros de salud públicos, así como en los edificios de la Administración, se presenta como una oportunidad para realizar un empuje transversal e intersectorial al salud desde las políticas gubernamentales.

2. Preocupación y críticas por la presencia de máquinas expendedoras en centros sanitarios y edificios del Departamento de Salud

En Cataluña, las máquinas expendedoras están presentes en centros hospitalarios desde hace años. Sin embargo, recientemente se han instalado en centros de atención primaria, lo que ha aumentado el descontento por parte de profesionales y entidades.

Aunque la movilización sobre la necesidad de eliminar las máquinas expendedoras de los centros de atención primaria no es reciente, en los últimos tiempos se ha hecho más evidente, llegando la problemática [a los medios de comunicación](#).

En 2018, la Junta Directiva de la Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria acordó apoyar el [llamamiento](#) de la Asociación de Residentes de Medicina Preventiva y Salud Pública para la eliminación, en los centros sanitarios, de máquinas expendedoras de alimentos y bebidas poco saludables, a la que se sumaron otras sociedades y organizaciones como la Asociación de Enfermería Comunitaria, el Comité Español Interdisciplinario de Prevención Cardiovascular, el Consejo Estatal de Estudiantes de Medicina, la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética, la Sociedad Española de Epidemiología, la Sociedad Española de Medicina Preventiva, Salud Pública e Higiene y la ONG Justicia Alimentaria Global. La iniciativa tuvo eco en distintos medios de comunicación como [El País](#) o [Onda Cero](#).

Las quejas y denuncias por la instalación reciente de máquinas expendedoras en CAP de Catalunya han llegado a través de las [redes sociales](#), de correos electrónicos

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

y en formato presencial, durante las sesiones de presentación de la guía Pequeños cambios para comer mejor, que se realizaron en todo el territorio y que iban dirigidas, sobre todo, a los profesionales de la salud de centros de atención primaria. La preocupación del personal sanitario por la baja calidad nutricional de la oferta de alimentos y bebidas de máquinas expendedoras y de cafeterías queda patente habitualmente en estas sesiones formativas.

Asimismo, algunas [comunicaciones](#) (póster 187) realizadas en congresos nacionales abordan esta cuestión y proponen medidas para paliar la situación.

Una de las publicaciones más recientes vino de la mano de la Sociedad Española de Epidemiología, que publicó el documento "[Mejorar la oferta alimentaria de las máquinas expendedoras es una medida eficaz para promover la salud y prevenir la obesidad](#)", donde se llama a las administraciones públicas para que regulen las máquinas expendedoras para que su oferta sea 100% saludable en los centros sanitarios, educativos y deportivos, y, como mínimo, del 50% en otros centros de titularidad o financiación pública.

3. Documentos elaborados por la Agencia de Salud Pública de Cataluña (ASPCAT) en relación con la limitación del consumo de productos ultraprocesados

El primer documento sobre la regulación del contenido de las máquinas expendedoras fecha del año 2008. En ese momento, la ASPCAT, conjuntamente con la Asociación Catalana de Vending, el Consorcio Sanitario de Barcelona, la Agencia de Salud Pública de Barcelona, la Federación de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos, la Sociedad Catalana de Pediatría y el Centro de Enseñanza Superior de Nutrición y Dietética (Universidad de Barcelona) publicaron un [documento](#) de recomendaciones para máquinas expendedoras en los espacios para niños y jóvenes de Cataluña —este documento se ha [actualizado](#) durante 2019, también a petición de varias demandas del Síndic de Greuges. Poco tiempo después se adaptó al [entorno laboral](#).

En 2018, alertados de la presencia de máquinas expendedoras con un contenido de alimentos poco adecuado en los centros hospitalarios de Cataluña, la ASPCAT redactó el documento "[Recomendaciones sobre alimentos y bebidas para máquinas expendedoras en hospitales y centros sanitarios](#)", que se hizo llegar a través del Servicio Catalán de la Salud a todos los centros de salud de Cataluña y del que se hicieron eco varios medios de comunicación ([La Vanguardia](#), [Vilaweb](#), [CCMA](#), etc.) y se elaboraron [infografías](#).

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Resumen de los documentos (2009-2019)



Recomendaciones sobre máquinas expendedoras de alimentos y bebidas (MEAB) en los espacios para niños y jóvenes de Cataluña. Barcelona: Departamento de Salud; 2009 (descatalogado)

<https://scientiasalut.gencat.cat/handle/11351/1756>



La alimentación saludable en el entorno laboral: recomendaciones para mejorar el equilibrio nutricional de las comidas y del contenido de las máquinas expendedoras de alimentos y bebidas [folleto]. Barcelona: Departamento de Salud; 2009.

<https://scientiasalut.gencat.cat/handle/11351/2173?locale=es>



Qué hay que priorizar y qué evitar en las máquinas expendedoras de hospitales y centros de salud públicos de Cataluña. Barcelona: Agencia de Salud Pública de Cataluña; 2018.

http://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicaciones/pub_alim_entorn_laboral/comida-sa-centros_sanitarios/Infografia-MEAB-Centres.pdf

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Recomanacions sobre aliments i begudes per a màquines expenedores en hospitals i centres sanitaris



Recomendaciones sobre alimentos y bebidas para máquinas expendedoras en hospitales y centros sanitarios. Barcelona: Agencia de Salud Pública de Cataluña; 2018.

http://salutpublica.gencat.cat/web/ content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicaciones/pub_alim_entorn_laboral/comer-sa-centres-sanitaris/MEAB-Centres.pdf



Recomendaciones sobre máquinas expendedoras de alimentos y bebidas en los espacios para niños y jóvenes. Barcelona: Agencia de Salud Pública de Cataluña; 2019.

[Tríptico y cartel]

- http://salutpublica.gencat.cat/web/ content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicaciones/pub_alim_inf/recomendaciones_meab_espais_infants/meabdefinitivo.pdf
- http://salutpublica.gencat.cat/web/ content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicaciones/pub_alim_inf/recomendaciones_meab_espais_infants/Cartel-A3-Maquinas-expendedoras-15ABR19.pdf

En la citada guía alimentaria [Pequeños cambios para comer mejor](#) se incluye, entre los 12 mensajes clave, la necesidad de reducir el consumo de productos ultraprocesados y de bebidas azucaradas. Estos productos tienen una elevada presencia tanto en máquinas expendedoras como en cafeterías.

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña



Pequeños cambios para comer mejor. Barcelona: Agencia de Salud Pública de Cataluña; 2018.

4. Importancia de la ejemplaridad y la coherencia con las recomendaciones

Es muy importante que en los centros sanitarios (CAP, hospitales, etc.) y edificios de la Generalidad de Cataluña se dé un mensaje coherente en relación con lo que se ofrece y lo que se recomienda a las personas atendidas, que son usuarias, trabajadoras o de visita. En muchas ocasiones, en los centros sanitarios son atendidas personas con problemas de salud relacionados con una alimentación no saludable, y puede darse la paradoja de que la cafetería de un hospital en el que está ingresada una persona con un problema de salud grave esté llena de una oferta de alimentos relacionados con la génesis de esta enfermedad, y que han sido desaconsejados de forma activa en las consultas.

En este sentido, y desde el año 2007, la totalidad de los comedores de los centros sanitarios públicos de Cataluña han recibido la acreditación [AMED](#) (proyecto liderado por la ASPCAT, que consiste en la mejora de la oferta alimentaria, la identificación y acreditación de establecimientos de restauración que ofrecen menús que cumplen criterios de alimentación mediterránea como patrón de alimentación saludable). Sin embargo, la acreditación AMED no interviene en la oferta de productos ultraprocesados que puedan estar presentes en máquinas expendedoras y cafeterías. También desde el año 2006, el [Programa de revisión de menús escolares \(PReME\)](#) de la ASPCAT ha permitido elaborar 7.000 informes de revisión de los menús que se sirven en los centros escolares, con una destacable mejora en la mayoría de indicadores clave.

Además, en los últimos años, la ASPCAT ha elaborado y editado múltiples [materiales de educación alimentaria y ha liderado programas de fomento de la alimentación saludable y sostenible](#) en el que se recomienda fomentar el consumo principal de alimentos de origen vegetal, frescos y mínimamente procesados, de producción local y venta de proximidad.

No pueden olvidarse las disposiciones europeas sobre residuos, agua e impacto ambiental del consumo que pretenden reducir la utilización de envases y residuos y conseguir un consumo más responsable. En este sentido, los productos envasados

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

ofrecidos en las máquinas expendedoras y cafeterías generan muchos residuos, la mayoría en forma de plástico.

Todas estas acciones que se lideran y trabajan desde la ASPCAT van en la línea de facilitar los entornos promotores de salud por un lado, y de mejorar el acceso a la información rigurosa y de calidad, por otro. Así pues, además de difundir un mensaje determinado, es necesario que el entorno comunitario, y sobre todo el ámbito sanitario, facilite llevar a cabo los mensajes recomendados.

Entendemos, por tanto, que es trascendental emitir un mensaje coherente entre lo que se recomienda a la población y lo que el propio Departamento de Salud (o las entidades proveedoras de servicios de salud) ofrece en los centros de salud.

5. Experiencias y situación en otras comunidades autónomas en relación con la presencia y oferta de alimentos y bebidas en máquinas expendedoras y cafeterías

Los estudios y documentos de cambio y mejora sobre máquinas expendedoras en centros sanitarios muestran una preocupación constante en los últimos tiempos sobre esta cuestión. En [Asturias](#), por ejemplo, [el estudio Composición](#) nutricional de los alimentos de las vending de edificios públicos universitarios y hospitalarios de Asturias, realizado por la Facultad de Medicina de la Universidad de Oviedo y el Servicio de Salud del Principado de Asturias, revela que los productos que se venden en las máquinas son poco saludables. Otras [publicaciones](#) sitúan los [productos ultraprocesados](#) ofrecidos por las máquinas expendedoras como factores que contribuyen al desarrollo de un entorno obesogénico.

En algunas comunidades se ha logrado [cambiar los productos de las máquinas expendedoras](#), como es el caso del Hospital La Paz de Madrid.

En [el País Vasco](#), en el marco del proyecto [Iniciativas para una alimentación saludable en Euskadi](#), destaca la de incorporar aperitivos saludables a las máquinas expendedoras con el objetivo de conseguir que el 50% de la oferta sea de productos saludables.

En [Murcia](#) se elaboró un pliego de [prescripciones técnicas que deben regir](#) la explotación de máquinas expendedoras, cafeterías y comedores del personal en los centros de salud del Servicio Murciano de Salud, que incluyen criterios nutricionales para la oferta de los productos (anexo 1).

En [Navarra](#), según el [Decreto Foral 3/2019, de 16 de enero](#), no se permite la venta de productos hipercalóricos mediante las máquinas expendedoras de los centros educativos ni tampoco de cantinas y bares, y en cambio, pueden ofrecer alimentos propios de la dieta mediterránea, como zumos de fruta sin azúcares añadidos, yogur, fruta, bocadillos y otros productos saludables. El Decreto propone unos criterios nutricionales para los alimentos y bebidas que se pueden ofrecer a los centros educativos (anexo 2).

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

En las Islas Baleares se aprobó el Decreto 39/2019, de 17 de mayo, sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares, que establece los requisitos de los alimentos y bebidas de los centros sanitarios y las dependencias administrativas sanitarias: el 75% de los productos envasados de las máquinas expendedoras, cafeterías, bares y restaurantes deben cumplir los criterios nutricionales del anexo 3.

En La Rioja, el 14 de junio de 2019 se aprobó el Decreto 25/2019 "para promover una alimentación saludable en todos los centros educativos y sanitarios riojanos y en organismos pertenecientes a la administración autonómica". En el anexo 4 se pueden consultar los requisitos que establece el Decreto de La Rioja aplicables a los alimentos y bebidas envasadas suministrados en máquinas expendedoras y establecimientos y servicios de restauración colectiva.

El Departamento de Sanidad de la Generalitat Valenciana ha puesto también a exposición pública una Propuesta de Decreto que fomentará los menús saludables en centros educativos y hospitales, y que supone una evolución en relación con un decreto previo de 2018, que ya establecía unas limitaciones en la oferta.

6. Propuesta de criterios alimentarios y nutricionales para alimentos y bebidas envasados ofrecidos por las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios

Desde la ASPCAT, y en coherencia con todo lo expuesto hasta ahora, se propone empezar a mejorar la oferta alimentaria de los centros sanitarios empezando por los integrados en la red de utilización pública (SISCAT). El instrumento adecuado para llevarla a cabo es la elaboración de una instrucción del Servicio Catalán de la Salud que se aplique a todos los centros y servicios sanitarios de Cataluña del SISCAT, así como un seguimiento de su grado de cumplimiento. En un futuro, se planteará su ampliación a todo el sistema sanitario, al tiempo que en otros entornos prioritarios mediante la normativa correspondiente.

Centros de atención primaria de Salud

Las estancias en los CAP y consultorios son cortas y casi siempre es fácil prever su hora de asistencia y su duración aproximada. Por tanto, la propuesta es:

1. No es necesario ni recomendable disponer de un servicio proveedor de alimentos y bebidas en los centros de atención primaria.
2. Eso sí, es necesario garantizar el suministro de agua de la red de abastecimiento de agua potable (con condiciones higiénicas adecuadas y evitando envases de plástico) en todos los centros sanitarios de Cataluña.

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Hospitales y centros sanitarios con atención durante 24 horas

En los hospitales, centros sanitarios y centros de urgencias de atención primaria, donde la atención se dispensa durante 24 horas y las personas que cuidan de pacientes hospitalizados pueden tener que pasar ratos muy largos, es necesario garantizar que la oferta disponible de alimentos y bebidas de las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores sea adecuada y contribuya a una alimentación saludable y sostenible.

Por este motivo, se propone:

1. **Garantizar** el suministro de agua de la red de abastecimiento de agua potable (con condiciones higiénicas adecuadas y evitando envases de plástico) en todos los centros sanitarios de Cataluña.
2. Al menos el 75% de los productos envasados ofrecidos deben cumplir los siguientes criterios de contenidos máximos de grasas saturadas, trans, sal y azúcares:

Energía o nutriente	Contenido por 100 g ≤	Contenido por 100 ml
Energía*	300 kilocalorías ≤ 10	≤ 75 kilocalorías
Grasa total*	g ≤ 1,5	≤ 2,5 g
Grasas saturadas	g	≤ 0,75 g
Ácidos grasos trans	Sólo los presentes de forma natural ≤ 10 g	Sólo los presentes de forma natural ≤ 7,5 g
Azúcares**		
Sal o equivalente en sodio	≤ 0,4 g de sal, equivalente a 160 mg de sodio	≤ 0,25 g de sal, equivalentes a 100 mg de sodio

Fuente: Adaptado del Pliego de prescripciones técnicas que deben regir la explotación de máquinas expendedoras de líquidos en los centros de salud del Área VIII del Servicio Murciano de Salud.

No se aplica a la leche ni a yogures ni frutos secos sin grasas añadidas.

** Azúcares totales (no se aplica a las frutas y hortalizas enteras o mínimamente procesadas, ni frescas ni desecadas, ni a los zumos de fruta). En la leche y los productos lácteos se contabilizan los 4,8 g/100 ml de azúcar (lactosa) naturalmente presentes en la leche.

3. Lista de productos saludables, frescos o mínimamente procesados que se pueden incluir en las máquinas expendedoras, cafeterías o comedores —al menos en el 75% de la oferta— siempre que cumplan los criterios del punto 2. Su selección se basa en la priorización de productos con menor cantidad de azúcares añadidos y sal, cantidades más elevadas de fibra y mejor perfil lipídico (grasas insaturadas):

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

En relación con los alimentos sólidos, se recomienda dar prioridad, según el orden propuesto, a:

- La fruta fresca.
- Las hortalizas frescas (bastonets de zanahoria, de apio, etc.). • La fruta fresca envasada. • Los frutos secos de todas las variedades, crudos o tostados (nueces, almendras, avellanas, cacahuetes, mezclas, etc.).
- La fruta desecada (orejones, pasas, higos, etc.).
- Las coquetas (tortitas) de arroz o maíz. • Los palillos de pan (preferentemente integral), pan con semillas, etc. • Los bocadillos (preferentemente con pan integral y con aceite de oliva virgen). • Los sándwiches (preferentemente integrales y con aceite de oliva virgen). • La leche (entera, semidesnatada o desnatada) o elaboraciones que cumplan los criterios nutricionales del punto 2. • Los yogures, yogures líquidos y otros lácteos fermentados. • Los zumos de tomate, zanahoria y otras hortalizas. • Caldos o purés de hortalizas.
- Los zumos de frutas 100%. • Cualquier otro producto que cumpla los criterios establecidos en el punto 2.

En relación a las bebidas:

- El agua (aunque se recomienda que sea accesible fuera de las máquinas, preferentemente sin plástico y con condiciones higiénicas adecuadas). • Bebidas calientes (té, café, infusiones, con o sin leche). Siempre debe poder regularse el contenido de azúcar, hasta un máximo de 7,5 g/100 ml.
- Bebidas “refrescantes” sin azúcares añadidos.
- Cualquier otra bebida que cumpla los criterios establecidos en el punto 2, exceptuando bebidas energéticas y alcohólicas.

Los alimentos saludables deben tener mayor visibilidad, tanto en los escaparates de las cafeterías como en las máquinas expendedoras, ocupando las filas a la altura de la vista.

Se evitará la presencia de alimentos no saludables junto a las cajas y en lugares de paso obligado.

4. Es necesario que en la oferta de las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores se incluyan siempre algunas opciones de alimentos aptos para personas con celiaquía y que sean fácilmente identificables con la indicación “sin gluten” o con el símbolo de la espiga de trigo vallada.

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

5. Está indicado eliminar la publicidad de las máquinas expendedoras de alimentos y bebidas (MEAB), cafeterías y comedores, y, en su caso, que en el espacio correspondiente se incluyan mensajes que promuevan, de forma atractiva, una alimentación saludable.

7. Anexos

Anexo 1. Criterios nutricionales de los pliegos de prescripciones técnicas del Servicio Murciano de Salud

“Los licitadores podrán incluir en su oferta los siguientes productos:

- Aguas envasadas, en las variedades reconocidas por la legislación, sin agentes aromáticos ni edulcorantes.
- Bebidas refrescantes sin azúcares añadidos. • Leche en cualquiera de sus variedades (entera, semidesnatada o desnatada) y formas de presentación que cumplan los requisitos nutricionales para grasas, azúcares, sal y valor energético.
- Productos lácteos (leches fermentadas, yogures, batidos de leche, etc.) elaborados a partir de leche entera, semidesnatada, que no contengan más de 12,3 g de azúcar/100 ml (4,8 g lactosa + 7,5 g de azúcares añadidos) o 24,6 g de azúcar por envase de 200 ml (9,6 g de lactosa + 15 g de azúcares añadidos) y que cumplan los criterios nutricionales.
- Productos lácteos sin lactosa para intolerantes a la lactosa que cumplan los requisitos para grasas, azúcares, sal y valor energético. • Zumos de fruta natural que no contengan azúcares añadidos. • Bebidas mixtas de zumo y leche siempre que cumplan los criterios nutricionales y que no tengan azúcares añadidos.
- Bebidas calientes (té, café, infusiones, con o sin leche y sin azúcares añadidos). • Chiclos sin azúcar. • Cualquier otro producto que cumpla los criterios establecidos.”

Los productos que se expidan a las máquinas estarán sometidos durante la duración del contrato a los siguientes requisitos nutricionales:

Límites establecidos para el contenido de energía, grasas, azúcares y sal, por contenido en 100 g o 100 ml de producto

	Contenido en 100 g	Contenido en 100 ml
Energía < 300 kcal		< 75 kcal
Grasa total < 10 g		< 2,5 g
Grasas saturadas + trans < 1,5 g		< 0,75 g
Azúcares < 10 g		< 7,5 g
Sal/sodio < 0,4 g sal/160 mg sodio	< 0,25 g/100 mg sodio	

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Anexo 2. Criterios nutricionales para alimentos y bebidas ofrecidos en centros educativos de Navarra

ENERGÍA O NUTRIENTE	CONTENIDO POR PORCIÓN	CONTENIDO POR 100 g*	CONTENIDO POR 100 ml*
Energía ≤ 200 kcal		≤ 400 kcal	≤ 100 kcal
Grasa total $\leq 7,8$ g		$<15,6$ g	$\leq 3,9$ g
Grasas saturadas $\leq 2,2$ g	Ácidos	$<4,4$ g	$<1,1$ g
grasos trans	$\leq 0,5$ g	≤ 1 g	$\leq 0,25$ g
Azúcares	≤ 15 g ≤ 30 g $\leq 7,5$ g		
Sal o equivalente en sodio	$\leq 0,5$ g de sal, ≤ 1 g de sal equivalente a 400 equivalentes a 400 equivalentes a 100 mg de sodio	$\leq 0,25$ g de sal, equivalentes a 100 mg de sodio	equivalentes a 200 mg de sodio

Asumiendo envases o porciones de 50 g para alimentos sólidos y de 200 ml para el formato de las bebidas más comunes en el mercado.

“Los alimentos y bebidas envasados distribuidos en los centros educativos deberán cumplir los siguientes criterios nutricionales por porción de alimentos envasados o comercializados en el medio escolar:

- Valor energético máximo de 200 kilocalorías.
- El 35%, como máximo, de las kilocalorías deben proceder de la grasa. Para una porción con menos de 200 kilocalorías, esto equivale a un contenido máximo de 7,8 gramos de grasas.*
- El 10%, como máximo, de las kilocalorías procederán de las grasas saturadas. Para una porción de 200 kilocalorías, esto equivale a un contenido máximo de 2,2 gramos de grasas saturadas.* - Ausencia de ácidos grasos trans, excepto los presentes de forma natural en productos lácteos y cárnicos.
- El 30%, como máximo, de las kilocalorías procederán de los azúcares totales. Para una porción de 200 kilocalorías, esto equivale a un contenido máximo de 15 gramos de azúcares.**
- Un máximo de 0,5 g de sal equivalente a 0,2 g de sodio.
- No contendrán edulcorantes artificiales.
- No contendrán cafeína u otras sustancias estimulantes, salvo las presentes de forma natural en el cacao.

(*) Estos límites no se aplicarán a la leche entera ni a los yogures ni a los frutos secos sin grasas añadidas, ya que se trata de grasa está naturalmente presente, y son alimentos que tienen un gran interés nutricional que no se ha de desperdiciar en los escolares. En el caso de los frutos secos, esta excepción no les excluye de cumplir los criterios correspondientes al valor energético máximo (condicionado por el tamaño de la ración) y al contenido en sal y azúcares.

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

(**) Este límite no se aplicará a las frutas y hortalizas, enteras o mínimamente procesadas, los zumos de frutas y zumos de frutas a base de concentrados que no contengan azúcares añadidos, al tratarse de azúcares naturalmente presentes en los alimentos. En la leche y los productos lácteos no se contabilizará, a la hora de aplicar este límite, el azúcar naturalmente presente en la leche (lactosa) que, aproximadamente, corresponde a 4,8 g/100 ml.”

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Anexo 3. Requisitos de los alimentos y bebidas de los centros sanitarios y las dependencias administrativas sanitarias (Illes Balears)

El 75% de los productos envasados que se ofrezcan en las cafeterías, bares, restaurantes o locales similares de los centros sanitarios que no formen parte de la carta de platos o del menú, así como el 75% de los alimentos y bebidas de las máquinas expendedoras de estos centros y de las dependencias administrativas sanitarias públicas, deben cumplir los criterios nutricionales previstos en el artículo 6.1 [Decreto 39/2019, de 17 de mayo].

Queda prohibida, sea de forma presencial o a través de máquina expendedora, la oferta de productos envasados que contengan los siguientes valores nutricionales:

- a) Un valor energético superior a 200 kilocalorías por porción envasada o comercializada.
- b) Una grasa total, por envase o porción, con un contenido superior a 7,8 gramos o que represente más del 35% de la aportación energética. Quedan excluidos los lácteos y los frutos secos.
- c) Una grasa saturada, por envase o porción, con un contenido superior a 2,2 gramos o que represente más del 10% de la aportación energética.
- d) Ácidos grasos trans; sólo se permiten los presentes de forma natural y de menos de 0,5 gramos por porción. No se incluyen las grasas parcialmente hidrogenadas.
- e) Azúcares totales, con un contenido inferior a 15 gramos por envase o porción; deben representar menos del 30% de la aportación energética. No se contabilizan los azúcares presentes de forma natural en la fruta, hortalizas, leche y productos lácteos, zumos de fruta y zumos a base de concentrados de fruta. Sí se contabiliza el azúcar de los néctares de frutas.
- f) Sal, con un contenido superior a 0,5 gramos en cada envase o porción.
- g) Sustancias estimulantes, salvo las presentes de forma natural en el alimento.

Los valores citados por envase o porción se refieren a raciones de 50 gramos para alimentos sólidos y de 200 ml en caso de líquidos.

Informe para la regulación de los alimentos y bebidas envasados disponibles en las máquinas expendedoras, cafeterías y comedores de los centros y servicios sanitarios de Cataluña

Anexo 4. Requisitos aplicables a los alimentos y bebidas envasadas suministrados por máquinas expendedoras y establecimientos y servicios de restauración colectiva (La Rioja)

“Sólo se permitirá la ubicación, instalación y funcionamiento de máquinas expendedoras de alimentos y bebidas que contengan únicamente algunos de los siguientes tipos de alimentos envasados y que, además, cumplan los criterios nutricionales establecidos en el apartado 3 d este artículo [Decreto 25/2019, de 14 de junio].

Los alimentos y bebidas envasados que se expidan en los establecimientos y servicios de restauración colectiva, incluidos en la aplicación de esta norma, deberán ajustarse a los requisitos determinados en el apartado 3 y 4 del artículo cinco.

- a) Agua
- b) Fruta fresca
- c) Frutos secos naturales
- d) Leche
- e) Panes integrales
- f) Bebidas sin azúcares añadidos
- g) Yogures y otras leches fermentadas
- h) Zumos de fruta natural
- i) Platos a base de vegetales frescos
- j) Sopas vegetales frías

3. También se permitirá la incorporación de otros productos siempre que cumplan los siguientes criterios nutricionales por porción envasada:

- a) La porción envasada no contendrá más de 200 kilocalorías.
- b) El 35%, como máximo, de las kilocalorías procederán de la grasa, con un contenido máximo de 7,8 gramos de grasas por porción envasada.
- c) El 10%, como máximo, de las kilocalorías procederán de grasas saturadas, con un contenido máximo de 2,2 gramos de grasas saturadas por porción envasada. Este límite no se aplicará a la leche entera ni a los yogures, ni a los frutos secos sin grasas añadidas.
- d) No contendrán ácidos grasos trans, salvo los presentes de forma natural en algunos productos de origen animal.
- e) El 30%, como máximo, de las kilocalorías procederán de los azúcares totales, con un contenido máximo de 15 gramos de azúcares. Este criterio no se aplicará a las frutas y hortalizas ni a los zumos de frutas que no contengan azúcares añadidos. En la leche y productos lácteos no se contabilizará, a la hora de aplicar este límite, el azúcar naturalmente presente en la leche (lactosa) que aproximadamente corresponde a 4,8 g/100ml.
- f) Contendrán un máximo de 0,5 gramos de sal.

*En las máquinas expendedoras de bebidas calientes siempre existirá la opción de regular el contenido de azúcar que, en cualquier caso, no será superior a 6 g/100 ml.”