



Te encuentras en Inicio / Sectores / Educativo /

Barcelona reduce la carne roja y aumenta la proteína vegetal en los menús escolares

©Ajuntament\_Barcelona.

## Barcelona reduce la carne roja y aumenta la proteína vegetal en los menús escolares

Jueves, 06 de febrero 2020

**Barcelona se ha propuesto limitar la carne roja en los menús escolares, diseñando una nueva propuesta alimentaria que apuesta por la proteína vegetal como las judías, los garbanzos o las lentejas, y propone incorporar más productos de proximidad y de temporada. La iniciativa tiene como objetivo, no solo mejorar la salud de los y las escolares, sino también combatir la emergencia climática.**

El Ayuntamiento de Barcelona y la *Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB)* han consensuado una nueva propuesta de menús escolares con menos carne roja y/o procesada y más proteína vegetal.

La nueva recomendación insiste en la importancia de utilizar aceite de oliva para aliñar y cocinar, así como incorporar más ensalada y la guarnición y fruta fresca en los postres. La propuesta implica también incorporar más productos de proximidad y de temporada, e introducir legumbres en los segundos platos al menos dos veces a la semana en detrimento de las carnes grasas.

Se ha empezado a trabajar también con el *Consorci d'Educació de Barcelona* para que todos los comedores de los centros educativos -infantil, primaria y secundaria- de la ciudad apliquen los nuevos menús a partir de septiembre de 2021, año en el que Barcelona ostenta la designación de 'Capital Mundial de la Alimentación Sostenible'. Aun así, la decisión final sobre la implantación corresponderá a las direcciones de las escuelas y las AMPAS.

La evidencia científica actual establece que las dietas calóricas con exceso de proteína animal, grasas saturadas y productos azucarados y procesados ??tiene efectos negativos para la salud e incrementa el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, diabetes o cáncer, entre otros.

Además, este tipo de dietas también tienen un impacto en el medio ambiente y generan mayores emisiones de gases contaminantes durante su proceso de elaboración, además de promover un uso intensivo de productos químicos, la deforestación y la reducción de la biodiversidad.

Se estima que con la reducción de la proteína animal de los menús escolares a tres días por semana respecto a su presencia actual se lograría una reducción del 23% en las emisiones de gases de efecto invernadero asociadas a la producción de estos menús.

Según recogen los diferentes informes hechos por la ASPB, hay datos muy concretos que refuerzan esta voluntad municipal de cambio en los menús escolares, y que pasan por la evidencia de que la actual alimentación de los niños y adolescentes es mejorable y que la misma población barcelonesa está de acuerdo con la implantación de estos cambios:

- El 78% de los niños de 3 y 4 años y el 42% de los adolescentes de 13 a 19 años comen carne tres o más veces a la semana, el umbral por encima del cual se considera que se hace un consumo excesivo.
- El 43% de los niños de 8 y 9 años toman bollería y el 80% de los adolescentes toman refrescos por encima de la frecuencia recomendada, lo que significa más de tres veces al mes.
- El cumplimiento de la recomendación de comer diariamente 5 piezas de fruta y verdura es muy bajo. Más del 80% de los niños y adolescentes no la siguen.
- Alrededor del 13% de los niños de 8 y 9 años padecen obesidad. La prevalencia es más alta en las escuelas de los territorios con indicadores socioeconómicos más desfavorecidos.

Esta no es la primera medida que toma Barcelona para velar por una alimentación saludable en las escuelas de la ciudad. En los 101 centros de la Red de Guarderías Municipales ya se han introducido mejoras muy significativas en la misma línea.

Asimismo, la ASPB ya ofrece actualmente a los centros el 'Programa de revisión de los menús escolares' (PreME), de acuerdo con el departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya. Según los indicadores recogidos hasta ahora, y que salen de la revisión de 116 centros educativos hecha durante el curso 2018-2019, hay indicadores muy positivos, como es el hecho de que el 92% cumplen las frecuencias recomendadas de verduras o el 89% legumbres en los primeros platos.

Ahora bien, también se ha observado que el 34% de los centros consumen carne roja y/o procesada dos o más veces por semana,

cuando la actual recomendación es que sea sólo una vez, o bien que el 90% de las escuelas no ofrece semanalmente hacia proteico vegetal como segundo plato, como podrían ser legumbres u otras proteínas vegetales de producción local. Igualmente, también se ha detectado que se podría incrementar la presencia del aceite de oliva y de la fruta fresca como postre.

Seis centros vinculados a la *Xarxa d'Escoles + Sostenibles* que promueve el ayuntamiento de Barcelona, será en los que se lleve a cabo la iniciativa de manera piloto con el fin de identificar los puntos fuertes y débiles de esta nueva recomendación nutricional. Son las escuelas 'Dovella', 'Mallorca', 'Ramon Casas', 'Pare Poveda', 'La Farigola del Clot' y la escuela 'Patronat Domènech'. Las seis escuelas tienen alumnado infantil y de primaria de entre 3 y 12 años. En el marco de la prueba piloto, estos centros recibirán asesoramiento y acompañamiento profesional por parte de la ASPB, para resolver cualquier tipo de duda que pueda surgir y ayudar a que estos cambios en la dieta de los alumnos se lleve a cabo de la manera más rápida y sencilla posible.

#### **Noticias Relacionadas**

- [Barcelona presenta un informe sobre la huella ecológica de los comedores escolares](#)
- [El sector educativo potencia la sostenibilidad a través de unos menús más saludables](#)
- [Las escuelas infantiles de Barcelona servirán obligatoriamente alimentos ecológicos](#)
- [No todo vale para sustituir la carne roja y los procesados de origen animal en el menú escolar](#)