



Más de 27.000 escolares participaron la semana pasada en la campaña 'Descubre las legumbres'

30-11-2016

Las legumbres fueron protagonistas la semana pasada en muchos comedores escolares españoles que se han adherido a la campaña 'Descubre las legumbres'; una iniciativa impulsada por Mensa Cívica, dentro del marco del Año Internacional de las Legumbres y con el objetivo de apoyar y favorecer un giro del sistema alimentario europeo hacia la sostenibilidad.

Los comedores de cerca de 170 colegios de once provincias españolas, fueron protagonistas la semana del 28 de noviembre al 2 de diciembre, de la campaña 'Descubre las legumbres'. Más de 27.000 niños han comido al menos una o dos veces legumbres españolas como muestra de adhesión a una política de apoyo a una comida saludable y sostenible, con honda raigambre en la tradición alimentaria de los países mediterráneos. La campaña ha sido impulsada por la asociación [Mensa Cívica](#) que reúne a más de 50 entidades económicas, sociales y profesionales ligadas a la comida sostenible.

Mensa Cívica colabora como parte interesada, junto a la Unión Europea, en la confección del Pliego de Compras Verdes de alimentos y servicios de catering de las administraciones públicas de la Unión; y esta campaña, forma parte de las buenas prácticas para favorecer un giro del sistema alimentario europeo hacia la sostenibilidad. *"La campaña de las legumbres se ha realizado con el ánimo de repetirse como práctica regular y poder superar los resultados anualmente"*, según declaraciones de **Jorge Hernández**, presidente de Mensa Cívica.

"Estamos por la labor de promover un consumo de legumbres diversificadas y de nuestro entorno nacional. Y vamos a estimular que en los pliegos de condiciones se promueva la biodiversidad, saludabilidad y diversidad legumbrista de España, donde existen varias denominaciones de origen y algunas legumbres ecológicas. Nuestro país ha visto reducir su superficie productiva de 270.000 hectáreas a poco más de 68.000, e importa más del doble de lo que produce. Todo ello repercute en que debemos sustituir las legumbres y leguminosas con abonos nitrogenados para la agricultura, con un incremento de los niveles de nitratos y nitritos de nuestros suelos y aguas", (a pesar de que la concentración elevada de nitratos y nitritos en el suelo, el agua y el medio ambiente es un agente cancerígeno peligroso para la humanidad).

Importamos legumbres en detrimento de la histórica producción nacional

Europa y España, en particular, es sumamente deficitaria de proteína y debe importar cantidades masivas de soja transgénica americana para alimentar a una ganadería intensivista, fuertemente medicada y con importantes deyecciones, con negativas repercusiones para la salud pública y el medio ambiente (tanto en origen como en destino). Asimismo nos hemos convertido en importadores netos de legumbres, en detrimento de la histórica producción nacional y calidad de nuestras legumbres. Todo ello origina un fuerte desnivel entre la producción exterior y el consumo interior que aumenta los niveles de inseguridad alimentaria y la propia sostenibilidad planetaria (viajes millikométricos, depredación de recursos naturales del modelo intensivista hipercárnico, contaminación con herbicidas en el suelo y agua derivado de la producción de soja transgénica y glifosato).

Asimismo supone un impedimento para el verdeo de nuestra agricultura y la PAC, con leguminosas que puedan tener un efecto positivo ambiental y de algunos niveles de economía circular de nuestro país, beneficiosos en épocas de crisis. *“En estos momentos la Europa central prepara la producción interna de soja no transgénica, mientras que en España y los países mediterráneos vemos más conveniente el impulso de la tradición legumbrista. Esto demuestra que no hay una sólo Europa, sino varias respuestas europeas a un problema común”.*

Este año Mensa Cívica, junto a la Asociación Española de Leguminosas y el Consejo General de Dietistas y Nutricionistas ha realizado diversos actos donde se ha remarcado el efecto saludable de un consumo continuado de legumbres, junto a una reducción moderada del consumo de alimentos de origen animal, regresando a los parámetros de la dieta mediterránea, más saludable y adaptada a nuestro entorno y nuestra propia cultura. Esto podría beneficiar la disminución de la diabetes, de la obesidad, de los niveles de ácido úrico y la mejora de los beneficios al tracto intestinal derivadas de un continuado consumo de legumbres.

Además de incluir un plato de legumbres una o dos veces por semana en los menús, en algunos de los colegios que se han sumado a la campaña se han realizado actividades didácticas para los escolares, acompañadas de fichas informativas, un folleto explicativo de la campaña y unas láminas para escolares que se puede descargar libremente en internet.

Noticias Relacionadas

- [La ingesta media diaria de legumbres en España es menos de la mitad de lo recomendado](#)
- [La importancia de las legumbres en una dieta saludable y equilibrada para personas mayores](#)
- [Las legumbres en la alimentación infantil; ¿cómo incluirlas en los menús escolares?](#)