



Maria Jesús Blanquer, dietista de la Agència de Salut Pública de la Generalitat de Catalunya, habló sobre las recomendaciones para una alimentación saludable en la infancia. ©Rest_colectiva.

Jornada sobre alimentación saludable y gestión eficiente en comedores escolares

07-05-2014

El pasado 26 de abril la Escuela de Hostelería de Girona acogió la primera jornada **Alimentación saludable y gestión eficiente en los comedores escolares**, organizada por la empresa de colectividades especializada en restauración infantil Bo i Sa, y dirigida a Ampas y técnicos municipales de los ayuntamientos de la zona.

Con el aforo completo, la jornada cumplió un doble objetivo: por una parte informar y hacer hincapié en las recomendaciones para una alimentación saludable en la infancia; y en segundo lugar, presentar los servicios de Bo i Sa, su manera de funcionar, su filosofía y sus compromisos con la nutrición, la salud y el bienestar de los niños.

Tras las presentaciones, que se desarrollaron entre las diez y las dos del mediodía, todos los asistentes fueron invitados a una degustación en la que se pudo comprobar la calidad de los menús que la firma sirve en los centros escolares. *“Toda la comida que vais a probar–aseguró **Francesc González**, responsable de cocina de Bo i Sa–, es exactamente la misma que servimos a los niños en nuestros colegios”.*

Cabe subrayar que Bo i Sa gestiona actualmente doce escuelas (unos 1.500 menús diarios), ocho de ellas con cocina *in situ* y cuatro transportadas.

La importancia de la alimentación en la infancia

Maria Jesús Blanquer, dietista de la Agència de Salut Pública de la Generalitat de Catalunya, inauguró la jornada hablando sobre las recomendaciones para una alimentación saludable en la infancia. Tras una breve introducción sobre la importancia de la alimentación en la salud de las personas, Blanquer se centró en el tema infantil recordando que es importante para los niños una aportación elevada de energía y nutrientes para garantizar un crecimiento saludable y evitar así desequilibrios que puedan impedir un desarrollo óptimo de la persona.

Además de ofrecer datos estadísticos actualizados sobre el problema de la obesidad infantil y las recomendaciones nutricionales, la dietista centró su ponencia en los errores más frecuentes, tanto a nivel nutricional como de hábitos, que se cometen con los niños. También insistió en los problemas que pueden comportar ciertos productos industriales que habitúan al niño desde pequeño a ingerir, por ejemplo, mucho más azúcar del necesario o muchas más grasas. *“En realidad—aseguró María Jesús Blanquer—, el único azúcar que deberían ingerir los niños es el de la fruta; y la leche, por ejemplo, se debería tomar desnatada a partir de los dos años”.*

Rompiendo con algunos tópicos de toda la vida (quién no ha oído de pequeño aquello de ‘por lo menos cómete la carne’), la ponente señaló también que tenemos sobrevalorada la proteína y que **la consumimos en exceso desde niños**.

En resumen, para ayudar a los niños y niñas a que adquieran buenos hábitos alimentarios, se deben seguir seis pautas fundamentales: no obligarles a comer; ofrecerles siempre alimentos saludables; darles siempre agua para beber; evitar la accesibilidad a alimentos no saludables; no prohibir alimentos; y practicar con el ejemplo.

Por último, María Jesús Blanquer concluyó que *“la escuela juega un papel muy relevante respecto a la adquisición de hábitos alimentarios y debe servir un menú saludable; pero no podemos perder de vista que el niño sólo realiza en la escuela una comida de las cinco diarias, y de lunes a viernes. Es imprescindible que la familia sirva de modelo, ya que es poco realista esperar que los hijos consuman, por ejemplo, fruta y verduras, si no ven a la familia hacerlo en casa”.*

“La calidad empieza en la materia prima”

Francesc González, responsable de la cocina de Bo i Sa, centró su intervención en la importancia de escoger una buena materia prima como base de calidad de todo el servicio, *“como profesionales debemos tener la inquietud de controlar todo lo que compramos”*. Para este cocinero se deben seleccionar los proveedores en base a la fiabilidad que te ofrecen, al servicio, a la calidad y, en cuarto lugar, al precio; y respecto a la propia materia prima *“nosotros la escogemos priorizando en primer lugar la calidad, en segundo la procedencia y por último los componentes”*. Según datos ofrecidos por González, en Bo i Sa se utiliza un 0,50% de alimentos precocinados industriales, un 15,20% son productos congelados, un 17,41% es producto seco o en conserva y un 66,89% es producto fresco.

“Si la materia prima es de calidad—concluyó Francesc González—, podemos utilizar en cocina procesos sencillos. No debemos perder de vista quien es nuestro comensal. Nosotros trabajamos para ‘nuestros’ niños y nada de lo que hacemos valdría si en los comedores escolares se quedase toda la comida en el plato”.

Por su parte **Anna Bosch**, directora de Bo i Sa, dietista y responsable de Calidad, explicó el proceso de diseño de los menús haciendo hincapié en la personalización de los mismos según los centros *“trabajamos con menús mensuales que varían en función de la temporada y las demandas del propio centro; y tenemos contacto periódico con las Ampas y las escuelas para ir revisando e ir rectificando lo que sea necesario”.*

Respecto a los escolares celíacos o con problemas de alergias, tanto González como Bosch explicaron que la prioridad para Bo i Sa es que todos los niños coman lo mismo para que no se sientan discriminados en el comedor, así que se intenta evitar los alimentos alergénicos más habituales.

No obstante, Bo i Sa tiene implementadas herramientas informáticas para contar con información a todos los niveles y poder ofrecer la máxima seguridad alimentaria, además de comodidad en la gestión diaria de todos los centros.

Procedimientos y hechos

Jordi Pairó, director comercial de la firma Delsys y proveedor del desarrollo informático que utiliza Bo i Sa, intervino también en la jornada para explicar la función de la herramienta informática que utiliza la firma. Además de ayudar a cumplir a Bo i Sa con las regulaciones sanitarias a nivel de seguridad alimentaria, control de alérgenos y trazabilidad, el sistema informático también sirve para gestionar las dietas de los alumnos por colegios y las restricciones dietéticas. Se trata de priorizar las decisiones en el departamento técnico central pero ofreciendo un control local en cada escuela.

Por último, **Josep Planas**, gerente de Bo i Sa, clausuró la jornada destacando los diez conceptos principales que resumen la filosofía de Bo i Sa: involucrar a todos en el proceso; priorizar la formación; coordinación pedagógica; estar directamente en las cocinas; dejar probar los menús a los padres; seleccionar muy bien a los proveedores; diseño avanzado de gestión; sostenibilidad; constante valoración de los resultados... y, todo ello y fundamental, pensando siempre en los niños. **Ana Turón**.