



La alimentación en los centros educativos, requisitos a cumplir en los menús escolares

30-09-2014

La alimentación en los centros educativos es un documento de consenso elaborado dentro del marco de la *Estrategia Naos* como una herramienta de consulta para las personas que gestionan el servicio del comedor escolar. Proporciona información sobre los requisitos que deben tener los menús escolares para cubrir los requerimientos nutricionales.

La salud y el bienestar, presente y futuro, de la población en edad escolar están profundamente condicionados por el tipo de alimentación recibida y el mantenimiento de un peso saludable. Como apunta la Organización Mundial de la Salud (OMS) en su *Iniciativa global de salud en la escuela*, el centro educativo es un espacio significativo para la adquisición de conocimientos teóricos y prácticos sobre salud y nutrición por la cantidad de tiempo que permanecen los niños y niñas en él y puede convertirse en uno de los pilares básicos en la prevención de la obesidad, incidiendo sobre la modificación de los hábitos alimentarios inadecuados que están instalándose en la sociedad actual.

Todos los contenidos del documento se basan en recomendaciones procedentes de diversas organizaciones internacionales, como las recogidas por la OMS en su *Iniciativa global de salud en la escuela*; el Instituto de Medicina de la Academia Nacional de Ciencias de los Estados Unidos, que considera que promocionar conductas saludables entre los estudiantes es una parte importante de la función de las escuelas, y el *Libro blanco para una estrategia europea sobre problemas de salud relacionados con la alimentación, el sobrepeso y la obesidad*, elaborado por la Comisión Europea, en el que se alude a la infancia como un periodo determinante para inculcar comportamientos saludables y conocimientos para adoptar un estilo de vida saludable, y a la escuela como el escenario de intervención donde desarrollar acciones eficaces para modificar los comportamientos a largo plazo.

En la elaboración de este documento de consenso, aprobado por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud el 21 de julio de 2010, participaron representantes de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, del Ministerio de Educación y de las consejerías de Sanidad y Educación. Además cuenta con el respaldo de las sociedades científicas integrados en La Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (Fesnad), así como de las asociaciones de madres y padres Ceapa y Cofapa, de la Federación Española de Asociaciones Dedicadas a la Restauración Social (Feadr), la Asociación Española de Alérgicos a Alimentos y Látex (Aepnaa) y la Federación de Asociaciones de Celíacos de España (Face).

El documento de consenso constituye una herramienta de consulta para el personal que gestiona el servicio del comedor escolar (directores, Consejo Escolar, empresas de catering, etc) en los centros educativos, para proporcionarles información sobre los requisitos que deben tener los menús escolares para cubrir los requerimientos nutricionales de los estudiantes y contribuir a que sigan una dieta equilibrada; y sobre qué alimentos y bebidas se recomiendan que formen parte de la oferta alimentaria de los centros escolares por su valor nutricional.

Algunos de los contenidos incluidos en este texto son:

- El establecimiento de criterios comunes para los menús servidos en los centros escolares en todo el territorio nacional, en los aspectos siguientes: contenido energético en función de la edad de los escolares, la frecuencia de consumo de los diferentes grupos de alimentos y el tamaño de las raciones.
- Las garantías que deben asegurar los centros escolares en relación a la oferta de menús para escolares con necesidades especiales por intolerancias o alergias alimentarias.
- El compromiso de enviar a las familias la programación mensual de los menús de forma detallada junto con propuestas u orientaciones sobre cenas complementarias a los menús del mediodía que se sirvan en los centros.
- La supervisión de los menús por profesionales con formación acreditada y específica en nutrición humana y dietética.
- Los contenidos nutricionales que deben tener los alimentos y bebidas que se oferten en los centros educativos.

En la elaboración del documento se ha perseguido un doble propósito: promover el consumo de alimentos y bebidas considerados saludables por su riqueza nutricional y tratar de limitar el consumo en exceso de determinados nutrientes, para evitar que se superen las ingestas diarias recomendadas.

Descárgate el documento completo: [La alimentación en los centros educativos](#)