



Restauración Colectiva

El portal de referencia para los profesionales del sector

Te encuentras en Inicio / Divisiones / Comedores escolares /

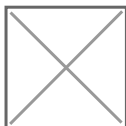
Más del 10% de los niños españoles en edad escolar sufre alguna alergia alimentaria

Más del 10% de los niños españoles en edad escolar sufre alguna alergia alimentaria

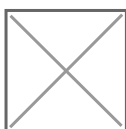
Miércoles, 23 de marzo 2022

Según el 'III Observatorio Mediterránea del comedor escolar', más de un 10% de los niños en España tiene algún tipo de alergia identificada, siendo las más frecuentes a la proteína de la leche de vaca (18%), al gluten (16,5%) y al huevo (12%). En cuanto a las dietas especiales, se solicitan sobre todo dietas bajas en grasa, bajas en calorías y dietas astringentes.

Más de un 10% de los niños en España tiene algún tipo de alergia identificada en el comedor escolar. Así lo demuestra en el 'III Observatorio Mediterránea del comedor escolar', dirigido por la compañía, líder en servicios de restauración colectiva. Tras analizar 34.359 menús escolares que la empresa sirve en colegios de diferentes zonas geográficas españolas, se han identificado 3.630 alergias que representan un 10,56% del total de los menús. Esta cifra aumenta un 1,08% respecto al curso anterior, en el que se registró un 9,48% de niños con alguna alergia.



"Este aumento constante en el porcentaje de niños que sufren alguna alergia supone un desafío para Mediterránea, por lo que implica una coordinación de la información y de ejecución de menús específicos para todos los alumnos", asegura Rocío Royo, directora de Nutrición y Dietética de Mediterránea y responsable del Observatorio. "Además, nos exige estar preparados para las especificaciones que se generan cada año, ya que varían notablemente de un curso a otro e incluso a lo largo del curso escolar, especialmente durante la situación Covid ya que ha habido modificaciones importantes de los niños que se han quedado en el comedor escolar".



Entre los datos analizados, la alergia a la proteína de la leche de vaca (18,87%) ha aumentado un 5,7%, un incremento considerable en comparación con el curso pasado (13,17%). A continuación, las alergias más frecuentes en los comedores son a los cereales con gluten con un 16,50% de los casos, creciendo el doble respecto al año anterior (8,30%). Por último, la alergia al huevo (11,9%) es también una de las más comunes, aunque con una frecuencia parecida al curso pasado (11,50%). Cabe destacar que las frutas y verduras, así como los frutos secos, han pasado a ser alergias con una menor prevalencia, en comparación con el porcentaje que suponían en años anteriores en los comedores escolares analizados por Mediterránea. Por otra parte, las alergias que encontramos con menos frecuencia son al pescado con un 8,58%, aunque aumentan más de un 2% desde el curso anterior (6,30%); a las legumbres que se sitúan en un 6,2% y a los aditivos con un 1,37%.

Intolerancia a los lácteos

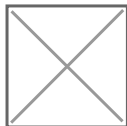
La intolerancia a los lácteos continúa siendo un aspecto importante en el diseño de los menús escolares, ya que 297 niños muestran signos de malestar al consumir estos alimentos. *"En la actualidad el único tratamiento para la intolerancia a la lactosa es el seguimiento de una dieta de reducción o exclusión adaptada al nivel de tolerancia de cada individuo. Esto se debe a que hay una gran variación en las tolerancias individuales, que hace que no se pueda establecer un umbral único de lactosa de forma genérica. De hecho, se ha observado que en ocasiones consumir la lactosa junto con otra comida y repartir su ingesta durante el día puede ayudar a su tolerancia en determinadas personas",* asegura Rocío Royo.

Peticiones especiales

Por segundo año consecutivo se han analizado también las dietas para los alumnos con necesidades especiales por diferentes patologías. Estas dietas se caracterizan por tener en cuenta las recomendaciones médicas que indican que no pueden consumir una serie de alimentos o bien que requieren de una modificación de la dieta para controlar o garantiza el aporte de determinados

nutrientes. Los datos relativos a estas dietas descienden respecto a los presentados el año anterior (1,43%), y alcanzan un 0,68% de las dietas.

Las dietas más solicitadas son las astringentes (25,64%), seguido de las dietas bajas en grasas.



Obesidad infantil: un problema más allá del comedor

Según los datos de las dietas de los comedores, el 10% de las peticiones de dietas especiales están orientadas a una alimentación especialmente baja en calorías. *“Los menús en los colegios potencian una alimentación basada en el consumo de legumbres y verduras, con alternancia de arroz y pasta, incluyendo cada vez más las variedades integrales. En Mediterránea somos conscientes de que el comedor escolar es un lugar en el que se establecen las bases sobre las que se asienta la educación alimentaria, ya que en él se trabajan aspectos que son indispensables para el desarrollo de los más pequeños. Por este motivo, nuestro objetivo es que desde edades tempranas niños y niñas adquieran hábitos saludables, con el fin de asegurar una mejor calidad de vida en la edad adulta”*, explica la responsable del ‘III Observatorio Mediterránea del comedor escolar’.

“Abordar la obesidad infantil pasa por instaurar hábitos de alimentación saludable también fuera del comedor. Debemos ayudar a los padres y profesores a trasladar un proyecto nutricional en sus casas y en las aulas, para que la dieta mediterránea forme parte de la cultura gastronómica de los más pequeños. Por este motivo, entendemos que para conseguir este objetivo es de vital importancia contar con el apoyo de las familias”, concluye Rocío Royo.

El último estudio Aladino de obesidad infantil, elaborado en 2019, reflejaba que en torno al 40% de los niños entre 6 y 9 años tienen sobrepeso u obesidad, ubicando a España en la cuarta posición europea con esta problemática.

Noticias Relacionadas

- [El porcentaje de niños celíacos en comedores escolares cae un 2% en el curso 2019/2020](#)
- [Casi el 1,5% de las dietas escolares son especiales, más allá de alergias e intolerancias](#)
- [El 6% de los escolares españoles tiene al menos una alergia identificada en su menú del colegio](#)
- [La importancia de la actuación del monitor en caso de una reacción alérgica alimentaria](#)