

ANÁLISIS DE 1.000 COLEGIOS

Un informe de la OCU denuncia que los menús escolares tienen que mejorar

CRISTINA G. LUCIO (elmundo.es)

MADRID.- Demasiada carne y pocas verduras, pescado y fruta. Los menús escolares en España son repetitivos y poco equilibrados, según denuncia un informe de la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU).

Preocupados por el aumento del índice de **obesidad infantil** en nuestro país, esta Organización de Consumidores y Usuarios ha elaborado un estudio en 10 comunidades autónomas, a partir del análisis de 943 menús escolares en centros públicos, privados y concertados. El objetivo era comprobar si éstos ofrecían una **dieta saludable** y aportaban los nutrientes necesarios durante el crecimiento.

Los resultados, tal como expresó Ileana Izverniceanu, portavoz de la organización, "no son para tirar cohetes", ya que muestran que, en la mayoría de los centros, apenas se ofrecen **verduras** en los primeros platos y escasean el pescado y los huevos en los segundos.

Casi todas las dietas muestran una presencia excesiva de carne, un factor que contribuye al aumento de las **grasas saturadas y el colesterol**; y en el postre, escasean los yogures y la fruta fresca, que suele ser sustituida por fruta en almíbar, mucho más rica en azúcares.

Por otro lado, este estudio también pone de manifiesto la escasísima introducción del **pescado azul** en los menús escolares y la falta de atención a niños con necesidades especiales, como celíacos o alérgicos a determinados alimentos.

Ayuda on-line

"Además, las familias no reciben información sobre la comida que toman sus hijos", destacó Ileana Izverniceanu, que quiso llamar la atención sobre la importancia de cubrir las **necesidades nutricionales** de los niños a través del conjunto de comidas del día.

Para paliar esta descoordinación, la OCU ha puesto a disposición de los usuarios una calculadora on-line (*) que permite comprobar la calidad nutritiva y las posibles deficiencias de un menú. Tan sólo hay que introducir los datos en una herramienta virtual, que permite conocer los resultados nutritivos **alimento por alimento**. "De una manera fácil se puede comprobar si el menú es adecuado y cómo complementarlo", destacó Ángel Ballesteros, técnico del estudio.

En la presentación de este análisis, la OCU reclamó la **concienciación** de la Administración, colegios y escuelas en la importancia de la nutrición infantil. "La obesidad infantil debe ser un tema prioritario", remarcó Izverniceanu, quien instó a la Administración a controlar la composición y la elaboración de los menús, a garantizar una buena nutrición en los centros y a establecer un seguimiento que permita comprobar el cumplimiento de las normas.

Este trabajo, que se realizó en casi 1.000 centros de Madrid, Cataluña, Comunidad Valenciana, Andalucía, País Vasco, Castilla y León, Galicia, Canarias, Aragón y Castilla La Mancha, señala que los **colegios públicos** ofrecen, en general, mejor

calidad que los centros privados y concertados y que no existe una relación directa entre el precio del menú y la calidad de la dieta. Las mejores calificaciones las han obtenido los centros en los que estudian niños menores de 10 años.

En cuanto a la clasificación por comunidades autónomas, **Canarias** es la región mejor parada, ya que ofrece una buena cantidad de verdura como primer plato, mientras que **Andalucía y Cataluña** muestran los peores resultados del estudio.

(*) <http://www.ocu.org/ASPX/OCU.Calculators/SchoolMenu/Default.aspx>