

Los centros educativos, a punto de eliminar la bollería en sus cafeterías

Una nueva ley restringe la venta de productos grasos y obliga a sustituirlos por otros saludables

Los expertos dicen que se ha frenado el crecimiento del sobrepeso infantil, pero las cifras aún son demasiado altas

ZARAGOZA. Los colegios e institutos aragoneses dejarán de servir bollería industrial en los próximos meses. La entrada en vigor el pasado 6 de septiembre de una nueva ley de nutrición restringe la venta de productos grasos en las cafeterías y máquinas expendedoras de los centros y obliga a sustituirlos por otros saludables. La DGA será la encargada de hacer cumplir este reglamento que busca frenar el avance de la obesidad infantil.

La norma limita la venta de productos con alto contenido en ácidos grasos saturados, ácidos grasos trans, sal y azúcares sencillos. Además, obliga a que los menús escolares estén supervisados por profesionales de la nutrición. Hasta el momento, los centros educativos aragoneses no han cambiado los productos de sus vitrinas, aunque «según sus responsables» se lleva tiempo intentando que los alimentos caseros sustituyan a los envasados.

«Los alumnos son libres de elegir, pero solemos animarles a que se decanten por los bocadillos», comenta Pilar que junto con Mercedes trabaja tras la barra de la cafetería del Miguel Catalán de Zaragoza. «Como madres que somos, no nos gusta que los chavales coman mucha bollería industrial. Si quieren dulces, aquí les preparamos rosquillas y torrijas caseras», añade.

De manera progresiva, los estudiantes deberán volver al tradicional bocadillo del almuerzo o la merienda, aunque para constituir una comida completa tendría que acompañarse de una pieza de fruta y un lácteo, según los expertos. Estos se muestran esperanzados con el destierro de los alimentos grasos y confían en que la medida ayude a



Unos alumnos esperan a ser atendidos durante el recreo en la cafetería del IES Miguel Catalán. GUILLERMO MESTRE

LOS TESTIMONIOS



«A media mañana lo que mejor entra es un bocata», señala Jorge Gil sentado en el Miguel Catalán con Elisabeth Arrufat y Pedro Gran.



«Les damos lo que daríamos a nuestros hijos», cuenta Mercedes desde la cocina del Miguel Catalán. «Apostamos por lo casero», dice.

frenar la obesidad infantil, mal que consideran una epidemia. «Las sociedades de nutrición y de pediatría denuncian el aumento de las alteraciones analíticas entre los escolares: diabetes tipo II, incremento de colesterol y/o triglicéridos, hipertensión, riesgos vasculares... Estamos hablando de un asunto muy serio», recalca María Lourdes de Torres, de la sección aragonesa de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación.

En la Comunidad, el 18,1% de las niñas y el 15,8% de los niños de entre 2 y 17 años padecen sobrepeso, es decir, están entre un 10% y un 20% por encima de su peso ideal. Estos porcentajes de los menores

aragoneses superan la media nacional: 17,1% y 20,2%. A estos hay que sumar los pequeños que se consideran obesos (un 20% o más por encima su peso) y que son un 4,3% de las niñas y un 10,3% en niños. En ambos casos, por debajo de la media española que es de 8,7% y 9,1%.

«Los datos siguen siendo altos, pero parece que todo el trabajo que se ha hecho da resultados», comenta De Torres. Así lo demuestra el último informe de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, donde se lee que las tasas de sobrepeso infantil son casi idénticas a las de hace diez años y las de obesidad apenas han crecido un punto y medio. «Podemos decir

que con la Estrategia NAOS (para fomentar buenos hábitos nutricionales y el ejercicio) se ha frenado el crecimiento», dice el documento.

El objetivo es lograr que disminuya y los expertos tienen claro cómo conseguirlo: «Esta epidemia hay que atajarla a través de la educación a padres y profesores, que son los formadores naturales de los menores. Los profesionales de la nutrición debemos enseñarles cultura alimentaria y controlar los mensajes erróneos de dietas que reciben», recuerda De Torres, coordinadora junto con José Antonio Gabelas del libro 'Psiconutrición del menor', publicado en septiembre.

P. CIRIA