

PORQUÉ ES TAN VALIOSA LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA ESCUELA INFANTIL



En los primeros años de vida se construyen las actitudes y los hábitos relacionados con la comida

COMER CON PLACER Y DE MANERA SALUDABLE

NUTRIRSE FISICA Y EMOCIONALMENTE

En la Escuela Infantil se compensan desigualdades

Es un lugar familiar de confianza para las familias, ofrece criterios que pueden ser referencia para las familias



Irradiar a otras etapas educativas

PRIMEROS PASOS

**2 Escuelas gestión directa:
Acompañamiento en el 2016**

54 Escuelas gestión indirecta

Obligaciones sobre alimentación en los pliegos de condiciones, 2017

- *Desaparición de alimentos procesados y precocinados.*
- *Utilización de aceite de oliva Virgen extra en todas las elaboraciones*
- *Fruta de postre, cuatro veces por semana. Zumos naturales elaborados en el centro*
- *Un día a la semana postre lácteo natural, sin azúcares.*
- *Prohibición de determinados tipos de pescado: panga, tilapia y perca del Nilo.*

Promoción con puntuación de la incorporación progresiva de alimentos ecológicos: cinco grupos de alimentos de procedencia ecológica certificada y de circuito corto.

Exposiciones



Ponencias

Grupos de trabajo

Mesa redonda

DELEGACIONES DE LAS ESCUELAS



**SESION DE TRABAJO SOBRE
ALIMENTACIÓN SALUDABLE**

ACOMPañAMIENTO 56 ESCUELAS

PROCESOS PARTICIPATIVOS = transformación efectiva

IDENTIDAD
Cada escuela su propio proceso
MENÚ Y CONTEXTO

Dos tipos de acompañamiento, diferenciados por el número de sesiones con familias, educadores, cocinera.

PRIORIDAD DISTRITOS CON MÁS OBESIDAD Y DESNUTRICIÓN: Mayor profundidad

SALUDABLE
SOSTENIBLE
ECOLÓGICA

TODAS LAS ESCUELAS



ES69 2095 0310 5191 0969 1541

Sesiones sensibilización equipo de la escuela

Sesiones sensibilización con las familias

Sesiones grupo motor con nutricionista

Formación específica y especializada para las cocineras



ACOMPañAMIENTO



ACOMPañAMIENTO



FAMILIAS

**PRIMER ENCUENTRO:
SENSIBILIZACIÓN,
adaptada a las
características de cada
centro**

**ULTIMO ENCUENTRO:
presentación cambios de
menú**



PERSONAL DE LA ESCUELA



**VISIBILIZACIÓN DEL SABER Y EL PAPEL
DE LAS COCINERAS Y COCINEROS:
Cursos de formación específica y cualificada
MARES Y MENJADORS ECOLOGICS**

**SESIONES DE APOYO A LAS ESCUELAS
CON ESPECIALES DIFICULTADES**

GRUPO DE TRABAJO TÉCNICO

Pediatras de Madrid-Salud
Plataforma ECOCOMEDORES,
nutricionista,
Asesoría Técnica y
Departamento de Escuelas
Infantiles

Elaboración de dos **Guías de
alimentación para niñas y niños de
0 a 3 años**: escuelas y familias



COORDINACIÓN DE TODOS LOS AGENTES IMPLICADOS

ELABORACION DE DOCUMENTOS PARA ENTREGAR A
LAS ESCUELAS

CRITERIOS ALIMENTARIOS COMUNES PARA
OTROS DOCUMENTOS
TODAS LAS ESCUELAS, por ejemplo:

- Priorizar alimentos FRESCOS, DE TEMPORADA, LOCALES / O DE PROXIMIDAD, Y ECOLÓGICOS.
- Incluir MÁS VERDURAS en general en todos los platos y como plato principal.
- REDUCIR LA PROTEÍNA ANIMAL en los menús, al menos una vez a la semana, día sin proteína animal.
- INCREMENTAR LA PROTEÍNA VEGETAL (mayor consumo de legumbres)
- Retirada de empanados, rebozados, fritos..., empleándose técnicas de cocina más saludables: horno
- Incorporar progresivamente, versiones INTEGRALES Y ECOLÓGICAS de los diferentes grupos de alimentos
- Retirada de embutidos

RUEDA DE MENÚS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA CRUDA
VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA CRUDA
PASTA	ARROZ	PATATA / BONIATO	CEREAL (MUO)	TUBERCULO / TRIGO SARRACENO
VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA
VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA	VERDURA
HUEVO	POLLO	TERNERA	PESCADO	LEGUMBRE
YOGURT	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

CEREALES INTEGRALES



**CALENDARIO FRUTAS Y
VERDURAS DE TEMPORADA**

TABLA DE GRAMAJES POR EDADES

**CATALOGO DE PROVEEDORES
ECOLÓGICOS Y DE
PROXIMIDAD**

**MENÚ REVISADOS POR LAS NUTRICIONISTAS
ANTES DE LA PRESENTACIÓN A LA COMUNIDAD EDUCATIVA**

NO VALIDADOS

PROYECTO PILOTO CON TECNICOS DE SEGURIDAD ALIMENTARIA

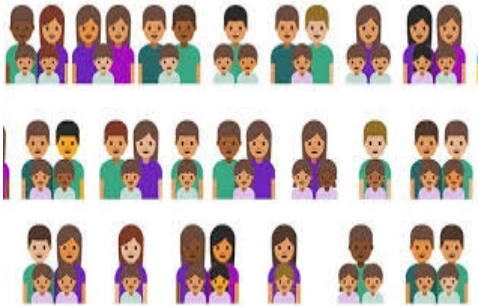


RETOS VIVIDOS



MADRID

**CAMBIO DE MODELO
IMPULSADO POR LA
ADMINISTRACIÓN**



**LAS FAMILIAS Y
EDUCADORAS:
diversidad de
respuestas, apoyo
especial a las más
resistentes al proceso**



**IMPLICAR EN EL CAMBIO
A TODAS LAS
COMUNIDADES
EDUCATIVAS**



**COCINERAS,
FUNDAMENTALES EN LA
TRANSFORMACIÓN DE LOS**



**QUE EL CAMBIO SEA COHERENTE PROFUNDO
Y DURADERO**

**7000 NIÑOS Y NIÑAS DE LA CIUDAD DE MADRID COMEN MÁS
SALUDABLE**