2017

COMIDA SALUDABLE EN TIENDAS ESCOLARES

De que mueren los Colombianos

Enfermedades cardiovasculares, primera causa de muerte en Colombia

La enfermedad isquémica del corazón ocupa el primer puesto y le sigue la violencia.
EL TIEMPO (2 de octubre de 2014)

Los principales factores de riesgo de este grupo de enfermedades son: **obesidad y sobrepeso**, sedentarismo, hipertensión, tabaquismo, entre otros, son riesgos que se pueden controlar y prevenir.

Frecuencia

En Colombia cada 20 minutos se produce un evento de muerte por enfermedad cardiovascular 2011

Esta es una enfermedad Evitable. Año 2011.

Fuente: Observatorio Nacional de Salud.

CONSORCIO SALESIANOS

fundación DON BOSCO educamos con el corazón

Problema de Salud Pública

En Colombia mueren anualmente por *enfermedades cardiovasculares* **383,2** personas por cada 100.000 habitantes.

El **51,2%** de los colombianos tiene problemas de exceso de peso.

Primeras 10 Causas de Muerte en Colombia – 2011	%
1. Enfermedad cardiaca isquémica	63,5
2. Agresiones	36,2
3. Enfermedad Cerebrovascular	29,0
4. EPOC	23,5
5. Otras enfermedades cardiovasculares	17,6
6. Otras enfermedades digestivas	15,1
7. Diabetes Mellitus	14,6
8. Enfermedad cardiaca hipertensiva	14,4
9. Infecciones respiratorias bajas	13,3
10. Accidentes de transito	12,5

Fuente: Observatorio Nacional de Salud. Datos DANE

Obesidad. Edades entre 18 y 64 años. Año 2011

Bogotá	14,1
Cundinamarca...	17,9
San Andrés.....	26,6

Tasa por cada 100.000 Hab.

En 2009 en Bogotá ocurría una muerte cada 2 horas por enfermedades relacionadas con los malos hábitos alimenticios.

Enfermedad Isquemia del corazón 3.394 muertes

Enfermedades cerebrovasculares 1.854 Muertes

Homicidios 1.555 muertes

El problema del sobrepeso en la población escolar.

La problemática del sobrepeso en Bogotá

186.300

estudiantes de colegios públicos en Bogotá tienen problemas de sobrepeso.

21% de la población estudiantil

CONSORCIO SALES

fundación DON BOSCO
educamos con el corazón

Estamos frente a una epidemia de Sobrepeso y Obesidad

CONSORCIO **SALESIANOS**

fundación DON BOSCO
educamos con el corazón

¿En dónde está el problema?

EN EL COLEGIO…

EN LA FAMILIA…

EN EL ESPACIO PUBLICO…

¿Por qué comemos tan mal?

Foto El espectador

- **Tradiciones**
- **Hábitos familiares**
- **Oferta inadecuada (Ley de la demanda)**
- **Precio alimentos**

Consumo de Azucares

Cada Colombiano se gasta un promedio de **$178.000 anuales** en bebidas azucaradas (Gaseosas)

Una bebida gaseosa de 350 cc. Aporta 200 calorías que equivalen a 60 gramos de azúcar: 13 cucharaditas de azúcar.

La recomendación de la OMS es consumir hasta 12 cucharaditas de azúcar al día, pero el limite ideal es un máximo de 6 cucharaditas día.

¿Qué estamos haciendo?

Resolución 2092 de 2015

“Establecer las pautas y criterios que deben seguir los Colegio Oficiales del Distrito Capital y los contratistas o responsables de la tienda escolar…” (Articulo 1. Objetivo)

La FUNCIÓN de las Tiendas Escolares es la **provisión de alimentos y productos nutritivos, higiénicamente preparados y a precios accesibles a la comunidad escolar.** La tienda escolar **debe promover prácticas de alimentación saludable en la comunidad educativa, a través del cumplimiento de condiciones técnicas, de la articulación de estrategias pedagógicas y de procesos que fomenten la promoción de la salud de los estudiantes.**

Los alimentos ofertados en las Tiendas Escolares DEBERÁN propiciar una alimentación completa, equilibrada, suficiente, inocua, variada y adecuada.

Las Condiciones que se deben CUMPLIR para todo elemento que se expenda directamente al consumidor bajo marca de fábrica y con nombres determinados, DEBERÁ:

1. Contar con Registro Sanitario expedido conforme lo estable la ley

Se **exceptúan** del cumplimiento de estos requisitos, los alimentos naturales que no sean sometidos a ningún proceso de transformación, tales como:

1. Frutas
2. Hortalizas
3. Verduras frescas
4. Miel de abejas y otros productos avícolas.

La oferta de alimentos en las tiendas escolares deberá cumplir con las siguientes condiciones:

1. La oferta diaria de alimentos y bebidas saludables de las tiendas escolares deberá incluir todos y cada uno de los siguientes ingredientes, los cuales deberán presentarse de manera llamativa, prioritaria y variada, así:

- Frutas, en cualquiera de las presentaciones: enteras, picadas o en jugo.
- Barras de cereal, frutos secos, derivados de cereales y lácteos.
- Combos que incluyan todos los anteriores alimentos en combinación, tales como: yogurt con cereal, kumis con ponqué, fruta con queso, jugo de fruta con galletas, jugo de fruta con sándwich, bebida láctea con barra de cereal, entre otros.

2. En los colegios y sedes en donde las tiendas escolares cuenten con las condiciones mínimas de refrigeración, deberán brindar una oferta diaria de lácteos y sus derivados.

3. Es deber de la tienda escolar ofertar diariamente agua potable, tratada, envasada y ubicada en un lugar visible, favoreciendo su venta a través de la divulgación y promoción de este producto.

4. La oferta de bebidas azucaradas, bebidas con edulcorantes naturales, artificiales o ambos, incluidas las gaseosas de todo tipo, y los alimentos fritos, se regulan de manera progresiva, así:

- En el segundo año (2017), la disminución de la oferta será de cuatro (4) días por mes. (No habrá oferta de bebidas azucaradas, bebidas con edulcorantes naturales, artificiales o ambos, incluidas las gaseosas de todo tipo y los alimentos fritos)
- El segundo año, serán todos los lunes de cada mes.

El día MARTES de cada semana en la Tienda Escolar, para que en la oferta de alimentos se promueven buenos hábitos alimentarios en los estudiantes y la comunidad educativa.

El día MARTES **NO PODRÁ** ofertar alimentos como:

- Productos de paquete (alimentos con alto contenido en grasa, sodio y azúcares),
- alimentos fritos,
- comida rápida,
- bebidas azucaradas (incluidas las gaseosas) y
- dulces en general.

Las tiendas escolares de los centros educativos e instituciones educativas oficiales del Distrito deben cumplir las disposiciones referidas a las condiciones básicas de higiene en la fabricación de alimentos, equipos y utensilios, personal manipulador de alimentos, saneamiento, almacenamiento, distribución, registro sanitario, vigilancia sanitaria y demás disposiciones que tengan relación directa con la oferta de alimentos, según la Resolución 2674 de 2013, la Resolución 719 de 201512y el Decreto Nacional 3075 de 1997, emitidos por el Ministerio de Salud y Protección Social, y las demás normas que modifiquen, adicionen o sustituyan la reglamentación antes mencionada, una vez entren en vigencia.

Todos los alimentos ofertados en la tienda escolar deben ser presentados de forma agradable, conservando sus características físicas, químicas y sensoriales. Así mismo, se deberán ubicar en lugares visibles a la comunidad educativa, garantizando las condiciones de calidad e inocuidad.

La publicidad y ubicación de los alimentos en la tienda escolar, como frutas, agua, lácteos y sus derivados, bebidas a base de frutas naturales, cereales (panes), verduras, entre otros, deberán estar exhibidos en los lugares con mayor visibilidad de los mostradores, estantes, neveras, etc., de tal manera que este tipo de alimentos se encuentren a primera vista y/o a la mano de la comunidad educativa.

La publicidad y la ubicación de los alimentos ofertados, tales como bebidas azucaradas (incluidas las gaseosas), comidas rápidas, alimentos fritos y productos de paquetes, deberán disponerse en los lugares con menor visibilidad de los mostradores, estantes, neveras, etc., dando prioridad a los alimentos mencionados en el párrafo anterior.

Queda prohibido el expendio de chicles, bebidas energizantes, cigarrillos, licores y medicamentos en las tiendas escolares.

Se prohíbe el suministro y uso de cualquier tipo de salsas, en cualquier presentación (salsa de tomate, salsa rosada, salsa tártara, mayonesa, mostaza, entre otras) para acompañar alimentos que se oferten en la tienda escolar, debido a que este tipo de aderezos se constituyen en alimentos fuente de grasas y sodio que no favorecen una adecuada alimentación.

Igualmente, **las máquinas expendedoras de bebidas azucaradas, bebidas con edulcorantes naturales, artificiales o ambos, incluidas las gaseosas de todo tipo y productos de paquete altos en sodio, grasa y/o azúcar**, quedan sujetas a la regulación progresiva indicada en el numeral 4 del artículo 5 de esta resolución.

Las tiendas escolares **deberán participar en las estrategias educativas sobre alimentación, nutrición y actividad física que deben ser desarrolladas por los centros educativos e instituciones educativas oficiales del Distrito Capital**, en articulación con la Secretaría de Educación del Distrito. La tienda escolar **como un espacio de uso frecuente de los estudiantes debe convertirse en un aliado para promocionar la alimentación balanceada en la población escolar**, por lo que en la medida que el colegio o la SED **desarrollen materiales o actividades relacionadas con este tema, la tienda escolar deberá permitir y contribuir con las acciones definidas.**

Los colegios deberán incorporar en la planeación institucional:

1. "Día Mundial de la Actividad Física", a celebrarse el **6 de abril** de cada año o durante su semana correspondiente.
2. "Día de la Lucha Contra la Obesidad y el Sobrepeso , previsto para el **24 de septiembre** de cada año y su correspondiente semana, la cual se llamará "Semana de Hábitos de Vida Saludable.
3. El **16 de octubre** y en la semana correspondiente de cada año, se celebrará el "Día Mundial de la Alimentación" con el fin de crear conciencia en la comunidad educativa sobre la importancia de hacer visible y actuar frente a las problemáticas alimentarias que se presentan en la actualidad.

*“Las pruebas científicas actuales muestran la **eficacia de las intervenciones en las escuelas** para cambiar los hábitos alimenticios y prevenir el sobrepeso y la obesidad”*

Citado por la OPS

CONSORCIO **SALESIANOS**

fundación DON BOSCO
educamos con el corazón

Conclusiones

- Desde la tienda escolar y las asociaciones de padres de familia incidir en mejoramiento de los hábitos alimenticios.
- Promover la actividad física en niños y adolecentes
- La epidemia de sobrepeso y obesidad es un problema de salud publica y los gobiernos, nacional y local, deben comprometerse a hacer esfuerzos para cambiar esta tendencia.
- El ámbito escolar es el escenario mas indicado para influir en el cambio de la tendencia.

Los niños y niñas de Bogotá se respetan. Es nuestro deber brindar alimentación sana y espacios adecuados para la actividad física.

Invitación

Los invito a hacer un esfuerzo por mejorar los hábitos alimenticios para que nuestros hijos tengan un futuro feliz…