

8 de cada 10 familias respaldan el nuevo modelo de comedor escolar saludable y sostenible

- El Informe *Mengem Territori 2026*, elaborado por el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa), ha analizado la percepción de las familias sobre la introducción de modificaciones en los menús de los comedores escolares para el curso 2026/27 según el Real Decreto 315/2025, la alimentación infantil y el papel de la escuela en la promoción de hábitos saludables
- Las medidas que generan un mayor consenso respecto la normativa son la incorporación de productos de proximidad (96,9% a favor), el aumento de la presencia de legumbres en los menús escolares (92,3% a favor) y el incremento de alimentos ecológicos (83,1% a favor)
- A pesar del reto que supone para las familias la introducción de nuevos alimentos en la dieta de sus hijos, el 85% está de acuerdo con que el comedor incorpore algunos cuyo consumo es más reducido como legumbres, brócoli, coliflor o tofu
- 9 de cada 10 familias consideran beneficiosa la presencia de un dietista-nutricionista en los centros educativos para desarrollar acciones de educación alimentaria y servir de apoyo a alumnado, profesorado y familias
- El análisis, además, refleja las dificultades de las familias para trasladar los hábitos saludables: casi el 80% reconoce que mantenerlos en el hogar les resulta complicado y 2 de cada 3 consideran que les gustaría mejorar la alimentación de sus hijos

València, 1 de septiembre de 2026.- El 86% de las familias valencianas respaldan la evolución hacia un modelo de comedor escolar más saludable y sostenible en consonancia con el Real Decreto 315/2025 aprobado por el Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 en abril de 2025 y que entra en vigor este curso 2026/27. Así lo refleja el Informe *Mengem Territori 2026*, elaborado por el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) y que recoge análisis de la percepción de las familias sobre la introducción de modificaciones en los menús de los comedores escolares, el papel de la escuela en la promoción de hábitos saludables y la alimentación infantil en el hogar.

La nueva normativa plantea cambios dirigidos a avanzar hacia una alimentación más saludable y sostenible en los centros educativos, en un contexto en el que preocupa el aumento de problemas de salud relacionados con la alimentación desde edades cada

vez más tempranas. La obesidad infantil, la aparición precoz de patologías como la diabetes tipo 2 y otras enfermedades no transmisibles ponen de manifiesto la importancia de actuar desde la prevención y de favorecer entornos que ayuden a adquirir hábitos alimentarios saludables durante la infancia.

En este sentido, los resultados del informe muestran un amplio respaldo a las medidas planteadas por la nueva normativa. La incorporación de productos de proximidad es la propuesta que genera un mayor consenso, respaldada por el 96,9% de las personas participantes. Le siguen el aumento de la presencia de legumbres en los menús escolares, con un 92,3% de apoyo, y el incremento de alimentos de producción ecológica, respaldado por el 83,1%. Además, un 64,6% considera positiva la reducción de la presencia de carne en los menús.

“Nos alegra especialmente comprobar que las familias apoyan de una forma tan clara las medidas que plantea el nuevo Real Decreto al que desde el CODiNuCoVa nos sumamos desde el primer momento. Los resultados de esta encuesta demuestran que existe una preocupación compartida y una voluntad de avanzar hacia modelos que ayuden a mejorar la alimentación desde la infancia”, señala María Ferrer, vocal de Educación Alimentaria del CODiNuCoVa.

Para Inma Girba, vocal de Restauración Colectiva del Colegio, el nuevo marco normativo supone una oportunidad para reforzar el papel del comedor escolar y de los dietistas-nutricionistas dentro de la promoción de la salud. “El comedor escolar es uno de los espacios en los que los niños y niñas realizan una de sus principales comidas del día, pero su función debe ir mucho más allá. Las decisiones que se toman en torno a los menús, los alimentos que se ofrecen y la manera en que se acompaña a los menores durante las comidas también forman parte de su educación alimentaria. Es en este punto en el que los y las dietistas-nutricionistas somos fundamentales no solo a la hora de elaborar menús equilibrados sino como agentes educativos en salud”.

El comedor, un espacio para aprender a comer

La valoración que las familias realizan del comedor escolar es positiva, aunque moderada. Los menús reciben una nota media de 6,8 sobre 10, un resultado que refleja que, aunque el servicio es valorado favorablemente, las familias consideran que todavía existe margen para seguir mejorando.

El interés por la alimentación que reciben los menores en el centro también es elevado. El 43% de las familias afirma revisar habitualmente el menú escolar, mientras que otro 17% asegura conocerlo, aunque reconoce que no siempre lo consulta con detalle. En total, el porcentaje de familias que declara no prestar ningún interés al menú es prácticamente residual.

Pero las familias no esperan únicamente que sus hijos e hijas coman durante la jornada escolar. Entre los aspectos que consideran más importantes se encuentran, en primer

lugar, que el menú sea saludable y equilibrado. También valoran que el comedor contribuya a educar en hábitos alimentarios y que la comida resulte apetecible para los menores. En cambio, cuestiones como que terminen siempre toda la comida o que se les obligue a consumir determinados alimentos reciben una menor prioridad.

Los resultados reflejan así que las familias entienden el comedor escolar como algo más que un servicio asistencial. Para muchas de ellas, se trata también de un espacio que puede contribuir a la adquisición de hábitos y a desarrollar una relación positiva con la alimentación.

Sin embargo, la encuesta también identifica aspectos susceptibles de mejora. Entre ellos se encuentran la calidad de los alimentos y la cantidad servida. De hecho, aunque la mayoría considera adecuada la cantidad que reciben sus hijos e hijas, 4 de cada 10 familias creen que comen poca cantidad en el comedor escolar.

En este contexto, uno de los resultados más significativos tiene que ver con la introducción de nuevos alimentos. Aunque muchas familias reconocen que conseguir que sus hijos prueben determinados productos supone una dificultad en el hogar, el 85% está de acuerdo con que el comedor escolar incorpore alimentos que los menores todavía no conocen o no aceptan habitualmente, como las legumbres, el brócoli, la coliflor o el tofu.

La encuesta muestra así que las familias ven el comedor escolar como un posible aliado para ampliar el repertorio alimentario de los niños y niñas y superar algunas de las dificultades que encuentran en casa.

“El comedor puede ayudar a que los niños y niñas conozcan alimentos diferentes en un entorno distinto al de casa y aprendan a relacionarse con ellos de una manera positiva. No se trata de obligarles a comer, sino de ofrecer oportunidades para conocer, probar y familiarizarse con nuevos alimentos”, explica María Ferrer, vocal de Educación Alimentaria del CODiNuCoVa.

Esta función educativa también ayuda a entender la importancia que las familias conceden a la presencia de profesionales especializados en Nutrición dentro de los centros. 9 de cada 10 consideran beneficiosa la presencia de un dietista-nutricionista, no solo para participar en la planificación o supervisión de los menús, sino también para desarrollar acciones de educación alimentaria y servir de apoyo al alumnado, al profesorado y a las propias familias.

“El dietista-nutricionista aporta una visión especializada sobre la alimentación, pero su trabajo en un centro educativo puede ir mucho más allá del diseño de un menú. Puede participar en proyectos de educación alimentaria, ayudar a las familias a resolver dudas y trabajar junto al resto de la comunidad educativa y los equipos de cocina para favorecer hábitos saludables desde edades tempranas”, apunta Inma Girba, vocal de Restauración Colectiva del CODiNuCoVa.

El reto continúa en los hogares

Los resultados del informe muestran, sin embargo, que el interés por mejorar la alimentación infantil no siempre se traduce fácilmente en el día a día. Casi el 80% de las familias reconoce que mantener hábitos saludables en casa les resulta complicado, al menos en determinadas ocasiones, y 2 de cada 3 consideran que les gustaría mejorar la alimentación de sus hijos e hijas.

La principal dificultad es la falta de tiempo, señalada por el 60,8% de las familias. También aparecen como obstáculos evitar conflictos durante las comidas, mencionado por el 45,6%, y el rechazo de los menores a probar alimentos nuevos, con un 44,3%.

Estas dificultades se reflejan también en la percepción que tienen sobre la alimentación de sus hijos. El 30% considera que no consumen tanta fruta, verdura y legumbres como les gustaría; el 26% señala que tienen dificultades para probar alimentos nuevos y el 21% cree que consumen demasiados productos ultraprocesados.

Para María Ferrer, estos resultados muestran que las familias no solo necesitan información sobre qué es una alimentación saludable, sino herramientas que les ayuden a aplicarla en su realidad cotidiana. “El informe nos muestra que existe interés y preocupación por mejorar la alimentación, pero muchas veces las familias se encuentran con dificultades reales para conseguirlo. La falta de tiempo, la organización de las comidas o el rechazo a determinados alimentos forman parte de su día a día y necesitan estrategias prácticas que puedan incorporar en casa”.

De hecho, casi la mitad de las personas participantes demanda estrategias para motivar a sus hijos a comer mejor, mientras que un tercio reclama consejos para organizar las comidas familiares y planificar menús saludables. Además, 1 de cada 5 familias reconoce que prepara comidas diferentes para los niños y para los adultos, principalmente por las diferencias en los gustos y para evitar conflictos durante las comidas.

“Los resultados del informe *Mengem Territori* demuestran que las familias quieren formar parte de este proceso, que sus hijos aprendan a alimentarse mejor, pero también necesitan acompañamiento y recursos para hacerlo posible. La educación alimentaria debe ayudar a trasladar los conocimientos a situaciones reales y cotidianas, implicando tanto a los niños y niñas como a las familias y a los profesionales que forman parte de su entorno”, concluye Ferrer.

El Informe *Mengem Territori 2026* forma parte de la segunda edición de este proyecto de Educación Alimentaria impulsado por el CODiNuCoVa, que durante el curso 2025-2026 ha llegado a más de 1.400 alumnos y alumnas de Educación Primaria de la Comunitat Valenciana. A través de actividades desarrolladas por dietistas-nutricionistas, el proyecto ha trabajado junto a centros educativos y familias para fomentar hábitos alimentarios saludables y poner en valor el consumo de frutas y verduras de temporada y proximidad.

Sobre CODiNuCoVa

El CODiNuCoVa es el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana. Constituido en 2009, es el segundo más grande de toda España dedicado a la profesión, con más de 1.300 dietistas-nutricionistas personas colegiadas. Los y las dietistas-nutricionistas son expertas en alimentación, profesionales de la salud dedicadas a ámbitos tan diversos como la investigación, la docencia, la atención clínica, la salud pública, la nutrición comunitaria, la seguridad alimentaria, la restauración colectiva y social o la educación alimentaria, entre otros. Desde el CODiNuCoVa se trabaja para poner en valor la relevancia de la nutrición en nuestras vidas, promover una correcta salud alimentaria entre la sociedad e integrar la actividad de los dietistas-nutricionistas en la estructura sanitaria y social para lograr una mejor calidad de vida y el bienestar de todos los ciudadanos. Más información en www.codinucova.es