

El Colegio de Nutricionistas apoya el Real Decreto del Ministerio de Consumo para favorecer la alimentación saludable en los centros educativos

- El exceso de proteína animal, carne procesada, precocinados, fritos y cereales refinados, unido a la escasez de frutas y verduras frescas, legumbres y cereales integrales son los desequilibrios más habituales en los menús escolares
- El consumo de productos de temporada es la base de la dieta mediterránea, una dieta que únicamente sigue el 14% de los menores valencianos, según los datos del Colegio de Nutricionistas
- La propuesta del Ministerio también incluye limitar la venta de productos ultraprocesados y bebidas azucaradas y energéticas en las máquinas de vending de los colegios e institutos
- Los nutricionistas valencianos confían en que esta norma “tenga consecuencias reales para que verdaderamente provoque un efecto positivo y reduzcamos los riesgos para la salud de las personas”
- Además, solicitan que para la elaboración de este Real Decreto se cuente el dietistas-nutricionistas, profesionales sanitarios cualificados para asesorar en cuestiones de alimentación saludable

València, 20 de marzo de 2025- El Colegio de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) apoya la propuesta de Real Decreto anunciada por el ministro de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030, Pablo Bustinduy que propone que al menos el 45% de las raciones de frutas y hortalizas que se sirvan en los colegios e institutos deberán ser de temporada.

Ante este anuncio, los nutricionistas valencianos informan que “actualmente el exceso de proteína animal, carne procesada, precocinados, fritos y cereales refinados, unido a la escasez de frutas y verduras frescas, legumbres y cereales integrales son los desequilibrios más habituales en los menús escolares”, explica María Congil, vocal de Sostenibilidad Alimentaria del CODiNuCoVa. Y es que, según el último informe del Plan

Departamento de Comunicación



Nacional de Control Oficial de la Cadena Alimentaria el 40% de centros escolares incumple el porcentaje mínimo recomendado para frutas y hortalizas de temporada y de proximidad.

El consumo de alimentos de temporada es la base de la dieta mediterránea, sin embargo, la adherencia a este tipo de alimentación en la población infantil es muy baja. “Tal y como demuestran los datos de nuestro Estudio Nutricional de la Población Infantil de Valencia (ENPIV), tan solo el 14% de los menores valencianos sigue una alimentación basada en la dieta mediterránea. Esto demuestra que es necesario que incidamos en el consumo de fruta y verdura de temporada y de proximidad porque, aunque creamos que la dieta mediterránea está implantada en la sociedad valenciana, los datos nos demuestran que no”, advierte Luis Cabañas, presidente del CODiNuCoVa.

“Los centros educativos –y especialmente los comedores escolares– son espacios de aprendizaje donde los niños y niñas han de adquirir hábitos saludables, y uno de ellos indudablemente es aprender a comer bien y eso pasa también por conocer qué alimentos son de cada temporada y cuáles están cultivados en su entorno”, indica Luis Cabañas. “Confiamos en que esta norma tenga consecuencias reales y reduzcamos los riesgos para la salud de las personas”, en alusión a la calidad de los menús escolares actualmente.

Una manera de favorecer la adquisición de estos hábitos saludables es a través de la educación alimentaria. En esta línea, el CODiNuCoVa cuenta con el proyecto Mengem Territori, en el que dietistas-nutricionistas han visitado más de 60 aulas impartiendo charlas sobre alimentación saludable, de temporada y proximidad. “Los más de 1.400 alumnos que están participando de esta acción han podido escuchar de profesionales de la Nutrición en qué se basa una alimentación saludable, cuáles son las frutas y verduras de cada temporada y ser partícipes de la elaboración de un calendario de frutas y verduras de temporada” aporta Congil.

En la actualidad, el 18% de la población infantil tiene obesidad en la Comunitat Valenciana, uno de los principales problemas de salud pública a los que se enfrentan tanto las administraciones sanitarias públicas como la sociedad. “La falta de actividad física de los más pequeños, las rentas bajas y la falta de educación alimentaria en las familias ha llevado a que los niños y niñas valencianos hayan llegado a este porcentaje de obesidad. Estas cifras, además, representará un problema de salud mayor si cabe en el futuro. Los niños mal alimentados de hoy son las enfermedades crónicas de los adultos de mañana”, advierte Luis Cabañas.

Departamento de Comunicación



Limitación en la venta de productos ultraprocesados en centros escolares

Además de lo referente a los comedores escolares, la propuesta de Real Decreto propone limitar los productos ultraprocesados y bebidas azucaradas y energéticas en las máquinas de vending de los colegios e institutos. “Numerosos estudios científicos relacionan el consumo habitual de este tipo de productos en población infantil con el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer”, indica Cabañas.

En el caso de las bebidas energéticas o azucaradas, que han visto su consumo crecer exponencialmente entre los adolescentes, los nutricionistas advierten de que son altamente perjudiciales para la salud de los más pequeños. “Este tipo de productos aportan al organismo una cantidad de azúcares y cafeína que pueden generar en los más pequeños problemas cardiovasculares, en el sistema nervioso y a nivel de salud mental generando ansiedad e insomnio”, explica concluye Luis Cabañas.

Desde el colectivo de nutricionistas valencianos, se solicita “que el Real Decreto incluya la figura del dietista-nutricionista en la elaboración y firma de los menús escolares, como único profesional sanitario cualificado en materia de alimentación saludable y sostenible y con experiencia en el asesoramiento nutricional para colectividades”.

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 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

Departamento de Comunicación