

Conclusiones un documento elaborado por la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP)

Recomiendan que en los kioscos escolares no se ofrezcan alimentos ni bebidas con sellos de advertencia nutricional

- *Son todos aquellos productos excedidos en azúcares, sodio, grasas o calorías. Destacan que la escuela es un lugar clave para mejorar los hábitos alimentarios y apelan al compromiso de la comunidad educativa.*
- *La SAP también recomienda que cada familia, desde su casa, intente enviar a la escuela alimentos y bebidas caseras, frutas y agua.*
- *Según datos de la 2a Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENNyS 2), el 13,6% de los menores de 5 años presenta sobrepeso y el 41,1% de los niños y jóvenes de entre 5 y 17 años tiene sobrepeso (20,7%) u obesidad (20,4%), con una mayor prevalencia en varones.*

Buenos Aires, 15 de abril de 2024 – La Sociedad Argentina de Pediatría emitió un documento recomendando que los kioscos escolares no ofrezcan alimentos ni bebidas con sellos de advertencia nutricional. La indicación está en línea con la Ley n° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable (conocida popularmente como la Ley de Etiquetado Frontal) que exige a la industria de la alimentación y bebidas a identificar con octógonos (sellos) negros el exceso de los productos, tanto sea en azúcares como sodio, grasas y calorías.

El documento advierte que la escuela es un lugar clave para mejorar los hábitos alimentarios y que el compromiso de la comunidad educativa es fundamental. Por ello, se recomienda que no se compren ni ofrezcan alimentos o bebidas con sellos en las comidas o los eventos escolares; que los kioscos dentro de las escuelas reemplacen los alimentos y bebidas con sellos por aquellos que no los tengan, como frutas, licuados o preparaciones caseras'. También insta a las



familias a que envíen a los niños a la escuela con productos que no tengan sellos, priorizando alimentos caseros, frutas y agua.

Refiere también que ‘el sobrepeso y la obesidad es una epidemia que aumenta adquiriendo proporciones alarmantes en todo el mundo y representa uno de los principales problemas de salud pública, por lo que requiere respuestas de los Estados en forma urgente’. Asimismo, destaca que afecta especialmente a los niños, niñas y adolescentes, afectando su salud psico-física inmediata, el nivel educativo que pueden alcanzar y su calidad de vida. Incluso tienen mayores probabilidades de desarrollar obesidad en la edad adulta y presentar mayor riesgo de sufrir enfermedades no transmisibles (ENT), como las cardiovasculares, la diabetes y el cáncer, entre otros.

“Nos encontramos con que más del 40% de la población mundial tiene sobrepeso y, en nuestro país, según datos de la 2a Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENNyS 2), el 13,6% de los menores de 5 años presenta sobrepeso y el 41,1% de los niños y jóvenes de entre 5 y 17 años tiene sobrepeso (20,7%) u obesidad (20,4%), con una mayor prevalencia en varones”, afirmó la **Dra. Susana De Grandis**, médica pediatra especialista en Nutrición Infantil, integrante del Comité Nacional de Nutrición de la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP).

El documento indica que la pobreza se acompaña de un aumento en la prevalencia de obesidad, inclusive en poblaciones con manifestaciones de desnutrición donde se presentan simultáneamente baja talla y carencias de micronutrientes. Una de las grandes epidemias actuales es la obesidad y la Argentina forma parte de este escenario’.

Desde la Sociedad Argentina de Pediatría se pone el acento también en el impacto de los niveles de pobreza extrema de los últimos años y sus consecuencias, entre las cuales una de las principales sin dudas es la escasez de alimentos y la malnutrición. A ese respecto, destacan la importancia de la cantidad y calidad de los alimentos que deben llegar a los comedores escolares. Según la propia Organización Mundial de la Salud (OMS), el término ‘malnutrición’



hace referencia a las carencias, los excesos y también los desequilibrios entre lo que comemos y lo que nuestro organismo necesita para estar saludable¹.

“A grandes rasgos, podemos dividir a la **malnutrición** en tres grandes grupos: desnutrición, déficit de micronutrientes y sobrepeso y obesidad. La pobreza se acompaña de un aumento en la prevalencia de obesidad, inclusive en poblaciones con manifestaciones de desnutrición donde se presentan simultáneamente baja talla y carencias de micronutrientes. Una de las grandes epidemias actuales es la obesidad y la Argentina forma parte de este escenario”, insisten desde la SAP.

La malnutrición atraviesa a todos los sectores socioeconómicos de la población, ya que se relaciona con una alimentación de baja calidad nutricional caracterizada por el consumo excesivo de grasas, carbohidratos y bajo consumo en proteínas, vitaminas, minerales y fibra; situación que finalmente conduce a padecer enfermedades asociadas a la malnutrición por déficit y por exceso.

Para la **Dra. María Guinot**, pediatra especialista en Actividad Física y Deporte, Secretaria del Grupo de Trabajo en Salud Escolar de la SAP, “en el aumento vertiginoso de la obesidad infantil mucho tienen que ver los cambios en los estilos de vida, la industria alimentaria y la publicidad. Vemos chicos que ya a edades tempranas han desarrollado hábitos alimentarios poco saludables, que incluyen alimentos ultraprocesados, comidas de alta densidad energética y con grandes porciones, y bajo consumo de frutas y verduras. Mientras que disminuye la actividad física a causa del advenimiento de las pantallas, entre las que incluimos al celular, los televisores y las computadoras”, añadió.

‘Existen pruebas convincentes de que la publicidad y la comercialización de alimentos y bebidas con alto contenido de sodio, grasas, azúcares y kilocalorías, pero deficientes en micronutrientes, pueden repercutir en las preferencias alimentarias, el comportamiento de compra y el consumo de niños, niñas y adolescentes. La comercialización y provisión de alimentos y bebidas con altos niveles de azúcar, grasa, sal y bajo valor nutricional en las escuelas también influyen en los patrones y hábitos de consumo en niños, niñas y adolescentes’, refiere el documento.

¹ Organización Mundial de la Salud (OMS). Malnutrición. [Internet]. 2021. [Consultado el 27 de octubre de 2021]. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>



“Existe consenso mundial generalizado sobre el rol de los entornos escolares para promover una nutrición adecuada y mayor actividad física, con el objetivo de fomentar hábitos saludables y enfrentar los entornos obesogénicos”, subrayó la **Dra. Elizabeth Alonso**, también pediatra especialista en Nutrición, integrante del Comité Nacional de Nutrición de la SAP.

“La Ley nacional 27.642 promueve la creación de un entorno escolar que educaría sobre la alimentación saludable, que se materializa fundamentalmente con los llamados ‘Kioscos Saludables’, afirmó por su parte la **Dra. María Julia Alberti**, Prosecretaria del Comité de Nutrición de la Sociedad Argentina de Pediatría.

El trabajo de la SAP reconoce que ‘una alimentación saludable en el hogar debe complementarse con los alimentos que los niños consumen en la escuela. No siempre es fácil que los niños o adolescentes se alimenten con comidas que les resulten agradables y saludables en el ámbito escolar, sobre todo cuando existen kioscos dentro de las escuelas, ya que la alta palatabilidad de las golosinas es la característica más importante que determina la elección por parte de los niños. Las características organolépticas (sabor, color, olor, textura y palatabilidad) de los alimentos, su precio, los hábitos, la cultura y las relaciones sociales son determinantes a la hora de la elección’.

“Todo esto hace que los niños, niñas y adolescentes dejen en segundo plano el valor saludable del alimento o la bebida. No obstante, debemos reconocer que la industria está haciendo un esfuerzo y se nota una mayor tendencia a la elaboración de alimentos funcionales, que ayudan a mejorar situaciones de salud, y existen sectores de consumidores que realizan elecciones pensando en un mejor estilo de vida y una alimentación saludable”, reflexionó la **Dra. Romina Lambert**, también del Comité de Nutrición de la SAP.

Características de la implementación de kioscos, cantinas y buffet saludables

La SAP afirma que un kiosco saludable es aquel que tiene mayor proporción de alimentos de alta calidad nutricional (incluye frutas, verduras, bebidas naturales y snacks saludables) y dispone de una oferta variada de productos alimenticios y bebidas saludables. Deben ofrecerse



a costos accesibles, garantizando que sean seguros, y deben estar exhibidos adecuadamente para generar mayor atracción’.

Dentro de la oferta en el hogar, los especialistas coinciden en recomendar ‘los mejores alimentos que la familia tenga a su alcance’, sobre todo referido a aquellos grupos más vulnerables, así también que la familia sea modelo de buenos hábitos

Dentro de los alimentos saludables se recomienda:

- Agua segura disponible
- Jugos naturales
- Frutas frescas
- Frutas desecadas
- Ensalada de frutas
- Frutas secas (maní, nueces, almendras, etc.) sin agregados de sal o azúcar.
- Semillas sin sal, sin azúcar ni fritos o agregados.
- Mix de cereales sin agregados de azúcar y en porciones individuales
- Alfajores simples de fécula de maíz, de frutas.
- Sándwiches de elaboración en el día con materias primas de moderado contenido de grasas (con verduras frescas y bien lavadas, con quesos y carnes magras).
- Yogures (solos, con cereales o con frutas) enteros o descremados, sin edulcorantes artificiales y/o postres lácteos sin edulcorantes artificiales.
- Ensaladas de vegetales o de frutas, provenientes de industrias habilitadas y rotuladas.
- Bizcochuelo o magdalenas de preparación casera

Además, es importante que en todos los kioscos se incluyan productos libres de gluten para los chicos y chicas con celiaquía, así como productos sin azúcar para personas con diabetes.

‘Lograr la transformación del kiosco tradicional en uno saludable, sin imponer conductas y propiciando la participación de la comunidad escolar (directivos, docentes, alumnos, padres y personas encargadas del kiosco en la escuela) es una tarea que requiere del compromiso de toda la comunidad educativa’, afirmó el trabajo de la SAP.