

Kioscos Saludables

U n M e r c a d o p a r a N u e v o s A l i m e n t o s

Desde hace 20 años se viene observando una prevalencia creciente de obesidad, alcanzando cifras preocupantes en la mayoría de los países, especialmente en la población infantil. Según los últimos datos entregados por la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB), en Chile la prevalencia de obesidad supera el 20% en niños de 1° año básico. Diversos estudios señalan que las causas principales del aumento de la obesidad en la población infantil son el creciente consumo de alimentos con alto contenido de azúcares y grasas y/o la disminución de actividad física.

Un estudio reciente realizado por Bustos y Cols. sobre los alimentos que consumen los niños durante los recreos de la jornada escolar, demostró que existe una oferta ilimitada de productos de alta densidad energética y muy pocos alimentos de bajo aporte calórico, estos

últimos, vendidos a un precio que supera altamente a los alimentos de alta densidad energética. Junto con lo anterior, se observó que el 60% de los niños disponía de dinero para comprar alimentos y los alimentos que compraban habitualmente eran productos envasados dulces (35%), jugos con azúcar y helados (33%) y productos envasados salados (30%). El 11% compraba yogur y solo el 7% fruta. Los niños señalaron que sus motivaciones para comer alimentos no saludables son que estos son ricos (82%), los venden en el kiosco (46%) y son baratos (38%).

El reciente lanzamiento de la Estrategia Global contra la Obesidad (EGO) por el Ministerio de Salud representa una oportunidad, que requerirá de la implementación y el desarrollo iniciativas que aborden el problema de la obesidad desde una nueva perspectiva, para lograr mejores resultados. Actualmente se está

desarrollando una estrategia de educación en alimentación y actividad física para prevenir la obesidad en 1.000 escuelas EGO de todo el país.

Aun cuando en el país existen estrategias que promueven estilos de vida saludables al interior de los recintos educacionales, como es el caso del proyecto de Casablanca (10), actualmente en uso en la comuna de Macul y financiado por la empresa privada Tresmontes Lucchetti, no se dispone de modelos validados de intervención que promuevan colaciones saludables durante la jornada escolar. Esto motivo a un grupo de investigadores del INTA junto a la empresa Tresmontes Lucchetti, implementar un modelo de Espacio y punto de venta Saludable definido como un sector del colegio equipado con mesas, sillas, juegos, y un punto de venta asociado a una oferta atractiva de alimentos de bajo aporte calórico.

Alimentos Procesados

Kilocalorías	100 a 130 por porción
Lípidos o grasas totales	No más de 3 gramos por porción
Hidratos de carbono	No más de 20 gramos
Además considerar que el alimento no tenga ácidos grasos TRANS y que sean bajos en sal (sodio).	
* Porción de consumo, se define como aquella cantidad de alimento generalmente consumida por una persona en una oportunidad.	
** Bajo en sal: porción de consumo habitual no debe sobrepasar los 140 mg de sodio.	

La implementación de esta iniciativa requirió de etapas previas de sensibilización y compromiso de las autoridades de la comuna, directores, padres y apoderados. Junto con ello, se limitó el comercio ambulante de alimentos en las puertas de los colegios, se capacitó a los concesionarios de los kioscos en alimentación saludable, higiene y manipulación de alimentos, etiquetado nutricional y estrategias de comunicación, promoción y venta de alimentos saludables.

¿Qué alimentos se pueden vender en estos puntos de venta?

El punto de venta del Espacio Saludable debe llegar a ofrecer u 80% de alimentos que cumplan con las siguientes características:

- El envase de los productos elaborados sólo podrá contener una porción

del alimento, no dos o tres ya que el niño se come la totalidad del contenido del envase y no calcula qué es una porción.

- Frutas y hortalizas: se considerará una porción estándar de frutas y hortalizas que no superen los 150 gramos por porción.
- Maní, nueces, almendras, avellanas y pistachos: Se considerará una porción estándar de 30 gramos.
- Productos lácteos como leche, yogurt, leches cultivadas y postres de leche: estos alimentos deberán ser elaborados con leche semidescremada o descremada, y sin adición de azúcar.
- Sándwich: los sándwiches elaborados en pan molde y pan pita no deben superar los 40 gramos por porción. En caso de utilizar pan corriente, deberá ser un cuarto del pan, que no supere los 50 gramos.
- Jugos, bebidas y aguas con sabor: a los jugos naturales de fruta no se les deberá agregar azúcar. Sólo se podrán vender néctares que no sobrepasen los 20 gramos de hidratos de carbono total por 200 ml. Para los jugos y aguas con sabor se recomienda que sean del tipo comercial Light o diet.

Luego de un año de implementado el Espacio y kiosco saludable, pudimos observar que las preferencias en el momento de la compra de los niños durante el recreo cambiaron significativamente aumentando el consumo de frutas en un 21%, yogur en un 23%, leche en un 16%, semillas secas en un 13.5% y disminuyó el consumo de productos dulces en un 14.6%, y de las bebidas con azúcar en un 8%.

Frente a esta exitosa experiencia el INTA, junto al MINSAL realizaron ciclos de capacitación a profesionales de la salud, profesores y microempresarios, para multiplicar esta iniciativa. Por otra parte se elaboró una “Guía para el Diseño e implementación de un Espacio y Punto de Venta Saludable en Escuelas básicas de Chile” y el Ministerio de Salud las repartió en las 1.000 escuelas Ego del país. **IA**

REFERENCIAS

- Organización Mundial de la Salud. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. 57ª Asamblea Mundial de la Salud. WHA57.17. Ginebra: OMS; 2004.
- Albala C, Vio F, Kain J, Uauy R. Nutrition transition in Chile: determinants and consequences. *Public Health Nutr* 2002; 5(1A):123-128.
- Ministerio de Educación. Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas. Estado nutricional de escolares chilenos de primer año básico. Santiago, Chile. http://www.junaeb.cl/mapa_nutricional. 2009
- Olivares S, Kain J, Lera L, Pizarro F, Vio F, Morón C. Nutritional status, food consumption and physical activity among Chilean school children: a descriptive study. *Eur J Clin Nutr* 2004; 58: 1278-1285.
- Ministerio de Salud. Estrategia Global contra la obesidad EGO-CHILE. www.minsal.cl

Nelly Bustos Zapata
Nutricionista, Magíster en Nutrición Pública
Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA)
Universidad de Chile