

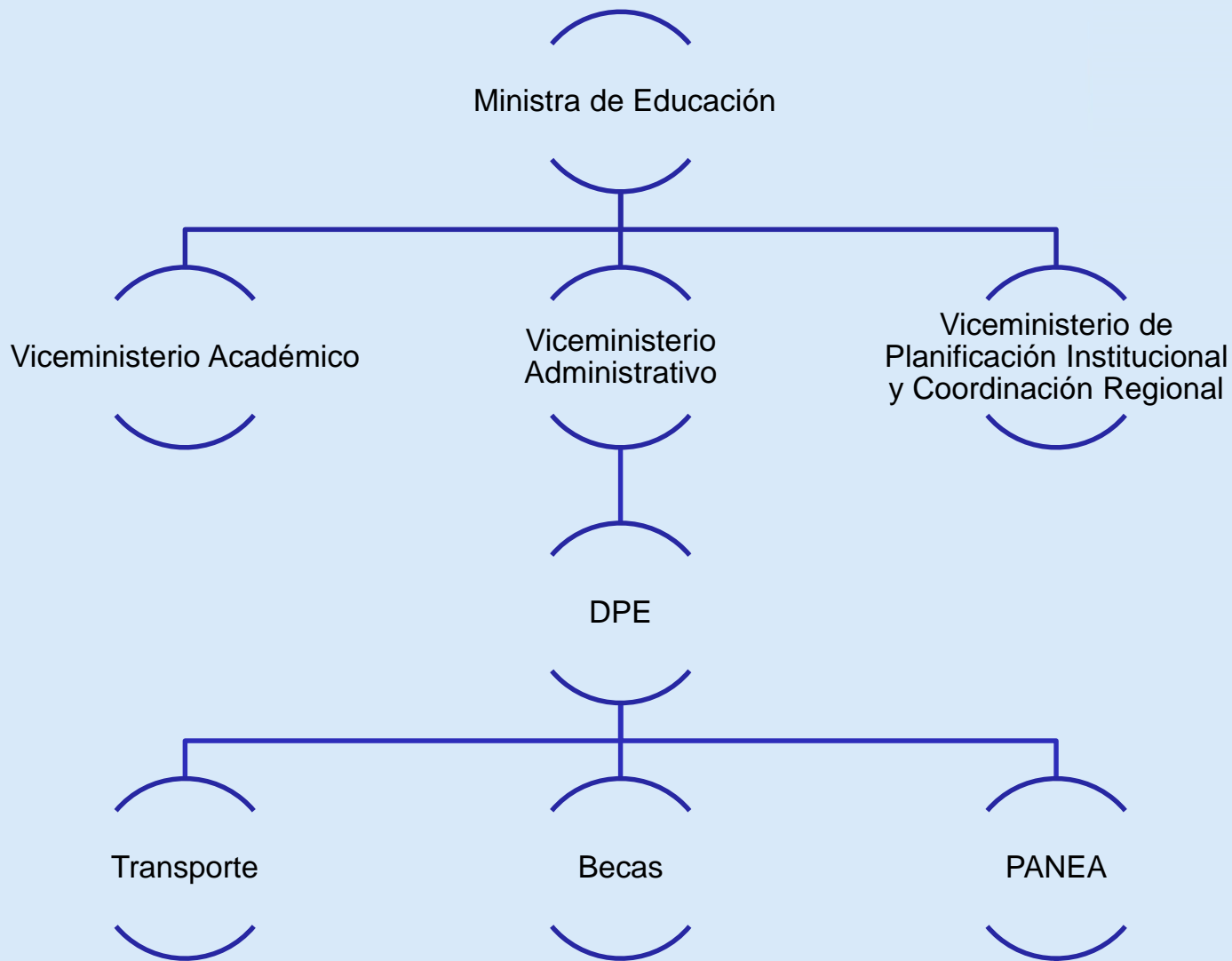


mep

Ministerio  
de Educación Pública

*“Educar para una  
nueva ciudadanía”*

# **ALIMENTACION SALUDABLE EN LAS SODAS ESTUDIANTILES**



# ACCIONES PANEA



**Compra de alimentos**



**Contratación de los trabajadores del comedor estudiantil**



**Equipamiento del comedor estudiantil**



**Desarrollo de huertas pedagógicas**



*“Educar para una  
nueva ciudadanía”*

# **REGLAMENTO DE SODAS ESTUDIANTILES**

# Antes del Reglamento

Cambios en los patrones de alimentación



1994

MEP identifica hábitos alimentarios inadecuados y falta de actividad física en la población estudiantil

Venta de alimentos sin regulación en las sodas estudiantiles



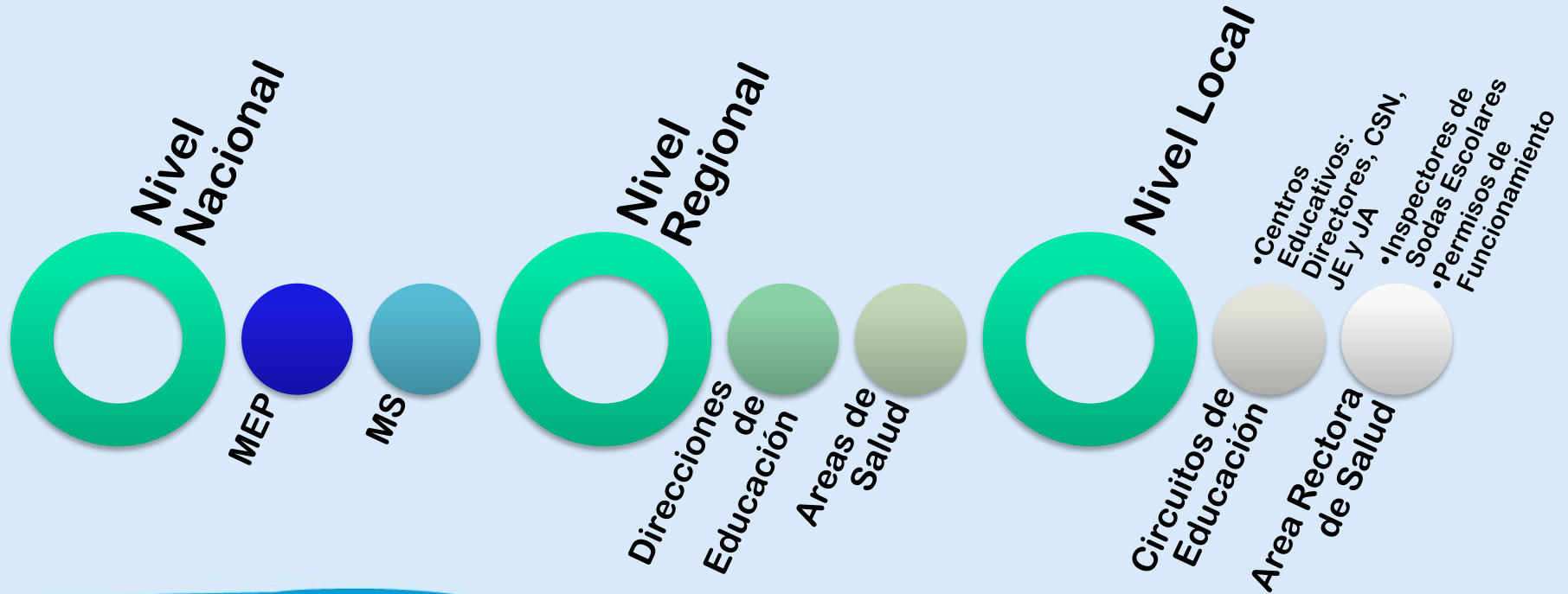
2010

Jerarcas del MEP y del MS inician con la definición de una normativa específica que incida en la calidad de los productos alimenticios que consume la población estudiantil

# Construcción del Reglamento

## Objetivo:

Promover la salud de la comunidad educativa mediante el desarrollo y mantenimiento de hábitos alimentarios saludables, como parte del proceso formativo integral, a partir de la experiencia vivencial en el centro educativo público, todo sobre la base del interés público.



# Implementación del Reglamento



- Supervisores MEP
- Inspectores de Salud
- Concesionarios de las Sodas
- Integrantes de los CSN, JE, JA y Directores


## Capacitación a Actores Clave


- **Coordinación Interinstitucional**
- Comisión Técnica:
  - Industria Alimentaria
  - MEIC
  - INA
  - Universidades


- **Contenido del Reglamento:**
  - Alimentos permitidos
  - Alimentos no permitidos
  - Por qué el cambio?

## Capacitación a Consecionarios

- **Publicidad**
- Campaña de información en medios masivos de comunicación

 2012  
Vigencia

 Aplicación  
Gradual

 2014  
100% de centros educativos





*“Educar para una  
nueva ciudadanía”*

# **TRANSFORMACION DE LAS SODAS ESTUDIANTILES**



# Transformaciones Positivas

- Se venden alimentos saludables, con base en las Guías Alimentarias de Costa Rica.
- Oferta diaria de frutas y vegetales frescos.
- Bebidas preparadas con 2 cditas de azúcar (10g) / vaso de 250 ml máximo.
- Prohibida la fritura profunda o inmersión.
- Aceites para la cocción y aderezos libres de ácidos grasos trans.
- Embutidos con 25% menos de grasa (light).
- Panes bajos en grasa, azúcar, sodio, con un máximo de 400 Kcal / porción



# Alimentos Prohibidos

- Pre-envasados con azúcar o grasa como ingrediente principal.
- Bebidas preparadas con pulpas azucaradas y concentrados artificiales.
- Bebidas carbonatadas, incluso “light” o “dietéticas”.
- Bebidas energéticas.
- Alimentos preparados con manteca, aceites o margarinas parcialmente hidrogenadas.



# Mejoras Institucionales

- **Articulación Interinstitucional:**
  - MEP y MS articulan trabajo en todos los niveles: nacional, regional y local para garantizar el cumplimiento del reglamento.
- **VEN:**
  - **Verificador de Etiquetas Nutricionales:** software creado para corroborar el cumplimiento de las normas estipuladas en los productos que se ofrecen en las sodas escolares.



# Después del Reglamento

- Niños y niñas consumiendo alimentos saludables en los centros educativos.
- Antes del reglamento había más de 700 sodas estudiantiles, hoy operan cerca de 450 que cumplen el reglamento.
- Certificación de centros educativos libres de alimentos nocivos para la salud:
  - Sodas estudiantiles que cumplen el reglamento.
  - Actividades sociales en los centros educativos con alimentación saludable.
  - Meriendas escolares saludables.
  - Alimentación escolar saludable.





“...la salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana: en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo”

*Carta de Ottawa*

**Materiales de Educación Nutricional y Alimentaria de Costa Rica:**

<http://www.mep.go.cr/programas-y-proyectos/documentos-panea>

<http://www.mag.go.cr/proyectos/Alimentacion-saludable-comedores/index.html>