

# I CONGRESO DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

## EL DIETISTA-NUTRICIONISTA: PRO-MOTOR DE SALUD PÚBLICA



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA



Colegio Profesional de  
Dietistas-Nutricionistas  
de Aragón



[www.renhyd.org](http://www.renhyd.org)

## RESÚMENES DE PONENCIAS

11 de noviembre de 2017 | MESA REDONDA

Entornos saludables, un enfoque multidisciplinar de la alimentación en la comunidad

Ponencia 5

### Implantación, Seguimiento y Promoción de un Menú Saludable en la Universidad de Sevilla – “Comer Sano Suená Bien”



José María Capitán Gutiérrez<sup>1,\*</sup>, M<sup>a</sup> Ángeles Cedillo<sup>1,2</sup>, M<sup>a</sup> Ángeles García<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ayuntamiento de Sevilla, Servicio de Salud, Sevilla, España. <sup>2</sup>Servicio de Asistencia a la Comunidad Universitaria, Universidad de Sevilla, España.

\*[jmcapitan@sevilla.org](mailto:jmcapitan@sevilla.org)

La implantación de menús saludables para colectividades es relativamente reciente en nuestro país, siendo el Ayuntamiento de Sevilla pionero con su Programa de Implantación de Menús Saludables en las Escuelas, puesto en marcha en 2004 y que continúa en la actualidad ante el exceso ponderal que padecen nuestros menores<sup>1,2</sup>. Este programa tuvo inicialmente una implantación local, llegando a 10.000 escolares sevillanos, pero dos años después el Menú Saludable (MS) alcanzaba a 180.000 menores andaluces. Esta experiencia impulsó a desarrollar un programa similar en la Universidad de Sevilla (US), donde además, un estudio propio reveló la mala calidad dietética de los menús universitarios caracterizados por un exceso de carnes a expensas de una menor oferta de pescado, una oferta insuficiente de platos confeccionados con verduras y un exceso de alimentos precocinados y de preparaciones a base de frituras.

Desde 2004, se viene realizando un intenso trabajo formativo en toda la comunidad universitaria promocionando una alimentación saludable, dirigido al personal hostelero, al de administración y servicios y a los estudiantes, a través de cursos de libre configuración, talleres y jornadas.

En 2014 se comienza a implantar un menú saludable en los comedores universitarios y a realizar su seguimiento. Se incluyó en el pliego de contratación<sup>3</sup> de las empresas hosteleras un protocolo nutricional (PN) basado en las recomendaciones de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria<sup>4</sup>. El menú saludable se basa principalmente en alimentos de origen vegetal, modera la oferta de alimentos de origen animal, limita el uso de alimentos muy procesados y utiliza materias primas frescas no procesadas. Está compuesto por 1<sup>er</sup> plato + 2<sup>o</sup> plato + pan integral + fruta + agua.

Junto al menú saludable se ofertan otros menús que no tienen la obligación de cumplir el PN pero que tienden a aproximarse a él.

Los dietistas nutricionistas de las empresas hosteleras presentan sus menús y, una vez aprobados, se someten a un seguimiento para comprobar su ejecución, realizándose visitas y recogiendo muestras para analizar.

Desde la implantación, se está llevando a cabo una intensa promoción, consistente en la difusión del MS a través de la App “Comedores US” creada al efecto, la publicación de los

menús y sus fichas técnicas en la propia App y en la página de la Universidad de Sevilla<sup>5</sup>, así como la campaña “Comer Sano Sueno Bien” en la que un grupo de músicos voluntarios tocan en los comedores y se edita un videoclip en el que han participado personalidades de la política, la cultura y el deporte, en el que se “rapea” animando a los estudiantes a comer el MS de la US.

Se ha logrado la implantación de un MS en el 100% de los comedores universitarios dependientes del Servicio de Asistencia a la Comunidad Educativa de la US (n=6).

En general, el número de menús servidos mensualmente ha crecido un 11,4% desde los meses octubre y noviembre de 2015 al mismo período de 2016, pasando de 23.962 comensales a 26.693 en los primeros cinco comedores donde se implantó el MS. Paralelamente, se ha ido incrementando la demanda del MS, aunque en términos absolutos es todavía pequeña (1%).

Durante este período, se han ofrecido 33 conciertos *in situ* y el videoclip promocional ha sido visto por más de 150.000 personas.

Los últimos informes analíticos de los menús de 2017 no reflejan ningún resultado insatisfactorio.

La implantación de un MS para colectividades requiere un gran esfuerzo de la administración y las instituciones implicadas. El enorme esfuerzo que requiere la implantación, seguimiento y promoción del menú no se correlaciona con una gran demanda del MS, ya que este se solicita de forma discreta.

Cuando exista una gran demanda del menú, la continuidad del proyecto quedará garantizada, hasta entonces el trabajo a realizar pasa por profundizar en la educación nutricional de toda la comunidad universitaria y promocionar el MS de forma continuada. A pesar de las dificultades es necesario que la implantación de un MS se extienda como opción a la restauración colectiva en general, para combatir los problemas derivados de una alimentación inadecuada.

## CONFLICTO DE INTERESES ////////////////

Los autores expresan que no hay conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## REFERENCIAS //////////////////////////////////////

- (1) Ortega RM, López AM, Aparicio A, González LG, Navia B, Perea JM. Estudio “ALADINO”. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. 2015.
- (2) García M<sup>a</sup> A, Muñoz R, Conejo G, Rueda AM<sup>a</sup>, Sánchez J, Garrucho G. Estudio Antropométrico y de Hábitos de Alimentación y Actividad Física en Escolares de 6 a 12 años de la ciudad de Sevilla. 2012.
- (3) Servicio de Asistencia a la Comunidad Universitaria (Universidad de Sevilla) Pliego de Prescripciones Técnicas. [Consulta 23 enero 2017]. Disponible en: <http://goo.gl/qBGsp1>
- (4) Dapcich V, Salvador G, Ribas L, Pérez C, Aranceta J, Serra L. Guía de la Alimentación Saludable. León: Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. 2005. [Consulta 23 enero 2017]. Disponible en: <https://www.nutricioncomunitaria.org/es/noticia-documento/19>
- (5) Servicio de Asistencia a la Comunidad Universitaria (Universidad de Sevilla). Comedores Universitarios y Bonos Comedor. [Consulta 23 enero 2017]. Disponible en: <https://sacu.us.es/spp-servicios-comedores>

