



La fruta en las aulas de camino a convertirse en todo un clásico

La fruta se ha convertido ya en un compañero más de las aulas de infantil de muchos colegios navarros. Concretamente 118 centros de la Comunidad Foral que han participado en el programa europeo, cofinanciado en un 25% por el Gobierno de Navarra, que lleva la fruta a las escuelas para que los más pequeños almuerzen, tres veces por semana, de forma saludable. “A veces los padres van con mucha prisa y terminan comprando el croissant o el bollo en la panadería de al lado, por eso ésta es una iniciativa tan importante”, señala Paula Esparza, profesora del colegio Santa Catalina Laboure, que participa en el programa desde hace tres años. El Grupo AN, que obtiene la máxima puntuación al concurrir en la convocatoria publicada por el Gobierno de Navarra mediante orden foral, ha repartido más de 40.000 kilos de fruta para los 9.904 niños que han participado en el programa este segundo período del curso 2014/2015. Plan que se ha visto incrementado, en esta segunda parte, tanto en participantes, con un colegio más que suma unos 200 alumnos, como en duración, al prolongarse durante nueve semanas en lugar de seis.

BARAÑÁIN/PAMPLONA Texto y fotos: SANDRA IBÁÑEZ

La envergadura del ambicioso plan de Fruta en el Colegio exige toda una labor de coordinación, entre los distintos departamentos del Gobierno de Navarra que participan en el programa (Agricultura, que financia; Salud y Educación), los centros y la empresa encargada de distribuir la fruta y de coordinar a todos los participantes, que tras ganar en puntuación al concurrir en la convocatoria publicada por el Gobierno de Navarra mediante orden foral, vuelve a ser el Grupo AN. No todos los distribuidores de fruta local y de temporada cuentan con los medios técnicos y logísticos para recorrer los aproximadamente 20.000 kilómetros semanales necesarios para que la fruta llegue a los 118 colegios

participantes los tres días estipulados. En este segundo período del plan 2014/2015, desarrollado desde el 20 de abril hasta el 19 de junio, el Grupo AN ha repartido más de 40.000 kilos entre plátanos, fresas, melones, nectarinas, melocotones, manzanas *Golden* y *Fuji*, peras *Blanquilla* y *Conferencia*, snacks de zanahoria para aquellos colegios con capacidad de frío y naranjas. Los camiones del Grupo AN han recorrido más de 150.000 kilómetros para que los 9.904 niños inscritos en el programa almacenen saludable fruta tres días a la semana. Esta importante labor de coordinación de todos los agentes implicados en el programa se realiza desde la Fundación Grupo Cooperativo AN. María Rosario Jurado es la encargada de llamar a los colegios para trasladar las posibles incidencias al Gobierno Foral, que autoriza

los envíos de las partidas de fruta; coordina a la sección logística para que los colegios estén preparados para recibir la mercancía el día de envío estipulado; modifica las partidas en función de las variaciones que trasladan los colegios; y recoge también la opinión de profesores, directores y familias sobre el funcionamiento del plan: “Cada año somos más expertos y lo hacemos mejor, en cuanto a coordinación con los distintos participantes del plan. Los colegios que participan están muy contentos con el desarrollo del programa, eso nos traslada la mayoría, que considera una forma efectiva de que los niños almuerzen de forma saludable y sin que sponga un esfuerzo económico para algunas familias ya que, dadas las circunstancias y como nos dicen en muchos centros, no todas se lo pueden permitir”, explica Jurado.

El programa de Fruta en la Escuela se prolonga hasta las nueve semanas, tres más que en el periodo anterior

Participan 200 alumnos más que a principio del curso y el Grupo AN reparte más de 40.000 kilos de fruta

Se han realizado más de 260.000 entregas de fruta en 118 centros de Navarra para más de 9.900 niños

La responsable de la coordinación del programa por parte del Grupo AN señala que en este segundo período se ha podido ampliar el programa. “De las seis semanas que duró la primera parte del curso, antes de navidad, a las nueve que se ha prolongado esta vez. Participan, además, 9.904 niños que son unos 200 más que en el período anterior, por lo que también ha implicado un mayor reparto de fruta. De los 26.000 kilos que se repartieron la pasada campaña a los más de 40.000 de este período”, detalla Rosario Jurado, quien añade que “se han realizado, concretamente y porque describe la envergadura del programa, 267.314 entregas de fruta durante las nueve semanas que ha durado esta vez”. Este programa forma parte de una iniciativa europea que ya financia la mayor parte del coste, el 75%, dejando el otro

25% en manos de las comunidades autónomas. Antes Europa pagaba la mitad y el otro 50% lo pagaba la comunidad autónoma, pero dado el creciente problema con la obesidad infantil, la Unión Europea decidió incrementar su participación para que llegue a cuantos más colegios, mejor.

LOS COLEGIOS, MUY SATISFECHOS

Paula Esparza, coordinadora del programa en el colegio *Santa Catalina Laboure*, de Pamplona, afirma que en su escuela “estamos encantados con el plan de fruta en el colegio. Llevamos dos o tres años participando y es una muy buena manera de favorecer el almuerzo saludable. Antes del programa, pedíamos a los padres que les pusieran fruta tres veces por semana, pero había veces que, por una cosa o por otra, al final acababan

metiendo galletas o comprando un *croissant* de la panadería de al lado, así que el plan ayuda a que esto ocurra de verdad y todos los niños de la clase almuerzen fruta tres veces por semana. Estamos encantadas”, reitera Paula Esparza. “Además, había niños que no habían probado nunca la fruta, que decían que no les gustaba... el hecho de comerla todos juntos, con sus compañeros, ha favorecido que los más reacios acabasen consumiéndola, por contagio, lo cual es muy positivo”, añade. Esparza también destaca la buena coordinación realizada desde el Grupo AN, empresa distribuidora, “que nos avisa todas las semanas de cuándo va a llegar la fruta, anota las modificaciones que les hacemos... muy contentos todos, tanto yo que coordino el programa como mis compañeras”. Iñaki Andueza es director del centro

Alumnos de Alaiz juegan con las pegatinas de la fruta.



Los alumnos de Paula Esparza (Sta. Catalina Laboure) esperan en fila su pieza de fruta.



público **Alaiz HLHIP**, en Barañáin, y coincide con Paula Esparza en que “es una iniciativa muy interesante. En el centro ya tenemos la tradición de organizar almuerzos colectivos con una tienda que nos suministra. Pero que haya fruta tres días a la semana, la variedad de la temporada y de forma gratuita para las familias es muy positivo y fomenta el consumo de frutas”, opina Andueza. Amaya Larraza, profesora del centro, coincide en la importancia de que sea un programa gratuito para las familias, porque “cuando hacíamos los almuerzos colectivos antes del plan, había alguna familia que no podía participar. Así, todos los niños almuerzan fruta”, señala la

docente. Por eso, en el Alaiz HLHIP el plan de fruta en el colegio es todo un clásico: “Llevamos participando desde que se inició, hará unos cuatro años, y estamos encantados y a favor de que se repita. Además, la edad de inicio me parece la ideal, porque empiezan con tres años y es el mejor momento para aprender buenos hábitos de alimentación que mantendrán toda la vida. Es una pena que no se pueda prolongar el programa a otros ciclos, por lo menos al primer ciclo de primaria. Sería muy conveniente”, sugiere el director del colegio, Iñaki Andueza, quien añade que “estamos además muy contentos con la coordinación del programa. Cualquier duda que hemos tenido no habéis respondido enseguida, el reparto ha sido muy formal, ha llegado todo a tiempo, la fruta de buena calidad... estamos muy satisfechos”, señala.

LA ESCUELA, EDUCADORA EN SALUD
La mejor manera de combatir el sobrepeso y la obesidad, que afectan a cerca del 20% de niños europeos, es prevenirlas. Los expertos señalan, además, que los hábitos saludables se forman e inculcan en la infancia. Altos consumidores de frutas y verduras en la infancia continúan siéndolo de adultos. Prevenir el sobrepeso y la obesidad en los niños de hoy es, entonces, la mejor manera de convertirnos en adultos sanos en el futuro, cam-

biando así la tendencia creciente de la obesidad y evitando, según el World Health Report, 2,7 millones de muertes potenciales por causa de la obesidad o sus derivados. Como señalan desde el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medioambiente, el papel de las familias es imprescindible en la adquisición de hábitos saludables “pero también hay evidencias de que uno de los factores que han motivado que se consuman pocas frutas y verduras por los niños es la poca disponibilidad de estos productos en las escuelas y en el tiempo de ocio”. Por eso, las escuelas o espacios educativos son de los lugares más adecuados para modificar algunos hábitos porque ofrecen el ambiente ideal para la interacción y cooperación de los niños, pero también de los padres y profesores. “La distribución gratuita de las frutas y hortalizas es esencial para la eficacia de esta intervención y permite, además, solventar desigualdades sociales. Desde el punto de vista social, además, el proporcionar y ofrecer frutas y verduras a un número suficiente de niños en edad escolar, supondrá una igualdad de oportunidades y contribuirá a una cohesión social”, señalan desde el Ministerio de Agricultura. El Ministerio de Educación, por su parte, también considera la salud como una asignatura vital del currículo escolar. “Como consecuencia de los cambios en los estilos de vida, sociales y laborales que ha experimentado la sociedad española, se ha detectado un fuerte incremento de la obesidad en la población, siendo una de las más afectadas la infantil. Estos cambios están modificando los hábitos alimentarios y contribuyen al incremento del sedentarismo. La buena alimentación y la salud de las personas son fundamentales para un rendimiento óptimo, tanto en su etapa escolar como en su edad posterior”, exponen. Desde la década de los 80 del pasado siglo XX se ha generado una “conciencia de la necesidad de que la educación para la salud se integrase en el sistema educativo”. En la

Conferencia Europea de Educación para la Salud, celebrada en Dublín en 1990, se recomendó formalmente la inclusión de contenidos de Educación para la Salud en el currículo escolar de la enseñanza obligatoria. La Organización Mundial de la Salud (OMS) destaca, en su Iniciativa global de salud en la escuela, que “el centro educativo es un espacio significativo para la adquisición de conocimientos teóricos y prácticos sobre salud y nutrición por la cantidad de tiempo que permanecen los niños en él, por lo que puede convertirse en uno de los pilares básicos en la prevención de la obesidad, incidiendo sobre la modificación de los hábitos alimentarios inadecuados que están instalándose en la sociedad actual”.

FRUTA EN EL COLEGIO Y PAC

El plan de fruta en la escuela está intrínsecamente unido con la Política Agraria Común, porque además de buscar una mejora en la salud de nuestros futuros adultos, persigue sanear la situación del mercado hortícola europeo y, por ende, la de las economías de los agricultores comunitarios que desarrollan la importante labor de alimentar a la población con productos de la mejor calidad. Entre los objetivos de la PAC se encuentran estabilizar los mercados, garantizar la seguridad de los abastecimientos y asegurar al consumidor suministros a precios razonables. Según el Ministerio de



Arriba, Jurado (AN) con Paula Esparza (Sta. Catalina Laboure). En la foto de la derecha, Amaya Larraza, profesora de Alaiz.



Alumnos de 3º de Infantil del colegio Santa Catalina Laboure

3º de Infantil de Alaiz con su profesora, Amaya Larraza.

Agricultura, la concesión de una ayuda comunitaria mediante un plan de consumo de fruta en la escuela contribuye a que se alcancen estos objetivos. “El plan debería contribuir a que los jóvenes consumidores apreciaran la fruta y la verdura y, por lo tanto, debería aumentar el consumo futuro, impulsando de ese modo los ingresos agrícolas, que también constituye uno de los objetivos de la PAC. Además, los expertos coinciden en que una dieta sana desempeña un papel fundamental en la reducción de los índices de obesidad y de los riesgos de enfermedades graves en la edad adulta. Para ello es imprescindible que la dieta incluya un consumo suficiente de frutas y verduras”, señalan fuentes del Ministerio. ■



Rosario Jurado, coordinadora del programa en el Grupo AN, con los alumnos de 3º de infantil del centro Alaiz HLHIP.

