

PReME - Programa de revisió de menús escolars

Memòria 2006-2012

Barcelona, juny de 2012

En el marc de l'Estratègia **PAAS** (Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable) de l'Agència de Salut Pública de Catalunya i paral·lelament a l'**Estratègia NAOS** (Estratègia per a la nutrició, l'activitat física i la prevenció de l'obesitat), l'any 2006 es va iniciar, mitjançant un conveni entre els departaments de Salut i d'Ensenyament, una oferta de revisió de programacions de menús de centres docents, anomenada **Programa de revisió de menús escolars (PReME)**. Aquest programa té com a objectiu oferir a tots els centres educatius de Catalunya un informe d'avaluació de la programació de menús que el centre serveix al menjador escolar, amb la finalitat de millorar la qualitat de l'oferta.

L'informe de suggeriments de millora l'elabora un equip de dietistes-nutricionistes, a petició de la direcció del centre, del consell escolar, de l'AMPA (associació de mares i pares d'alumnes) i, altres vegades, a demanda de consells comarcals i ajuntaments. En alguns territoris de Catalunya, la revisió de les programacions de menús s'ha realitzat en coordinació amb el cos d'inspectors de l'Agència de Protecció de la Salut.

Els principals aspectes que s'avaluen de les programacions de menús es basen en la guia **L'alimentació saludable en l'etapa escolar**, elaborada i editada conjuntament entre els departaments d'Ensenyament i Salut l'any 2005, de la qual actualment es disposa d'una nova edició: **L'alimentació saludable en l'etapa escolar, versió 2012**. També es tenen en compte els criteris consensuats entre els professionals que elaboren els informes i les recomanacions del document de l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició **Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos** (2010), elaborat en el marc de l'Estratègia NAOS.

Durant el període maig 2006- juny 2012 s'han rebut i avaluat 2.071 programacions de menús procedents de centres de primària i de secundària de Catalunya. En total, aglutinen 273.846 alumnes que han utilitzat el servei de menjador. Les dades que a continuació es faciliten s'obtenen de l'explotació de 1.444 programacions introduïdes a la base de dades que han complert els criteris d'inclusió per a l'anàlisi.

DADES CLAU	2006-2012	
Nombre d'informes de revisió elaborats	2.071	
Nombre d'alumnes sota l'àmbit del PReME	273.846	
	Núm. centres	Núm. alumnes
Regió Sanitària Alt Pirineu i Aran	64	4.459
Regió Sanitària Barcelona	1.283	190.950
Regió Sanitària Catalunya Central	260	23.500
Regió Sanitària Girona	159	25.853
Regió Sanitària Lleida	216	21.180
Regió Sanitària Terres de l'Ebre	46	3.826
Regió Sanitària Camp de Tarragona	43	4.078
Percentatge de centres sense accés a MEAB ¹ per als alumnes de primària	✓ (98,5%)	
Percentatge de centres sense accés a MEAB per als alumnes de secundària	✓ (92,7%)	
Utilització d'oli d'oliva per amanir	✓ (87,2%)	
Utilització d'olis d'oliva o gira-sol <i>altooleic</i> per cuinar	✗ (34,1%)	
Presència diària d'aliments frescos (fruites i/o hortalisses)	✗ (56,4%)	
Presència diària de verdures i hortalisses en el menú	✗ (73%)	
Percentatge de centres que compleixen amb²:		
Freqüència recomanada de fruita fresca	✓ (85,9%)	
Freqüència recomanada de llegums	✓ (90%)	
Freqüència recomanada de verdura	✓ (87,3%)	
Freqüència recomanada de peix ²	✓ (85,4%)	
Freqüència recomanada de carn ²	✗ (77,8%)	

¹ MEAB: Màquines Expenedores d'Aliments i Begudes.

² A l'annex 1 trobareu detallades les freqüències recomanades de cada grup d'aliments.

³ En el cas del **peix**, un 14,5% presenta una freqüència **inferior** a la recomanada. En el cas de la **carn**, un 19,5% presenta una freqüència **superior** a la recomanada.

Dades del centre i del menjador

Les programacions avaluades han estat majoritàriament de centres docents públics (76,6%), de nivell educatiu infantil i primària (91,9%) i la gestió del menjador depèn sobretot de la direcció del centre (41,4%), de l'associació de mares i pares d'alumnes (31,8%) i del Consell Comarcal (13,4%).

El 26,7% dels centres disposa de cuina pròpia, el 26,6% utilitzen un servei de restauració, que cuina a la pròpia escola i el 45,4% tenen un servei de restauració que transporta el dinar des d'una cuina central.

La gran majoria de centres (87,2%) disposa d'un espai exclusiu destinat a menjador.

El 81,7% del total de centres no disposa de màquines expenedores d'aliments o begudes (MEAB). Només l'1,5% del total de centres permeten l'accés a les MEAB als alumnes de primària i el 7,3% hi donen accés als alumnes de secundària.

Dades qualitatives

En relació a les característiques qualitatives de les programacions avaluades, s'observa que el 96,6% de les programacions de tardor-hivern **refleixen estacionalitat** (amb la inclusió de plats calents i receptes típiques d'aquesta temporada, com sopes o estofats). Les programacions de primavera-estiu analitzades que inclouen preparacions fredes o plats típics de l'època, com amanides de pasta o gaspatxo és del 72,9%.

L'estructura del menú és adequada en un 83,5% de les programacions: només el 16,3% repeteixen, en dues o més ocasions, els plats segons el dia de la setmana (repetició de la seqüència de programació amb ofertes de menús monòtons: tots els dilluns "pasta i peix", els dimarts "llegums i ou", etc.).

En el 64% dels primers plats manca **especificació** ("macarrons" o "verdura", enlloc de "macarrons amb salsa de tomàquet" o "mongetes verdes, pastanaga i coliflor"). En els segons plats les dades són més positives, ja que en el 81,1% i el 80,2% dels segons plats es concreta el tipus de carn ("vedella", "pollastre", etc.) i de peix ("lluç", "rap", etc.). En el 70,5% dels casos s'especifica la guarnició dels segons plats.

Les postres són els plats més detallats (es diferencia entre fruita o làctic) (95,5%).

En el 73% de les programacions se serveix algun tipus de **verdura o hortalissa en el menú diari** (cuites o crues). També s'observa que en el 56,6% de les programacions hi ha presència diària de **verdures crues (amanida) o fruites fresques**.

Quant a les **combinacions**, les programacions només inclouen propostes de baixa acceptació pels nens i nenes ("verdura i peix") amb una freqüència del 2,4%. Mentre que la inadequació en densitat energètica i/o nutricional ("estofat de cigrons i pollastre al forn" o "sopa de pasta amb croquetes"), és a dir, combinacions massa denses o massa lleugeres, apareix amb una freqüència del 45,3%.

Pel que fa al **tipus d'oli** que s'utilitza per a les cocccions, en el 59,9% dels qüestionaris de sol·licitud s'indica que és de gira-sol, el 29,4% d'oliva, el 4,7% de gira-sol *altooleic*, el 4,1%

d'oli de sansa i l'1,7% utilitzen altres olis no especificats. Per amanir, el majoritari és el d'oliva (87,2%), seguit de lluny del de sansa (8,7%), el de gira-sol (2,2%) i altres olis (2%).

Dades quantitatives

El percentatge mitjà de compliment de les freqüències de consum és, per als primers plats, del 83,2% per a l'arròs, 92,9% per a la pasta, 90% per als llegums i 87,3% per a la verdura.

Per als segons plats, el compliment és del 85,4% per al peix (el 14,5% ofereix menys peix del recomanat), 61,7% per als ous (el 38,3% serveix menys ous dels recomanats), 77,8% per a la carn (el 19,5% serveix més carn de la recomanada) i el 47% per a l'amanida de guarnició (el 45,9% serveix menys amanides de les recomanades).

Pel que fa a les postres, el 85,9% serveix les racions setmanals recomanades de fruita (el 13,2% n'ofereix amb una freqüència menor a la recomanada).

Valoració dels resultats

Es fa una valoració positiva de:

- L'elevat **nombre de centres i alumnes** beneficiaris del PReME.
- L'alt percentatge de centres que disposa d'un **espai exclusiu destinat al menjador**.
- La baixa quantitat de centres que disposa de **MEAB** accessibles als alumnes (sobretot de primària, però també de secundària).
- L'oli més àmpliament utilitzat per amanir és el d'**oliva**.
- Els menús de les programacions **reflecteixen acuradament l'estacionalitat**, encara que les programacions de primavera-estiu es podrien adaptar més a la temporada corresponent.
- La **baixa presència de repeticions sistemàtiques** de l'estructura del menú.
- Les **postres estan ben detallades**, ja que en gairebé totes les programacions es diferencia entre fruita i altres postres, com per exemple iogurt.
- La baixa presència de **combinacions de plats de difícil acceptació**.
- Pel que fa a l'anàlisi de les freqüències de consum, destaca com a aspectes positius, l'elevat percentatge de compliment de les **freqüències recomanades d'arròs, pasta, llegums i verdura** en els primers plats, i **peix** en els segons.

Caldria millorar els següents aspectes:

- Cal vetllar perquè l'oli utilitzat en les cocccions sigui **d'oliva** (o en el seu defecte, de gira-sol *altooleic*).
- Es pot millorar la presència de programacions que inclouen algun tipus de **verdura o hortalissa en el menú diari**.
- Cal augmentar la **presència diària de verdures crues o fruites fresques**.
- S'hauria d'**especificar més detalladament els ingredients i les cocccions**, especialment dels primers plats, amb la finalitat de proporcionar informació més concreta a les famílies.
- Es pot millorar la freqüència d'aparició de **propostes massa denses o massa lleugeres**.
- Cal millorar la **baixa presència d'ous** als segons plats i **amanides** a les guarnicions i **l'elevada freqüència d'utilització de carns** als segons plats.

Equip PReME:

Gemma Salvador Castell
Maria Manera Bassols
Maria Blanquer Genovart
Raimon Milà Villarroel
Lydia Allueva Betran
Agustí Daroca Maristany
Conxa Castell Abat
Carmen Cabezas Peña

Amb la participació de tots els Serveis Regionals de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

Annex 1.

El juliol del 2010 es va publicar, en el marc de l'estratègia NAOS del Ministeri de Sanitat, el "*Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos*", el qual contempla algunes variacions respecte les freqüències recomanades de consum que s'havien estat aplicant en les revisions de menús de Catalunya. En aquesta memòria s'han tingut en compte les freqüències recomanades prèvies al document de l'estratègia NAOS, ja que són les que apareixien a la guia de referència a Catalunya, la guia [L'alimentació saludable en l'etapa escolar](#) del 2005. A partir de la presentació de la nova versió de la guia (agost 2012) ja es contemplaran les freqüències recomanades que inclou aquest nou document i que coincideixen amb les proposades al "*Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos*" (NAOS).

La següent taula mostra la comparativa sobre les freqüències recomanades de consum abans (pre-NAOS) i després (post-NAOS) de l'aplicació del "*Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos*".

Grups d'aliments	Freqüència setmanal	
	pre-NAOS	post-NAOS
Primers plats		
Arròs	1-2	1
Pasta	1-2	1
Llegums	1-2	1-2
Patata	0-2	*
Hortalisses i verdures	1-2	1-2
Segons plats		
Carn	2-3	1-3
Peix	1-2	1-3
Ous	1-2	1-2
Guarnicions		
Amanides variades	3-4	3-4
Altres guarnicions	0-1	1-2
Patata	1-2	
Postres		
Fruita fresca i de temporada	3-4	4-5
Altres postres	0-1	0-1
Lactis	1	

* S'inclouen en les hortalisses i verdures, sempre que no constitueixin l'únic ingredient del plat.