



Menús saludables en los 27 colegios para prevenir la obesidad infantil

:: J. L. VIVAS

MOLINA DE SEGURA. La localidad cuenta con 27 centros educativos con comedor (ocho colegios públicos, tres colegios privados, cinco colegios concertados y once escuelas infantiles), y todos ellos participan de forma voluntaria en el Programa de Prevención de Obesidad Infantil y Juvenil de Molina de Segura. Este año, y como novedad, los menús saludables se han preparado en formato digital para su consulta, visualización y descarga a través de las páginas web del Ayuntamiento de Molina de Segura (www.molinadesegura.es) y de cada uno de los centros educativos.

La concejal de Sanidad, Lola Vicente, explica que los menús presentados son el fruto del esfuerzo de numerosos profesionales sanitarios y de educación, que incluyen pediatras, médicos de familia, nutricionistas, enfermeros, técnicos de salud pública y técnicos de educación que, junto a profesionales de cada centro

educativo, han elaborado, desarrollado y supervisado todo el trabajo.

Los menús están diseñados con unas premisas comunes, como son la presencia diaria de ensalada, plato único de guiso tradicional de dieta mediterránea y, de postre, fruta. Son menús para seis semanas, con 30 platos diferentes a base de legumbres, arroz y pasta, con los que se pretende educar a los niños sobre la alimentación adecuada y que experimenten y aprendan a apreciar degustaciones variadas de comidas.

Este año se han incluido por primera vez menús triturados para bebés menores de un año. Ello ha sido posible gracias al consenso de los pediatras del municipio, que han establecido unas pautas comunes de introducción de alimentos y recomendaciones, fruto de las cuales se han podido establecer de forma coordinada en todas las escuelas infantiles unos menús específicos para esta franja de edad.

