

Como favorecer una óptima alimentación de los alumnos así como la adquisición de hábitos alimenticios sanos.

Comedores escolares: mucho más que un menú

Ibon Buen
Responsable de Ventas de Gastronomía Baska

Introducción

Aún sin datos estadísticos centralizados sobre el tema, es un hecho que la tendencia de matriculación de los alumnos a los comedores escolares de los centros aumenta progresivamente. Por poner sólo un ejemplo, en Vizcaya el número de escolares que comen en los centros se sitúa ya en torno al 80% en el caso de los centros públicos, y es de suponer que este no esté demasiado alejado del resto de centros y provincias.

Los comedores escolares son una área específica de servicio del Centro, donde las expectativas a cumplir son muy exigentes, ya que requieren responder adecuadamente y de manera integral a los principales problemas que esta actividad plantea, y ganarse en el camino la confianza de los padres del alumnado.

Los niños escolares acuden a los comedores una media de 165 días al año y de sus menús obtienen el 30% del valor calórico del día, por lo que la preocupación sobre la correcta alimentación del niño, el adecuado aporte calórico, la habitual ingesta de fruta o pescado o un proceso de elaboración seguro de los alimentos es habitual, tanto en los padres como en el equipo director de los Centros, que debe responder con su gestión a todas estas cuestiones.



Gastronomía Baska es una empresa de restauración de colectividades que realiza el servicio de alimentación en 80 colegios repartidos entre Vizcaya, Guipúzcoa y Álava más un lote situado en Segovia.

Ofrece servicios de Catering caliente y refrigerado, y servicio In Situ en las instalaciones del propio Centro. También realizan proyectos de diseño y construcción de nuevas instalaciones de cocinas para todo tipo de Centros Educativos. Ofrece, así mismo, servicio de monitores de comedor y patio.

Actualmente elaboran en su Cocina Central en torno a 6.000 menús diarios en Catering caliente y refrigerado dirigidos a Colegios y otros 4.000 en las instalaciones de los Centros, con lo que dan de comer diariamente a 10.000 escolares.

Gastronomía Baska tiene implantado desde 1990 el sistema de Análisis de Peligros y Puntos Críticos de Control (A.R.I.C.P.C) como compromiso para producir alimentos seguros, un sistema de prevención que se instauró como obligatorio para toda la industria de alimentación 4 años más tarde. Todas sus instalaciones centrales en la localidad vizcaína de Zamudio están diseñadas según normativa higiénico-sanitaria vigente para evitar cualquier tipo de contaminación cruzada y realiza controles y seguimiento diario del almacenamiento, elaboración, manipulación, uniformado del personal y servicio.

La empresa obtuvo la certificación ISO 9001 en 1999 para la actividad de cocina central y sala de despiece, ya que tiene integrado en su proceso de producción el despiece cárnico. Recientemente se ha actualizado con la Norma ISO EN-UNE 9001:2000.

Gastronomía Baska acaba de obtener el diploma Ekoscan en reconocimiento a la integración del área medioambiental en la gestión empresarial, siendo la primera del sector de la restauración a colectividades del País Vasco en apostar por incorporar una herramienta de gestión del medioambiente, como ya había hecho anteriormente en relación a la calidad o la sanidad. El programa Ekoscan es una herramienta de la sociedad pública de gestión medioambiental IHOBE, una estándar certificable que permite medir la mejora ambiental en las empresas.



La gestión del comedor escolar debe de hacerse desde un doble objetivo: contribuir de manera decisiva a la óptima alimentación de los alumnos y que estos adquirieran hábitos alimenticios sanos. Para ello, es indispensable estudiar, organizar y planificar por parte de profesionales cualificados todos los aspectos esenciales, tanto en lo que hace referencia a la propia definición de las comidas, como al procedimiento de elaboración y a la organización integral del servicio. La tendencia que desde hace unos años se ha impuesto es la de contratar todo el proceso con empresas especializadas en restauración confiando en ellas toda esta responsabilidad.

Tanto si el centro educativo lo gestiona directamente como si lo contrata, tres son los pilares fundamentales para conseguir los fines planteados:

- combinar las exigencias nutricionales con que sea apetecible.
- Producir una alimentación sana y segura.
- Respetar el medioambiente

Combinar el gusto y la necesidad

La definición de los menús está realizada por especialistas médicos en nutrición que valoran las necesidades energéticas y nutricionales de cada etapa de desarrollo y establecen consecuentemente un menú acorde al perfil de los comensales.

En esta fase de estudio y planificación es fundamental tener en cuenta menús que integren en las proporciones correctas los diversos alimentos necesarios para el buen desarrollo de los escolares: las verduras o ensaladas como primer plato o guarnición del segundo, el pescado de segundo plato o la fruta fresca al postre... y que tengan como resultado un aporte calórico en proporción a sus necesidades, que se puede cifrar como media en torno a las 900 kilocalorías por comida.

El objetivo de este análisis es también establecer los menús en un adecuado ritmo de rotación y cuidar la variedad, aportando una amplia gama de sabores con la introducción de nuevos platos y acabados novedosos cada cierto tiempo y enriqueciendo la dieta con la utilización de productos frescos de temporada.

Combinar todos estos aspectos nutricionales con el buen hacer gastronómico no es tarea fácil, pero es una aspi-

ración general de todas las cocinas que los escolares se sienten a la mesa a gusto y comen con gusto. Para ello, hay que tener en cuenta las aficiones y tendencias de los jóvenes pero sin perder de vista la educación en hábitos sanos de alimentación, y contar con profesionales expertos en materia gastronómica, ya que ni la cantidad ni la necesidad está reñida con la calidad.

Pero cuando se cocina para todo un centro educativo no basta con lo anterior sino que hay que atender todas las particularidades. **Factores sociales y sanitarios diversos han creado nuevas necesidades en alimentación a las que hay que dar respuesta:** El aumento de niños con alergias alimentarias o sobrepeso, por ejemplo, ha incrementado la prescripción de las dietas hipocalóricas o sustitutivas de alimentos, por lo que hay que atender una mayor demanda de dietas en general. Por otro lado, la diversidad de hábitos alimenticios derivados del aumento de la inmigración o de la adopción de nuevas pautas de alimentación ha supuesto la entrada en los comedores escolares de menús musulmanes o vegetarianos. Atender esta nueva demanda complejiza de manera sustancial la gestión de los comedores, al tiempo que requiere de grandes dosis de flexibilidad en la realización del propio servicio.

Un menú siempre seguro

Un aspecto clave en el comedor escolar es la seguridad alimentaria, que hay que observar a través de un riguroso control del proceso completo de elaboración, de cara a la prevención y minimización de riesgos, y un alto nivel de formación de todo el personal que actúa en las instalaciones a los distintos niveles.

Actualmente, **la gestión de la seguridad alimentaria tiene su base en el sistema de "Análisis de Riesgos e Identificación y Control de puntos Críticos"** (APPCC o HACCP), una normativa de obligado cumplimiento para las empresas de restauración colectiva desde 1995, que tiene la finalidad de identificar, aplicar, mantener y revisar los procedimientos más adecuados de seguridad alimentaria, tomando como criterio clave la prevención.



Este sistema de prevención establece un estudio minucioso del proceso de fabricación, de las materias primas que intervienen en él, y del resto de fases hasta el consumo del alimento para detectar todas las posibles causas de peligro que pudieran afectar al producto final, adoptando una serie de medidas correctoras que vayan a minimizar los efectos en caso de que un fallo se produjera. En esta valoración se tendrán una revisión detallada de todas las especificaciones sobre el desarrollo del proceso de elaboración, incluyendo detalles del equipamiento utilizado, métodos de trabajo aplicados, condiciones ambientales de las instalaciones, condiciones de almacenamiento de materias primas, productos intermedios y finales, así como aspectos claves sobre manipulación de los mismos.

Los principios generales de este sistema establecen:

- Identificar los peligros asociados con la producción de alimentos en todas sus fases, evaluando en cada uno los peligros potenciales identificando medidas preventivas para su control.
- Establecer los límites críticos para las medidas preventivas asociadas a cada PCC.
- Establecer un sistema de vigilancia para asegurar el control de estos PCC mediante ensayos u observaciones programadas.
- Establecer las medidas correctoras que hay que adoptar cuando la vigilancia indique una desviación fuera del límite crítico.
- Establecer los procedimientos de verificación, incluidos ensayos y procedimientos complementarios para comprobar que este sistema está funcionando adecuadamente.
- Establecer un sistema de documentación sobre todos los procedimientos y los registros que rigen estos principios y su aplicación.

Además del APPCC, ya obligatorio, es muy recomendable el reforzar la seguridad con otros mecanismos o sistemas de calidad, así por ejemplo:

La gestión del proceso de compras y la evaluación de proveedores son puntos muy importantes para la seguridad. El seguimiento de los productos que se reciben, de sus condiciones de transporte, temperatura a la que llegan...etc, permite asegurar óptimas condiciones para las materias primas.

La formación y la propia situación del personal que da servicio en los comedores escolares es otra de las claves en un sistema de elaboración seguro. Las personas que preparan o procesan alimentos representan un riesgo potencial de contaminación que hay que prevenir mediante el mantenimiento de la salud, higiene y buenos hábitos de éstos, y la constante formación en una adecuada manipulación. El personal debe conocer las posibles causas de contaminación cruzada, de transmisión de microorganismos del hombre a los alimentos y en general los posibles riesgos o efectos que su manipu-

lación puede ocasionar en el producto final, así como los procedimientos para evitarlos convenientemente:

Por último es muy necesario realizar **controles y evaluaciones periódicas sobre la producción en aras a no descuidar la vigilancia de la seguridad** de los alimentos que consumen los escolares, y observar las normas que se establezcan como guía para regular estas cuestiones en cada Comunidad y Ayuntamiento, donde esté ubicado el Centro.

Minimizar el impacto medioambiental

Incorporar el respeto al medioambiente en la gestión del Centro es una tendencia avanzada que se va imponiendo, tal y como está ocurriendo con el resto de agentes activos de la sociedad. Los Centros de enseñanza más comprometidos están realizando acciones en esta dirección **con el objetivo de establecer una correcta relación con su entorno y al mismo tiempo poder aportar dosis elevadas de información y formación a las conciencias de los adultos del mañana.** Las cocinas y los comedores escolares son una parte muy cualitativa en este campo.

En todo el proceso que conlleva el servicio de alimentación se requiere del concurso de profesionales especializados que analicen primero, la naturaleza y magnitud del impacto de esta actividad y estudien las acciones concretas de prevención y minimización a llevar a cabo.

Los principales aspectos a tener en cuenta son:

- La correcta y completa gestión de los residuos que se generan en la actividad y la minimización de los mismos. En las instalaciones de los centros se generan diversos tipos de residuos a los que corresponden diferentes gestores. El centro debe identificarlos, clasificarlos y canalizarlos de acuerdo a la normativa establecida.
- La Minimización del volumen y la carga del contaminante que se vierte a la red pública. Por ejemplo, reducir el consumo de agua, los pro-

ductos químicos que se vierten derivados de la limpieza, la materia orgánica...

- Minimización del consumo de envases y embalajes.

Las medidas correctoras que se deriven en cada uno de estos puntos deben ir acompañadas de acciones formativas hacia el personal para implantar eficazmente el procedimiento de trabajo que se derive de las mismas. No debemos olvidar que incluso la mera separación de residuos que se realiza en un domicilio requiere adoptar una serie de nuevos hábitos como propios y que es la información y la formación las herramientas más adecuadas para impulsar todos estos cambios.

Conclusión

Hoy, los comedores escolares tienen un protagonismo muy destacable, y que va en aumento en la tarea de contribuir a la sana alimentación y a la adopción de buenos hábitos alimenticios de los escolares. Para llevarlo a cabo de manera satisfactoria se deben integrar en una gestión unificada los diversos aspectos, a veces de índole muy dispar, que son claves, siendo la seguridad alimentaria y el estudio y planificación nutricional las más importantes. Todo ello sin olvidar la gestión del personal, de las compras o del medio ambiente, lo que complejiza considerablemente esta tarea.

Por otra parte es fundamental en este servicio mantener un cauce de comunicación permanente con el colectivo de padres y madres de alumnos en una doble vía: ofrecerle información puntual sobre la alimentación de sus hijos y responder a las dudas, inquietudes y necesidades de los mismos con respecto al comedor escolar y su ámbito.

Por todo ello el equipo directivo de un Centro se encuentra en lo referente a la prestación de este servicio ante un reto de considerables proporciones en los que hay que resolver de manera especializada mucho más que la elaboración de un menú. ■

Con tu colaboración ayudas a que muchos niños tengan una educación.

113 millones de niños no van a la escuela. Gracias a ti podrán hacerlo y con su esfuerzo podrán tener un futuro digno. En Entreculturas llevamos 50 años haciendo posible que los más desfavorecidos tengan una educación de calidad. Porque la falta de educación significa la falta de oportunidades. Si quieres colaborar infórmate en el 802 444 844-6 en www.entreculturas.org

Colabora. Santander Central Hispano 0049 0003 34 221004001 BBVA. 0162 0009 86 0010028001

entreculturas
Educación de oportunidades.
ONG asociada