



KIOSCO SALUDABLE

MAR DEL PLATA – AGOSTO 2012



SECRETARIA DE INVESTIGACIÓN

Kioscos saludables

Guillermina Riba

Lic. en Nutrición



Dirección: Dra. Amelia Ramírez

Investigadores: Lic. Diego Pérez Llana

Lic. Mónica Pascual

Prof. Santiago Cueto

Lic. María Carlón

Introducción

Aunque las relaciones entre salud y educación son múltiples e inseparables, quizá el elemento común más importante es que ambas comparten las aspiraciones y objetivos de desarrollo humano contemplados en las políticas internacionales de Educación para Todos, Salud para Todos y las Metas del Milenio para el Desarrollo.

Desde esta perspectiva amplia e integral, salud y educación son a la vez fuente y prerrequisito del bienestar, el desarrollo humano y la riqueza social, económica y espiritual de las personas y los pueblos.

Las Escuelas Promotoras de la Salud constituyen una gran estrategia de promoción de la salud en el ámbito escolar y un mecanismo articulador de esfuerzos y recursos multisectoriales, orientados al mejoramiento de las condiciones de salud y bienestar, ampliando así las oportunidades para el aprendizaje con calidad y el desarrollo humano sostenible de todos los integrantes de las comunidades educativas.

Desde el lanzamiento formal de la Iniciativa Regional en 1995, las Escuelas Promotoras de la Salud han demostrado el gran potencial que tienen, como comunidades saludables, de contribuir al logro de objetivos comunes de distintos sectores sociales. En especial, salud y educación pueden lograr conjuntamente la adopción de políticas escolares saludables; la creación y mantenimiento de entornos físicos seguros y saludables y culturas escolares armónicas, libres de cualquier forma de violencia o discriminación, equitativas y que faciliten el proceso de enseñanza y aprendizaje; el desarrollo e implementación de currículos de educación para la salud que trasciendan la mera transmisión didáctica de información y fomenten el aprendizaje participativo de las actitudes, los valores y las habilidades necesarias para vivir una vida saludable y contribuir al cuidado de la salud de las demás personas; el fortalecimiento de la participación social y el respeto de los derechos y libertades fundamentales; y el acceso oportuno a servicios de calidad para la prevención y el tratamiento de la enfermedad¹.

La transición epidemiológica y demográfica de las últimas décadas generó un incremento de las llamadas enfermedades no transmisibles (ENT) principalmente de

¹ Organización Panamericana de la Salud (2003) *"Escuelas Promotoras de la Salud. Fortalecimiento de la Iniciativa Regional. Estrategias y Líneas de Acción 2003-2012"*. Serie Promoción de la Salud No. 4. Washington, DC: OPS/OMS.

la enfermedad cardiovascular, diabetes, cáncer, la enfermedad crónica respiratoria y las lesiones por causas externas. En nuestro país estas ENT representan el 70% de las muertes.

A pesar de este escenario, estas enfermedades son prevenibles. Se estima que cerca de un 80% de los casos de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y diabetes tipo 2 pueden evitarse, así como un 40% de los cánceres. Esto puede lograrse mediante medidas que involucren el abordaje de los factores de riesgo comunes a estas entidades, principalmente el tabaquismo, la alimentación inadecuada y la inactividad física. En el año 2005 se realizó la primera Encuesta Nacional de factores de riesgo (ENFR), que permitió contar con una línea de base y priorizar acciones de prevención y control. En 2009 con la segunda encuesta se pueden observar tendencias para poder monitorear las acciones necesarias para la prevención de los factores de riesgo. El sobrepeso explica el 58% de la ocurrencia de diabetes, el 21% de la enfermedad coronaria y entre 8 a 42% de diversos cánceres.

Los profundos cambios de los entornos físicos y sociales ocurridos en nuestra sociedad en los últimos años han determinado también cambios en los comportamientos de las personas con relación a su alimentación y su movilidad. La prevalencia nacional de obesidad según la ENFR 2009 fue de 18%, significativamente mayor a la cifra hallada en la de 2005 (14,6%).² En nuestra provincia, uno de cada 3 niños presenta sobrepeso y uno de cada 10 tiene obesidad.

La importancia de la alimentación saludable y la actividad física en el crecimiento y en el desarrollo son algunos de los condicionantes fundamentales del estado de salud de los niños, que enmarcan en el contexto actual uno de los ejes fundamentales de la promoción de la salud.

Por esta razón es imprescindible implementar acciones preventivas para y con la comunidad infantil, intentando abordar los espacios cotidianos donde los niños se desarrollan, a fin de **lograr** la adopción temprana de hábitos saludables, los cuales se consolidarán en su vida adulta.

En el marco del **Programa "Ciudad Saludable"** lanzado por la Municipalidad de Gral. Pueyrredón y en concordancia con el proyecto de ordenanza "Kioscos Saludables" próximo a implementarse en todas las escuelas del partido, **el "Observatorio de la Ciudad" de la Universidad FaSta se propuso llevar a**

² <http://www.msal.gov.ar/argentina-saludable/plan/epiinfo.html>

cabo un estudio a fin de evaluar el consumo de los escolares en los recreos y los factores que condicionan la elección alimentaria de los mismos. La propuesta incluyó indagar la modalidad de compra de alimentos y bebidas en los kioscos, el conocimiento que poseen los escolares sobre el concepto “kiosco saludable” como así también la actitud de los docentes, directivos y encargados de los kioscos sobre la implementación de la nueva ordenanza. También se realizó un relevamiento de la oferta de alimentos y bebidas en los kioscos de cada establecimiento.

Diseño Metodológico

La ciudad de Mar del Plata cuenta con 167 escuelas que poseen nivel primario, pertenecientes a las distintas dependencias (públicas y privadas). Del total, se seleccionaron al azar 18 establecimientos: 5 municipales, 7 privados y 6 provinciales. La población estudiada fueron los niños de 3º, 4º, 5º y 6º pertenecientes a los establecimientos seleccionados. La selección del año en cada institución fue determinada por el Observatorio, en cambio, qué división de cada año escolar fue propuesta por los directivos de cada escuela a fin de no interferir con las actividades programadas de cada institución ni entorpecer la dinámica de funcionamiento de las mismas. Las escuelas seleccionadas fueron relevadas en distintos turnos (mañana y tarde). La muestra, entonces, de tipo probabilística, se conformó con un total de 479 alumnos.

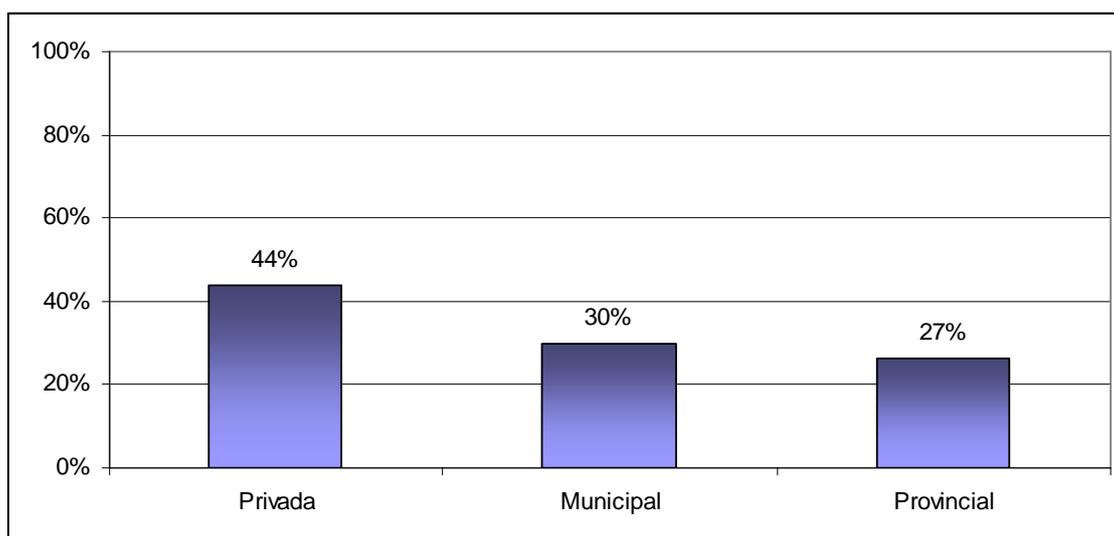
Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron: encuestas auto administradas a los alumnos, entrevistas abiertas a los directivos y responsables del kiosco y grillas de observación para el relevamiento de alimentos en los kioscos. El trabajo de campo fue realizado por estudiantes voluntarios avanzados de la carrera “Licenciatura en Nutrición” de nuestra Universidad. El análisis y la interpretación se efectuaron a partir de la triangulación de los datos obtenidos a partir de los instrumentos aplicados.

RESULTADOS

Primera Parte – Análisis cuantitativo sobre el consumo de los niños proveniente del kiosco

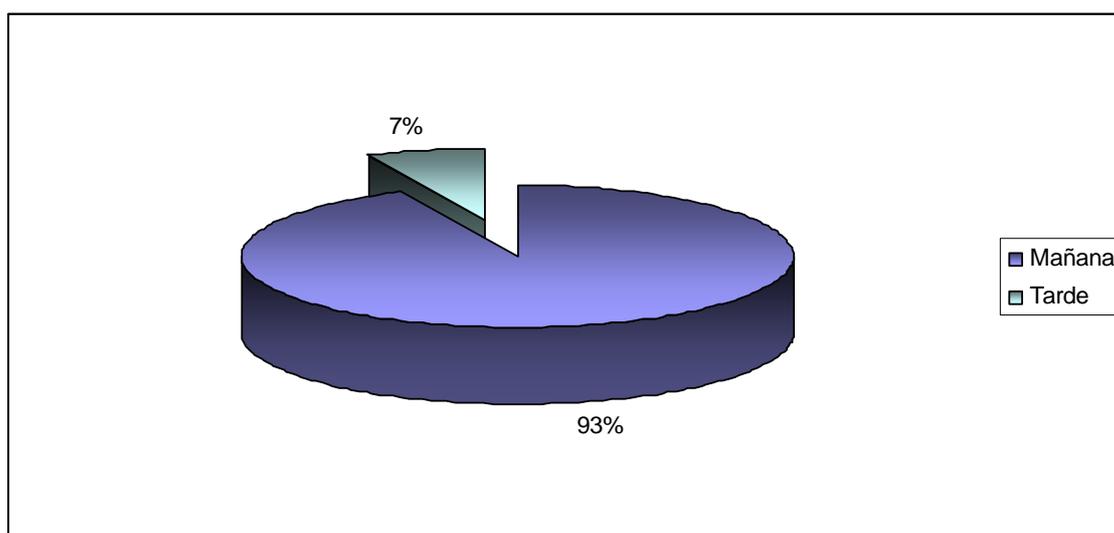
Características de las instituciones educativas relevadas:

Gráfico N° 1: Distribución de las instituciones según tipo de dependencia.



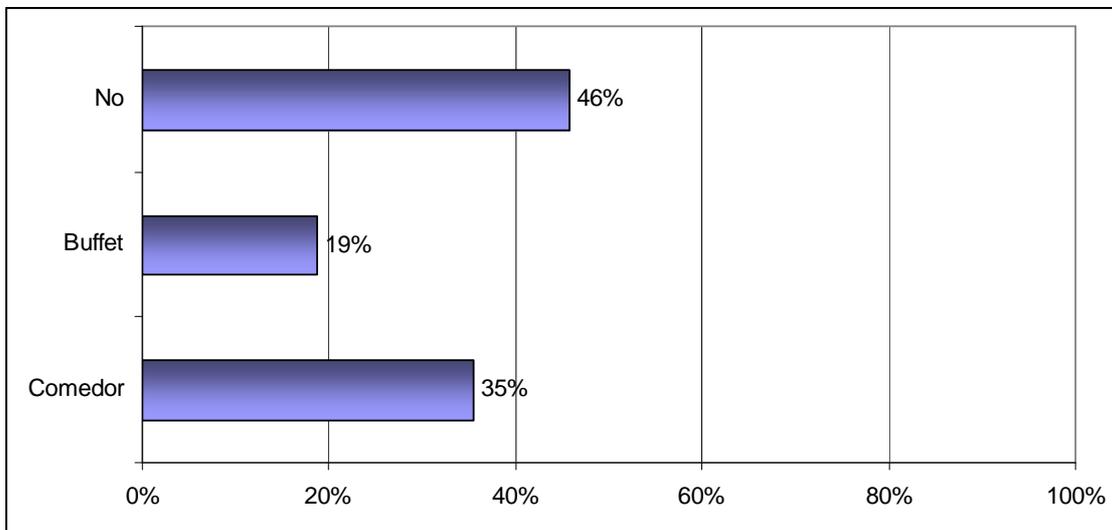
Del total de escuelas primarias relevadas (18) el 44% son privadas, el 30% municipales y el 27% provinciales.

Gráfico N° 2: Distribución de las instituciones según tipo de turno relevado.



El 93% de las instituciones fueron relevadas en el turno mañana y el 7% en el turno tarde.

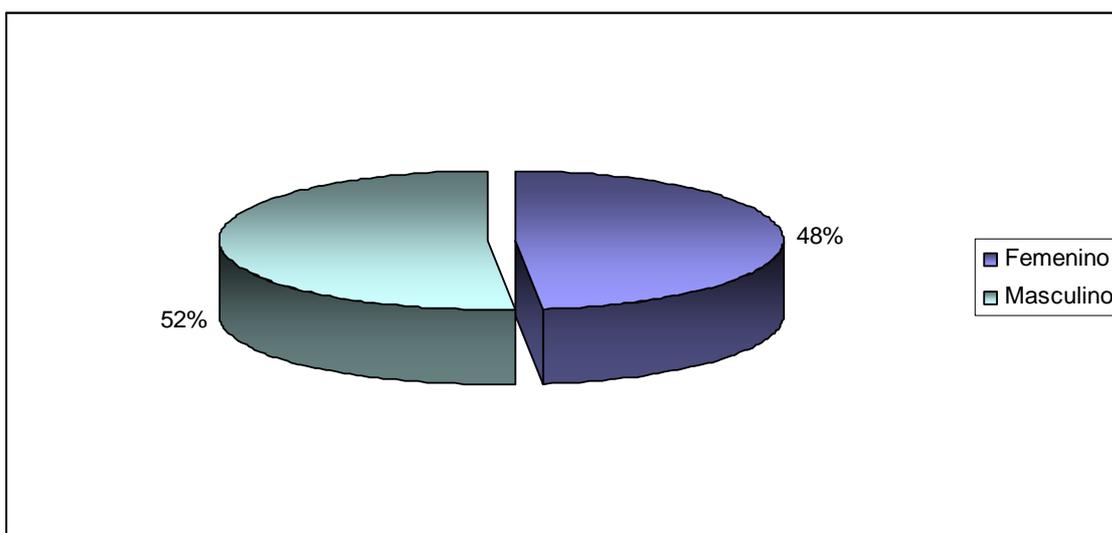
Gráfico N° 3: Distribución de las instituciones según presencia de comedor escolar o buffet.



El 54% de las escuelas posee comedor escolar o buffet. La presencia de comedor escolar se observa en las escuelas estatales donde se asisten a los alumnos con el desayuno, almuerzo y merienda. La presencia de buffet ofrece alimentos, bebidas y preparaciones para el consumo informal de los niños en escuelas de doble turno donde los mismos requieren realizar el almuerzo.

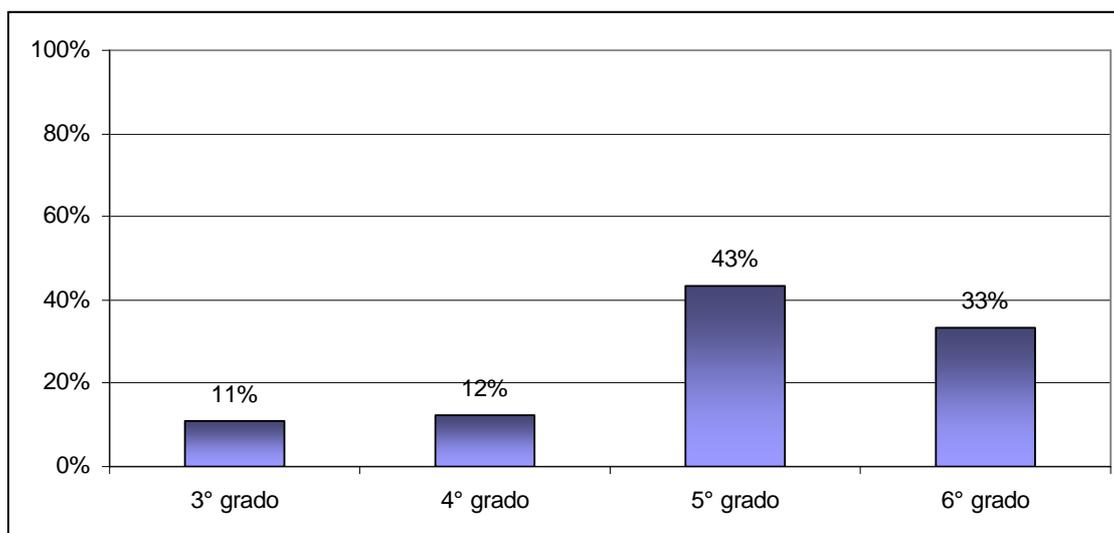
Características de la muestra: (n = 479)

Gráfico N° 4: Distribución de la población según sexo.



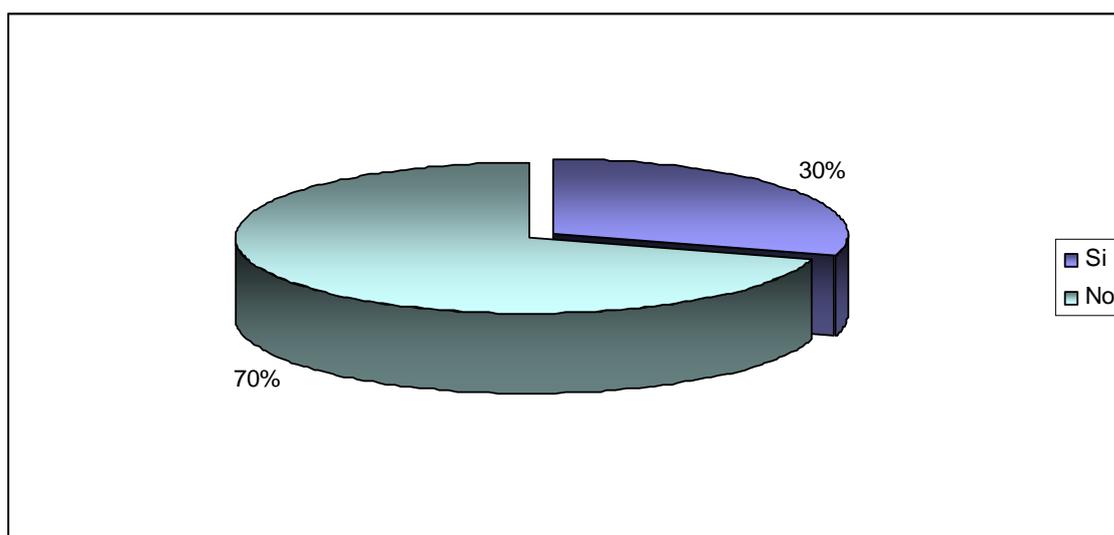
La distribución según sexo resultó equilibrada como puede advertirse.

Gráfico N° 5: Distribución de la población según nivel de grado.



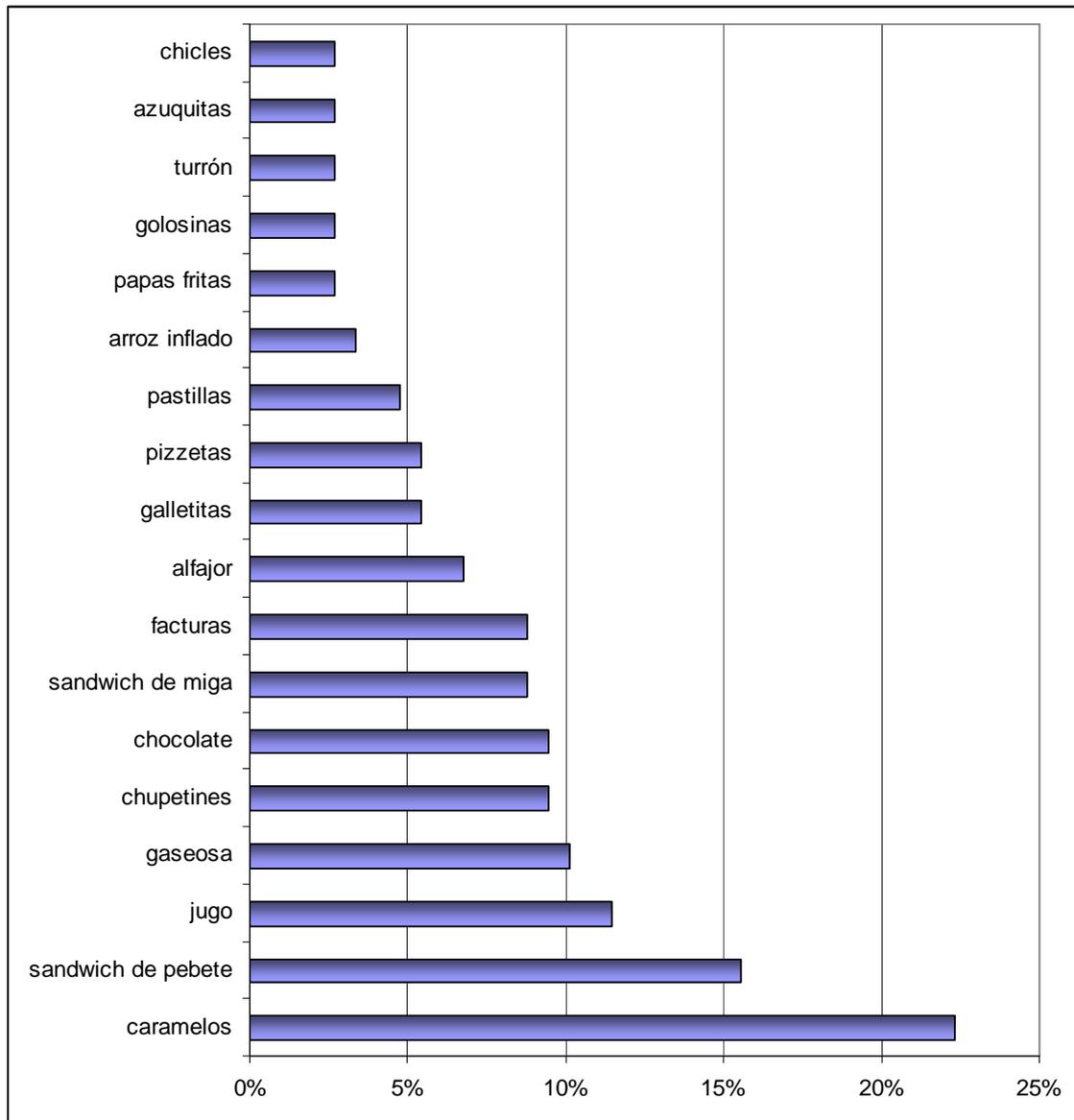
Del total de niños encuestados el 11% pertenece al 3º, el 12% a 4º, el 43% a 5º y el 33% a 6º del Nivel Primario. La concentración de la población estudiada en los grupos más grandes se debe en parte a la posibilidad de acceso en la escuela y en parte a que los niños mayores poseen mayor autonomía en el manejo del dinero y en la elección de alimentos.

Gráfico N° 6: Distribución de la población según consumo durante el día proveniente del Kiosco.



El **70%** de los niños manifestó que ese día había ido a comprar al Kiosco de la escuela durante el recreo. Sólo un segmento mucho menor no había comprado.

Gráfico N° 7: Distribución de la población según tipo de producto adquirido en el recreo proveniente del kiosco. (n = 335)



Los productos mayormente adquiridos en el kiosco escolar durante los recreos son: **caramelos, sándwiches, jugos y gaseosas**. Los alimentos que le siguen corresponden a distintos tipos de **golosinas, productos de pastelería, snacks**. Estos productos mencionados sobrepasan los valores máximos permitidos de calorías, grasas, sodio y azúcares por porción y en la mayoría de los casos se comercializan en envases que contienen más de una porción, incitando al escolar a consumir más de la cantidad recomendada. Estos productos son los que la nueva ordenanza recomienda **excluir** de los Kioscos Saludables. Los sándwich, galletitas y bebidas azucaradas son productos **“permitidos”** en la nueva ordenanza pero deberían estar ofertados en porciones individuales a fin de no superar el aporte de los macro nutrientes antes mencionados. De todos los productos mencionados sólo uno, el arroz inflado, formarían parte de los alimentos **“promovidos”** en la nueva

legislación. Se denominan así porque su aporte en vitaminas, minerales y fibra contribuyen a mejorar la calidad global de la alimentación y/o prevenir enfermedades crónicas.

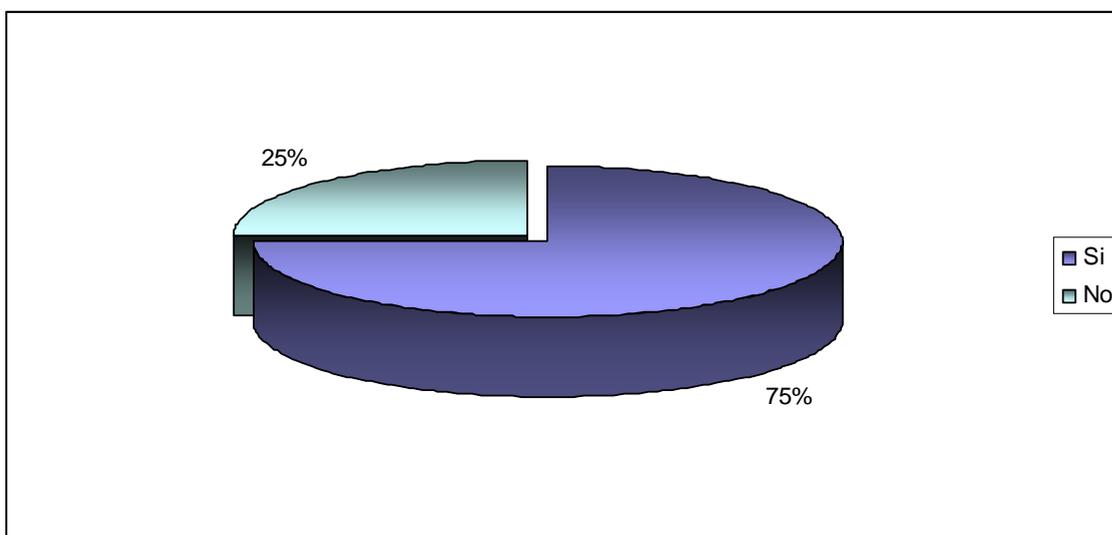
Tabla N° 1: Principales productos consumidos (porcentaje y cantidad de cada producto).

Producto	%	Cantidad consumida
caramelos	22%	5,6
sándwich de pebete	16%	1
jugo	12%	1
gaseosa	10%	1
chupetines	9%	2,5
chocolate	9%	1
sándwich de miga	9%	1
facturas	9%	1,3
alfajor	7%	1
galletitas	5%	1
pizzetas	5%	1
pastillas	5%	1
arroz inflado	3%	2
papas fritas	3%	1,5
turrón	3%	1,3
azuquitas	3%	2,5
chicles	3%	1

Se puede observar que el 22% de los niños consumen un promedio de **5 unidades de caramelos en un recreo**. En el caso de las “golosinas sueltas” la venta indiscriminada muestra la importancia de controlar el tamaño de las porciones.

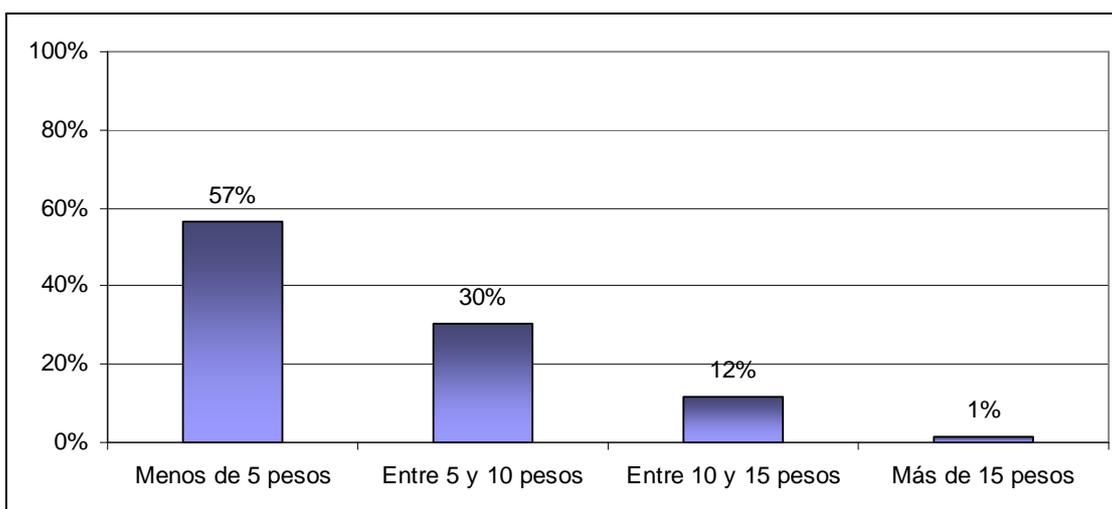
Según la nueva ordenanza todos los alimentos permitidos para la venta deberán presentar en porciones individuales envasadas **de 30 gr. que no superar las 150 calorías, los 5 gr. de grasas totales, los 2,5 gr. de grasas saturadas, los 10 gr. de azúcares y los 200 mg. de sodio.**

Gráfico N° 8: Distribución de la población según consumo habitual de alimentos y/o bebidas en el recreo proveniente del kiosco. (n= 479)



Al consultar sobre la compra **habitual** de alimentos y/o bebidas provenientes del kiosco durante el recreo el **75% de los niños manifestó que lo hace**, dato que resulta coherente con lo sucedido en el día que se hizo el relevamiento.

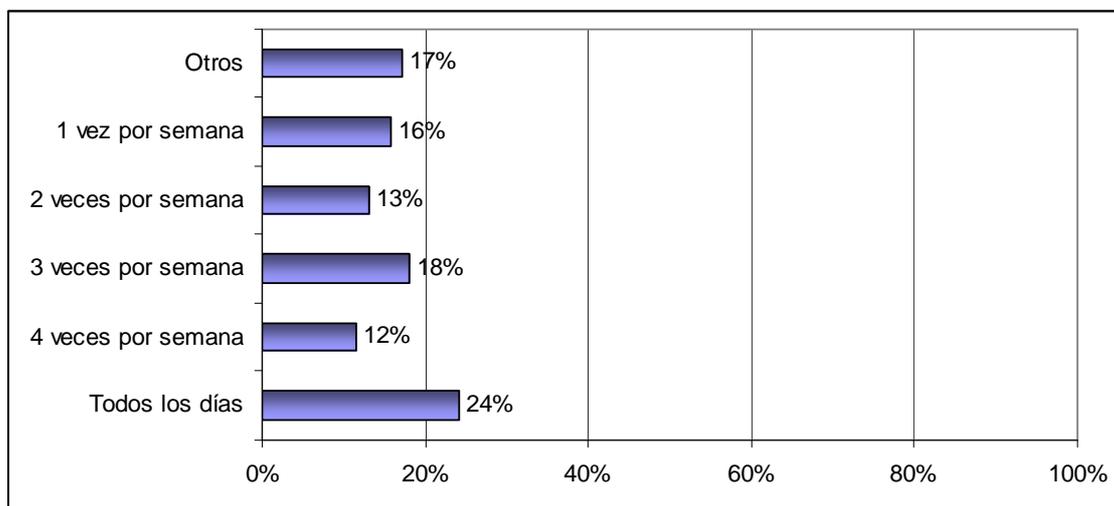
Gráfico N° 9: Distribución de la población que compra en los kioscos según cantidad de dinero gastado por día en el mismo. (n=359)



Se visualiza que más de la mitad de los niños que habitualmente compra en los kioscos de la escuela gasta menos de \$5, mientras que el 30% gasta entre 5 y 10 y el 13% más de \$10. Se puede observar que el factor costo no sería una barrera para la compra de los alimentos "aceptados" y "promovidos" de la nueva

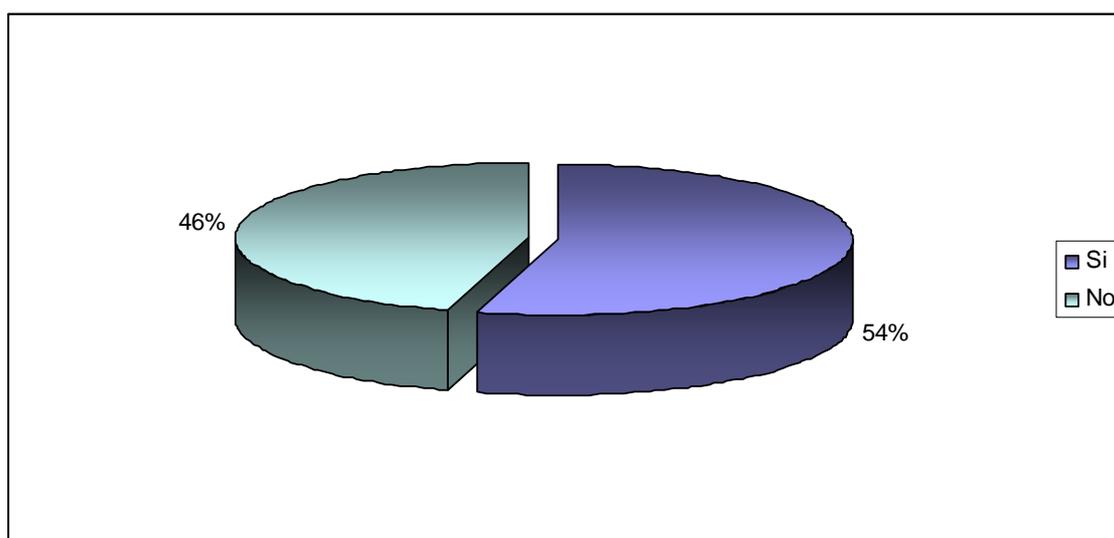
ordenanza, ya que el 43% gasta más de \$5 por día, un valor que permitiría acceder a nuevas propuestas más saludables.

Gráfico N° 10: Distribución de la población que compra en los kioscos según frecuencia semanal de compra. (n=359)



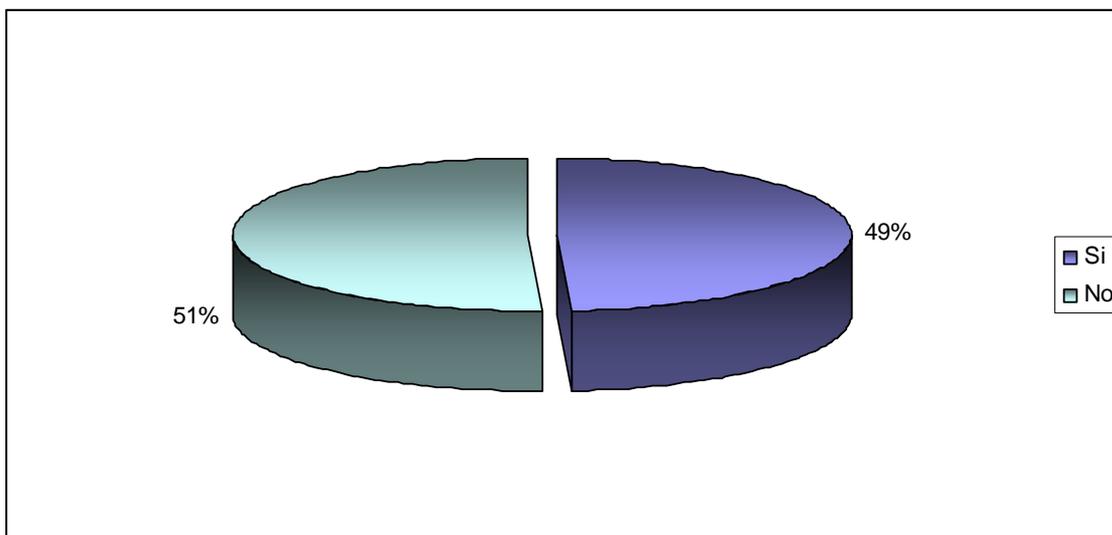
El 24% de los niños que **compra lo hace todos los días**, el 30% de 3 a 4 veces por semana, el 13% 2 veces por semana, el 16% sólo una vez a la semana mientras que el 17% en forma ocasional.

Gráfico N° 11: Distribución de la población total según presencia de información sobre la propuesta "Kiosco Saludable" (n=479)



El 54% manifestó haber escuchado algo sobre la propuesta de kioscos saludables en las escuelas mientras que el 46% refirió no conocerla.

Gráfico N° 12: Distribución de la población total según conocimiento de la propuesta "Kiosco Saludable" (n=259)



Del total de niños que escuchó algo sobre la propuesta de "kioscos saludables" en las escuelas, casi la mitad refirió saber qué significa.

Tabla N° 2: Principales respuestas brindadas por los niños sobre el significado de "Kiosco Saludable". (n = 479)

Las respuestas mencionadas quedaron agrupadas en las siguientes categorías:

Porcentaje	Respuesta
0,7%	<i>"Es un kiosco con más vegetales, verdura"</i>
5,5%	<i>"Que venden (o tiene que haber) frutas, cereales, barras de cereal, galletitas"</i>
6,5%	<i>"Es para que los kioscos escolares sean más saludables y tengan fruta, cereales, barritas light en vez de alfajores, caramelos y chupetines"</i>
26%	<i>"Que venden cosas saludables y buenas para la salud"</i>
3,5%	<i>"Un Kiosco saludable es donde no hay mucha comida chatarra"</i>
0,2%	<i>"Te enseña a comer sano"</i>
0,7%	<i>"Tenés que comprar algo saludable o por lo menos comprar algo no saludable 1 vez cada 7 días"</i>
3,2%	<i>"se venden frutas"</i>
0,2%	<i>"que vendan flan, gelatina, alfajor de maicena"</i>
54%	<i>No contestó</i>

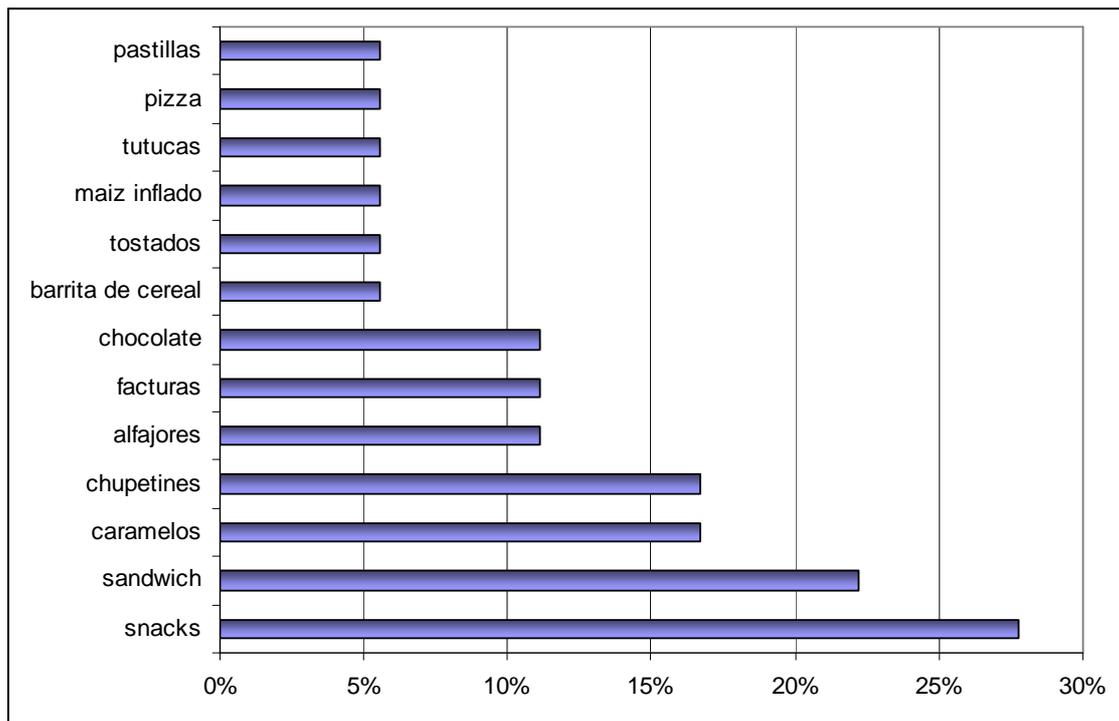
Se observa que 46% el de los niños pudo desarrollar una respuesta sobre el significado de la propuesta "Kiosco Saludable". Las principales respuestas se centraron en la incorporación de alimentos como frutas, cereales y barras en lugar de golosinas y del efecto de la ingesta de ellos en la salud.

Hasta aquí podemos resaltar los siguientes puntos en relación al consumo de los niños:

- ✓ Es elevado el porcentaje de niños que concurre habitualmente al kiosco de la escuela durante el recreo.
- ✓ La frecuencia semanal de compra es alta, casi el 60% compra de 3 a 5 veces por semana.
- ✓ Los principales productos consumidos son golosinas, jugos, gaseosas, sándwiches, snacks y pastelerías.
- ✓ Casi todos los productos consumidos aportan cantidades importantes de calorías, grasas, azúcares y sodio superando el límite recomendado por porción.
- ✓ El 43% de los niños gastan más de \$5 por día en la compra en el kiosco.
- ✓ Existe un amplio conocimiento por parte del alumnado sobre la propuesta de incorporar kioscos saludables en las escuelas y acerca del significado de esta propuesta.

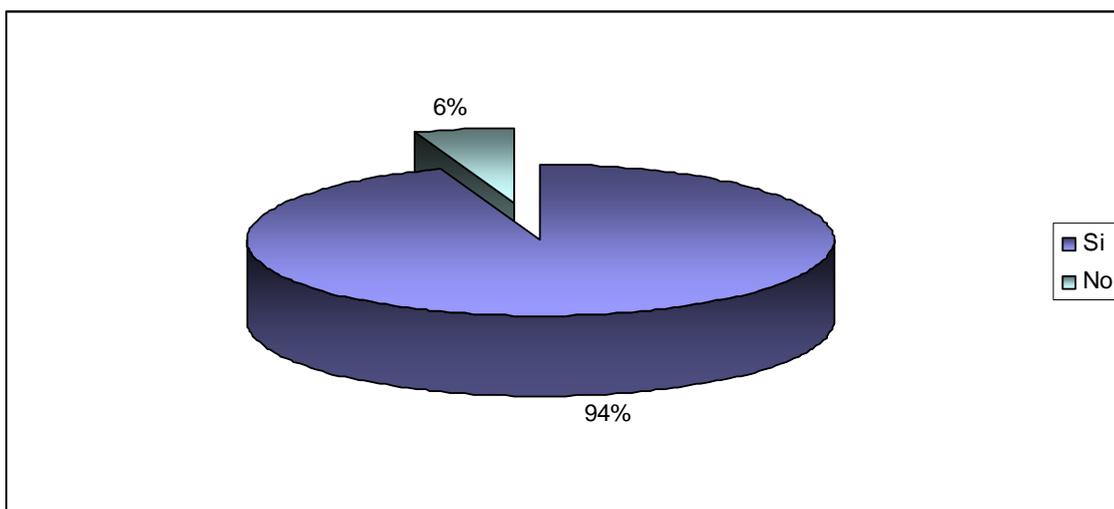
Segunda Parte – Relevamiento de la oferta de alimentos de los Kioscos de las escuelas seleccionadas

Gráfico N° 13: Distribución del tipo de alimento más vendido durante los recreos. (n = 18) según la mirada del responsable del kiosco.



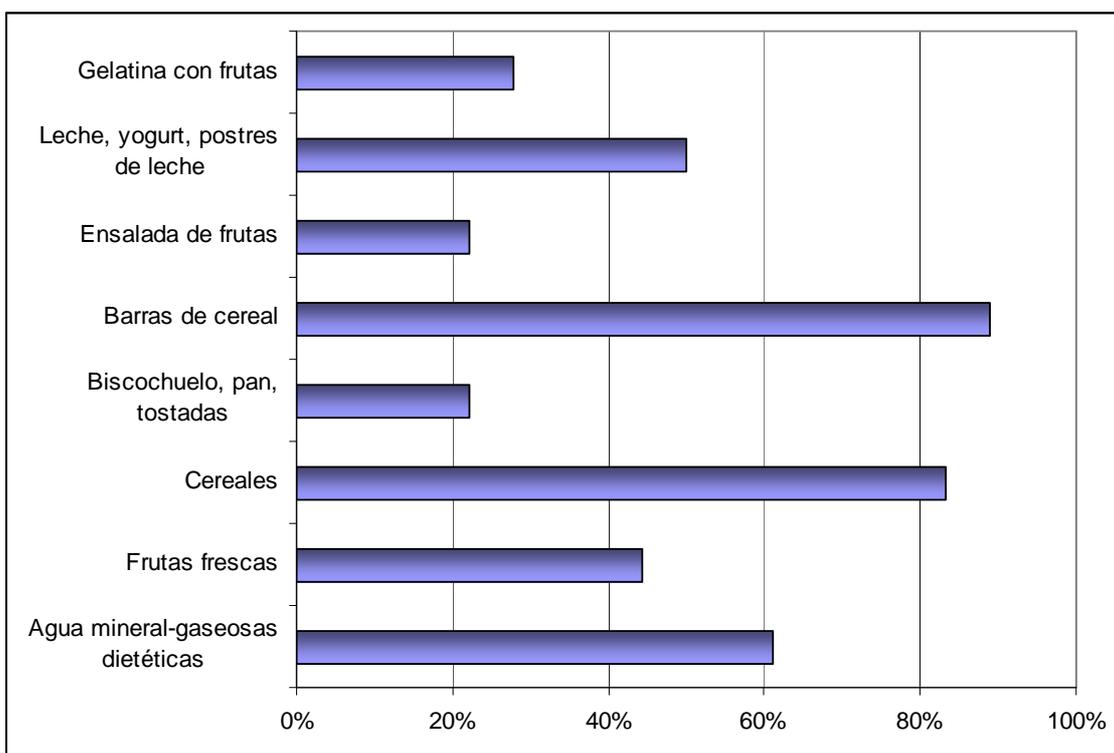
Los principales alimentos mencionados por los kiosqueros con mayor salida fueron en primer lugar los snacks y sándwiches y en segundo lugar los caramelos y chupetines. Esto coincide con las respuestas de los niños acerca de los alimentos más consumidos.

Gráfico N° 14: Distribución de la presencia de oferta de alimentos saludables en los kioscos durante los recreos. (n = 18) Respuesta obtenida por observación del encuestador.



El 94% de los Kioscos ofrecen algún tipo de alimento "saludable", entendiéndose este término como aquellos alimentos **promovidos** a los que se hace mención en la ordenanza municipal. Sólo el 6% no ofrece ninguno.

Gráfico N° 15: Distribución del tipo de alimento saludable ofertado en los kioscos durante los recreos. (n = 17) Respuesta obtenida por observación del encuestador.



Más del 80% de los kioscos relevados ofrecen barras de cereales y los cereales envasados. El 60% oferta agua mineral y bebidas con bajo aporte de azúcar. Un 50% posee leches y yogures. También figuran las frutas frescas.

En relación al relevamiento de la oferta de los kioscos se destaca:

- ✓ Los productos más vendidos son los snacks, sándwiches, caramelos, chupetines, alfajores, facturas y chocolates.
- ✓ El 94% de los kioscos ofrecen algún tipo de alimento "promovido" que propone la nueva ordenanza.
- ✓ Entre los alimentos promovidos ofertados se encuentran las barras de cereal, los cereales envasados, el agua mineral y bebidas de bajo aporte de azúcar y las frutas. En menor proporción los lácteos, biscochuelos y gelatinas.

Tercera Parte – Análisis cualitativo sobre la actitud de los directivos de las escuelas y encargados de los kioscos sobre la propuesta “Kioscos Saludables”

Se realizaron entrevistas a los directivos de cada institución consultando su opinión acerca de incorporar alimentos saludables en las escuelas. Se observa que:

- El 100% de los directivos manifiesta estar **de acuerdo** con esta propuesta. Consideran que la escuela debe contribuir la formación de hábitos saludables junto con la familia.
- De las 18 instituciones relevadas, siete ya cuentan con **experiencia en la implementación del kiosco saludable**. Cuatro corresponden al ámbito privado, 2 al provincial y 1 al municipal. Las experiencias tienen que ver con la venta de alimentos saludables en los kioscos y la implementación de talleres relacionados para niños y padres.
- Dentro de los obstáculos mencionados para la implementación de la propuesta se destaca el **costo de los nuevos alimentos comparado con el costo de las golosinas, los gustos y preferencias de los niños, la falta de poder adquisitivo de los mismos sobre todo en las escuelas públicas, y la actitud negativa de algunos padres que no acompañan con la formación de hábitos desde el hogar**, situación que no tiene relación con el tipo de gestión de la institución.
- Al consultar sobre las fortalezas que posee cada institución para llevar a cabo la propuesta se mencionan en la mayoría de las escuelas la **buena predisposición de docentes y el trabajo realizado sobre distintos temas vinculados a la nutrición y en especial a la alimentación**.

También se entrevistaron a los responsables de los Kioscos con el fin de conocer su opinión acerca de incorporar alimentos saludables en las escuelas.

- El 94 de los kiosqueros **está de acuerdo** con la implementación de Kioscos saludables en las escuelas. Sólo el 6% manifestó estar en desacuerdo. Los motivos de esta negativa se deben a la creencia de que “la educación debe venir de la casa”.

- Todos los entrevistados manifestaron algún obstáculo en la implementación del kiosco saludable. Entre los más enunciados figuran: el **elevado costo de los alimentos, el bajo poder adquisitivo de los niños, los hábitos y preferencias junto con el desconocimiento de las ventajas de consumir alimentos saludables. La infraestructura, equipamiento y falta de espacio también aparecen como barreras para dar lugar a la propuesta.**
- Al consultar sobre la perspectiva económica **el 50%** cree que esta medida lo **perjudicará**, el 16% que lo beneficiará y el 33% ni una opción ni la otra.

Del análisis de las entrevistas a los docentes, directivos y kiosqueros se destaca:

- ✓ Total acuerdo de los directivos y docentes de implementar kioscos saludables en las escuelas.
- ✓ Elevada aceptación de la propuesta por los kiosqueros.
- ✓ Buena predisposición de los docentes de trabajar contenidos relacionados con el tema.
- ✓ La existencia de experiencias en la venta de alimentos saludables en varias escuelas relevadas con resultados favorables.
- ✓ Coincidencia por parte de kiosqueros y directivos en la identificación de mismos obstáculos para llevar a cabo la propuesta: el costo de los alimentos, gustos y preferencias de los niños y bajo poder adquisitivo de los mismos.
- ✓ Creencia por parte de los kiosqueros de que la nueva medida los perjudicará económicamente.

De acuerdo a los resultados presentados podemos observar el alto consumo de los escolares durante los recreos proveniente de los kioscos. El 75% de los niños compra **habitualmente** en el kiosco de la escuela. Los productos más consumidos son caramelos, sándwiches, jugos y gaseosas, chupetines y chocolates. Esto refleja una ingesta elevada grasas y azúcares en un período de tiempo corto lo que conlleva a contribuir al desarrollo de **sobrepeso y obesidad infantil** como venimos observando en los últimos años.

Los hábitos alimentarios se forman desde los primeros años de vida y son el resultado de múltiples factores que interactúan en el individuo durante todo su crecimiento y desarrollo. Las diferentes experiencias con los alimentos, vinculadas a situaciones familiares, sociales y del ambiente que forman parte de la vida del individuo (principalmente durante la niñez), contribuirán positiva o negativamente en la formación de sus hábitos alimentarios.

El sistema escolar proporciona elementos necesarios y se considera un escenario idóneo para promover y fomentar buenos hábitos alimentarios desde la niñez, permitiendo además lograr cambios de conducta que contribuyan efectivamente a la salud y al bienestar de los escolares.

Los cambios en patrones alimentarios son más factibles cuando el ambiente y la estructura social están orientados a la promoción de la salud, lo que permite reforzar las decisiones de las personas. Esto significa que si en las escuelas, hogares, lugares de trabajo y comunidades hay disponibilidad de alimentos saludables, los cambios se producirán con mayor facilidad³.

La incorporación de alimentos saludables en el kiosco de la escuela es una estrategia válida para promover, junto con otras medidas, la educación alimentaria fomentando la participación de toda la comunidad educativa.

Ver ordenanza N° 20856 disponible en <http://www.concejomdp.gov.ar/biblioteca/novedadesnormativas/20856%20-%20ALIMENTACION%20SALUDABLE%20EN%20ESCUELAS.pdf>

³ El ambiente alimentario en las Escuelas, las políticas de Alimentación escolar y la educación en Nutrición. Grupo de Educación Nutricional y protección del consumidor de la FAO. Carmen Dárdano y Cristina Álvarez. En <http://www.fao.org/ag/humannutrition/29281-099a2c34289e10395c79079637288c843.pdf>