



FEDERACION ESPAÑOLA DE  
MUNICIPIOS Y PROVINCIAS



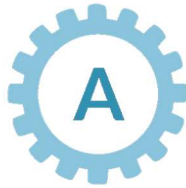
ESTRATEGIA  
PROMOCIÓN DE LA SALUD  
Y PREVENCIÓN EN EL SNS



# “COMEDORES ESCOLARES SALUDABLES”

Ayuntamiento de Ames

# PROPUESTA DE ACTUACIÓN



ENTIDADES LOCALES ADHERIDAS A LA  
RED ESPAÑOLA DE CIUDADES SALUDABLES

## DATOS DE LA SOLICITUD

**Adecuación de prioridades de la convocatoria:** Promoción de la actividad física y/o la alimentación saludable y sostenible

**Población diana y cobertura:** Ames es uno de los ayuntamientos con más población joven de la provincia de A Coruña, más de la mitad de su población es menor de 40 años. El municipio amicense sigue siendo uno de los ayuntamientos que más crece en toda Galicia. Según los datos que figuran en el Instituto Nacional de Estadística (INE) en el año 2000 el Ayuntamiento de Ames disponía de 16.549 habitantes. En la actualidad según datos del Ayuntamiento a 31/12/2024 el censo municipal asciende a 32.812 habitantes, de los cuales 15.739 son hombres y 17.073 son mujeres.

**Estimación del número de personas beneficiarias directas:** Los beneficiarios directos de este proyecto son los usuarios actuales del mismo así como el número que tengamos el próximo curso escolar, contamos que sean aproximadamente a 1800 niños/as.

**Ámbito territorial:** Ayuntamiento de Ames

**Descripción de las razones para la implantación de la actuación:** Los comedores escolares desempeñan una función nutricional y educativa importante, contribuyen a la adquisición de hábitos alimentarios y son marco de socialización y convivencia. El servicio de comedor escolar es un servicio complementario de carácter educativo y social de apoyo a los centros docentes, desarrollando hábitos y actitudes saludables en el alumnado en relación con la nutrición, lo que garantiza una dieta sana y equilibrada; además de contribuir a favorecer la salud en el proceso de crecimiento de los escolares, así como a fomentar el compañerismo y las actitudes de respeto y tolerancia. Por ello, la finalidad del presente proyecto es conseguir unas repercusiones positivas tanto desde el punto de vista nutricional como es la adquisición de unos buenos hábitos alimentarios en los niños, que sabemos influirán en su ambiente familiar. El comedor escolar puede y debe ser, un marco en el que día a día los niños adquieran unos mejores hábitos alimentarios y conozcan de forma práctica los fundamentos de una óptima alimentación y nutrición.

Sabemos que promover estilos de vida saludable es una tarea compleja y que existen factores

modificables que influyen directamente en ellos. Aunque nos pueda parecer que adoptar estos estilos de vida es una decisión individual, existen factores externos que nos hacen decidir por una u otra opción, por lo que centrarse solo en lo individual será ineficaz. La forma de alimentarse está íntimamente relacionada con la salud, por lo que es necesario fomentar la adquisición de hábitos nutricionales saludables en la población, como el consumo de alimentos frescos y naturales en substitución de productos preparados, pre-cocinados, con exceso de grasa y sal. Para ello, este proyecto llevará a cabo actividades cuya prioridad es la consolidación de hábitos alimentarios adecuados entre la población infantil municipal, para conseguir así como resultado una mejor salud y calidad de vida, lo que a largo plazo implica reducir sustancialmente la morbilidad y mortalidad atribuible a las enfermedades crónicas. Para conseguirlo implicaremos también diferentes actores sociales como profesores, monitores de comedor, personal que trabaja en las cocinas escolares, etc.

**Breve descripción de la actuación:** Esta actuación forma parte del programa de la Concejalía de Educación "Conciliames", con el que se colabora mediante el asesoramiento nutricional a todos los servicios de conciliación que prestamos desde el Ayuntamiento con gestión directa. Este asesoramiento consiste en la elaboración semanal del menú de la Red Municipal de Comedores Escolares y de las Escuelas Infantiles, por parte de la técnica en nutrición del ayuntamiento, teniendo en cuenta las necesidades nutricionales de los/as niños/as y los productos de temporada de los que se dispone en nuestro comercio local en cada época del año.

### Matriz de planificación:

**Objetivo general:** Promover entre la población infantil hábitos de alimentación equilibrada y saludable.

**Objetivo específico:** - Sensibilizar a la población de 0 a 12 años del impacto positivo que, para su salud, tiene una alimentación equilibrada.

- Asesorar y elaborar los menús a los servicios complementarios de educación para que cumplan criterios de calidad y equilibrio nutricional.
- Formar e informar a los trabajadores de los servicios complementarios de educación, para que los comedores escolares fomenten hábitos saludables.
- Mejorar el acceso y el criterio de selección de alimentos de temporada y alimentos propios de la zona.
- Promover hábitos alimentarios saludables a nivel individual, familiar, comunitario, escolar, etc, prestando especial atención a los niños.
- Aumentar el conocimiento de los efectos de la dieta saludable, conocer sus beneficios y fomentar prevención de conductas que provoquen enfermedad.

**Actividad:** 1- Formación a los trabajadores de los comedores escolares.

2- Elaboración de los menús que se van a realizar en los comedores escolares

3- Formación a los trabajadores de las escuelas infantiles.

4- Elaboración de los menús que se van a realizar en las escuelas infantiles.

5- Elaboración de los menús alternativos de los niños con necesidades de apoyo nutricional específico.

**Descripción del IOV:** 1- Se realiza 1 vez por semana en los centros educativos de primaria, la duración es de 2h. Los centros que tienen comedor escolar son: 5 de educación primaria y 2 escuelas unitarias.

2- Esta actividad se realiza 1 vez por semana en los centros educativos de primaria, con una duración de 1 hora.

3- Se realiza una jornada formativa cada trimestre dado que los menús son estacionales, la duración es de 4h. Los centros que tienen comedor son 2 escuelas municipales de educación infantil de 0 a 3 años.

4- La elaboración del menú de las escuelas infantiles se realiza de forma trimestral y la duración es de 4 horas.

5- Esta actividad se realiza 1 vez por semana en los centros educativos de primaria, con una duración de 5 horas.

**Descripción de la actividad:** ACTIVIDAD1:

Reuniones semanales con cocineros/as y personal de cocina para organizar la elaboración del menú de la siguiente semana, la gestión de la compra, la coordinación de tareas entre el personal de cocina y los monitores, tanto a la hora de elaborar los platos propuestos en el menú como a la hora de servirlos y las medidas preventivas en el tratamiento de niños/as con necesidades específicas de apoyo nutricional. También se forma al personal sobre que ingredientes y cantidades son las más apropiadas desde un



punto de vista de una alimentación equilibrada y se fomenta la compra de producto local.

**ACTIVIDAD 2:**

Esta actividad consiste en la elaboración semanal del menú de la Red Municipal de Comedores Escolares y de las Escuelas Infantiles, por parte del técnico en dietética del ayuntamiento, teniendo en cuenta las necesidades nutricionales de los/as niños/as y los productos de temporada de los que disponemos en cada época del año. También elabora de forma semanal los menús servidos en el programa de Bos Días Cole y "Tardes Divertidas", así como una sugerencia para la cena; todos ellos siguiendo los criterios de una dieta saludable.

**ACTIVIDAD 3:**

Reuniones trimestrales con las cocineras para organizar la elaboración del menú, la gestión de la compra, la coordinación de tareas, tanto a la hora de elaborar los platos propuestos en el menú como a la hora de servirlos y las medidas preventivas en el tratamiento de niños/as con necesidades específicas de apoyo nutricional. También se forma al personal sobre que ingredientes y cantidades son las más apropiadas desde un punto de vista de una alimentación equilibrada y se fomenta la compra de producto local.

**ACTIVIDAD 4:**

Esta actividad consiste en la elaboración trimestral del menú de las Escuelas Infantiles, por parte del técnico en dietética del ayuntamiento, teniendo en cuenta las necesidades nutricionales de los/as niños/as de 0 a 3 años y los productos de temporada de los que disponemos en cada época del año. También elabora de forma trimestral los desayunos y meriendas que se servirán en estos centros; todos ellos siguiendo los criterios de una dieta saludable.

**ACTIVIDAD 5:**

Mediante ésta actividad el Ayuntamiento de Ames pretende dar respuesta al elevado número de niños/as usuarios/as de los Servicios Complementarios y Escuelas Infantiles que requieren atención nutricional específica a causa de alergias, intolerancias, enfermedades. etc. Para ser capaces de atenderlos con la mayor seguridad, seguimos unos protocolos de dietas específicos (actualmente son 21), las fichas individuales semanales, las fichas diarias de platos y las fichas de alérgenos, todo ello con el fin de mejorar la coordinación y fluidez de información entre todos los profesionales implicados (cocineros y monitores), así como dar a conocer a los padres, las variaciones que se van a realizar en los menús de sus hijos, manteniendo el aporte nutricional apropiado a la edad y el equilibrio de la dieta.

**Resultado previsto:** Los resultados previstos en cada una de las actividades son:

**ACTIVIDAD 1:**

Asistencia del personal superior al 80%.

**ACTIVIDAD 2:**

100% de usuarios atendidos.

**ACTIVIDAD 3:**

Asistencia del personal superior al 100%.

**ACTIVIDAD 4:**

100% de usuarios atendidos.

**ACTIVIDAD 5:**

100% de usuarios atendidos.

## **Recursos humanos, infraestructuras y materiales necesarios para el desarrollo de la actuación:**

### **RECURSOS HUMANOS:**

Técnico en dietética y nutrición (personal propio del Ayuntamiento).

### **INFRAESTRUCTURAS:**

Colegios Educación Infantil Escuelas Unitarias

Escuelas Infantiles

Locales municipales, etc.

### **MATERIALES:**

Material de papelería

Material informático

Teléfono

Cañón

Proyector

Fotocopiadora

### **Grupo social destinatario de la ayuda:**



- Infancia
- Personas con aislamiento geográfico o urbanístico
- Personas con bajos ingresos
- Población gitana
- Población inmigrante

#### Otros grupos de población:

#### Actores de la implementación:

**Actor implicado:** DEPARTAMENTO DE PRENSA, WEB Y RADIO MUNICIPAL

**Sector:** COMUNICACIÓN

**Actor implicado:** ESCUELAS DE EDUCACION PRIMARIA

**Sector:** EDUCACIÓN

**Actor implicado:** ESCUELAS INFANTILES

**Sector:** EDUCACION

**Actor implicado:** ESCUELAS UNITARIAS

**Sector:** EDUCACIÓN

**Participación social en el Diseño:** Sí

**Participación social en el desarrollo:** Sí

**En caso afirmativo ¿Quien y como participa?:** Abordar la participación social en algunas de las actividades encuadradas en este proyecto es una tarea compleja, actividades como la elaboración de los menús, tanto basales como adaptados a necesidades de apoyo nutricional específico, llevadas a cabo en Escuelas Infantiles, Comedores Escolares y Servicios de "Bos Días Cole" y "Tardes Divertidas" u otras como el asesoramiento al personal de comedores dan lugar a la participación social de forma continua, dado se tiene en cuenta la opinión de los implicados de cara a posibles cambios de actuación. Al ser una actividad en la que se tiene contacto directo con quien la ejecuta permite estar haciendo cambios constantes tanto en el diseño de la acción como en el desarrollo de la acción.

## PRESUPUESTO

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNIDAD	IMPORTE TOTAL
PERSONAL TECNICO	1	4500	4500.00
<b>TOTAL</b>			<b>4500.00</b>

## PRESUPUESTO BIENES INVENTARIABLES



DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNIDAD	IMPORTE TOTAL
TOTAL			

PROPUESTA DE CRONOGRAMA DE ACTUACIONES

Nombre de la actividad	Meses de ejecución
ELABORACIÓN DE LOS MENÚS ALTERNATIVOS PARA LOS ESCOLARES CON NECESIDADES DE APOYO NUTRICIONAL	- Mayo - Junio - Julio - Agosto - Septiembre - Octubre - Noviembre
ELABORACIÓN DE LOS MENÚS DE LAS ESCUELAS INFANTILES	- Mayo - Junio - Julio - Agosto - Septiembre - Octubre - Noviembre
ELABORACIÓN DE LOS MENÚS DE LOS COMEDORES ESCOLARES	- Mayo - Junio - Septiembre - Octubre - Noviembre
FORMACIÓN DE LOS TRABAJADORES DE LAS ESCUELAS INFANTILES	- Septiembre
FORMACIÓN DE LOS TRABAJADORES DE LOS COMEDORES ESCOLARES	- Septiembre

