

Guía de Alimentos y Bebidas Saludables para Kioscos y Cantinas Escolares

Partnership for
Healthy Cities

Bloomberg
Philanthropies

 Vital
Strategies

 Municipalidad
de Córdoba



Ciudad de Córdoba - FEBRERO 2023

Este documento fue apoyado por la Alianza de Ciudades Saludables en el marco del Programa Acelerador de Políticas de Vital Strategies y la Organización Mundial de la Salud.

La asistencia técnica y contenidos fueron proporcionados por la Comisión conformada por la Dirección de Calidad Alimentaria dependiente de la Secretaría de Prevención y Atención a la Salud Comunitaria, Secretaría de Educación, Secretaría de Planeamiento Modernización y Relaciones Internacionales y Vital Strategies.



Partnership for
Healthy Cities

Bloomberg
Philanthropies

Vital
Strategies



Dirección de
Calidad
Alimentaria

Secretaría de
Educación

Secretaría de
Prevención y Atención
en Salud Comunitaria

Secretaría de
Planeamiento,
Modernización y RRII

Municipalidad
de Córdoba



Índice

4

Introducción

-

7

¿Qué alimentos se pueden vender en la escuela?

-

11

¿Qué alimentos no se pueden vender ni publicitar en la escuela?

-

14

Sobre el personal que manipula los alimentos

-

19

Bibliografía

5

¿Qué es una cantina / kiosco escolar saludable?

-

8

Porciones de alimentos ricos, divertidos y saludables

-

12

¿Qué se necesita para implementar una cantina / kiosco escolar?

-

15

Sobre la elaboración de alimentos

6

¿Qué tipos de cantinas / kioscos escolares existen?

-

9

AGUA

-

13

¿Qué condiciones de higiene / infraestructura se deben considerar, para la instalación de una cantina / kiosco escolar?

-

16

Anexos



Introducción

En Argentina 4 de cada 10 niños, niñas y adolescentes sufren de malnutrición por exceso (sobrepeso y obesidad). Esta situación responde a que el abordaje de hábitos alimentarios saludables en las infancias es deficiente; los niños, niñas y adolescentes crecen y se desarrollan en entornos obesogénicos, con patrones de consumo en los que predomina un elevado consumo de alimentos procesados/ultraprocesados y bebidas azucaradas. La elección de estos alimentos conlleva un mayor riesgo de desarrollar obesidad, diabetes, caries dentales, enfermedades cardíacas, cerebrovasculares y osteomusculares, insuficiencia renal, demencias, asma y cáncer.

Dado que los hábitos alimentarios se configuran desde la infancia y persisten a lo largo de la vida, las conductas alimentarias constituyen uno de los principales factores de riesgo modificables en la epidemia de obesidad.

En la escuela la disponibilidad de productos ultraprocesados y bebidas azucaradas desplaza la elección al momento de la compra de los alimentos nutritivos y el agua como principal bebida. De este modo, el entorno escolar se considera un ámbito ideal para promover la incorporación de hábitos saludables.

Argentina ha avanzado en la regulación de normas dirigidas a impactar sobre esta situación epidemiológica a través de la Ley Nacional N° 27.642 de "Promoción de Alimentación Saludable" (Etiquetado Frontal). La ciudad de Córdoba en el marco de la Ordenanza Municipal N° 12.256, instauro el concepto de "Cantinas Escolares Saludables" en adhesión a la ley Nacional, para su implementación en todos los establecimientos educativos públicos y privados de la ciudad de Córdoba.

Invitamos a directores/as de los establecimientos educativos y administradores de los kioscos a trabajar en conjunto para su adaptación a la nueva normativa y así contribuir a la salud de las infancias y de toda la comunidad escolar.

¿Qué es una cantina/kiosco escolar saludable?

Son todas aquellas instalaciones ubicadas al interior de un establecimiento educativo, en las que se expendan, elaboren y/o publiciten alimentos y bebidas. Estas instalaciones deben cumplir con la Ordenanza Municipal N°12.256 y la presente guía de implementación.

Toda cantina o kiosco saludable debe promover la alimentación adecuada mediante el expendio de productos nutritivos e inocuos que incluyan frutas, verduras, bebidas naturales, agua, snacks saludables y preparaciones equilibradas que favorezcan el normal crecimiento y desarrollo de los niños, niñas y adolescentes, promoviendo buenos hábitos alimentarios.



¿Qué tipos de cantinas/kioscos escolares existen?

Se categoriza a los kioscos de acuerdo a las condiciones de infraestructura y equipamiento con las que cuenta para elaborar, almacenar y expendir alimentos dentro del ámbito escolar: KIOSCO SALUDABLE con o sin elaboración de Alimentos.

La existencia de "Kioscos o cantinas escolares" al interior de las escuelas es voluntaria.



Kiosco básico **SALUDABLE**

Es aquel que puede o no contener conexiones de red de agua potable, lavamanos, desagües y/o que presente instalación eléctrica básica. Este tipo de kiosco sólo podrá expender alimentos y bebidas en envases individuales, porcionados, industrializados sin sello de advertencia, debidamente rotulados (según la legislación vigente) y frutas frescas, que no requieran conservación en frío o calor. No podrá elaborar ni fraccionar alimentos.

En caso de contar con equipo de frío, podrá expender alimentos perecederos, (que requieren refrigeración para su conservación).

Kiosco **SALUDABLE** con elaboración de alimentos

Cuenta con agua potable (fría y caliente), lavamanos, energía eléctrica (instalación debidamente autorizada), unidades de frío (heladera y/o freezer), unidades de calor (horno y/o microondas). La infraestructura e instalaciones deben ser adecuadas para la correcta manipulación de alimentos. Este tipo de cantina-kiosco deberá estar autorizado por la autoridad competente, para preparar y vender alimentos elaborados en el mismo local. Todos los alimentos y preparaciones de elaboración propia tendrán una vida útil de 24 hs, manteniendo la cadena de frío correspondiente. Para ello resulta necesario identificar a los alimentos con su fecha de elaboración.

No se podrá elaborar alimentos de la categoría SIN T.A.C.C. (aptos para celíacos), por carecer de la infraestructura necesaria para evitar la contaminación cruzada. Los alimentos SIN T.A.C.C. que allí se expendan deben estar habilitados, porcionados, envasados, con el rótulo correspondiente.

Los mismos deberán contar con un Director Técnico Bromatológico de Alimentos (con registro municipal expedido por la autoridad competente) con título de Lic. en Nutrición.



¿Qué alimentos se pueden vender en la escuela?

Kiosco básico saludable

- Leche descremada, sin azúcar adicionada, por ejemplo: leche en caja individual, larga vida.
- Agua mineral embotellada con y sin gas.
- Fruta fresca lavada.
- Frutos secos y semillas (naturales o salados) envasados y provenientes de establecimientos autorizados.
- Chips de fruta y verduras deshidratadas envasadas.
- Cereales sin azúcar agregada, por ejemplo: quinoa pop, arroz inflado, pochoclos. Envasados y provenientes de establecimientos autorizados.
- Pan Francés
- Infusiones de té, malta o mate cocido.
- Alimentos envasados en porción individual que no contenga ningún sello de advertencia.

Con Equipo de Frío:

- Yogurt natural
- Ensaladas envasadas provenientes de establecimientos autorizados.
- Ensaladas de frutas frescas, provenientes de establecimientos autorizados.

Los kioscos o cualquier otro punto de comercialización que se encuentren dentro de las escuelas de gestión estatal o privada deben comercializar exclusivamente alimentos y bebidas que se encuentren contenidos en la presente guía.

Cantina saludable con elaboración de alimentos

Todos los alimentos del kiosco básico saludable + ALIMENTOS ELABORADOS

- Licuados con fruta natural.*
- Helado de fruta natural y/o yogurt.*
- Batidos de yogurt con fruta natural.*
- Sandwich de queso/huevo, legumbres y verduras.
- Ensaladas de verduras con huevo/queso/legumbres/cereales preferentemente integrales, arroz yamani, quinoa, trigo burgol, etc.
- Guisos de legumbres/cereales con verduras.
- Tortilla de verduras.
- Arroz (en todas sus variedades -blanco-integrales-yamani-negro) con verduras.
- Sopas de verduras frías y calientes.
- Sandwich de pollo o carne magra con verduras.
- Bastoncitos de verduras con agregado de salsas de yogurt natural o hummus, salsas de zanahoria, remolacha, etc.
- Milanesas al horno (carne de vaca magra, pollo, cerdo) acompañado de arroz, ensaladas o verduras cocidas.
- Milanesas o medallones de legumbres acompañado de arroz, ensaladas o verduras cocidas.
- Huevo duro.
- Empanadas y/o canastitas de verdura y queso, lentejas, soja texturizada.
- Tartas de verdura.
- Muffins o Bizcochuelo con frutas (de preferencia elaborados con harinas integrales de cereales o de legumbres).
- Muffins de verduras (de preferencia elaborado con harinas integrales).
- Omelette.
- Alimentos elaborados que cumplan con los criterios nutricionales, autorizados por el director técnico.

*Sin azúcar adicionada, edulcorantes, miel, jarabe o jugo de fruta concentrado.

Alimentos libres de glúten

Además de la oferta propuesta para cada categoría de cantina-kiosco, se debe incluir productos libres de glúten en todos los kioscos (Art. 1341, 1382, 1383 y 1383 bis Cap. XVII CAA) en una cantidad no menor a 10 unidades, envasados, habilitados,



que estén debidamente identificados con el logo oficial e imagen representativa y ubicados en un lugar dispuesto específicamente para este tipo de alimentos.

(Ver glosario: Alimentos libres de gluten: trigo, avena, cebada y centeno, sin T.A.C.C.).

Porciones de alimentos ricos, divertidos y saludables

Recomendación de una porción saludable

En las Cantinas- Kioscos saludables deberán comercializarse productos envasados en porción individual con un máximo de 200 Kcal, aceptándose una tolerancia de hasta un 10 % más (hasta 220 Kcal), esto equivale a 25-40 g. de alimento.

Los mismos deberán contar con sus respectivos rótulos e información nutricional.

Las comidas elaboradas, serán considerados almuerzos, por lo tanto no se tendrá en cuenta el máximo calórico establecido para la porción saludable. Se procurará que las presentaciones, además de ser saludables, sean atractivas y ricas a fin de lograr la aceptabilidad de los niños y niñas.



¿Y para beber? ¡agua!

Beber agua es la mejor opción para que los niños/as y adolescentes se hidraten, sacien la sed y se mantengan saludables.

¿Cuánta agua debe un niño/a consumir diariamente? Debe consumir al menos 2 litros de agua (representado por 8 vasos diarios).



Consejo saludable

Empezá el día tomando agua, ¡no olvides llevar tu botella y recargarla con AGUA!



Acceso al agua

Los establecimientos educativos deben proveer de agua segura y gratuita en un lugar accesible para los niños/as (patio-gimnasio-pasillo).

Promover que los niños/as lleven su propia botella reutilizable o vaso a la escuela.

Las bebidas analcohólicas azucaradas y/o endulzadas artificialmente no pueden ser ofrecidas, comercializadas, publicitadas, promocionadas o patrocinadas en los establecimientos educativos.

Beneficios de elegir AGUA para beber.

Es un hábito saludable que se aprende en la infancia.

Hidratarse con AGUA mejora tareas relacionadas con la atención, la memoria inmediata y el estado de ánimo.



Tomar Agua mejora el rendimiento físico y cognitivo en tus actividades diarias.

No esperes a tener SED para tomar agua
¿Tomaste tus 8 vasos de agua para mantenerte hidratado?



NO dañes tu cuerpo tomando bebidas azucaradas
¡Elige el agua, siempre es la mejor opción!

Saboriza tu agua con frutas frescas -sin azúcar-: naranja, pomelo, limón, frutilla, pepino, menta...



¿Qué alimentos no se pueden vender ni publicitar en la escuela?

No se podrán vender o expender, comercializar, publicitar, ni regalar alimentos envasados que tengan en su rótulo uno o más símbolos con el mensaje "EXCESO EN O ALTO EN..." y/o "No recomendable en niños/as"* establecidos según el perfil de nutrientes de la OPS y Código Alimentario Argentino (Ley 27.642).

No se permiten en los kioscos y cantinas escolares la venta de: bebidas azucaradas o endulzadas artificialmente, energizantes, deportivas, productos de panificación (facturas- criollos), golosinas (chupetines, caramelos, turrón, chicles, alfajores, helados, chocolates con leche, gelatina), productos de copetín (snacks, chizitos, papitas, palitos, pufritos, nachos, conitos, etc.), jugos concentrados, sándwiches elaborados con fiambres de elevado contenido graso y sodio (salame, mortadela, bondiola, jamón crudo, paleta, hamburguesa, salchicha), alimentos que se comercialicen en envases que excedan los límites recomendados de una porción y presenten sello de advertencia.

*Esto incluye logos que se encuentren en contenedores, equipo de frío y/o cajas que contengan alimentos envasados e industrializados. Los espacios educativos están libres de publicidad de todo tipo de marcas o empresas que produzcan y comercialicen alimentos que tengan algún sello de advertencia.

Sellos de advertencias



Leyendas precautorias



¿Qué se necesita para implementar una cantina/kiosco escolar?



Autorización sanitaria otorgada por la Dirección de Calidad Alimentaria "Registro Municipal de Establecimientos Alimentarios R.M.E."



Cumplimiento de la Ordenanza Municipal N°12.256 "Cantinas Escolares Saludables".

Responsable

Directivo y/o apoderado legal del establecimiento educativo

Responsabilidades

Asegurar que la instalación y funcionamiento de kioscos y cantinas escolares respondan a la regulación vigente y la presente Guía.

Disponer de las condiciones necesarias para la instalación del kiosco/cantina:
-Disposición de residuos orgánicos e inorgánicos.
-Conexión a la red de agua potable

Vigilar y controlar el adecuado cumplimiento de la normativa de kioscos/cantinas escolares en lo que respecta a aspectos sanitarios y características de la oferta y publicidad de alimentos.

Encargado del Kiosco/Cantina

Cumplir con las bases de la licitación y/o contrato de acuerdo a la Ordenanza Municipal N°12.256 y RME

Realizar la capacitaciones solicitadas por la Autoridad Sanitaria y Educación en materia de inocuidad y calidad nutricional de los alimentos.

Obtener el carnet para manipuladores otorgado por la Autoridad competente.

¿Qué condiciones de higiene/infraestructura se deben considerar, para la instalación de una cantina/kiosco escolar?

El Reglamento describe las condiciones que se deben considerar respecto a la higiene de infraestructura y de la manipulación de alimentos de un kiosco/cantina escolar.



Sobre el KIOSCO/CANTINA escolar

Debe ubicarse protegido y alejado de focos de insalubridad, olores objetables, humo, polvo y otros contaminantes.

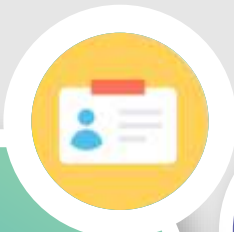
Los basureros deben ubicarse fuera del kiosco con bolsas plásticas, ser lavados diariamente y su contenido deberá retirarse cada vez que se requiera o al menos una vez al día. Los mismos deben contar con tapa de forma permanente.

Inspeccionar regularmente la zona circundante del kiosco para identificar posibles plagas (hormigas, moscas, ratones). Desinfección con frecuencia mensual.

Evitar que se obstaculicen las salidas y se facilite la circulación de los niños y niñas.

Una vez terminada la jornada de atención debe limpiarse el recinto sin dejar desechos para el día siguiente.

Sobre el personal que manipula alimentos:



Debe contar con carnet de manipulador de alimentos y realizar sus tareas en buen estado de salud, si sufre de infecciones a la piel, respiratorias, heridas infectadas, diarreas o cualquier enfermedad posible de transmitir, deberá abstenerse de manipular alimentos en el kiosco hasta su recuperación.



El lavado de manos debe ser frecuente y con cepillo de uñas antes de iniciar la atención, antes de servir alimentos, después de ir al baño, después de manipular material contaminado o residuos y tantas veces como sea necesario. No se sugiere el uso de guantes de látex.

Debe mantener un buen aseo personal. Usar delantal, barbijo y gorro o cofia que cubra la totalidad del pelo. Estos artículos deben ser lavables y mantenerse limpios, a menos que sean descartables. Además, no deberán usar alhajas cuando manipule alimentos y deberá mantener las uñas limpias, cortas y sin esmalte.





Sobre la elaboración de los alimentos:

Las cantinas escolares autorizadas para la elaboración de alimentos deberán contar con las siguientes áreas: Recepción, limpieza y preparación de las materias primas; Producción; Almacenamiento de materias primas y del producto terminado.

Sólo deben utilizarse materias primas o ingredientes en buen estado de conservación, dentro del lapso de aptitud, debidamente identificados y de proveedores autorizados.

Sólo debe utilizarse agua potable, tanto para la preparación de alimentos como para el lavado de los utensilios y manos.

Los productos terminados deben almacenarse cubiertos en condiciones adecuadas de temperatura y humedad con un lapso de aptitud de 24 hs.

Los alimentos que requieren conservación en frío deben ser puestos en el refrigerador inmediatamente al llegar al kiosco.



Anexos

¿Cómo autoevaluar las condiciones de infraestructura y oferta de los alimentos del kiosco/cantina escolar?

Con el propósito de diagnosticar la situación de cada kiosco/cantina escolar y planificar estrategias para el cumplimiento de la ordenanza vigente, se elaboró un instrumento para evaluar las condiciones infraestructura, del personal manipulador, elaboración, conservación y oferta de alimentos.

Este instrumento puede ser aplicado como autoevaluación por parte del encargado/a del kiosco escolar/cantina y también por representantes de la comunidad educativa.



Plan de autoevaluación		Si	No	Observaciones
INFRAESTRUCTURA DEL KIOSCO/CANTINA	¿En el lugar de elaboración pisos, paredes, y mesadas son de material impermeable y lavables, y se encuentran en buen estado y limpios? _____	_____	_____	_____
	¿Los cestos de basura se encuentran en correcto estado de higiene? ¿presentan cambio frecuente de bolsas? _____	_____	_____	_____
	¿Las ventanas del lugar de elaboración cuentan con tela mosquitera? _____	_____	_____	_____
PERSONAL MANIPULADOR	¿Cuenta usted con soporte, asesoramiento o asistencia de algún profesional de la nutrición para la elaboración de su oferta de alimentos y bebidas? _____	_____	_____	_____
	¿Su estado de salud es el indicado para elaborar alimentos? ¿Tramitó el carnet de manipulador? _____	_____	_____	_____
	¿El lavado de manos es frecuente? Antes de iniciar la atención, después de hacer uso de los servicios higiénicos, después de manipular material contaminado y tantas veces como sea necesario. _____	_____	_____	_____
	¿Sus condiciones de higiene general son las adecuadas? (ropa, cofia). _____	_____	_____	_____

Plan de autoevaluación

Si

No

Observaciones

ELABORACIÓN DE ALIMENTOS

¿Las mesadas donde apoya los alimentos están limpias y desinfectadas con alcohol al 70%?

¿Cuenta con agua potable fría y caliente para preparar los alimentos y lavar los utensilios?

¿Los alimentos se encuentran correctamente almacenados/refrigerados en zonas sin humedad, identificados y dentro del lapso de aptitud?

¿Los alimentos que se expenden son de proveedores autorizados?

¿Los alimentos en exposición se encuentran correctamente cubiertos?

¿Las frutas y verduras crudas directas para el consumo han sido correctamente lavadas?

OFERTA DE ALIMENTOS y BEBIDAS

¿Se dispone de agua potable en forma gratuita, segura y permanente en áreas de acceso común para los estudiantes?

¿Los alimentos y bebidas que se expenden son saludables, variados y cumplen con los criterios de la presente guía?

¿Se dispone o publicitan alimentos con sellos de advertencia (Exceso de azúcares, calorías, grasas saturadas, sodio)? ¿Se publicitan marcas de empresas que producen y expenden alimentos o bebidas que tengan algún tipo de sello de advertencia?

¿Se dispone de alimentos sin T.A.C.C debidamente rotulados, envasados en porciones individuales?

Bibliografía consultada para la elaboración de esta guía:

Entornos Escolares Saludables. Recomendaciones para promover políticas escolares que prevengan la obesidad infantil en la Argentina. Coalición Nacional para prevenir la Obesidad en Niños, Niñas y Adolescentes. Unicef. 2018.

Informe de Comisión para acabar con la Obesidad Infantil. Organización Mundial de la Salud, 2016.

Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria. El lado amargo de las bebidas azucaradas en Argentina. Alcaraz A, Bardach A, Espinola N, Perelli L, Balan D, Cairoli F, Palacios A, Comolli M, Augustovski F, Pichon-Riviere A. Nov 2020, Buenos Aires, Argentina. Disponible en: www.iecs.org.ar/azucar

Ley de Promoción de Alimentación Saludable N° 27.642. Noviembre de 2021. <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/252728/20211112>

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. 2da. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Buenos Aires, Argentina (2019). Disponible en: <https://fagran.org.ar/wp-content/uploads/2020/01/Encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud.pdf>

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. 4ta. Encuesta Nacional de Factores de Riesgo. Buenos Aires, Argentina (2018). Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001444cnt-2019-04_4ta-encuesta-nacional-factores-riesgo.pdf

Ministerio de Salud y Desarrollo social. Encuesta Mundial de Salud Escolar (EMSE). 2018. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/encuesta-mundial-salud-escolar-2018.pdf>

Ministerios de salud. ANMAT. Código Alimentario Argentino. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/anmat/codigoalimentario>

Modelo de Perfil de Nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud. Washington, DC: OPS, 2016.

Municipalidad de Córdoba. Ordenanza Municipal N° 12.256 "Cantinas Escolares Saludables". Ciudad de Córdoba. 2016.

Romero Asís M., Grande MC, Román MD. Consumo de bebidas azucaradas en la alimentación de escolares de la Ciudad de Córdoba, 2016-2017. Rev. Argentina Salud Pública. 2019; 10 (39); 7-12.

WHO. Be smart drink water. A guide for school principals in restricting the sale and marketing of sugary drinks in and around schools. 2016.

Escaneá el QR y aprendé más
sobre los beneficios del Agua

www.eligeagua.cordoba.gov.ar



Partnership for
Healthy Cities

Bloomberg
Philanthropies



Vital
Strategies



Municipalidad
de Córdoba