



***COORDINACION DE ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS
DIRECCION PROVINCIAL DE NUTRICION***

INSTRUCTIVO PARA IMPLEMENTAR EL KIOSCO SALUDABLE

QUE ES UN KIOSCO ESCOLAR SALUDABLE??

Es el lugar o espacio que se designa dentro del recinto escolar, a los fines que se expendan, elaboren y/o publiciten gran variedad de alimentos, teniendo en cuenta las normas de seguridad e higiene alimentaria.

Los kioscos saludables tienen como objetivos, ampliar la oferta de alimentos y bebidas que se ofrecen, fomentar el consumo de alimentos con menos calorías y mayor valor nutricional y establecer nuevas pautas considerando la seguridad sanitaria en lo que respecta a manipulación de alimentos e higiene del local.

Para considerar que un kiosco escolar, sea saludable, se deberán incorporar mínimamente 10 alimentos saludables, que figuran en el recuadro de abajo.

COMO PONER EN FUNCIONAMIENTO EL KIOSCO SALUDABLE EN NUESTRA ESCUELA??

Para poner en funcionamiento el kiosco saludable se debe tomar en cuenta varios ítems, como son:

✓ **DISPOSICION DEL KIOSCO DENTRO DE LA ESCUELA:**

- El mismo debe ubicarse en lugares alejados de focos de insalubridad.
- Los basureros deben ubicarse fuera del kiosco con bolsas plásticas y mantenerse limpios.
- El lugar de almacenamiento de basura debe estar lejos de los kioscos y mantenerlos tapados continuamente.

✓ **QUE TENER EN CUENTA AL MOMENTO DE OFRECER EL PRODUCTO??**

- Se debe tener en cuenta que los productos expendidos cuenten con el registro de R.N.P.A y R.N.E, según lo indica el Código Alimentario Argentino.
- Los productos saludables deberán contar con un lugar preferencial en su exhibición, de modo que se difunda e impulse su consumo.



- Las frutas expendidas deberán ser variadas, frescas y en buen estado. Previamente lavadas (aquellas que lo requieran).
- Se deberán expender “snacks saludables” que incluyan alimentos autóctonos como el piñón u otros frutos secos.

✓ QUE ALIMENTOS SALUDABLES OFRECER ??

Los alimentos saludables que se van a ofrecer en el kiosco dependerá de la infraestructura del mismo. A continuación se detalla:

| SI POSEE HELADERA.... | SI NO POSEE HELADERA.... |
|---|--|
| Agua segura envasada | Agua segura envasada |
| Yogures solos o con cereales (enteros y descremados) | Barritas de cereal (libre de grasas trans, y con un contenido de azúcar que no supere los 10gr. Por porción) |
| Bizcochuelo | Bizcochuelo simple sin relleno, la porción no debe superar los 30gr |
| Fruta Fresca (bien lavada) | Fruta Fresca (bien lavada) |
| Ensalada de frutas, sin agregado de azúcar (de empresas autorizadas) en envases de 250gr como máximo. | Frutos secos (maní, almendras, nueces, piñones), presentación solos o mix, en envases 25gr la porción. |
| Leche sola, chocolatada o saborizada en envases de 250cc de empresas autorizadas | Copos de cereal como hojuelas de maíz, almohaditas de salvado, capullos de arroz, tutucas, pochoclos. Sin azúcar agregada en envases individuales que no superen los 30gr. |
| Postres lácteos de empresas autorizadas | Pochoclos sin azúcar |
| Gelatina con frutas de empresas autorizadas y debidamente rotuladas | Frutas Deshidratadas (Pasas de uvas, de ciruelas, orejones), en bolsitas de 50gr. |
| Huevo duro | Galletitas de arroz, grisines, marineras, galletitas integrales, de agua. |
| Jugos Naturales exprimidos, sin el agregado de azúcar (de empresas autorizadas). En envases de 200cc como máximo. | Galletitas dulces (sin rellenos, ni coberturas). Deben ser tipo bay biscuit, maná, vocación, vainillas y galletitas aptas para celíacos. |
| | Semillas o mix de semillas en envases individuales. |
| Alimentos libres de gluten frescos. | Alimentos libres de gluten secos: galletitas, alfajores, etc. |

En caso que el Kiosco Escolar cuente con heladera, agua potable y libreta sanitaria, el responsable del kiosco podrá elaborar y ofrecer allí, ensalada de frutas, gelatinas con frutas, licuados, batidos de frutas, sándwich de carne magra (peceto, bola de lomo, nalga, colita de cuadril, cerdo magro o aves sin piel; o sándwich de queso semi magro,



tybo, danbo, cremoso, Port salud, port salud Light) con las verduras que más les gusten (zanahoria rallada, lechuga, espinaca cortada en finas tiras, tomate). También se podrá ofrecer ensaladas de vegetales crudos.

Es importante destacar que a fin de que el KIOSCO SALUDABLE, tenga éxito en el establecimiento, es necesario que se pongan en acción algunas intervenciones, ya que la sola prohibición de determinados alimentos o la oferta de alimentos saludables en los kioscos no es suficiente para impulsar y desarrollar conocimientos que puedan transformarse en conductas y hábitos alimentarios saludables. La implementación de los KIOSCOS SALUDABLES en el ámbito escolar debe estar acompañada de la concientización en una alimentación nutritiva y hábitos sanos, que se logran a través de la educación alimentaria.

Algunos ejemplos de estrategias para implementar en el kiosco son:

- ✓ Poner todos los días algún alimento saludable en oferta.
- ✓ Realizar una cartelera diaria con beneficios del consumo de alguno de los alimentos saludables que se expenden en el kiosco.
- ✓ Hacer mención o pequeñas actividades en fechas relacionadas con la alimentación y la salud, como el día del agua (22 de marzo), día de la actividad física, día mundial de la alimentación, día del productor, entre otras.
- ✓ Hacer participe a los niños para elaborar un Kiosco Escolar Saludable, a través de qué color pintar el kiosco, la decoración del mismo, dibujos, gráficos, leyendas, etc.