

# **Lonche escolar contribuye a la obesidad**

ZÓCALO SALTILLO

Por Paola A. Praga  
28/05/2010

**Saltillo, Coah.-** La directora de la primaria Justo Sierra, Gabriela Valadez, y María Beatriz Arreola Guerrero, de la Juan Antonio de la Fuente, coincidieron en que la eliminación de la comida chatarra en las escuelas tendrá efectos positivos en la nutrición de los alumnos, sin embargo, consideraron que el lonche que los padres de familia les llevan a sus hijos a la escuela también es un factor que favorece la obesidad.

“Muchas veces los papás vienen y les traen gorditas, taquitos con grasa y un refresco o jugos, y entonces son los papás los que también tiene que tomar en cuenta estas medidas, y procuren acostumbrar a sus hijos a comer mejor”, señaló Valadez.

María Beatriz Arreola Guerrero indicó que muchas veces los padres no cuentan con los recursos necesarios para ofrecer una alimentación balanceada a los hijos, pero aseguró “deben hacer un esfuerzo pues, invirtiendo un poco, ahora se quitarán de gastos futuros por las enfermedades de los niños”.

## **FORMARÁN COMITÉS**

La Secretaría de Educación y Cultura en el estado ha sido notificada sobre la medida anunciada por los secretarios de Educación, Alonso Lujambio, y de Salud, José Ángel Córdova, sobre la eliminación de la comida chatarra de las escuelas de educación básica.

La subsecretaria de Educación Básica, María Dolores Torres Cepeda, señaló que en la entidad dichos lineamientos ya habían sido considerados desde hace meses debido a las instrucciones que giró el titular de la dependencia, Víctor Zamora Rodríguez, a los alcaldes, para el retiro de puestos ambulantes, por lo que la nueva disposición ha sido bien recibida en la dependencia.

Señaló que será un proceso gradual en el que se pretende involucrar a los padres de familia para contribuir a la mejora de la alimentación y por ende de la salud de los pequeños de Coahuila, para con ello ver reflejado a largo plazo la disminución de los índices de obesidad en los infantes.

Dijo que para el próximo ciclo escolar se conformará un comité en cada escuela que vigile la nueva disposición, además de que los planteles contarán con un nuevo menú, sugerido por la Secretaría de Salud, basado en frutas y alimentos saludables.

## **PAPITAS EN CASA**

Jesús ha enfrentado la obesidad en carne propia. Desde hace unos años, el doctor le recomendó que dejara de comer papas fritas, refrescos, galletas, harinas y fritos, y aunque ha logrado disminuir poco a poco el consumo de estos alimentos, todavía come por las tardes una bolsa de comida chatarra.

Considera que está bien que las escuelas prohíban la venta de frituras, pero asegura que en su casa a veces puede comerlas por las tardes.

Lo mismo dice Juan Francisco Delgado, de 7 años, pues luego de la escuela y la comida, come dulces mientras hace la tarea o cuando sale a jugar con sus amigos.

“En mi casa a veces me dejan que coma papitas, pero si salgo a jugar compro unas y me las como con salsa”.

Mientras come las papas fritas de la bolsa amarilla, Cyntia Noemí Herrera platica que ella estaría dispuesta a comerse una manzana o un sándwich con pan integral, pero prefiere la comida chatarra.

“Es que todos los niños comen y nos enfermamos de la panza, pero a mí me gustan mucho y yo como casi todos los días, cuando veo la tele”.