



Escolares del colegio público de Irurtzun degustando las frutas y jugando con las etiquetas. Fotos: cedidas

# Más de diez mil escolares almuerzan fruta por salud y conocimiento del medio rural

La campaña, presentada en Irurtzun, se desarrolla hasta el 18 de diciembre en 133 centros

**PAMPLONA** – Un total de 10.200 niñas y niños de Educación Infantil de 133 centros almuerzan estos días fruta en el colegio, dentro de la campaña escolar para fomentar el consumo de estos alimentos impulsada por el Gobierno de Navarra, y cofinanciada por la Unión Europea. Esta iniciativa fue presentada ayer en el colegio público Atakondoa de Irurtzun, que cuenta con 130 escolares de 3 a 6 años de edad.

El programa "Fruta en la escuela" comenzó el 16 de noviembre y concluirá el 18 de diciembre. A lo largo de este tiempo se reparte a cada escolar once raciones de fruta, que combinan manzanas, peras, plátanos, naranjas y mandarinas. La proporción de reparto es de tres raciones semanales durante las tres primeras semanas, y dos raciones la última semana. Cada ración es de 150 gramos. En total se distribuyen 20.000 kilos, informa el Gobierno.

Esta iniciativa también intenta iniciar a alumnas y alumnos en el conocimiento y aprecio por el mundo rural y agrario, y el consumo de productos frescos y locales. El presupuesto asciende a cerca de 50.000 euros, de los que el 25% está financiado por el Gobierno de Navarra, a través de los departamentos de Salud y de Desarrollo Rural. El 75% restante lo aporta la UE.

Paralelamente, la Fundación la Caixa y Fundación Grupo Cooperativo AN están desarrollando una iniciativa para extender también el consumo de fruta y verdura a los hogares, con el reparto a niños y niñas de más alimentos para llevar a casa: fruta y



Insausti y Larriú, de Caixa Bank, y el director general Gil, con el alumnado.

brócoli. En este caso también se incluye una receta sencilla para preparar esta verdura en casa.

En el acto de presentación participaron el director general de desarrollo Rural, Agricultura y Ganadería del Gobierno de Navarra, Ignacio Gil; Óscar Insausti y José Luis Larriú, directivos de Caixa Bank en Navarra; Maite Muruzabal, directora de la Fundación Grupo AN; y la directora del colegio, Silvia Sánchez.

**BENEFICIOS DE LA FRUTA** La finalidad de este programa es mejorar los niveles de consumo de frutas y hortalizas entre la población escolar y proporcionarles desde la infancia conocimientos y hábitos de consumo saludables, lo que contribuye a la lucha contra la obesidad y enferme-

dades asociadas. En este sentido, cabe destacar que numerosas investigaciones demuestran los beneficios nutricionales y sobre la dieta que tiene consumir fruta y verdura, especialmente en niñas y niños.

La principal evidencia es que el consumo de estos alimentos combate la obesidad. En la población navarra menor de 15 años, precisa el Gobierno, se observa un 71% con peso adecuado, un 20% con sobrepeso, un 8% con obesidad y un 1% con delgadez. Además, la ingesta de frutas y verduras aumenta su resistencia a enfermedades infecciosas. La recomendación general es el consumo de 5 raciones de frutas y verduras por persona y día, con pequeñas variaciones en función de las piezas y de las hortalizas. – D.N.