

ITA considera que la iniciativa de prohibir los dulces en los colegios manifiesta la necesidad de mejorar la prevención de la obesidad.

En el Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA) se destaca que ofrecer al niño modelos de referencia saludables en la alimentación es fundamental para ir educando sus conductas y actitudes, y poder así elegir de manera autónoma en el futuro.

El Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA), un centro especializado en el tratamiento de los trastornos de la alimentación y la obesidad, cree que la iniciativa de prohibir determinados alimentos en los colegios es positiva pero es únicamente un primer paso, se deben mejorar las estrategias preventivas.

ITA considera que, en edades tempranas, las estrategias preventivas basadas exclusivamente en ofrecer información nutricional pueden resultar insuficientes para producir cambios estables en la conducta y en las actitudes del niño.

Los contextos de influencia más cercanos como son el comedor escolar y la familia deben funcionar como modelos de hábitos alimentarios saludables. Es imprescindible en ambos casos, una dieta equilibrada, sin restricciones ni excesos, y una supervisión adecuada de la conducta del niño en la mesa (el ritmo de la alimentación, cantidad, el consumo hídrico, etc). La escuela y la familia han de ser proveedores de hábitos alimentarios saludables.

Por tanto, dada la situación actual, la prohibición de los dulces, puede ser una primera medida efectiva, pero el problema es lo suficientemente complejo como para no limitarnos a ella. En un futuro inmediato se tiene que apostar por medidas preventivas que favorezcan la educación y la capacidad de elección de la familia y el adolescente de una alimentación saludable. En este contexto, lo deseable sería aproximarnos a que el niño, el adolescente y las familias pudiesen llegar a hacer un buen uso de este tipo de comida sin necesidad de desterrarla, dado que el problema principal estriba en el abuso de su consumo. Prohibir nunca es agradable, es mejor educar.