
Resultados

Encuesta 481354

| | |
|---------------------------------------|---------|
| Número de registros en esta consulta: | 2876 |
| Total de registros en esta encuesta: | 2876 |
| Porcentaje del total: | 100.00% |

Resumen para A6

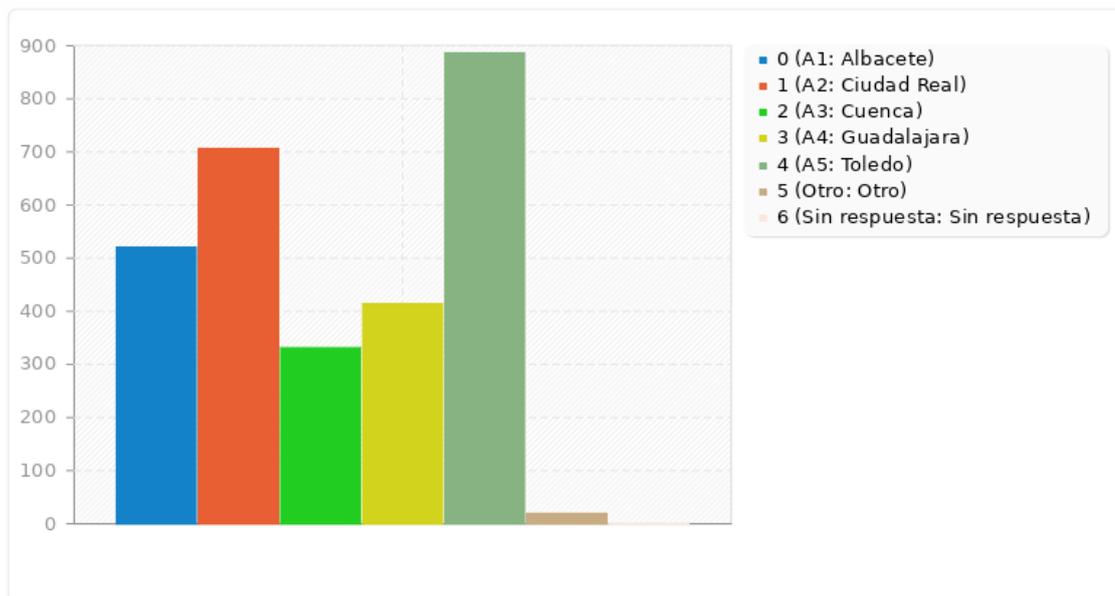
Indique cuál es su provincia de residencia

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|------------------|--------|------------|
| Albacete (A1) | 520 | 18.08% |
| Ciudad Real (A2) | 706 | 24.55% |
| Cuenca (A3) | 331 | 11.51% |
| Guadalajara (A4) | 414 | 14.39% |
| Toledo (A5) | 886 | 30.81% |
| Otro | 19 | 0.66% |
| Sin respuesta | 0 | 0.00% |

| ID | Respuesta |
|------|------------------|
| 744 | Alicante |
| 815 | Puertollano |
| 1026 | Madrid |
| 1641 | MURCIA |
| 2350 | Madrid |
| 2720 | Madrid |
| 2798 | Leon |
| 2830 | Pontevedra |
| 2835 | Leon |
| 3222 | Antiprogrelandia |
| 3684 | Hellín |
| 3953 | Madrid |
| 4065 | Madrid |
| 4199 | teruel |
| 4325 | funcionaria |
| 4695 | Madrid |
| 4868 | Madrid |
| 5197 | Talavera |

Resumen para A6

Indique cuál es su provincia de residencia



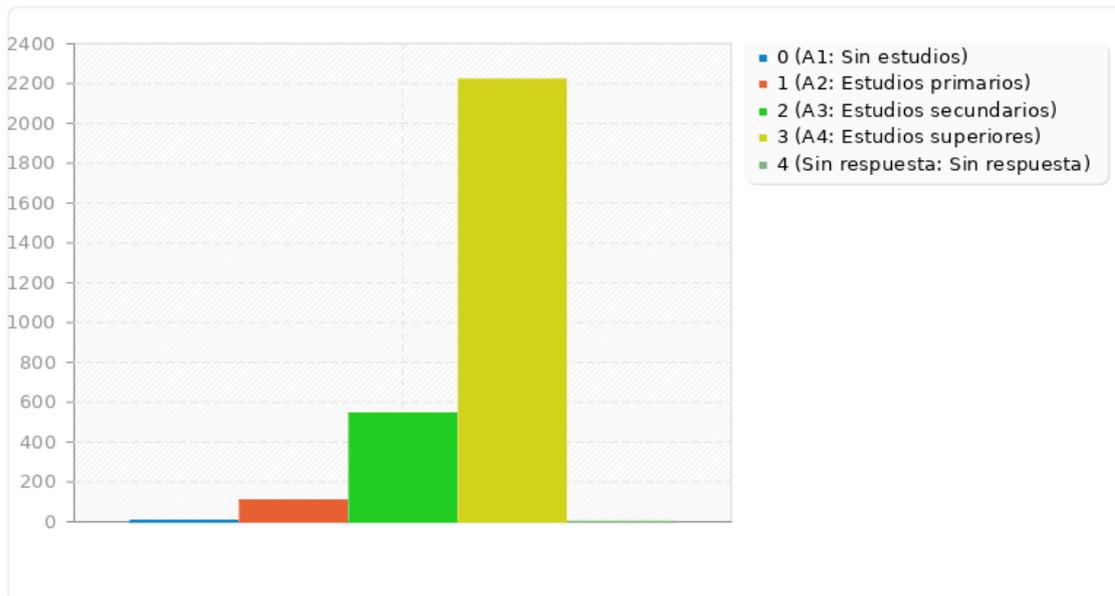
Resumen para A2

Indique cuál es su nivel de estudios

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------------------|--------|------------|
| Sin estudios (A1) | 4 | 0.14% |
| Estudios primarios (A2) | 107 | 3.72% |
| Estudios secundarios (A3) | 544 | 18.92% |
| Estudios superiores (A4) | 2221 | 77.23% |
| Sin respuesta | 0 | 0.00% |

Resumen para A2

Indique cuál es su nivel de estudios



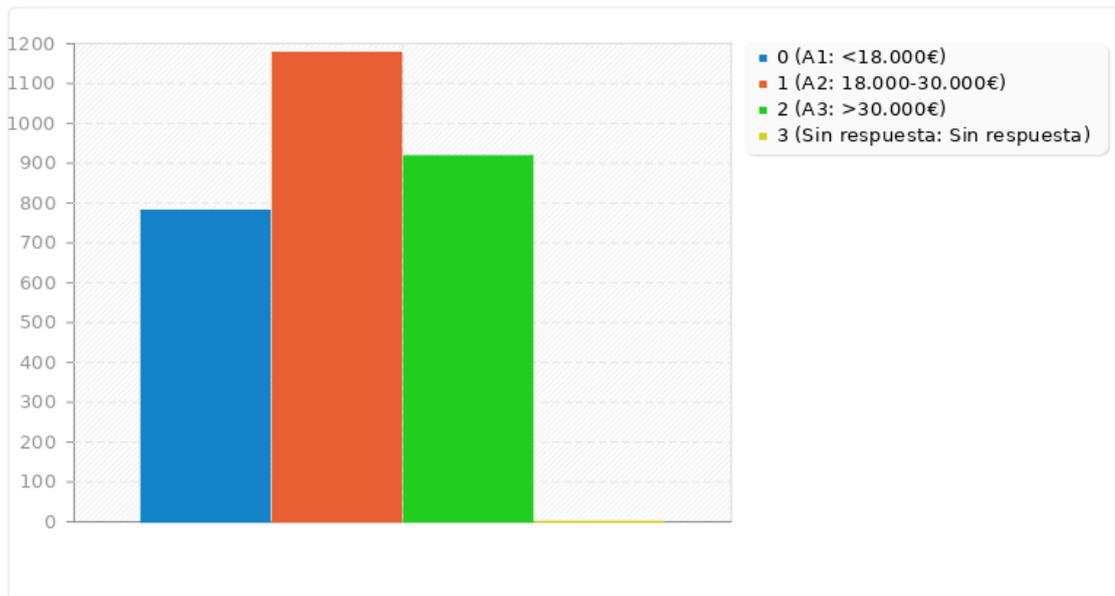
Resumen para A3

Señale sus ingresos brutos anuales

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------------|--------|------------|
| | 781 | 27.16% |
| 18.000-30.000€ (A2) | 1177 | 40.92% |
| >30.000€ (A3) | 918 | 31.92% |
| Sin respuesta | 0 | 0.00% |

Resumen para A3

Señale sus ingresos brutos anuales



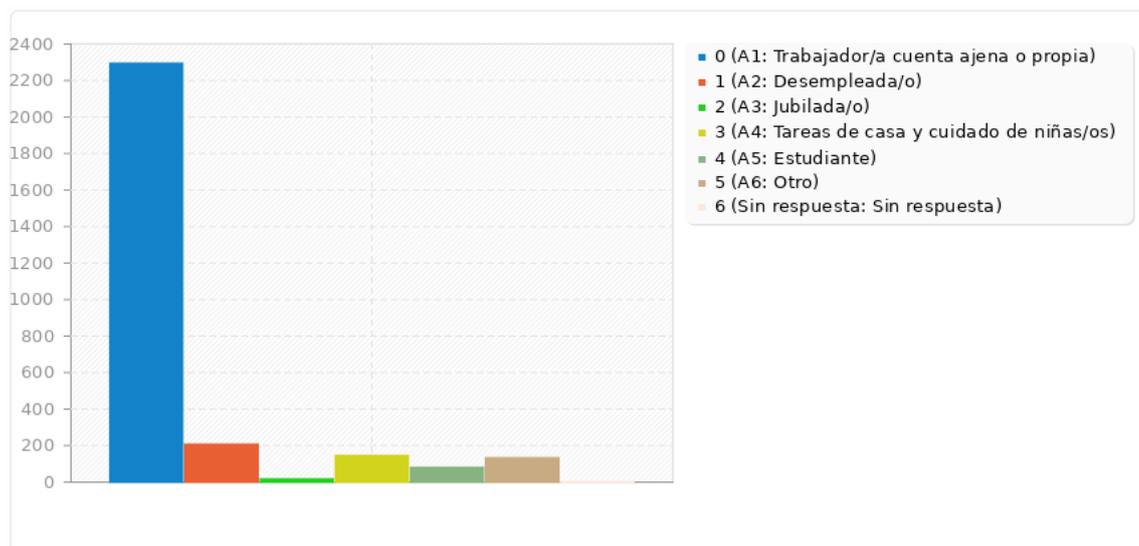
Resumen para A4

Indique cuál es su situación laboral en la actualidad

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---|--------|------------|
| Trabajador/a cuenta ajena o propia (A1) | 2294 | 79.76% |
| Desempleada/o (A2) | 207 | 7.20% |
| Jubilada/o (A3) | 17 | 0.59% |
| Tareas de casa y cuidado de niñas/os (A4) | 145 | 5.04% |
| Estudiante (A5) | 80 | 2.78% |
| Otro (A6) | 133 | 4.62% |
| Sin respuesta | 0 | 0.00% |

Resumen para A4

Indique cuál es su situación laboral en la actualidad



Resumen para A5

Indique cuál es el tamaño de su municipio de residencia

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|-------------------------------|--------|------------|
| Menos 500 habitantes (A1) | 111 | 3.86% |
| 501-2.000 habitantes (A2) | 320 | 11.13% |
| 2.001-10.000 habitantes (A3) | 737 | 25.63% |
| 10.001-50.000 habitantes (A4) | 719 | 25.00% |
| Más de 50.000 habitantes (A5) | 989 | 34.39% |
| Sin respuesta | 0 | 0.00% |

Resumen para A5

Indique cuál es el tamaño de su municipio de residencia



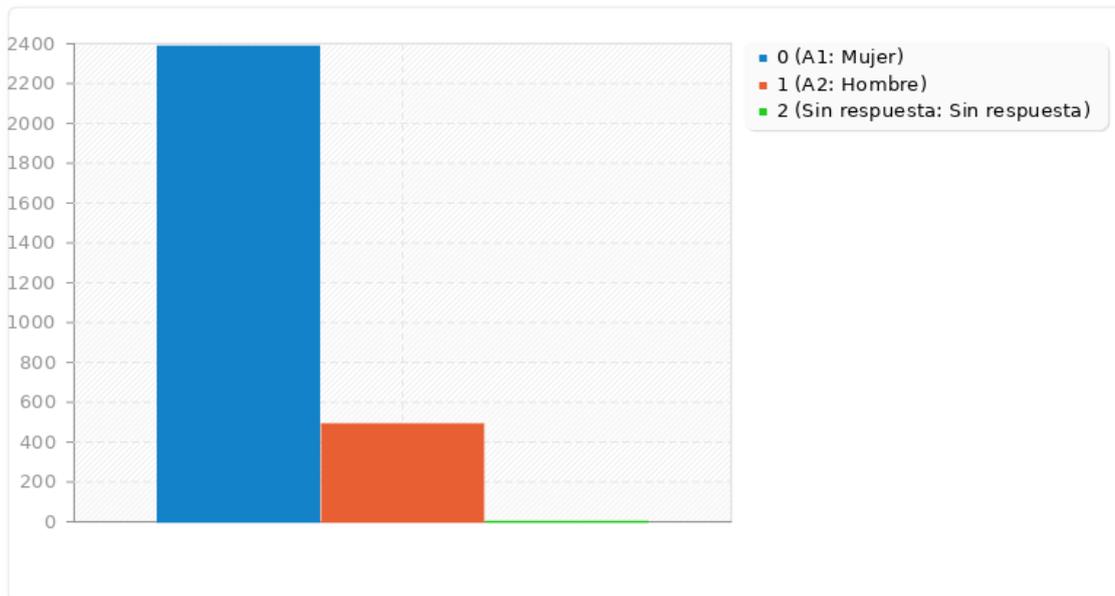
Resumen para A1

Indique cuál es su sexo

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|--------|------------|
| Mujer (A1) | 2386 | 82.96% |
| Hombre (A2) | 490 | 17.04% |
| Sin respuesta | 0 | 0.00% |

Resumen para A1

Indique cuál es su sexo

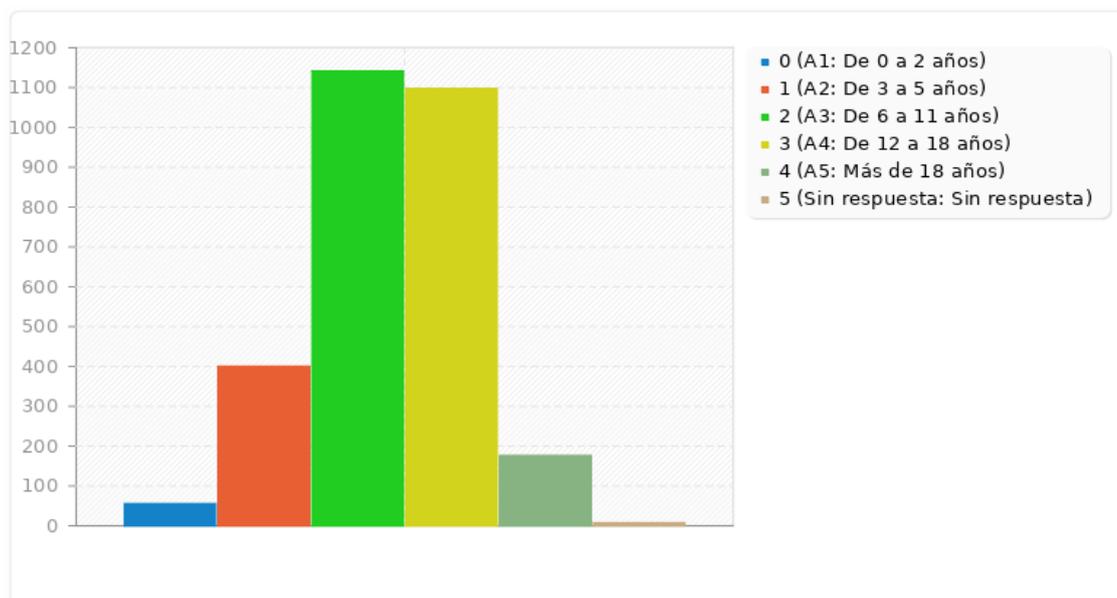


Resumen para c222Su hija/o está en el siguiente intervalo de edad

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|----------------------|---------------|-------------------|
| De 0 a 2 años (A1) | 55 | 1.91% |
| De 3 a 5 años (A2) | 400 | 13.91% |
| De 6 a 11 años (A3) | 1141 | 39.67% |
| De 12 a 18 años (A4) | 1097 | 38.14% |
| Más de 18 años (A5) | 176 | 6.12% |
| Sin respuesta | 7 | 0.24% |

Resumen para c222

Su hija/o está en el siguiente intervalo de edad



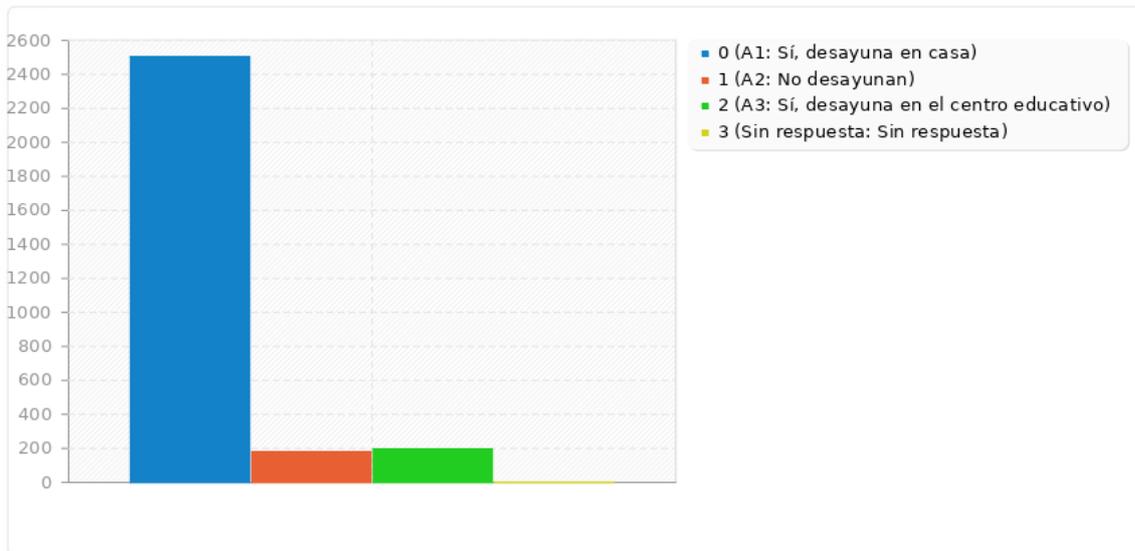
Resumen para B2

¿Su hija/o desayuna?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|--|---------------|-------------------|
| Sí, desayuna en casa (A1) | 2503 | 87.03% |
| No desayunan (A2) | 178 | 6.19% |
| Sí, desayuna en el centro educativo (A3) | 195 | 6.78% |
| Sin respuesta | 0 | 0.00% |

Resumen para B2

¿Su hija/o desayuna?



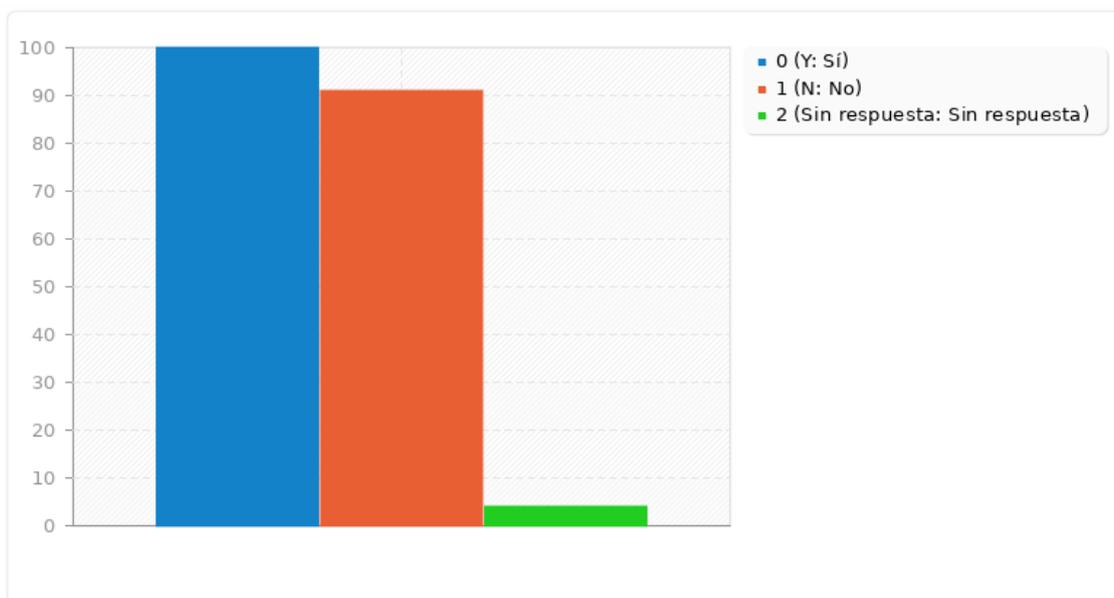
Resumen para B3

¿Considera que el desayuno que allí toma es saludable?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 100 | 51.28% |
| No (N) | 91 | 46.67% |
| Sin respuesta | 4 | 2.05% |

Resumen para B3

¿Considera que el desayuno que allí toma es saludable?

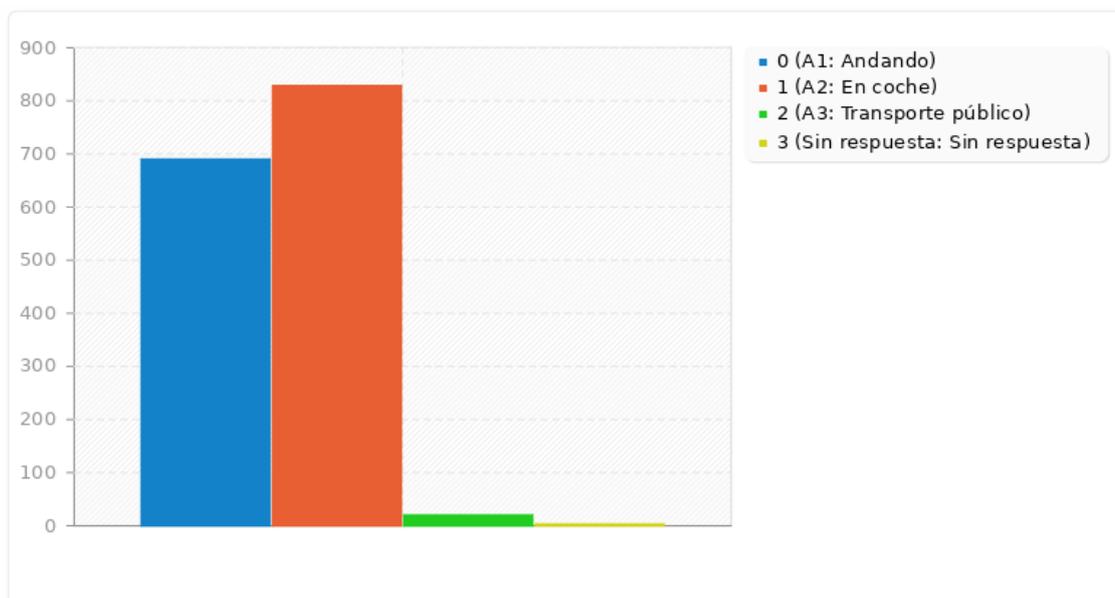


Resumen para C221**¿Cómo va su hija/o al centro escolar?**

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|-------------------------|---------------|-------------------|
| Andando (A1) | 690 | 44.78% |
| En coche (A2) | 828 | 53.73% |
| Transporte público (A3) | 20 | 1.30% |
| Sin respuesta | 3 | 0.19% |

Resumen para C221

¿Cómo va su hija/o al centro escolar?



Resumen para c223**Distancia en Km de recorrido**

| Cálculo | Resultado |
|---------------------------|------------------|
| Cuenta | 1459 |
| Suma | 1250383.983000 |
| Desviación estándar | 29216.95 |
| Promedio | 857.01 |
| Mínimo | 0.000000 |
| Primer cuartil (Q1) | 1 |
| Segundo cuartil (Mediana) | 1 |
| Tercer cuartil (Q3) | 2 |
| Máximo | 1109871.000000 |

Los valores nulos son ignorados en los cálculos
Q1 y Q3 fueron calculadas utilizando método minitab

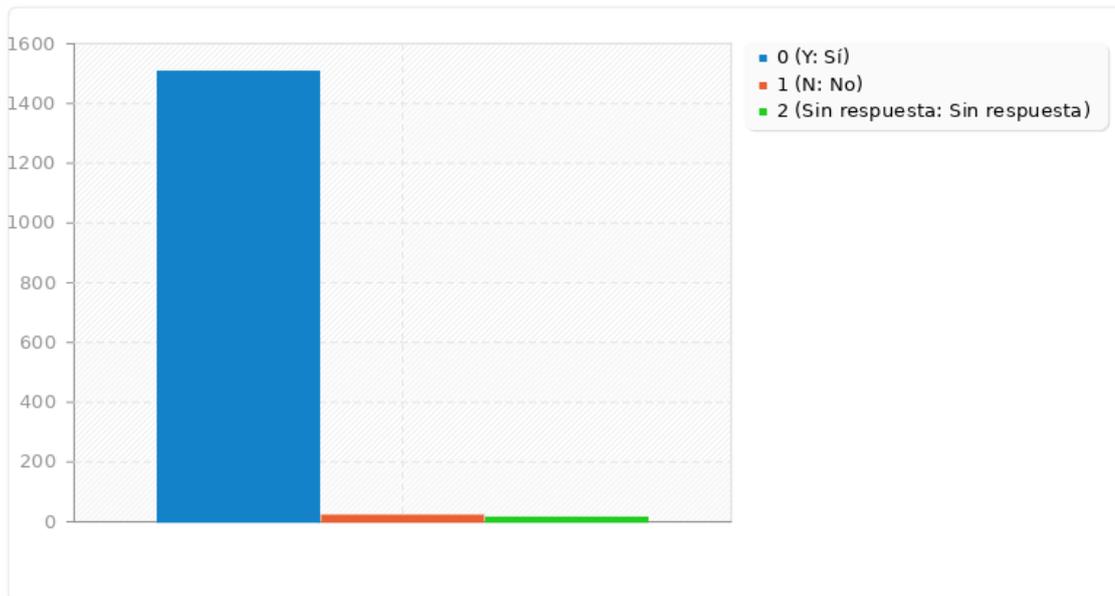
Resumen para B4

¿Lleva sus hija/o comida para media mañana?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|--------|------------|
| Sí (Y) | 1506 | 97.73% |
| No (N) | 21 | 1.36% |
| Sin respuesta | 14 | 0.91% |

Resumen para B4

¿Lleva sus hija/o comida para media mañana?



Resumen para B5

Seleccione los alimentos que lleva su hija/o con más frecuencia (máximo 2 de las opciones)

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|-------------------|--------|------------|
| Zumo (SQ001) | 231 | 15.34% |
| Bollería (SQ002) | 150 | 9.96% |
| Fruta (SQ003) | 1158 | 76.89% |
| Bocadillo (SQ004) | 1160 | 77.03% |
| Otro | 343 | 22.78% |

| ID | Respuesta |
|-----|---|
| 119 | leche |
| 188 | leche |
| 206 | Lácteos |
| 208 | Lácteos |
| 218 | Galletas integrales, tortitas de maíz |
| 245 | galletas |
| 313 | Yogurt |
| 317 | Yogurt bebido |
| 324 | Lácteos |
| 346 | Bizcocho casero |
| 369 | Lacteo sin azucar |
| 370 | Lácteos |
| 375 | Verduras como zanahorias, tomates pepinos... |
| 376 | Fuet o jamón serrano |
| 385 | Galletas |
| 392 | Yogur natural |
| 393 | Cereales |
| 398 | Sandwich |
| 408 | Lácteo |
| 410 | Frutos secos |
| 411 | Todo por igual |
| 456 | Leche |
| 485 | Lacteos |
| 499 | Yogures bebible, queso, yogur natural 1 cmvez en semana galletas |
| 501 | Lacteos |
| 505 | Bollería casera sin azúcar, lácteos de los cuales, yogures naturales (son azucarados) |
| 506 | Palitos con queso. |
| 516 | Leche entera blanca |
| 541 | frutos secos, yogures |
| 550 | Vegetales, frutos secos, jamón cocido |
| 582 | lácteos y frutos secos |
| 603 | bollería casera |
| 630 | Leche |
| 640 | pan de pipas |
| 709 | Leche |
| 716 | Lacteos |
| 725 | Leche y Galletas |
| 726 | Leche |
| 738 | Galletas, frutos secos |
| 740 | lacteo |
| 786 | Menú completo de comida |
| 790 | frutos secos |
| 803 | Frutos secos |
| 820 | Frutos secos, yogures |
| 821 | Leche |
| 847 | Frutos secos |
| 858 | Lacteos |
| 870 | Frutos secos |
| 882 | frutos secos, espetec |

Estadísticas rápidas

Encuesta 481354 'ESTRATEGIA REGIONAL HÁBITOS SALUDABLES PARA MADRES Y PADRES'

| | |
|------|--|
| 900 | Lacteos |
| 904 | LÁCTEOS |
| 922 | Lácteo |
| 927 | GALLETAS |
| 959 | Lácteos |
| 961 | Yogures |
| 969 | Yogures |
| 1030 | Empanadillas |
| 1037 | Kéfir,frutos secos,jamón serrano.... |
| 1038 | Lácteos |
| 1046 | yogur |
| 1066 | Lácteos |
| 1087 | Lacteo |
| 1091 | BATIDO |
| 1104 | Leche |
| 1118 | Yogur |
| 1140 | Lácteo |
| 1142 | Galletas |
| 1151 | actimel |
| 1169 | lácteo |
| 1173 | lacteo |
| 1187 | SOBRES DE FRUTA |
| 1197 | Refresco de fruta |
| 1213 | Yogur |
| 1214 | Batidos |
| 1282 | Yogur natural, frutos secos naturales, zanahoria y hummus |
| 1286 | frutos secos |
| 1314 | yogur, embutido |
| 1325 | Galletas, leche |
| 1326 | leche, panes |
| 1354 | Agua |
| 1377 | yogur |
| 1383 | Galletas |
| 1384 | lácteos |
| 1413 | frutos secos |
| 1419 | Yogur y galletas |
| 1429 | Yogures |
| 1435 | Seguimos el plan de meriendas del colegio, cada día alimentos diferentes.. |
| 1437 | Yogur, galletas |
| 1472 | agua |
| 1474 | Yogur |
| 1475 | Cereales |
| 1487 | Tostada aceite y sal |
| 1504 | Frutos secos |
| 1530 | Queso |
| 1532 | Lácteos |
| 1540 | Tortitas |
| 1548 | Lácteo |
| 1552 | Leche |
| 1554 | yogurt |
| 1556 | Cada día una cosa de las opciones arriba indicadas |
| 1557 | Verduras |
| 1562 | Agua |
| 1566 | Lácteos |
| 1574 | yogur natural griego |
| 1583 | Yogur |
| 1593 | Lacteos |
| 1609 | YOGUR |
| 1613 | Lácteos |
| 1630 | galletas |
| 1651 | Lacteos |
| 1661 | frutos secos |
| 1665 | leche |
| 1671 | leche |
| 1674 | leche |

| | |
|------|--|
| 1697 | Yogur |
| 1699 | Batido |
| 1706 | Actimel |
| 1708 | leche |
| 1715 | Frutos secos |
| 1726 | Pan integral, tortitas maíz o arroz |
| 1737 | Leche o yogur |
| 1745 | Leche |
| 1757 | Sandwich embutidos |
| 1794 | Galletas |
| 1797 | Yogur |
| 1802 | Actimel |
| 1823 | Yogur bebido |
| 1828 | yogures, bizcocho casero |
| 1845 | Lacteo(queso Burgos, yogur natural.) |
| 1860 | Lácteos, frutos secos |
| 1871 | Repostería casera |
| 1892 | Yogurt |
| 1895 | Variados saludables |
| 1952 | lacteos |
| 1958 | Yogur |
| 1960 | Lácteo, snacks saludables, |
| 1964 | Lácteo, snack saludable |
| 1984 | Leche |
| 1986 | Todas las opciones anteriores |
| 1987 | Bollería casera |
| 2019 | Frutos secos, lácteos |
| 2020 | Batido |
| 2027 | Lacteo |
| 2032 | Queso |
| 2055 | Lácteo |
| 2057 | Fuet |
| 2060 | Lácteo |
| 2062 | Yogurt, frutos secos |
| 2064 | Lacteo |
| 2088 | Lacteos |
| 2095 | Lácteos |
| 2114 | Batido de chocolate, galletas |
| 2117 | Yogurt , kefir, cereales saludables, bizcocho saludable casero |
| 2119 | Yogurt y galletas Maria |
| 2135 | Agua , yogurt |
| 2148 | Frutos secos, tortitas de maíz |
| 2213 | Galletas, yogur, leche |
| 2238 | panquecas, tortillas con huevo. todo hecho en casa. |
| 2276 | En el colegio se sigue un calendario de desayuno saludable |
| 2284 | Lleva sándwich porque es celíaco y alérgico a muchos alimentos (frutas, frutos de cáscara, lácteos...) |
| 2293 | lácteo |
| 2312 | Proteína |
| 2323 | LACTEO |
| 2333 | yogurt |
| 2339 | Queso, Sandwich de embutido |
| 2356 | Lácteos |
| 2357 | verduras, huevo, lácteos |
| 2359 | Galletas, leche yogur, |
| 2364 | PES . Almuerzo saludable, programado en el colegio. |
| 2417 | batido de cacao |
| 2424 | Leche |
| 2425 | Tortitas de maíz, queso |
| 2455 | leche |
| 2458 | leche |
| 2476 | yogur |
| 2486 | yogur |
| 2490 | Lácteos |
| 2521 | Yogur |

Estadísticas rápidas

Encuesta 481354 'ESTRATEGIA REGIONAL HÁBITOS SALUDABLES PARA MADRES Y PADRES'

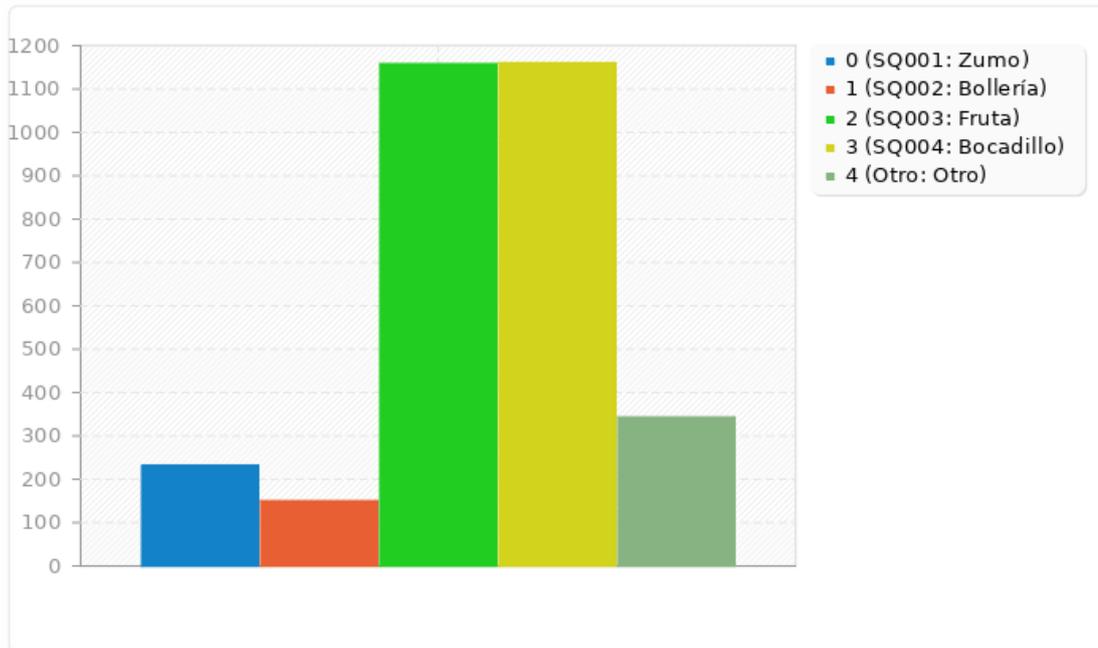
| | |
|------|--|
| 2537 | Leche |
| 2565 | Lácteo |
| 2566 | lacteo |
| 2569 | Tortitas de maiz, arroz u otros similares. |
| 2570 | Leche |
| 2609 | Yogur |
| 2621 | Lacteos |
| 2663 | Patés vegetales caseros (humus, aguacate, tomates cherry, tortilla, algunas veces embutido pero las menos. Lo que más llevan es fruta. |
| 2698 | Yogur |
| 2699 | Yogur |
| 2707 | Lacteos |
| 2713 | lácteos |
| 2715 | Leche, sándwich, galletas |
| 2717 | Sándwich, galletas, leche |
| 2744 | Batido |
| 2775 | Yogur |
| 2783 | Frutos secos, panecillos... |
| 2786 | leche |
| 2803 | yogur natural sin azúcar |
| 2847 | Yogur |
| 2884 | Lácteos |
| 2888 | yogur bebido |
| 2893 | Yogur |
| 2896 | Lácteo |
| 2900 | Yogurt - Pancakes - Quesadilla - pollo Crispy |
| 2909 | ACTIMEL |
| 2941 | Lacteo |
| 2962 | Salmón,aguacate,queso,jamon |
| 3006 | LACTEOS |
| 3008 | lacteo |
| 3028 | Seguimos las indicaciones de recreo saludable donde cada día se alterna un grupo de alimentos. |
| 3051 | Lácteo |
| 3078 | YOGUR |
| 3112 | Leche |
| 3117 | Yogur líquido |
| 3145 | Lacteos |
| 3161 | Lácteos, tortitas de maíz, arroz.... |
| 3164 | Galletas |
| 3171 | Lacteos |
| 3178 | Lácteos |
| 3191 | Queso, humus, frutos secos |
| 3193 | Yogurt o fiambre |
| 3205 | Agua |
| 3209 | Queso, fuet, picos de pan, tortitas maiz |
| 3213 | Queso, fuet con picos de pan, tortitas de maiz |
| 3257 | lácteo |
| 3260 | Desayuno saludable marcado por el cole |
| 3290 | Agua |
| 3292 | Lacteos |
| 3323 | Agua, tostada con aceite |
| 3330 | frutos secos y tortas de maiz |
| 3340 | Lácteo |
| 3440 | lácteos |
| 3450 | Yogur |
| 3466 | Leche |
| 3470 | Yogures |
| 3493 | Leche |
| 3494 | l3che |
| 3499 | frutos secos. |
| 3522 | galletas y leche |
| 3552 | Lacteos |
| 3553 | yogur |
| 3559 | Lácteos |

| | |
|------|--|
| 3560 | Lacteo; Cereales |
| 3569 | lácteos |
| 3574 | Lácteo |
| 3577 | Lácteos y galletas |
| 3597 | galletas |
| 3600 | Tortitas de maíz y quesitos |
| 3610 | Lácteo |
| 3613 | frutos secos, agua |
| 3619 | Lácteos |
| 3620 | Yogur,leche |
| 3622 | galletas |
| 3623 | Lacteos |
| 3630 | lácteos enteros y naturales |
| 3665 | lacteo (yogur o brik de leche) |
| 3666 | lacteo |
| 3670 | Lácteo (yogur) |
| 3683 | Yogur, frutos secos. |
| 3684 | Galletas |
| 3686 | Zanahoria, tomate cherry, fiambre |
| 3703 | Lácteo |
| 3705 | Lácteo |
| 3707 | Lácteo |
| 3723 | Leche, tomate,aguacate, gaspacho, |
| 3728 | Bizcocho o galletas caseras |
| 3759 | Tortitas |
| 3799 | Yogures |
| 3817 | Panadería yanda |
| 3824 | Galletas |
| 3848 | Queso, salchichón, jamón, lomo |
| 3850 | Queso, lomo, jamón |
| 3853 | yogurt |
| 3933 | frutos secos, zanahorias, ... |
| 3947 | Yogur, barritas de cereales... |
| 3962 | sándwich con huevo |
| 3966 | Yogur natural sin azúcar. |
| 3968 | lácteo, galletas |
| 3971 | pan y leche |
| 3975 | Lácteos |
| 3983 | galletas 0% azúcares |
| 4026 | verdura |
| 4068 | CEREALES |
| 4082 | leche |
| 4113 | Queso, galletas saladas |
| 4133 | Frutos secos, yogur natural, bizcocho casero... |
| 4139 | MAGDALENAS CASERAS |
| 4141 | cosas caseras |
| 4145 | comida casera |
| 4150 | En el CEIP Clara Sánchez de Galápagos, llevan muchos años con desayuno saludable, alternando distintos tipos de comida dependiendo del día |
| 4178 | queso, crema de anacardo |
| 4187 | segun el día de la semana, lunes leche, martes fruta, miercoles bocadillo, jueves bolleri saludable hecha en casa y viernes a elegir, mezclamos. |
| 4189 | Lunes lácteo y galleras. Martes y jueves fruta con quesito, miércoles y viernes sandwich |
| 4195 | embutido |
| 4228 | Lácteos |
| 4231 | Yogurt, frutos secos |
| 4253 | Colacao |
| 4296 | Queso y picos de pan |
| 4342 | lácteo |
| 4347 | embutido y queso |
| 4359 | yogur, leche |
| 4381 | galletas, cacahuetes tostados sin sal y nueces |
| 4385 | Almuerzo saludable y viernes libre |
| 4388 | tortitas de maíz o arroz |
| 4391 | LECHE, BATIDOS |

| | |
|------|---|
| 4422 | Frutos secos al natural, cereales |
| 4433 | Frutos secos |
| 4458 | yogur |
| 4478 | Lacteos |
| 4488 | LECHE ENTERA |
| 4489 | LECHE ENTERA |
| 4533 | frutos secos |
| 4534 | frutos secos |
| 4575 | La Teo como yogur o queso complementando la fruta |
| 4582 | lacteo |
| 4603 | Leche |
| 4621 | Leche y yogur |
| 4658 | LACTEO |
| 4663 | lacteos, galletas... |
| 4668 | lacteo |
| 4671 | yogur |
| 4672 | lácteo |
| 4681 | Lácteo |
| 4682 | Lácteo |
| 4685 | lácteos |
| 4689 | Lácteos |
| 4697 | Lácteo |
| 4701 | Se rige al desayuno saludable del colegio |
| 4725 | Frutos secos |
| 4732 | yogur natural sin azúcar |
| 4734 | Leche, huevos revueltos, ondas del 85% de cacao, bocadillos pan integral, empanada casera |
| 4812 | queso |
| 4851 | Lacteo y chocolate |
| 4928 | Yogur bebible |
| 4935 | Lácteos |
| 5061 | Agua, alguna galleta, tomates y algo de fiambre sin pan |
| 5076 | Queso fresco |
| 5094 | Lácteos |
| 5098 | Lacteo |
| 5126 | Galletas saludables |
| 5129 | Pan con mantequilla |
| 5191 | Galletas |
| 5228 | lacteo |
| 5231 | Frutos secos/Tortitas maiz |

Resumen para B5

Seleccione los alimentos que lleva su hija/o con más frecuencia (máximo 2 de las opciones)



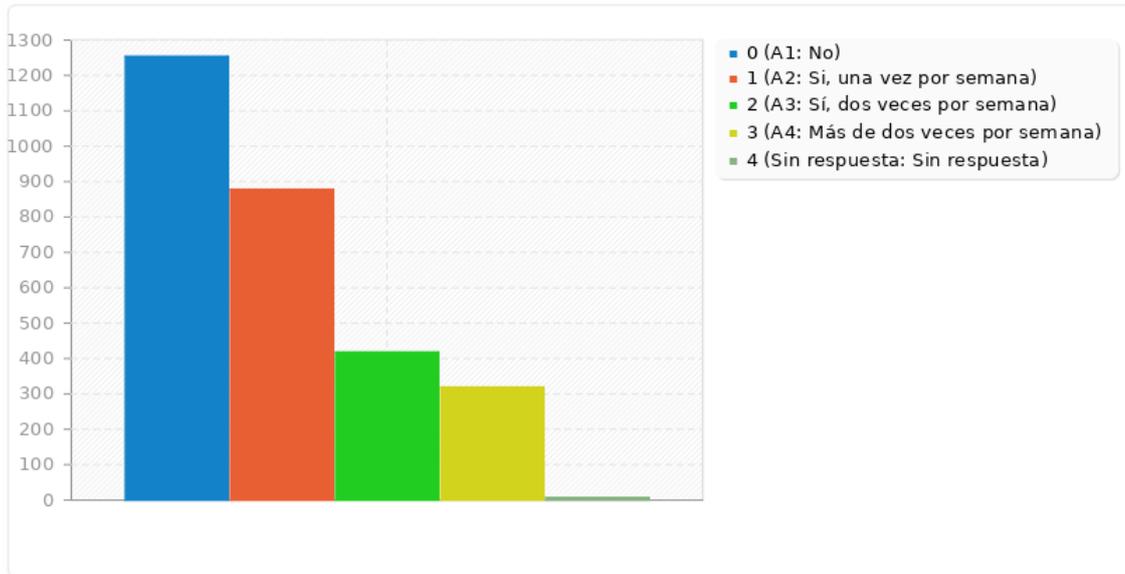
Resumen para D1

¿Consume su hija/o bebidas azucaradas?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|----------------------------------|---------------|-------------------|
| No (A1) | 1254 | 43.60% |
| Si, una vez por semana (A2) | 878 | 30.53% |
| Sí, dos veces por semana (A3) | 418 | 14.53% |
| Más de dos veces por semana (A4) | 319 | 11.09% |
| Sin respuesta | 7 | 0.24% |

Resumen para D1

¿Consume su hija/o bebidas azucaradas?



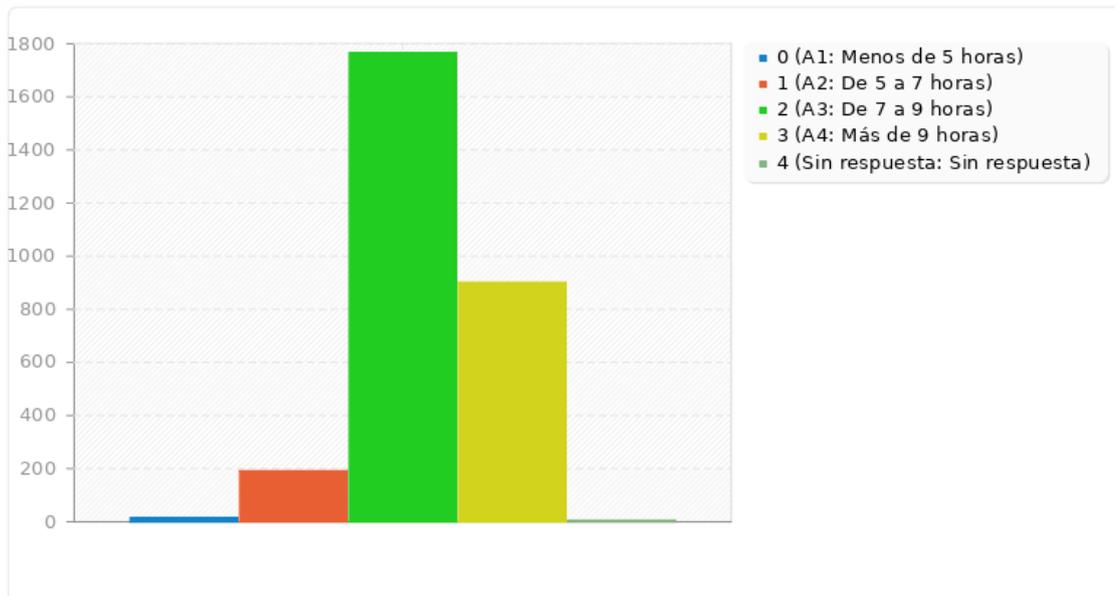
Resumen para C9

¿Cuántas horas de media duerme su hija/o?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|-----------------------|---------------|-------------------|
| Menos de 5 horas (A1) | 14 | 0.49% |
| De 5 a 7 horas (A2) | 191 | 6.64% |
| De 7 a 9 horas (A3) | 1765 | 61.37% |
| Más de 9 horas (A4) | 901 | 31.33% |
| Sin respuesta | 5 | 0.17% |

Resumen para C9

¿Cuántas horas de media duerme su hija/o?



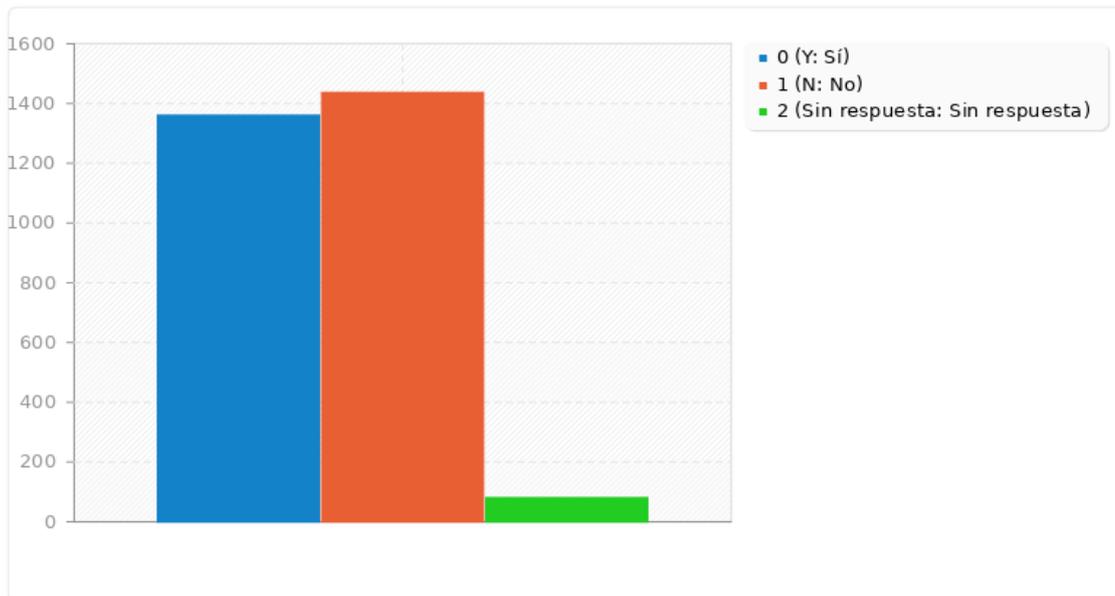
Resumen para B7

¿Su hija/o come o cena viendo pantallas?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 1360 | 47.29% |
| No (N) | 1436 | 49.93% |
| Sin respuesta | 80 | 2.78% |

Resumen para B7

¿Su hija/o come o cena viendo pantallas?



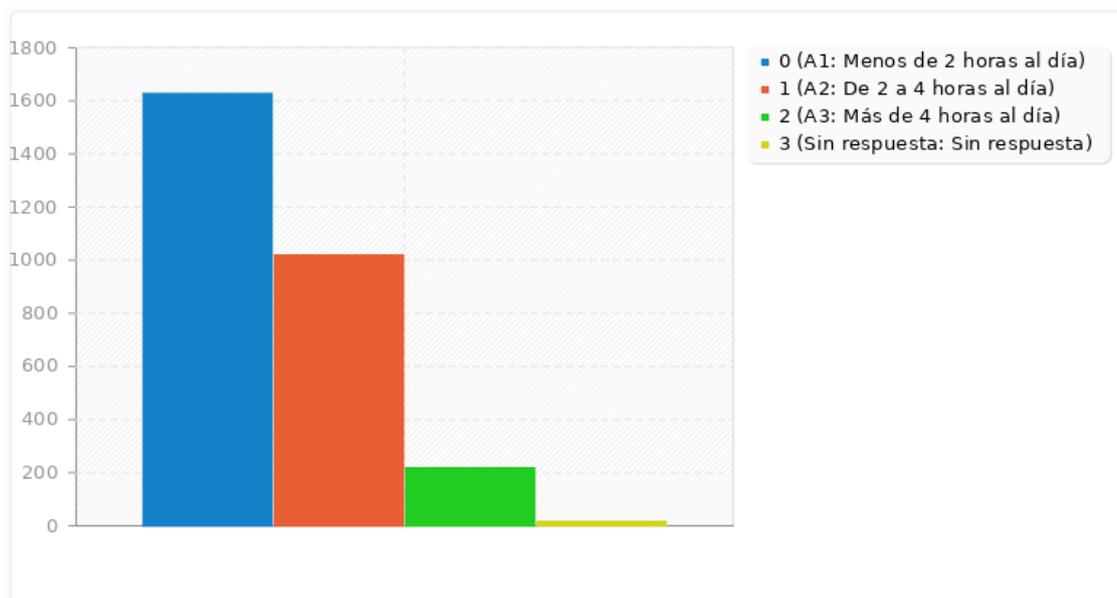
Resumen para B6

¿Cuánto tiempo al día dedica su hija/o a ver pantallas en su tiempo de ocio?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|------------------------------|---------------|-------------------|
| Menos de 2 horas al día (A1) | 1627 | 56.57% |
| De 2 a 4 horas al día (A2) | 1018 | 35.40% |
| Más de 4 horas al día (A3) | 217 | 7.55% |
| Sin respuesta | 14 | 0.49% |

Resumen para B6

¿Cuánto tiempo al día dedica su hija/o a ver pantallas en su tiempo de ocio?



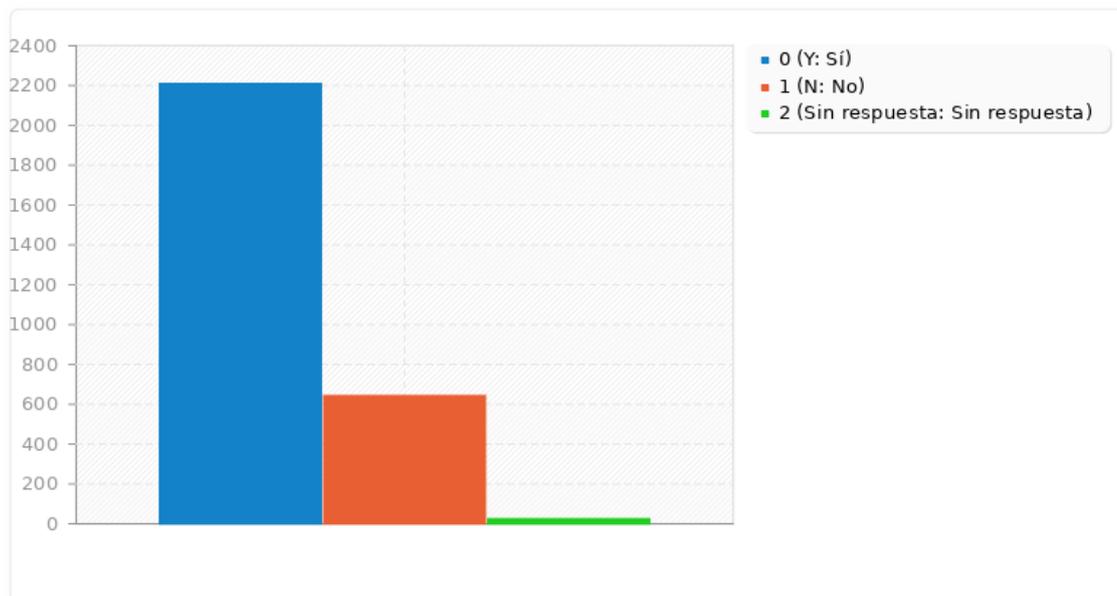
Resumen para B8

¿Su hija/o realiza alguna actividad extraescolar de educación física?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 2209 | 76.81% |
| No (N) | 643 | 22.36% |
| Sin respuesta | 24 | 0.83% |

Resumen para B8

¿Su hija/o realiza alguna actividad extraescolar de educación física?



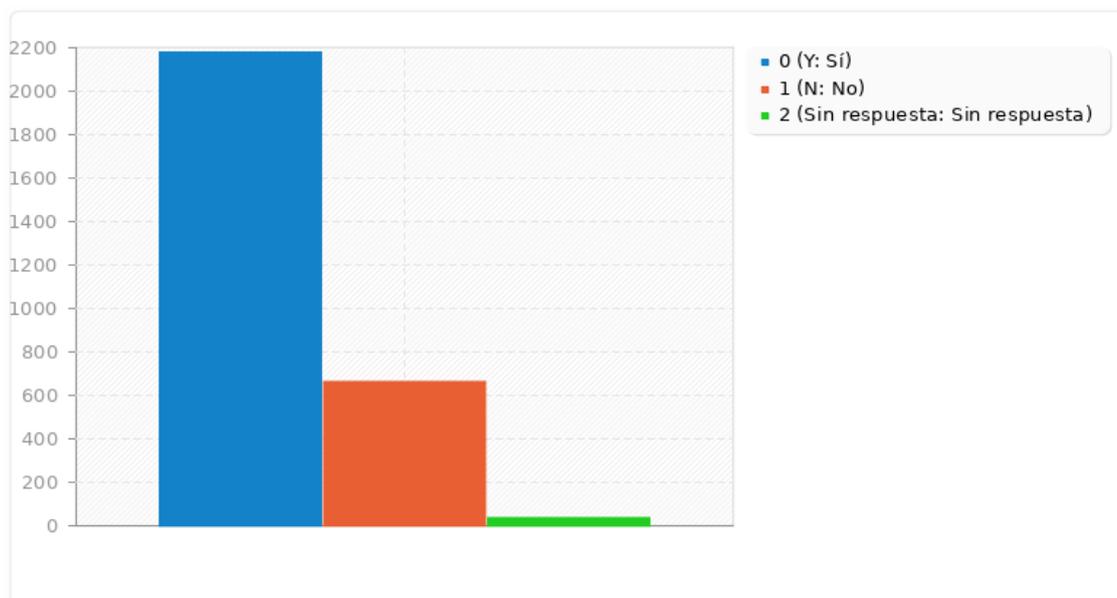
Resumen para B9

¿Cree usted necesario que existan más actividades extraescolares deportivas en el centro educativo de su hija/o?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 2177 | 75.70% |
| No (N) | 663 | 23.05% |
| Sin respuesta | 36 | 1.25% |

Resumen para B9

¿Cree usted necesario que existan más actividades extraescolares deportivas en el centro educativo de su hija/o?



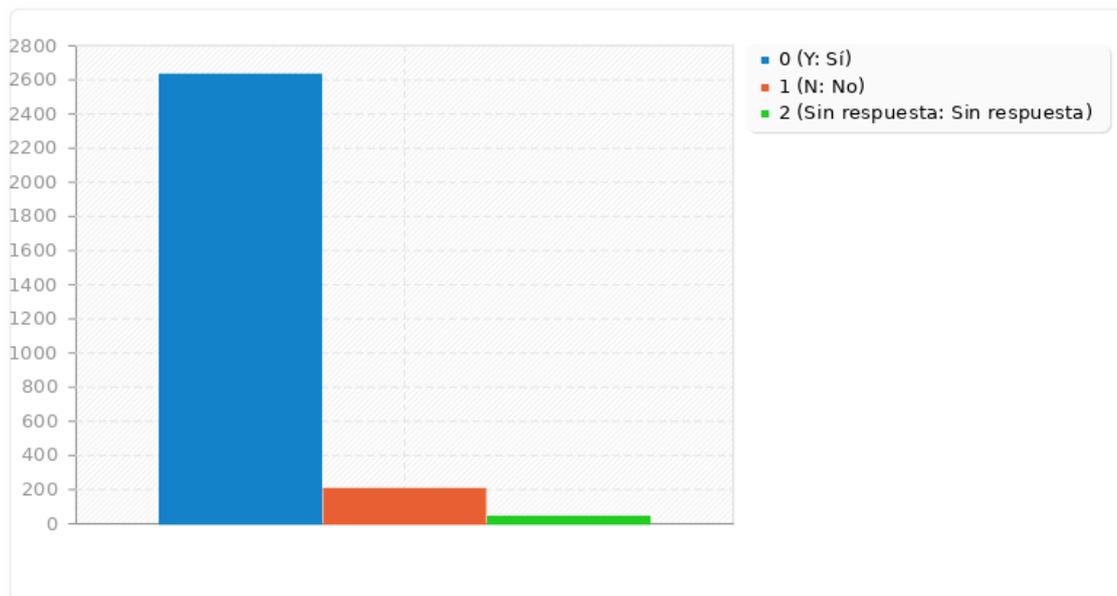
Resumen para C1

¿Cree que estas actividades extraescolares deberían ser subvencionables por la Administración?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 2631 | 91.48% |
| No (N) | 204 | 7.09% |
| Sin respuesta | 41 | 1.43% |

Resumen para C1

¿Cree que estas actividades extraescolares deberían ser subvencionables por la Administración?



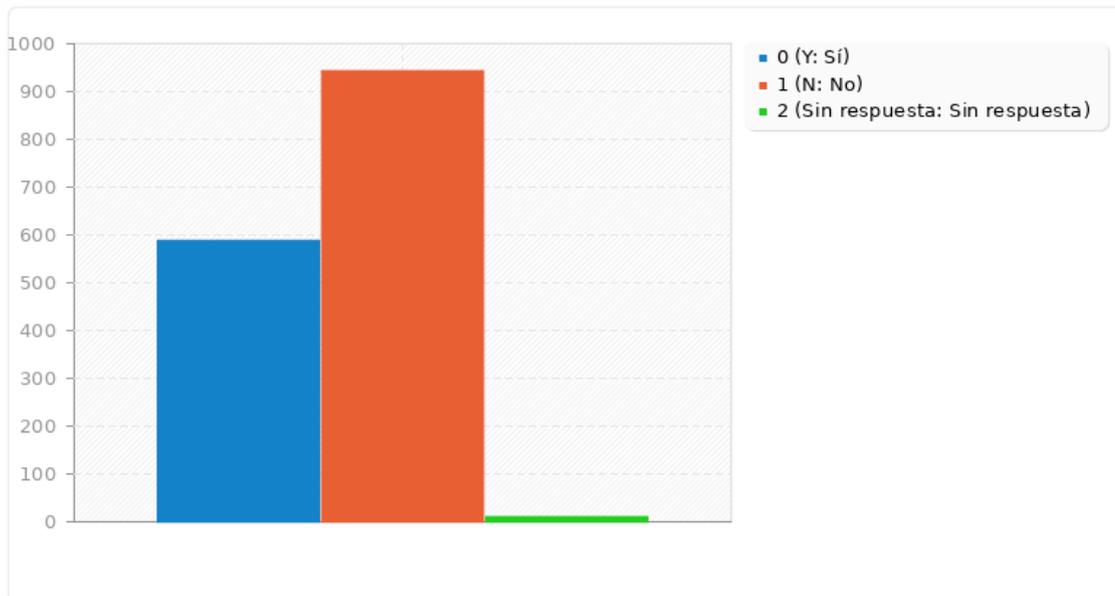
Resumen para C2

¿Su hija/o es usuaria/o del comedor escolar?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 588 | 38.16% |
| No (N) | 943 | 61.19% |
| Sin respuesta | 10 | 0.65% |

Resumen para C2

¿Su hija/o es usuaria/o del comedor escolar?



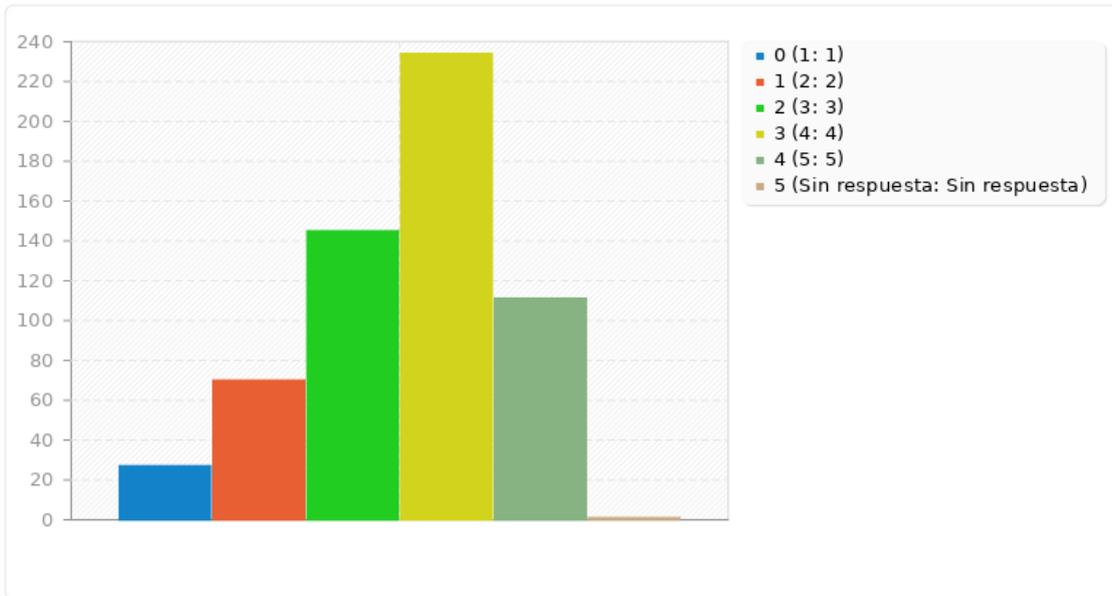
Resumen para C3

Indique del 1 al 5 , siendo 5 lo más saludable, ¿cómo calificaría la oferta alimentaria del comedor escolar de su hija/o?

| Opción | Cuenta | Porcentaje | Suma |
|---------------------|--------|------------|---------|
| 1 (1) | 27 | 0.94% | 3.37% |
| 2 (2) | 70 | 2.43% | |
| 3 (3) | 145 | 5.04% | 5.04% |
| 4 (4) | 234 | 8.14% | |
| 5 (5) | 111 | 3.86% | 12.00% |
| Sin respuesta | 1 | 0.03% | 0.00% |
| Media aritmética | 3.57 | | |
| Desviación estándar | 1.07 | | |
| Suma (Opciones) | 587 | 100.00% | 100.00% |
| Número de casos | | 0% | |

Resumen para C3

Indique del 1 al 5 , siendo 5 lo más saludable, ¿cómo calificaría la oferta alimentaria del comedor escolar de su hija/o?



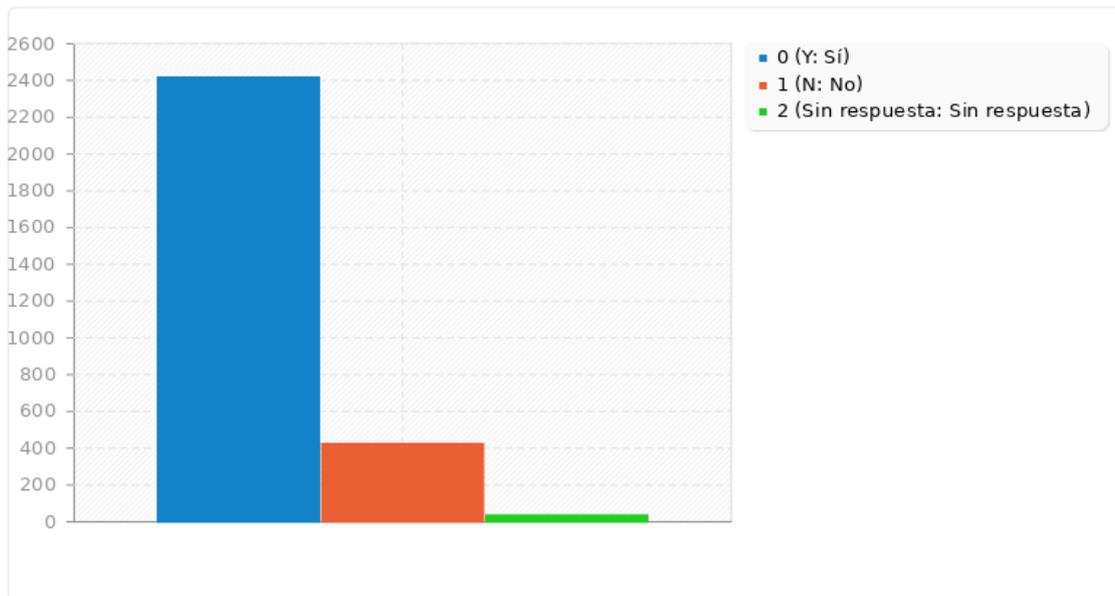
Resumen para C7

¿Sería importante para usted que las y los escolares tuvieran acceso a alimentos saludables de las máquinas expendedoras de los centros educativos, con menor contenido en azúcares, grasas no saludables y menos calorías?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|--------|------------|
| Sí (Y) | 2417 | 84.04% |
| No (N) | 424 | 14.74% |
| Sin respuesta | 35 | 1.22% |

Resumen para C7

¿Sería importante para usted que las y los escolares tuvieran acceso a alimentos saludables de las máquinas expendedoras de los centros educativos, con menor contenido en azúcares, grasas no saludables y menos calorías?



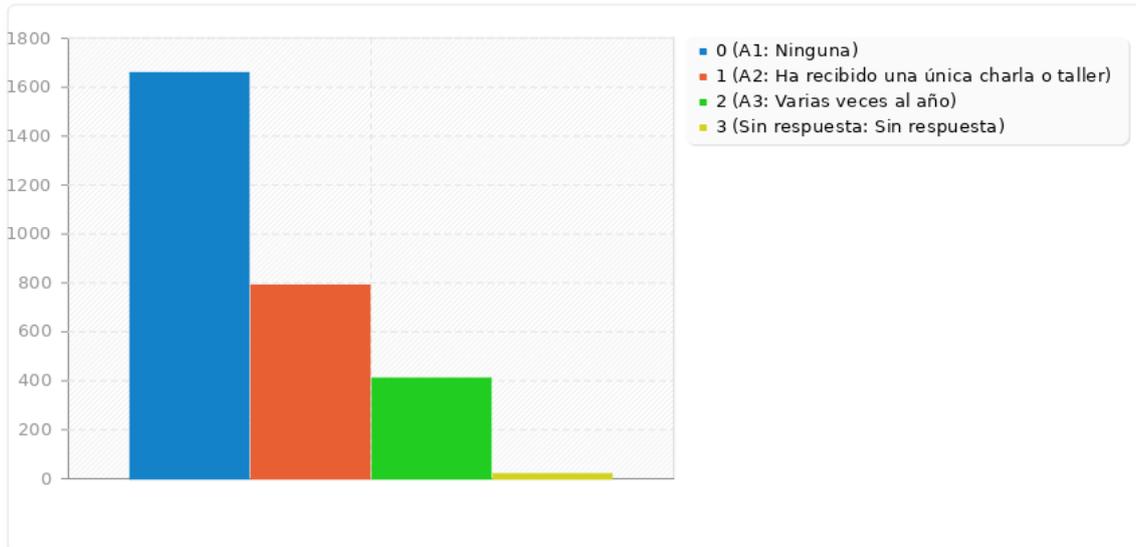
Resumen para C4

¿Cuántas veces al año su hija/o participa en talleres formativos o charlas en su ámbito comunitario habitual sobre hábitos saludables y/o actividades físicas?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|--|--------|------------|
| Ninguna (A1) | 1658 | 57.65% |
| Ha recibido una única charla o taller (A2) | 789 | 27.43% |
| Varias veces al año (A3) | 410 | 14.26% |
| Sin respuesta | 19 | 0.66% |

Resumen para C4

¿Cuántas veces al año su hija/o participa en talleres formativos o charlas en su ámbito comunitario habitual sobre hábitos saludables y/o actividades físicas?



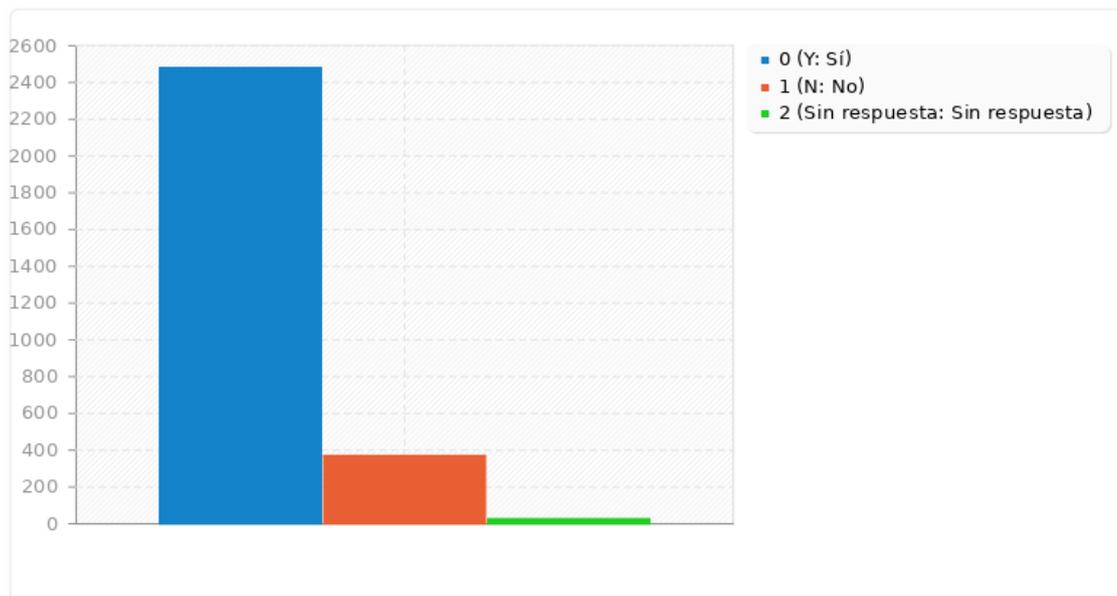
Resumen para C5

¿Le explicaron alguna vez la importancia de la lactancia materna en relación a la alimentación de sus hijas/os?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 2480 | 86.23% |
| No (N) | 370 | 12.87% |
| Sin respuesta | 26 | 0.90% |

Resumen para C5

¿Le explicaron alguna vez la importancia de la lactancia materna en relación a la alimentación de sus hijas/os?



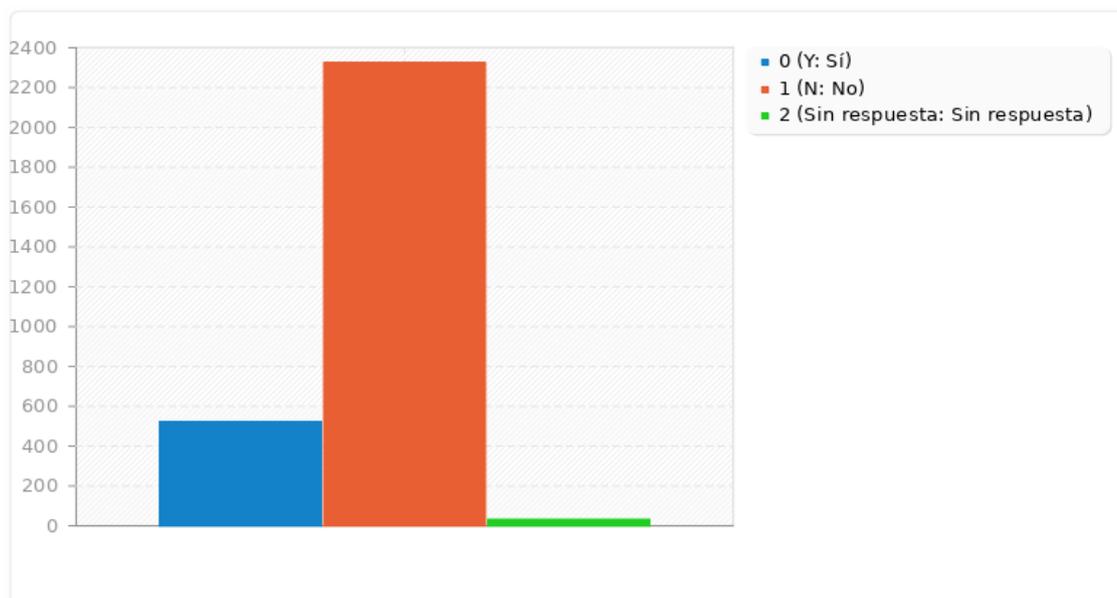
Resumen para C6

¿Le faltó información a la hora de decidir la mejor opción de alimentación para su hija/o recién nacida/o?

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|---------------|-------------------|
| Sí (Y) | 521 | 18.12% |
| No (N) | 2324 | 80.81% |
| Sin respuesta | 31 | 1.08% |

Resumen para C6

¿Le faltó información a la hora de decidir la mejor opción de alimentación para su hija/o recién nacida/o?



Resumen para C8

Escriba un comentario o sugerencia a tener en cuenta en la estrategia de hábitos saludables

| Opción | Cuenta | Porcentaje |
|---------------|--------|------------|
| Opción | 724 | 25.17% |
| Sin respuesta | 2152 | 74.83% |

| ID | Respuesta |
|-----|---|
| 99 | Charlas informativas sobre hábitos saludables en el ámbito educativo. Al menos una por año. |
| 104 | Es muy numerosa la cantidad de bollería y zumos que toma la infancia. No sé cuál sería el coste para la administración facilitar fruta o bocadillos en los colegios a la hora del almuerzo. Pero veo que, aunque se fomenten desde los centros almuerzos saludables, las familias dan mala alimentación a sus criaturas. |
| 107 | Además deberían hacer más horas de Educación Física. Al menos, una por día. promoción de lactancia materna Promoción ámbito educativo y ámbito locales de hábitos saludables. o no hay o le dan poca promoción |
| 115 | Deberían realizarse más campañas familiares para la sensibilización e información sobre hábitos saludables, para todos los miembros de la familia, y más apoyo de las administraciones y entidades privadas que potencien la práctica de ejercicio físico, e incluso la atención nutricional o psicológica relacionada con la salud mental y física, como descuentos en cuotas deportivas por familia, o descuentos en servicios relacionados. Y por supuesto mejora en la conciliación laboral / familiar, para llevar a cabo estos hábitos. Podían plantearse programas específicos dentro de los centros de trabajo. |
| 151 | No sé tratar de ofrecer comida saludable en máquinas expendedoras, sino de prohibir estas máquinas en los centros educativos pues no hay control. Al igual que vender chucherías en centros educativos |
| 154 | Revisión exhaustiva de tipo de comida de comedores escolares, eliminación de puntos de vending cercanos a centros educativos, implementación en edades tempranas de acciones que fomenten el desayuno saludable, legislación más dura con alimentos insalubres e hiperazucarados cuyo marketing está ligado a edades jóvenes |
| 160 | Lo mejor es que los niños crezcan viendo a sus padres tener hábitos saludables |
| 162 | Eliminar máquinas expendedoras Mayor control de los comedores y que las comidas se elaboren en el propio centro, eliminar los catering |
| 179 | Fomentar siempre el deporte base en los colegios. Hacer actividades al aire libre, senderismo, camping y salidas para los niños y jóvenes. Poner actividades para ellos sabados y domingos (ej. salon de usos multiples abiertos, pabellones con monitores). |
| 182 | Subvención de las actividades extraescolares que promuevan la actividad física |
| 184 | Subvención de las actividades extraescolares que promuevan la actividad física. |
| 185 | DEBEMOS CONCIENCIAR A LAS FAMILIAS DE SU IMPORTANCIA. MAS TALLERES EN LAS AULAS. |
| 186 | Cuando mis hijos nacieron, nos recomendaban los yogures para bebés, esos yogures cargados de azúcar. desde los 12 meses. Creo que hay mucha falta de información tanto de médicos como de la ciudadanía de cuales son alimentos saludable, procesados etc, porque nos venden alimentos que son perjudiciales para la salud, como si fueran buenos. |
| 206 | Mi hijo va a un colegio donde se fomentan los hábitos saludables y tienen un calendario de desayunos, aún así hay padres que no lo respetan, por lo tanto, deberían enfocarse algunos talleres a los padres, que somos los responsables de que los hijos adquieran los hábitos saludables. También debería haber más actividades físicas extraescolares, facilitando o subvencionando una parte en los municipios pequeños, ya que por falta de niños muchas veces dichas actividades no salen adelante porque a las academias, escuelas no les compensa. Gracias. |
| 208 | Fundamental concienciar a los padres sobre la importancia de los hábitos saludables en nuestros hijos, darle la importancia que tiene a enseñarles a comer bien y a hacer ejercicio de manera habitual. Facilitarle el acceso a los menores a alimentos saludables. Realizar talleres infantiles/juveniles de cocina. |
| 216 | En mi opinión deben eliminarse las máquina expendedoras de alimentos de los centros |

| | |
|-----|--|
| | escolares e instalaciones deportivas públicas. Solamente mantener máquinas expendedoras de agua sin gas. |
| 217 | La calle escolar debería estar cerrada al tráfico para promover llegar al cole caminando o en bici. El espacio público debería orientarse para facilitar estos desplazamientos con aceras adecuadas y carriles bici seguros y separados del tráfico. |
| 218 | Las calles deberían volver a ser lugar de encuentro y juego para los niños Crear entornos saludables pasa por crear calles más humanas, asciende a la pirámide de la movilidad urbana, espacios para jugar y moverse con seguridad: mejores aceras y carriles bici segregados, calles escolares cerradas al tráfico para promover la caminabilidad y la bici. Recuperar las calles como lugar de encuentro social y juego. |
| 219 | Establecer de forma programada y periódica actividades comunitarias desde el centro de Atención Primaria con todos los profesionales, médicos, enfermeros, fisioterapeutas y dentistas. La intervención sobre la causa es prevención y evita consecuencias. |
| 222 | Hay pocos y malos talleres para el tema de lactancia, la, ayuda y habló de hace sólo 3 años es nula o muy deficiente en hospitales y centros de salud. Las campañas, escolares de hábitos, saludables y alimentación escasos, mal planteados y con contradicciones en el hecho de que luego en todos los entornos, máquinas, etc los alimentos no son saludables, etc etc etc faltan campañas y medidas efectivas, reales y viables en todos estos temas con niños en todos los ámbitos y también en el educativo. Entre otras muchas cuestiones. |
| 235 | Hay que dar más educación en hábitos saludables y fomentar que en los colegios se cumplan éstas cosas |
| 241 | La lactancia artificial, en ocasiones, es necesaria. |
| 243 | . |
| 245 | . |
| 247 | Creo que es muy importante seguir formando a la comunidad educativa en general para que, con el paso del tiempo, todas y todos interioricemos que una buena alimentación desde el principio puede suponer una menor incidencia de enfermedades prevenibles en la población y una mejora perceptible en la calidad de vida de las personas. |
| 261 | No entiendo por qué hay preguntas con respuesta si o no en las que no puedo elegir la respuesta, y viene directamente predeterminada. |
| 273 | Si gracias |
| 283 | Realización de más actividades deportivas en el centro escolar, incluyendo actividades varias como baloncesto, futbol, balonmano, vóley..., para que los alumnos los conozcan y practiquen y puedan elegirlos en un futuro como deporte extraescolar además |
| 284 | Más campañas de formación en los colegios |
| 287 | Prohibir la venta de ultra procesados, prohibir anuncios de comida basura dirigidos a niños, mentalizar a la población desde la niñez de lo que conlleva tener malos hábitos con la comida |
| 296 | Ha recibido charlas sobre prevención de drogas y educación sexual. No más, creo. |
| 301 | Enseñar a los niños a tener una buena relación con la comida y el ejercicio físico desde edad muy temprana (guarderías, hogar, colegios, consultas centro salud) para incorporarlo de la forma más natural y desde muy pequeños. |
| 316 | Cuando están en el cole hay muchas actividades pero cuando salen al instituto ,la oferta desciende considerablemente . O perteneces a un club deportivo o no tienes actividades |
| 317 | Es verdad que las pediatras te dicen que alimentos introducir pero pocos información nutricional |
| 333 | Practicar algún deporte 2ó 3 veces por semana |
| 343 | INFORMAR DEDES LA INFANCIA A NIÑOS , PADRES Y ABUELOS PARA MEJORAR LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS. |
| 344 | Comer más frutas y verduras en el ámbito familiar |
| 353 | . |
| 357 | En los colegios deberían prohibir bollería industrial |
| 361 | Considero poco saludable que jóvenes en edad de crecimiento transporten mochilas cargadas de libros, libretas, etc. que llegan a alcanzar pesos irracionales. Creo que sería conveniente tener en cuenta este factor en los centros educativos, ya que puede causar dolencias y desviaciones de la columna. A día de hoy, por ejemplo, la mayor parte del profesorado pide que el alumnado lleve libretas grandes de su asignatura. No todo es alimentación, descanso, etc. |
| 362 | Me gustaría que la alimentación en comedores escolares fuese saludable realmente y no se usaran precocinados ni procesados. Lo ideal sería que fuese elaborada en las propias cocinas de los centros con alimentos frescos. Este es uno de los motivos por los que no van mis hijos al comedor escolar |
| 369 | Mejora de los desayunos en el centro educativo, mayor oferta de actividades extraescolares deportivas en el mismo centro educativo, ampliar informacion de alimentacion saludable a |

| | |
|-----|--|
| | padres, madres y cuidadores |
| 386 | Los menores tienen un fácil acceso a las bebidas azucaradas y con cafeína (como los Monster). Creo que se debería regular y que no puedan comprarlos hasta cumplir una edad. Los vaper se publicitan y venden en todos lados (tiendas de chuches, belleza, etc), sitios adonde ellos van asiduamente y encima parece que no pasa nada. No tienen el concepto de que es igual o peor que fumar. Creo que sólo se deberían vender en estancos como el tabaco. |
| 398 | Desayunos saludables obligatorios en las aulas. No opcionales. Prohibido dulces y bollería. |
| 408 | Fomentar más la comida casera , menos precocinados, bebidas azucaradas y bollería que no sea casera. Que los centros tengan monitores que fomenten el ejercicio físico en la hora del patio o comedor. |
| 410 | Además de formación se necesita interés por parte de la gente, también consideró que el ritmo de vida de los padres influye muy negativamente. |
| 413 | Aparte de la alimentación, adquirir hábitos saludables en los desplazamientos al cole, como ir andando o en bici, son un complemento muy idóneo para la salud de nuestros hijos/as |
| 440 | Todos los niños que vayan al comedor escolar deberían, tener una bolsa de aseo con cepillo de dientes y pasta de dientes para que después de la comida se lavaran los dientes. |
| 450 | Por favor, revisen los criterios de selección en las adjudicaciones del servicio de comedor a los colegios. Tengan en cuenta al Servicio de Salud Pública pertinente para realizar las licitaciones. Los alumnos se quejan sistemáticamente de la mala calidad y de la poca cantidad de la comida que sirven las macro empresas de catering. Quizás los precios estipulados por comida individual deberían ser revisados al alza también. |
| 462 | Hay demasiados productos de bollería en los supermercados, tendrían que tener más productor integrales y fomentar las verduras y frutas de otro modo para que fuese más atractivo para los niños comer estos alimentos |
| 468 | Información por parte de la enfermera o pediatra sobre alimentación saludable después de los dos años. No solo información de lo que no deberían comer. |
| 481 | NO COMENTAN POR FAVOR EL GRAVÍSIMO ERROR DE DECIR QUE EL DESAYUNO ES LA COMIDA MÁS IMPORTANTE DEL DÍA Y MENOS AÚN, FOMENTAR SU IMPORTANCIA. CON MÁS HORAS DE EDUCACIÓN FÍSICA, LOS PROFESORES/AS PODRÍAN DECIDAR MÁS TIEMPO A TRABAJAR DE MANERA MÁS EXTENSA CONTENIDOS DE NUTRICIÓN Y DESCANSO. YA TIENEN A LOS PROFESIONALES FORMADOS Y DENTRO DEL ÁMBITO EDUCATIVO. NO HAY QUE BUSCAR MÁS. HAY QUE DOTAR DE MÁS HORAS A LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DAR UN IMPULSO A LA OPTATIVIDAD DE MATERIAS RELACIONADAS CON EL MOVIMIENTO, EL DEPORTE, LA ALIMENTACIÓN... |
| 485 | Nos dieron una hoja como sugerencia de almuerzos para media mañana en el cole a los peques, un día de fruta, un día de lácteo, un día de zumo y galletas , un día de sanwich.. y otro libre. Sí que me gustaría que fuera más saludable en plan más fruta, no es obligatorio pero claro los peques se fijan en los demás y al final pues aunque no quieras te adaptas a lo que pone para que todos tengan casi lo mismo. |
| 488 | Fomentar la actividad física saludable ligándola a una alimentación adecuada a la edad e intensidad de las actividades físico-deportivas a realizar. |
| 490 | Agradecido por hacérselo mirar |
| 505 | A mi hijo le inculco una vida saludable. Come de todo como legumbres, frutas, verduras... No toma bebidas azucaradas, solo bebe agua o leche. |
| 523 | Sería genial tener recetas de cenas sencillas, pero no ricas y saludables que pudieran prepararse ellos mismos |
| 526 | . |
| 540 | Primero que la comida del comedor escolar sea de calidad y no pésima. Fomentar la oferta de actividad deportiva en todos los municipios. En la mayoría de ayuntamientos solo se fomenta el fútbol. Es el deporte que más se ofrece. Los horarios son escasos. Pocas franjas horarias. |
| 560 | O |
| 568 | Soy docente, en centros educativos no deberían tener acceso (ni en maquinas ni en las cantinas) a productos poco saludables, veo el desconocimiento de las familias de lo que ingieren sus hijos para almorzar: zumos, snacks, bollería industrial y aperitivos (¡incluso café! El cual debería estar en una zona exclusiva de docentes). Si lo hacen, que sea fuera de un centro educativo |
| 583 | Comer sin pantallas, actividades al aire libre |
| 585 | Eliminar la publicidad de este tipo de alimentos y prohibir los "regalitos" que incluyen muchos de ellos |

| | |
|-----|---|
| 603 | Que en el núcleo rural, como es nuestro caso, existan las mismas opciones y recursos para practicar deporte y extraescolares gratuitas para mi hijo |
| 604 | Formación y publicidad directa a familias, q son las q compran y cocinan |
| 606 | Tiene más de 18 años y a pesar de haberle inculcado hábitos de vida y alimentación saludable hace lo que le da la gana, sobretodo cuando está fuera de casa. Por otro lado propio de la edad. También hecho en falta que en está recogida de datos no se puede seleccionar si se está respondiendo sobre un chico o una chica. |
| 608 | En esta encuesta no se puede seleccionar si estoy respondiendo sobre un hijo o hija |
| 615 | Yo decidí como alimentar a mi hijo siempre bajo las recomendaciones de su pediatra |
| 619 | Yo le di el pecho a mi hija durante más de 5 años |
| 656 | Dejar de vender productos procesados azucarados y hacer publicidad sobre ellos |
| 657 | Dejar de vender y publicitar productos ultraprocesados azucarados y nada saludables |
| 675 | CONVENCER A LOS CHICOS EN LA EDADES DE 12 A 18 AÑOS ES COMPLEJO PERO POR MEDIO DE LAS REDES SOCIALES SIN XENOFobia APLICARIAMOS LOS INTERCAMBIOS DE INFORMACIÓN. |
| 706 | Más formación |
| 713 | Más actividad física |
| 721 | FOMENTAR LA INFORMACION DE HABITOS SALUDABLES EN CENTROS DE SALUD SOBRE LA ALIMENTAICON DE RECIEN NACIDOS Y NIÑOS |
| 722 | NO DEBERIAN DE VENDER, NI ANUNCIAR NI ETSAR AL ALCANCE EN LOS SUPERMERCADOS, TODOS LOS ALIMENTOS QUE SON VENENO Y LOS PROMOCIONAN COMO SALUDABLES. NOS ENGAÑAN Y EL GOBIERNO LO PERMITE, AL IGUAL QUE CON LOS MEDICAMENTOS. |
| 724 | Prohibir la venta de tanta comida basura. |
| 735 | Talleres para concienciar sobre la importancia de una buena nutrición, la actividad física y el descanso. |
| 736 | Pondría una sesión al día de educación física en el colegio. |
| 740 | NO PONDRIA NINGUN TIPO DE MAQUINA ESPENDEDORA DE ALIMENTOS EN UN CENTRO EDUCATIVO. |
| 741 | Considero que debería de haber asignatura de EDUCACIÓN FÍSICA en Bachillerato, pues el deporte es muy importante. |
| 746 | Llevar una dieta saludable incrementa mucho el coste de la cesta de la compra. Es mas caro comprar toda la comida fresca y cocinarla a cocinar comida procesada. |
| 750 | Talleres en los centros formativos, además de charla, ejercicios más lúdicos. |
| 752 | Que los centros educativos no impongan la distribución de qué se lleva de almuerzo cada día de la semana, si en ella se establece un día de dulces y zumo. Al final, de esta forma, se incita al consumo de azúcar. |
| 758 | tengo un niño de 6 años que su constitución física le hace ser mas fuerte que su hermana y además le cuesta probar sabores nuevos y le cuesta llevar una dieta mediterránea ósea comer saludablemente pero también hace educación física sin dificultad y además juega y entrena en un equipo de futbol ; además de coger pantallas le gusta mucho jugar con bici y patinete y salir a pasear. |
| 764 | En relación a los centro educativos...Las familias son las encargadas de desarrollar los valores en nuestros hijos, el centro educativo ofrece el conocimiento, pero si la familia no corrige o cambio el hábito el alumno no variar su comportamiento. En cuanto a incluir máquinas expendedoras o no...se ha visto en UK, que si la opción sigue existiendo las / los alumnos/as en la mayoría escogen alimentos no tan saludables, por lo que, si se incluyen las máquinas estas solo podrían dispensar alimentos saludables (y ¿cuáles son?)...así que, solo restringiendo las opciones es posible. En relación a la alimentación infantil en neonatos y niños/as, el personal de Enfermería no está suficientemente formada al igual que el médico-pediatra, por lo que recomienda según su propia vivencia o influenciados por las farmacéuticas. Hoy en día, muchos de leches sustitutivas o inclusión de alimentos sólidos contienen un exceso de hidratos de carbono, azúcares añadidos y/o formulaciones inapropiados que contribuyen a la crianza de niños y bebés con sobrepeso. Por lo que, es un debate ardúo |
| 772 | Aumentar los canales de información para padres e hijos a través de los centros educativos. |
| 773 | En el área de Educación Física es imprescindible hablar de salud cada día, cada sesión. Es necesario que creemos ciudadanos físicamente activos e involucrados con su propia alimentación, verdaderos agentes de su estado de salud. |
| 790 | Mas horas de deporte en el cole y alguna clase de menus saludables para que los niños sepan que alimentos son mejores que otros. |
| 807 | En las festividades organizadas por los entes públicos podrían incluir alimentos saludables |
| 809 | Incluir frutas en celebraciones publicas |

| | |
|-----|--|
| 810 | Asignatura de nutrición y hábitos saludables en el cole |
| 811 | Fomentar la lactancia materna. Si ya no lo hacen ni por sus hijos, que lo hagan por ellas mismas. Previene el cáncer de mama. |
| 812 | Explicar la importancia de la lactancia materna, asignatura de nutrición integrativa y buenos hábitos |
| 813 | Que duerman más horas los niños y no usen pantallas |
| 815 | Se deben incentivar los hábitos saludables en el centro educativo y promocionarlos en el ámbito familiar |
| 829 | estaría bien , una cocina en el colegio en vez de traer ya la comida preparada |
| 831 | Mejorar los menús de comedor eliminando frituras y mejorar los desayunos, basados en galletas, bollería o cereales con exceso de azúcar. |
| 833 | |
| 836 | Los hábitos saludables se deben de convertir en un estilo de vida, desde la infancia. Falta mucha educación en estos temas en los centros educativos y los sanitarios tendrían que estar más actualizados. Y sobre todo prohibir los alimentos ultraprocesados en la infancia |
| 843 | Interesante |
| 847 | Sería muy interesante conocer además el impacto ecosocial de los alimentos que consumimos, es decir, la relación de nuestra alimentación con la sostenibilidad. |
| 854 | Los desayunos en el centro escolar siguen siendo, bizcocho, magdalenas, y cereales azucarados y chocolate soluble azucarado (es demasiada azúcar). También pueden optar por una tostada, pero siempre de pan blanco y de trigo, no hay mucha opción a tomar un desayuno saludable. Un pan integral sería mejor opción y que fuera de calidad. El comedor aunque los menús están equilibrados nutricionalmente, la calidad de la comida no es la mejor y siguen comiendo en bandejas de plástico, lo cual no entiendo, sabemos lo malo del plástico, pero seguimos igual que hace 30 años. Aún así, el comedor es una buena opción para los niños aunque se quejen, porque les enseña a comer , muchas veces mejor que en casa. |
| 859 | la alimentación del adulto se fomenta desde el embarazo |
| 863 | Prohibir la venta de bebidas azucaradas y bollería en las máquinas. Aumentar las horas de actividad física escolar |
| 865 | Que hayan mas matronas para promover la lactancia materna Prohibir el consumo de alimentos no saludables en colegios, institutos Prohibir la venta de bebidas azucaradas a la infancia Envasar los alimentos no saludables de forma no atractiva para los jóvenes Prohibir la publicidad de alimentos no saludables dedicada a la infancia y juventud Prohibir los regalos promocionales con la comida no saludable |
| 868 | Hace falta formación de los profesionales para que transmitan adecuadamente sus conocimientos. La forma en la que transmiten información sobre la lactancia deja mucho que desear. Roza la violencia desde el punto de vista emocional. Espero que las cosas cambien en relación al trato que los profesionales del sistema sanitario dan a las mujeres en el periodo de embarazo y lactancia, para evitar complicaciones con la depresión postparto y la ansiedad. Al personal sanitario le hace falta más formación psicológica. |
| 888 | Como madre de adolescente encuentro que todos los hábitos y logros alcanzados a lo largo de la infancia y primaria, los pierden o los olvidan cuando llegan a la adolescencia. Cuesta mucho que los siga y el mayor problema sin lugar a dudas proviene de las redes sociales. |
| 890 | Todo lo que fomentamos en casa para una alimentación saludable lo hemos aprendido gracias a consultas externas con nutricionistas, leyendo o en redes sociales. Considero que la administración no aporta nada en este sentido y como poco deberían controlar más el acceso de los niños y jóvenes a alimentos poco saludables, podrían grabar el consumo de estos alimentos en beneficio de otros mucho más saludables y que las familias a penas nos podemos permitir. |
| 906 | Comedores saludables en los IES o llevar comida casera preparada para casa |
| 919 | Más horas de Educación Física y Psicomotricidad. Actividades extraescolares físicas y creativas subvencionadas. |
| 922 | Facilitar el acceso a actividades deportivas públicas |
| 927 | Mayor Oferta de actividades de ocio saludable para poder ser realizadas en familia. |
| 933 | Por favor potenciar AF en el medio natural. Restringido el uso de pantallas. estamos vendidos los padres en esta sociedad que prima el sedentarismo. |
| 935 | Muchísimas gracias por vuestra labor. Esperemos que surta efectos prácticos. Creo que falta en la encuesta preguntas tipo de si los hijos comen habitualmente comida tradicional, para mí entender más saludable, y evitando procesados y comida basura. Y también si desde casa se les inculca comer variado y de todo. |
| 939 | Mi hija tomó Leche materna más de 3 años conscientemente porque nuestro objetivo |

| | |
|------|--|
| | principal de vida es la salud completa |
| 953 | Mi hija come de todo, bollería no me gusta porque tiene mucha azucar |
| 955 | He realizado los tres cuestionarios y en ninguno he observado que se cuestione como afecta la conciliación familiar a los hábitos saludables de los niños. Esa conciliación dificulta que los padres controlen y mejoren la conducta alimenticia de los hijos y que pueden llevarlos a realizar ciertas actividades físicas o incluso realizar actividad física en familia. |
| 956 | Fomento de hábitos saludables en redes sociales ya que, es el medio por el que los menores se mantienen informados. Contar con fácil acceso a los hábitos saludables |
| 980 | Solo que mi hija si no le preparas el desayuno no desayuno lo mismo con el almuerzo ,come poco ,verduras nada ,solo la ensalada que le preparo , come todo el rato bollería , y se la compro para que coma algo tiene 12 años recién |
| 1010 | En el colegio de mis hijos (primaria) en líneas generales si observo que llevan almuerzos "saludables", pero tenemos un instituto al lado de casa y los adolescentes que vemos almuerzan o meriendan todos los días a base de bollería industrial, bebidas energéticas, tabaco... entiendo que se debe aumentar la información y educación en este tema en esas edades de educación secundaria y bachillerato. |
| 1011 | No me faltó información sobre alimentación porque la busqué pero necesité grandes dosis de terquería porque desde los centros educativos e incluso algunos sanitarios se me juzgó y se me instó a abandonar la lactancia encarecidamente. De hecho mi primer hijo comió gusanitos por primera vez sin mi consentimiento en un centro de educación infantil y no era algo excepcional sino una práctica habitual. Necesitamos que los comedores escolares sean de verdad saludables y con comida recién hecha para que sean una opción real para nuestros hijos. Dentro de los hábitos marcados por el colegio hay un día que les piden galletas y zumo para desayunar que a nuestro parecer no debería existir. Nos gustaría que se incluyera la higiene dental tras el desayuno del cole. Por lo demás sí que hablan mucho del tema y lo trabajan, han formado parte varios años de un programa en el que les daban frutas de temporada en los desayunos y era muy interesante y a los peques los motivaba. |
| 1018 | Deberían haber más charlas y excursiones de los escolares a sitios donde los talleres sean en educación a la alimentación y ejercicio físico para que sean más conscientes de los problemas que les puede conllevar tener una vida sedentaria |
| 1019 | hay que inculcarlos desde infantil |
| 1020 | Fomentar en la escuelas los hábitos saludables y después reforzar en casa. |
| 1026 | Se debería informar más sobre distintos tipos de dietas: vegetarianas, veganas... Sobre todo de la importancia del consumo de legumbres, verduras y frutas y la reducción o eliminación del consumo de carnes y pescados. |
| 1030 | Deberían dar clases en los centros ,desde infantil hasta secundaria con toda la información y de algún modo que se enseñen a comer bien y a ser conscientes de los riesgos que conlleva una vida sedentaria. Así mismo también talleres o excursiones,pero no me refiero a 1 en el año,sino que todas las semanas deberían de tenerlo obligatorio ,al igual que también de sexo. |
| 1038 | No debería haber máquinas expendedoras en los colegios. Por favor, revisen la redacción de las preguntas. En la 13 indican que como máximo son 2 opciones, y después que se marquen de 1 a 3 respuestas. |
| 1041 | Buena iniciativa |
| 1044 | Fomentar en la enseñanza la importancia de la alimentación variada y en los más pequeños con juegos que les hagan interesarse por esos alimentos que normalmente no les gusta pero que son indispensables |
| 1046 | Aunque en el colegio piden que en el almuerzo los niños lleven cosas sanas, a la hora de la verdad los padres de otros niños hacen lo que quieren y el colegio (profesor/tutor) no dice nada, lo que hace que mi hija, que sí lleva comida sana, se queje y con razón. |
| 1049 | En mi caso, tengo información al respecto. Mi hija también, pero no termino de conseguir cosas tales como que coma más fruta. La teoría es una cosa y otra es la práctica. Espero conseguirlo |
| 1051 | Eliminen yougures azucarados en los comedores de centros publicos. |
| 1054 | Necesidad de realizar talleres a las familias con menores a su cargo |
| 1066 | La información que se da cuando tienes un hijo está totalmente desfasada ya que te dan la hoja de hace 20 años... Además, se promueve una cosa y se acaba haciendo otra. En los comedores escolares se repite mucho el tipo de alimento y no hay suficiente variedad. Además muchas cosas están con salsas o fritas. No se mira el valor nutricional del menú. No se les enseña a comer, se les da la comida y si quieren comen y si no, ya comerán en casa... |
| 1068 | Necesitamos apoyo económico directo a las familias en general, para llenar la cesta de la compra de comida saludable y para hacer actividades porque ya no llegamos a todo y las deficiencias presupuestarias de los coles sobre todo siempre acaban de forma indirecta en los bolsillos de los padres. Y sí, que no vendan chuches y bollería en los institutos es una manera de que se generalice su no uso, igual que pasa con otras sustancias nocivas en |

| | |
|------|--|
| | adultos como el tabaco. |
| 1069 | calidad en los alimentos de los comedores escolares. no basta con que el menu sea saludable si la calidad es penosa |
| 1082 | más información en los centros escolares, talleres de cocina saludable y etiquetas fiables |
| 1086 | Mihijanacion en 2020 cuando toda la administración estaba parada, ni acceso a matrona de seguimiento de embarazo, ni indicaciones referentes a alimentación. Me informé leyendo libros por mi cuenta, menos mal que el abanico de información en las librerías es amplio. Como estrategia recomendaría, apoyar las actividades extraescolares en los CRA, ya que debido al reducido número de niños, a las empresas privadas no les resulta atractivo impartir actividades extraescolares en esos CRA, y a los AMPAS les resulta muy difícil conseguir para los niños una actividad extraescolar de ningún tipo. |
| 1088 | Eliminar bollería y alimentos procesados y azucarados de las máquinas expendedoras de los centros públicos. |
| 1104 | Los llamados desayunos saludables de los colegios no son tal |
| 1105 | Se necesita mayor información y mayor implicación de las administraciones. |
| 1107 | Se debería incluir/obligar que las cafeterías de los centros educativos o los comedores escolares contemplaran alimentos saludables. |
| 1111 | Los niños deberían tener mas horas de Educación Física tanto en primaria como en secundaria |
| 1126 | Para que los niños hagan deporte, sería necesario que desde la Administración se fomentará más el deporte y que desde el colegio, se le enseñará a los niños con el material correspondiente, todos los tipos de deporte que hay, aparte del fútbol, para que se animarán, conocieran y así fomentar, más la práctica deportiva en los niños. Por eso es tan importante, que se fomente desde las administraciones públicas. |
| 1128 | Que lleven de 3 años a 6 de primaria las mismas rutina que los niños pequeños (fruta, lácteos, bocadillo, fruta, libre) |
| 1130 | En el colegio deberían obligar a llevar fruta a media mañana todos los días . La asignatura de Educación Física se debería realizar de lunes a viernes. Y que en el cole hubiese extraescolares de diferentes deportes, no sólo futbol, como bádminton por ejemplo. |
| 1140 | El mecanismo que despierta el azúcar en el cuerpo explicado con imágenes duras para que los padres comprendamos que implica lo que hacemos |
| 1142 | Hacen falta más instalaciones deportivas municipales. Los colegios e institutos deberían abrir sus puertas para jugar en sus patios 6 días a la semana |
| 1143 | Hay veces que no se puede dar leche materna y por ello no salen niños obesos ni con menos peso. |
| 1149 | OBLIGACION DE ALIMENTOS SALUDABLES EN CENTROS ESCOLARES, LOS NIÑOS PEQUEÑOS QUIEREN LO QUE VEN |
| 1153 | Educación Física debería realizarse de lunes a viernes. Y debería haber horas extraescolares que promovieran el deporte entre los adolescentes. |
| 1156 | Más promoción de hábitos saludables en escuelas, prohibición de dulces y chucherías, charlas, talleres, actividades relacionadas con la salud. |
| 1162 | Creo que no se necesitan más actividades deportivas extraescolares, creo que es de las actividades más comunes en los colegios. Lo que sí es importante es que las clases de educación física se tomen en serio, que no se sigan viendo como una hora de no hacer nada, que es lo que sigue ocurriendo en muchas ocasiones. Creo que debería haber más lugares en los barrios para que los niños y adolescentes pudieran ir a hacer deporte. Pabellones que abran los fines de semana, carriles bicy, parques cuidados y adcentados para que resulte agradable pasar en ellos el tiempo libre. |
| 1163 | Más deporte |
| 1170 | . |
| 1173 | los habitos saludables, son algo que todavía tiene que seguir dándose a conocer porque hoy en día hay familias que no saben inculcar higiene personal, comidas saludables ni hábitos deportivos a sus hijos |
| 1175 | Tener horarios compatibles con la realización de una comida a una hora adecuada. Implantar medidas en el colegio de desayunos saludables. |
| 1176 | Tener siempre en casa alimentos saludables que puedan ofrecerse como opción de "picoteo". Y en caso de que coma algo dulce o menos saludable, que vaya acompañado de un trozo de fruta. |
| 1183 | Talleres de nutrición para adolescentes |
| 1184 | DESARROLLO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS PARA ADOLESCENTES |
| 1197 | Fijar horario de comida Incluir vegetales en los 3 principales Tiempo de comida. |
| 1216 | Tener horarios compatibles con la realización de una comida a una hora adecuada. Poner menús adecuados en los bares de los institutos, no solo bollería. Posibilidad de que puedan |

| | |
|------|--|
| | comer allí antes de la última hora de clase, como en otros sitios europeos. |
| 1236 | Fomentar el consumo de fruta y productos no azucarados en los centros escolares. Insistir en que no lleven zumos, galletas o bollería para el almuerzo. Fomentar las actividades deportivas en los centros escolares, así como realizar actividades al aire libre. Evitar castigar a los niños si patio porque además de ser ilegal, ellos necesitan esos momentos que son los pocos en los que se pueden mover y levantar del pupitre durante la jornada. |
| 1242 | El programa de fruta en el colegio ha ido a cada vez de pero calidad, más escaso y menos variado. |
| 1244 | Fomentar el taller educativo en alimento saludables. |
| 1250 | Mis hijos han seguido mis hábitos practicar deporte desde la infancia y comida saludable mucha fruta siempre |
| 1256 | Talleres para familias para erradicar creencias erróneas sobre alimentación y hábitos saludables, ancladas en el pasado. |
| 1260 | Es muy importante que se haga bien |
| 1292 | Debe haber muchas charlas dirigidas a los alumnos y también a los padres. En la educación debe estar la prevención. |
| 1298 | Más visibilización y normalización a lo saludable y menos ultra procesados |
| 1301 | La actividad deportiva ayuda a tener un estilo de saludable |
| 1311 | Me parece muy importante que se trabaje en los hábitos saludables de nuestros hijos. |
| 1314 | Mejorar la información en los centros educativos. |
| 1316 | mejores hábitos saludables en la escuela infantil que en la escolarización a partir de 3 años en general: alimentación, ejercicio físico y descanso |
| 1322 | Incluir a profesionales de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte para que gestionen y coordinen este tipo de actividades y estrategias. |
| 1325 | Más actividades de deporte físico, menos comida con grasas saturadas |
| 1329 | Más información llamativa y común en coles para niños y adolescentes y más publicidad positiva de la importancia del descanso y la alimentación. |
| 1330 | Mejorar la calidad de los productos y elaboraciones que se ofrecen en los comedores escolares. A la vez que la formación y número del personal que los atiende a la hora de gestionar comedores de tantos alumnos. Suelen ser de gestión privada y los menús difieren muchas veces de la realidad. Se ofrecen bastantes alimentos procesados como pescados precocinados o de baja calidad. |
| 1333 | Es difícil el control de las pantallas tanto en los centros donde se lleva tablet, así como en las casas y más cuando son niños/as en situación familiar de padres separados, lo que hace más difícil ese control. |
| 1336 | En el Instituto deberían dar formación sobre hábitos saludables, ejercicio...por ejemplo en educación física |
| 1352 | Más información |
| 1375 | Creo que se incide mucho en la alimentación del bebé el primer año de vida (los padres estamos muy pendientes y los profesionales sanitarios también) pero pasado ese tiempo de introducción estricta de los alimentos, la alimentación saludable pasa a un segundo plano, sobre todo si el niño come "mal" y "por que coma algo" come cualquier cosa (galletas, yogures de beber, bollería, zumos). Creo que la sociedad ha seleccionado comidas para adultos y otras para niños y a los niños no se les ofrece la gran variedad que hay en la dieta mediterránea. Estoy harta de "menús de niños" que no incluyen más que fritos y salsas. |
| 1377 | Crear itinerarios peatonales seguros para que los niños se puedan desparzar andando, sin vigilancia de un adulto o coche, hacia sus colegios, parques e instalaciones deportivas Actividades extraescolares en los colegios, a continuación de las horas lectivas Fomentar el juego al aire libre Limitar el tránsito de los coches, han invadido el espacio público, las aceras se estrechan a favor del paso o aparcamiento de coches, lo que lleva a aumentar los desplazamientos en coche a todos los sitios por falta de seguridad, falta de aceras inclusivas Empezar por aquí, devolver el espacio público a los niños y sus familias |
| 1383 | Espero que haya buenos resultados con éste estudio |
| 1395 | Intentamos desde casa que tengan una alimentación saludable y con pocos alimentos procesados, de hecho hago dulces para compensar los dulces de bollería industrial |
| 1400 | Promover juegos populares en los centros educativos |
| 1404 | En los comedores deberían evitar barritas de merluza con rebozados que o carnes empanadas que no son saludables y aunque mis hijos no lo toman retiraría los zumos llevan demasiados azúcares, evidentemente no son naturales |
| 1406 | Espero que se siga motivando a los niños/as desde las escuelas a que coman saludablemente con, por ejemplo, el reparto de frutas y verduras o lácteos. En el colegio de mi hijo también hacen charlas tanto el PTSC como la enfermera sobre hábitos saludables, lo |

| | |
|------|---|
| | cual agradezco. |
| 1413 | Mejor formación y educación a las familias sobre hábitos saludables. |
| 1414 | Las maquinas expendedoras deben ser de capricho, lo que debemos hacer como padres es educarles a que de esas maquinas no se come todos los días y debemos enseñarles nosotros mismos que es bueno y malo que deben comer mas o menos y que nunca hay que abusar y mucho menos de alimentacion azucarada. Ademas, depende de nosotros y no de subvenciones educarles en las extraescolares. Y si no puedo pagarlo siempre se puede salir a correr que es gratis |
| 1417 | Nadie me habló de la importancia de la lactancia materna en relación a la alimentación de mis hijos, fui yo la que se interesó por el tema, al igual que a la hora de la introducción de la alimentación complementaria. Falta información y además la que viene de la administración es obsoleta. Los pediatras y matronas de la sanidad pública y muchos en la sanidad privada están muy desactualizados, y su formación en nutrición es nula. En ese sentido veo que sólo aquellos que pueden costearse buenos profesionales están bien asesorados y atendidos. En mi caso la sanidad pública ha aportado muy poco en cuanto a la buena nutrición de mis hijos. Deben ser los padres los que ejerzan de educadores alimenticios, eduquen a los padres no (solo) a los niños. |
| 1429 | |
| 1432 | A veces, las familias no podemos permitirnos que vayan a actividades extraescolares por el coste de las actividades. Deberían existir más talleres o asignaturas donde se trabajase de forma práctica la adquisición de hábitos saludables. |
| 1472 | Considero fundamental que en los centros escolares no haya máquinas expendedoras (con respecto a una de las preguntas anteriores). Además, debería estar PROHIBIDA la celebración de cumpleaños en el colegio que impliquen llevar chucherías, bollería, etc. En algunos centros, hacen un calendario de meriendas que llevar al cole, pero tristemente, son los padres quienes se saltan los calendarios y no respetan lo marcado por los profes. |
| 1477 | Es importante que los niños entiendan que es muy importante alimentarse de manera sana y comer fruta y verduras de manera diaria. Además de hacer actividad física: montar en bici, correr, natación, etc... muchos niños, pasan muchas horas sentados o en actividades extraescolares sedentarias. |
| 1482 | Salud y buena alimentacion |
| 1485 | Contar a los estudiantes sobre la necesidad de una alimentación saludable. |
| 1491 | Aprender dentro de asignaturas la importancia de la dieta saludable sobre la salud |
| 1495 | No entiendo las dos ultimas preguntas, se deberían retirar. No tienen que ver con el contenido de la encuesta ni el objetivo teórico de acuerdo con su título (los hábitos saludables y su promoción no tienen que ver con la lactancia materna) Adicionalmente, presuponer que la decisión de unos padres sobre la alimentación de sus hijos recién nacidos depende solo de la información es establecer un prejuicio sobre los padres y especialmente sobre la madre, que siempre quiere dar lo mejor a sus hijos, pero cuando no puede darle la lactancia materna, toda la presión ejercida supone cierta criminalización y genera un sentimiento de culpa bastante grande en las madres |
| 1499 | Incorporar pausas activas durante las clases. Mayores actividades docentes en entornos naturales y en definitiva más contacto con la naturaleza |
| 1500 | Que controlen también la alimentación que se ofrece en el aula matinal de los centros educativos. Hay muchos alimentos azucarados |
| 1517 | Me gustaría que en los centros educativos se tuviera más en cuenta a los niños alérgicos a alimentos. |
| 1518 | Menos clases de religión y más actividades al aire libre |
| 1528 | Poca información sobre el método blw |
| 1535 | Prohibir venta en maquinas expendedoras y en centros de restauración de alimentos no saludables |
| 1546 | Realizar ejercicio físico para los niños no debería ser una opción como la formación en inglés, porque priorizamos su formación por ejemplo en idiomas y no su salud. Además, no deberían poder llevar a los colegios nada de bollería ni zumos, batidos... Así los que llevan cosas sanas no se sienten como "bichos raros" ante los que llevan solo bollería, galletas... |
| 1553 | Consuman verduras y frutas |
| 1557 | Para muchas familias es más accesible el que sus hijos lleven al colegio algo ultraprocesado que aguanta más tiempo si no se consume, que mandarles frutas, que se estropean antes y cuestan más. Muchas veces la economía decide el almuerzo de los pequeños |
| 1558 | Desde que el dentista le dijo a mi hijo que evitara el azúcar, ha decidido por el mismo tomar brick de leche entera para el recreo del cole. Es fundamental que los profesionales les orienten y se sientan responsables ellos mismos de su alimentación en la medida de lo posible. |
| 1562 | Sería genial tener más información sobre Alimentación, en los colegios. Talleres o charlas informativas |

| | |
|------|---|
| 1564 | Actividades extraescolares gratuitas para los niños. Son muy caras y muchos no nos lo podemos permitir |
| 1568 | Actividades extraescolares gratuitas para los niños. |
| 1574 | Más información a familias y alumnos, tanto en los centros educativos como por parte de los servicios de pediatría, siempre y cuando estos servicios estén actualizados, no como los servicios de pediatría que tenemos en algunos municipios. |
| 1580 | Más información a los chicos |
| 1590 | Los niños consumen demasiados azúcares |
| 1593 | Creo q el tema económico es bastante impórtate y decisivo al llevar merienda al colegio por ejemplo, y campañas reales de el daño del azúcar y de cuanta azucar llevan los alimentos procesados , por ejemplo cuantos cubitos de azúcar llevar un zumo o una coca cola... así de ese tipo |
| 1595 | La primera pediata que tuvo mi hija me dió recomendaciones obsoletas en cuanto a la alimentación. |
| 1614 | En los centros de primaria se valoraba más la alimentación que llevaban los alumnos. No obstante, los hábitos deben crearse en la propia familia. |
| 1617 | Importante enseñar a los niños a comer basados en la nueva pirámide alimenticia. correctamente los alimentos y enseñarles cómo comer. Reducir el consumo de azúcar. |
| 1627 | En cuanto al tema de la lactancia, en mi caso concreto, no pude dar el pecho a mis hijas. Con una de ellas no llegué a tener subida de leche y con la otra tuve una mastitis, y en ningún momento se me informó en mi centro de salud de cómo compaginar el pecho con el biberón, lo que me llevó a dejar de intentar dar el pecho, ya que la primera de mis hijas acabó en el hospital por falta de nutrición, y no tuve un apoyo en mi centro sanitario al respecto, es más, casi se me culpó por no dar el pecho. Ahora, a lo largo de los años, lo veo desde otra perspectiva, pero entonces me sentí muy mal y no recibí ayuda. Creo que al igual que se fomenta la lactancia materna, también se debería atender a las mamás que, por cualquier motivo, no pueden dar el pecho. |
| 1629 | Importante enseñar a los niños a comer basados en la nueva pirámide alimenticia. correctamente los alimentos y enseñarles cómo comer. Reducir el consumo de azúcar. |
| 1630 | Mas actividades deportivas extraescolares subvencionadas por las administraciones y siendo llevadas a cabo realmente por los ayuntamientos o colegios, en los pueblos pequeños no tenemos ninguna opción de actividades escolares, ni escuelas deportivas ni nada por el estilo como lo hay en centros grandes o ciudades. |
| 1632 | Falta información cercana a las futuras mamás, acompañamiento real durante los dos primeros meses de amamantamiento del bebé a las mamás que lo quieran. es un momento muy duro y la mamá se encuen tra rodeada de mucha información con buenas intenciones, pero no siempre es la mejor. Las máquinas expendedoras deberán ofrecer siempre opciones saludables, además de la que quieran ofrecer. |
| 1635 | |
| 1640 | ME GUSTARÍA QUE EL ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS ELABORADOS FUERA MÁS VISIBLE, CLARO Y COMPRENSIBLE PARA LOS MENORES. QUIZÁS UTILIZANDO DIBUJOS, EMOJIS... PARA QUE ENTIENDAN SI LO QUE COMEN ES SALUDABLE O NO. |
| 1641 | Debería ser obligatoria una asignatura o un lugar-tiempo para dar charla explicativa de los hábitos saludables sobre alimentación, higiene digital así como psicología positiva y general. |
| 1643 | Considero que los niños cada vez tienen menos tiempo libre para jugar al aire libre o practicar deportes debido a la carga lectiva |
| 1645 | No la conozco |
| 1646 | En el municipio donde residimos no existe ninguna actividad deportiva para niños de la edad de mi hijo 3/4 años. Además en el colegio creo que deberían intentar inculcarles contenidos sobre alimentación saludable desde edades tempranas. |
| 1649 | Un cuerpo saludable crea grandes pensamientos |
| 1651 | ME parece un tema muy importante a impartir en las aulas, con charlas, cursos, actividades lúdicas, esta es la mejor forma en la que los niños pueden adquirir estas pautas saludables e integrarlas en el día a día. |
| 1653 | No se me ocurre ningún comentario |
| 1656 | No se me ocurre ningún comentario |
| 1660 | comer sano = mente y cuerpo sano |
| 1661 | la información que tengo es porque yo me he encargado de buscarla, |
| 1669 | Considero que es fundamental reforzar la educación nutricional desde edades tempranas. Muchas personas desconocen cómo interpretar el etiquetado de los alimentos, lo que les impide diferenciar entre opciones saludables y ultraprocesadas. Incluir programas en escuelas y campañas informativas accesibles ayudaría a que la población tome decisiones más conscientes sobre su alimentación. |

| | |
|------|--|
| 1681 | Come bien, vive mejor. |
| 1684 | fomentar el deporte sano entre niños. sobre todo que en pueblos, hubiera más opciones deportivas para los niños. |
| 1691 | Salud en cada bocado |
| 1699 | Nuestros hijos/as, deben realizar actividad física de forma regular... |
| 1703 | Intentar comer la menor cantidad de alimentos ultraprocesados posible |
| 1708 | Suelen ir al cole en coche porque el problema no es la distancia del cole a la casa, sino que en menos de media hora tengo que llevarlos al cole y llegar yo a mi trabajo y eso no lo puedo hacer andando por las distancias entre los tres sitios. |
| 1714 | concienciación en los colegios e institutos para mejores hábitos Realizados de forma amena y sin castigos por no llevar "desayunos saludables a los recreos" |
| 1716 | Aumentar el número de horas de ejercicio físico en los centros escolares. Charlas de prevención de enfermedades como la obesidad. Acercar a los centros escolares productos saludables (frutas), y evitar comida mal sana en estos. |
| 1717 | DESCANSOS ACTIVOS EN COLEGIOS MÁS HORAS DE EDUCACIÓN FÍSICA FOMENTO DE DEPORTES A TRAVÉS DE LIGAS ESCOLARES |
| 1722 | INCREMENTAR EL NUMERO DE HORAS DE EDUCACIÓN FÍSICA TANTO EN LA ETAPA DE PRIMARIA COMO EN SECUNDARIA. |
| 1739 | -faltan verduras en los menús de los comedores escolares y también falta variedad |
| 1745 | En cuanto a máquinas expendedoras, en un colegio no le veo mucho sentido. Quizás en un instituto sí..pero en algunos (con cierta edad), saben a comprar fuera del centro... Por lo que el problema no es de centros educativos, sino de todo el entorno. |
| 1746 | Los propios médicos, enfermeros o farmacéuticos... todavía dices que es mejor un zumo de naranja de tetranrick, antes que una naranja de fruta |
| 1779 | La lactancia es importantísimo para un recién nacido y por eso es esencial que un profesional te indique todos los beneficios que tiene. En mi caso estuve 24 meses dando el pecho y compaginando con los alimentos que iba introduciendo a mi hijo según la edad. Desde pequeños tienen que probar sabores, texturas, colores y todo con alimentos naturales y sin azúcares artificiales. La fruta y la miel natural ya les aporta el azúcar que necesitan. Se puede educar para saber comer sin azúcar y sin sal disfrutando de la comida. No hace falta potenciadores de sabor ni aditivos para que una comida esté rica. Hay especies, verduras y hortalizas que harán ricas las comidas. Es necesario educar en alimentación y acudir a un nutricionista para que nos vayan indicando las pautas en la alimentación de nuestros hijos. |
| 1782 | En los centros educativos tiene que haber más charlas sobre hábitos saludables |
| 1785 | Es muy importante que los niñas y niños tengan una buena formación en todo lo relacionado con los hábitos saludables; pero no como parte de currículo sino como charlas y actividades, sobre todo motivadoras. |
| 1820 | Creo que esta muy bien que tengan información sobre los alimentos o bebidas azucaradas, y que sepan que un exceso de su consumo es malo para su salud, pero no creo que porque de vez en cuando consuman chuches(¡llamémoslas así), o se beban un refresco les pase nada. Creo que al final, de donde suelen coger los hábitos saludables es de casa, no del colegio, o instituto |
| 1821 | Creo que no debería haber máquinas expendedoras en los centros educativos, siempre existe la opción de la cafetería del centro educativo, que en nuestro caso, ofrecen también la posibilidad de consumir productos saludables y no ultraprocesados, que son los más habituales de las máquinas expendedoras. |
| 1833 | es fundamental regula desde las administraciones los aditivos no saludables de la comida y que la comida No Saludable sea mas cara que la saludable- |
| 1846 | Es prácticamente imposible mantener alejado a un niño/adolescente de alimentos ultraprocesados. De imperiosa necesidad es la prohibición de bebidas energéticas a menores. Es espeluznante y cada vez lo veo más a menudo, pasear por el instituto (niños de 13/14 años) con botes de 0,5 litros de "Monster" redbull y similares. |
| 1858 | Deberíamos empezar desde casa y a veces nos cuesta bastante.... Desde aquí os doy las gracias por intentar que los niños adquieran hábitos saludables. |
| 1859 | los centro educativos deberían impartir por las tardes actividades extraescolares relacionadas con la actividad física y la alimentación en el deporte, porque no hacen ninguna. Así se fomentaría el deporte y se daría la importa que verdaderamente tiene una alimentación equilibrada. Lo que no se puede hacer es darle un folleto a los críos y así todo arreglado |
| 1861 | CONCIENCIARNOS TODOS, SI UN NIÑO/A VE QUE OTRO COME BOLLERIA INDUSTRIAL, EL O ELLA TAMBIEN QUERRA, HAY Q PONER PRECIOS ASEQUIBLES A TODAS LAS FAMILIAS PARA PODER ADQUIRIR PRODUCTOS SANOS, EL PROBLEMA ES CUANDO ES MAS ECONOMICO Y MAS FACIL ACCEDER A LOS PROCESADOS Y |

| | ULTRAPROCESADOS. |
|------|---|
| 1869 | En mi caso, no producía leche por más que la ponía y me hicieron sentirme muchas enfermeras como una inútil como madre por no poder dar el pecho. En el segundo embarazo debido a la depresión en el primero y al ser un parto gemelar, decidí no dar el pecho. Es muy buen la leche materna, pero el bienestar emocional también. |
| 1875 | Mi hija tuvo lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses, y complementaria hasta los 2 años |
| 1877 | Fomentar la comida de temporada y llevar siempre fruta en el almuerzo escolar |
| 1880 | más conocimiento real para embarazadas, para tener más consciencia. |
| 1888 | más información a embarazadas y orientación. más consciencia con asignaturas de alimentación y nutrición real en los centros educativos |
| 1898 | Nuestro pueblo no tiene extraescolares en el centro y al ser un pueblo pequeño y tener que ser privadas hay pocas opciones |
| 1912 | Las cafeterías de los institutos venden más opciones insanas que sanas. Es contradictorio que se enseñe una cosa, y que en la cafetería se venda otra, dentro del mismo edificio. Si las opciones saludables son más caras que las no saludables, es difícil optar por lo más saludable. La publicidad de bollería mostrando a "buenos" padres dando "lo mejor a sus hijos", no es un buen ejemplo. Las recomendaciones en letra minúscula en los anuncios son ridículas. Letras grandes con advertencia clara. Si se pueden comprar sin problema bebidas energéticas hiper azucaradas y con niveles altísimos de cafeína, y taurina, los adolescentes y los niños normalizan esas bebidas. Sobre todo cuando se asocian al deporte. Cuando un deportista (modelo) anuncia o publicita esas bebidas indica que son buenas. También en el pasado nos parecía bien que estas personas anunciaran bebidas alcohólicas, tabaco y juego. Campañas informativas sobre estas bebidas son muy necesarias. Mientras que las administraciones no se impliquen realmente, no se conseguirá nada . |
| 1931 | Se debe concienciar a los niños y jóvenes de la importancia del ejercicio físico a través de anuncios en tv o redes. |
| 1935 | Que tenga fácil acceso a comida saludable y fácil acceso a realizar actividad física. |
| 1938 | Retirar las máquinas expendedoras de los colegios e institutos, fomentar las meriendas saludables en las cafeterías de los institutos. Restringiendo la venta de dulces y golosinas. |
| 1939 | Que tenga fácil acceso a comida saludable y fácil acceso a realizar actividad física. |
| 1948 | Las charlas tienen que ser amenas y atractivas para que los chavales presten atención |
| 1953 | Qué la gente coma más sano |
| 1964 | Me parece una gran idea las extraescolares subvencionables. Si tienes varios hijos en alguna extraescolar es una inversión importante |
| 1983 | Situación ideal sería q el los centros educativos repartiesen comida saludable |
| 1984 | Creo que a los niños desde pequeños se les debe de hacer hincapié tanto de la importancia del descanso como de lo importante que es hacer deporte. Las opciones de extraescolares dependiendo del colegio es bastante escasa, por lo que se debería de poder optar a extraescolares en otros colegios ya que terminamos buscando equipos y clubs donde poder llevar a los niños e incluso muchas veces tampoco tenemos opciones ya que no cogen a más niños |
| 1987 | El Ceip de mi hijo recomienda un programa de almuerzo variado y saludable que debería tener carácter obligatorio. Un porcentaje alto de familias aún no lo tiene en cuenta y al final el almuerzo del patio de muchos niños u suele ser repetitivo, cómodo y poco saludable. |
| 1998 | Lo importante es que nuestros hijos tengan una alimentación variada y saludable aunque algunas veces se pasen con los azúcares, siempre vigilando el sobrepeso y los malos hábitos, todo esto compatibilizado con actividad deportiva frecuente, crecen sanos y fuertes. |
| 2018 | Demasiada publicidad sobre comida rápida y fácil acceso a ella, por proximidad, por precio, por rapidez y porque crea adicción. |
| 2027 | Las autoridades sanitarias deben obligar a las industrias de la alimentación a relacionar detalladamente TODAS las sustancias incluidas en los alimentos que nos venden, así como crear una normativa legal que impida vender alimentos a cualquier público con elevada cantidad de azúcar o sustitutos de esta, sobre todo prohibir la publicidad destinada al público infantil de alimentos que normalmente son pocos saludables |
| 2033 | Que en casa se haga. Así fuera se hace. |
| 2036 | Ideas fáciles para el día a día |
| 2038 | Falta acceso para chicos con necesidades especiales |
| 2039 | Ideas fáciles para el día a día |
| 2045 | Hay que educar el paladar y los hábitos de nuestros hijos. Cuesta pero si eres constante, al final lo entienden y acaban siendo conscientes de su alimentación saludable. Siempre hay que tener un estilo de vida 20% 80%. |
| 2053 | tras responder a las preguntas deberían de proporcionar a los padres un valor de referencia |

| | |
|------|---|
| | sobre los hábitos de vida saludable de la menor con respecto a su grupo poblacional. Falta información en este cuestionario para los sujetos que los realizamos, lo que no cumpliría las normas éticas de investigación con personas |
| 2058 | Sensibilización desde los mcm de reducir el tiempo de pantallas sobre todo en menores de 12 años |
| 2061 | Dejar más tiempo de descanso en los recreos para poder almorzar adecuadamente los niños, con atención plena a lo que comen. Poder almorzar dentro de clase, sin prisas, darle importancia a las actividades escolares y extraescolares de hábitos saludables, sobre todo el uso de pantallas.Los niños pasan el día con ellas, dentro de los centros educativos, niños de 3 años ya hacen asamblea con pantallas. |
| 2091 | Lactancia materna hasta los 2 años |
| 2102 | Más clases y actividades extraescolares GRATUITAS para que los niños fomenten el deporte desde pequeños con suficientes plazas para abastecer a cada colegio ... |
| 2117 | La información que he obtenido para la alimentación de mi hija ha sido porque yo la he buscado y/o pagado. El sistema está totalmente obsoleto |
| 2150 | Nada |
| 2152 | Los precios de la carne, pescado, fruta y verdura habría que regularlos y que ganen el dinero los que lo trabajan, no los que lo venden. Aditivos y E- y toda esta química que esta muy cerca del alcance de lo niños en las tiendas. Tendrían que estar prohibidos para los fabricantes, se pueden usar otros aditivos que son mucho mas sanos. |
| 2153 | La actividad física debería estar incluida en el horario lectivo. Tiene mucha importancia esta formación y limitarla a actividades extraescolares como se indica en el formulario es un error. En primaria solo hay 3 horas de educación física en el horario lectivo, debería ser diario. Qué el nivel de renta sea determinante para que los niños accedan a extraescolares de deporte es discriminatorio y perjudicial para la salud de la población. Las maquinas expended debería estar prohibidas en los centros educativos. Ni con productos saludables ni sin ellos. La comida se trae de casa. Los niños no tienen que llevar dinero encima para ir al cole. Respecto a la lactancia y la alimentación de los bebés creo q ha avanzado mucho la información en los centros de salud respecto a lo que me encontré con mi primera hija hace 10 años. También depende del profesional, si se ha puesto al día o sigue con criterio obsoletos. Te encuentras de todo. Tienes que tener las cosas muy claras y una buena educación respecto a la alimentación de casa para que no te influyan. La formación en hábitos saludables empieza en la infancia y por los padres, se deberían hacer más esfuerzos en este sector para sembrar para el futuro. En entornos rurales no hay comedor escolar y los niños salen a las 14h del cole. Las extraescolares dependen de los padres, de su nivel de renta y de los ayuntamientos (que tengan buenos profesionales y con ganas de gestionar es fundamental). |
| 2157 | Es necesario comentar más actividades deportivas para jóvenes, y que haya más acceso a instalaciones deportivas |
| 2159 | Más charlas en colegios e institutos sobre los beneficios de la comida saludable y cómo afectan realmente cierto tipo de alimentos. Acceso a snacks saludables en máquinas expendedoras a precios razonables |
| 2164 | Faltan horas de educación física y aire libre en el horario escolar. Enfocar la encuesta a las extraescolares es un horror. La educación física es tan importante como el resto del currículum si queremos tener una vida plena. Considero escueta esta encuesta a los padres. Las maquinas expendedoras deberían desaparecer de los centros educativos. Ni con alimentos saludables ni sin ellos. Los niños no tienen que llevar dinero encima. En los parques infantiles las tiendas de chuches deberían estar restringidas al igual que lo está el tabaco. |
| 2167 | REDUCIR EL GASTO PUBLICO EN CAMPAÑAS FUERA DE LAS AULAS PARA ASI HACER QUE LA GENTE DISPONGA DE MAS DINERO PARA COMPRAR ALIMENTOS SALUDABLES |
| 2172 | Gracias |
| 2174 | Gracias |
| 2188 | Quizás sería bueno tener una asignatura en los colegios o institutos dedicada a este tema, ya que afecta tan directamente a la salud y bienestar humano. |
| 2189 | sin comentarios |
| 2195 | Por lo general la comida en los centros escolares es mas variada y equilibrada que la que mi hijo recibe en casa puesto que en el comedor es menos remilgoso que en el hogar |
| 2201 | AUMENTO DE TIEMPOS DE OCIO Y ESPACIOS CON ACTIVIDADES DEPORTIVAS GRATUITAS, REBAJAR TAREAS FUERA DEL AULA, MENOR NUMERO DE ALUMNADO EN EL AULA ASI SALEN CON LAS EXPLICACIONES DE LAS MATERIAS APRENDIDAS |

| | |
|------|---|
| | Y EL TIEMPO LIBRE SE PUEDE DEDICAR A OCIO SANO Y CREATIVO. LLENAS LOS PARQUES DE CRIATURAS HACIENDO DEPORTE Y VACIAR LOS CENTROS COMERCIALES. |
| 2203 | No me faltó información porque yo la busqué, no porque me la aportasen. |
| 2205 | Que los centros educativos tengan una implicación real no ficticia en el fomento de hábitos saludables |
| 2215 | CREO QUE LO QUE SE CONSIDERABA ALIMENTACIÓN SALUDABLE ANTES HA CAMBIADO. Y ESO TAMBIÉN LO DEBE CAMBIAR LA ADMINISTRACIÓN TANTO EN SU DIVULGACIÓN INFORMATIVA COMO A NIVEL SANITARIO. EN LAS AULAS MATINALES DE LOS COLEGIOS CREO QUE DEBERÍAN MINIMIZAR LA BOLLERÍA, LOS ZUMOS Y OFRECER ALTERNATIVAS MAS SALUDABLES. |
| 2256 | Se debe prohibir la venta de bebidas energéticas a menores y se debería advertir en las bebidas azucaradas sobre la cantidad de azúcar que lleva y sus perjuicios. |
| 2263 | CHARLAS INFORMATIVAS POR EJEMPLO CON YOUTUBER HABLANDOLES DE NUTRICION Y DE HABITOS SALUDABLES. TALLERES DE COCINA POR EJEMPLO CON " FUTURLIVE" SON DOS CREADORAS DE CONTENIDO DE HABITOS SALUDABLES. |
| 2266 | Importante educar a los niños en este tema |
| 2267 | mas campañas escolares para informar a los chavales |
| 2271 | En cuanto a la lactancia materna, hay muchas opiniones y tendencias,pero cada madre tiene una cicunstancia y una biología y no todas tienen la posibilidad y la opción de realiza la lactancia materna. Y opino que la lactancia con leche de fórmula también es saludable y recomendable. |
| 2276 | Más opciones de deportes en la zona, siempre se ofertan el mismo tipo de deportes (fútbol), aquellos niños que quieren hacer otro tipo de deportes, hay que trasladarse fuera del municipio para que las realicen, lo que hace que se dependa de medios de transporte, o de horarios flexible en las familias. |
| 2279 | Escuelas deportivas para niños y jóvenes con un mayor número de plazas. Mayor control menús comedores escolares. Mayor control cafeterías en institutos. |
| 2285 | Hay que seguir fomentando los hábitos saludables en el colegio así como la actividades deportivas, y hablar de la importancia que tienen para nuestra salud |
| 2291 | Nutricionistas titulados y no "intrusos" del campo de la nutrición o con conocimientos superficiales |
| 2293 | No me había planteado la posibilidad de actividades extraescolares subvencionadas, pero sería una buena actuación. El problema es el horario, en el caso particular de mi hija de 3 años, y de cualquiera de esta edad, es la falta de que en el colegio ofrezcan siesta después de comer para los de infantil. Es importante la actividad física pero hay que adaptar los horarios a las diferentes edades y sus necesidades personales para su bienestar real. Somos el país de la siesta y se nos está olvidando, además es nuestra seña de identidad junto a la dieta mediterránea. |
| 2294 | Estoy muy contenta con el Centro Escolar Nuestra Señora de la Natividad de Guadamur, mi hijo Julen de 7 años también se encuentra muy feliz y mis dos hijas pequeñas que asisten al mismo Laia de 5 años y Maia de 3 años están muy contentas, entusiasmadas con ir a clase, aprenden mucho, reciben un trato fenomenal y estoy muy contenta del centro y el profesorado la verdad. También decir que la alimentación es muy buena y mis 3 hijos asisten al comedor cada día. |
| 2297 | No se |
| 2302 | No sé |
| 2307 | No me había planteado la posibilidad de subvención de actividad física en el centro de mi hija, valoromuy positiva esta actuación. Realmente ella realiza actividad física ofrecida por el ayuntamiento. En el centro de estudios de mi hija no hay oferta de actividades extraescolares. |
| 2311 | Para comenzar la alimentación complementaria de mis hijas, recibí información obsoleta en mi centro de salud y tuve que informarme a nivel privado con una nutricionista especializada en alimentación materno-infantil haciendo un taller. Creo que sería necesario incluir nutricionistas en el sistema público de salud (puesto que supondría una inversión en el bienestar y salud de los ciudadanos y ciudadanas) y que los sanitarios que atienden en atención primaria estuvieran actualizados para no dar consejos que en muchas ocasiones van en contra de la evidencia científica actual. |
| 2317 | Controlar más los menús de los centros escolares, priorizar las cocinas en los centros en lugar de los catering y evitar productos procesados. |
| 2325 | Actividades deportivas adaptadas para autistas, mas monitores, menos ratios por grupos. La mayoría de autistas no pueden participar en la sociedad porque los monitores no estan formados y las ratios son enormes lo que les satura sensorialmente y finalmente el unico |

| | |
|------|--|
| | lugar tranquilo es la casa y los videojuegos, donde pueden relacionarse con sus iguales pero en un entorno seguro |
| 2327 | Encarecer los productos no saludables (o abaratar los saludables) de forma que se favorezca el consumo de los segundos en entorno socio-culturales desfavorecidos. Por ejemplo, en una máquina expendedora es poco más barato una botella de agua de una lata de refresco o, sale más barato un producto de bollería que un bocadillo. Las personas con poco recursos, priorizarán por precio, no por salud. |
| 2331 | Los niños deberían tener un tiempo destinado únicamente a tomarse el almuerzo en el colegio, no debería ser tiempo del recreo, puesto que eso hace que lo coman en dos minutos con el fin de irse cuanto antes a jugar. No puede ser que desde las 09.00 hasta las 14.00 no se pueda destinar 15 minutos para almorzar tranquilamente y pasar al baño si lo necesitan y solo 30 minutos de recreo, que es un momento de actividad física, juego, interacción... Son niños en edad escolar y dedican la mayor parte del tiempo a estar sentados trabajando. Si queremos niños activos, sanos... tenemos que darles la oportunidad de hacerlo también en el colegio, donde están, mínimo, hasta las 14.00. |
| 2333 | Mi hijo tiene buenos hábitos tanto en alimentación y deportes porque desde casa lo vivimos. No creo que en los colegios deban de dar esas indicaciones, sobretodo a tan pequeñas edades. Es autista y si la información no esta adaptada lo mal interpreta al ser muy literal. Creo que el tema de alimentación es una cuestión familiar. |
| 2356 | - Etiquetas claras en alimentos - Información precisa y sensibilización sobre ingredientes/componentes concretos (ej.: endulzantes, colorantes y saborizantes artificiales, grasas trans, jarabe de maíz, conservadores y glutamato monosódico) - Restricciones en azúcares, procesados y ultraprocesados (especialmente, dirigidos a la población infantil) |
| 2357 | Me remito a mis comentarios de la encuesta sobre nutrición, en la que comentaba el ejemplo de Navarra en los comedores escolares, en cómo han conseguido desde las Administraciones diseñar un modelo de alimentación saludable, sostenible, de cercanía y, en la medida de lo posible, ecológica. Es fundamental ir más allá del mero diseño del menú del comedor. Para más información de lo hecho en Navarra: www.mirua.org (contacto: Silvia Larrañeta). |
| 2363 | Falta de conciencia |
| 2364 | Está claro que es importante y me preocupa, pero también hay niños difíciles para la alimentación. A mi hija mayor le dan arcadas y vomita, es muy selectiva y aunque estamos luchando con esto con ayuda del pediatra, es difícil. Pero no nos vamos a rendir. |
| 2370 | Mi hijo adolescente es celíaco y diabético, así que su alimentación procuramos que sea lo más equilibrada y saludable posible, aunque los panes sin gluten comerciales son una porquería, quizás eso también debería de modificarse y promover más panaderías-pastelerías especializadas en sin gluten y sin azúcares, ni edulcorantes. |
| 2372 | En los institutos, no dan apenas clases de educación física, solo 2 veces a la semana, y muchas veces incluye teoría, con lo que ese día tampoco se mueven. Estaría mejor que la dedicaran a hacer algún tipo de ejercicio obligatorio, o de relajación, estiramientos, coordinación... cualquier cosa menos estar quietos. |
| 2378 | La promoción y protección de la lactancia materna como inicio de una alimentación saludable y prevención de enfermedades debería ser una estrategia prioritaria de nuestros gobernantes |
| 2382 | Restrucción de alimentos procesados |
| 2390 | Formación en las aulas desde edades tempranas |
| 2392 | Respecto a la alimentación debería ser obligatorio que los profesionales de salud se actualicen en alimentación complementaria en los niños. Yo tuve información actualizada porque la busqué por mis medios y soy enfermera pero en el centro de salud dejan bastante que desear, con recomendaciones de hace más de 20 años y recomendando que se metan galletas en el puré de frutas, por ejemplo. Deberían de tener un curso obligatorio presencial aunque sea personal sanitario fijo |
| 2396 | Actividades extraescolares en Instituto. Cuando salen del cole, o participan en algún club o equipo o no tienen otra alternativa YO CREO QUE HAY QUE REALIZAR MÁS CAMPAÑAS DE CONCIENCIACION PARA PADRES PRINCIPALMENTE PARA UNA NUTRICION RESPONSABLE. Y TAMBIEN AYUDAR A LOS COLEGIOS A QUE DESDE PEQUEÑOS INFORMEN DE LA NUTRICION SALUDABLE. |
| 2404 | Fomentar el ejercicio en los colegios a la vez que la alimentación saludable, ingiriendo más fruta y verdura y suprimir la alimentación ultraprocesada |
| 2416 | Dificultar acceso a alimentos altos en azúcares |
| 2429 | Hay que incentivar más el deporte |
| 2432 | Sería muy importante que la Consejería de Educación se preocupase de que los comedores |

| | |
|------|---|
| | escolares fomentaran buenos hábitos alimenticios en los niños que tienen que usarlos. Por ejemplo que los cuidadores en esos comedores estuvieran debidamente cualificados para tratar con niños y siguieran pautas de pediatras o nutricionistas, p.e. no obligando a los pequeños a "comer todo" o castigándoles sin jugar si no comen. Los niños saben autorregular su apetito y hay que ofrecerles diversidad de alimentos saludables, no obligarles a comer porque si no en mi opinión no desarrollarán una relación sana con la comida, sino una fobia. Además se debería actualizar el presupuesto para elegir las empresas adjudicatarias de los catering de comida para los centros. Parece que son pocas las empresas que pueden optar con los presupuestos actuales. Si ha subido el precio de la cesta de la compra en casa también en los centros educativos. Y preferir que la comida se elabore en el centro si se cuenta con cocina o usar empresas de "proximidad" para defender la sostenibilidad y el apoyo a las empresas locales y que nuestros hijos reciban alimentos de calidad y sin mucho tiempo de elaboración hasta su consumo. |
| 2441 | EN LA CAFETERÍA DEL INSTITUTO SE VENDEN CHUCHERÍAS CON GRAN CANTIDAD DE AZÚCAR Y CON UN PRECIO MUY ASEQUIBLE PARA LOS NIÑOS |
| 2446 | Desde la familia hacia el centro |
| 2450 | He dado y estoy dando lactancia materna a los dos hijos que tengo.. y con uno aún lo mantengo. Pienso que es muy importante para la salud y beneficioso. Hay mucha desinformación y también mucha gente que no está abierta a recibirla |
| 2453 | los alimentos saludables se venden como algo aburrido y muchos de los productos atractivos en su venta los venden como saludables y no lo son |
| 2454 | Incorporar programas prácticos y motivadores que fomente el bienestar físico y emocional de los adolescentes. Es fundamental que la educación en salud no se limite a la teoría, sino que incluya talleres dinámicos sobre alimentación equilibrada, actividad física adaptada a sus intereses y gestión del estrés. Además, sería beneficioso integrar pausas activas durante la jornada escolar, mejorar la oferta de alimentos saludables en cafeterías, y promover espacio recreativos atractivos. También se debería reforzar la educación emocional y la salud mental, incorporando sesiones sobre autoestima, gestión de emociones y prevención del acoso escolar. Todo esto contribuirá a que los jóvenes adopten hábitos saludables de manera natural y sostenida en el tiempo. |
| 2455 | la información que aportan los pediatras sobre alimentación infantil a partir de los 6 meses está muy desactualizada |
| 2458 | La comida de los centros educativos es de muy mala calidad. Será muy saludable pero no es nada atractiva para los niños. El servicio de cuidadoras tampoco ayuda al respecto. El aula matinal deja en manos de los niños qué quieren desayunar: galletas, cereales azucarados o tostada... |
| 2473 | la pregunta 23 no queda muy clara, para mi no debería haber máquinas expendedoras en los colegios. |
| 2476 | Mejorar la calidad de los platos ofrecidos en los comedores escolares. Tienen que ser saludables pero también apetecibles y sabrosos. En un comedor escolar no se puede dar de postre natillas de chocolate o gelatinas (empresa Mediterránea) sirve a muchos comedores escolares de la provincia de Toledo. Aumentar las actividades de educación física en los colegios y fuera de ellos para la etapa infantil. |
| 2477 | La pregunta 12 no está bien planteada, porque no distingue entre diario o fin de semana y no se puede dar una respuesta real. Hay que educar a los niños en consumir alimentos saludables, consumo de fruta, probar alimentos diversos. |
| 2483 | Ser más proactivos. |
| 2486 | Mejorar la calidad de los platos ofrecidos en los comedores escolares. Aumentar la oferta de actividades de educación física en los centros escolares y fuera de ellos para la etapa de infantil. |
| 2490 | Los primeros que tienen que tener hábitos alimenticios saludables son los padres, ya que los hijos, la mayoría, son reflejo de lo que pasa en su entorno. No puedes pretender que tu hijo meriende una pieza de fruta mientras tú te estás comiendo unos donnetes. |
| 2494 | Darle charlas a los niños siempre en los colegios así tendrán ilusión de lo que es alimentación saludable |
| 2499 | Fomentar el deporte en niñas y tener cuidado con los contenidos que ven en los móviles (quizás prohibir el uso de móviles hasta una determinada edad) |
| 2504 | DEBERÍAN PONER LA COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS EN LOS ENVASES Y TENER UNA CLASIFICACIÓN FÁCIL DE IDENTIFICAR CONFORME A SU GRADO DE SER SANO Y SALUDABLE Y/O NIVEL DE GRASAS SATURADAS Y AZÚCARES. |
| 2505 | Menús más saludables en los comedores. Ayudas económicas para actividades extraescolares deportivas |
| 2507 | EJERCICIO Y BUEN COMER PARA ESTAR BIEN |

| | |
|------|--|
| 2514 | Cuando los niños son pequeños tienen más opciones de actividades deportivas extraescolares en el colegio, pero cuando son un poco más mayores, muchos dejan de hacer deporte porque en los institutos no tienen esa opción. |
| 2523 | Deberían de invertir más dinero en la calidad de la comida en los colegios, porque aunque no es del todo mala, se puede mejorar mucho |
| 2530 | Acceso a actividades en zonas despobladas |
| 2537 | Eliminar del pollo, carne...conservantes y demás |
| 2538 | Ok |
| 2550 | Ayudas para realizar actividades en zonas despobladas |
| 2556 | Años atrás el comedor parecía ir en orden en el cole. Pero desde últimos del año pasado solo hay quejas no solo de mi hijo sino de varios. Hemos reclamado pero no vemos que mejore. Lo dejamos ahí por conciliación familiar de los horarios de trabajo no exactamente por la comida ya sea saludable o no. Han llegado hasta tener frutas en mal estado como poste. |
| 2566 | Me faltó información de como tratar una mastitis y mayor información sobre la lactancia, la teoría es muy bonita pero la practica es otra y me hubiera gustado obtener más ayuda de profesionales. |
| 2569 | Deberían empezar por la calidad de los menús de los comedores escolares. La calidad es pésima, lo saben y hacen la vista gorda con la excusa de ofrecer un servicio para las familias para la conciliación familiar y para la ayuda a los niños desfavorecidos pero todo es una mentira... Los niños comen alimentos muy poco saludables. Le reto a los políticos que llevan esto a que se pasen un día sin avisar por un comedor escolar de un colegio y que coman... si se enterasen los medios de comunicación de lo que hay dentro de los comedores escolares... si se enterasen las familias, las AMPAS... pero esto no interesa. Tapadito queda mejor, porque los niños de primaria no tienen capacidad para quejarse o para que se les tenga en cuenta o saber qué comen y la calidad de ello... Pónganse manos a esto... es urgente!! |
| 2570 | Los niños y jóvenes deberían llevar la merienda del recreo de casa. La administración debería facilitar extraescolares en los colegios más económicas y con un nivel superior, una oferta variada y en su mismo centro educativo. |
| 2579 | Comer sano es fácil, pero requiere esfuerzo de cocinar y paciencia con los hijos para que coman. No es fácil pero cuesta mucho y la mayoría de los padres no quieren discutir con los hijos e incluso el premio a portarse bien es comida basura/azucarada. |
| 2600 | HAY QUE VIGILAR QUE LAS EMPRESAS QUE SE ENCARGAN DE LOS COMEDORES ESCOLARES LO HAGAN DE LA MANERA CORRECTA, CON PRODUCTOS DE CALIDAD Y CON CANTIDAD SUFICIENTE DE COMIDA, YA QUE NO PUEDEN DAR LA MISMA CANTIDAD A UN NIÑO DE 3 AÑOS QUE A UNO DE 12 AÑOS, ALGUNOS AÑOS NO HABÍA UNA PIEZA DE FRUTA PARA CADA NIÑO, SOLO COMIAN UN TROZO Y TAMBIÉN DESAPARECIERON LOS LÁCTEOS Y SOLO LES DABAN UN DÍA A LA SEMANA. OTRO PROBLEMA ES LA FALTA DE COMEDORES PARA LOS ALUMNOS DE E.S.O., CUANDO LLEGAN A CASA Y TIENEN LA COMIDA PREPARADA, PERO COMEN SOLOS PORQUE LOS PADRES ESTAMOS TODAVÍA EN EL TRABAJO, LA COMIDA QUE NO LES GUSTA, EN MI CASO (VERDURAS,...) VA A LA "BASURA", POR LO QUE DURANTE ALGUNOS AÑOS, SU ALIMENTACIÓN EMPEORA, HASTA QUE SON MAS MAYORES Y COMPRENDEN MEJOR LA IMPORTANCIA DE LAS COSAS. SI EXISTIESE ALGÚN COMEDOR PARA ALUMNOS DE E.S.O. DE LOS DIFERENTES INSTITUTOS DEL MUNICIPIO SERÍA DE AYUDA PARA ALGUNAS FAMILIAS. |
| 2607 | Formación accesible para toda la población. |
| 2609 | Me he preocupado por mi parte en hacer cursos de información sobre alimentación saludable para bebés y niños. |
| 2612 | Habría que darle una vuelta al hecho de que los centros escolares dispongan de cafeterías donde el acceso a comida saludable es inexistente, mientras que tienen un acceso ilimitado a bollería y chucherías. Por mucho que los padres estemos pendientes pueden manejar dinero y acaban comiendo azúcares casi a diario. |
| 2613 | Creo que este tema es muy importante y debería de estar muy presente en coles como charlas y talleres, para educar adecuadamente sobre este tema a los niños |
| 2614 | Revisión de menús y de los servicios de catering que usan ultraprocesados, |
| 2616 | se deberían de hacer cursos taller en el colegio o institutos sobre alimentación, cuidados de salud o primeros auxilios. además sería valorable tener una enfermera en los centros que una hora a la semana diera formación y estuviera presente para niños que la necesitaran en el centro. pero eso es difícil no. |
| 2633 | Nuestro colegio CEIP alcalde José cruz Prado de Ciudad Real me parece un ejemplo de centro que fomenta hábitos saludables desde el profesorado y el Ampa. Mejorar: más salidas fuera del centro para realizar deportes |
| 2653 | En bachillerato debería haber educación física, ya que a estas edades muchos chicos dejan |

| | |
|------|---|
| | ese hábito. |
| 2659 | Más educación dentro de las aulas alimentaría , nutrición , deporte, enfocadas a rutinas de vida saludables y consecuencias negativas que derivan en enfermedades por prescindir de estos hábitos . Se les hace más caso a los maestros en estos temas que a padres o familiares . |
| 2663 | El menú de los comedores, sobre el papel, es equilibrado pero la calidad es ya otro asunto. |
| 2669 | Es un tema de vital importancia |
| 2674 | Este tema es de vital importancia |
| 2679 | Considero que para que haya hábitos saludables, primero se ha de tener educación e información a los padres, por otro lado se ha de formar a los educadores y sacando horas, al menos 2 veces al mes para educación alimentaria. En los colegios lo primero que te dan es el horario escolar y un horario "orientativo" hecho por la profesora para seguir un horario de desayunos saludables, poniendo bocadillos en general sin especificar nada, otro día de bollería sin especificar que sea casera, otros piden que no se puede llevar leche o yogures, cosas sin sentido. |
| 2696 | QUE SEA MAS DIFICIL EL ACCESO A COMIDA Y BEBIDA AZUCARADA. |
| 2699 | Desde el colegio debería estar prohibido llevar bollería, zumos, galletas para el recreo y deberían insistir en la necesidad de mantener unos hábitos saludables haciendo talleres, llevando enfermeras a dar charlas y dejando de obsequiar con caramelos y dulces en cualquier evento. |
| 2703 | SE DEBERIA FOMENTAR SOBRE TODO EL DEPORTE EN EDAD TEMPRANA PORQUE DE ELLO DEPENDE QUE CUANDO CREZCAN TENGAN UN HÁBITO DE DEPORTE |
| 2704 | CONSIDERO MUY NECESARIA SU PUESTA EN MARCHA PARA LA CONCIENCIACIÓN DE HÁBITOS DE VIDA MUCHO MÁS MEJORABLES QUE LAS ACTUALES EN NUESTRA COMUNIDAD. GRACIAS |
| 2731 | Prohibir bebidas energéticas a menores de edad y bebidas muy azucaradas |
| 2734 | no es importante para mi que, las maquinas expendedoras tuviesen alimentos saludables, ya que no los consumirían los alumnos. El que lleva un estilo saludable, se lleva el almuerzo de casa, es mi opinión. |
| 2741 | Son sensibles a la publicidad, los influencer...debería controlarse más esto |
| 2744 | No sabía que la lactancia materna tenía relación, de hecho, de mis dos hijos tiene mucha más inclinación por el azúcar el que estuvo con lactancia materna 3 años, mientras que el que fue lactancia artificial tira por alimentos más saludables |
| 2745 | Considero que es una encuesta "manipulada", las preguntas 16,18,19,20,23,25 y 26 o sea casi todas, ya tienen la respuesta contestada sin posibilidad de cambiarla. Por lo que creo que esta encuesta no debería ser válida. |
| 2746 | Tengo otra hija de 12 años que cumpliría las mismas respuestas que he puesto en este caso |
| 2748 | No sabía que la lactancia materna tenía relación, de hecho, de mis dos hijos tiene mucha más inclinación por el azúcar el que estuvo con lactancia materna 3 años, mientras que el que fue lactancia artificial tira por alimentos más saludables |
| 2754 | La lactancia materna debe ser una opción que cada madre debe valorar, no una obligación. El acceso a una alimentación saludable debería estar garantizada a todos los menores, no tanto las actividades físicas, de las que se dispone de muchas más alternativas. El uso de las nuevas tecnologías, de forma moderada no es un inconveniente para la salud, vivimos en una sociedad global y de la información. La visibilización de pantallas, incluye el ver la televisión, que en el caso de hacerse en familia, socializa. Es cultural de este país, ver todos un partido de fútbol o ver una película, el problema radica cuando esta opción de ocio no se alterna con otras al aire libre. Somos de la opinión que todo es bueno en su justa medida, incluidos los alimentos procesados. |
| 2759 | Es importante tener buenos hábitos saludables y practicar actividades físicas. |
| 2760 | Estaría muy bien que los IES públicos tuvieran actividades extraescolares deportivas por las tardes |
| 2764 | Los alimentos infantiles tienen un alto porcentaje de azúcar |
| 2765 | Reducir el azúcar en alimentos procesados |
| 2782 | limpieza de dientes |
| 2794 | Que se siga apostando por la salud y la actividad física en los centros escolares y fuera de ellos. |
| 2803 | Los niños/as necesitan más formación. Sus papás y mamás, también. Sin embargo, normalmente, quienes más lo necesitan son quienes menos acuden a este tipo de talleres y formaciones... En el comedor del colegio les dan yogures azucarados de sabores; en casa, mi hijo solo |

| | |
|------|---|
| | consume naturales sin azúcar. Así que rompe el hábito en el colegio (aunque es cierto que solo ocurre una vez por semana). También me molesta que los compañeros/as de clase lleven bizcochos, chuches, batidos o galletas de chocolate para celebrar cumpleaños y mi hijo se hinche sin mi permiso ni supervisión. En su clase, hay 24 niños/as y la frecuencia con la que esto sucede es bastante alta. Creo que es importante cuidar mucho la alimentación de los niños/as dentro del colegio, para que su educación sea integral. |
| 2806 | no debería haber maquinas expendedoras en los centros educativos con bebidas azucaradas de ningún tipo ni con patatas fritas, solo (frutos secos, fruta, tortas de arroz o maíz, etc . |
| 2819 | Deporte extraescolar en los institutos, comedor para conciliación familiar y mejor alimentación en las cafeterías. |
| 2833 | Eliminar el azúcar refinada en la dieta. |
| 2835 | Cuando llegas a Bachillerato ya no se hace Educación Física, considero importante por lo menos 1 hora a la semana seguir haciendo. E inculcar a los jóvenes en algún tipo de deporte. |
| 2852 | Que en los centros escolares que tengan máquinas expendedoras y/o cafetería tengan acceso a menos comida procesada y más comida saludable |
| 2875 | Para que los niños tengan mejores hábitos, los padres tienen que poder adquirir estos alimentos (salario) y tener tiempo para llevarlos a extraescolares (conciliación) Los niños no se cuidan solos. |
| 2877 | Para que los niños tengan buenos hábitos saludables, los padres necesitan poder adquirir alimentos saludables (salario) y tener tiempo para llevarlos a las extraescolares (conciliación) los niños no se cuidan solos. |
| 2879 | Creo que lo más importante es concienciar a los padres que la alimentación de nuestros hijos es parte de su futuro y va a influir mucho en su calidad de vida, al igual que los hábitos deportivos y la actividad física al contrario de lo que pasa. |
| 2880 | Llevar un hábito saludable en General |
| 2884 | Fomentar elaboración de recetas saludables y tradicionales en centros educativos, de forma PRÁCTICA Concursos de recetas saludables. Actividades físicas más frecuentes en centros escolares. Mínimo 1 sesión de 45 minutos diaria. Variar algunos programas de los Proyectos Escolares Saludables de CLM que no funcionan por otros más atractivos. Formación practica en centros escolares, tanto a alumnos como a familias. |
| 2897 | Ninguna. Un saludo. |
| 2899 | Comedor propio en la escuela, no catering de mala calidad es una de las cosas que más me gustaría |
| 2901 | Mas deporte ,menos pantallas. |
| 2913 | Ciertos maestros animan (o "dejan") a los niños llevar chuches a las excursiones. Mejor que no digan nada. |
| 2928 | Señalar que mi hija va en bici al colegio,esta opción no venía.Creo en nuestro municipio lo más saludable es que aumentase el transporte en bici,por distancia es algo muy factible,también se reduciría el transporte en coche.También se podría aumentar el ir caminando.Son rutinas que no supondría. Mucho esfuerzo. |
| 2962 | Deporte escolar, información nutricional, talleres formativos en horario lectivo |
| 2967 | Me gustaría que se hicieran más charlas en el colegio sobre el abuso de las pantallas. En mi caso, es la cuestión que más discusiones y problemas me genera con mi hija. |
| 2968 | Educación para padres e hijos. Los padres somos los primeros culpables por comprar productos no saludables. Muchas veces lo que ocurre a su alrededor, le influye, es decir, si los amigos lo compran o lo toman, los demás también. |
| 2971 | Educación y concienciación. |
| 2981 | La figura de enfermera escolar en los centros educativos sería de gran ayuda y fundamental para conseguir reducir la obesidad y promover hábitos saludables |
| 2986 | En el colegio de mi hija, no hay maquinas expendedoras y prefiero que no las haya aunque su contenido sea saludable. La lactancia materna fue horrible por lo que que a pesar de tener en un principio claro que iba a ser su alimentación esa al mes y medio se suspendió. |
| 2994 | no hay instalaciones para hacer deporte, ni polideportivo, ni gimnasio |
| 2995 | Es importante revisar los desayunos del comedor matinal en los colegios públicos. No es posible que haya opción de galletas todos los días. Opciones saludables que deberían dar: pan con AOVE, avena con leche, yogur NATURAL NO AZUCARADO, fruta. Sin embargo todos los días tienen la opción de galletas, zumos, cacao soluble con azúcar y mermelada (1 día a la semana). |

| | |
|------|--|
| | Muy insatisfecha con el desayuno |
| 3004 | Muchas veces comer en casa es más sano que el comedor escolar de catering. |
| 3007 | Concientizar a los padres del consumo excesivo de azúcares refinados en la dieta diaria de los niños, más información en menús diarios para mejorar la dieta de los niños. |
| 3008 | Soy profesional de la salud y como madre he buscado la información que creía necesaria, además de mis conocimientos profesionales para ofrecer a mis hijos la mejor calidad en cuanto a alimentación y hábitos de vida saludable se refiere, pero la información que reciben las madres/padres usualmente de los centros sanitarios en cuanto a alimentación y lactancia, es bastante deficiente y poco actualizada, es necesario que los profesionales se formen y puedan proporcionar la información actualizada y de mayor calidad a los pacientes y comunidad, de forma que puedan aplicarse los nuevos conocimientos en las familias y los centros escolares, teniendo la capacidad de decidir una vez recibida la información necesaria. |
| 3011 | Educación sobre la importancia de la nutrición en ciencias naturales Educar sobre el ocio, el deporte y la salud en sociales y educación física Tener huertos y aulas de cocina y nutrición en todos los colegios para enseñar a hacer menús saludables Educar en juegos populares que puedan hacer sin demasiada gente, Hacer espacios donde los niños puedan jugar sin ser secuestrados, agredidos, que tengan pistas deportivas, y que sean gratis |
| 3019 | Sin comentarios |
| 3021 | Favorecer en el alumnado la generación de hábitos saludables en relación al deporte, a la alimentación, descanso y respecto al uso (abuso en muchos casos) de pantallas, debería ser un contenido obligatorio de la escuela, y debería tener mucho más peso en los currículos formativos de todas las etapas de enseñanza. |
| 3023 | Atención a la salud mental y emocional de forma transversal desde las escuelas infantiles |
| 3051 | Fundamental hacer más saludables los desayunos en los centros escolares. |
| 3053 | Hay que promocionar con charlas educativas en alimentación, hábitos saludables y deporte para que los alumnos aprendan a evitar consumir productos tóxicos a pesar de que lo vean en la publicidad, anuncios, videos, etc |
| 3054 | El problema está en la mentalidad de los padres, los niños hacen lo que ven en casa. |
| 3063 | Favorecer el consumo de alimentos saludables y frutas en el desayuno de comedor escolar, igual que se oferta a la hora de la comida. |
| 3068 | Las máquinas expendedoras en los centros escolares no tienen ofertas saludables que no sean procesados. Tengo constancia por mis hijos y como docente. |
| 3069 | Más formación a los padres sobre la importancia de la alimentación en la salud de sus hijos |
| 3077 | No creo que en los centros educativos deba haber máquinas expendedoras de ningún tipo. Hay que hacer más hincapié en las familias sobre el consumo de drogas (entre ellas el alcohol -cerveza y vino, también-), bebidas energéticas y tiempo con las pantallas. |
| 3078 | LOS NIÑOS QUE TIENEN ALIMENTACIÓN SANA, EQUILIBRADA Y VARIADA Y PRACTICAN EL MOVIMIENTO CON REGULARIDAD, SE LES VE MÁS FELICES Y CON MEJORES RENDIMIENTOS. |
| 3081 | Charlas sobre nutrición en el colegio. En cuanto a pantallas que los Institutos se aclaren no pueden prohibir pantallas y luego pedirles que hagan tareas con el móvil. ¿En qué quedamos? |
| 3089 | Más ofertas por parte de los centros educativos en cuanto a actividades deportivas y/o formativas |
| 3103 | La empresa Mediterránea no es para nada la mejor opción para los niños. Ya no respecto a lo saludable o no, si no a la cantidad, calidad y sabor de los productos. |
| 3104 | Sería interesante que desde la administración pudieran organizar más actividades deportivas/campeonatos para los niños durante los fines de semana, campamentos deportivos en verano o puentes... así, como la posibilidad de subvencionar actividades deportivas en los diferentes colegios. |
| 3112 | Fomentar la lactancia materna, médicos y enfermeras obsoletos en cuanto a lactancia materna y alimentación saludable. |
| 3115 | Las propias empresas subcontratadas por la Junta, han bajado el nivel de calidad y cantidad en los comedores de nuestra provincia. VERGONZOSO |
| 3121 | ¿Cuánto tiempo al día dedica su hija/o a ver pantallas en su tiempo de ocio? El tiempo de pantallas que mis hijas ven a diario es en el colegio, con videos didácticos sobre las materias que imparte en el mismo. Solo en casa dedicamos un día a la semana para ver Ocio en pantallas y no suele pasar más de 2 horas. |

Más charlas en los colegios sobre hábitos saludables y sobre el perjuicio que conlleva no tener esos hábitos.

| | |
|------|--|
| 3130 | Sería interesante que se facilitasen actividades extraescolares familiares, donde compartir esa experiencia con nuestros hijos y aprender juntos, así seríamos un ejemplo a seguir y compartiríamos tiempo con ellos |
| 3135 | Es fundamental saber el daño que las bebidas azucaradas, los alimentos dulces procesados o envasados hacen a los niños, tal vez si se conociese con mayor precisión como les afecta a los niños el azúcar, los bollos envasados, la falta de alimentación sana, se tome conciencia, conocer que producen el sobrepeso, diabetes infantil, problemas de colesterol incluso cardiacos, así como los malos hábitos hacen que sea más difícil adquirirlos de adultos. |
| 3150 | MIENTRAS SIGAMOS TENIENDO COMEDORES ESCOLARES DE LA CALIDAD DE LOS CATERINGS ACTUALES, CREO QUE NADA DE TODO ESTO SERVIRÁ PARA NADA... NO ENCUENTRO PEOR ALIMENTACIÓN Y DE PEOR CALIDAD QUE LA QUE OFRECE LA PROPIA ADMINISTRACIÓN. MIS HIJOS VAN AL COMEDOR PORQUE NO TENEMOS OTRA OPCIÓN. NO NECESITAMOS MÁS AYUDA O INTERVENCIÓN QUE ESA, UNOS COMEDORES ESCOLARES DE CALIDAD, AL MENOS EN MI CASA |
| 3167 | ME PARECE MUY ADECUADA PARA FOMENTAR LOS HÁBITOS SALUDABLES Y SOSTENIBLES |
| 3168 | Nada |
| 3174 | . |
| 3201 | evitar premiar o celebrar en el cole/actividades extraescolares con chuches |
| 3208 | Hagan un cuestionario sin faltas y sin que ustedes parezcan retrasados y, a lo mejor, la gente responde con ganas. ¡Mendrugos! |
| 3213 | Cambio en Nutriscore |
| 3222 | Dan ganas de arrancarse los ojos con tanta falta y lenguaje «inclusivo». |
| 3223 | Comida casera, nada de alimentos procesados, verdura de temporada de tu huerta, y fruta. Y por supuesto deporte y jugar al aire libre. |
| 3231 | No es posible contestar NO en algunas de las preguntas, aparece el símbolo de prohibido. |
| 3233 | No es posible contestar NO en algunas de las preguntas, aparece el símbolo de prohibido. |
| 3246 | Que no sean tan accesible ni tan barata la comida azucarada y ultraprocesada |
| 3247 | No desayuna entre semana porque madruga demasiado y va muy apurado al autobús porque cuando está en casa sí desayuna. Algún taller, actividad extraescolar puntual o transversal relacionada con la cocina, aprender haciendo, más que decirles que yo creo que sí reciben información de alguna u otra manera, es que puedan aprender experimentando.. Come con pantalla cuando come solo pero si comemos en compañía no lo hace. Mi hijo se alimentó de leche materna en exclusiva hasta los 6 meses y complementariamente hasta los 2 años y medio. |
| 3250 | Incentivar los padres / madres ,a que sus hijos coman fruta y verduras. Es importante que los padres seamos conscientes del bienestar de los hijos ,así les ayudamos a saber comer sano y bien . |
| 3252 | No desayuna entre semana porque madruga demasiado y va muy apurado al autobús porque cuando está en casa sí desayuna. Algún taller, actividad extraescolar puntual o transversal relacionada con la cocina, aprender haciendo, más que decirles que yo creo que sí reciben información de alguna u otra manera, es que puedan aprender experimentando.. Come con pantalla cuando come solo pero si comemos en compañía no lo hace. Mi hijo se alimentó de leche materna en exclusiva hasta los 6 meses y complementariamente hasta los 2 años y medio. |
| 3253 | Que la comida azucarada y ultraprocesada no sea tan accesible y tan barata, sobre todo para los chavales |
| 3276 | En los centros educativos deberían dar clases en nutrición y vida saludable. Pero semanalmente para q no se le olvide |
| 3279 | . |
| 3282 | . |
| 3283 | . |
| 3288 | En mi opinión deberían de tener más horas de Educación Física a la semana en el colegio e instituto. También en segundo de Bachillerato |
| 3303 | Hacer partícipes a los niños del recorrido de la comida desde el campo o el supermercado, en su defecto, a la mesa. |
| 3311 | Me parece igual de necesario el servicio de comedor escolar en los institutos pero no existe y es igual de importante que en el colegio para las familias y la alimentación saludable y equilibrada de los alumnos. Considero que debería ser obligatorio tener el servicio ya que la educación secundaria es obligatoria también. Un saludo. |
| 3326 | Los niños adolescentes, se pasan muchas horas sentados y muchos abandonan los deportes por exigencias de los estudios, bajan las notas, y necesitan más horas para |

| | |
|------|---|
| | estudiar en casa. |
| | Creo que se debería desde los institutos,hacer clases más activas y promocionar clases gratuitas deportivas, danzas, musicales, artísticas como actividades extraescolares. Motivaría al alumnado y a las familias |
| 3331 | Más información saludable, y menos información dañina |
| 3333 | Creo que las actividades físicas extraescolares para niños deben estar financiadas ya que favorece hábitos favorables . Se debe promocionar mucho más la lactancia materna y dar más información a las embarazadas. Hay que promover los hábitos saludables en los más pequeños porque en la infancia es donde se adquieren los hábitos que tendrán durante toda su vida. |
| 3339 | considero que los cambios de edad influyen mucho en los hábitos y gustos alimentarios |
| 3350 | Creo que les vendría bien la visita al centro, de un@ nutricionista |
| 3351 | Mi hijo tuvo lactancia materna hasta los 7 años, con destete natural. Los azúcares en su medida, con buena dosis de ejercicio físico . Salud física relacionada con la buena salud mental. |
| 3359 | Es muy importante fomentar la leche materna dado que crecen más sanos. Es muy importante no permitir que los maestros den chuches a los niños como premios dado que he visto como una profesora de religión lo hacía. Muy mal. Y he visto como se celebraban cumpleaños de peques en una chiqui cueva donde se les daba a beber un simil de champán que en realidad era bebida azucarada, les ponían hasta las copas. Como sugerencia les indico que hay páginas de recetas saludables que las pueden mirar y pedir las a los padres o incluso ir haciendo ellos depende de la edad. Es muy aconsejable dado que ven nuevos alimentos así como comidas distintas a las que tenemos en Castilla La Mancha y es riqueza cultugastronómica. Ah! No me gustaba nada echarle fruta en trocitos como a veces nos pedían desde el cole porque se oxidaba a la hora de tomarla, eso se hace con lo pequeños y no es lo correcto. |
| 3363 | . |
| 3364 | DEBERIA ESTAR LA GENTE MÁS CONCENCIA A LA HORA DE ALIMENTARSE |
| 3374 | Estaría bien que los institutos y colegios tengan más información de salud y los deportes fueran subvencionados También lugares para reunirse los chicos jóvenes deportistas con canchas de fútbol ,baloncesto...con maquinarias.... Lugares que se fomente el deporte... |
| 3378 | Es súper importante la lactancia materna, he amamantado a mis hijos todo lo que he podido y me ha parecido fabuloso y muy saludable, no me gusta nada que en el colegio se les premie a los niños con chuches, hay profesores que dan chuches a los niños todos los días para que se porten bien y hagan las tareas y como recompensas, incluso en el instituto algunas maestras siguen con esta costumbre de dar chuches a los niños por portarse en bien y hacer las tareas rápidos o con buenas notas y no me gusta nada me he quejado en varias ocasiones. Considero que debería estar prohibida esta práctica y en el colegio no debería haber alimentos muy azucarados y bollería con grasas trans etcétera... Estos programas de ofrecer a los niños frutas y verduras me parecen ideales porque ayudan mucho a crear buenos hábitos de comida y aprender a ser conscientes de la importancia de una vida saludable |
| 3397 | No estoy de acuerdo en mezclar el tema de la lactancia materna con los hábitos saludables de mis hijos |
| 3408 | Me gustaría que se vigile los alimentos que se venden dentro de las instalaciones del Instituto. Muchas gracias |
| 3409 | FOMENTAR ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y EVITAR EL CONSUMO DE BOLLERÍA INDUSTRIAL DESDE EDADES TEMPRANAS. EDUCACIÓN EN HÁBITOS SALUDABLES TAMBIÉN PARA LAS FAMILIAS DESDE LOS CENTROS DE SALUD |
| 3418 | Más formación para padres que los ayude a guiar a sus hijos en unos hábitos saludables. |
| 3421 | No veo relación entre leche materna y la alimentación de mis hijos. Han recibido lactancia artificial y están sanísimos porque lo más importante son los hábitos. Por otro lado recalcar el pésimo y horrendo catering del colegio: Mediterránea, el cual a parte de mezclar grupos alimenticios de manera errónea están mal hechos y con un sabor pésimo. Elijan los catering de los colegios por su comida no por la mejor oferta económica. Gracias |
| 3423 | Mucha más información sobre alimentos que contienen azúcar y se nos oculta. |
| 3430 | Catering de los colegios con comidas saludables y ricas porfavor, lo pedimos encarecidamente. Catering Mediterránea es el peor catering que he visto nunca en un centro escolar. Pésima calidad |
| 3457 | Facilidad para acceder a actividades extraescolares sobretodo en los pueblos pequeños y |

| | |
|------|--|
| | cuando no se dispone de vehículo propio |
| 3497 | Se de |
| 3499 | Deberían informar pero bien, sin confundir, de como debería ser una buena alimentación. La mayoría de la gente esta muy confundida con este tema, ya que cada profesional opina de una forma diferente, y ya hay muchos estudios sobre este tema que destierra mitos que aun se tienen, hay que tener en cuenta que la calidad de los alimentos ya no es la que antes había, y lo que antes comerte un trozo de pan era saludable, hoy en día es lo peor que puedes comer, porque lo que hoy se vende como pan no lo es, y así con muchos alimentos. Esta mala calidad debería de no estar en el mercado. |
| 3507 | Subvenciones para más actividades extraescolares Deportivas |
| 3514 | Fomento y normalización de productos saludables. Limitación o prohibición de productos y hábitos poco saludables: prohibir ciertos aditivos, publicidad, limitar el acceso con vehículos a zonas escolares... |
| 3518 | Sería interesante hacer recreos activos donde la actividad física sea la protagonista de los recreos, con juegos y actividades planificados. |
| 3520 | Existen recursos, más allá de los aportados por la administración para informarse y formarse: bibliotecas, grupos de afines, redes sociales, derivación de médico, matrona a educador social,...Al final tiene mucho peso la automotivación. |
| 3522 | Eliminar las tareas que se mandan hacer en casa después de la jornada escolar: ejercicios, dibujos, manualidades, trabajos... parece que son poca cosa pero la suma de todas las asignaturas, manteniéndose en el tiempo, e incrementándose por cada hijo hacen que las tardes o fines de semana se dediquen a esas actividades sedentarias y no a pasear, salir a montar en bici, patinar, etc. Eso condiciona la dinámica familiar que tiene que combinar esos tiempos libres con otras tareas domésticas y elimina de raíz el establecimiento de la costumbre de salir a hacer alguna actividad física. Es perjudicial ahora y de cara a futuro, cuando sean adolescentes o adultos evidentemente, no tienen ese hábito. |
| 3530 | Creo que para el fomento de la actividad física no todo tienen que ser actividades extraescolares, en donde tenemos una buena oferta a través del ayuntamiento y otros establecimientos privados. Creo que se deberían recuperar los patios de los colegios como zonas de juego para los niños sin ningún afán de enseñar nada, solo jugar con sus compañeros en un entorno seguro y vigilado, y no tomar el ocio como otra obligación más que es lo que me pasó en el caso de mi hijo donde las tardes se convirtieron en una carrera constante para ir a natación, atletismo o el deporte que tocara, y que conste que sólo le apuntaba a una actividad deportiva anualmente. Se tiene que fomentar más el juego al aire libre, que se ha perdido, lo que tendría beneficios tanto a nivel físico (reducción obesidad, miopías,...) como social al fomentar la relación entre los niños y la disminución del uso de pantallas (ojos secos, aislamiento social, dependencia de RRSS...). Aunque esto ya es un debate que va mucho más allá, creo que se debería dar una vuelta al tema de los horarios en los colegios e institutos valorando lo que es más beneficioso para los alumnos y no tanto para los padres y profesores. Creo que las jornadas son demasiado intensivas estando sentados manteniendo la atención, y al final, lo que se está promoviendo es el sedentarismo. |
| 3541 | Hay que tener en cuenta, no consumir muchos alimentos con alto contenido en azúcar, ni en grasa, porque ya que eso puede afectar la salud o puede crear condiciones de salud en el futuro. |
| 3542 | El hecho de que los alimentos ultra procesados, bollería industrial... sea tan barata facilita que los adolescentes la elijan cuando salen con los amigos. Si se les pusiera un alto precio (cómo se hizo con el tabaco, alcohol...) haría que se lo pensarán más pues sus presupuestos no suelen ser elevados: los adolescentes se fijan mucho en el precio. |
| 3558 | Deberían aumentar las horas de actividad física en los colegios. La cantidad de horas de EF es irrisoria, cada día deberían moverse un poco pues el juego en la calle se ha perdido. |
| 3560 | La pregunta 25 me parece innecesaria y muy poco apropiada para esta encuesta. No se puede sesgar de esta manera la información y reducirla basándose en la elección inicial de lactancia materna o a través de leches de fórmulas. |
| 3561 | Deberían hacer más atractiva la comida para los menores para que les llamara más la atención. Darles frutas gratuitas en los centros. |
| 3572 | proporcionar mas actividades fisicas para el alumnado |
| 3573 | en las escuelas en horario de educación física se da más teoría que realmente motiven a realizar actividad deportiva, o se de información nutritiva para concienciar a los niños desde pequeños, se debería motivar a realizar campeonatos deportivos entre institutos y centros educativos para fomentar el deporte. Como integrante de la asociación de padres y madres veo que muy poco se subvenciona para actividades extraescolares deportivas o saludables, por no decir la falta de instalaciones, infraestructura, materiales deportivos que no hay en |

| | |
|------|---|
| | varios pueblos. |
| 3574 | Habría que mejorar las materias primas en los comedores escolares |
| 3575 | En los centros escolares no debería haber máquinas expendedoras de ningún tipo. Creo que evitando la tentación se evita el pecado!! Si no hay máquinas, cada niño lleva su almuerzo y los padres controlan lo que comen sus hijos. |
| 3577 | Las materias primas del comedor escolar son de baja calidad |
| 3582 | En el Instituto debería haber 2 recreos para que dé tiempo a l@s alumn@s a almorzar bien, ya que pasan allí muchas horas (en programas bilingües asciende a 7 horas). Es muy positivo que muchos institutos incluyan actividades deportivas en los recreos, pero hay que contemplar que se ve comprometido el tiempo para almorzar e ir al baño. |
| 3583 | Creo que es importante que en los centros educativos, en las cafeterías de los mismos se disponga de frutas y también de bocadillos saludables (vegetales) para poder optar a ello. Normalmente hay bollería industrial o bocadillos de lomo frito y tortilla. En cuanto a los hábitos saludables en las guardias se pueden realizar rutas de senderismo y se podría subvencionar actividades extraescolares deportivas. |
| 3585 | Desde mi punto de vista la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha tendría que empezar por cambiar los desayunos que se ofrecen a los escolares en el matinal que ofrecen los colegios: cereales azucarados, mermelada, ultraprocesados (galletas, pavo), azúcares ("bizcocho casero" hecho con harinas no integrales y azúcar), etc...Esto es lo que no es de recibo. Que los coles pongan estos desayunos y luego les digamos que eso no se debe comer son mensajes contradictorios. |
| 3587 | Desde mi punto de vista la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha tendría que empezar por cambiar los desayunos que se ofrecen a los escolares en el matinal que ofrecen los colegios: cereales azucarados, mermelada, ultraprocesados (galletas, pavo), azúcares ("bizcocho casero" hecho con harinas no integrales y azúcar), etc...Esto es lo que no es de recibo. Que los coles pongan estos desayunos y luego les digamos que eso no se debe comer son mensajes contradictorios. |
| 3590 | Mejor calidad alimenticia de los comedores de centros educativos o de mayores, formación y publicidad adecuada |
| 3608 | Es una pena que en municipios más pequeños haya menos variedad de extraescolares y las que haya parece que es para hacer especialidades y ser el mejor en vez de simplemente hacer deporte y divertirse |
| 3613 | Retirar las actuales recomendaciones de la comida de media mañana que incluye yogures peti... Recomendaciones para la organización de cumpleaños infantiles, regulación de los alimentos y golosinas que se reparten en los establecimientos dirigidos a niños, llámese parques de bolas, donde les dan bolsas llenas de chuches en cada cumpleaños. Talleres, teatro, títeres y actividades diversas sobre alimentación saludable, dirigida a niños. Los niños no acceden a esta información y es una lucha diaria alimentarlos cuando los medios de comunicación ponen publicidad de galletas y zumos durante los programas infantiles. Estas publicidades deberían prohibirse. |
| 3622 | Fomento de la lactancia materna desde todos los ámbitos hasta, como mínimo, los 2 años que aconseja la OMS; y no solo cuando tienen poquitos meses. Que se puedan apuntar a actividades extraescolares a mitad del curso, no solo en septiembre. |
| 3624 | No cuestionar la lactancia materna hasta, al menos, los 2 años que fija la OMS. |
| 3628 | Estaría bien que en los centros escolares se realizase formación sobre hábitos saludables de forma regular incluso una vez por semana y actividades en que desarrollen estos hábitos. |
| 3658 | Mi hija no más ejercicio físico porque se fomenta ser bueno en determinados deportes. Si no lo eres, no eres aceptado en el grupo. No es cuestión de oferta, ni de dinero. |
| 3668 | Más informaciones y guías pediátricas y de crianza. |
| 3678 | Di lactancia durante 2 dos años a mis hijas y creo que es slgo que habría que darle más importancia y doble todo poder facilitar |
| 3683 | Debería ser obligatorio las frutas y lácteos en los colegios y prohibidas los alimentos azucarados además de las pantallas. |
| 3694 | Estrategias en la adolescencia, es una etapa de cambios en las que deberían tener más ofertas de actividad física. |
| 3714 | Hay que enseñar a los niños a comer de todo, tanto alimentos sanos como los que no. No prohibirlos. Sino hablarles mucho de por qué es mejor comer sano y darles ejemplo. Así sabrán saber que es mejor y por qué un alimento sano será mejor para ellos y para que se sientan bien. |
| 3719 | No me parece bien que se vincule el objeto del cuestionario con la lactancia materna, parece que se responsabiliza a la madre de los efectos que haya podido tener esa opción (que no siempre es voluntaria) en los hábitos saludables. |
| 3723 | El ejemplo de los padres |

| | |
|------|---|
| | Campañas en los centros con involucración de los profesores |
| 3732 | Está muy bien lo de la comida saludable y el desayuno saludable y el ejercicio físico saludable y la lectura saludable y el día de todo es saludable!!!!.... Pero a ver si dejan el día de la madre y el día del padre y se dejan de tantas tonterías saludables! (Si hay que poner el día de la familia se pone, pero no quiten los otros días que tanto significan y que nunca deben desaparecer) |
| 3738 | Gracias |
| 3757 | En las ciudades las actividades extraescolares deportivas son tan caras que entre el coste y la falta de tiempo para poder llevarlos nos es imposible. |
| 3765 | Pienso que desde el ambito familiar se debe potenciar los habitos buenis alimenticios como algo normal y diario. No es necesario una formación cuando ya se hace diariamente |
| 3778 | El tiempo y la capacidad económica de las familias es importante. Al igual que una falta de cultura saludable en la población. |
| 3803 | Para jóvenes a partir de 16 años es muy difícil practicar deportes de equipo. Hay poca oferta y las que hay ya tienen cerrados los equipos. Si se quiere comenzar a practicar un deporte de equipo a esa edad es muy difícil. Se debería fomentar más especialmente en chicas. En los centros educativos además han quitado la asignatura de educación física en 2º de bachillerato, una edad en la que necesitan mucho hacer deporte. |
| 3808 | El gobierno debe de ayudar más económicamente a las familias con sueldos bajos |
| 3811 | Nada |
| 3819 | Debería de ser mas facil y asequible el acceso a comida saludable que a la no saludable y en la actualidad es mas facil y barato lo no saludable, depende mucho de la situacion familiar el tipo de alimentacion que reciben los niños y tambien del tiempo que de dispone. |
| 3820 | Hay que comer de todo variado y hacer mucho deporte |
| 3826 | creo que deberían existir comedores escolares o cafeterías en los centros educativos y en todas la etapas (desde infantil hasta el bachillerato) para garantizar por lo menos una comida sana al día y así educar a los jóvenes a comer mejor. Además, en los pueblos pequeños los niños llegan a casa con la ruta escolar muy tarde (sobre las 16h00) lo que provoca un ayuno muy larga desde la mañana que no suple el bocadillo del día.: se podría proponer un almuerzo saludable a media mañana. |
| 3827 | Que nuestros hijos no tengan acceso a alimentos no saludables en centros educativos. Se les enseña una cosa y luego en la práctica, les mostramos lo contrario. |
| 3829 | Es importante que los niños estén bien formados en los hábitos de vida saludable |
| 3838 | Creo sería interesante que los niños/as, tuviesen más información de lo que comen; lo importante que es el descanso y la alimentación para ellos. Y así poder entender que una vida saludable, siempre les suma más. |
| 3853 | Considero que no se han implementado programas de alimentacion saludable en el inicio de introducir alimentos a los niños, muchas madres tienen mucha desinformacion al respecto y no se controla la ingesta de azucar en los menores. |
| 3858 | Hacer ejercicio físico asociado con el consumo de alimentos saludables. |
| 3859 | Hacer ejercicio físico asociado a alimentación saludable. |
| 3863 | Dar cursos en colegios e institutos |
| 3871 | Que el equipo directivo y docente proponga un desayuno saludable en el instituto, ya que en los centros de infantil y primaria si se hacen, pero esto se pierde cuando llegan a secundaria. |
| 3872 | Sin comentarios |
| 3874 | Eliminar los azúcares de los alimentos de los niños |
| 3875 | Promover actividades al aire libre, para socializar, hacer ejercicio y evitar el uso masivo de móviles o tablets |
| 3877 | Menos azúcares en los alimentos de los niños. |
| 3880 | También considero que hoy en día la leche de fórmula tambien es muy completa, en casos en los que no pudimos dar el pecho |
| 3881 | En los coles se da una pauta de almuerzo semanal. En muchos casos, al menos, dos días a la semana, se permite desayuno favorito o galletas. Los niños suelen llevar bollos industriales, los jueves y viernes casi por prescripción escolar. Sólo uno de los días se recomienda fruta (no en todas partes, claro está). Y a medida que promocionan de curso escolar esta pauta se va abandonando. Sin que nadie diga nada. En los IES se venden muchas chucherías y alimentos poco saludables. |
| 3883 | No se ponen máquinas expendedoras en los colegios. En esta encuesta no se contempla la opción que utilizamos habitualmente para desplazarnos que es la bicicleta |
| 3890 | Se debería informar más y mejor sobre los alimentos procesados y las bebidas azucaradas y se debería fomentar más la alimentación saludable y los desayunos saludables sobre todos desde los colegios e institutos. |

| | |
|------|--|
| 3900 | Que dieran charlas informativas sobre nutrición en el ámbito escolar y que los alumnos pudieran acceder a actividades extraescolares deportivas ,promovidas y financiadas por el propio centro escolar |
| 3934 | ES IMPRESCINDIBLE CREAR HÁBITOS SALUDABLES DESDE LA PRIMERA INFANCIA YA QUE SU IMPACTO EN EL FUTURO SERÁ CRUCIAL. |
| 3940 | En los Centros educativos obligan a los niños a comer dos platos de comida diarios, cantidades en muchos casos recesivas. Con un plato de comida es suficiente, con alimentos más saludables y de mejor calidad. |
| 3953 | Higiene personal (cepillado de dientes) Practica regular de ejercicio físico Cero consumo de alcohol y fumar |
| 3957 | Sería conveniente que la administración pudiera contar con profesionales con conocimientos y experiencia sobre la lactancia materna y alimentación complementaria; y también sobre problemas de alimentación en niños de 0-1 año. |
| 3960 | Conocía la importancia de la lactancia materna por los medios de comunicación (artículos en periódicos o revistas), nos formamos más gracias a diversas asociaciones de apoyo a la lactancia materna. No creo que hagan falta máquinas expendedoras de comida (saludable o no) en los centros educativos. Las familias pueden darle almuerzos saludables a sus hijos, y controlar así lo que comen. |
| 3962 | LA DECISIÓN DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN NUESTROS HIJOS ES DE NOSOTROS LOS PADRES, POR TANTO INSISTO EN LA INFORMACIÓN OPORTUNA PARA CREAR RESPONSABILIDAD EN CADA UNO. |
| 3966 | Han de potenciarse al extremo las formaciones a profesorado, alumnado y deberían ser obligatorias para familias. |
| 3971 | FOMENTAR LA LACTANCIA MATERNA EN EL HOSPITAL ES FUNDAMENTAL!!! Intentan colocar el biberon e interferir en todo momento. Las charlas o talleres sobre alimentacion complementaria los hice pagados por mi, en ningun momento he visto talleres de entidades publicas y aun a dia de hoy hay mucha desinformacion sobre alimentacion saludable en la infancia |
| 3976 | Creo que en los centros educativos no deberían de tener máquinas expendedoras, es más saludable llevar de casa una fruta o almuerzo saludable y una botella reutilizable, con agua. Sería interesante que los almuerzos del recreo lo pudieran hacer en clase, cómo actividad lectiva, de esta manera se evitarían los envoltorios de usar y tirar, puesto que así los pueden guardar en la mochila y reutilizar, cuando terminen se comience el descanso del recreo. |
| 3979 | Estoy en contra de las máquinas expendedoras aunque contengan alimentos saludables. Sería más interesante un banco de alimentos en el centro escolar donde dispensar frutas, lácteos o zumos para aquellos niños que se hayan "olvidado" la merienda de media mañana en casa. |
| 3980 | En el caso de que haya centros con máquinas expendedoras, como pueden ser los institutos, creo que directamente no deberían de tener bebidas azucaradas ni alimentos no saludables. |
| 3983 | Creo que ni infantil ni primaria deberían de tener máquinas expendedoras, no tienen porqué llevar dinero al centro educativo. Las actividades extraescolares deberían de ser más variadas, y aquellas interesantes si son subvencionas mejor, porque algunas es imposible debido al coste. Y ofrecer variedad, puesto que en muchos casos solo hay fútbol y pádel, sería interesante ofertar variedad de actividades como por ejemplo atletismo..., piscinas cubiertas en los municipios... puesto que es complicado poder ir a otros municipios a llevar a los hijos y costear esas actividades fuera de la localidad. |
| 3996 | Más información o explicación más clara por parte de los profesionales de la salud a la hora de diagnosticar la alimentación. Vídeos promocionales en redes sociales para adolescentes. |
| 4009 | Desde el centro educativo deberían realizar más charlas educativas a los niños y hacer reuniones también para las familias. |
| 4018 | No me faltó información porque la busqué, pero la información que proviene de las administraciones debería actualizarse. |
| 4022 | El menú escolar está bastante bien, le falta un poco de actualización. Más talleres presenciales en las escuelas de los niños junto a su asistencia para promover una vida saludable y así ayudar a los padres junto a los profesionales de una mejora alimentacion y ejercicio físico |
| 4028 | Mayor actividad deportiva que en la realización de trabajos escritos en el área de educación física |
| 4032 | Muy importante formar a los padres desde el inicio de su paternidad/maternidad en la importancia de una buena dieta, ejercicio físico y descanso, para trasladárselo correctamente a nuestros hijos. |

| | |
|------|--|
| 4033 | PODRÍAN REGALAR O VENDER FRUTA EN LOS COLEGIOS E INSTITUTOS EN VEZ DE LAS MIERDAS QUE VENDEN EN LAS MÁQUINAS |
| 4035 | en el centro de mi hija han tenido talleres y se han preocupado de que llevaran frutas en el recreo. SALESIANOS |
| 4050 | Muy poco tiempo para comer un tentempié en el cole y además al tener que comer en el patio se suelen llevar cosas practicas lo que a su vez suelen ser menos saludables. Estaría bien maquinas expendedoras de alimentos saludables. |
| 4053 | En el colegio tendrían que hacer más ejercicio y tener actividades que fomenten e informen sobre hábitos saludables |
| 4059 | El fomento de los hábitos saludables en relación con la alimentación y la actividad física pueden y deben trabajarse desde colegio, además las familias también necesitan mucha información en este sentido. Para mí, como maestra de EF lo más preocupante es la falta de actividad física en el horario extraescolar. En primaria sí suelen practicar alguna/as actividad deportiva, pero en secundaria la actividad física cae en picado. Y cuidado con la diferencia entre los sexos, los chicos practican en general, mucho más deporte que las chicas. Deberían tener ellas acceso a practicas deportes motivantes que les atraigan. ¿Y qué pasa la población adulta? El ejercicio físico tiene una influencia extraordinaria en el mantenimiento y la mejora de la salud, pero hay muy poca información al respecto. Mucho me temo que con salir a caminar media hora no es suficiente. Bajo mi punto de vista se debe fomentar el ejercicio físico en todos los grupos de edad. |
| 4065 | implementar hábitos desde centros escolares acordes a posibilidades familiares |
| 4067 | hace falta mucha educación y concienciación sobre alimentación y hábitos saludables, no solo a los niños, sino también y sobre todo a los padres |
| 4078 | Se deberían hacer talleres formativos en colegios e institutos sobre hábitos de vida saludables y también a la población general |
| 4085 | Yo creo que esta todo bien en esos casos |
| 4089 | Charlas en relación a las TCA, a la lectura del etiquetado de los alimentos, a las consecuencias de consumir productos ultra procesados y beneficios del ejercicio físico en nuestro cuerpo. |
| 4107 | Asignatura en el colegio de nutrición y hábitos saludables. |
| 4130 | Creo que es importante que la estrategia no se centre en el concepto peso, que se explique los diferentes factores que pueden provocar la obesidad, que se tenga en cuenta la diversidad corporal y se trabaje el respeto a la misma, que se establezcan estrategias para que todos encuentren la necesidad de moverse, alimentarse de manera sana y tener hábitos saludables como forma de quererse a uno mismo. No enfocar la estrategia desde la gordofobia. |
| 4131 | cursos de hábitos saludables en los centros educativos |
| 4132 | Estrategia no pesocentrista ni gordofóbica. Existencia de la diversidad corporal y respeto hacia la misma. La obesidad es multifactorial y no se explica únicamente por la falta de hábitos saludables. El concepto de peso normativo no es sinónimo de salud integral. El movimiento, la elección de alimentos saludables y hábitos saludables como cuidado y amor a uno mismo. |
| 4133 | Fomentar desayunos saludables en los colegios no solo en la etapa de educación infantil y, sobre todo, dar charlas para las familias para que se concientien de la importancia de eliminar zumos y bollería de los desayunos de sus hijos. |
| 4142 | los infantes y adolescentes están muy influenciados por las modas, al igual que muchos padres y madres, basadas en publicidad engañosa o poco veraz cuyo objetivo es mantener una industria. |
| 4143 | Los niños deberían saber los alimentos que les hacen mal y por qué les hacen mal. Los adultos tienen que aprender a cómo suministrarle a los niños y a ellos mismos, una alimentación más saludable |
| 4146 | Que yo conozca, en los centros escolares dan talleres a menudo, pero creo que no de hábitos saludables. En todo caso, siempre hay profesores, sobre todo de gimnasia, que influyen positivamente en estos hábitos. |
| 4148 | Comer fruta |
| 4150 | Que el centro escolar fomente hábitos saludables. En Galápagos tenemos suerte que el CEIP Clara Sánchez fomenta esta línea desde hace años, siendo los hábitos alimentarios y deportivos una línea prioritaria, incluyendo la participación infantil en la elección haciendo parte a los niños y niñas de estos hábitos. Me parece fundamental escuchar a los niños y niñas para incluirles en cualquier fomento de hábitos. |
| 4152 | Quiero que mi hija pueda tener beca para algún tipo de deporte gracias |
| 4155 | ME PARECE QUE A LOS NIÑOS Y JÓVENES, PERO SOBRETUDO A LOS JÓVENES SE LES TENDRÍA QUE INFORMAR MÁS DE HÁBITOS SALUDABLES EN LOS MEDIOS QUE ELLOS FRECUENTAN (REDES) O EN PLATAFORMAS DIRIGIDAS A ELLOS PORQUE |

| | |
|------|---|
| | SON MEDIOS MÁS INFLUYENTES PARA ELLOS. A LOS NIÑOS, EN EL COLEGIO, AL MENOS EN MI PUEBLO, SE LES IMPANTEN BASTANTES CHARLAS SOBRE HÁBITOS SALUDABLES E INCLUSO, SE HACEN CAMPAÑAS DE REPARTO DE FRUTAS VARIADAS EN LOS RECREOS. ES MUY BUENA INICIATIVA!! |
| 4172 | INFORMACION VERAZ POR NUTRICIONISTAS. |
| 4178 | Me faltó información para la alimentación complementaria de mis hijos y referente a la leche materna, por parte de la sanidad pública, fui yo quien decidió moverse y estudiar qué opciones había y así decidir cual era la mejor para mis hijos y para la familia. |
| 4179 | Respecto a la lactancia materna, no la puedes llevar a cabo si tienes que irte a trabajar a las 16 semanas. |
| 4180 | Participar en talleres de estrategia de hábitos saludables |
| 4188 | Creo que prohibir por completo en los centros educativos, tanto en las comidas diarias como en los diferentes eventos, los alimentos no saludables, como bollería, zumos azucarados o menús con demasiados fritos o procesados ayudaría a que todos los niños fuesen a un mismo ritmo en este sentido, así como prohibir directamente que los niños puedan llevar este tipo de alimentos al colegio, tanto para el recreo como para los días de cumpleaños, etc., ya que es muy complicado conseguir que un niño no coma este tipo de alimentos si en el cole otros niños lo llevan. |
| 4189 | Q las extraescolares deportivas sean subvencionadas. Más juegos y actividades al aire libre, q en el cole y en el patio les dejen correr y jugar al fútbol. Q hagas en el recreo juegos q involucren a todos los niños. Q les enseñen como preparar alimentos ruhos y saludables con frutas y verduras a los niños y talleres de cocina s los padres. |
| 4190 | Tengo dos hijos que llevan años asistiendo al comedor escolar ya que por motivos de trabajo los tengo que tener allí y el cáterin que tienen contratado es de pena, se llama Mediterranea y no podemos estar mas en desacuerdo con el. La cantidad de comida e escasa, tanto es así que cuando los niños salen tienen que comer de nuevo, y la calidad nefasta, las mismas monitoras nos dicen que hay veces que no han dado una comida ya que piensan que están en mal estado. Este catering Mediterranea esta presente en varios colegios y todos opinamos lo mismo, por que en lugar de optar por el servicio mas barato se opta por alguno que sea barato pero tb de calidad? he hablado con muchas madres y todas opinamos lo mismo, que estaríamos dispuestas las familias a pagar mas para que la comida sea saludable y con cantidad. |
| 4199 | mayor incidencia de los padres y profesores |
| 4204 | Incorporar el contenido de hábitos saludables en las materias del curriculum académico |
| 4214 | El comedor escolar debería ser obligatorio y gratuito hasta los 16 años, de forma que se garantice que todos los niños y jóvenes tengan al menos una comida al día saludable. |
| 4234 | La comida del comedor escolar se debería vigilar más de cerca porque los niños hablan verdaderas pestes de la comida |
| 4253 | Mayor información sobre la lactancia y el inicio de la alimentación saludable. |
| 4268 | No tengo hijos |
| 4272 | Educar a los padres ya que sus "vicios" de mala alimentación se transmiten a los hijos desde bebés. |
| | Elevar los precios de todos aquellos productos ultraprocesados y fomentar los más naturales en la cesta de la compra. |
| 4293 | Los hábitos saludables (alimentación y ejercicio) es más caro que la vida sedentaria y comer mal |
| 4303 | Las actividades extraescolares son fundamentales pero creo que debería ser en las hoeras lectivas donde se debería aumentar el gasto en actividad física y deportiva, las de la tarde también servirían pero lo veo más para actividades artístcas y plásticas que no se dan en el horario escolar. |
| 4304 | COMER |
| 4305 | la comida y el deporte |
| 4325 | fomentar la actividadfísica entre los niños y niñas en edad escolar por ejemplo aumentando sus horas de educacion fisica |
| 4330 | sería valioso fomentar la colaboración con actores locales, como líderes comunitarios, organizaciones civiles, escuelas, empresas y centros de salud, para crear una red de apoyo que refuerce la importancia de adoptar hábitos saludables. |
| 4331 | - Tiene que haber una coordinación entre pediatras y especialistas en nutrición a la hora de informar a los padres sobre como iniciar la alimentación complementaria de bebés. Los pediatras deberían estar más informados en cuanto a alimentación. - En la escuela infantil de mi hija el desayuno son galletas con leche. Esto no es saludable y se está haciendo desde que tienen 1 año. (Escuela privada) - El programa de frutas, hortalizas y leche de los colegios públicos de la jccm está bien hasta |

| | |
|------|---|
| | que llega la leche a los colegios y los docentes dejan que los niños la mezclen con colacao o neskuik. No tiene sentido promover el consumo de leche si luego le vamos a añadir azúcar. Más información sobre nutrición a los colegios, docentes y equipo directivo. |
| 4332 | Debería de ser una asignatura obligatoria en el colegio para que los jóvenes y niños tuvieran conocimientos sobre la alimentación |
| 4334 | Menos pantallas, más fomentó del juego en espacios seguros. Colegios cerrados por las tardes, con sus instalaciones deportivas sin usar y niños sentados en el sofá vieno pantallas, no parece muy lógico. Recuperación de juegos tradicionales. Otra forma de ocio activo. Más zonas para usar la bici. Ciudades y pueblos más preparados para poder circular en bici. |
| 4335 | Fomentar a los niños más deporte dentro de los centros, ya que no todo el mundo puede costeárselo y además más cómodo para padres y niños. Que en los centros tengan más fruta diaria y máquinas con alimentos muy muy saludables. Que esto no lo he visto nunca. |
| 4336 | Dar charlas en los salones de clase de los mejores hábitos alimenticios de forma didáctica |
| 4339 | Me gustaría que mi hijo, ya con 12 años, se moviera en bici para acudir a su instituto o a sus prácticas deportivas, pero considero que le falta educación vial, formación y responsabilidad. Y los conductores tampoco estamos concienciados de tener que compartir espacio con ciclistas, lo que los convierte en muy vulnerables. |
| 4347 | (las respuestas sobre la alimentación de mi hijo están condicionadas al hecho de que es diabético y, entre otras cosas, tiene que tomar bebidas azucaradas habitualmente para remontar las hipoglucemias. Esa es la única razón por la que las toma por lo que no sé si estos datos son válidos para la encuesta) Es necesario más movimiento, mucho más, en todas las etapas educativas. No sólo en forma de sesiones de educación física, sino también en forma de descansos breves, donde se puedan levantar de la silla, dar un paseo, hacer estiramientos... la siguiente hora será más productiva. |
| 4351 | El mayor problema es el consumo no solo de bebidas, también de alimentos procesados y extremadamente azucarados. Con un etiquetado nada claro y que nos confunde a la mayoría de las personas. Alimentos con una serie de aditivos que generan en el cuerpo la necesidad de no parar de comerlos. |
| 4352 | Buenos días Al tener todos los días actividades extraescolares, los chicos tienden a obtener comida y bebida azucarada de las máquinas expendedoras de los centros |
| 4359 | 1. Formación en centros escolares con una asignatura sobre Nutrición con temas actualizados e impartidas por docentes que se formen en ello, evitando las guías desactualizadas que hoy en día siguen manteniendo muchos profesionales de la salud. En la cual se trabaje no solo la alimentación sino también el descanso, la importancia del ejercicio físico. 2. Aumentar las horas de Educación Física a la semana, todos los días los niños deberían practicar actividad física en el centro escolar mejorando también las instalaciones. 3. Formación a padres y madres de manera gratuita puesto que existe mucha desinformación. 4. Concienciar a los alumnos sobre el uso de pantallas, pues está muy extendido y aceptado el que usen móviles o pantallas a diario y durante muchas horas. 5. Proporcionar actividades extraescolares deportivas gratuitas. |
| 4375 | fomentar la alimentación saludable |
| 4377 | Con respecto a la información de la mejor alimentación/lactancia para hijo recién nacido, falta mucha información en los centros de salud y hospitales, se echa en falta en profesionales especializados en este tema. En el ámbito escolar, más talleres e información tanto para madres y padres como en los niños |
| 4386 | Veo muy positivo que estos planes se sometan a revisiones, que se actualicen y que las Autoridades apuesten porque se cumplan |
| 4404 | Que cuiden bien de sus hijos |
| 4409 | HABLEN |
| 4418 | . |
| 4432 | Comedores más accesibles económicamente a TODOS los hijos independiente del los tramos de rentas de los padres, ya que se pagan muchos impuestos para ello. |
| 4449 | Bien |
| 4458 | Los comedores escolares todavía necesitan incorporar unos hábitos más saludables, sobre todo, en los desayunos, donde solo se suele dar la opción de leche/zumo, cereales azucarados/magdalenas/tostada. Además de la alimentación más saludable, se debería fomentar la actividad física en todos los ámbitos (colegios, institutos, extraescolares y también entre los adultos), ya que en |

| | |
|------|--|
| 4472 | <p>general llevamos una vida muy sedentaria y cada vez, en mi opinión, va a peor.</p> <p>Es importante concienciar a la población adulta, somos el ejemplo de los niños. Y es muy importante que el personal sanitario esté actualizado. Cuando fui madre toda la importancia de la lactancia, toda la información de las opciones que tenía al empezar a dar sólidos las busqué por mi cuenta. Los profesionales se contradecían continuamente, se centraban exclusivamente en el peso y me recomendaban dar biberón solo para que el peso fuera mayor, el niño estaba bien...Al inicio de la alimentación complementaria, no tenían ninguna información sobre Baby Led Weaning, cuando pregunté me dijeron poco más que era una moda tonta, me recomendaban pesar los alimentos...un médico me llegó a recomendar darle cocaola y golosinas con azúcar a mi hijo cuando no tenía ni 2 años porque tenía la garganta irritada...Falta mucha formación a los profesionales y debería ser obligatoria</p> |
| 4484 | Es muy importante cocinar en casa y reunirse en familia para comer, cenar.... |
| 4488 | <p>Mi hija lleva una alimentación variada y muy saludable y realiza actividad física como salir al parque, a caminar, bailar, etc. Pero toda la información relativa a una buena alimentación, le hemos tenido que buscar por nuestra cuenta e ir informándonos por nosotros mismos, ya que no hay consenso tampoco en la comunidad médica a día de hoy, ni siquiera en cuanto a los profesionales de la nutrición. Desde casa fomentamos unos buenos hábitos en la vida diaria y los tiene muy interiorizados.</p> |
| 4489 | <p>Mi hija lleva una alimentación variada y muy saludable y realiza actividad física como salir al parque, a caminar, bailar, etc. Pero toda la información relativa a una buena alimentación, le hemos tenido que buscar por nuestra cuenta e ir informándonos por nosotros mismos, ya que no hay consenso tampoco en la comunidad médica a día de hoy, ni siquiera en cuanto a los profesionales de la nutrición. Desde casa fomentamos unos buenos hábitos en la vida diaria y pese a su corta edad, ya los va entendiendo e interiorizando.</p> |
| 4490 | Los poderes públicos deberían tener una presencia directa con total implicación en esta materia con vigilancia estrecha y cercana especialmente en centros educativos y de mayores, entre otras medidas. |
| 4496 | La alimentación que se sirve en los comedores de los colegios debería de ser algo mejor. El desayuno sin ninguna duda, no se ofrece fruta fresca tan solo hidratos de carbono pan, galletas o cereales y la mayoría azucarado. En las comidas considero que se sirve poca proteína del tipo carne y pescado. Hablo de mi experiencia con una escolar de infantil. |
| 4504 | Es importante incluir la figura de la enfermera escolar para la incorporación de las medidas encaminadas a la mejora de hábitos saludables en el ámbito educativo |
| 4506 | Es importante incluir la figura de la enfermera escolar para la educación para la salud dentro de la comunidad educativa |
| 4511 | No estoy de acuerdo con las máquinas expendedoras, sí con las cafeterías o lugares parecidos |
| 4523 | <p>A día de hoy, sigue habiendo alimentos no saludables en los colegios e institutos. El desayuno del comedor escolar del colegio público incluye zumos y galletas procesadas. En las comidas hay exceso de carbohidratos, las raciones son escasas y hay demasiados postres azucarados (yogures azucarados y natillas).</p> <p>En las cafeterías de los institutos se venden alimentos no saludables como bollería industrial y bebidas azucaradas y chucherías. Los otros alimentos que aparecen son de poca calidad (pan precocido, tortilla precocinada...)</p> <p>Debe aumentar el tiempo de actividad física en los centros educativos, pues cada vez más el único ejercicio físico que hacen los niños es en la mañana. Se debería aumentar el número de horas de educación física. Los niños pasan casi toda la mañana sentados en las sillas clase. Cada vez tienen más problemas biológicos y de movilidad. Se debe aumentar la oferta de extraescolares deportivas DE CALIDAD en los centros educativos. Son muy importante las experiencias deportivas iniciales en los niños. Se debe intentar que creen adherencia por el deporte. Los/as monitores deportivos deben estar mejor preparados.</p> <p>Los centros educativos deben tener instalaciones adecuadas para que puedan realizar actividades deportivas en buenas condiciones y propuestas para desarrollo de actividades deportivas en recreos para intentar que hagan más ejercicio físico.</p> |
| 4532 | Dar más publicidad a charlas sobre la alimentación para pequeños y grandes |
| 4533 | <p>No debería haber máquinas expendedoras de comida o refrescos en los centros escolares. Nunca es comida saludable</p> <p>Los desayunos en los colegios no son saludables, por eso mi hijo no va</p> <p>En el colegio siempre hay las mismas extraescolares deportivas: fútbol y gimnasia rítmica...</p> |
| 4534 | <p>No debería haber máquina expendedora de comida o refrescos en los centros escolares (tampoco de la ESO) Nunca son saludables.</p> <p>En el colegio, el desayuno no es saludable. Por eso no le llevo nunca (galletas, cereales azucarados...)</p> |
| 4542 | Mi hija aún no está escolarizada pero espero de los centros educativos que den formación continúa sobre nutrición y hábitos saludables (no solo en un curso, sino en todos), que los |

| | |
|------|--|
| | alimentos que pongan al alcance de los niños (máquinas expendedoras y cafeterías) sean saludables y tengan opciones vegetarianas/veganas. Estos últimos años se ve entre los menores un gran consumo de bebidas energéticas y creo que se debería de hacer hincapié en ese problema también. |
| 4550 | . |
| 4556 | PITO |
| 4570 | 848367181617827267837362782993736738484 VECES |
| 4586 | En la enseñanza secundaria tienen pocas horas de Educación Física y menos en Bachillerato. Sería conveniente que en esas edades realizaran más horas de deporte a la semana puesto que su vida es más sedentaria al tener que estudiar más horas al día. |
| 4603 | Mejoras en comedor escolar |
| 4606 | Tener más tiempo |
| 4607 | Incentivar actividades físicas deportivas en las instituciones educativas como extracurricular |
| 4616 | Debería haber muchas charlas en el instituto sobre la alimentación saludable y su impacto en la salud física y mental. La juventud no está concienciada ni comprometida con su alimentación. |
| 4619 | Los comedores escolares deberían tener una alimentación más saludable en la que se respirara un ambiente de calma sin tantos ruidos estresores |
| 4621 | Que en el aula matinal del centro las únicas opciones no sean bollería y zumos |
| 4623 | Una sugerencia clave para la Estrategia Regional de promoción de hábitos saludables es garantizar la accesibilidad y asequibilidad de opciones saludables para toda la población. |
| 4642 | En realidad no sé si has recibido charlas de educación física o hábitos saludables me imagino que sí. Lo de dar de mamar o no, no es algo que eliges, si no tienes leche no tienes. Las máquinas expendedoras fuera de los centros educativos. Estaría bien que pusieran a disposición en los centros educativos fruta a la hora del recreo |
| 4653 | La educación física en los centros educativos no debería ser evaluable, obligatoria sí pero no que sea tenida en cuenta académicamente. Creo que el que sea evaluada no fomenta en absoluto hábitos saludables, al contrario, crea aversión y frustración en aquellos estudiantes con condiciones físicas más limitadas o difíciles de modificar (estatura, musculatura, corpulencia...). Una educación física en los centros escolares como espacio de juego en equipo y aprendizaje de hábitos saludables sería mucho más efectivo. |
| 4664 | se deben hacer más charlas sobre los hábitos saludables |
| 4668 | Las charlas en los centros educativos para niños son muy importantes, y el ejemplo o actividades como el horario de meriendas saludables que los centros ofrecen. Pero no tanto actividades con comida dentro de los mismos, ya que también hay muchas alergias alimentarias |
| 4670 | Fomento desde las escuelas infantil, primaria secundaria importancia higiene alimentaria- actividad física también en centros donde acuden mayores. Abaratamiento alimentos sanos y encarecimiento de procesados obligación de etiquetado real sin publicidad engañosa establecimiento en horario trabajo pausas hacer estiramientos |
| 4671 | No debería haber máquinas expendedoras en los centros educativos, ni siquiera con opciones saludables, ya que siguen siendo procesados y además segrega a los alumnos en los que llevan dinero para gastar y los que no. Además fomenta el consumismo. |
| 4680 | Los menús de los comedores escolares deberían ser de mayor calidad y los monitores deberían formarse en educación sobre alimentación saludable y no forzar ni ridiculizar a los alumnos usuarios de estos. |
| 4695 | Educar en la normalidad, evitando referentes o modelos de belleza sexistas o extremadamente delgados, que causen complejos a los jóvenes. |
| 4697 | Respecto a la lactancia materna, se sabe que es el mejor alimento que una madre puede dar a sus hij@s, pero lo que no hay es profesionales actualizados e informados para derivar a compañeros que estén formados y especializados. En cuanto hay problemas de leche de fórmula y listo, no se averigua la causa. Igual, te dan hojas desactualizadas. Y luego igual que había anuncios de el tabaco mata, el exceso de azúcares puede causar... en todos los anuncios de ultraprocesados. Y la información de esto es saludable por que aporta (ej: anuncio de plátano) para que a los adultos les cambie la frase de "si toda la vida se ha hecho y no ha pasado nada" |
| 4701 | Subvencionar actividades deportivas, más charlas nutritivas, apremiar en las aulas el cumplimiento del desayuno saludable |
| 4721 | FOMENTAR LA LACTANCIA MATERNA CON UNA CAMPAÑA DE CONCIENCIACIÓN Y UN APOYO EFECTIVO EN LOS CENTROS DE SALUD. ES INCREÍBLE QUE LAS MÁQUINAS EXPENDEDORAS DE UN CENTRO DE SALUD TENGAN COMIDA BASURA PONER UN CANON A LOS ALIMENTOS CON EXCESO DE AZÚCAR |

| | |
|------|--|
| 4728 | Que no suba la cesta de la compra, ya que el factor económico determina la calidad de los alimentos consumidos. Asimismo promover los alimentos de proximidad y ecológicos |
| 4734 | Toda la información sobre alimentación saludable me la he buscado yo, informándome por distintos medios |
| 4738 | No poner máquinas expendedoras en los centros educativos y espacios públicos con alimentos poco saludables. Si no mas bien todo lo contrario. |
| 4739 | No máquinas expendedoras con alimentos pocos saludable cerca de los centros educativos de los chicos. |
| 4743 | Mejora de los alimentos en los comedores de los centros educativos. Que las comidas sean mas consistentes en alimentos y sabor. |
| 4745 | actualizacion de medicos, y enfermeros infantiles, mas charlas en los colegios, que los que tienen desayuno saludable, lo cumplan porque bolleria por mas casera que sea sigue siendo insaludable igual que las galletas y muchos cereales, o yogures |
| 4759 | . |
| 4829 | Estaría bien fomentar las charlas y talleres de profesionales en estos ámbitos para las familias al inicio de cada curso escolar. |
| 4830 | Estaría bien fomentar las charlas y talleres de profesionales en estos ámbitos para las familias al inicio de cada curso escolar. Además, para los niños de 0-2 años se podría proponer hacer actividades extraescolares de psicomotricidad, ya que en esta franja de edad en los pueblos rurales no hay ningún tipo de actividad para ellos. |
| 4846 | . |
| 4849 | Ir caminando al colegio de una forma organizada |
| 4851 | Toda la información de lactancia y alimentación nos la buscamos por cuenta propia. |
| 4857 | Hola |
| 4863 | Ns |
| 4879 | Eliminar las maquinas expendedoras de centros educativos. promover caminos seguros hacia los centros escolares limitando el paso de coches al menos 100 m de los centros educativos. |
| 4883 | Sería interesante la posibilidad de impartir más talleres de formación a adolescentes, niños y padres sobre hábitos y alimentación saludable. |
| 4887 | SE DEBERÍA DE PROMOCIONAR LAS CHARLAS DE HÁBITOS SALUDABLES EN TDOS LOS NIVELES. EN LOS COLEGIOS, EN LOS TRABAJOS, EN LOS CENTROS DE SALUD, DESDE LOS DISTRITOS DE SALUD, ETC. |
| 4901 | FOMENTAR HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES DESDE LA INFANCIA, DENTRO DEL ENTORNO FAMILIAR Y EN INSTITUCIONES PÚBLICAS |
| 4928 | Los niños necesitan tener talleres en el cole sobre hábitos saludables y aprender a distinguir la comida saludable. |
| 4934 | que es esto sergio por favor |
| 4950 | Mayor seguimiento por parte de las enfermeras de pediatría, e incluso obligación a las familias cuando se detecten casos de obesidad/bajo peso y uso inadecuado de nuevas tecnologías. |
| 4960 | Deberían de dirigirse más a los jóvenes ya que son los que más necesitan sobre hábitos saludables |
| 4965 | Cambiar radicalmente el sistema de los comedores escolares. Es vergonzoso que el gobierno de CLM permita y fomente que las empresas de catering se forren a expensas de reducir calidad y cantidad en los menús de los niños de la región. Ellos son los responsables. |
| 4968 | LOS PADRES CON NIÑOS OBESOS NO TIENEN CONCIENCIA REAL DE LA OBESIDAD DE SUS HIJOS, INSISTIR EN ESTE TEMA |
| 4971 | Los comedores escolares de colegios públicos que son gestionados por empresas catering privados son muy poco saludables. Aunque el menú mensual aparentemente es muy saludable, cuando ves la materia prima utilizada parece un FAST FOOD, especialmente en las raciones de carne y pescado, al ser muchas veces precocinados y ultraprocesados. |
| 4978 | MAS CONTROL A LA HORA DE VENDER BEBIDAS A MENORES DE 16 AÑOS, CON CAFEINA, AZUCARADAS ETC |
| 4989 | Creo que son muy útiles los recreos activos. |
| 4998 | Creo que sería bueno que la estrategia incluya cosas prácticas para el día a día, como enseñar a comer mejor, moverse más y también cuidar la salud mental. Estaría genial que hagan actividades en escuelas y barrios, y que escuchen lo que la gente necesita de verdad. |
| 5018 | Me gustaría que hubiera actividades deportivas y de ocio por la tarde en los centros de educación especial |
| 5020 | Incorporar al sistema educativo la figura de enfermería escolar para actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad entre otras |
| 5030 | Más atención nutricional en pediatría |
| 5040 | Potenciar comidas saludables en comedores escolares, pausas para merendar a distintos horarios que el recreo, para que se le dé la importancia que necesitan |

| | |
|------|---|
| 5048 | <p>Los menús de las escuelas infantiles no se ajustan a lo que un niño de 2-3 años come. Mi hija no se come un ragout o lomo en salsa si apenas prueba la pasta. En mi caso mi hija rechaza el tomate y en la escuela no le dan de comer si el plato lleva tomate porque " no le pueden quitar la boloñesa a la pasta"</p> <p>No se ofrece una alternativa alimentaria para ellos ni consejo de cómo actuar ante una regresión alimentaria.</p> <p>En cuanto a las actividades físicas no existe oferta para niños de 2-3 años porque son muy pequeños y los monitores no se atreven a hacer nada con niños que apenas les entienden, pero tampoco se molestan en buscar otras actividades que si puedan hacer</p> |
| 5050 | Veo muy necesarias acciones sobre los establecimientos de venta y publicidad |
| 5061 | Se debería formar a los niños desde pequeños y no solo en casa también en el colegio |
| 5076 | Dar prioridad a la leche materna y alimentación complementaria sana y equilibrada y actualizada el primer año de vida, asentando buenos hábitos ya desde pequeños |
| 5079 | Hay que regular la alimentacion de nuestros hijos |
| 5086 | Prohibir alimentos no saludables en los centros educativos así como uso correcto de pantallas. En ed. Infantil nada de pantallas ni robótica. |
| 5097 | Mi pareja es médico y según ella, se necesita una actualización profesional de la mayoría de los profesionales que tratan con niños, están desfasados en la mayoría de los casos |
| 5107 | Menos charlas y más realidad |
| 5108 | <p>Cada padre sabemos lo que es mejor para nuestros hijos. Si algún día no llevan el almuerzo de casa y compran algo es porque los padres le dejamos. No hace falta que se evite que de vez en cuando coman algo dulce porque los padre somos responsables de nuestros hijos y también de su alimentación</p> <p>Ayudas regionales al deporte juvenil, sobre todo el femenino. Las ligas provinciales en baloncesto, por ejemplo, cada vez duran menos tiempo, y con cada vez menos encuentros. A partir de categoría Infantil, más de 12 años, las niñas abandonan el deporte. Se está convirtiendo en un problema grande en nuestra región. Los ayuntamientos destinan poca inversión al deporte juvenil, los polideportivos son escasos y en malas condiciones en nuestra ciudad Talavera de la Reina.</p> |
| 5171 | Poner altos impuestos a bebidas y alimentos azucarados. Aso se baja su consumo |
| 5174 | fomentar en los colegios mucho mas los habitos saludables. mostrar a los niños campañas radicales con los problemas reales y sin tapujos (tanto problemas fisicos reales, emocionales, salud, sociales) que pueden sufrir por no comer saludablemente y hacer ejercicio regularmente |
| 5175 | si los salarios fueran mas altos y acordes al coste de la vida, las familias podríamos alimentar mejor a nuestros hijos |
| 5193 | Las cantinas de los centros educativos donde acuden mis hijos (y del resto de centros de secundaria de nuestra ciudad Alcázar de San Juan) están llenas de comida basura y no surte efecto las recomendaciones o restricciones de las inspecciones sanitarias, si es que las hay. Es imprescindible blindar los centros educativos de la comida basura. Los equipos directivos y los consejos escolares deben establecer medidas al respecto de lo que se consume en los recreos de los centros, independientemente de lo que quisieran llevar las familias. Igual que en un centro está prohibido fumar o usar el móvil hay que tomar medidas con los alimentos que se introducen en él. |
| 5197 | Eliminar expendedoras , o si las hay ser selectivos , que hayan más productos ricos en fibra y proteína bajos en azucares y adictivos, las actividades extra escolares vinculadas al centro , son fuentes de instrucción sanas que mantienen la Mente ocupada del adolescente, pero sobre todo aquellas actividades culturales que se acercan más a sus gustos, teatro baile moderno canto rap y por supuesto actividades deportivas. |
| 5211 | Es importante que los estudiantes aprendan a gestionar su tiempo entre el estudio y el descanso para mantener un buen rendimiento académico. |
| 5216 | Me gustaría que se impartiese en los centros escolares una asignatura de Educación para la Salud. Su enseñanza me parece fundamental (mejor que las campañas publicitarias, las charlas, etc) |
| 5225 | Fomentar la educación sobre hábitos saludables en todos los ámbitos. |
| 5228 | Los niños/as necesitan realizar más actividad física y consumir más alimentos no procesados, menos dulces. Los niños pequeños es importante que salgan más a jugar al parque, ya que es el lugar donde realizan mucho ejercicio físico no reglado. |
| 5232 | La actividad física en la población escolar se tiene que alargar a los jóvenes en su etapa universitaria y promover también en la vida adulta. Quizá se podrían abordar convenios de colaboración con Entidades y otras administraciones como Ayuntamientos y Diputaciones para promover iniciativas de actividad física saludable. |
| 5235 | Promover actividades extraescolares en los colegios dirigidas por profesionales evitando el |

intrusismo laboral