

## "DESAYUNOS SALUDABLES" PARA LOS ESCOLARES DEL MUNICIPIO

**Vva. de la Cañada, 6 de abril-** Con motivo de la VI Semana de la Salud, cerca de 300 alumnos de Educación Primaria y Secundaria de los centros públicos y concertados del municipio participan en el programa "Desayunos saludables". La iniciativa, organizada por la Concejalía de Sanidad en colaboración con la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid e Intercitrus, pretende informar sobre los beneficios que un desayuno completo tiene para la salud.

"Un desayuno adecuado juega un papel decisivo en el crecimiento y desarrollo del niño", explica el concejal de Sanidad, José Manuel Ávila, quien destaca la importancia de este tipo de iniciativas en los centros escolares, ya que "los hábitos que se adquieren se mantienen toda la vida y, además, los niños funcionan como correa transmisora hacia sus progenitores".

### **Alimentos básicos**

Los alumnos reciben, en primer lugar, una pequeña charla sobre la importancia que tiene el desayuno para la dieta y la estructura que éste ha de tener para ser equilibrado, incluyendo, al menos, cuatro grupos de alimentos distintos. Después ponen en práctica los conocimientos adquiridos con un desayuno compuesto por leche entera, pan blanco e integral, tomate triturado, aceite de oliva y naranjas.

Durante la actividad, los escolares reciben el folleto "Buenos días, desayuna", editado por la Concejalía de Sanidad, que incluye un decálogo para tomar un buen desayuno y un test para valorar cómo se realiza la primera comida del día.

### **Otras actividades**

La VI Semana de la Salud también incluye otras iniciativas en los centros educativos. Mañana, profesionales del centro de salud impartirán un programa de salud sexual para estudiantes de E.S.O en el I.E.S Las Encinas, mientras que en el C.E.B.I.P. María Moliner se llevará a cabo una campaña de higiene bucodental, organizada por la Facultad de Odontología de la Universidad Alfonso X El Sabio. Para más información sobre el resto de actividades incluidas en el programa:





Departamento de  
Comunicación y Prensa

[www.ayto-villacanada.es](http://www.ayto-villacanada.es)

Nota de prensa