

# Evaluación del proyecto de Desayunos Saludables e Higiene Bucodental en los colegios de la Comunidad de Madrid, curso escolar 2018 -2019

*Evaluation of the Healthy Breakfast and Oral Hygiene project in the schools of the Community of Madrid, 2018-2019 school year*

Laura Pérez Arcones<sup>1</sup>, M<sup>a</sup> Luisa González Pérez<sup>2</sup>, Juan Carlos Mateos Granados<sup>2</sup>, Susana García Gómez<sup>3</sup>

<sup>(1)</sup> Unidad Técnica 6 del Área de Salud Pública. Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid. Correspondencia: [laura.perez@salud.madrid.org](mailto:laura.perez@salud.madrid.org)

<sup>(2)</sup> Unidad Técnica 3 del Área de Salud Pública. Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid.

<sup>(3)</sup> Unidad Técnica 8 del Área de Salud Pública. Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid.

Recibido: 16/12/2019 Revisado: 16/01/2020 Aceptado: 21/01/2020 Publicado: 14/02/2020

## Resumen

El proyecto “Desayunos Saludables e Higiene Bucodental”, engloba una serie de actividades de Educación para la Salud, cuyo objetivo es sensibilizar a la comunidad escolar sobre la importancia del desayuno e implementar hábitos alimentarios saludables que contribuyan a la mejora de la situación nutricional de la población en edad escolar. En la Comunidad de Madrid, este proyecto se lleva desarrollando desde el año 2006, e incluye como actividad práctica un desayuno saludable realizado en el propio centro escolar junto con sesiones educativas de nutrición e higiene bucodental. También incluye actividades formativas dirigidas a familias y profesorado.

Durante el curso escolar 2018-2019, el proyecto se realizó en 333 colegios de la región (1267 aulas) llegando a un total de 31930 alumnos de Educación Primaria, lo que supuso alcanzar el 27% de la cobertura de los colegios de la Comunidad de Madrid.

La coordinación interinstitucional conseguida durante el desarrollo del proyecto Desayunos Saludables durante el curso escolar 2018-2019, fue, desde el punto de vista de Salud Pública, satisfactoria, ya que se lograron los criterios de calidad definidos y el porcentaje de cobertura alcanzado en los centros escolares de la Comunidad de Madrid fue correcto.

## Palabras clave

Desayuno saludable, obesidad infantil, higiene bucodental, evaluación.

## Abstract

The “Healthy Breakfasts and Oral Hygiene” project includes a series of Health Education activities, whose objective is to sensitize the school community about the importance of breakfast and implement healthy eating habits that contribute to the improvement of the nutritional situation of the school-age population. In the Community of Madrid this project has been developed since 2006, and includes as a practical activity a “healthy breakfast” made in the school itself and educational sessions of nutrition and oral hygiene. It also includes training activities aimed at families and teachers.

During the 2018-2019 school year, the project was carried out in 333 schools in the region (1267 classrooms) reaching a total of 31930 Primary School students, which meant reaching 27% of the coverage of the schools of the Community of Madrid.

The inter-institutional coordination achieved during the development of the Healthy Breakfasts project during the 2018-2019 school year, was, from the point of view of Public Health, satisfactory, since the defined quality criteria and the percentage of coverage achieved in the centers were achieved. Schoolchildren from the Community of Madrid was correct.

## Keywords

Healthy breakfast, childhood obesity, oral hygiene, evaluation.

**Cómo citar este artículo:** Pérez Arcones L, González Pérez ML, Mateos Granados JC, García Gómez S. Evaluación del proyecto de Desayunos Saludables e Higiene Bucodental en los colegios de la Comunidad de Madrid, curso escolar 2018 -2019. REMASP. 2020; 3(6): 1-7. <https://doi.org/10.36300/remasp.2020.047>

## Introducción

Desde 1998 la OMS considera a la obesidad como una epidemia global que constituye un importante problema de salud pública tanto en los países desarrollados como en los países en vías de desarrollo<sup>(1)</sup>. Afecta al 13% de la población mundial adulta, al 39% si se incluye el sobrepeso<sup>(2)</sup>.

La población infantil no es ajena a esta situación, la obesidad infantil es uno de los problemas de Salud Pública más graves del siglo XXI. Cerca de 400 millones de menores sufren sobrepeso u obesidad y estas cifras van en aumento<sup>(3)</sup>. En nuestro país, la cifra alcanza ya a cerca del 30% de niños y adolescentes<sup>(4)</sup>.

Los niños obesos y con sobrepeso tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y tienen más probabilidades de padecer, a edades más tempranas, enfermedades no transmisibles como diabetes y enfermedades cardiovasculares<sup>(2)</sup>.

Por ello, prevenir la obesidad infantil es dar salud en edades futuras<sup>(5)</sup>. Los estilos de vida se aprenden a una edad muy temprana. La infancia es una etapa muy receptiva a la adquisición de comportamientos positivos para la salud física, mental y social del individuo, antes de que éste desarrolle hábitos insanos<sup>(6)</sup>.

Una de las acciones diseñadas para ello en España es el “Plan Estratégico de Salud Escolar y Estilos de Vida Saludables 2016-2020<sup>(7)</sup>”, y en el mismo se contempla la Estrategia de Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad<sup>(8)</sup> (Estrategia NAOS). La Comunidad de Madrid desarrolló el **Plan Integral Frente al Sobrepeso Infantil (2017)**. Dentro del marco de estas estrategias, la Comunidad de Madrid lleva a cabo el proyecto “**Desayunos Saludables e Higiene Bucodental**”.

Este proyecto diseñado por la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid<sup>(9)</sup>, engloba un conjunto de actividades de educación para la salud, que tienen como objetivo mejorar los conocimientos y hábitos, así como sensibilizar de la importancia del desayuno e higiene bucodental en la población escolar.

## Métodos

### Descripción del proyecto

El desarrollo e implementación del proyecto “Desayunos Saludables” tiene un carácter multidisciplinar, contando con la participación del Servicio de Nutrición, las once Unidades Técnicas del Área de Salud Pública de la Dirección General de Salud Pública, de los Equipos de Atención Primaria, Direcciones Asistenciales, Ayuntamientos y Centros Escolares.

Es importante resaltar la importancia de planificar y **coordinar el proyecto adecuadamente** con toda la comunidad escolar y contar con la participación activa del profesorado en el desarrollo de las actividades.

El proyecto lleva en marcha desde el año 2006, desde entonces, ha ido modificándose con la incorporación de mejoras a lo largo de los años. Uno de los últimos cambios más importantes, se realizó en 2017 al actualizar todo el material didáctico y hacer coincidir el comienzo del programa con el primer trimestre del curso escolar. El nuevo material didáctico consta de presentaciones en *power point* para proyectar en clase, carteles, salvamanteles, folletos y pegatinas para los alumnos, así como dípticos informativos para las familias.



**Imagen 1.** Personajes del proyecto, los alimentos, el eslogan utilizado y el sello institucional

## Objetivos del proyecto

Como ya se ha mencionado anteriormente, el objetivo general es que los escolares de Educación Primaria de la Comunidad de Madrid mejoren el hábito del desayuno y los hábitos relacionados con la higiene bucodental.

Los objetivos específicos, van dirigidos a que:

1. Todos los escolares aprendan en qué consiste un desayuno saludable y su importancia para la salud.
2. Todos los escolares realicen un desayuno considerado saludable.
3. Todos los escolares demuestren la técnica de cepillado de dientes eficaz.
4. Los escolares de 3<sup>er</sup> Ciclo (5<sup>o</sup> y 6<sup>o</sup> de Educación Primaria) elijan un desayuno saludable evitando reproducir mitos y creencias erróneas en alimentación.
5. El profesorado y las familias adquirirán los conocimientos necesarios para reforzar en los escolares un desayuno saludable y una adecuada higiene bucodental.
6. Toda la comunidad escolar (alumnado, familias, personal docente y no docente de los centros educativos) incrementarán su sensibilización ante la importancia de los hábitos relacionados con el desayuno saludable y la higiene bucodental.

## Población diana y criterios de inclusión/exclusión

El proyecto se puso en marcha en centros escolares públicos y concertados de la Comunidad de Madrid. Los centros que ya participaron en la actividad durante el curso anterior, continuaron en este curso. Además, se aumentó el número de centros a partir de los que presentaban características como: no haber participado nunca, pertenecer a una zona con mayor vulnerabilidad económico-social, o mostraran interés en las actividades.

La población a la que fue destinado el proyecto fueron los escolares de primer (1<sup>o</sup>, 2<sup>o</sup>) y tercer ciclo (5<sup>o</sup> y 6<sup>o</sup>) de Educación Primaria, así como los familiares y el profesorado de los cursos de Educación Primaria e Infantil de los centros educativos públicos y concertados de la Comunidad de Madrid.



**Imagen 2.** Personajes de la presentación de los elementos que intervienen en higiene bucodental, el eslogan utilizado y el sello institucional

Los centros escolares interesados, se pusieron en contacto con el Área de Salud Pública o con la Dirección Asistencial correspondiente en base a su localización territorial, para su adecuada puesta en marcha, siguiendo la planificación establecida en el cronograma establecido para el curso escolar.

## Desarrollo

El desarrollo del proyecto implicó la realización de actividades de educación para la salud adaptadas a los ciclos educativos.

- Sesión educativa de un desayuno saludable con alumnos de 1<sup>o</sup> y/o 2<sup>o</sup> de Educación Primaria.
- Sesión educativa de higiene bucodental en aula y refuerzo de la sesión del desayuno, a los alumnos 1<sup>o</sup>, 2<sup>o</sup>, 5<sup>o</sup> y/o 6<sup>o</sup> Educación Primaria.
- Sesión educativa "Tú Decides tu Desayuno" con alumnos de 5<sup>o</sup> y/o 6<sup>o</sup> de Educación Primaria.
- Sesión formativa con las familias y/o profesorado de los alumnos de Educación Primaria y/o Infantil.
- Actividad con las familias de las aulas que hayan realizado una actividad anterior de 1<sup>o</sup>, 2<sup>o</sup>, 5<sup>o</sup> y 6<sup>o</sup> de Educación Primaria "Hoy Desayunamos Junt@s".

Para considerar que el proyecto se desarrolló en un centro escolar de forma adecuada, se implantaron estos dos criterios de calidad:

- En cada centro escolar hubo que desarrollar al menos 3 de las 5 actividades propuestas.
- Una de las actividades estuvo dirigida a familias.

Las actividades en los centros comenzaron el 1 de noviembre de 2018 y terminaron el 30 de abril de 2019. El centro escolar, decidió junto con el personal sanitario encargado de llevar a cabo las sesiones, las actividades que realizarían, los cursos a los que irían dirigidos, fechas y todo lo que tuviese que ver con la organización interna, por ejemplo que la actividad se haga en el comedor del centro, por la mañana, con posibilidad o no de varias clases juntas.

Todas las actividades del proyecto, estuvieron divididas en dos partes:

- Una primera parte teórica donde se incide en la importancia de una alimentación saludable, un adecuado lavado de manos, la actividad física diaria y una correcta higiene bucal.
- Una segunda parte práctica, en la que dependiendo de la temática relacionada de cada sesión, se realizará el desayuno, se practicará el cepillado de dientes.

En general, las sesiones son de aproximadamente una hora, y se apoyan con el material audiovisual y didáctico facilitado por Salud Pública. En las sesiones en las que se realiza el desayuno, los alumnos de 1er ciclo, han de llevar una pieza de fruta, el colegio proporcionará pan y desde la Dirección General de Salud Pública leche, vasos y aceite. Por otra parte, los alumnos de 3er ciclo, llevarán todos los alimentos, y el día de la sesión, se seleccionarán aquellos que son más adecuados para posteriormente desayunar todos juntos. Desde la Dirección General de Salud Pública se realizará un apoyo con leche y aceite.

## Evaluación y análisis de datos

En la actualidad, se realiza una evaluación de proceso. Desde el punto de vista cuantitativo se valoran los datos de cobertura y participación, y con respecto a la parte cualitativa, se valoran los comentarios sobre la actividad de los Técnicos del Área de Salud Pública, así como los de los profesionales sanitarios de Centros de Salud participantes, que imparten las sesiones.

## Resultados

Durante el curso escolar 2018-2019 tal como se refleja en la Tabla 1, se realizaron actividades en 333 colegios (1267 aulas) de los 1321 colegios de titularidad pública y concertada de la Comunidad de Madrid, con un total de 31930 alumnos (25845 de primer ciclo y 6085 de segundo ciclo). En la actividad de Higiene Bucodental, participaron 29376 alumnos (1166 aulas). Se realizaron 60 sesiones formativas dirigidas a padres y profesores.

Todas estas actividades, supusieron una cobertura del 27 % del total de los colegios públicos y concertados de la Comunidad de Madrid.

Todas las actividades planificadas a principio del curso escolar fueron realizadas en su totalidad.

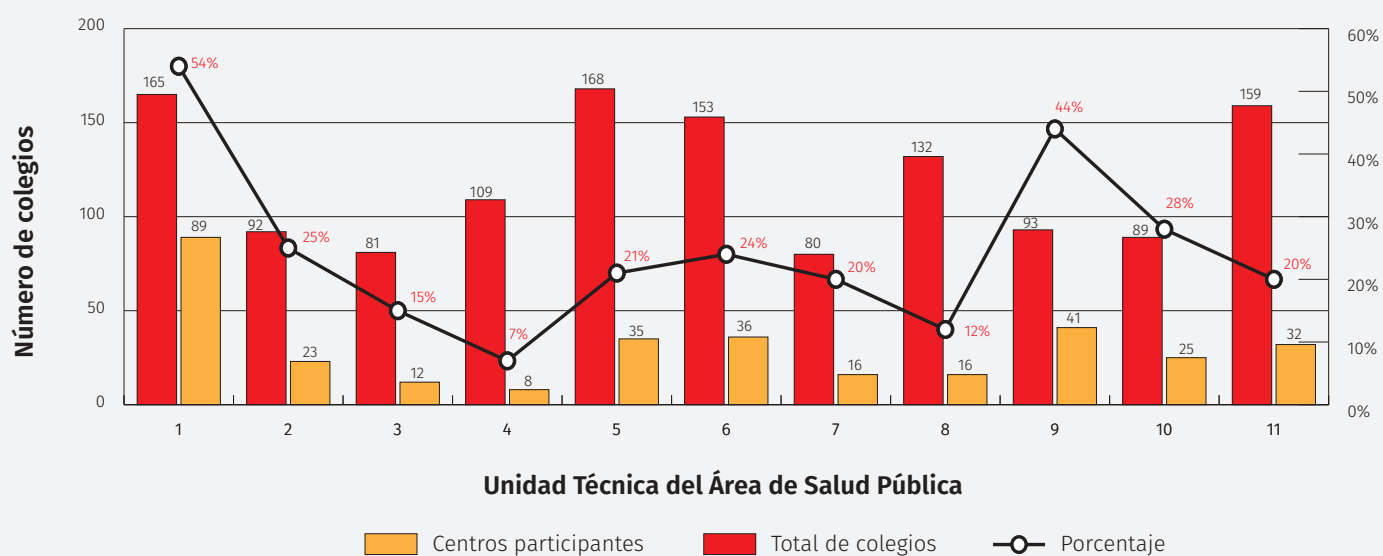
Se recibieron 253 encuestas de evaluación (Tabla 2) por parte de los colegios y Centros de Salud, de los 333 colegios participantes, esto supone casi el 80% de las evaluaciones solicitadas.

En el desarrollo de la actividad colaboraron más de 1000 profesionales, entre técnicos sanitarios y personal educativo. En relación con otras actividades dirigidas a padres y profesores, se realizaron 190 actividades.

En cuanto a los criterios de calidad, se cumplieron ambos, ya que 89 % de los centros escolares (230) ha realizado 3 o más actividades de las propuestas y el 72 % (186) ha desarrollado al menos una actividad dirigida a las familias.

	Colegios	Higiene bucodental Curso 2018-2019		Desayunos planificados curso 2018-2019					
		Aulas	Escolares	Aulas			Escolares		
		Nº	Nº	I Ciclo	III Ciclo	Nº total aulas	I Ciclo	III Ciclo	Nº Total
<b>Total</b>	333	1166	29376	1018	249	1267	25845	6085	31930

**Tabla 1.** Planificación del número total de aulas y escolares participantes en el proyecto durante el curso 2018-2019



**Figura 1.** Colegios participantes en el proyecto, total de colegios y porcentajes de cobertura por Unidad Técnica del Área de Salud Pública

El 95 % de los colegios pusieron en marcha las actividades dirigidas a 1º y 2º de Educación Primaria “Desayunos Saludables” e “Higiene Bucodental”. La sesión de 5º y 6º de Educación Primaria se realizó en el 26%. La actividad “Hoy Desayunamos Junt@s” se ha realizado en el 73% de los centros, lo que supuso el 69% del total de actividades dirigidas a familias.

El desarrollo de las actividades de 1º-2º Educación Primaria se valoró como satisfactorio en el 79% de los casos y las dirigidas a 5º-6º Educación Primaria en el 25%. La baja recepción de estos datos se debe a que casi no se reciben valoraciones cumplimentadas de dicha actividad. En el caso de las sesiones para padres, se valoró como satisfactorio en el 21%. Se recogen algu-

nas respuestas no satisfactorias que relatan que no hay compromiso de asistencia por parte de las familias a la actividad grupal, además de la dificultad que perciben los técnicos que lo preparan, para la organización de este tipo de encuentros, donde hay muchos participantes, y con dificultades horarias para acudir.

Como puede verse en la Tabla 1, el número de colegios participantes es de 333 centros. La actividad desayunos saludables e higiene bucodental, se realizó en 1267 aulas.

La Figura 1 detalla por cada Unidad Técnica del Área de Salud Pública, los colegios participantes con respecto al total de sus colegios públicos y concertados y la cobertura que esto supone.

UTASP	Colegios participantes en el proyecto "Desayunos Saludables"	Evaluaciones recibidas de los colegios participantes	
		Nº Total	% Recepción evaluaciones
1	89	46	52%
2	23	23	100%
3	12	12	100%
4	8	7	88%
5	35	11	31%
6	36	36	100%
7	16	0	0%
8	16	16	100%
9	41	45	110%
10	25	25	100%
11	32	32	100%
<b>TOTAL</b>	<b>333</b>	<b>253</b>	<b>76%</b>

**Tabla 2.** Número de evaluaciones recibidas por Unidad Técnica del Área de Salud Pública

De todos los colegios participantes, en la Tabla 2 podemos ver detalladamente el número de colegios participantes por Unidad Técnica del Área de Salud Pública y de las evaluaciones recibidas en números totales y absolutos.

### Discusión

A lo largo de estos años, encontramos registros de evaluación desde 2011, donde participaron más de 28000 escolares. Más recientemente, en el curso 2017-2018, participaron 300 colegios, distribuidos en 1279 aulas y 29922 escolares, lo que supone un aumento de la participación en un 11% respecto al curso 2017-2018.

Cabe destacar la diferencia del desarrollo del proyecto de unos territorios a otros, en la zona de Vallecas, donde se inició éste, la cobertura es más amplia 54%, llegando a ser del 7% en la Unidad Técnica 4 de Área de Salud Pública, que contiene barrios con una menor vulnerabilidad económica y social que otras zonas (Figura 1). Por ello la necesidad de seguir trabajando en una mejor planificación y coordinación entre los actores que llevan a cabo este proyecto, dada la dificultad que puede existir,

a consecuencia de la heterogeneidad administrativa de las organizaciones participantes y a la complicada logística que este proyecto conlleva.

Como propuestas de mejora, la necesidad de proporcionar una mayor variedad de alimentos, contemplar las intolerancias a lácteos y gluten o la reiterada demanda de entregar a los escolares kits de higiene bucodental, son propósitos para contemplar en sucesivas ediciones.

La coordinación interinstitucional conseguida durante el desarrollo del proyecto durante el curso escolar 2018-2019, fue, desde el punto de vista de Salud Pública, satisfactoria, ya que se lograron los criterios de calidad definidos y el porcentaje de cobertura alcanzado en los centros escolares de la Comunidad de Madrid fue correcto.

**Agradecimientos:** Queremos dar las gracias a todos los elementos que posibilitan que esta parte del proyecto sea una realidad cada curso escolar en la Comunidad de Madrid, especialmente a los técnicos de las Unidades Técnicas del Área de Salud Pública. ■

## Bibliografía

1. WHO. Obesidad: prevención y gestión de la epidemia mundial. Informe de una consulta de la OMS. Ginebra: OMS; 2000. Serie de Informes Técnicos: 894. [Consultado el 20 de noviembre de 2019] Disponible en: [https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO\\_TRS\\_894/en/](https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_894/en/)
2. Cruz Sánchez M, Tuñón Pablos E, Villaseñor Farías M, Álvarez Gordillo GC, Nigh Nielsen RB. Sobrepeso y obesidad: una propuesta de abordaje desde la sociología. *Región y sociedad*. 2013; 25(57): 165-202. [Consultado el 6 de noviembre de 2019]. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-39252013000200006&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-39252013000200006&lng=es&tlng=es)
3. Obesidad y sobrepeso [Internet]. 2018. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight>
4. WHO [Internet]. Estrategia mundial de la OMS sobre régimen alimentario, actividad física y salud: Sobrepeso y obesidad infantiles. [Consultado el 6 de noviembre de 2019] Disponible en: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>
5. Universidad Complutense de Madrid, AECOSAN et al [Internet]. Estudio ALADINO 2015: Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2015. Madrid: Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2016. [Consultado el 7 de noviembre 2019] Disponible en: [http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Estudio\\_ALADINO\\_2015.pdf](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Estudio_ALADINO_2015.pdf)
6. Comunidad de Madrid [Internet]. Observatorio de resultados del Servicio Madrileño de Salud. [Consultado el 20 de noviembre de 2019] Disponible en: <http://observatorioresultados.sanidadmadrid.org/AtencionPrimariaFicha.aspx?ID=77>
7. Plan estratégico de salud escolar y estilos de vida saludable (2016-2020) [Internet]. Madrid: Ministerio de Educación y Formación Profesional, Ministerio de Cultura y Deporte, 2016. [Consultado el 7 de noviembre 2019] Disponible en: <https://sede.educacion.gob.es/publiventa/plan-estrategico-de-salud-escolar-y-estilos-de-vida-saludable-2016-2020/educacion-salud/22124>
8. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social [Internet]. Estrategia NAOS: Estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad. [Consultado el 14 de noviembre de 2019] Disponible en: [http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/estrategia\\_naos.htm](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/estrategia_naos.htm)
9. Comunidad de Madrid [Internet]. Proyecto Desayunos Saludables e Higiene Bucodental. [Consultado el 6 de octubre de 2019] Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/proyecto-desayunos-saludables-e-higiene-bucodental>
10. Comunidad de Madrid [Internet]. Proyecto Desayunos Saludables e Higiene Bucodental. [Consultado el 6 de octubre de 2019] Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/proyecto-desayunos-saludables-e-higiene-bucodental>