



Fartons Polo-Muakis lanza el proyecto Merienda Saludable para fomentar los buenos hábitos en la alimentación infantil

- La hora de la merienda es uno de los momentos del día en los que los niños consumen más alimentos poco saludables, relacionados con el sobrepeso y el exceso de colesterol
- La filosofía de Fartons Polo, centrada en la salud derivada de la dieta equilibrada, ha impulsado la colaboración de la compañía con entidades clave en el ámbito de la nutrición en la Comunidad Valenciana
- La compañía trabaja por la difusión de la importancia de la merienda saludable en la dieta infantil participando en conferencias, foros de salud y a través del espacio www.merendasaludable.com

Uno de cada cuatro niños de la Comunidad Valenciana padece sobrepeso u obesidad, un problema que aparece cada vez a edades más tempranas y que afecta principalmente a los menores de entre seis y diez años. Pero también hay niños que no padecen sobrepeso y sin embargo empiezan a acusar problemas de salud relacionados con el exceso de colesterol y triglicéridos.

La hora de la merienda es uno de los momentos del día en los que los niños consumen más alimentos poco saludables. Fomentar los buenos hábitos en la dieta infantil es primordial para frenar este fenómeno, y por eso la compañía valenciana **Fartons Polo-Muakis** lanza el proyecto **Merienda Saludable**.

Se trata de una iniciativa pionera en la Comunidad Valenciana que consiste en una red de colaboración con diversas entidades y foros clave en el ámbito de la salud y en concreto de la nutrición, cuyo objetivo es difundir la importancia de la merienda saludable en la dieta infantil entre los valencianos.

La filosofía de Fartons Polo se centra en la salud derivada de la dieta equilibrada. Por este motivo, desde sus inicios en 1960, la empresa familiar asentada en Alboraya se ha preocupado especialmente por que los ingredientes de sus productos fueran saludables, ofreciendo como garantía su sello Polo Salud.

En concreto Muakis, el farton de toda la vida relleno de crema de chocolate con leche, no tiene conservantes ni colorantes, está elaborado con aceite de girasol rico en omegas 6, 9 y 3 que ayudan a reducir el colesterol, contiene 12 vitaminas, hierro, chocolate rico en antioxidantes, calcio (20% CDR) y es bajo en calorías. Además, está libre de grasas hidrogenadas o grasas 'trans', especialmente perjudiciales en dietas pobres en antioxidantes, verduras y hortalizas.

Partiendo de la filosofía de Fartons Polo, nace el proyecto Merienda Saludable, cuyo objetivo es difundir entre los niños, padres y educadores la importancia de los nutrientes naturales que deben estar presentes en la merienda en equilibrio con las cinco ingestas diarias de alimento, así como la importancia de leer la etiqueta de los productos que se consumen.

La experiencia acumulada de generación en generación en Fartons Polo indica que dentro de la dieta mediterránea no existen unas pautas claras a la hora de determinar la cantidad y clase de alimento más adecuado para la merienda infantil y que se desconoce su grado de incidencia en una dieta saludable.

Además, especialmente en la franja de edad de 4 a 10 años, la madre o el padre es el que elige lo que consume el niño, pero el niño es el que consiente. En este sentido, se desconocen datos concretos sobre los hábitos de padres e hijos a la hora de merendar, pero se observan rutinas relacionadas con ciertas bollerías, golosinas y aperitivos salados que los nutricionistas catalogan como poco saludables.

Para distinguir los productos saludables de los no saludables es imprescindible leer la etiqueta, ya que lo importante son los ingredientes. La etiqueta es la clave para distinguir los productos que contienen aceite de oliva o de girasol -ricos en ácidos grasos insaturados y beneficiosos para la salud- y diferenciarlos de aquellos aceites con alto contenido en ácidos grasos saturados -como los exóticos de palma o coco- y de los aceites hidrogenados o transgénicos.

Sin embargo, con respecto a los hidrogenados o 'trans', el hecho de que legalmente no es obligatorio incluir la palabra 'trans' en el etiquetado confunde al consumidor. Los expertos indican que muchas veces detrás de las palabras "grasas vegetales" y "grasas vegetales hidrogenadas" están escondidas las grasas 'trans', y que no hay duda de que estamos hablando de lípidos perjudiciales para la salud.

Por este motivo, Fartons Polo-Muakis aboga por la defensa de la dieta global equilibrada poniendo el acento en una merienda mediterránea donde no se olvide el bocadillo, la fruta y la leche, y donde los padres opten por una merienda sana cuando el niño demanda chocolate.

En qué consiste el proyecto

El proyecto Merienda Saludable consiste en la colaboración con entidades y asociaciones preocupadas por la dieta saludable en la Comunidad Valenciana, expertos en nutrición que trabajan con Fartons Polo-Muakis para realizar conferencias, participar en jornadas y congresos e investigar sobre la merienda saludable, con el fin de difundir su importancia entre la población. Para ello, entre otros proyectos, la compañía cuenta con el espacio www.merendasaludable.com en su página web www.fartonspolo.com, una herramienta clave para concienciar al consumidor que pretende convertirse en punto de encuentro entre los expertos y la sociedad.

Además, dentro del proyecto Fartons Polo-Muakis realiza, por ejemplo, talleres educativos en los colegios de toda la Comunidad, para enseñar a los niños de forma lúdica la importancia de la alimentación equilibrada. En este taller los pequeños aprenden a distinguir los alimentos naturales de los menos saludables de un modo divertido y con la pirámide nutricional como regla de oro de la alimentación.

Incluso aquellos de menor edad que aún se encuentran en los cursos de infantil llegan a interiorizar los conceptos básicos de la alimentación sana mediante una pequeña obra de marionetas. Los escolares también visitan las instalaciones de Fartons Polo en Alboraiá para conocer de primera mano el proceso de elaboración de Fartons y de Muakis, donde juegan con la masa y se les proyecta un entretenido vídeo educativo.

La compañía colabora también este año con la V Semana de la Alimentación de la Associació de Dietistes i Nutricionistes Universitaris de la Universidad de Valencia, en la que participará con una ponencia sobre merienda saludable y bollería industrial.

La Sociedad Valenciana de Endocrinología, Diabetes y Nutrición, así como el Instituto de Medicina Avanzada de Valencia y la Asociación Salud y Vida -organizadora del I Congreso Infantil de Alimentación Saludable y Actividad Física de la Comunidad Valenciana-, también participan en el proyecto, al que se suman cada vez más entidades preocupadas por la salud de los ciudadanos de la Comunidad.

La filosofía de la empresa familiar valenciana Fartons Polo, centrada en la salud derivada de la dieta equilibrada desde 1960, nace de su preocupación por que los ingredientes de todos sus productos sean saludables, ofreciendo como garantía su sello Polo Salud. Partiendo de esta filosofía nace el proyecto Merienda Saludable, una red de colaboración con diversas entidades y foros clave en el ámbito de la salud y en concreto de la nutrición en la Comunidad Valenciana cuyo objetivo es difundir entre los niños, padres y educadores la importancia de la dieta infantil equilibrada y de la merienda saludable.

Para más información www.merendasaludable.com.

Gabinete de prensa: Grupo Inforpress. Aída La Roda. Telf. 96 394 33 14. E-mail: alaroda@inforpress.es.