



Tenerife

Santa Cruz de Tenerife La Laguna Más municipios Canarias La Palma La Gomera El Hierro Carnaval

EN DIRECTO Sigue todos los actos de la visita del papa León XIV a Canarias



La nutricionista escolar: Más allá de los menús

La presencia de nutricionistas en los centros educativos ya no es un lujo ni una excepción. Es una pieza esencial para garantizar que el comedor cumpla su función de salud, equidad e inclusión



Alimentación escolar con criterio: cada plato cuenta para su salud y su aprendizaje / ED

¿Ya nos sigues? Márcanos como medio preferente

Añádenos en Google

Renata Domingo

Santa Cruz de Tenerife Actualizada 13 MAY 2026 13:53

Durante años, la figura de la nutricionista en el entorno escolar fue considerada algo accesorio, como un **refuerzo técnico** al que se recurría puntualmente, cuando surgía un problema concreto o cuando la normativa lo exigía. Hoy esa percepción ha cambiado. La nutricionista es, cada vez más, una figura estructural dentro del equipo que gestiona el comedor escolar. Y su impacto va mucho más allá de diseñar un menú semanal.

En Canarias, donde la obesidad infantil figura entre las más altas de España y donde la **diversidad del alumnado** en los centros educativos no deja de crecer, contar con una **profesional especializada** en nutrición forma parte de la respuesta sería a un problema serio. [Albi Canarias](#) lo ha entendido así desde hace años, integrando **equipos propios** de dietistas-nutricionistas como eje de su **modelo de gestión** de comedores escolares.

Te puede interesar

DECORACIÓN

Cómo limpiar el fondo del váter y eliminar las manchas marrones...
2025-08-28



MASCOTAS

La química secreta entre gatos y humanos: por qué tu gato te...
2026-06-04



ACTIVOS

"Lo que hoy no existe, mañana será una técnica puntera: la formación...
2025-09-21



SALUD

Tras 18 intentos fallidos, llegó la respuesta
Tambre



BARÇA

El futuro de Canelo en el Barça empieza a complicarse
2026-06-10



DESTINOS

Nueva York en 5, 7 o 10 días: así cambia el viaje
Civitalis



Lo más leído

Lo último



Planificar no es solo elegir platos



0

El trabajo de una nutricionista escolar empieza mucho antes de que el primer plato llegue a la mesa. Empieza en el análisis de las **necesidades del alumnado**, tales como qué edades hay en el centro, qué **requerimientos energéticos** corresponden a cada etapa, qué **carencias nutricionales** son más frecuentes en el contexto socioeconómico del entorno. A partir de ahí, el diseño del menú es un ejercicio técnico de precisión que no admite improvisación.

Un menú escolar bien diseñado no es el que tiene más verduras ni el que elimina más fritos. Es el que **equilibra macronutrientes** a lo largo de la semana, el que varía las fuentes de proteína, el que incorpora legumbres y pescado con la frecuencia adecuada, el que adapta las raciones a la edad y el que, al mismo tiempo, resulta apetecible para quienes lo van a comer. Conseguir todo eso a la vez requiere conocimiento, experiencia y revisión constante.

La **normativa actual**, con el **Real Decreto 315/2025** como referencia más reciente, ha elevado las exigencias en este ámbito. El **cumplimiento de los nuevos estándares** —presencia de **producto de temporada**, **limitación de ultraprocesados**, incorporación de cereales integrales, control de sal y azúcares— no es un **trámite administrativo**. Es una tarea técnica que solo puede garantizarse con una profesional cualificada que supervise el proceso de forma continua.



Cada alumno es un caso distinto

Una de las funciones más exigentes de la nutricionista escolar es la gestión de las **dietas especiales**. En un comedor con cientos de comensales pueden coincidir alumnos con alergia al gluten, intolerancia a la lactosa, alergia a los frutos secos, diabetes tipo 1, fenilcetonuria o necesidades derivadas de opciones culturales o religiosas. Cada uno de esos casos requiere un protocolo específico, una supervisión constante y una coordinación estrecha con la familia.

normas: los bares y restaurantes de Tenerife tendrán que retirar las monodosis de azúcar o salsas a partir de agosto

2. El papa León XIV modifica su ruta de entrada a La Laguna por motivos de seguridad
3. Lluvia de euros en Tenerife: más de 1,3 millones de la Primitiva tocan en La Laguna
4. Vuelca un camión en la TF-1 a la altura de Güímar y provoca retenciones
5. El cierre del Anillo Insular de Tenerife por el oeste supera el 70% de ejecución
6. La Aemet advierte de un nuevo aviso amarillo este lunes en Tenerife: los vientos darán paso a los fenómenos costeros adversos
7. Adiós a la cartera tradicional: la UE cambia las normas y los tinerfeños podrán llevar toda la documentación oficial en el móvil a partir de 2027
8. Más de 400 empanadas al día: la arepera de Tenerife que conquista a los amantes de la cocina venezolana con sus elaboraciones

Gentleman

Monte la Reina se ilumina con cientos de velas para celebrar...



woman

Jordi Cruz Mas, chef (47 años): 'Desayuno un bocadillo saludable...





El riesgo de **contaminación cruzada** en la cocina, la identificación correcta de cada bandeja, la **formación del personal** para manejar estos casos sin error. Todo eso depende de que haya alguien que lo diseñe, lo supervise y lo actualice. Un error en este ámbito no tiene consecuencias menores. De ahí que la **presencia de la nutricionista** no sea solo una **garantía de calidad**, sino también de seguridad real para el alumnado **con necesidades específicas**.

En [Albi Canarias](#), este trabajo recae en un equipo propio que acompaña cada centro de forma individualizada, con protocolos adaptados a cada caso y coordinación directa con las familias. La dietista-nutricionista no es un recurso compartido a distancia: es una figura presente, accesible y responsable del seguimiento.

Educar también es su trabajo

La nutricionista escolar no solo trabaja con lo que hay en el plato. Trabaja también con quienes lo comen y con quienes lo sirven. La formación del personal de cocina y de los monitores de comedor en hábitos saludables, en la **correcta manipulación de alimentos** y en el **acompañamiento educativo** del momento de la comida forma parte de su función. Un monitor que entiende por qué se sirven legumbres dos veces por semana puede transmitir ese mensaje de una forma completamente distinta a quien simplemente las pone en la bandeja.

Con las familias, la nutricionista ejerce también un papel de puente. La información sobre los menús, la explicación de los criterios nutricionales que los orientan y el asesoramiento ante dudas o situaciones específicas contribuyen a construir coherencia entre lo que el alumnado come en el colegio y lo que come en casa. Esa continuidad es clave para que los hábitos adquiridos en el comedor escolar se consoliden y no queden circunscritos al mediodía lectivo.

En algunos centros, esta función educativa se extiende al aula. **Talleres sobre alimentación saludable, actividades de reconocimiento de alimentos o iniciativas vinculadas al huerto escolar** son espacios donde la nutricionista puede aportar contenido y rigor. El comedor deja así de ser un espacio separado del proyecto educativo para integrarse en él.

Una figura que llegó para quedarse

La evolución del rol de la nutricionista en el entorno escolar refleja un cambio más profundo en la manera de entender el bienestar infantil. Durante décadas, la escuela se ocupó de la formación intelectual y dejó la salud física en un segundo plano, relegada a la educación física y a alguna charla esporádica. La alimentación, en ese esquema, era un asunto de las familias o, como mucho, de la empresa que gestionaba el comedor.

Ese modelo ha quedado desbordado. La evidencia sobre la relación entre alimentación, rendimiento académico y salud mental es hoy suficientemente sólida como para que ningún centro educativo pueda ignorarla. **Un alumnado bien nutrido aprende mejor**, se concentra más y gestiona con mayor recursos el estrés. Y un alumnado que adquiere hábitos saludables en la infancia tiene más posibilidades de mantenerlos en la edad adulta.

La nutricionista escolar es, en ese contexto, la profesional que hace posible que esa evidencia se traduzca en práctica cotidiana. No en un documento de intenciones ni en una declaración institucional, sino en el plato de cada día, en el protocolo de cada alergia y en la formación de cada monitor. Su trabajo no se ve, pero sus efectos sí.

Más información

<https://albicanarias.es/sector-educativo/>

<https://albicanarias.es/>

<https://albicanarias.es/contacto/>