

Caprabo abre la XIII convocatoria de ‘Elige bueno, elige sano’, su programa educativo para una alimentación saludable a los menores

NOTA DE PRENSA 08 nov 2021

Barcelona, 8 de noviembre de 2021.-

Caprabo ha abierto la convocatoria para una nueva edición del Programa para una Alimentación Saludable Elige Bueno, Elige Sano.

Es la decimotercera edición de este programa educativo que promueve hábitos de alimentación saludables entre niños y niñas de 2 a 12 años en Cataluña.



El objetivo de este programa es enseñar a los menores a llevar un estilo de vida saludable y promover la importancia de una alimentación equilibrada, a la vez que unos hábitos saludables, tanto desde el punto de vista de la nutrición y la salud, como desde el cuidado del medioambiente.

Este año como novedad, los centros educativos tendrán a su disposición newsletters complementarias para el desarrollo del programa educativo. Además, contarán con el concurso “Me gusta comer saludable” (Infantil) y “Mis pequeños cambios para comer mejor” (Primaria) con los que involucrar a las familias y al alumnado en su aprendizaje.

La edición XII del programa se desarrolló a pesar de la situación de pandemia por la COVID-19. Para ello Caprabo digitalizó todas las herramientas del programa. El año pasado, el programa también incorporó nuevas etapas educativas de manera que ya llega a menores de entre 2 y 12 años.

Aprendiendo con los más pequeños

Esta décimo tercera edición del Programa *Elige bueno, elige sano* se centra en introducir en los niños y niñas los elementos básicos de una alimentación equilibrada. Por ello, se explican conceptos como los hábitos de vida saludable, la pirámide de los alimentos, el origen y grupos de alimentos, las dietas de diferentes culturas del mundo y la sostenibilidad del planeta. Además, también se pretende que los alumnos pongan en práctica todo aquello que aprenden y puedan aplicarlo en su día a día, por eso se les explica cómo funciona el etiquetado de los productos en los supermercados o qué son y cómo identificar los productos de proximidad. Todo ello a través de juegos y con materiales dinámicos e interactivos para descubrir de forma lúdica las claves de una alimentación saludable y responsable con el medio ambiente.

Cristina Madrilley, responsable de RSC de Caprabo, explica que *“esta iniciativa contribuye a mejorar los hábitos de salud de los más pequeños y sus familias. El programa está construido sobre la base del [decálogo de compromisos de Salud y Sostenibilidad de Caprabo](#) [/sites/caprabocom/es/salud/10compromisos/]”*. Además, puntualiza que *“desde sus inicios, el programa cuenta con el apoyo de expertos dietistas-nutricionistas, pedagogos y maestros, y con el soporte del Departamento de Salud y el Departamento de Educación de la Generalitat de Catalunya. El año pasado hicimos un gran esfuerzo para dar continuidad al programa y el resultado ha sido un éxito”*.

Éxito de una edición íntegramente online

Caprabo lanzó el año pasado la edición del programa íntegramente online, en la que adaptó actividades y contenido, debido a la situación de pandemia por la COVID-19. Participaron cerca de 19.000 alumnos y alumnas de 233 escuelas de Cataluña, un 20% más de escolares. El 17% de los alumnos son de colegios de Barcelona; 41% de centros educativos de la provincia de Barcelona. Los alumnos de Tarragona, Girona y Lleida representan el 16%, el 14% y el 12%, respectivamente.

Hábitos saludables para 115.000 alumnos

Desde sus inicios, el programa *Elige bueno, elige sano* ha promovido hábitos de alimentación responsable entre casi 115.000 alumnos y alumnas. Por edades, un 11% de los participantes pertenecían al primer ciclo, mientras que un 2% fueron de segundo ciclo infantil. Por su parte, primero y segundo de primaria han representado el 3% y el 84% restante han sido participantes de entre tercero y sexto de primaria.

Un programa que consigue cambiar los hábitos

Del estudio que Caprabo realiza entre las familias de los alumnos, destaca que el 80% de sus hijos acostumbran a hacer peticiones sobre los alimentos o los productos que quieren comprar. Respecto al consumo de fruta y verdura, un 73% de las familias consume menos raciones de frutas de las recomendadas y un 37% consume menos raciones de verduras de las recomendadas. Tras realizar el programa, un 91,16% de los alumnos encuestados opina que con la información que ha recibido tiene más herramientas para hacer una compra más saludable y respetuosa con el medio ambiente.

Caprabo pionero

Caprabo puso en marcha el **Programa Educativo para una Alimentación Saludable *Elige bueno, elige sano* en 2009**, una iniciativa pionera en el sector que nació con el objetivo de enseñar a escolares de educación primaria la importancia de mantener un estilo de vida saludable y una alimentación equilibrada y responsable. En 2015, se amplió la franja de edad al primer ciclo de infantil y ahora cubre las etapas educativas hasta los 12 años.

El programa también trabaja la sensibilización sobre conceptos de impacto medioambiental, sostenibilidad y desperdicio de alimentos. Está alineado con tres de los objetivos de los 17 Objetivos del Desarrollo Sostenible aprobados por la ONU en materia de salud, medioambiente y consumo responsable: ODS2 (hambre cero), ODS3 (salud y bienestar) y ODS12 (producción y consumo responsables).

<https://www.triabotriasa.es/es/>

Caprabo

Caprabo, compañía de supermercados de referencia, nació en la ciudad de Barcelona el año 1959. Tiene una red de unos 300 supermercados en las cuatro provincias de Cataluña y en la compañía trabajan unas 6.000 personas. Caprabo apuesta por la diferenciación a través de la salud, la producción agroalimentaria de proximidad, los productos frescos, el ahorro, la personalización de la oferta, la variedad, la calidad y la innovación. Cada día, más de 150.000 personas compran en los supermercados Caprabo y un millón de clientes disponen de tarjeta de fidelización. Caprabo es pionera en la venta de alimentación por Internet a través de *Capraboacasa* [<https://www.capraboacasa.com/portal/es>].

www.caprabo.com [[/sites/caprabocom/](#)]

[[/sites/caprabocom/](#)] www.capraboacasa.co [<http://www.capraboacasa.co>]

[<http://www.capraboacasa.com>] www.caprabo.com/es/clubcaprabo/

[[/sites/caprabocom/es/clubcaprabo/](#)] www.twitter.com/caprabo

[<http://www.twitter.com/caprabo>] www.facebook.com/caprabo

[<http://www.facebook.com/caprabo>] www.flickr.com/photos/caprabo

[<http://www.flickr.com/photos/caprabo>] www.youtube.com/user/Caprabo50

[<http://www.youtube.com/user/Caprabo50>] www.instagram.com/caprabo_supermercats/ [

http://www.instagram.com/caprabo_supermercats/]