

El pescado en la alimentación escolar

Jogeir Toppe, Oficial de Pesca, FAO



Seguridad alimentaria para todos

“asegurar que las personas tengan acceso a alimentos de buena calidad que les permitan llevar una vida activa y saludable”

Alimentación Escolar, por que?

1. Garantizar al menos una comida saludable al día para cada niño
2. Enseñar buenos hábitos alimenticios que beneficiarán la salud de los niños y sus familias hoy y en el futuro

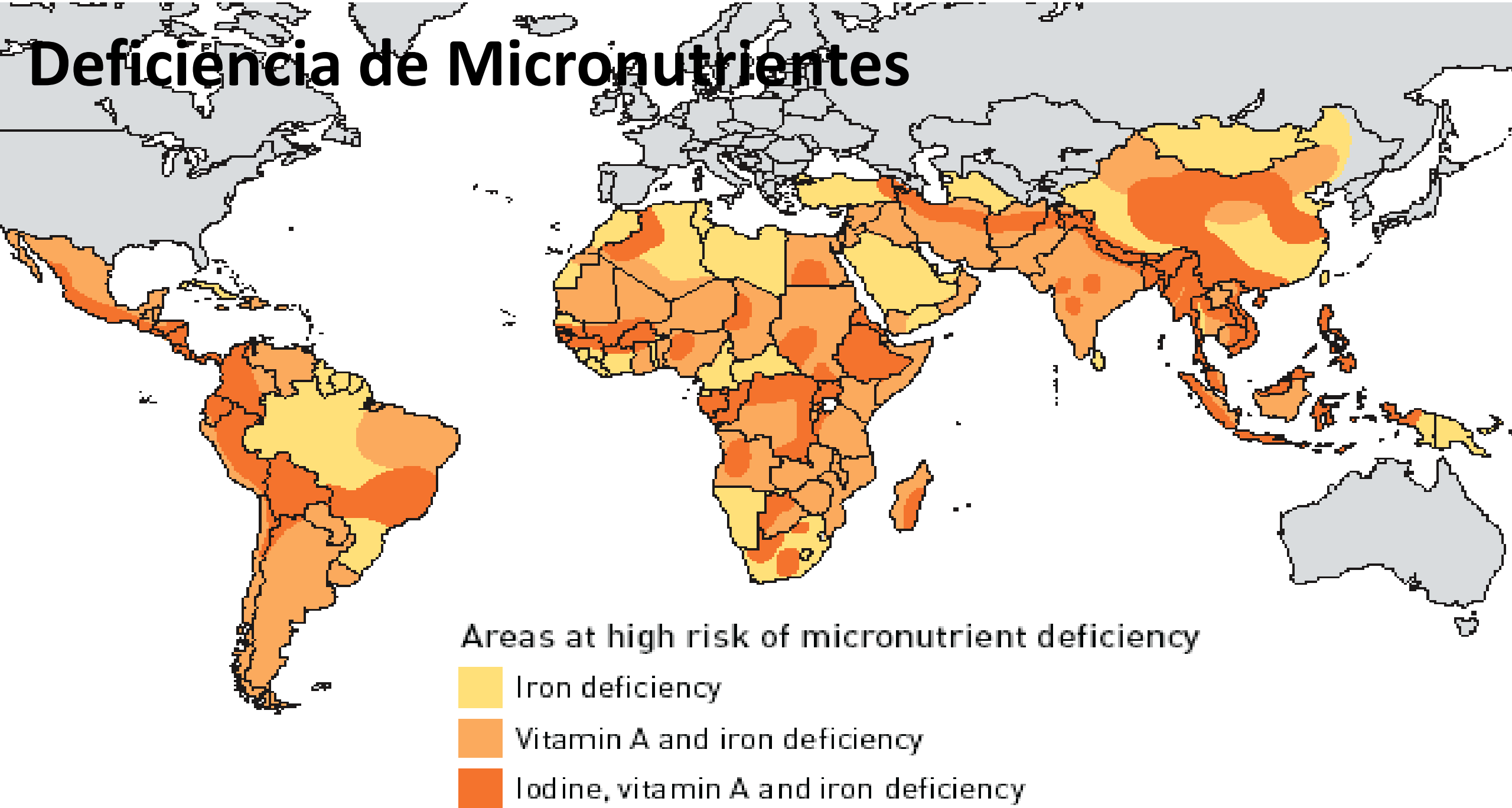


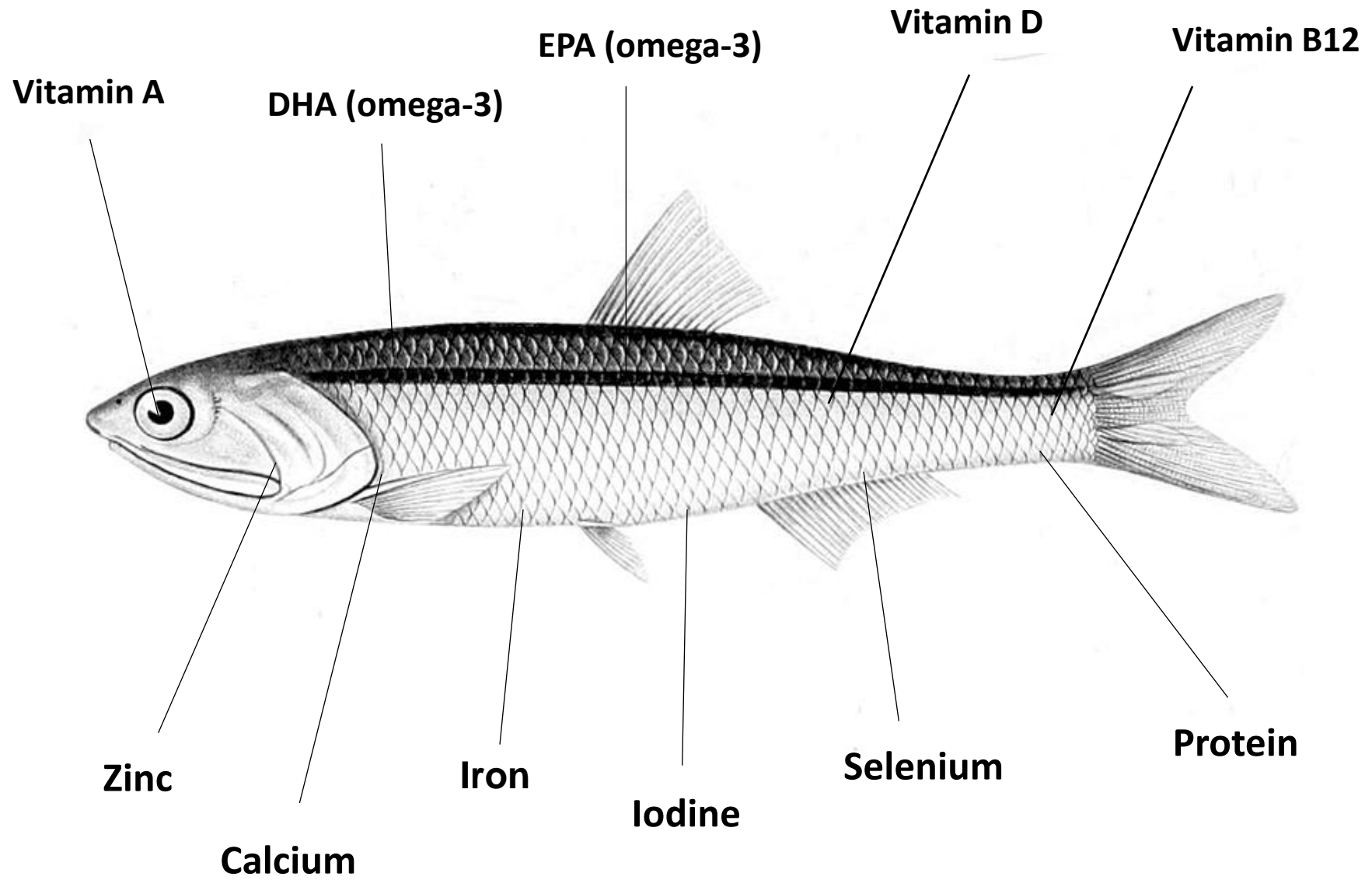
Alimentación Escolar, por que pescado?

1. Una fuente muy buena de nutrientes esenciales
2. Contiene nutrientes que (casi) no se encuentra en otros alimentos
3. Incluir pescado en la alimentación mejora la diversidad y puede reemplazar algo menos saludable en la alimentación escolar



Deficiencia de Micronutrientes





Micronutrientes por cada 100 gramos en Mola (Amblypharyngodon mola)



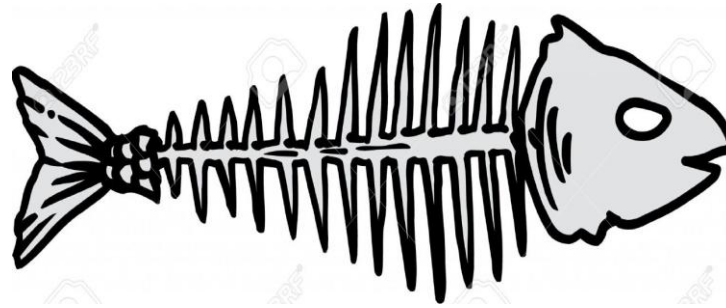
		<u>Carpa</u>	<u>Tilapia</u>	<u>Mola</u>	<u>RDI*</u>
Calcio, Ca	mg	41	10	800	1000
Hierro, Fe	mg	1.24	0.56	5.7	8.9
Zinc, Zn	mg	1.48	0.33	3.2	5.6
Vitamina A	µg RAE	9	0	2680	500

*RDI for a child, moderate bioavailability

Pescado de bajo costo, grandes volúmenes, alto valor nutricional







		<u>Atún</u>	<u>Columnas (atún)</u>	<u>Mola</u>	<u>RDI*</u>
Calcium	mg	29	10,000	800	1000
Iron	mg	1.3	36	5.7	8.9
Zinc	mg	0.8	8.6	3.2	5.6
Vitamin A	µg RAE	16	-	2,700	500
EPA+DHA	mg	260	3,000	300	150

*IDR para un niño, biodisponibilidad moderada

Molino de martillos para espinas



Productos de bajo costo y larga vida útil



Columna de atún en polvo en alimentación escolar

	Aceptabilidad*
Arroz con polvo de atún	8.4
Arroz con anchovetas	7.7
Aprapransa con polvo de atún	7.7
Aprapransa con anchovetas	7.8
Jollof con polvo de atún	8.2
Jollof con estofado de woevi	8.0

*1-lo detesto– 9 lo amo



GRACIAS POR SU ATENCION!

jogeir.toppe@fao.org