lunes 23 de noviembre de 2026

La Laguna fomenta la alimentación saludable entre los escolares con el taller 'Detectives del Supermercado'

La propuesta educativa permite al alumnado de Primaria aprender a interpretar las etiquetas de los alimentos, identificar azúcares ocultos y reconocer las estrategias publicitarias que influyen en sus decisiones de consumo



Fomentar hábitos de alimentación saludable

El Ayuntamiento de La Laguna, a través del área de Educación y Juventud, trabaja en una nueva propuesta educativa destinada a fomentar hábitos de alimentación saludable y un consumo más consciente entre los escolares del municipio. Bajo el título 'Detectives del Supermercado', la actividad plantea una experiencia práctica y participativa en la que los niños y niñas aprenderán a analizar los productos que encuentran habitualmente en los establecimientos comerciales y a comprender mejor la información que aparece en sus envases.

El concejal de Educación y Juventud, Sergio Eiroa, destacó la importancia de incorporar este tipo de contenidos a la formación de los más pequeños. "La educación también consiste en proporcionar a nuestros niños y niñas herramientas para desenvolverse en su vida cotidiana y tomar decisiones con criterio. Aprender a interpretar una etiqueta, conocer qué contiene realmente un alimento o distinguir entre información y publicidad son conocimientos que les acompañarán durante toda su vida", señaló.

La iniciativa se dirige al alumnado de cuarto, quinto y sexto de Educación Primaria, con edades comprendidas entre los 9 y los 12 años. Su metodología transforma el aula en un supermercado simulado, donde los participantes asumen el papel de detectives para investigar los ingredientes, el contenido de azúcar y los mensajes publicitarios de diferentes productos alimenticios.

Durante el desarrollo del taller, el alumnado utilizará lupas, gafas de detective y envases reales de productos habituales, como cereales, yogures, zumos y aperitivos. A través de diferentes ejercicios de observación y análisis, los escolares descubrirán cómo identificar azúcares ocultos, interpretar las listas de ingredientes y reconocer determinados reclamos comerciales que pueden generar una percepción equivocada sobre las características nutricionales de los alimentos.

La actividad también abordará las diferencias entre alimentos frescos o mínimamente procesados, productos con un procesamiento adecuado y ultraprocesados, con el objetivo de que los participantes comprendan la importancia

2019 © Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna

de prestar atención a la composición de aquello que consumen. Otro de los aspectos que se trabajarán será la influencia de la publicidad dirigida al público infantil y la necesidad de desarrollar una mirada crítica ante los mensajes comerciales.

Eiroa subrayó que "queremos que el alumnado aprenda de una manera cercana, divertida y adaptada a su edad. No se trata únicamente de explicar qué alimentos son más saludables, sino de despertar su curiosidad, enseñarles a hacerse preguntas y ayudarles a comprender que detrás de cada envase hay información que merece la pena conocer".

Como parte de la experiencia, los escolares tendrán que diseñar en grupo su propio anuncio honesto de un alimento canario, una actividad creativa que les permitirá aplicar los conocimientos adquiridos y reflexionar sobre la importancia de transmitir información clara y veraz a los consumidores.

La propuesta contempla sesiones de 90 minutos, con un máximo de 25 alumnos por grupo, y se desarrollará en aulas ordinarias adaptadas temporalmente como pequeños supermercados. Este formato facilita la participación directa del alumnado y convierte situaciones habituales de la vida cotidiana en oportunidades de aprendizaje.

Con esta iniciativa, el área de Educación y Juventud busca reforzar la formación en hábitos saludables y consumo responsable desde la infancia, mediante recursos educativos que favorezcan la autonomía, el pensamiento crítico y la capacidad de los escolares para adoptar decisiones informadas sobre su alimentación.

2019 © Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna