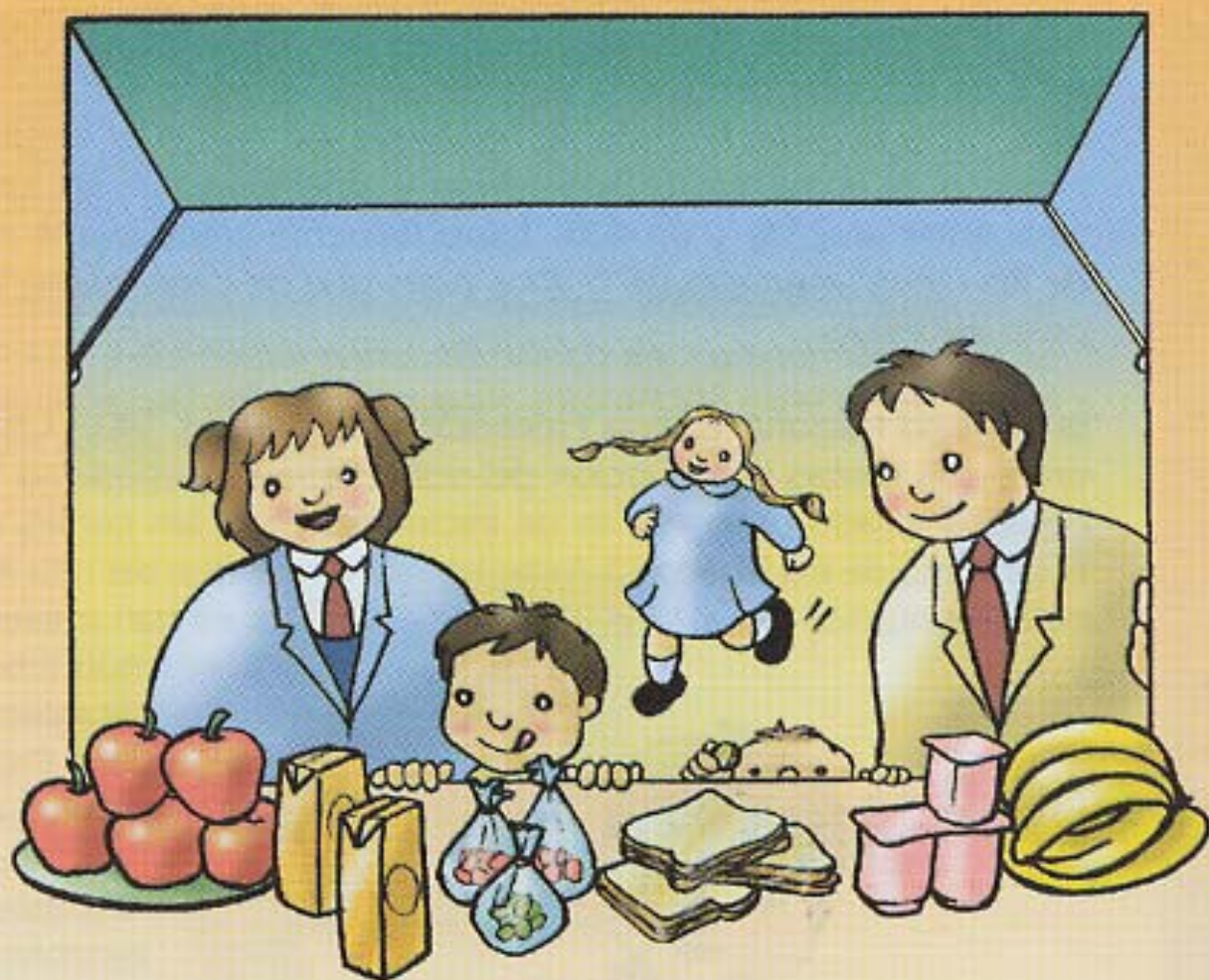


# Kiosco Saludable



GOBIERNO DE CHILE  
MINISTERIO DE SALUD

**VIDA**  
CHILE  
COMUNIDAD POR UNA BUENA VIDA

# Introducción

La dieta saludable y la actividad física son claves para una buena nutrición y una vida sana. Consumir alimentos energéticamente balanceados con actividad física apropiada es fundamental en todas las etapas de la vida. El consumo desbalanceado de alimentos altos en energía (azúcar, almidón y/o grasa) y bajo en nutrientes esenciales, contribuyen a un exceso de energía que se acumula como grasa, generando sobrepeso a corto plazo y obesidad a futuro, además de contribuir a la formación de caries.

Según la Encuesta Nacional de Calidad de Vida y Salud 2000, sólo el 47% de la población chilena dice consumir verduras y frutas todos los días. Los nuevos hábitos alimenticios así como el sedentarismo explican el aumento de sobrepeso y obesidad que en los adultos varía entre un 25% y un 40%. Especialmente preocupante es el caso de los niños menores de 6 años pues uno de cada cuatro tienen un peso excesivo.

El Consejo Nacional para la Promoción de la Salud VIDA CHILE; tiene entre sus metas la reducción del sobrepeso y la obesidad. Para ello ha desarrollado un conjunto de iniciativas entre las cuales destacan el fomento de los kioscos Saludables que pretenden ser una alternativa de alimentación sana. Los Kioscos Saludables se han implementado

en las escuelas y liceos que forman parte de la estrategia Establecimientos Educativos Promotores de la Salud, así como en Consultorios, Hospitales y otros establecimientos del Sector Salud.

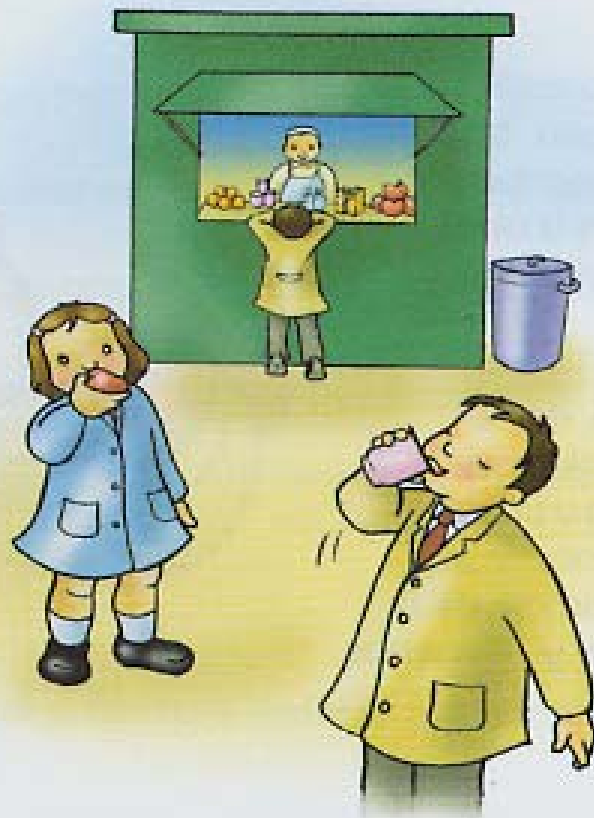


# Los Kioscos Saludables

Se entiende por **kiosco saludable**: al recinto, establecimiento, o local que cumpla con las normas sanitarias para la venta de variedad de alimentos saludables a la comunidad, esta variedad de alimentos saludables deberá constituir al menos un 70% del volumen total de alimentos que se ofrece en el kiosco saludable, permitiendo de esta manera, a la comunidad acceder voluntaria y responsablemente a una alimentación variada, concordante a las Guías Alimentarias.

Todo kiosco saludable deberá contar con autorización sanitaria otorgada por el SESMA en la Región Metropolitana o Departamento del Ambiente en el resto del país. La autorización sanitaria es uno de los requisitos exigidos por los Municipios con antelación al otorgamiento de la patente correspondiente.

Será responsabilidad del Director del Establecimiento Educacional o de Salud y del responsable del kiosco dar cumplimiento a esta normativa, la cual está basada en lo establecido en el Reglamento Sanitario de los Alimentos.



# Kiosco A • B • C

Podrán ser calificados como kioscos saludables aquellos lugares que cumplan con las exigencias sanitarias vigentes y que expendan alimentos calificados, desde el punto de vista nutricional y odontológico, como alimentos saludables. Podrán calificarse de acuerdo a su infraestructura, la que determina directamente el tipo de alimentos que podrán expender, como categorías:



A

## Orientaciones para un Kiosco Tipo A - Básico

**Definición Kiosco Tipo A – Básico:** carente de agua, lavamanos, desagüe de alcantarillado y energía eléctrica.

Este tipo de kiosco sólo podrá expender alimentos y bebidas envasados, que provengan de fábricas autorizadas, que no requieran de protección especial de frío o del calor. Las bebidas serán vendidas en su envase original

Las frutas enteras, verduras, semillas y otros alimentos similares que se expendan deberán almacenarse en buenas condiciones sanitarias.

Este tipo de kiosco no está autorizado para elaborar ningún tipo de alimento como sandwich, completos, sopaipillas u otros que contengan salsas o aderezos.

Para la disposición de la basura, deberá contar con receptáculos con tapa y bolsa plástica en su interior y su contenido deberá retirarse cada vez que se requiera y al menos una vez al día.



## Este kiosco podrá ofrecer:

- Alimentos no perecibles en envase individual y procedentes de fábricas autorizadas.



- Todo tipo de productos lácteos de larga vida en envases individuales: leche larga vida sola, con o sin azúcar, yoghurt larga vida con edulcorante artificial, yoghurt con o sin azúcar.

- Néctares y jugos de fruta, larga vida, en envase individual con azúcar o con edulcorante artificial.

- Agua mineral con o sin gas, en envase individual.

- Galletas Integrales.



- Galletas de agua y soda.

- Galletas y queques dulces en envase individual sin relleno ni recubiertos.

- Queques con fruta, verduras o frutos secos.

- Cereales laminados e inflados, en envases individuales.

- Frutos secos: orejones, ciruelas, higos, pasas, damascos, etc.



- Semillas: almendras, maní, nueces, avellanas (no salados).

- Fruta natural y verdura entera, previamente lavada con agua potable.





- ☑ Queques con fruta, verdura o frutos secos.

- ☑ Cereales laminados e inflados, en envases individuales.
- ☑ Frutos secos: orejones, ciruelas, higos, pasas, damascos, etc.
- ☑ Semillas: almendras, maní, nueces, avellanas (no salados).

- ☑ Fruta natural y verdura entera, previamente lavada con agua potable.



### Más:



- ☑ Sandwich proveniente de fábricas autorizadas y debidamente rotulados, en pan integral o marraqueta, con agregado de pavo, pollo, atún, jamón, huevo, queso bajo en grasa, palta, tomate, porotos verdes, lechuga, mermelada, dulce de membrillo.

- ☑ Helado de paleta o en vasito, proveniente de fábricas autorizadas y siempre que cuente con un equipo de congelación exclusivo (con registro de temperatura) para la conservación de los mismos.



## Orientaciones para un Kiosco Tipo C o Cafetería

**Definición Kiosco Tipo C o Cafetería:** cumple con las exigencias establecidas en el Reglamento Sanitario de los Alimentos, D.S. N° 977/96 y Reglamento sobre condiciones sanitarias y ambientales básicas en los Lugares de Trabajo, D.S. N° 745/92 ambos del Ministerio de Salud.

Este kiosco está autorizado para preparar, fraccionar y vender alimentos preparados en el mismo recinto, por lo que debe disponer de lavaplatos, lavamanos, refrigerador y todos los equipos, utensilios e instalaciones que sean necesarios para una adecuada preparación que dé cumplimiento a las normas sanitarias.

Podrá ofrecer todos los productos señalados en los Kioscos A - Básico y B - Intermedio, más otros que se indican.

### Este kiosco podrá ofrecer:

- 🍷 Alimentos no perecibles en envase individual y procedentes de fábricas autorizadas.
- 🍷 Todo tipo de productos lácteos de larga vida en envases individuales: leche larga vida sola, con o sin azúcar, yoghurt larga vida con edulcorante artificial, yoghurt con o sin azúcar.
- 🍷 Néctares y jugos de fruta, larga vida, en envase individual con azúcar o con edulcorante artificial, o mezclas de los mismos.
- 🍷 Agua mineral con o sin gas, en envase individual.



- ✔ Galletas integrales
- ✔ Galletas de agua y soda.
- ✔ Galletas y queques dulces en envase individual sin relleno ni recubiertos.
- ✔ Queques con fruta, verdura o frutos secos.



- ✔ Cereales laminados e inflados, en envases individuales.

- ✔ Frutos secos: orejones, ciruelas, higos, pasas, damascos, etc.
- ✔ Semillas: almendras, maní, nueces, avellanas (no salados).
- ✔ Fruta natural entera, previamente lavada con agua potable.
- ✔ Sandwich proveniente de fábricas autorizadas y debidamente rotulados o preparados en el mismo kiosco, en pan integral o marraqueta, con agregado de pavo, pollo, atún, jamón, huevo, queso bajo en grasa, palta, tomate, porotos verdes, lechuga, mermelada, dulce de membrillo.
- ✔ Helado de paleta o en vasito, proveniente de fábricas autorizadas y siempre que cuente con un equipo de congelación exclusivo (con registro de temperatura) para la conservación de los mismos.

- ✔ Jugos naturales y leches con fruta con azúcar o edulcorantes, preparados en el mismo kiosco.



# Normas de Higiene

## 1.- SOBRE EL KIOSKO:

Debe ubicarse alejado de lugares que emitan olores o posibles fuentes de contaminación. Se recomienda analizar con detención el acceso y ubicación, para evitar que se obstaculicen salidas y se facilite la circulación de los niños.

También es necesario tener presente la forma en que se eliminarán los desechos y basuras, acciones que debe realizarse tantas veces como sea necesario con un mínimo de dos veces en el día.

Los basureros deben usarse con bolsas plástica, ser lavados y desinfectados, al menos dos veces a la semana o cuando sea necesario.

El lugar de acumulación de basuras debe estar alejado de los kioscos y mantener los receptáculos con tapa en forma permanente.

Una vez terminada la jornada de atención debe limpiarse con detención el recinto sin dejar desechos para día siguiente y cuidando el almacenamiento de los alimentos del ataque de roedores, otros animales e insectos.

Es necesario inspeccionar regularmente (a lo menos dos veces por semana) la zona circundante del kiosco para identificar posibles plagas (hormigas, moscas, ratones).

## 2.- SOBRE EL PERSONAL

Debe tener un estado de salud compatible con la función que desarrollará, si transitoriamente sufre de infecciones a la piel, respiratorias, diarrea o cualquier otra enfermedad posible de transmitir, deberá abstenerse de atender el kiosco hasta que recupere la salud.

El lavado de manos debe ser cuidadoso y con cepillo de uñas antes de iniciar la atención, después de ir al baño y tantas veces como sea necesario.

Debe mantener un cuidadoso aseo personal, manteniendo la ropa y cuerpo limpio. Usar delantal y gorro que cubra la totalidad del pelo. Las uñas deben estar limpias, cortas y sin barniz.

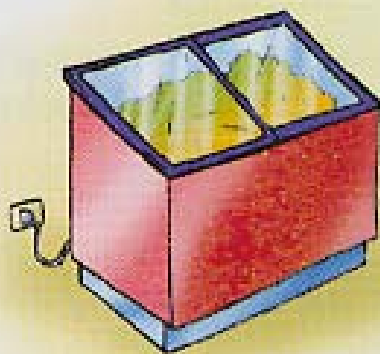


### 3.- SOBRE LA ELABORACIÓN

Aquellos kioscos que cuentan con la autorización sanitaria para elaborar alimentos deben respetar las normas que el reglamento sanitario indica.

Sólo debe utilizarse agua potable, tanto para la preparación como para el lavado de los utensilios que usen.

En la elaboración sólo deben utilizarse materias primas o ingredientes en buen estado de conservación, debidamente identificados y de proveedores acreditados.










Los productos terminados deben almacenarse en condiciones adecuadas de temperatura y humedad. Los alimentos que requieren conservación en frío deben ser puestos en el refrigerador inmediatamente al llegar al kiosco. En lo posible, deberán disponer de un termómetro con registro de temperatura.

### 4.- SOBRE LA VENTA

En lo posible la entrega del producto y la recepción del dinero no deberán ser realizadas por la misma persona.



## ALGUNOS CONSEJOS:

-  El desayuno es una de las comidas más importantes del día ya que favorece el rendimiento escolar. Acostumbre a su hijo/a a tomar un buen desayuno que incluya leche, pan y fruta o cereales.
-  Siempre incluya verduras en las comidas.
-  Consuma al menos dos frutas al día. Aproveche las frutas de la estación.
-  Para las colaciones prefiera frutas naturales, productos lácteos, frutos secos (pasas, higos secos, ciruelas), semillas (nueces, almendras, maní, avellanas) o cereales.
-  Si consume alimentos elaborados, revise la etiqueta del envase para verificar su fecha de vencimiento y la información nutricional del producto.
-  Evite el consumo excesivo de sal y azúcar.
-  Procure que sus comidas se realicen en compañía del grupo familiar o grupo de estudio en un lugar limpio y adecuado.

