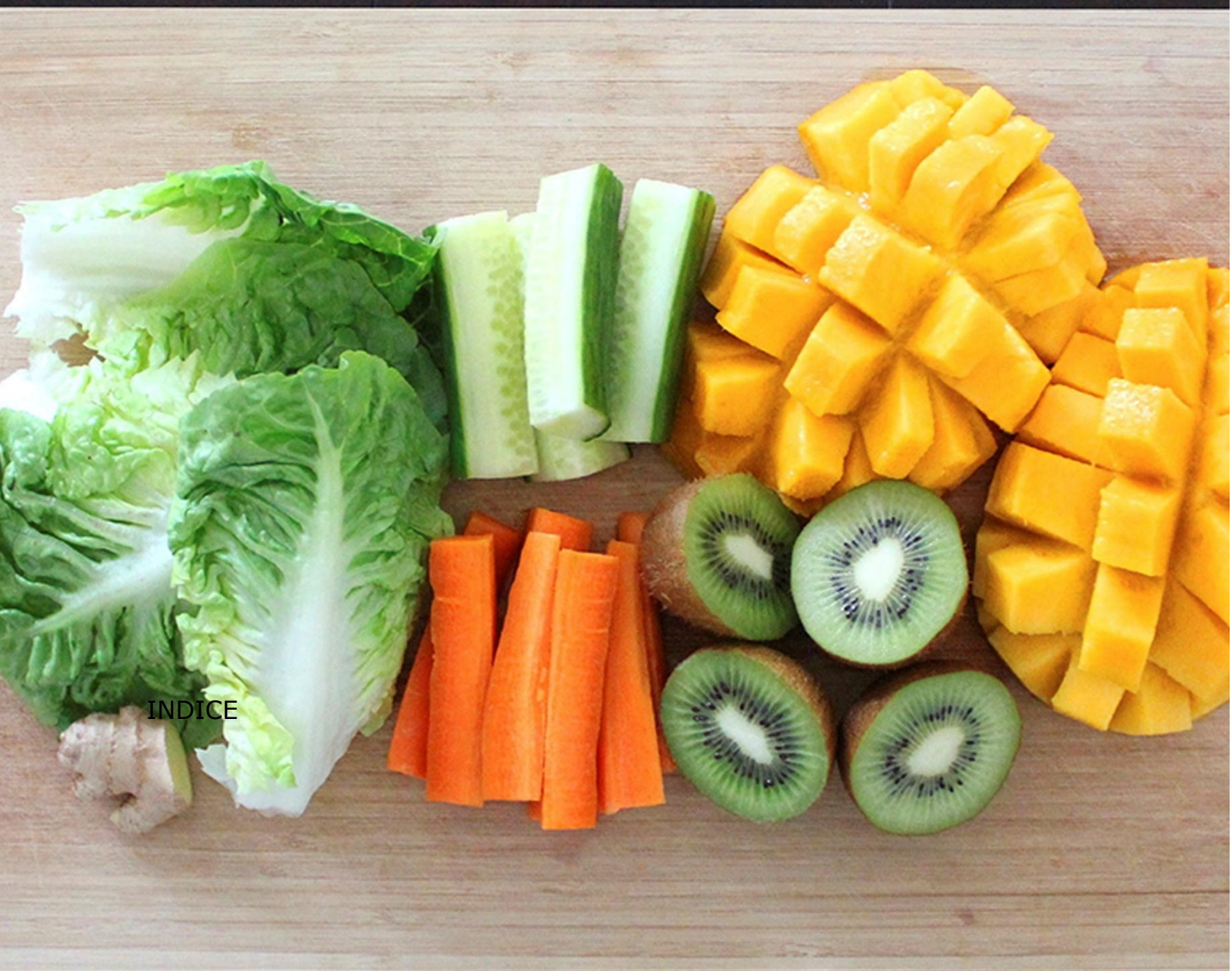


FEUMVE por la opción de un menú vegano en los comedores escolares de España



INDICE

WWW.FEUMVE.COM

Todos los derechos reservados a FEUMVE.
No se admite la copia total ni parcial de su contenido sin
autorización previa y por escrito de FEUMVE



AGRADECIMIENTOS:

A la pediatra Miriam Martínez, la psicóloga Eva Hervera, el Centro de Nutrición Reverde y la empresa Marisa Fernández Catering por sus aportes y colaboración en la realización de este informe.

También a las profesionales en nutrición Beatriz Expósito Sastre, Miriam Rodríguez Lancharro y Nagore Lillo de Miguel.

Y a todas las familias afectadas que han participado tanto en la encuesta como exponiendo sus testimonios, todo para conseguir terminar con este problema que tanto nos afecta.



INDICE

INTRODUCCIÓN	4
ANTECEDENTES	4
MARCO TEÓRICO	5
VEGEFOBIA	7
FEUMVE, ORIGEN Y MOTIVACIÓN	8
PROBLEMATICA REAL	9
EL CORTO DE FEUMVE	9
ENCUESTA SOBRE LOS COMEDORES ESCOLARES 2020	10
RESULTADOS	10
CONCLUSIONES	14
TESTIMONIOS	15
PROPUESTAS DE CAMBIO	20
AGENTES DE CAMBIO	20
ADMINISTRACIONES Y CONSEJERÍAS DE EDUCACIÓN	20
CENTROS ESCOLARES	21
CATERINGS Y EMPRESAS EXTERNAS	21
CONCLUSIONES Y EJEMPLOS A SEGUIR	21
BIBLIOGRAFIA	23
ANEXOS	25
Anexo I: Informe de la pediatra Miriam Martínez Biarge	25
Anexo II: Certificado de Centro Reverde para las familias veganas.	27
Anexo III: Informe Psicóloga Eva Hervera sobre Vegefobia	28
Anexo IV: Ficha técnica de corto “¿Quieres cambiar la película?.....	29
Anexo V: Preguntas para la Encuesta Comedores Escolares 2020.....	30
Anexo VI: Respuestas online a Encuesta Comedores Escolares 2020	31
Anexo VII: Muestra del registro enviado a las Consejerías de Educación.	32
Anexo VIII: Copia del argumentario incluido en la petición de Change.org.....	36
Anexo IX: Ejemplos de adaptaciones de menús veganos en comedores escolares	37
Anexo X: Informe empresa Marisa Fernández Catering.....	40



INTRODUCCIÓN

Tras medio año de trabajo desde la creación de FEUMVE, toda la información recabada hasta el momento y el material creado, hemos creído conveniente elaborar un informe que pueda ofrecer a aquellos organismos competentes y/o agentes relacionados con nuestra lucha una visión global y lo más simplificada posible de la problemática real que implica la ausencia de la opción de un menú vegano de calidad en los comedores escolares de los centros educativos en todo el territorio español, sean estos privados, públicos o concertados.

ANTECEDENTES

En **España**, en 2012 una familia de Vitoria-Gasteiz inició una lucha para que su hija pudiese comer vegetariano en la escuela pública a la que iba. Y a través de una campaña de recogida de firmas en Change.org consiguieron que el [Gobierno Vasco a partir del curso 2012-2013 obligase a ofertar dicho menú a los colegios públicos vascos](#); como ya se estaba haciendo con el menú no cerdo, para los musulmanes. Basándose en el artículo 27.3 de la Constitución Española, por el cual la comunidad musulmana consiguió que se respetara de su religión tanto en centros públicos como en concertados ([Ley 26 /1992](#))

Con tiempo se ha visto que dicho dictamen ha resultado insuficiente, no solo para los niños veganos, que se encuentran huevos y leche a diario en esa propuesta de menú, sino también para los niños ovolacteovegetarianos, que encuentran un menú repetitivo, desequilibrado y falta de un alimento tan básico como son las legumbres.

Fuera de España también existen casos donde también se lucha por este objetivo:

Portugal, el país vecino, ha sido el primer país en establecer por ley la obligatoriedad de las opciones veganas. [Aprobó en marzo del 2017 una norma](#) que afecta tanto a comedores escolares como cualquier comedor y cafetería financiada con fondos públicos, como universidades, hospitales, cárceles,... donde por ley se debe ofrecer a diario mínimo un plato vegetariano.

El Proyecto de Ley fue llevado al Parlamento luso por el partido PAN (Personas-Animales-Naturaleza) y el bloque de izquierda de Los Verdes, tras una recogida de firmas. La reforma fue aprobada por amplia mayoría. Según André Silva, diputado de PAN, *"no se prevén costes adicionales ya que las comidas vegetarianas son más baratas"*.

En **Dinamarca**, en Diciembre del 2017 el [Parlamento danés discutió una propuesta similar](#). Este país invierte en la actualidad recursos económicos para ofrecer opciones de comida biológica en edificios públicos. El siguiente paso es copiar el modelo portugués incluyendo la comida vegana.



En **Chile**, el [Proyecto de Ley "Mi Menú Vegano"](#) fue aprobado en el Congreso Nacional en 2015. La propuesta, que fue solicitada por los diputados Camila Vallejo, Vlado Mirosevic, Alejandra Sepúlveda (IND), Maya Fernández y Giorgio Jackson junto a la ONG Animal Libre, busca que el Estado garantice a todas las personas que han elegido una dieta vegetariana o vegana y que reciben alimentos por parte del Estado, la posibilidad de acceder a este tipo de alimentación.

En **Argentina**, el [Proyecto de Ley "Mi Menú Vegano"](#) fue aprobado en el Congreso Nacional en 2016. La Senadora Nacional Magdalena Odarda, con el apoyo de Animal libre, presentó dicho proyecto, cuyo objetivo es que las instituciones públicas ofrezcan un menú de alimentación vegetariana y vegana.

En **Perú** el ["Proyecto de ley Menú Vegano"](#) es una iniciativa impulsada por las organizaciones miembros de RED Vegana con el apoyo de Defensa Animal - FA y el respaldo de ADEA PUCP y Proyecto V UNALM. La presente iniciativa legal N° 1705-2016-CR fue llevada ante el Congreso el día 25 de julio de 2017 mediante propuesta de María Elena Foronda Farro, congresista de la república del Perú.

En **Estados Unidos**, concretamente en California, [el Senado aprobó en 2018](#) un proyecto de ley que exige opciones veganas en cárceles y otras instituciones públicas.

Por último, **Reino Unido** se une a estas peticiones legislativas. En 2019 el [Comité de Peticiones de la Asamblea Nacional trató sobre esta petición](#) iniciada por la Vegan Society.

País este que demuestra su compromiso con el veganismo, con otras sentencias realmente relevantes a nivel mundial, como la dictaminada el pasado Enero del 2020, donde, a partir del caso del activista Jordi Casamitjana, se creó precedente [avalando al veganismo como creencia filosófica](#), otorgándole de este modo amparo ante la Ley de Igualdad como cualquier religión o convicción.

MARCO TEÓRICO

Son diversos los organismos nacionales e internacionales que avalan las dietas libres de productos de origen animal y derivados en la infancia. Entre ellas destacamos la postura de la Asociación Americana de Dietética del año 2009 que indica: *"Las dietas vegetarianas adecuadamente planificadas, incluidas las dietas totalmente vegetarianas o veganas, son saludables, nutricionalmente adecuadas, y pueden proporcionar beneficios para la salud en la prevención y en el tratamiento de ciertas enfermedades. Las dietas vegetarianas bien planificadas son apropiadas para todas las etapas del ciclo vital, incluido el embarazo, la lactancia, la infancia, la niñez y la adolescencia, así como también para los atletas."*



En el siguiente enlace se pueden consultar un listado actualizado de aquellos organismos oficiales que avalan dicha dieta:

<https://www.cristinasantiago.es/post/2016/09/28/dietas-vegetarianas-o-veganos-están-realmente-avaladas-por-organismos-oficiales>

Desde FEUMVE contamos con el apoyo de diversos especialistas que avalan de igual modo nuestra propuesta.

En el [Anexo I](#) se puede consultar el informe realizado por la médico y doctora en Pediatría Miriam Martínez, con número de colegiada 282853890, del que destacamos los siguientes párrafos:

***“La preocupación principal de las familias con las que he trabajado es la falta de opciones en los comedores escolares, la negativa de los centros educativos a proporcionar menús veganos de calidad o a dejar que las alumnas y alumnos se lleven la comida de su casa, y en no pocos casos, las actitudes de discriminación e incluso acoso que sufren estos niños y niñas. Las madres y padres me consultan angustiados porque temen que la dieta de sus hijos se desequilibre como consecuencia de recibir menús incompletos en la escuela; o porque se les niega cualquier posibilidad de recibir un menú sin alimentos de origen animal, lo que les deja ante la disyuntiva de tener que cambiar de centro (con todas las consecuencias negativas que esto puede tener sobre sus hijos, a veces con el curso ya iniciado) o tener que renunciar a sus principios.*”**

*La preparación de alternativas vegetales en los centros escolares se puede hacer con facilidad usando los productos típicos de la dieta mediterránea: verduras, frutas, cereales enteros (pan, arroz, pasta, cuscús...), legumbres y frutos secos y semillas. Las legumbres, que son alimentos ricos en proteínas, minerales y vitaminas, y en palabras de la ONU, “uno de los alimentos más nutritivos del planeta”, permiten elaborar platos 100% vegetales y nutricionalmente completos si se combinan con verduras y hortalizas y se acompañan de una pequeña cantidad de cereales (arroz, pan, pasta) o tubérculos (patata, boniato...). **Esto permitiría no solo que los alumnos veganos pudieran disponer de un menú adecuado para ellos sino además adecuar la dieta actual de los niños y niñas españoles a las recomendaciones oficiales, que apuestan por dar más protagonismo a las fuentes vegetales de proteínas, por aumentar el consumo de frutas y verduras en la población infantil y por reducir el consumo de carne y otros productos animales.**”*

Por otro lado, Pablo Vidal Torres, Graduado en Nutrición Humana y Dietética, colegiado en el Colegio Oficial de Dietistas Nutricionistas de la Comunidad Valenciana con número CV00882 ofreció a FEUMVE un certificado para que las familias de FEUMVE pudieran entregarlos en sus respectivos centros escolares. Este se incluye en el [Anexo II](#).



VEGEFOBIA

En España, al igual que en muchos países del mundo se ha identificado un tipo de discriminación llamado VEGEFOBIA o VEGAFOBIA.

El número de personas veganas es cada vez mayor, y los casos de rechazo hacia ellos por desgracia también.

Existen varios casos registrados que demuestran que es necesaria la toma de medidas frente a este tipo de discriminación, siendo el más extremo el caso de un niño que llegó a suicidarse por este acoso escolar.

Es una realidad, que va mucho más allá de lo que llega a los medios y prensa, que demuestra cómo las personas veganas son discriminadas en diferentes ámbitos, desde las guarderías, colegios, universidades, puestos de trabajo e incluso centros de salud, como hospitales o residencias.

Son especialmente llamativos los casos de bullying en escuelas, como refleja el corto que denuncia la Vegefobia en niños ¿Quieres cambiar la película?

Por eso, y tomando como ejemplo una iniciativa iniciada por la Unión Vegetariana Argentina, consideramos que así como la sociedad reconoce a la xenofobia, la homofobia y el machismo como otras formas de discriminar, la Vegefobia también debe ser reconocida y tipificada oficialmente como otra forma de discriminación, por el Ministerio de Igualdad.

Solo de este modo podrán ser bloqueadas con efectividad estas situaciones de discriminación que a día de hoy se producen con total impunidad.

En el artículo 14 de La Constitución Española se establece que: "*Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social*".

Es por todo ello que desde FEUMVE se inició un Change con el fin de recabar firmas para hacer frente a este tipo de discriminación.

No se trata de algo nuevo. Ya en Argentina llevan tiempo luchando por el reconocimiento de la vegefobia por parte de los gobiernos, y en especial el Ministerio de Igualdad, con acciones como la recogida de firmas, talleres impartidos por el abogado Hugo Carrión, actos formativos y creación de material de difusión, pero también la creación de Observatorio Nacional de la Vegefobia ONAVE, encargado de documentar todos los casos de discriminación relacionados con el veganismo.

En este sentido es importante volver a nombrar el precedente creado en Reino Unido por el activista Jordi Casamitjana, quien un juez dictaminó que fue despedido por su ideología y fue por lo tanto víctima de una discriminación.

Está claro que las repercusiones psicológicas derivadas de este tipo de discriminación cobran especial relevancia en menores, más vulnerables a las críticas y exclusión de su grupo de iguales.



Tal como afirma la psicóloga Eva Hervera con número de colegiada 7181 (véase Anexo III):

"La discriminación en el contexto educativo que se ejerce hacia niñas y niños veganos, en forma de burlas reiteradas, desprecios, exclusión, incluso amenazas y agresiones, los convierte en víctimas de sus iguales. En el sistema educativo, el no reconocimiento de una diversidad ética como el veganismo (no adaptación de los menús en los comedores escolares, no revisión de los contenidos curriculares en ámbitos como las ciencias, no reflexión respecto de las salidas extraescolares que normalizan el uso de los animales por parte de los humanos...) victimiza, perpetúa y justifica el acoso ejercido hacia niños y niñas veganos por el resto de alumnado y por el centro escolar.

Esta discriminación repetitiva y mantenida en el tiempo, puede tener repercusiones desfavorables en su estado afectivo emocional: alteraciones del estado de ánimo, tristeza y rabia, sentimientos de culpabilidad y/o de indefensión, afectación en la autoestima y en el desarrollo de la identidad, somatizaciones diversas, inhibición en la comunicación y aislamiento, ansiedad y evitación de situaciones sociales.

Ante esta situación son necesarias actuaciones educativas urgentes de reflexión, prevención e intervención, que pasan por el reconocimiento y respeto por los valores éticos de las familias y las niñas y niños veganos y la tolerancia cero hacia cualquier forma de discriminación y acoso."

FEUMVE, ORIGEN Y MOTIVACIÓN

Testimonio de Noelia Estraviz Antúnez, fundadora de FEUMVE.

"Tengo dos hijas veganas en edad escolar y llevo 4 años peleando con el colegio de mis hijas para que les den un menú vegano.

Lo único que he conseguido es que les quiten los productos de origen animal del plato, dando como resultado una opción sin proteína y poco saciante.

La gota que colmó el vaso fue cuando mi hija la mayor fue víctima de bullying a principios del curso 2019. Recibió comentarios del tipo "te faltan vitaminas y proteínas, te vas a morir pronto por ser vegana".

Lo insostenible de la situación me llevó, junto a otras madres y padres, a fundar la asociación FEUMVE (Familias Unidas por un Menú Vegano Escolar).

FEUMVE nació como un simple grupo de Facebook el pasado mes de septiembre de 2019. Como madre llevaba una lucha prácticamente en solitario recogiendo firmas en Euskadi. Tras cuatro años luchando con el colegio de mis hijas y otros dos compartiendo una petición en Change.org y hablando con asociaciones veganas y familias para que me ayudasen en esta lucha, estaba cansada. Me sentía ignorada. Únicamente había recibido el apoyo de los santuarios de animales.

En ese grupo de Facebook vi que éramos muchas familias las que vivían situaciones parecidas a la mía. Por lo que aunamos fuerzas y creamos la asociación"



PROBLEMATICA REAL

EL CORTO DE FEUMVE

Desde FEUMVE siempre hemos trabajado para sensibilizar y concienciar a la sociedad sobre la problemática que sufrimos. Es por esto que en 2019 se desarrolló un corto titulado [¿Quieres cambiar la película?](#), ([Imágenes 1a](#) y [1b](#)) donde en algo más de 6 minutos se presenta el día a día de una niña vegana en la escuela.

En el [anexo IV](#) se puede ver la ficha técnica.

Este corto de animación, basado en hechos reales, acumula desde su creación más de 2000 visualizaciones, ha sido proyectado en una veintena de eventos y fue premiado con el tercer premio en el [I Festival de Cortos Veganos de Almería](#).

Sin duda una gran herramienta para ayudar a entender a todas las personas, en especial a las no veganas, que implica para estos menores el no disponer de una opción de menú vegano de calidad en sus comedores escolares.

El video se puede visualizar en el canal de YouTube de la asociación, donde además se encuentran otros videos de interés, como son diferentes participaciones en programas de radio u otros videos de concienciación. El canal se puede visitar en www.yotutube.com/feumve



Imagen 1a. Presentación corto.



Imagen 1b. Extracto del corto en el comedor escolar.



ENCUESTA SOBRE LOS COMEDORES ESCOLARES 2020

Con el fin de poder disponer de información real y actualizada que nos ayude a describir esta situación para el conjunto de España, FEUMVE recabó datos mediante una encuesta online.

Ésta, titulada [Encuesta sobre Comedores Escolares 2020](#), fue compartida y distribuida desde Noviembre del 2019 hasta Febrero del 2020. En este periodo alcanzó a un total de 629 personas de los cuales 305 cumplían con los requisitos de validez. Estos requisitos fueron:

- Personas que tuvieran al cargo menores de edad escolarizados.
- Adultos que estuvieran laboralmente relacionados con los centros escolares y debieran utilizar sus instalaciones durante la semana.

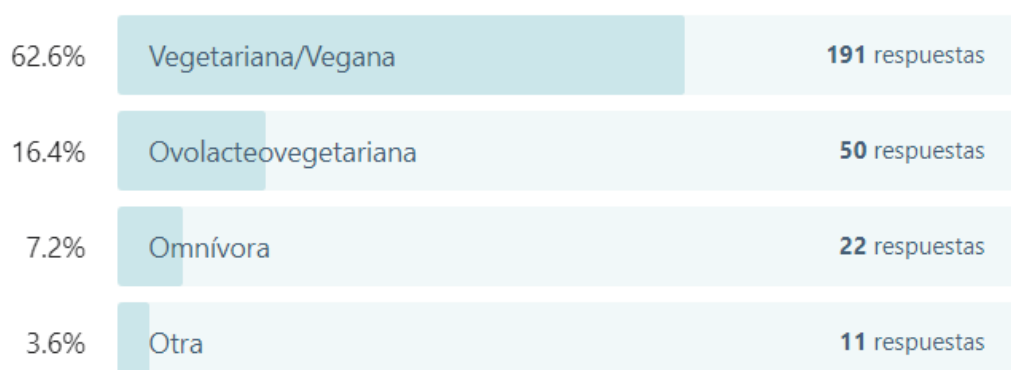
En el [anexo V](#) se presenta las preguntas que conformaban esta encuesta. En el [anexo VI](#) se pueden consultar todas las respuestas sin editar.

A continuación se presenta en un formato simplificado y visual los resultados más relevantes obtenidos.

RESULTADOS

¿Qué tipo de alimentación sigues?

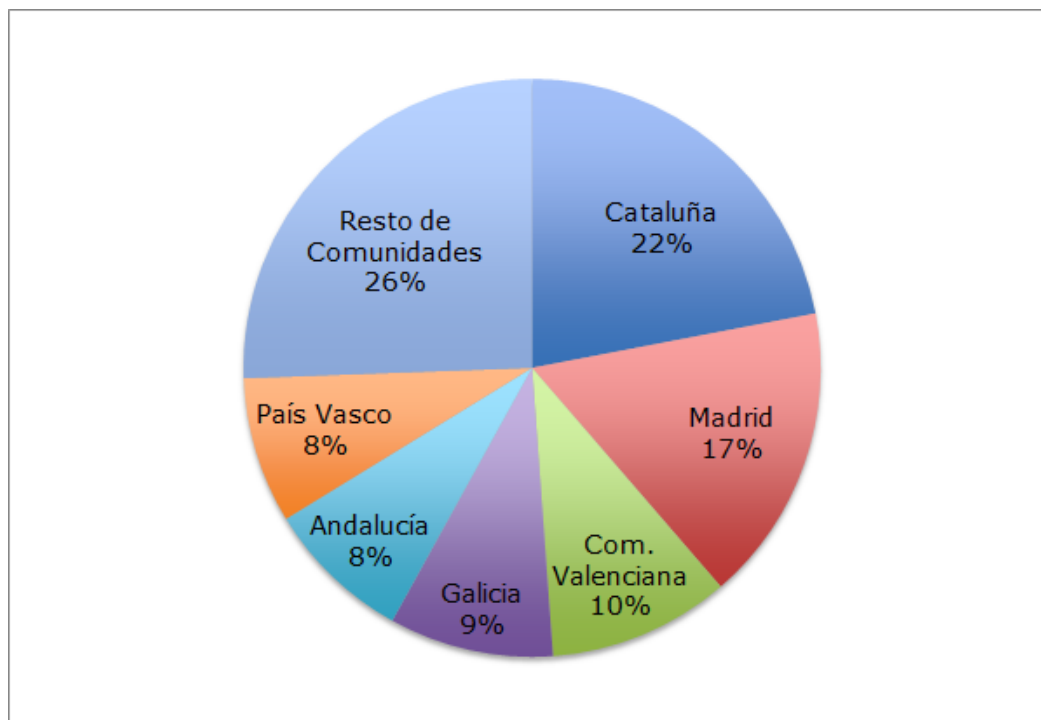
305 de 305 personas respondieron a esta pregunta





¿En qué comunidad autónoma vives actualmente?

305 de 305 personas respondieron a esta pregunta



¿Disponen en el centro escolar de una opción de menú vegano equilibrado y de calidad?

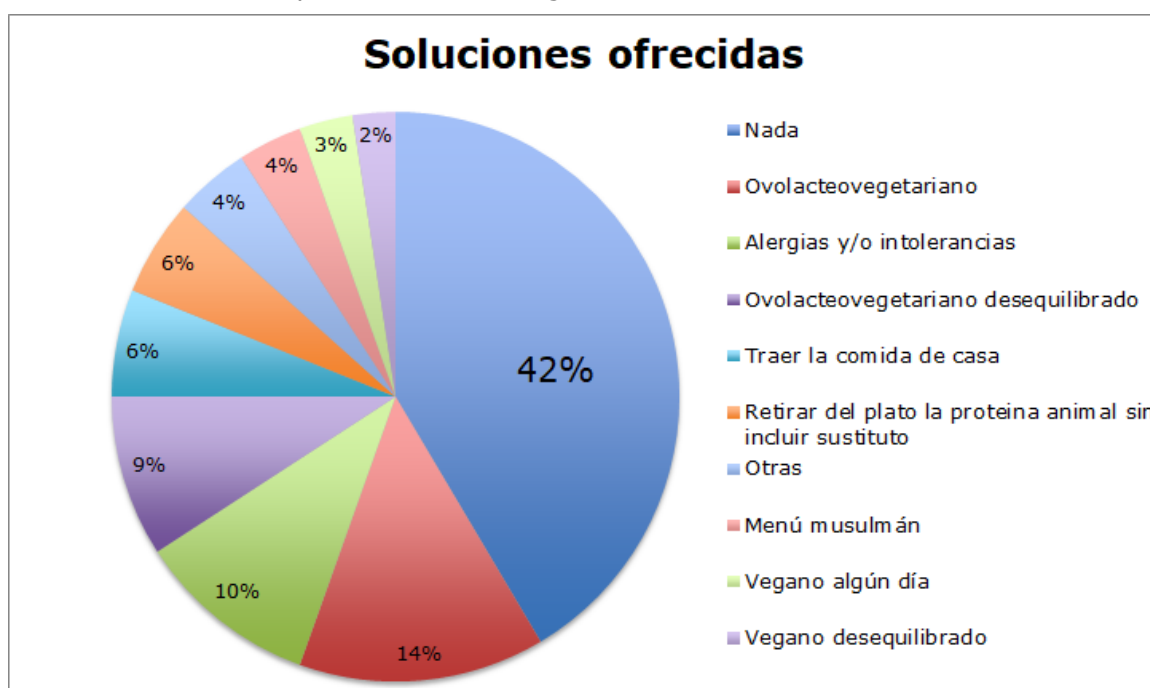
305 de 305 personas respondieron a esta pregunta



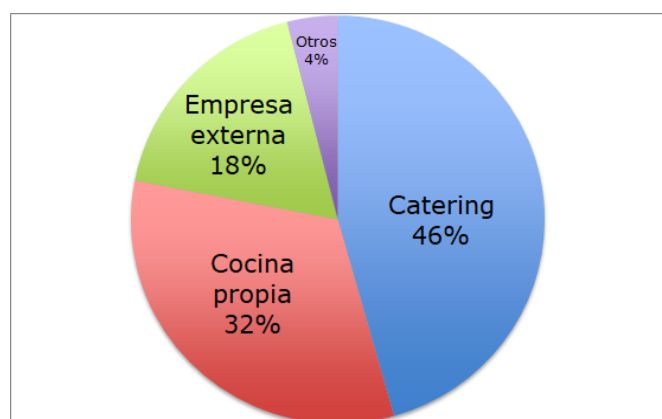


Si la respuesta es No, ¿qué opciones ofrece tu centro? ¿Quién lo gestiona?
(Catering, propio centro u otra empresa externa)

A la primera parte de esta pregunta respondieron un total de 164 personas. El siguiente gráfico muestra las respuestas de este segmento de la muestra.



A la segunda parte de la pregunta respondieron un total de 228 personas. El gráfico muestra las respuestas de este segmento de la muestra:

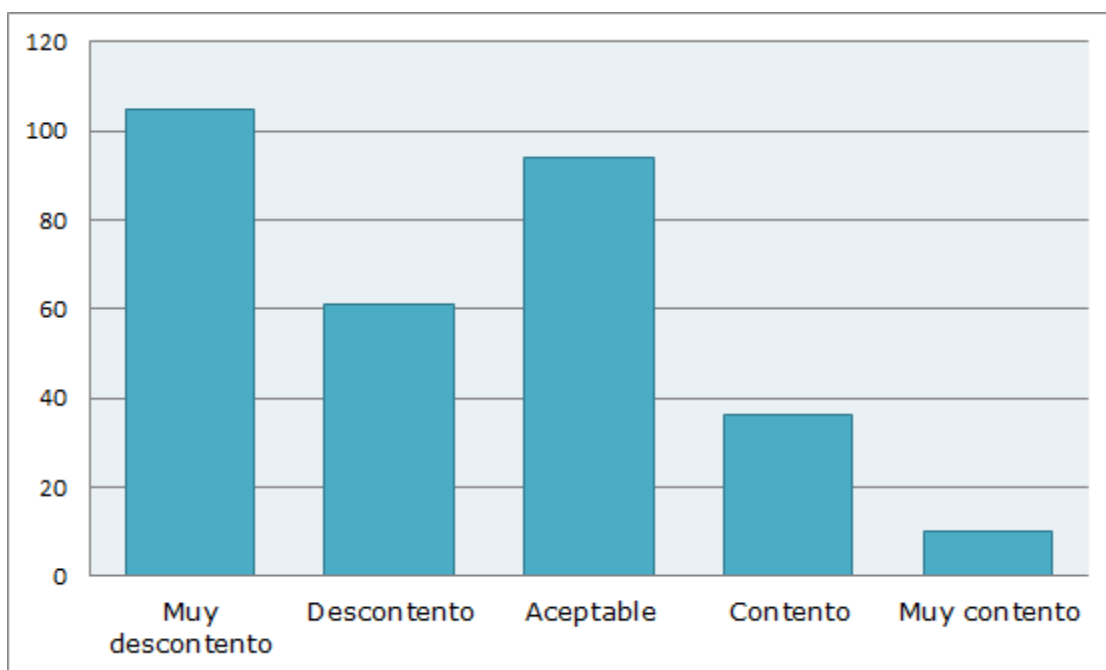




Según tu opinión ¿qué te parece el comedor escolar de tu centro?

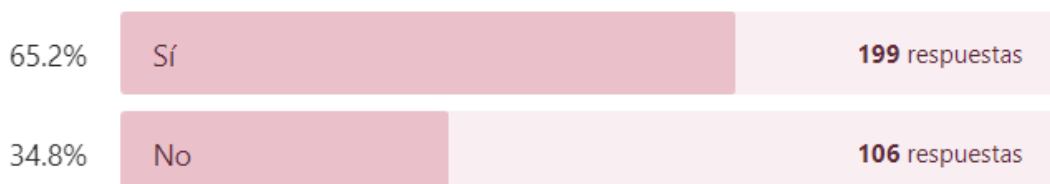
Promedio 2.3

305 de 305 personas respondieron a esta pregunta



Sobre el centro escolar. ¿Conoces alguna situación como la que mostramos en nuestro corto basado en hechos reales? Incluso entre miembros del personal.

305 de 305 personas respondieron a esta pregunta





En vista a estos resultados, se puede afirmar que:

- El número de familias en España que siguen una tipo de alimentación vegana (o 100% vegetariana) es relevante (62,6% en esta encuesta).
- Muchas de esas familias tienen menores a su cargo los cuales se alimentan en base a una ética o moral determinada (Veganismo) donde no se emplean productos de origen animal o derivados de su explotación, como son leche, queso, huevos y miel.
- La gran mayoría de las personas entrevistadas estaban activas laboralmente y disponían de estudios de grado medio o universitario.
- Se obtuvo al menos una respuesta para todas las comunidades autónomas, siendo las de mayor participación Cataluña, Madrid, Valencia, Galicia, Andalucía y el País Vasco.
- El número de niños cuyos padres fueron entrevistados que acuden al comedor escolar es ligeramente superior al de los que no acuden. (53.4% vs 46,6%)
- Tan solo el 7,9% de las personas entrevistadas disponen en sus centros escolares de un menú vegano de calidad, en oposición al otro 92,1% cuya respuesta fue negativa.
- Las soluciones ofertadas por los centros escolares son en la gran mayoría insuficientes o inexistentes, siendo las más respondidas no hacer nada (42%), menú ovolacteovegetarianos (23% del total, siendo el 60% de estos menús ovolacteovegetarianos desequilibrados) o eliminar del menú aquello que no se pueda consumir pero sin ofrecer una alternativa de calidad que cubra las necesidades nutricionales mínimas requeridas (6%).
- La gran mayoría de los centros escolares que no disponen de un menú vegano de calidad disponen de cocina propia (32%) o trabajan con un catering (46%).
- La puntuación a la hora de valorar el comedor escolar en los centros españoles es de un promedio de 2,3, siendo 1 "muy descontento" y 5 "muy contento".
- Un 65,2% de las personas entrevistadas afirman conocer directa o indirectamente alguna situación de discriminación hacia un menor vegano en los centros escolares. 199 respuestas en total, un dato altamente preocupante.

CONCLUSIONES

Gracias a estas respuestas se deja en evidencia que la historia que cuenta nuestro corto no es solo un hecho aislado, sino que existe un número nada desdeñable de situaciones de discriminación y rechazo hacia menores. **Su decisión ética y moral se convierte en motivo de rechazo y discriminación ([véase vegefobia](#)), por la falta de recursos o respuesta por parte de los centros escolares, donde más de la mitad de las personas entrevistadas dejan a sus hijos en un comedor escolar insuficiente y excluyente y la otra parte se ve obligado a no utilizar este servicio, que aunque no obligatorio, es una herramienta necesaria para asegurar la posibilidad de trabajar y disponer de recursos económicos en muchos núcleos familiares.**



TESTIMONIOS

Además de la encuesta, y con el fin de poder conocer historias concretas y reales, se solicitó a algunas de las personas que sufren esta problemática, tanto padres como empleados de centros educativos, que nos ofrecieran sus testimonios individuales.

A continuación se presentan algunos de los más relevantes:

Familias:

E.Z. (Álava): *"Solicitamos menú vegano al centro, nos lo deniegan ya que la empresa encargada de los menús no dispone de opción vegana. Si ofrece ovolactovegetariano. Nos deniegan "adaptarlo" (ofreciendo dos veces el primer plato los días que haya huevos). Así que, esos días no podemos dejar a las niñas en el comedor. "*

R.D.H. (Álava): *"En la ikastola (colegio concertado) no disponen de menú vegano, pero a nuestros niños veganos les ofrecen un primer y segundo plato vegano siempre. Aunque sería estupendo que pudieran contar con un menú vegano propio. Les cambiamos de centro este año porque en la escuela pública era totalmente imposible que pudieran comer vegano. No sólo no se lo ofrecían si no que no tenían ninguna disposición a solucionar el tema."*

D.O.M. (Barcelona): *"La escuela no hace ninguna adaptación por motivos éticos ni religiosos"*

G.V.C y B.V.C (Barcelona): *"Centro público. Diciembre 2019. No me informan que no hay menú vegano, y a los niños, 4 y 9 años, les "adaptan" el menú sustituyendo carne por patatas o macarrones. Hasta que un día les dan las sobras del día anterior. Me puse en contacto y tardaron un mes en responder que ya harían un menú adaptado para los niños. Siguen dándoles patatas o pasta..."*

L.H.M. (Barcelona): *"En la actualidad no utilizamos el servicio de comedor ya que come en casa con nosotros, pero en el menú visible del centro no hay referencia a opciones veganas. Tampoco hemos tanteado todavía la disponibilidad del centro a ofrecer la opción. No conocemos a nadie que lo haya solicitado tampoco."*

Anónimo (Bizcaya): *"Mis hijos no se quedan a comer porque directamente no existe la opción. Hay presunto menú vegetariano, que es quitar ingredientes o darles dos*



primeros, resultando esto en una alimentación desequilibrada. Por ejemplo, si los niños tienen macarrones y carne, a mis hijos no les darían macarrones y escalope de seitán, les darían macarrones y arroz del día de ayer. Eso no es una opción ni vegetariana ni mucho menos vegana, es una chapuza. Y por eso comen en casa."

V.G. (Cantabria): "En las cafeterías de los institutos de Cantabria no existe ninguna opción vegana ni saludable. Sólo en uno hay leche vegetal para el café."

Anónimo (Cantabria): "Es un IES que no dispone de comedor escolar pero en la cafetería no hay ninguna opción vegana, ni siquiera leche vegetal para los cafés."

A.S.V. (Castellón): "En el colegio Carlos Sarthou disponen de menú vegano si lo solicitas, pero la verdad es que la comida era muy básica y la niña no se la comía, por eso dejamos de llevarla al comedor al siguiente curso y empezó a comer en casa. "

A.S. (Girona): "La monitora le puso un plato de sopa a mi hijo y él le preguntó si era de la de todos, le pareció que la cogía del mismo cazo. La monitora se lo negó, pero él encontró un trozo de pollo. Salió llorando del cole diciendo "mamá tenía un pobre pollo muerto en mi sopa". Además cada día le recrimina que lo de la carne es una excusa para no comer y otros comentarios faltos de la monitora. También dicen que no le compran tofu porque es muy caro."

I.R. y A.R. (Guipúzcoa): "Es una ikastola concertada con la que llevo 4 años peleando, primero por un menú vegetariano y luego vegano. Y nunca han querido hacer nada. Les quitan a mis hijas todo lo de origen animal, pero no les cocinan nada aparte. Porque dicen que es trabajo y mientras no les obligue la ley, no van a hacer nada. La mayor ha recibido comentarios despectivos por ser vegana de compañeros de clase y hasta de alguna profesora (las suyas siempre le han apoyado). Psicológicamente lleva muy mal toda esta situación, no entiende porque no tiene derecho a un menú como los demás. Me gustaría recalcar que el centro sí ofrece menús especiales por religión, a los que no comen cerdo."

M.M.G, B.M.G e I.M.G. (Guipúzcoa): "No disponen de menú vegano por lo que comen en el comedor lo que no les doy en casa. Una de ellas es intolerante al gluten y no es compatible con el menú vegetariano."

Anónimo (Guipúzcoa): "Es una Ikastola. Todos los años me he reunido con la responsable, y las reuniones eran terribles, llegó a pedirme un informe médico para ver que mis hijas estaban sanas, se dudaba de la buena alimentación,...y todo esto lo tuve



que aguantar de la boca de una mujer joven con un gran problema de sobrepeso. En fin. Todo por la causa. Pero el año pasado, con el nombramiento de una nueva responsable todo cambia a mejor. Mis hijas nunca se han quedado en el comedor, y ya no lo harán, pero por los que vengan detrás seguiré exigiendo."

A.O.P. (Guipúzcoa): "El menú que le pusieron se consideraba ovolactovegetariano. Se sustituía la carne y pescado por soja y huevos. Un menú muy incompleto. Mi hija empezó con mareos y ver chispitas y terminamos por quitarla del comedor. A raíz de comer en casa, no volvió a tener mareos."

U.B.G. (Guipúzcoa): "En alguna ocasión en la que me hubiera venido bien dejar a mi hijo en el comedor, no lo he podido hacer por no haber menú vegano. Es cierto que la encargada del comedor es muy maja y ya me dijo que si algún día se tenía que quedar ya le harían algo, pero no son maneras."

M.J.A. (La Rioja): "El colegio Caballero de la Rosa, de Logroño, no ofrece menú vegetariano alegando que Educación no incluye ese derecho. Podría elegir sólo los platos sin animales, pero la mayoría de días la carne o el pescado están presentes en todo el menú "

C.D.M (Madrid): "En su menú muchos días no ha habido proteína alguna. En una ocasión un compañero la lanzó un trozo de pollo. Tomé medidas y no se volvió a repetir. En otra ocasión la pusieron caldo sin saber si era de pollo. Cuando fueron a preguntar a cocina la respondieron que sólo llevaba un poco de pollo.... Ahora llevamos dos semanas que parece que por fin nos toman más en consideración. Aunque de momento no dispongo de un menú planificado sobre lo que la van a ofrecer "

C.F.M (Madrid): "Mis hij@s van a un colegio privado, la cocina la lleva el mismo colegio. El menú que nos ponen es deficitario en nutrientes, los segundos platos suelen ser patatas fritas o lechuga con tomate o maíz"

A.Y.(Madrid): Mi hija desde el 3º de primaria hasta ahora (6º de primaria) está acudiendo a un colegio público, en el que nos han negado el menú vegano porque el menú es único para todo el alumnado (excepto alergias e intolerancias, que deben ser " debidamente certificadas por el pediatra "). En el año 2017 acudí a la inspectora de educación de nuestra zona, ella me respondió que no es competencia de ella sino del propio colegio ,y en este caso del consejo escolar. Ella misma me propuso cambiar de centro escolar a la niña (a un centro concertado religioso), lo cual rechacé. Hablé con el director del centro, que también es el presidente del consejo escolar, me volvió a



decir que no iban a variar el menú y que seguiría siendo único para todos los alumnos y que tampoco se podría acudir con su tupper "

M.B.R. (Murcia): "Actualmente M. acude al comedor pagando igual que el resto de los alumnos pero llevando su propia comida. Esto nos ha costado un año entero de lucha en el que nos han prohibido acudir u ofrecido comer en una habitación segregada de los alumnos. Los escritos desde este último año a la consejería no han tenido ninguna respuesta contraviniendo la ley y el procedimiento administrativo. Por parte del centro sólo hemos tenido apoyos, con ellos o la inspección ninguna queja. Al contrario."

T.F.M (Pontevedra): "No teníamos derecho a menú vegetariano a no ser que el niño tuviese un informe médico que indicase que tenía alergia a la carne. Así que mi hija estuvo 1 año comiendo del menú que había la parte no cárnica y yo pagando el menú completo a 5,8 €/día."

J.I.C y U.I.C. (Toledo): "Mis hijos van a colegios diferentes y realmente no van al comedor porque los abuelos quieren comer con ellos. Pero sí hemos tenido problemas en una fiesta que se hizo en el cole (31/10/2019) de mi niña mayor. La empresa organizadora sabía que no comía animales ni derivados y fallaron en todo. Se quedó sin comer."

D. A. A. (Valencia): "En la guardería le hacen menú vegetariano a mi hijo y a otra niña, como un favor. A la directora no le hace mucha gracia, cree que los padres le piden menú vegano porque está de moda, desde el principio se negó a hacerlo vegano diciendo que está prohibido por Ley."

I.V.M y N.V.M. (Valencia): "Llevo 2 años pidiendo menú vegano para mis hijas en un cole de una localidad de Valencia, y nunca lo conseguí."

A.L.M. (Valencia): "En mi caso no he tenido problemas con el colegio, pero antes visité muchos otros dónde no tienen menú e incluso nos criminalizaron por pedir un menú vegetariano. Algunos de ellos: CEIP Carles Salvador, Colegio municipal de Benimaclet, CEIP Mestalla, CEIP Villar Palasí."

Equipo docente

N.M. (Madrid): "Soy educadora infantil, en las escuelas comemos el mismo menú que los niños y niñas, obviamente no es vegano y no tengo otra alternativa que no sea tupper,



es más también soy intolerante a la lactosa y he tenido pegas por ello también."

L.A. (Barcelona): *"Yo soy profesora, y no hay menú vegano. Tengo que traerme tupper."*

A.G.S. (La Coruña): *"Trabajo en una escuela infantil de 0-3 años dependiente de la Xunta de Galicia donde sólo ofrecen un menú único para todos los usuarios, excepto intolerancias o alergias y siempre con un justificante médico, no contemplando las opciones éticas. Hace años el personal podía comer de ese menú gratuitamente, pero con el recorte de derechos ahora tenemos que llevar nosotros nuestra propia comida, existe la posibilidad de pagarla pero él sería el mismo que comen los niños, pero claro sin la opción vegana. En el caso de fiestas en las que se ofrezca algún aperitivo sólo se tiene en cuenta las alergias e intolerancias de los niños".*

M.G.S. (Valencia): *"Por fortuna, las cosas van mejorando y he tenido menú vegano en la comida de navidad. También me han dicho, que si lo deseo, me adaptarán las comidas diarias, sin productos de origen animal. Esto es porque la hija de la encargada del comedor escolar se ha hecho vegana y está más concienciada con el tema. Hace años, pedía menú vegano y solo me daban un plato de macarrones con tomate frito o un hervido de verduras, por lo que empecé a llevar mi propia comida y voy a seguir haciéndolo, porque consumo muchos productos ecológicos y probablemente, no me harían un menú equilibrado"*



PROPUESTAS DE CAMBIO

Como se puede ver de todo lo expuesto en los apartados anteriores, algo se debe cambiar. No es permisible que el desarrollo psicológico, en cuanto a los casos de discriminación y vegefobia expuestos, y el desarrollo nutricional, en cuanto a la falta de rigor a la hora de ofrecer un menú a estos menores, siga así.

Está claro que no se puede dejar a la buena voluntad de una persona el decidir o no hacer caso a estas familias, ya que eso carece de toda ética y es injusto, para con todas aquellas familias que no tienen la suerte de dar con esa persona.

AGENTES DE CAMBIO

Es por eso que con este informe se pretende llegar a las administraciones, departamentos o consejerías de educación, además de los centros educativos y caterings ya que creemos son, en conjunto, los agentes de cambio que deben actuar para terminar con este problema.

ADMINISTRACIONES Y CONSEJERÍAS DE EDUCACIÓN

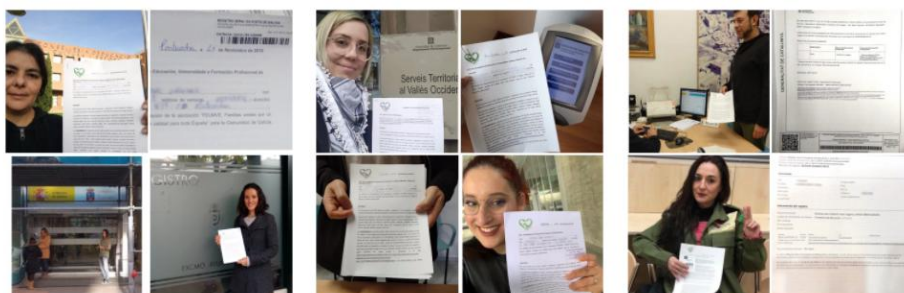
Ya en noviembre del 2019 FEUMVE lanzó una acción simultánea ([Imagen 2](#)) donde se ofreció sin coste la realización de unos [talleres formativos para toda España](#) realizados por dos especialistas colaboradoras de la asociación, con el fin de poder facilitar la comprensión del porqué del veganismo y cómo integrarlo en las aulas, además de en los comedores escolares.

Por desgracia, hasta la fecha de la redacción de este informe solo se han obtenido tres respuesta. Dos de ellas han sido tajantemente negativas.

Proponemos volver a revisar esta petición y trabajar activamente para poder llevarla a cabo, además de facilitarnos desde dichos departamentos o consejerías los recursos necesarios para así hacerlo.

En el [anexo VII](#) se encuentra una copia de uno de esos registros enviados.

Imagen 2. Registro simultáneo de los talleres formativos en las Consejerías de Educación





CENTROS ESCOLARES

Para los centros escolares proponemos la realización de talleres formativos, los mismos presentados en las consejerías, impartidos por profesionales que ayuden a entender a la directiva y miembros competentes de estos centros ante qué nueva realidad social se encuentran y favorecer con ello la integración de todo su alumnado y profesorado.

Para aquellos que disponen de cocina propia solicitamos la inclusión diaria de un menú vegano equilibrado.

Asimismo instamos a todos los centros, tengan cocina propia o trabajen con catering externo, a volver a reunirse con las familias afectadas y buscar una solución real y comprometida.

CATERINGS Y EMPRESAS EXTERNAS

Para los caterings en diciembre del 2019 FEUMVE realizó un [envío masivo a más de 140 caterings con servicios a centros escolares](#), donde se les **invitaba a incluir entre sus servicios una opción de menú vegano de calidad**, eliminando así la respuesta “*Es que el catering con el que trabajamos no lo ofrece*”. (Para aquellos que no tuvieran dicho menú se les ofreció la ayuda de un equipo profesional que podría aconsejarles cómo llevarlo a cabo).

CONCLUSIONES Y EJEMPLOS A SEGUIR

Si bien es cierto que las actuaciones a nivel de colegios y caterings pueden provocar algún cambio, es evidente que el impulso para ello debe venir desde arriba. Es decir, desde el Gobierno y las Administraciones. Creemos que solo de esa manera podremos terminar definitivamente con esta problemática.

Es por eso que FEUMVE lucha, desde mucho antes de crearse como asociación, por la **instauración por ley de un menú vegano de calidad para todos los comedores escolares de España.**

Su precursora fue la presidente de FEUMVE, hará ya más de dos años a través de la plataforma Change.org donde acumula en la actualidad solo para el [País Vasco 4000 firmas.](#)

A partir de ahí, y con la creación de FEUMVE, se pusieron en marcha peticiones análogas para el resto de comunidades autónomas. Esto creó escuela, provocando que otras asociaciones crearan también sus propias peticiones para este mismo objetivo. Actualmente existen diversas peticiones abiertas.



Todas juntas acumulan más de 7000 firmas que persiguen el mismo objetivo: **Que el gobierno español y/o los diferentes gobiernos autonómicos establezcan por ley para todas las comunidades autónomas la opción de un menú vegano escolar de calidad e integrativo.**

En el [anexo VIII](#) se puede leer el contenido de la petición original de FEUMVE, donde se incluye todo el argumentario expuesto para ello.

Aun así nos gustaría exponer para los otros agentes de cambio **ejemplos a seguir**:

- Para los centros escolares nuestra colaboradora, la pediatra Miriam Martínez dispone de una lista actualizado en su web que incluye aquellos centros que ya disponen de este menú, y que pueden servir de referente a aquellos que aún no lo hagan. Se puede consultar en <https://mipediatravegetariano.com/guarderias-escuelas-infantiles-colegios-opcion-vegetariana/>
- Además en el [Anexo IX](#) se pueden ver diferentes ejemplos de cómo adaptar un menú basal a un menú vegano completo, equilibrado, sencillo y de calidad.
- Para los caterings, disponemos de la ayuda y el apoyo de la empresa "Marisa Fernández Catering", catering formado por un equipo de profesionales actualizados que sin ser 100% vegetal, ha sabido encontrar el equilibrio y ofrecer menús adaptados a todas las necesidades sin incrementar costes. Esto incluye entre otros un menú totalmente vegetariano equilibrado y de calidad, sin ningún tipo de productos de origen animal o derivados. Se puede consultar en: <http://www.marisafernandezcatering.com/>

Esta misma profesional nos ofrece un certificado sobre la elaboración de menús veganos en su empresa de catering. En el [Anexo X](#) se puede consultar al completo, pero destacamos su última frase: ***"En resumen, podemos decir con conocimiento, que elaborar menús veganos en las escuelas es, no solamente más beneficioso para la salud y el medio ambiente, sino también más económico y productivo."***



BIBLIOGRAFIA

ANTECEDENTES

Gobierno Vasco a partir del curso 2012-2013 obliga a ofertar dicho menú a los colegios públicos vascos:

<https://www.elmundo.es/elmundo/2012/06/09/paisvasco/1339262479.html>

Ley 26 /1992: <https://boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1992-24855>

Antecedente Portugal: https://proveg.com/es/blog/escuelas-hospitales-portugal-ya-ofrecen-ley-opciones-100-vegetales-comedores/?fbclid=IwAR0xk74qkIMI6WnS4cg-HCHmPWEMBEC1unwGuKWtNeJocSkxqe2qbQm_Qnc

Parlamento danés discute menú vegano: <https://vegetarisk.dk/flertal-i-folketinget-vegetarisk-vegansk-valgmulighed/>

Proyecto de Ley "Mi Menú Vegano" Chile: [Proyecto de Ley "Mi Menú Vegano"](#)

Proyecto de Ley "Mi Menú Vegano" Argentina:

<https://agenciauces.wordpress.com/2016/08/31/el-proyecto-de-ley-mi-menu-vegano-espera-ser-aprobado-por-la-camara-de-diputados/>

"Proyecto de ley Menú Vegano" Perú: <https://elcomercio.pe/politica/frente-amplio-busca-apoyo-proyecto-ley-vegano-noticia-502367-noticia/>

Caso EEUU: <https://mercyforanimals.org/california-senate-passes-bill-requiring-prisons>

Comité de Peticiones de la Asamblea Nacional en Reino Unido:

<https://www.bbc.com/news/uk-wales-politics-47440365>

Sentencia Jordi Casamitjana: https://www.slatergordon.co.uk/media-centre/blog/2019/12/ethical-veganism/?fbclid=IwAR3hnPn5gERR-Q1fHYiwagA9A6JMz_kg6h2MGHAp4-14KcM4IW7RT6OXCBO

MARCO TEÓRICO

Organismos oficiales que avalan la dieta vegetariana o vegana:

<https://www.cristinasantiago.es/post/2016/09/28/dietas-vegetarianas-o-veganas-están-realmente-avaladas-por-organismos-oficiales>

VEGEFOBIA

Caso de un niño que llegó a suicidarse:

https://www.lasexta.com/noticias/sociedad/adolescente-vegano-suicida-sufrir-acoso-escolar-sus-companeros-que-tiraban-trozos-carne_2017092959cf3a8f0cf20201565b8e09.html

Corto ¿Quieres cambiar la película?:

<https://www.youtube.com/watch?v=7vV0Gnop4UM&feature=youtu.be>



Petición Vegefobia UVA: <http://www.unionvegana.org/peticion-al-inadi/>

Artículo 16 Constitución Española:

<https://app.congreso.es/consti/constitucion/indice/titulos/articulos.jsp?ini=14&tipo=2>

Talleres impartidos por el abogado Hugo Carrión:

<https://www.youtube.com/watch?v=30jF8tbECp4>

Microdocumental Vegefobia: <https://www.youtube.com/watch?v=UxQ28HW9P2A>

Creación de Observatorio Nacional de la Vegefobia ONAVE:

<http://www.unionvegana.org/observatorio-nacional-de-la-vegefobia/>

Caso Jordi Casamitjana: <https://www.vegansociety.com/whats-new/news/written-judgement-concluding-veganism-protected-belief?fbclid=IwAR0JyKffzLDXuyn1mLZqhTO-pcfer2n154Yk68o0G2IuRr0GsP5zihDFQnQ>

EL CORTO DE FEUMVE

Corto ¿Quieres cambiar la película?:

<https://www.youtube.com/watch?v=7vV0Gnop4UM&feature=youtu.be>

Entrega premios I Festival de Cortos Veganos de Almería:

<https://www.buenoyvegano.com/2019/11/03/entregados-los-premios-del-primer-festival-de-cortos-veganos-de-almeria/>

ENCUESTA SOBRE LOS COMEDORES ESCOLARES 2020

Encuesta sobre Comedores Escolares 2020: <https://feumve.wordpress.com/encuesta-menu-vegano-escolar-2020/>

PROPUESTAS DE CAMBIO

Talleres formativos para toda España: <https://feumve.wordpress.com/consejerias-de-educacion/>

Envío masivo a centros escolares y caterings: <https://feumve.wordpress.com/envio-masivo-centros-escolares-y-caterings/>

País Vasco 4000 firmas.: <https://www.change.org/p/gobierno-vasco-men%C3%BA-vegetariano-y-vegano-en-todos-los-comedores-escolares-de-euskadi>

Centros escolares con opción vegetariana: <https://mipediatravegetariano.com/guarderias-escuelas-infantiles-colegios-opcion-vegetariana/>

Catering Marisa Fernández: <http://www.marisafernandezcatering.com/>



ANEXOS

Anexo I: Informe de la pediatra Miriam Martínez Biarge

A la Consejería de Educación de las diferentes Comunidades Autónomas:

Soy médico especialista en pediatría y neonatología y doctora en Pediatría por la Universidad Autónoma de Madrid. Actualmente trabajo como pediatra y neonatóloga a tiempo parcial en el Hospital Ruber Internacional de Madrid; y como pediatra e investigadora en el Hammersmith Hospital - Imperial College de Londres y en la Universidad de Bristol (Reino Unido). Estoy colegiada en Madrid (número de colegiada 282853890) y en el Reino Unido (número de licencia 7008798).

En cuanto a mi experiencia sobre nutrición infantil, soy miembro del comité asesor del grupo de profesionales sanitarios veganos del Reino Unido (Plant Based Health Professionals UK: <https://plantbasedhealthprofessionals.com/>). Esta asociación tiene como misión divulgar entre los profesionales sanitarios, los responsables políticos y el público general los beneficios de las dietas vegetales en la prevención y el tratamiento de las enfermedades crónicas más prevalentes en nuestra sociedad. Imparto charlas regularmente sobre alimentación vegana durante el embarazo, la lactancia, la infancia y la adolescencia, en diversos puntos del Reino Unido a lo largo del año, y participo como docente en el curso universitario *Plant-based nutrition: a sustainable diet for optimal health* de la Universidad de Winchester (<https://www.winchester.ac.uk/news-and-events/events/event-items/plant-based-nutrition-a-sustainable-diet-for-optimal-health.php>).

En España desde hace 4 años imparto un taller de dos horas de duración sobre dietas vegetarianas y veganas en la infancia, que forma parte del congreso anual de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (<http://www.congresoaepp.org/2020/talleres.htm>). Además doy regularmente charlas para pediatras y otros profesionales sanitarios y docentes en diferentes puntos de España. He participado, junto con el departamento de Nutrición de la Universidad de Zaragoza, en la elaboración de un trabajo sobre planificación de dietas veganas en la infancia y adolescencia y que ha sido publicado en la revista *Nutrients* (<https://www.mdpi.com/2072-6643/11/1/43/htm>).

Desde hace varios años presto asesoramiento nutricional a familias vegetarianas y veganas, principalmente en España, pero también en otros países de Europa y de Hispanoamérica. Esto me ha permitido hasta el momento conocer y estar en contacto con más de mil familias que practican este tipo de alimentación. Además de mi formación académica en este tema, mi experiencia clínica con estas familias me permite afirmar con total seguridad que la alimentación vegana en la infancia es perfectamente factible y que, con un mínimo de



planificación y sentido común, permite y favorece el crecimiento y desarrollo físico e intelectual con absoluta normalidad de las niñas y los niños que la practican.

La preocupación principal de las familias con las que he trabajado es la falta de opciones en los comedores escolares, la negativa de los centros educativos a proporcionar menús veganos de calidad o a dejar que las alumnas y alumnos se lleven la comida de su casa, y en no pocos casos, las actitudes de discriminación e incluso acoso que sufren estos niños y niñas. Las madres y padres me consultan angustiados porque temen que la dieta de sus hijos se desequilibre como consecuencia de recibir menús incompletos en la escuela; o porque se les niega cualquier posibilidad de recibir un menú sin alimentos de origen animal, lo que les deja ante la disyuntiva de tener que cambiar de centro (con todas las consecuencias negativas que esto puede tener sobre sus hijos, a veces con el curso ya iniciado) o tener que renunciar a sus principios.

La preparación de alternativas vegetales en los centros escolares se puede hacer con facilidad usando los productos típicos de la dieta mediterránea: verduras, frutas, cereales enteros (pan, arroz, pasta, cuscús...), legumbres y frutos secos y semillas. Las legumbres, que son alimentos ricos en proteínas, minerales y vitaminas, y en palabras de la ONU, "uno de los alimentos más nutritivos del planeta", permiten elaborar platos 100% vegetales y nutricionalmente completos si se combinan con verduras y hortalizas y se acompañan de una pequeña cantidad de cereales (arroz, pan, pasta) o tubérculos (patata, boniato...). Esto permitiría no solo que los alumnos veganos pudieran disponer de un menú adecuado para ellos sino además adecuar la dieta actual de los niños y niñas españoles a las recomendaciones oficiales, que apuestan por dar más protagonismo a las fuentes vegetales de proteínas, por aumentar el consumo de frutas y verduras en la población infantil y por reducir el consumo de carne y otros productos animales.

Madrid, 5 de Noviembre de 2019

A handwritten signature in black ink, which appears to read "M. Biarge".

Fdo: Dra. Miriam Martínez Biarge



Anexo II: Certificado de Centro Reverde para las familias veganas.

CERTIFICADO

D. Pablo Vidal Torres, Graduado en Nutrición Humana y Dietética, colegiado en el Colegio Oficial de Dietistas Nutricionistas de la Comunidad Valenciana con número CV00882

HAGO
CONSTAR:

Que una dieta vegetariana o vegana, correctamente planificada, tal y como debe serlo cualquier otro tipo de dieta, es nutricionalmente adecuada para el normal desarrollo de niños y adolescentes, siempre y cuando sea suplementada con vitamina B12 en la cantidad adecuada, para que no exista ningún tipo de deficiencia nutricional. Además, este tipo de dieta puede aportar ciertos beneficios sobre la salud, ya que aquellos que la siguen tienen menor riesgo de padecer sobrepeso y obesidad.

Además, respaldo mi opinión con el texto realizado por la Academia de Nutrición y Dietética Americana (AND), así como por la Asociación de Dietistas de Canadá que defendieron ya este tipo de dietas en 2003, como aptas y adecuadas para niños en cualquier etapa del desarrollo. Dichas asociaciones han ratificado de nuevo su postura posteriormente en textos publicados en 2009 y 2016, especificando que: "las dietas vegetarianas adecuadamente planificadas, incluidas las dietas totalmente vegetarianas o veganas, son saludables, nutricionalmente adecuadas, y pueden proporcionar beneficios para la salud en la prevención y en el tratamiento de ciertas enfermedades. Las dietas vegetarianas bien planificadas son apropiadas para todas las etapas del ciclo vital, incluyendo el embarazo, la lactancia, la infancia, la niñez y la adolescencia, así como para deportistas".

Adjunto a este escrito, incorporo el texto completo de 2009 de la Asociación de Dietética Americana (ADA) traducida al español, actualmente conocida como AND, para que pueda despejar cualquier duda al respecto de este tipo de dieta.

En Castalla, a 1 de noviembre de 2019

Fdo.: Pablo Vidal Torres



Anexo III: Informe Psicóloga Eva Hervera sobre Vegefobia

La discriminación en el contexto educativo que se ejerce hacia niñas y niños veganos, en forma de burlas reiteradas, desprecios, exclusión, incluso amenazas y agresiones, los convierte en víctimas de sus iguales. En el sistema educativo, el no reconocimiento de una diversidad ética como el veganismo (no adaptación de los menús en los comedores escolares, no revisión de los contenidos curriculares en ámbitos como las ciencias, no reflexión respecto de las salidas extraescolares que normalizan el uso de los animales por parte de los humanos...) victimiza, perpetúa y justifica el acoso ejercido hacia niños y niñas veganos por el resto de alumnado y por el centro escolar.

Esta discriminación repetitiva y mantenida en el tiempo, puede tener repercusiones desfavorables en su estado afectivo emocional: alteraciones del estado de ánimo, tristeza y rabia, sentimientos de culpabilidad y/o de indefensión, afectación en la autoestima y en el desarrollo de la identidad, somatizaciones diversas, inhibición en la comunicación y aislamiento, ansiedad y evitación de situaciones sociales.

Ante esta situación son necesarias actuaciones educativas urgentes de reflexión, prevención e intervención, que pasan por el reconocimiento y respeto por los valores éticos de las familias y las niñas y niños veganos y la tolerancia cero hacia cualquier forma de discriminación y acoso.

Eva Hervera

EVA M. HERVERA
COPC 7181



Anexo IV: Ficha técnica de corto “¿Quieres cambiar la película?”



Firma nuestra petición:



FICHA TÉCNICA

Título:

¿Quieres cambiar la película?

Director y guionista:

FEUMVE

Duración:

6 min 34 seg.

Año y Nacionalidad:

2019 España

Género:

Animación - Reinvidicativo

Música:

Viva Video App - “Second Nature”

Sinopsis:

Laura es una niña que, como cada día, va a su colegio. Tiene muchas ganas de entrar pero algo la frena. Y es que no siempre es fácil ser vegana en una sociedad tan especista como la actual.

En este viaje fugaz por el día a día de esta niña vegana en su escuela, podremos ser partícipes de sus conflictos internos, su dificultad para poder alimentarse como es debido y las burlas a las que es expuesta como consecuencia. “¿Quieres cambiar la película?” es una llamada de atención y de ayuda a la sociedad para cambiar esta situación.



www.feumve.com - www.facebook.com/feumve - feumve@gmail.com



Anexo V: Preguntas para la Encuesta Comedores Escolares 2020

@Encuesta sobre comedores escolares 2020

Tras la entrega el 20 de noviembre del 2019 de nuestro proyecto formativo en todas las Consejerías de Educación para acercar el veganismo a las aulas y los comedores escolares, las administraciones públicas, la prensa y los servicios de caterings con los que hemos contactado se han interesado por nuestra lucha y nos preguntan por datos más específicos sobre nuestras necesidades. Es por este motivo que os pedimos que rellenéis esta encuesta lo antes posible y la compartáis con otras personas.

1. ¿Qué tipo de alimentación sigues?
Vegetariana/Vegana
Ovolacteovegetariana
Omnívora
Otra
2. ¿Tienes menores a tu cargo?
Sí /No
3. ¿Trabaja algún miembro de la familia? ¿Cuál es su profesión?
4. ¿En qué comunidad autónoma vives actualmente?
5. Sobre los **comedores escolares** ¿Acuden los menores de tu hogar al comedor escolar? ¿o acudes tú como trabajador/a de un centro escolar?
Sí /No
6. ¿Disponen en el centro escolar de una opción de menú vegano equilibrado y de calidad?
Sí / No
7. Si la respuesta es No, ¿qué opciones ofrece tu centro? ¿Quién lo gestiona?
(Catering, propio centro u otra empresa externa)
8. Según tu opinión ¿qué te parece el comedor escolar de tu centro?
1 / 2 / 3 / 4 / 5
9. Sobre el **centro escolar**. ¿Conoces alguna situación como la que mostramos en nuestro corto basado en hechos reales? Incluso entre miembros del personal.
Sí / No



Anexo VI: Respuestas online a Encuesta Comedores Escolares 2020

Excel con respuestas sin formato para la Encuesta Comedores Escolares 2020

En el siguiente link se puede acceder a las respuestas.

<https://feumve.typeform.com/report/QctZIO/5U117OzGHLQNIac9>



Anexo VII: Muestra del registro enviado a las Consejerías de Educación.

....., a de Noviembre de 2019

ATT. del Departament d'Educació de Catalunya:

Dña con DNI....., teléfono de contacto..... y domicilio en....., en calidad de representación de la asociación "FEUMVE, Familias unidas por un menú vegano escolar de calidad para toda España" para Catalunya, presento este escrito.

EXPONE:

El *Diccionario* de la RAE define el término "veganismo" de la siguiente manera: "Actitud consistente en rechazar alimentos o artículos de consumo de origen animal" Las personas veganas, es decir, quienes practican el veganismo, rechazan el uso y consumo de alimentos o artículos de origen animal. A nivel de alimentación, esto supone elegir toda una serie de opciones (frutas, verduras, cereales integrales, legumbres, frutos secos, semillas, algas, etc.), excluyendo las de origen animal (carne, pescado, lácteos, huevos, miel, etc.).

Es **INADMISIBLE** la situación que se está viviendo en los Centros Escolares, donde se niega o no se ofrece a los menores de familias veganas tener una opción de menú equilibrado y adecuado a sus necesidades. Esta realidad está propiciando el acoso del cual niños y niñas veganas están siendo víctimas, a través de burlas y bromas, con patrones que se repiten: burlas del sentimentalismo del menor vegano, las que ponen en entredicho su estado de salud, las que se burlan del aspecto o sabor de los alimentos veganos, las que pretenden "tentar" al niño o la niña a probar algún producto de origen animal o lanzárselo a la cara (https://amp.antena3.com/noticias/mundo/nino-vegano-que-sufria-bullying-suicida-despues-que-sus-companeros-tirasen-trozos-carne_2017092959ceb00a0cf20201565aabbf.html) o la discriminación que estos menores sufren por falta de planificación inclusiva en las políticas educativas del Centro (<http://www.unionvegana.org/nina-vegana-discriminada-en-la-escuela/>). En Cantabria se ha comenzado a desarrollar de un modo pionero un Taller (gratuito) de la mano de la Pediatra Miriam Martínez Biarge, Neonatóloga. Experta en Nutrición infantil, miembro del Comité Asesor del Grupo de Médicos Veganos del Reino Unido, asesora de Profesionales, actualmente ejerce su trabajo en el Hospital Ruber Internacional de Madrid y en el Hospital Hammersmith- Queen Charlotté's de Londres. Desde hace años trabaja como investigadora en el prestigioso Imperial College of London; sus trabajos se han centrado en diversos aspectos relacionados con el desarrollo cerebral de los recién nacidos, niñas y niños pequeños. Miriam es autora de numerosos artículos científicos. El proyecto de desmentir falsedades sobre



la dieta vegana y vegetariana para niñas y niños la llevó a crear la web www.mipediatravegetariano.com. Acaba de publicar el libro *Mi familia vegana*, y es quien forma sobre alimentación vegana a profesionales médicos en el Congreso de Pediatría que se celebra anualmente en Madrid. Dicha profesional en colaboración con Elsa Gil Martínez, Licenciada en Psicología, Experta en Género y Políticas Públicas con varios Posgrados en Mediación, Infancia y Experta en Derecho de Menores y Familia. Colegiada en Cantabria, Socia de la Asociación Española de Psicología Perinatal, son quienes imparten el Taller formativo presentado. El objetivo de estos Talleres es dotar a profesionales y ciudadanía de una información objetiva, científica y profesional, una información que destierre prejuicios y convierta a los centros escolares en espacios socializadores inclusivos. Una información que promueva hábitos saludables de consumo y alimentación, responsabilidad medioambiental y compromiso en la educación en valores. Porque hablar de "veganismo" es hablar de alimentación, pero también de respeto y empatía, valores que se pierden en la normalización de ciertas prácticas educativas que transmiten justo lo contrario y causan especial "malestar" entre el alumnado y sus familias que tienen esta sensibilidad más desarrollada. Tras impartir el Taller en varios Centros Educativos cántabros, en el Colegio de Médicos de Cantabria y en la Asociación de Matronas del Colegio de Enfermería de Cantabria ofrecemos a este Organismo la posibilidad de recibir el mismo en tiempo y forma que precise.

Así mismo creemos que se está incumpliendo de un modo flagrante el artículo 27.3 de la Constitución Española: *"Los poderes públicos garantizan el derecho que asiste a los padres para que sus hijos reciban la formación religiosa y moral que esté de acuerdo con sus propias convicciones"*. Así como el artículo 14, que dispone lo siguiente: *"Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social"*. Pasándose por alto la Convención sobre los Derechos del Niño que recoge, en su artículo 12, *el derecho del menor de edad a ser escuchado en todos los asuntos que le afecten*.

La Ley Orgánica 8/2015, de 22 de julio, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia, respecto al Interés Superior del Menor indica en su artículo 2: *"Todo menor tiene derecho a que su interés superior sea valorado y considerado como primordial en todas las acciones y decisiones que le conciernen, tanto en el ámbito público como privado. En la aplicación de la presente ley y demás normas que le afecten, así como en las medidas concernientes a los menores que adopten las instituciones, públicas o privadas"*.

En 2005, la OMS instaba a los países a proponer estrategias de gobierno para la prevención de la obesidad, sobre todo, en el entorno infantil. En España, surgía la Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (NAOS), con diferentes líneas de actuación, y en 2011 la Ley de Seguridad Alimentaria incluía por primera vez un capítulo en el que se estipula que los menús servidos en los



comedores escolares deben ser revisados por las administraciones sanitarias y educativas, y por profesionales formados específicamente en Dietética y Nutrición.

La "normalidad" sirve habitualmente para discriminar a todas las personas y grupos humanos que no se ajustan a los patrones y modelos que sigue la mayoría. En nuestra sociedad la tendencia es ir hacia la homogeneización, la diferencia nos asusta. La diferencia, en lugar de valorarla porque nos enriquece, nos sirve para definirnos, para etiquetarnos, para discriminarlos.

El concepto de normalidad cambia según las culturas y las generaciones, según las zonas geográficas, las épocas históricas, la clase social, la etnia, el género o las circunstancias personales.

Si nos situamos en la "norma" sobre alimentación infantil que actualmente existe en nuestro país, los datos son alarmantes. Según el estudio de nutrición infantil Alsalma, dirigido por la doctora Ana Moráis, del Hospital Infantil de La Paz, se concluye que el 90% de niñas y niños españoles entre 1 y 3 años ingieren más del doble de proteínas diarias recomendadas por consumo excesivo de leche de vaca y carne y un 71% consume más calorías de las necesarias, germen del desarrollo de múltiples enfermedades. Así mismo, según la Iniciativa Europea de Vigilancia de la Obesidad Mundial de la Salud (OMS), el estudio más extenso realizado por este organismo hasta la fecha, se sitúa a España a la cabeza de Europa en sobrepeso infantil provocado por mala alimentación con un 40 % de pequeñas y pequeños que sufren este problema. Joao Breda, director de la Oficina Europea de Prevención y Control de las Enfermedades no Transmisibles de la OMS en Moscú, explica alarmado que " la obesidad durante la infancia se asocia con un aumento del riesgo de sufrir obesidad en la edad adulta, diabetes, enfermedades cardiovasculares y de las articulaciones, cáncer y problemas de salud mental".

Los niños y niñas de todas las edades pueden seguir dietas veganas sin que eso repercuta negativamente en su salud. Lo dicen, entre otras:

1) La Academia Americana de Nutrición, mencionada con anterioridad, que es la más importante del mundo y que agrupa a más de 100.000 nutricionistas:
<https://www.eatrightpro.org/practice/position-and-practice-papers/position-papers/vegetarian-diets>

Este documento es del año 2016, pero la organización ha mantenido su posición desde el año 1988.

2) La Asociación de Nutricionistas Británicos:
<https://www.bda.uk.com/news/view?id=179>

3) La Asociación de Nutricionistas Canadienses:
<http://www.unlockfood.ca/en/Articles/Vegetarian-and-Vegan-Diets/What-You-Need-to-Know-About-Following-a-Vegan-Eati.aspx>



4) El sistema de salud nacional británico (NHS - equivalente al SNS español):
<https://www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/vegetarian-vegan-children/>

POR TODO LO EXPUESTO:

Solicitamos a esta Consejería abrir una línea de trabajo con los Centros Escolares de toda la provincia, para lograr la creación e implementación de una opción de menú vegano equilibrado en los mismos. Puesta en marcha que sería un modelo de Políticas Públicas inclusivas y respetuosas basadas en los principios que recoge nuestra Constitución.

Quedamos a la espera de respuesta y aprovechamos para mandar un cordial saludo.

Atentamente

FIRMADO:



Anexo VIII: Copia del argumentario incluido en la petición de Change.org

“A pesar de la tendencia en alza de una alimentación 100% vegetal en España, todavía nos encontramos con multitud de obstáculos a la hora de solicitar un menú vegano en los centros educativos del país, desde la guardería hasta la universidad.

La Ley Orgánica 8/2015, del 22 de julio de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia indica en su Artículo 2, que “Todo menor tiene derecho a que su interés superior sea valorado y considerado como primordial en todas las acciones y decisiones que le conciernan, tanto en el ámbito público como privado. En la aplicación de la presente ley y demás normas que le afecten, así como en las medidas concernientes a los menores que adopten las instituciones, públicas o privadas”. En una misma dirección podrían ser contemplados los artículos 14 y 27.3 de la Constitución Española que tratan sobre la no-discriminación por condición personal u opinión, así como por la formación moral recibida por sus padres.

En muchas ocasiones las respuestas de las instituciones van en contra de estos derechos, por considerar la dieta vegana una cuestión de moda o insuficiente para los requerimientos mínimos para la infancia y/o adolescencia. Nada más lejos de la realidad, tal como apoyan diferentes organismos, como por ejemplo la Organización Mundial de la Salud o la Asociación Americana de Dietética. Esta última dictaminó en su informe del 2016 que “Las dietas vegetarianas bien planeadas son apropiadas durante todas las etapas del ciclo vital, incluyendo embarazo, lactancia, infancia, niñez y adolescencia, y para atletas.”

Y no sólo beneficios para la salud tendría disponer de esta opción en los comedores escolares españoles. También ayudaría a la lucha contra el cambio climático, tan relevante de un tiempo a esta fecha. Según un estudio publicado en la revista Science, las dietas veganas podrían ayudar a reducir el impacto ambiental.

Desde nuestra asociación FEUMVE queremos preguntar a las instituciones por qué hay éste rechazo a una alimentación vegetariana en los centros educativos, por qué se vulneran así los derechos fundamentales anteriormente mencionados y por qué ignoran el incremento de los casos de acoso de nuestros hijos e hijas, propiciado por la ausencia de normalización de ésta alimentación, que por derecho tenemos por convicción moral.

Queremos saber cuándo dispondremos de la opción de un menú vegano escolar a nivel estatal.

www.feumve.com / feumve@gmail.com

Muchas Gracias.”



Anexo IX: Ejemplos de adaptaciones de menús veganos en comedores escolares partiendo de un menú basal.

MENÚ ORIGINAL:

- 3 - Lentejas Rabas con salsa de alioli Fruta	- 4 - Puerros con patatas Estofado de carne de cerdo con guisantes Fruta	- 5 - Alubias Pechuga de pollo y ensalada de lechuga Puré de manzana	- 6 - Puré de verduras Pescado azul en salsa con arroz Yogur o fruta	- 7 - Espaguetis con tomate Filete a la plancha y ensalada de lechuga Fruta
- 10 - Judías con patatas Lomo en salsa de pimientos Yogur o fruta	- 11 - Garbanzos con verduras Pescado a la plancha y puré de patata Fruta	- 12 - Sopa de fideos Croquetas de pescado azul con coliflor Fruta	- 13 - Arroz con cebolla Alitas de pollo y ensalada de lechuga Fruta	- 14 - Puré de judías y verduras Tortilla de patata con ensalada de zanahorias Natilla o fruta
	- 18 - Lentejas Rollitos de York y queso ensalada de lechuga Fruta	- 19 - Pasta, verduras y queso Muslo de pollo y ensalada de lechuga Fruta	- 20 - Alubias Pescado rebozado Mayonesa Fruta	- 21 - Menestra de verduras Lasaña de pescado con calabacín Yogur o fruta
		- 26 - Judías y patatas Pescado azul a la plancha y ensalada de lechuga Fruta	- 27 - Puré de judías y verduras Hamburguesa y patatas fritas Yogur o fruta	- 28 - Arroz con salsa de tomate Huevo frito Fruta

MENÚ ADAPTADO POR DIFERENTES PROFESIONALES:

Ejemplo 1:

- 3 - Lentejas Salteado de arroz y verduras Fruta	- 4 - Puerros con patatas Estofado de tofu y guisantes Fruta	- 5 - Alubias Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y quinoa Puré de manzana	- 6 - Puré de verduras Salteado de boniato, cebolla y garbanzos Yogur o fruta	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Espaguetis con tomate y soja texturizada Fruta
- 10 - Judías con patatas Lentejas al curry Yogur o fruta	- 11 - Garbanzos con verduras Quinoa salteada con champiñones Fruta	- 12 - Sopa de fideos Ensalada de lechuga y tomate Tofu a la plancha Fruta	- 13 - Arroz con cebolla Ensalada de lechuga y lentejas Pan con hummus Fruta	- 14 - Puré de judías y verduras Ensalada de pasta integral con verduras y garbanzos Natilla o fruta
	- 18 - Lentejas Ensalada de lechuga y arroz Fruta	- 19 - Pasta con verduras, tomate y soja texturizada Seitán a la plancha y ensalada de lechuga Fruta	- 20 - Salteado de verduras y alubias Pan con hummus Yogur	- 21 - Menestra de verduras Arroz con tomate y soja texturizada Yogur o fruta
		- 26 - Judías y patatas Ensalada de lechuga Sopa de verduras con garbanzos y fideos Fruta	- 27 - Puré de judías y verduras Tofu a la plancha con patatas fritas Yogur o fruta	- 28 - Arroz con salsa de tomate Pan con hummus Fruta

Realizado por Miriam Rodríguez Lancharro,
Técnico Superior en Dietética.



Ejemplo 2:

ADAPTACIÓN MENÚ VEGANO

L3	Lentejas con verduras. Seitán con <i>ali oli</i> .
M4	Puerros con patata. Estofado de legumbreta con guisantes.
X5	Alubias con zanahoria y calabaza. Salteado de setas, pimiento y tofu en dados.
J6	Puré de verduras. Garbanzos con salsa y arroz.
V7	Ensalada de tomate y lechuga. Espaguetis con soja texturizada y tomate.
L10	Judías con patatas. Tofu con salsa de pimientos.
M11	Garbanzos con verduras. Seitán con puré de patata.
X12	Sopa de verduras con fideos. Albóndigas de lentejas y avena con coliflor.
J13	Arroz con cebolla. Fingers de tofu con ensalada.
V14	Puré de judías y verduras. Garbanzos con verdura y salsa de tomate con ensalada.
M18	Lentejas con verduras. Soja texturizada con salsa de tomate y patata asada.
X19	Pasta c/ verduras. Seitán con ensalada.
J20	Alubias con verduras. Albóndigas de soja texturizada en salsa.
V21	Menestra de verduras. Lasaña rellena de "boloñesa" de lentejas y verduras.
X26	Judías y patatas. Nuggets de verduras y soja texturizada con ensalada.
J27	Puré de judías y verduras. Hamburguesa de alubias rojas con arroz y patatas.
V28	Arroz con tomate. Seitán con ensalada.

Realizado por Beatriz Expósito Sastre,
Técnico en Dietética y Nutrición; @dátilesenlamesa



Ejemplo 3:

**ADAPTACIÓN MENÚ ESCOLAR
(OPCIÓN VEGANA)**

-3- -Espárragos -Lentejas con verduras (Ej: puerro, cebolla, patata y zanahoria) con arroz -Fruta	-4- -Ensalada de tomate -Puerros con patatas, guisantes y quinoa -Fruta	-5- -Ensalada de lechuga y cebolla -Alubias con verduras (Ej: cebolla, calabacín, zanahoria y patata) -Puré de manzana	-6- -Puré de verduras -Arroz con guisantes y champiñones -Yogur vegetal o fruta	-7- -Ensalada de lechuga y tomate -Espaguetis con refrito de pimientos, cebolla y tomate -Fruta
-10- -Judías con patatas -Tofu en salsa de pimientos -Yogur vegetal o fruta	-11- -Garbanzos con verduras y arroz o quinoa -Puré de patata con salteado de cebolla y champiñones -Fruta	-12- -Sopa de fideos -Coliflor con salteado de guisantes y cebolla -Fruta	-13- -Ensalada de lechuga y tomate -Arroz con verduras -Fruta	-14- -Ensalada de garbanzos con verduras en crudo (Ej: pimiento rojo, cebolla, zanahoria, maíz...) -Puré de verduras -yogur vegetal choco/vainilla
	-18- -Ensalada de tomate y pepino -Lentejas con verduras -Fruta	-19- -Espárragos -Pasta con refrito de verduras y guisantes (y/o con taquitos de tofu) -Fruta o yogur vegetal	-20- -Ensalada de alubias con verduras en crudo (Ej: cebolla, zanahoria, patata cocida, aceitunas, maíz y pepino...) -Fruta	-21- -Ensalada de tomate, pepino y cebolla -Menestra de verduras -Fruta o yogur vegetal
		-26- -Espárragos -Judías con patatas, cebolla y zanahoria -Fruta	-27- -Puré de verduras -Hamburguesa vegetal y patatas fritas -Yogur vegetal	-28- -Hummus -Arroz con salsa de tomate y tacos de tofu o seitan -Fruta

*He aprovechado los platos del día a día, las modificaciones se han basado en añadir crudos, aumentar legumbres y de forma esporádica incluir algún alimento vegano como puede ser el tofu. Este menú es equilibrado, saludable y muy asequible además de fácil de realizar.

-NAGORE LILLO DE MIGUEL-

*Realizado por Nagore Lillo de Miguel,
Asesora nutricional.*



Anexo X: Informe empresa Marisa Fernández Catering



MARISA FERNÁNDEZ CATERING ECOLÓGICO es un catering 100% ecológico y saludable especializado en comida para escuelas infantiles y colegios. Actualmente preparamos alrededor de 600 comidas diarias. Aunque nuestro catering no es vegano, no utilizamos, entre otros ni lácteos, ni huevo debido a la gran cantidad de alergias que actualmente hay a estos alimentos.

Según la Academia Internacional de Dietética y Nutrición, las dietas veganas adecuadamente planificadas, son más saludables y beneficiosas para la prevención y tratamiento de ciertas enfermedades. [https://jandonline.org/article/S2212-2672\(16\)31192-3/fulltext](https://jandonline.org/article/S2212-2672(16)31192-3/fulltext)

Es por ello que en nuestro catering fomentamos una alimentación basada en alimentos 100% naturales, ecológicos e integrales, en donde la verdura fresca es la protagonista de nuestros platos.

Además, en nuestro catering utilizamos ingredientes que no son muy habituales en los comedores escolares, como son el mijo, la avena, quínoa, lenteja roja, seitán, tofu, tempeh entre otros, ingredientes que pueden dar lugar a platos sabrosos y nutritivos, eliminando de esta forma ingredientes para nada saludables con alto contenido en grasas saturadas como son el chorizo, tocino, embutidos y otros tipos de grasas animales. Para ello contamos con el apoyo de nuestra Dietista- Nutricionista que nos ayuda a preparar dichos menús.

También trabajamos con colegios que han eliminado la ternera del menú y solamente toman pescado un día a la semana. En su lugar hemos incluido más legumbres, verduras y cereales integrales. Estos colegios son: BIG LITTLE SCHOOL Y DEJANDO HUELLA.

Otro de los colegios con los que trabajamos ha establecido un día a la semana sin proteína animal, por lo que también les preparamos un menú vegano ese día. Este colegio se llama EL ARDAL.

Independientemente de lo anterior, cada día tenemos más niños veganos en los colegios con los que trabajamos y para nada es una complicación para nosotros.



Por todo lo anterior, fomentamos y apoyamos una alimentación vegana en las escuelas.

En resumen, podemos decir con conocimiento, que elaborar menús veganos en las escuelas es, no solamente más beneficioso para la salud y el medio ambiente, sino también más económico y productivo.

Marisa Fernández
Directora y fundadora de
Marisa Fernández Catering Ecológico, S.L.
www.marisafernandezcatering.com