

3 DE NOVIEMBRE - DÍA MUNDIAL DEL SÁNDWICH

¿Cuál es el origen del sándwich y por qué es tan importante para el crecimiento de los más pequeños?

- El nombre deriva del IV conde de Sandwich, quien hace casi 300 años desarrolló este plato para satisfacer el apetito sin dejar de lado sus quehaceres como caballero británico.
- Desde entonces se ha convertido en una opción ideal para que los más pequeños se acostumbren a llevar una dieta equilibrada y reciban la energía requerida por su organismo.
- Cuatro de cada diez padres ya reconocen que sus hijos comen menos bocadillos, puesto que prefieren tomar otros alimentos sustitutivos, los cuales no siempre son saludables.

Madrid, 3 noviembre de 2021.- El **pan de sándwich** se ha convertido en un componente imprescindible en todas las cocinas del mundo, sobre todo en los hogares con miembros en edad infantil. Su versatilidad para amoldarse a los diversos tipos de alimentos, además de su textura tierna y una mayor vida útil, han elevado esta variedad al olimpo de los panes desde tiempos inmemoriales. De hecho, el nombre deriva de su precursor, el inglés **John Montagu, IV conde de Sandwich**, quien hace casi 300 años desarrolló una técnica para satisfacer el apetito sin dejar de lado sus quehaceres como caballero británico. Es por ello que cada 3 de noviembre, coincidiendo con la fecha su nacimiento, se celebra el **Día Mundial del Sándwich**.



John Montagu (3 de noviembre de 1718 - 30 de abril de 1792), aparte de ser IV conde de Sandwich, desempeñó importantes cargos a lo largo de su vida, tanto en el ámbito político como en el castrense, llegando incluso a ser el protagonista junto a la cantante de ópera Martha Ray de una célebre novela de amor de la época. Sin embargo, **Montagu siempre será recordado por emparedar la comida entre dos rebanadas de pan**. Esto se debe a que su pasión por los juegos de naipes le habría llevado a descuidar las comidas y sus criados se las ingeniaron para prepararle alimentos que pudiera comer sin dejar de jugar a las cartas. Así pues, **comenzó a utilizar dos trozos de pan para evitar mancharse los dedos con el fiambre y las carnes frías que le servían para almorzar**, dando origen a uno de los platos más populares y variados del mundo.

Energía para el crecimiento de los más pequeños

La fama del sándwich procede de su conveniencia, puesto que es una alternativa perfecta para comer fuera de casa ante la falta de tiempo en la cocina, de ahí que sea una **opción ideal para**



que los más pequeños se acostumbren a llevar una dieta equilibrada y reciban la cantidad de energía diaria exigida por su organismo. Y es que el principal componente de esta variedad de pan son los hidratos de carbono -unos 50 gramos por cada 100 gramos-, los cuales, a la par que grasas y proteínas, son fundamentales para mantener la salud y lograr un crecimiento adecuado.

Sin embargo, el consumo de cereales y sus derivados -grupo en el que se engloba el pan- en los hogares españoles es inferior al recomendado por los expertos en nutrición, como muestra el 'Análisis del consumo de pan en el target infantil' elaborado por el Instituto de Investigaciones de Mercado y Marketing Estratégico (Ikerfel) para la **Organización Interprofesional de Cereales Panificables y Derivados (INCERHPAN)**, debido al exceso de información sin una base científica sólida que va en detrimento de los aportes nutricionales básicos de colectivos vulnerables, como los niños, ya que también es uno de los alimentos que forman la base de la pirámide alimentaria.

Ante esta coyuntura, la Interprofesional muestra su **preocupación por el progresivo abandono del tradicional bocata de media mañana o de la merienda entre los más jóvenes**, en favor de otras opciones que, por su aportación de altos contenidos en grasas saturadas o azúcares, no contribuyen a mejorar su salud. "Desde que los niños inician la alimentación complementaria, a los seis meses de edad, comienzan a consumir pan. Junto con los mayores de 65 años y hasta los 12 años, supone uno de los grupos que mayor demanda el producto. A partir de los 12 años, empieza el descenso en el consumo, debido, entre otros aspectos, a la percepción o imagen errónea. Incluso **cuatro de cada diez padres reconocen que sus hijos comen menos bocadillos, dado que prefieren tomar sustitutivos, no siempre saludables**", puntualizan desde INCERHPAN.

Por ello, la campaña **¡Buenos días con Pan de Europa!** impulsada por INCERHPAN, junto con el apoyo de la Comisión Europea, ha lanzado un sello para fomentar el consumo de al menos unas dos raciones de pan diarias, de cuatro dedos cada una, para llevar a cabo una dieta saludable.

En líneas generales, y según el informe de **Consumo Alimentario en España 2020 del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación**, el consumo medio de pan en España es de 32,78 kg por persona y año, que se concentra especialmente entre los mayores de 65 años (con una media de 42,5 kg per cápita), mientras que los menores de 35 años ingieren apenas 10,7 kg al año de pan. En el último año móvil (a agosto de 2021), los hogares españoles consumieron apenas 1.429,2 millones de kilos de pan, un 4,4 % menos respecto al mismo período del año anterior, por un valor de 3.381,93 millones de euros, tras una caída interanual del 5,8 % hasta esa fecha.

Sobre INCERHPAN

INCERHPAN es la Organización Interprofesional de Cereales Panificables y Derivados que integra a todas las Asociaciones y Organizaciones Profesionales, Empresariales y de Cooperativas, de ámbito estatal, con personalidad jurídica y sin ánimo de lucro, representativas de la actividad de la producción agrícola, la transformación y la comercialización. El volumen de negocio de este sector ronda los 7.000 millones de euros y ocupa a 80.000 trabajadores.

Más información <https://www.buenosdiasconpan.eu/>

