



Diagnóstico y recomendaciones para mejorar los entornos alimentarios urbanos y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil en América Latina y el Caribe



Diagnóstico y recomendaciones para mejorar los entornos alimentarios urbanos y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil en América Latina y el Caribe

Supervisión:

Romain Sibille, Especialista en Alianzas Corporativas (UNICEF LACRO); Maaïke Arts, Asesora Regional de Sobrevivir y Prosperar (UNICEF LACRO); Jeff Risom (Gehl)

Coordinación técnica:

Karimen León, Consultora en Sector Privado y Nutrición (UNICEF LACRO)

Coordinación editorial:

Karimen León; Gladys Hauck, Asistente Regional de Documentación e Información (UNICEF LACRO)

Autora principal:

Karimen León, con base en la investigación por el equipo consultor Gehl.

Colaboración técnica y desarrollo de contenidos:

UNICEF:

Romain Sibille, Maaïke Arts, Jo Jewell, Fernando González, Mauro Brero, Fiorella Espinosa de Cándido, María Isabel Ferré, Francisca Morales, Josianne Galea Baron, Anabel Maciel, Paula Véliz.

Equipo consultor de Gehl:

Carlota Pedersen, Jeff Risom, Candelaria Mas Pohmajevic, Luis Galicia, Javier Vergara, Carolina Uribe.

Queremos dedicar un agradecimiento especial a Novo Nordisk por su apoyo continuo a las iniciativas y acciones desarrolladas por UNICEF tanto en el ámbito regional como desde las oficinas país.

Los contenidos de este documento representan las opiniones de los autores y no reflejan necesariamente las políticas o los puntos de vista de UNICEF. Cualquier referencia a un sitio web distinto al de UNICEF, no implica que UNICEF garantice la exactitud de la información contenida en el mismo ni que esté de acuerdo con las opiniones expresadas en él.

UNICEF no respalda ninguna compañía, marca, producto o servicio.

Se permite la reproducción total del contenido de este documento solamente para fines de investigación, incidencia y educación; siempre y cuando, no sea alterado y se asignen los créditos correspondientes (UNICEF). Esta publicación no puede ser reproducida para otros fines sin previa autorización por escrito de UNICEF. Las solicitudes de permiso deben ser dirigidas a la Unidad de Comunicación, comlac@unicef.org

Cita sugerida: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, *Diagnóstico y recomendaciones para mejorar los entornos alimentarios urbanos y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil en América Latina y el Caribe*, UNICEF, Ciudad de Panamá, 2022.

Fotografías de portada:

©UNICEF/UN0565492/Pazos, ©UNICEF/UN0565500/Pazos,
©UNICEF/UN0565512/Pazos, ©UNICEF/UN0582655/Willoccq

© Fondo de las Naciones Unidas
para la Infancia (UNICEF)

Julio de 2022

Oficina Regional para América Latina y el Caribe
Calle Alberto Tejada, edificio 102, Ciudad del Saber
Panamá, República de Panamá
Apartado postal 0843-03045
Teléfono: + 507 301 7400
www.unicef.org/lac

**Diagnóstico y recomendaciones
para mejorar los entornos alimentarios urbanos
y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil
en América Latina y el Caribe**



Índice

Introducción	1
Metodología	2
1. Elaboración de un marco práctico para estudiar y rediseñar los paisajes alimentarios en América Latina y el Caribe	2
2. Mapeo y selección estratégica de las ciudades (fase 1)	3
3. Participación estratégica de las partes interesadas clave y la comunidad (fase 2)	4
Resultados	7
Santiago de Chile	7
Ciudad de México	9
Recomendaciones para UNICEF y las partes interesadas clave	15
Recomendaciones y mejores prácticas por pilar	16
Gobernanza y voluntad política	16
Espacio construido y carácter urbano	20
Entorno alimentario, patrones culturales y de alimentación	23
Entorno social	26
Referencias	35
Anexos	36



Introducción

Con un 81 por ciento de la población total radicada en áreas urbanas,¹ América Latina y el Caribe es la segunda región más urbanizada en el mundo.² Esta región también es una de las más afectadas por el sobrepeso y la obesidad infantil: el 7,5 por ciento (casi 4 millones) de niñas y niños menores de cinco años presentan sobrepeso,³ mientras que el 30 por ciento de las niñas, niños y adolescentes (NNA) de 5 a 19 años padecen sobrepeso y obesidad.⁴ Estas cifras superan las estimaciones mundiales, según las cuales el 5,6 por ciento de niñas y niños menores de 5 años padecen sobrepeso,³ mientras que el 18 por ciento de NNA presentan sobrepeso y obesidad.⁴

El sobrepeso y la obesidad infantil afectan a casi todos los países de la región.⁵ Este problema de salud pública es preocupante, no solo porque aumenta el riesgo de enfermedades no transmisibles, como las afecciones cardiovasculares, la diabetes, el cáncer o la mortalidad prematura, sino también porque afecta al bienestar mental y emocional de niños y niñas.

Las causas del sobrepeso en la región se relacionan principalmente con estilos de vida urbanos no saludables y entornos alimentarios obesogénicos.⁵ Estos últimos se caracterizan por la escasa disponibilidad, accesibilidad, asequibilidad y atractivo de los alimentos saludables, por la difusión de campañas publicitarias agresivas y por un aumento en el tamaño de las raciones de alimentos y bebidas no saludables. La exposición periódica a entornos alimentarios obesogénicos modela las preferencias alimentarias y hábitos de consumo no saludables que contribuyen al aumento de peso.

Inspirada por la Convención sobre los Derechos del Niño y en línea con la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, la [Estrategia de Nutrición de UNICEF para 2020-2030](#) concibe un mundo en el que toda la población de NNA y mujeres ejerzan su derecho a una nutrición adecuada, en todos los entornos.⁶ Sin embargo, la realidad es que tanto las niñas como los niños crecen y se desarrollan en sistemas y entornos alimentarios que no toman en cuenta su derecho a satisfacer sus necesidades nutricionales de forma adecuada al momento de determinar qué alimentos se producen, procesan, empaquetan y comercializan.

UNICEF promueve que los Gobiernos adopten las políticas y marcos regulatorios necesarios a fin de crear entornos alimentarios saludables, influir de manera positiva en la asequibilidad, la disponibilidad y el atractivo de los alimentos saludables, y proteger a niños y niñas de los alimentos poco saludables desde los primeros años de vida.

UNICEF reconoce el papel crucial que determinados sistemas — alimentario, salud, agua, saneamiento e higiene (*WASH*, por sus siglas en inglés), educación, protección social, sistemas urbanos— desempeñan en la prevención del sobrepeso en la niñez y recomienda la aplicación de las correspondientes medidas para mejorar el entorno alimentario mediante la formulación de políticas, marcos regulatorios y estrategias, así como la implementación de intervenciones a lo largo de todo el ciclo de vida, en particular durante el embarazo, la primera infancia (menores de 5 años), la edad escolar (de 5 a 9 años) y la adolescencia (de 10 a 19 años), todo ello acompañado de la producción y utilización de medidas para el monitoreo y evaluación de las intervenciones.^{5,7}

Varios Gobiernos de la región han respondido con la aplicación de políticas para la prevención del sobrepeso y la obesidad, como los impuestos a las bebidas azucaradas, el etiquetado frontal de

advertencia, y la regulación de la publicidad de alimentos y bebidas no saludables dirigida a niños y niñas.^{5,8} Se trata de medidas positivas que hay que seguir fortaleciendo, pero también es necesario implementar medidas en el nivel local o de ciudad, ya que la mayoría de niños y niñas de la región reside en zonas urbanas. En este sentido, la Oficina Regional para América Latina y el Caribe comisionó a [Gehl](#) (grupo consultor especializado en investigación y diseño urbanístico), realizar una investigación en ciudades seleccionadas para apoyar a Gobiernos y actores clave a mejorar los entornos alimentarios urbanos y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil en América Latina y el Caribe. El presente documento tiene el objetivo de describir esta investigación junto con sus diferentes fases, resaltar los principales resultados del estudio y proporcionar recomendaciones aplicables al contexto de la región.

Metodología

1. Elaboración de un marco práctico para estudiar y rediseñar los paisajes alimentarios en América Latina y el Caribe

En primer lugar, se elaboró un marco práctico que permitiera estudiar y rediseñar los paisajes alimentarios de la región. Este marco se elaboró a partir de una metodología propuesta por el grupo consultor para estudiar paisajes alimentarios y teniendo en cuenta algunos elementos del [marco de Innocenti sobre sistemas alimentarios para niñas, niños y adolescentes](#). Con los ajustes adecuados relacionados al contexto local y los recursos disponibles, este marco es flexible y se puede aplicar a otras ciudades que busquen mejorar los entornos alimentarios, así como la nutrición y salud de las niñas y niños de la región. El marco dio prioridad a los cuatro siguientes pilares: gobernanza y voluntad política; entorno social; espacio construido y carácter urbano; entorno alimentario, patrones culturales y de alimentación (*ver Figura 1*).

Los paisajes alimentarios consisten en el entorno que nos rodea y definen la experiencia alimentaria de barrios o vecindarios y comunidades. Los paisajes alimentarios tienen tres componentes principales: el espacio público, la vida pública y los lugares o establecimientos de comida. El espacio público es la red de la ciudad en la que se desarrolla la vida pública; calles, plazas, parques y otros espacios urbanos. La calidad del espacio público determina con frecuencia la percepción de la seguridad pública y puede ayudar a promover la cohesión comunitaria, a establecer un marco para actividades o programas, e invitar a las personas a hacer vida en el exterior. La vida pública es lo que las personas crean cuando se relacionan entre sí en espacios públicos. Son las actividades cotidianas en las que las personas participan de manera natural cuando pasan tiempo unas con otras fuera de casa, del automóvil o del lugar de trabajo. Y los establecimientos de comida son la interfaz directa entre el sistema alimentario y el consumidor. Se trata de tiendas de abarrotes, restaurantes o cafeterías, bancos de alimentos, mercados de agricultores, tiendas de conveniencia y puestos ambulantes.⁹

Figura 1. Marco para estudiar y rediseñar los paisajes alimentarios en América Latina y el Caribe



2. Mapeo y selección estratégica de las ciudades (fase 1)

En segundo lugar, se realizó un mapeo estratégico en el que se incluyeron todas aquellas ciudades de la región que cumplieran con los siguientes criterios:

- Población mayor a 2 millones de personas
- Proporción de niños y niñas mayor al 20%
- Prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil por encima de las estimaciones regionales
- Disponibilidad de datos sobre sobrepeso y obesidad infantil a nivel local
- Interés, voluntad política y capacidad institucional a nivel local para trabajar en la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil
- Ciudades que aplican la *"Iniciativa Ciudades Amigas de la Infancia"* y
- Ciudades incluidas en el *"Programa Ciudades Cambiando la Diabetes"*.

El mapeo recopiló información de 17 ciudades de la región a través de una búsqueda estructurada a partir de las diferentes fuentes de información oficiales de cada país. Para la selección estratégica de las ciudades, se definieron criterios de alta prioridad (porcentaje de niños y niñas con sobrepeso y obesidad; interés político y capacidad de la ciudad; partes interesadas clave), prioridad intermedia (años restantes de gobierno de las autoridades locales) y prioridad baja (proporción de población joven; disponibilidad de datos; nivel burocrático/factibilidad de colaboración). Se preseleccionaron las cinco ciudades (Santiago de Chile, Buenos Aires, Bogotá, Ciudad de México y Montevideo) que cumplieron

con el mayor número de criterios preestablecidos. Posteriormente, se invitó a participar a las oficinas país de Chile y México, debido a que tienen los porcentajes más altos de sobrepeso y obesidad infantil, y cuentan con intervenciones implementadas y voluntad política para atender este problema. Estas oficinas aceptaron participar y forjar un compromiso estratégico con las partes interesadas clave y la comunidad en sus respectivas capitales.

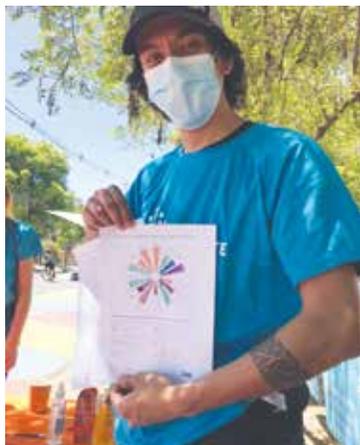
3. Participación estratégica de las partes interesadas clave y la comunidad (fase 2)

Durante esta fase, las oficinas país participantes elaboraron una lista de informantes clave a nivel local para realizar entrevistas personales con el fin de obtener información relacionada con: a) las causas principales del sobrepeso y la obesidad infantil; b) los principales retos para abordar el sobrepeso y la obesidad infantil a nivel local; c) oportunidades para mejorar la situación actual; d) cómo el entorno construido puede ayudar a mejorar este problema; e) proyectos que los informantes creen que pueden implementarse para detener el sobrepeso y la obesidad infantil.

Se invitó por correo electrónico a un total de 24 informantes clave. El grupo consultor entrevistó a 23 personas, 9 de Santiago de Chile y 14 de la Ciudad de México. Los informantes clave entrevistados en Santiago pertenecían a la sociedad civil (4), el sector académico (3), el parlamento (1) y la administración local (1). Los informantes clave entrevistados en la Ciudad de México pertenecían a la sociedad civil (5), el sector académico (3), la administración local (5) y organismos de la ONU (1). Al finalizar el proceso de entrevistas con informantes clave, se procesaron los resultados y se organizaron en función de los cinco temas tratados.

En lo que se refiere a la participación estratégica con la comunidad, los socios locales ([Ciudad Emergente](#)) en Santiago de Chile y la [Oficina de Resiliencia Urbana](#) (ORU) en Ciudad de México) del grupo consultor realizaron actividades comunitarias y entrevistaron a niñas, niños, y madres, padres y/o cuidadores para analizar la influencia del entorno construido en las dietas saludables. Para este fin, se elaboró un breve cuestionario para explorar los hábitos alimentarios y de actividad física en un día promedio y los fines de semana en niños, niñas, madres, padres y/o cuidadores. Para ello se utilizó una metodología establecida llamada "[Dibujando el bienestar](#)", que utiliza una escala gráfica para evaluar ciertos aspectos relacionados con los alimentos y la actividad física en niños y niñas (*ver Anexo 1*). Se preparó asimismo un tablero con imágenes de alimentos saludables y no saludables para que niños y niñas seleccionaran los alimentos que habían consumido el día anterior a la actividad.

En Santiago de Chile, la fase de participación con la comunidad y recogida de datos se llevó a cabo durante la ejecución del programa piloto "[Calles para la niñez](#)" en las comunidades de Independencia y Renca. Se realizaron 34 entrevistas con madres, padres y/o cuidadores, niñas y niños del vecindario de Juan Antonio Ríos (población de ingresos medios a bajos, principalmente) en Independencia. Asimismo, 12 niñas y niños participaron en la actividad del tablero para explorar los hábitos alimentarios el día previo a la actividad.



Fotografías tomadas por el grupo consultor durante la participación con la comunidad en Independencia, Santiago de Chile.

En la Ciudad de México, la fase de participación con la comunidad y recogida de datos tuvo lugar en Iztapalapa, un vecindario periférico cuya población principal es de bajos ingresos. Alrededor de 25 personas (niños, niñas y madres, padres y/o cuidadores) participaron en la actividad; 12 adultos completaron el ejercicio "Dibujando el bienestar" y 13 niñas y niños se entrevistaron y participaron en la actividad del tablero para explorar los hábitos alimentarios el día previo a la actividad. Los puntos focales de ambas oficinas país de UNICEF asistieron a las actividades comunitarias y participaron durante esta fase.



Fotografías tomadas por el grupo consultor durante la participación con la comunidad en Iztapalapa, Ciudad de México.

La información recogida durante la primera y segunda fase de esta investigación sirvió para realizar el diagnóstico de paisajes alimentarios en las dos ciudades seleccionadas y para la elaboración de recomendaciones dirigidas a mejorar los entornos alimentarios urbanos y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil en la región de América Latina y el Caribe.

Nota para las oficinas país de UNICEF interesadas en realizar un análisis del paisaje alimentario en sus ciudades

La metodología descrita en este documento es flexible y se puede adaptar dependiendo de las prioridades y recursos locales. Es muy recomendable contar con un equipo multidisciplinario, que incluya especialistas en planificación o diseño urbano como parte del equipo de trabajo local.

Al realizar la primera fase o mapeo y selección estratégica de las ciudades, los países pueden buscar ciudades que utilicen los criterios mencionados en este documento (además de otros, si es necesario y relevante a nivel local). Para la segunda fase de participación estratégica con las ciudades, los pasos descritos en este documento se pueden replicar sin cambios. Para la tercera fase correspondiente a la elaboración de un estudio de caso con resultados y recomendaciones principales, los estudios de caso de Santiago de Chile y de la Ciudad de México podrían servir de ejemplo, así como las recomendaciones presentadas en este documento, puesto que también se pueden aplicar o implementar en otras ciudades de la región que compartan similitudes en cuanto a retos y oportunidades con las ciudades seleccionadas en este estudio.

En el proceso de rediseñar un paisaje alimentario, se recomienda seguir el enfoque de medición-prueba-perfeccionamiento descrito en este documento (ver apartado Hoja de ruta para UNICEF: De la estrategia a la acción) y empoderar a las comunidades y partes interesadas locales para la implementación exitosa de las recomendaciones e intervenciones propuestas.



© UNICEF/UNI208723/Carrillo

Resultados

A pesar de que el sobrepeso y la obesidad infantil en la región de América Latina y el Caribe están fuertemente influidos por el entorno alimentario actual, incluida la alta disponibilidad, asequibilidad, promoción y publicidad de productos no saludables y ultraprocesados, la investigación reveló que existen otros factores que afectan exclusivamente a las ciudades de Santiago de Chile y Ciudad de México, a menudo relacionados con patrones históricos y culturales. Los resultados presentados a continuación derivan de las entrevistas con informantes clave y las actividades realizadas con la comunidad en ambas ciudades.



Santiago de Chile

■ Principales causas y retos del sobrepeso y la obesidad infantil

El sistema alimentario en Santiago se caracteriza por una **ausencia de vínculo entre los productores de alimentos y los consumidores, y por la falta de información suficiente sobre los beneficios de los alimentos frescos frente a los riesgos de los alimentos ultraprocesados. Las políticas de protección social implementadas para reducir la desnutrición generaron la creencia en la sociedad chilena de que las niñas y los niños muy delgados provenían de familias que no podían proporcionar una alimentación adecuada a sus hijas e hijos, estigmatizando la delgadez.**

A pesar de existir un marco regulatorio integral establecido por el gobierno nacional (etiquetado frontal de advertencia; impuestos para bebidas azucaradas; restricciones a la publicidad de alimentos y bebidas no saludables con alto contenido de calorías, sodio, azúcares, grasas y grasas saturadas dirigida a niños y niñas; y la prohibición de la venta y publicidad de alimentos y bebidas no saludables en entornos escolares), **aún existe un exceso de suministro de alimentos y bebidas no saludables/ ultraprocesados, que son más baratos y fáciles de conseguir que los alimentos saludables.** En general, las familias enfrentan muchos desafíos para acceder a dietas saludables, ya que los **alimentos frescos son más caros y existen limitaciones adicionales para acceder a ellos y prepararlos en casa.**

Durante la fase de entrevistas y participación estratégica con la comunidad, con frecuencia se reportó que uno de los principales retos para acceder a dietas saludables por parte de las familias estaba relacionado con las horas de apertura de los mercados de productos frescos (ferias libres). Estos mercados suelen estar cerrados cuando las personas vuelven del trabajo y, en este horario, las únicas tiendas disponibles son las que venden productos ultraprocesados. Por otra parte, **el factor principal que determina la compra en las familias es el gusto por los alimentos de las niñas y los niños pequeños, por lo que existe un entorno alimentario donde el acceso a los productos ultraprocesados es fácil, conveniente y más barato, respecto a opciones más saludables.**

En general, los barrios de bajos ingresos son los más afectados, ya que tanto **madres y padres como cuidadores recorren grandes distancias entre la vivienda y el trabajo** (de 60 a 120 minutos por cada viaje o traslado), **y eso reduce el tiempo disponible para la preparación de alimentos y para jugar con sus hijas e hijos**. En cuanto a la **actividad física, se reportó que las oportunidades para su práctica eran limitadas en el sistema educativo y en la comunidad, y que la ciudad carece de espacios públicos atractivos que inviten a la realización de ejercicio**. Además, se reportó que la pandemia por la COVID-19 tuvo un efecto negativo, puesto que el 75 por ciento de las personas entrevistadas durante la fase de participación comunitaria reportó no haber practicado ninguna actividad física durante el confinamiento. En términos de consumo o ingesta dietética entre los entrevistados, se reportó que el día previo habían consumido más bebidas azucaradas que agua, mientras que el consumo de bocadillos y dulces fue aproximadamente igual al de frutas.

En cuanto a retos, **Chile cuenta con un sistema gubernamental centralizado que deja muy poco espacio para que los gobiernos locales implementen proyectos o establezcan regulaciones locales**. Asimismo, la sociedad civil no parece influir en las decisiones gubernamentales ni participa en procesos de rendición de cuentas relativos a la prevención del sobrepeso infantil, según reportaron los informantes clave.

■ Principales oportunidades

En lo que atañe a las oportunidades, la creación de un gobierno regional tiene mucho potencial para posicionar el bienestar y la salud infantil en el centro de la Agenda de gobernanza. El nuevo gobierno que asumió el poder en marzo de 2022 podría cambiar el discurso y contribuir a la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil a través del empoderamiento de los gobiernos locales y la asignación de recursos financieros para la implementación y evaluación de intervenciones que permitan mejorar los entornos alimentarios urbanos.

En el ámbito local, se observa que las principales oportunidades consistan en aumentar el alcance de los mercados de agricultores o de alimentos frescos en términos de cobertura territorial, horarios de atención al público e infraestructura. Adicionalmente, los municipios/gobiernos locales pueden apoyar en la mejora de la **infraestructura alrededor de las escuelas** y los **programas de alimentación escolar**. Los gobiernos locales pueden **apoyar a los productores locales** para que bajen los precios y tengan cadenas de suministro más cortas de productos agrícolas frescos, al exonerar de impuestos sobre las tierras para la agricultura urbana a los vendedores de alimentos frescos locales.

Asimismo, los **gobernadores y autoridades locales pueden impulsar políticas de bienestar**, al desarrollar proyectos a menor escala con los municipios que, más tarde, podrían escalar a nivel de la ciudad, y más adelante a nivel nacional. Respecto al **sector educativo**, este tiene un papel fundamental en la **ampliación de los programas de alimentación escolar para que promuevan dietas saludables, en particular en vecindarios o barrios vulnerables**. Por último, **las personas influyentes locales pueden ser portavoces para desarrollar redes de comunidades más saludables**.



Ciudad de México

■ Principales causas y retos del sobrepeso y la obesidad infantil

El complejo sistema alimentario de la Ciudad de México se ve afectado por distintos factores y dinámicas urbanas que ejercen un impacto directo sobre las personas. Estos factores se suelen intensificar en los vecindarios periféricos de la ciudad, como Iztapalapa. Durante la fase de participación estratégica con informantes clave, se reportó reiteradamente que un **mercado y espacios públicos sobresaturados con alimentos ultraprocesados**, así como el **costo cada vez mayor de la comida saludable, determinan las opciones y hábitos alimentarios de las familias**. Además, **la expansión urbana, la falta de densidad urbana y planificación** han afectado directamente los ritmos cotidianos de las personas, aumentando **la duración de los desplazamientos al lugar de trabajo de madres y padres hasta 3 horas al día, hecho que limita el tiempo disponible para la actividad física o para la realización de tareas domésticas relacionadas con la alimentación** (planificar la preparación de alimentos, comprar alimentos, cocinar y limpiar). Estos hábitos no saludables han reducido de manera crítica el conocimiento culinario de las comunidades relacionado a dietas saludables y métodos culinarios tradicionales, contribuyendo a que se normalice la ingesta de productos ultraprocesados. Esto ha ocurrido a lo largo de generaciones, afectando la nutrición y salud de niñas y niños.

Por otro lado, **la creciente inseguridad en el ámbito público**, así como la **falta de espacios públicos seguros y de alta calidad** limitan las oportunidades de niñas y niños para realizar actividad física, consolidando estilos de vida sedentarios en las comunidades. También se reportó **desigualdad de género en torno a la alimentación en los hogares y en la actividad física en el ámbito público**. Con frecuencia, muchos espacios públicos están diseñados y construidos alrededor del fútbol, un deporte que atrae principalmente a niños varones jóvenes, lo cual acentúa la brecha de género en cuanto al acceso al deporte para las niñas en el ámbito público. **En el caso de las mujeres, la desigualdad se manifiesta en el hogar**, donde llevan la carga de las tareas domésticas, el cuidado de los hijos y las hijas, así como la preparación de alimentos (ya que por lo general, los hombres no cocinan en casa). Esto les deja muy poco tiempo para sus actividades personales o desarrollo profesional, y repercute en otras áreas en las que las mujeres tienen desventaja frente a los hombres. **Para ambos**, pero en particular, más para las mujeres, **la inseguridad en el ámbito público es una barrera común para el acceso a alimentos saludables y actividad física. Estos factores se perciben de manera más aguda en poblaciones de bajos ingresos** que residen en áreas periféricas de la ciudad y tienen pocas opciones alimentarias saludables a la mano. Estas comunidades también fueron las más golpeadas por la pandemia de COVID-19. Las medidas adoptadas durante la pandemia por la COVID-19, como el **confinamiento obligatorio y las clases escolares en línea aumentaron la exposición a las pantallas de las niñas y los niños, y redujeron su actividad física diaria**. También, se reportó que el **precio de los alimentos es el factor principal que influye en las dietas de las familias**. Durante la participación estratégica con la comunidad, se reportó que el día previo se había consumido seis veces más bebidas azucaradas y snacks dulces que frutas (estos datos deben interpretarse con cuidado, ya que no son representativos a nivel poblacional).

A pesar del programa regulatorio integral establecido por el gobierno federal (impuestos para bebidas azucaradas, etiquetado frontal de advertencia, restricciones a la publicidad de alimentos y bebidas no saludables (con alto contenido de calorías, sodio, azúcares, grasas y/o grasas saturadas) dirigida a niños y niñas, prohibición de la venta de alimentos y bebidas no saludables en entornos escolares), **los niños y niñas siguen expuestos de manera preocupante a los productos ultraprocesados y los hábitos alimentarios no saludables son ampliamente aceptados por la población.**

Los retos antes mencionados son obstáculos reales para comer de manera saludable en la Ciudad de México. El etiquetado frontal parece tener un efecto positivo sobre las preferencias de las familias en el momento de realizar la compra y confirma los hallazgos encontrados en la literatura científica, sin embargo, no es suficiente por sí solo para prevenir el sobrepeso en la niñez. **Algunas de las fortalezas identificadas para esta ciudad destacan, por un lado, que México cuenta con un sistema de gobierno descentralizado que permite que las autoridades estatales y municipales establezcan sus propias políticas** y, por otro lado, la existencia de **fuertes organizaciones de la sociedad civil**, como [El Poder del Consumidor](#) y la [Alianza por la Salud Alimentaria](#), que proponen la mejora de los sistemas alimentarios y participan de manera activa en los procesos de rendición de cuentas.

■ Principales oportunidades

En cuanto a oportunidades, el espacio público ofrece una gran oportunidad para mejorar el paisaje alimentario en la Ciudad de México, pues es en las calles y los parques donde se ofrecen y comercializan alimentos para las comunidades. Aunque durante este proyecto no se interactuó con vendedores de alimentos, esto debería considerarse en futuras investigaciones bajo el pilar de entorno alimentario, ya que los alimentos son uno de los principales impulsores de la vida callejera en toda América Latina y en esta ciudad en particular.

Al iniciar el proceso de transformación de entornos urbanos alimentarios, se recomienda rediseñar el paisaje alimentario de Iztapalapa, combinando un enfoque multinivel con la implementación de iniciativas que fomenten la alimentación saludable y la práctica de actividad física. Las intervenciones deberán someterse a un proceso de evaluación y ajustarse cuando sea necesario. El mismo proceso se podría aplicar a otras comunidades de la Ciudad de México que compartan similitudes (retos y oportunidades) con Iztapalapa. En cuanto a **mejoras en el ámbito público**, se recomienda la **recuperación de tianguis (mercados al aire libre en días específicos en vecindarios urbanos o rurales) y de las chinampas (una técnica que consiste en pequeñas áreas rectangulares para cultivo en lechos de lagos poco profundos en el valle de México) locales para la producción y venta de alimentos, así como mejorar la micromovilidad (medios de transporte para recorrer trayectos cortos de forma sostenible) con el fin de promover la actividad física diaria en niños y niñas.** El proceso de mejora del espacio público debería ser inclusivo y aprovecharse como herramienta para fortalecer y generar un sentido de pertenencia y administración en las comunidades. También es importante **seguir participando con las comunidades locales y partes interesadas en la ciudad para crear espacios de interacción y comunicación.**

Concluida la fase de participación estratégica (entrevistas con informantes clave y actividades con la comunidad) en ambas ciudades, se ilustró un escenario por ciudad, en el cual se resume la información recogida durante esta investigación y se muestran los desafíos y oportunidades para niños y niñas en una comunidad vulnerable de Santiago de Chile y de la Ciudad de México.

Un día típico para una niña o un niño en una comunidad en Santiago de Chile (un caso específico basado en entrevistas y observaciones en los vecindarios de Independencia y Renca)

Figura 2. Un día típico para una niña o un niño en una comunidad de Santiago de Chile (en el momento de la evaluación)



¿Cómo debería ser un día típico en un entorno saludable para niños y niñas de la comunidad estudiada en Santiago de Chile?

Figura 3. Un día típico para una niña o un niño en una comunidad de Santiago de Chile después de implementar las recomendaciones e intervenciones



Un día típico para una niña o un niño en una comunidad en la Ciudad de México (un caso específico basado en entrevistas y observaciones en el vecindario de Iztapalapa)

Figura 4. Un día típico para una niña o un niño en una comunidad de Ciudad de México (en el momento de la evaluación)



¿Cómo debería ser un día típico en un entorno saludable para niños y niñas de la comunidad estudiada en la Ciudad de México?

Figura 5. Un día típico para niños y niñas de la comunidad estudiada en la Ciudad de México después de implementar las recomendaciones e intervenciones



Recomendaciones para UNICEF y las partes interesadas clave

Para tener un impacto positivo en la nutrición, salud y el bienestar de niños y niñas de la región de América Latina y el Caribe, es necesario hacer cambios graduales en los sistemas alimentarios. Con el fin de poder contribuir en la transformación del sistema alimentario, para que sea más saludable y tenga en cuenta los derechos de la niñez a una adecuada nutrición y salud, se requiere de acciones coordinadas bajo los cuatro pilares propuestos en esta investigación: gobernanza y voluntad política; espacio construido y carácter urbano; entorno alimentario, patrones culturales y de alimentación; y entorno social.

Esta sección sintetiza una serie de intervenciones consideradas como ejemplos de buenas prácticas, implementadas en diferentes ciudades de la región, así como en América de Norte y en Europa, y aplicables al contexto de América Latina y el Caribe. Para cada intervención se contemplan los siguientes aspectos: impacto, métrica de éxito y aliado principal (identificado como posible asociado para la implementación de dicho proyecto o intervención). Dado que ambas ciudades seleccionadas comparten retos y oportunidades similares, las recomendaciones y mejores prácticas propuestas pueden aplicarse en ambas (y en otras ciudades de la región que compartan similitudes en cuanto a retos y oportunidades), salvo una que solo es aplicable a la Ciudad de México.

Las recomendaciones propuestas deberán ser evaluadas y sometidas a un ejercicio de priorización en ambas ciudades antes de su implementación. El ejercicio de priorización deberá ser realizado con las autoridades locales y actores clave para establecer una base de acción sólida y garantizar el compromiso de las partes interesadas clave. Para una exitosa implementación de las recomendaciones propuestas, se requiere de una fuerte voluntad y compromiso político que permitirán mejorar los entornos alimentarios urbanos y contribuir en la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil; así como la asignación de recursos para establecer mecanismos de seguimiento y evaluación periódicos.



Recomendaciones y mejores prácticas por pilar

Gobernanza y voluntad política



1. Apoyar un mecanismo de coordinación para la transformación del sistema alimentario

Apoyar a los gobiernos locales de Santiago de Chile y de la Ciudad de México para que creen un mecanismo de coordinación que permita transformar el sistema alimentario en todos los niveles de gobierno y dirigido a los diferentes actores clave responsables de la nutrición infantil.

IMPACTO: Todos los niveles de gobierno se enfocarán en un sistema alimentario que proporcione dietas nutritivas, seguras y asequibles para todos y todas, y que contribuya a la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil al integrar políticas de distintos sectores.

MÉTRICA DE ÉXITO: Creación de mecanismos de coordinación para la transformación del sistema alimentario a nivel local.

EJEMPLO MEJOR PRÁCTICA: [Coordinación de seguridad alimentaria y nutrición \(COSAN\)](#), São Paulo, Brasil.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Gobierno regional de Santiago + UNICEF; Gobierno local de la Ciudad de México + UNICEF.

2. Promover las ventas de excedentes de alimentos en espacios públicos e instituciones de confianza

Reincorporar alimentos nutritivos y mínimamente procesados al sistema ayudará a reducir el desperdicio de alimentos y aumentar el acceso de las personas a productos frescos y saludables.

Implementar una estrategia de economía circular que recupere los alimentos más nutritivos y mínimamente procesados, así como alimentos que lucen poco atractivos (o diferentes) en las tiendas cercanas (mercados sobre ruedas, restaurantes y tiendas de abarrotes) y comercializarlos a precios más bajos en espacios públicos de gran afluencia y en instituciones reconocidas.

Es clave capacitar al personal y brindar programas culturales sobre el valor de los alimentos que lucen menos atractivos, al igual que buscar asociados para la ubicación de estas despensas o almacenes, que podrían ser centros comunitarios u otros espacios de confianza para la comunidad.

El desarrollo de herramientas digitales puede ayudar a conectar los negocios con las organizaciones de reventa y los clientes. Para garantizar la inocuidad de los productos es importante implementar regulaciones sobre manipulación de alimentos.

IMPACTO: Reducir el desperdicio de alimentos y las emisiones al tiempo que se aumenta la seguridad alimentaria para niños y niñas.

MÉTRICA DE ÉXITO: Reducción del desperdicio de alimentos en vertederos. Ingresos adicionales para negocios locales de alimentos y generación de nuevos empleos.

MEJOR PRÁCTICA: [Red plato lleno](#), Buenos Aires, Argentina; [Food Rescue](#), EE. UU. (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Desarrollo Social/Ministerio de Agricultura/Gobierno regional o local/Negocios o establecimientos de alimentos.

3. Promover asociaciones con productores locales de alimentos frescos y nutritivos para aumentar su distribución

La creación de alianzas entre productores y vendedores locales de alimentos podría ayudar a aumentar la distribución de alimentos nutritivos allá donde se necesite, al tiempo que se empodera a los agricultores locales. Acortar las cadenas de distribución entre las granjas locales y las comunidades, podría permitir a pequeños y medianos agricultores aumentar sus ganancias. También es importante considerar el poder de las fuentes públicas de alimentos para ofrecer alimentos saludables y nutritivos en otros espacios como hospitales y escuelas.

Promover las relaciones comerciales entre los vendedores de productos frescos y los agricultores cercanos para mejorar las conexiones cortas de la cadena de distribución y garantizar el acceso de las comunidades a los alimentos. Para garantizar la máxima calidad y seguridad, se deberá crear un acuerdo de salud y una plataforma para que los negocios y productores locales se registren y tengan acceso a la información.

IMPACTO: Los alimentos nutritivos se distribuyen allá donde se necesitan. Los agricultores venden sus productos frescos a precios justos.

MÉTRICA DE ÉXITO: Las personas situadas en ubicaciones remotas tienen mayor acceso a productos frescos de temporada.

MEJOR PRÁCTICA: [Huertas de abastecimiento](#), Medellín, Colombia.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Agricultura/Negocios o establecimientos de alimentos.

4. Garantizar el cumplimiento de las regulaciones establecidas sobre la comercialización y publicidad de alimentos ultraprocesados en los entornos escolares y sus inmediaciones

Las autoridades locales pueden apoyar el cumplimiento de tales políticas en los entornos escolares y sus inmediaciones y analizar las ordenanzas locales para aumentar la disponibilidad de alimentos saludables y restringir la publicidad y comercialización en puntos de venta en las inmediaciones de las escuelas, incluidos los vendedores ambulantes.

Si bien algunos países de la región (Brasil, Chile, Costa Rica, Ecuador, Uruguay) regulan la publicidad de alimentos ultraprocesados en entornos escolares, los procesos de implementación y evaluación siguen siendo un reto. En este sentido, [The Canteen Scan](#) (información en inglés) podría servir como ejemplo de herramienta de evaluación de la salubridad, disponibilidad y accesibilidad de los alimentos en las escuelas y comedores deportivos.

Para controlar y supervisar esta iniciativa en la ciudad, se recomienda la aplicación de dos estrategias. Una es la presencia de autoridades públicas en los espacios públicos, en esencia, personal municipal e inspectores que supervisen, controlen y multen cuando sea necesario. La otra opción es recurrir a herramientas digitales y cámaras, como lo hacen muchas ciudades para controlar la velocidad de los vehículos en las calles. Mediante las cámaras, la ciudad puede visualizar el entorno escolar para asegurarse de que no exista publicidad ni comercialización de alimentos ultraprocesados. La herramienta digital resulta efectiva porque podemos ver qué hacen las tiendas a lo largo del día y no solo cuando pasa un inspector. No obstante, la necesidad de inspectores municipales es crucial para asegurar que estas tiendas no vendan tales productos. La implementación de esta medida dependerá del presupuesto y la capacidad de cada ciudad.

IMPACTO: Las políticas nacionales de restricción de publicidad y comercialización de productos ultraprocesados se cumplen a nivel local.

MÉTRICAS DE ÉXITO: Los niños y las niñas no están expuestos ni tienen acceso a productos ultraprocesados en las escuelas o sus inmediaciones.

MEJOR PRÁCTICA: [Informe de evaluación de la implementación de la Ley sobre composición nutricional de los alimentos y su publicidad \(2017\)](#), Chile; [The Canteen Scan from the Netherlands Nutrition Centre](#) (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Educación/Ministerio de Salud/Inspectores municipales.

5. Crear un marco para diseñar y gestionar espacios públicos para niños y niñas

Es importante diseñar y construir espacios seguros que inviten a niños y niñas a jugar y realizar actividad física en todas partes, no solo en parques o patios de juegos. Un marco centrado en la niñez que guíe la gestión y el diseño del espacio público podría mejorar la experiencia de niños y niñas en el ámbito público, motivándolos a socializar y moverse activamente en la ciudad. Se deberán proporcionar lugares de juego e instalaciones variadas que atraigan a niños y niñas sin usar marcas ni logotipos de productos no saludables.

Promover las colaboraciones públicas y privadas (sin conflicto de interés, evitando cualquier alianza o colaboración con la industria de alimentos y bebidas no saludables o procesados y/o ultraprocesados) para activar lotes vacíos en comunidades en las que grandes concentraciones de niñas y niños carecen de acceso a espacios públicos dignos. Cuando el espacio sea limitado, se deberán rediseñar secciones de la calle para colocar instalaciones de juegos o tan solo pintar el suelo para que las niñas y los niños se diviertan y exploren la ciudad de manera diferente.

IMPACTO: Mejora general del ámbito público y un mayor sentido de seguridad para niños, niñas, y madres, padres y/o cuidadores.

MÉTRICA DE ÉXITO: Un mayor número de niños y niñas visitan parques, plazas o caminan por la calle. Aumenta el sentido de pertenencia y la socialización entre niños y niñas.

MEJOR PRÁCTICA: [KABOOM Plays Everywhere](#), EE. UU (información en inglés); [Guía de espacios públicos del Ministerio de Vivienda y Urbanismo](#), Santiago, Chile.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Vivienda y Urbanismo/Gobierno regional o local.

6. Implementar el modelo “Escuelas en movimiento” para promover dietas saludables y la actividad física

Transformar los salones de clase y comedores escolares incorporando elementos del modelo “[Escuelas en movimiento](#)” (información en inglés) que induzcan a dietas saludables, aprendizaje activo, reducir el tiempo que pasan sentados y promover la actividad física diaria como parte del plan de estudios.

Las escuelas son fundamentales para crear y mantener hábitos saludables en la niñez. Se busca ampliar el papel de la escuela para incentivar a niños y niñas a llevar estilos de vida más activos y sanos.

IMPACTO: Las escuelas son agentes de cambio y la salud se concibe como un parámetro de desempeño educativo.

MÉTRICA DE ÉXITO: Niños y niñas participan en actividades físicas diarias y comen alimentos saludables en la escuela.

MEJOR PRÁCTICA: [Schools on the Move](#), Finlandia (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Educación/Gobierno regional o local.



1. Rediseñar los espacios públicos adyacentes a las escuelas

Unos ámbitos públicos seguros, activos y de alta calidad motivan a niños y niñas a hacer actividad física, impactando de manera positiva en su bienestar. Para ello, se recomienda mejorar el ámbito público alrededor de las escuelas en ubicaciones clave en la ciudad; implementar medidas para reducir el tráfico en las calles circundantes, e incorporar servicios y zonas de juego para animar a las niñas y los niños a que se muevan y se diviertan en un entorno urbano. Se recomienda que estos espacios tengan una programación de actividades recreativas frecuentes y un mantenimiento constante. Otro punto importante es asegurar que los horarios de apertura se adapten a los horarios de niños y niñas, así como el de sus padres/cuidadores.

IMPACTO: Se crea una rutina diaria activa y saludable alrededor de las escuelas para niños y niñas, así como para sus familias.

MÉTRICAS DE ÉXITO: Mejora la calidad del espacio público y aumenta la actividad física en niños y niñas.

MEJOR PRÁCTICA: [Calles para la Niñez](#), Santiago, Chile.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Vivienda y Urbanismo/Gobierno regional o local.

2. Diseñar áreas en las que niños, niñas y madres, padres y/o cuidadores aprendan a andar en bicicleta

Para esta iniciativa se recomienda designar “áreas de ciclismo” en donde expertos ciclistas les enseñen a niños, niñas y madres, padres y/o cuidadores a andar en bicicleta por la ciudad. Es importante asegurar que nadie se quede atrás y garantizar un acceso equitativo a las bicicletas para todas las personas, facilitando bicicletas de bajo costo o recicladas a los participantes que no tengan acceso a bicicletas nuevas. Asimismo, se ofrecerán actividades educativas sobre seguridad para conductores y ciclistas.

Enseñar medidas de seguridad vial a motociclistas y ciclistas, e implementar un sistema de recompensas que incentive a los participantes a tomar las clases. Instalar patios de juegos en áreas frecuentadas por familias, como zonas residenciales alrededor de parques, plazas o escuelas para atraer a más público.

Se recomienda ofrecer el programa en espacios públicos clave los fines de semana para atraer a más personas y que roten los espacios para asegurar una cobertura en toda la ciudad.

IMPACTO: Más niños, niñas y madres, padres y/o cuidadores usan bicicletas para ir a la escuela.

MÉTRICAS DE ÉXITO: Aumenta el modelo de compartir la bicicleta y la confianza de niños y niñas para utilizarla.

MEJOR PRÁCTICA: Programa [Dejá tus rueditas](#), Buenos Aires, Argentina; [Biking playgrounds](#), Copenhague, Dinamarca (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Vivienda y Urbanismo/Ministerio de Transporte/Gobierno regional o local/Sector privado.

3. Crear ciclovías seguras para que niños y niñas vayan a la escuela

La movilidad activa depende de la presencia de infraestructura, la seguridad en áreas públicas y la seguridad del usuario, en particular cuando se trata de niños y niñas. Se recomienda crear rutas ciclistas o ciclovías seguras que conecten las escuelas con las áreas residenciales (incluidas las áreas vulnerables). Para garantizar la seguridad en áreas públicas y mejorar la seguridad en las calles se recomienda agregar medidas para reducir el tráfico, semáforos y señalizaciones para automovilistas. Promover la participación y proporcionar estacionamientos para bicicletas cerca de las escuelas. Se deberán incluir salones para bicicletas, casilleros y talleres de reparación de bicicletas alrededor de las escuelas para promover una mayor participación.

Esta iniciativa debería ofrecerse entre semana y ser inclusiva, evitando dejar a nadie atrás. Los guías/madres, padres/cuidadores deberán promover el uso de casco y ropa reflectante para lograr la máxima seguridad.

IMPACTO: Cambio cultural y de comportamiento. Conciencia generalizada de los beneficios de ir a la escuela en bicicleta y por la ciudad.

MÉTRICA DE ÉXITO: Usar el enfoque “medición-prueba-perfeccionamiento” (ver apartado Hoja de ruta para UNICEF: De la estrategia a la acción) en la supervisión de las ciclovías para introducir modificaciones y garantizar la satisfacción del usuario.

MEJOR PRÁCTICA: [Bicibús](#), Barcelona, España.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Transporte/Ministerio de Educación/Gobierno regional o local/Sector privado.



4. Lanzar un programa de “rutas peatonales supervisadas” para que niños y niñas vayan a la escuela

Desarrollar rutas peatonales seguras para que niños y niñas vayan a la escuela, supervisadas por personal municipal o voluntarios capacitados. Cada ruta deberá estar creada de acuerdo con la ubicación de la escuela y las paradas de autobús. Las rutas peatonales supervisadas orientan a los estudiantes sobre la seguridad pública y evitan riesgos que se pueden presentar en la calle. Además, el programa ayuda a las autoridades escolares y locales a identificar más rápido problemas y riesgos en las calles. Esta iniciativa permite que niños y niñas descubran su ciudad y participen en la comunidad, al tiempo que realizan actividad física y mantienen un peso saludable.

IMPACTO: Aumenta la actividad física en niños y niñas y los empodera a moverse por sí mismos, creando liderazgo y responsabilidad.

MÉTRICA DE ÉXITO: Aumenta la presencia de niños y niñas en el ámbito público, así como la interacción social y la cohesión comunitaria.

MEJOR PRÁCTICA: [Senderos escolares](#), Buenos Aires, Argentina.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Transporte/Ministerio de Educación/Gobierno regional o local.





1. Prohibir la publicidad de alimentos y bebidas no saludables en el transporte público

Se recomienda prohibir la publicidad de alimentos no saludables (con exceso de grasas, azúcares y/o sal) en el sistema de transporte público (incluidos autobuses, metro y tren) de las ciudades. Esta [intervención](#)¹⁰ ha demostrado ser exitosa en Londres, donde el consumo de alimentos no saludables disminuyó desde que se prohibiera la publicidad de estos productos en el transporte público.

IMPACTO: Disminuye la exposición y el consumo de alimentos no saludables en niños y niñas.

MÉTRICA DE ÉXITO: Disminución de la exposición y el consumo de alimentos no saludables en niños y niñas.

MEJOR PRÁCTICA: [Prohibición de la publicidad de alimentos y bebidas no saludables en el transporte de Londres](#), Reino Unido (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Autoridades locales (alcaldes, gobernadores)/Ministerio de Transporte/Organizaciones de Salud Pública/Sector privado/Universidades.

2. Ofrecer alimentos de temporada y programas relacionados con la promoción de una alimentación consciente y saludable en espacios públicos

Promover el consumo de alimentos de temporada y una alimentación consciente y saludable a través de programas y campañas dirigidos a la niñez en espacios públicos y en actividades organizadas por la ciudad. Desarrollar actividades alrededor de las estaciones del año en donde se invite a que niños y niñas de diferentes edades realicen actividad física y juegos divertidos en equipos, incluidas familias de diferentes tamaños en lugares convenientes. Mejorar la educación alimentaria a través de clases de nutrición y alimentación saludable de forma gratuita o a un precio asequible para las familias. Comercializar alimentos frescos, saludables y de temporada durante los eventos/actividades organizadas por la ciudad.

Las alianzas o colaboración con los productores de alimentos frescos se puede realizar mediante una competencia abierta para que puedan vender frutas y verduras a precios más bajos o fijos, y así reemplazar los productos ultraprocesados habituales que se ofrecen en quioscos o tiendas de alimentación.

IMPACTO: Aumenta el consumo de alimentos frescos y saludables en niños y niñas. Las familias aprenden sobre los beneficios de comer alimentos frescos y de temporada.

MÉTRICA DEL ÉXITO: Mayor participación de niños, niñas y sus familias. Aumenta la oferta de alimentos frescos y saludables de temporada.

MEJOR PRÁCTICA: [Estaciones saludables](#), Buenos Aires, Argentina; [SplashJam](#), Lexington, EE. UU. (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Vivienda y Urbanismo/Gobierno regional o local/Sector privado.



3. Instalar bebederos de agua potable gratuita y segura en las escuelas, sus alrededores y en espacios públicos

Instalar bebederos accesibles de agua potable para niñas y niños de diferentes edades en todas las escuelas, sus alrededores y en espacios públicos. El acceso al agua gratuita y segura es fundamental para disminuir el consumo de bebidas azucaradas y reducir el riesgo de sobrepeso, obesidad, diabetes tipo 2, entre otros problemas de salud en niños y niñas.

Se recomienda priorizar e iniciar por escuelas donde el acceso al agua gratuita y segura sea difícil y no haya opciones para hidratarse. Animar a niños y niñas a que tomen agua, ofreciéndoles botellas de agua recargables para su uso diario, evitando el uso de botellas de plástico.

IMPACTO: Aumenta el consumo de agua en niños y niñas.

MÉTRICA DEL ÉXITO: Niños y niñas beben más agua durante el día.

MEJOR PRÁCTICA: [Refill revolution](#), Londres, Reino Unido (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Vivienda y Urbanismo/Ministerio de Educación/Gobierno regional o local/Sector privado.



4. Mejorar la infraestructura de los mercados locales de alimentos frescos

Contar con mercados públicos seguros, limpios y con horarios de apertura amplios facilitará la adquisición de productos frescos cuando se necesiten. Para esto, se recomienda proporcionar mecanismos de financiamiento que permitan mejorar la infraestructura, instalaciones y horarios de apertura de los mercados de productos frescos locales.

Mejorar las condiciones de iluminación para que las personas se sientan seguras por la noche e incluir mobiliario para la socialización y para que puedan comer *in situ*. Se deberá conversar con los vendedores de alimentos con el fin de encontrar los mejores incentivos para ellos a fin de extender o adaptar sus horarios de apertura al menos dos veces por semana, para los compradores que madrugan y quienes compran por la tarde o en la noche.

Adaptar los horarios de la rutina diaria de madres, padres y/o cuidadores mejorará la accesibilidad a alimentos frescos y saludables.

Se recomienda igualmente crear e implementar lineamientos para la eliminación de residuos y crear regulaciones para que los vendedores mantengan los espacios públicos limpios antes y después del horario de funcionamiento del mercado.

IMPACTO: Aumenta el consumo de productos frescos al expandirse los horarios de los mercados locales.

MÉTRICA DEL ÉXITO: Las familias tienen mayor acceso a productos frescos y saludables. Los productores locales aumentan las ventas de productos frescos. Mayor cantidad de clientes en los mercados locales.

MEJOR PRÁCTICA: [Mejora del mercado agrícola de Montevideo](#), Uruguay.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Vivienda y Urbanismo/Mercados locales de productos frescos/Sector privado/Gobierno regional o local.

5. Desplegar mercados agrícolas móviles en zonas remotas

Los mercados agrícolas móviles ayudan a mejorar el acceso a los productos frescos y saludables en la periferia y en comunidades poco comunicadas o de difícil acceso. Alentar a la ciudad para que cree un programa de subsidios a fin de que los vendedores de alimentos locales distribuyan productos frescos y saludables sobre ruedas.

Para esta iniciativa se recomienda rehabilitar un vehículo o autobús viejo con diseño y letreros coloridos, exhibición de alimentos y con mesas plegables para que recorra la ciudad y llegue a los vecindarios donde se necesitan alimentos frescos y saludables. Los autobuses se deberán enviar a lugares estratégicos con rotación bimensual. Recopilar retroalimentación de los vendedores y consumidores que visitan el mercado para repetir y mejorar la experiencia.

IMPACTO: Aumenta la disponibilidad y acceso a frutas y verduras frescas en ubicaciones de difícil acceso.

MÉTRICA DEL ÉXITO: Los mercados agrícolas sobre ruedas son una marca conocida y cada año aumenta el número de personas que los frecuentan.

MEJOR PRÁCTICA: Programa [Ferias de abastecimiento barrial](#), Buenos Aires, Argentina.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Desarrollo Social/Ministerio de Vivienda y Urbanismo/ Mercados locales de productos frescos/Gobierno regional o local/Sector privado.

Entorno social

1. Ofrecer clases de cocina saludable en ubicaciones clave de la ciudad

La educación culinaria es un pilar para mantener los hábitos saludables en casa, pero la falta de tiempo impide a las familias preparar sus alimentos de manera más saludable. Crear una escuela móvil que recorra la ciudad ofreciendo formación nutricional y clases de cocina en ubicaciones clave.

Instalar una cocina eléctrica y artículos de cocina en un camión adaptado. Los chefs y nutriólogos o profesionales de la salud recorren la ciudad preparando alimentos de temporada, fáciles de preparar y asequibles, mientras que niños y niñas ven y aprenden.

Este programa podría ampliar los conocimientos, habilidades y hábitos saludables sobre nutrición en las comunidades. Este programa, combinado con granjas urbanas y campañas de concientización pública, puede ayudar a mejorar los conocimientos sobre los alimentos y el bienestar general a nivel ciudad.

IMPACTO: Se ofrecen clases a los vendedores ambulantes de alimentos y operadores de comedores escolares que están en contacto con niños y niñas.

MÉTRICA DEL ÉXITO: Participación de los varones de la familia, las niñas y los niños. Aumenta el número de personas que participan en las clases cada año.

MEJOR PRÁCTICA: Programa [Cocina Uruguay](#), Montevideo, Uruguay.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Salud/Ministerio de Desarrollo Social/Gobierno regional o local/Organizaciones de la sociedad civil.



2. Elaborar libros de recetas de bajo costo con alimentos de temporada y darles amplia divulgación en los lugares donde se reúnen niños y niñas

Los libros de recetas o recetarios que incluyan recetas fáciles con productos asequibles y de temporada podría ser de gran utilidad para las familias que carecen del tiempo necesario para cocinar. Promover las asociaciones entre los mercados centrales y el sector agrícola con el fin de que se proporcione una lista de productos frescos de temporada a cocineros o chefs locales para que compilen un libro de recetas sencillas e innovadoras para toda la familia. Se recomienda compartir y disseminar los recetarios en eventos celebrados en las escuelas, centros de salud, redes sociales y espacios públicos.

IMPACTO: Se promueve una alimentación asequible y saludable, con una mayor ingesta de frutas y verduras frescas y la reducción del consumo de alimentos procesados y ultraprocesados.

MÉTRICA DEL ÉXITO: Revalorización de las tradiciones locales y generación de conciencia sobre los beneficios de comer alimentos de temporada con recetas locales.

MEJOR PRÁCTICA: [Recetario Picaditas de verano](#), Instituto Nacional de Alimentación (INDA), Uruguay.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Salud/Ministerio de Desarrollo Social.

3. Promover el desarrollo de aplicaciones para niños, niñas, y madres, padres y/o cuidadores sobre alimentación saludable y educación nutricional

Compartir información a través de medios innovadores ayuda a ampliar el acceso a la información nutricional. Puesto que el uso de los dispositivos digitales va en aumento, se recomienda desarrollar aplicaciones y juegos digitales para que niños, niñas y madres, padres y/o cuidadores conozcan los beneficios de optar por alimentos saludables y puedan tomar decisiones más informadas en el momento de la compra. Hoy en día, existen muy pocas aplicaciones de este tipo dirigidas a población infantil. Al desarrollar estas aplicaciones, se deberá tener en cuenta cómo es el proceso de aprendizaje de niñas y niños, e incluir elementos atractivos y entretenidos, como el uso de personajes de especial interés, colores, movimiento.

Se recomienda realizar asociaciones con el sector académico para el desarrollo de aplicaciones y para recoger la retroalimentación de los usuarios que utilizan las aplicaciones.

IMPACTO: Aumenta el conocimiento y el uso del etiquetado frontal para informar a los consumidores en los puntos de venta.

MÉTRICA DEL ÉXITO: La ciudadanía cambia sus decisiones de compra usando la información que proporciona la aplicación.

MEJOR PRÁCTICA: [Escáner nutrimental](#), México; [Yuka](#); [Héroes en tu plato](#), España.

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Ministerio de Salud/Ministerio de Desarrollo Social/Negocios o establecimientos de alimentos.

4. Duplicar la capacidad de personas influyentes o *influencers* para que promuevan el cambio

Los embajadores de buena voluntad o *influencers* seleccionados (sin conflictos de interés), pueden ayudar a crear conciencia y movilizar el cambio en relación a como se percibe el sobrepeso y la obesidad infantil, y su relación con el entorno obesogénico. En este sentido, es importante considerar cómo la edad y el género de los *influencers* pueden inspirar a madres, padres, niños y niñas de manera más eficaz.

Paralelamente, se deberá apoyar a las organizaciones civiles locales para que participen en la promoción, comunicación del cambio del comportamiento social y rendición de cuentas a fin de aumentar el alcance en la población y generar un compromiso político. El apoyo de las autoridades regionales y locales será clave para comunicar el mismo mensaje en todos los niveles de gobierno.

IMPACTO: Mayor conciencia pública sobre el sobrepeso y la obesidad infantil, así como su relación con los entornos obesogénicos.

MÉTRICA DEL ÉXITO: Las organizaciones de la sociedad civil desarrollan campañas de comunicación social para la prevención del sobrepeso en la niñez.

MEJOR PRÁCTICA: [Bite Back 2030](#), Reino Unido (información en inglés).

A IMPLEMENTARSE EN: Santiago de Chile y Ciudad de México.

ALIADO PRINCIPAL/DIRIGIDO A: Gobierno regional de Santiago + UNICEF/Gobierno local de la Ciudad de México + UNICEF/Embajadores de UNICEF/*Influencers* sin conflictos de interés/Organizaciones de la sociedad civil.

Hoja de ruta para UNICEF y partes interesadas clave: de la estrategia a la acción

Esta sección recopila todos los aprendizajes e información de las fases realizadas durante este proyecto para llevar a cabo la implementación de las mejores prácticas e intervenciones en las dos ciudades seleccionadas de América Latina y el Caribe.

En el proceso de rediseñar el paisaje alimentario en Santiago de Chile y Ciudad de México se recomienda seguir un enfoque de **medición-prueba-perfeccionamiento** y empoderar a las comunidades y partes interesadas locales para la implementación exitosa de las intervenciones. Para seguir este enfoque, se recomienda lo siguiente:

- 1. Recopilación de datos:** El levantamiento de información es esencial para comprender el contexto local en el que la vida cotidiana pasa por un proceso de planificación de varias partes interesadas.
- 2. Comprensión de la experiencia del usuario:** En lugar de evaluar cosas y artefactos, se considerarán y compartirán experiencias, historias y narrativas.
- 3. Desarrollo de una estrategia alimentaria saludable:** A partir de las historias observadas y la participación de informantes clave y la comunidad, se busca desarrollar una serie de estrategias que logren ejercer un “impacto duradero” en un determinado barrio o vecindario. En este paso se recomienda incluir a las autoridades locales.
- 4. Prueba con proyectos piloto:** Se probarán las intervenciones a pequeña escala o a nivel de un vecindario. Los pilotos pueden ayudar a realizar los ajustes necesarios y mejorar las intervenciones antes de realizar inversiones mayores a largo plazo.
- 5. Evaluación y definición de los criterios para el éxito:** En coordinación con las partes interesadas clave, se evaluará el éxito de los proyectos locales con ayuda de indicadores clave de rendimiento.
- 6. Ampliación de la estrategia y de políticas para un impacto en toda la ciudad:** Se recurrirá a los criterios de éxito y los resultados del proyecto piloto para atraer mayores inversiones en infraestructura y ampliar la estrategia y las políticas a toda la ciudad.

UNICEF trabaja actualmente en el desarrollo de una estrategia alimentaria saludable en las dos ciudades seleccionadas. La priorización de las recomendaciones se realizará una vez compartidos los resultados y recomendaciones con informantes clave, las autoridades locales y otras partes interesadas relevantes.



© UNICEF/UN/208759/Carrillo

¿Dónde empezar en Santiago de Chile?

Como punto de partida, se recomienda pilotear las recomendaciones y proyectos o programas incluidos en este documento como mejores prácticas, en alguno de los vecindarios más vulnerables dentro del área de influencia de las tres escuelas siguientes y los espacios públicos circundantes:

1. Escuela Nueva Zelandia (Independencia)
2. Escuela Juana Atala de Hirmas (Renca)
3. Escuela Básica Pedro Aguirre Cerda (Cerrillos)



¿Dónde empezar en la Ciudad de México?

Como punto de partida, se recomienda pilotear las recomendaciones y proyectos o programas incluidos en este documento como mejores prácticas, en alguno de los vecindarios más vulnerables dentro del área de influencia de las siguientes instituciones de confianza y los espacios públicos circundantes:

1. Plaza de Ermita Iztapalapa: terreno agrícola-urbano y cocina comunitaria de Pilares
2. Escuela Primaria "General Lázaro Cárdenas del Río", Coapa
3. Rectoría de La Inmaculada Concepción



Tabla 1. Matriz de programas e intervenciones en Santiago de Chile y en la Ciudad de México para mejorar los entornos alimentarios urbanos y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil

Esta matriz proporciona un marco para priorizar aquellas intervenciones (programas y proyectos) que podrían marcar un cambio en el ámbito público en Santiago y Ciudad de México. También sirve como herramienta para evaluar y consolidar a los actores, indicadores clave de rendimiento (*KPI*, por sus siglas en inglés) y los actores principales para cada proyecto y política. Esta matriz ayudará a las dos ciudades seleccionadas a planificar de manera más efectiva y estratégica, seleccionar a los socios, solicitar financiamiento y crear una estrategia robusta para mejorar los paisajes alimentarios.

Pilar y plazo previsto para el impacto	Proyecto	Programa	Impacto	<i>KPI</i>	Programa existente que se puede utilizar como punto de partida	Actores principales/aliados potenciales	Referencia de mejor práctica
Gobernanza y voluntad política corto plazo	Mecanismo de coordinación para la transformación del sistema alimentario.	N/A	Todos los niveles de gobierno se enfocan en la prevención del sobrepeso en la niñez, integrando políticas en diferentes sectores.	Se crean mecanismos de coordinación para la transformación del sistema alimentario a nivel local.	“Elige Vivir Sano”, Santiago; Consejo de Desarrollo Social del Distrito Federal, Ciudad de México.	Gobierno local y regional UNICEF	Coordinación de seguridad alimentaria y nutrición , Sao Paulo, Brasil.
Espacio construido y carácter urbano corto plazo	Rediseño de los espacios públicos adyacentes a las escuelas.	N/A	Se crea una rutina diaria activa y saludable alrededor de las escuelas para niños, niñas y sus familias.	Niños y niñas aumentan su actividad física.	“Calles para la Niñez”, Santiago.	Ministerio de Vivienda y Urbanismo	Calles para la Niñez , Santiago, Chile.
Espacio construido y carácter urbano corto plazo	N/A	Diseño de áreas en las que niños, niñas, y sus padres/cuidadores aprendan a andar en bicicleta.	Más niños y niñas utilizan la bicicleta para ir a la escuela.	Aumenta el modelo de compartir la bicicleta para ir a la escuela, y la confianza para utilizar la bicicleta entre niños, niñas, y cuidadores.	“Elige vivir sano”, Santiago.	Ministerio de Transporte Ministerio de Vivienda y Urbanismo	Programa Dejá tus rueditas , Buenos Aires, Argentina Biking playgrounds , (información en inglés) Copenhague, Dinamarca
Entorno social corto plazo	N/A	Elaboración de recetas a bajo costo y un libro de recetas con productos frescos y de temporada.	Mayor ingesta de alimentos frescos y de temporada.	Se revalorizan las tradiciones locales y se genera mayor conocimiento sobre los beneficios de comer alimentos frescos y de temporada.	Cocinando aprendo, TV EDUCA, Chile.	Chefs Ministerio de Salud Ministerio de Desarrollo Social Municipio	Recetario Picadas de verano , INDA, Uruguay

Entorno social corto plazo	Promover el desarrollo de aplicaciones para niños, niñas y padres/cuidadores para ampliar su conocimiento sobre alimentos saludables.	N/A	Aumenta el conocimiento y el uso del etiquetado frontal entre niños y niñas, padres/cuidadores.	La ciudadanía cambia sus decisiones de compra gracias a la información que proporciona la aplicación.	Pedidos Sanos, Santiago.	Asociación pública y privada Municipio Organizaciones de la sociedad civil INSP (Ciudad de México)/INTA (Santiago) Ministerio de Desarrollo Social Ministerio de Salud	Escáner nutricional , México. Pedidos Sanos , Santiago, Chile. Héroes en tu plato , España.
Gobernanza y voluntad política mediano plazo	N/A	Promover las ventas excedentes de alimentos en espacios públicos e instituciones de confianza (sólo en Ciudad de México).	Se reduce el desperdicio de alimentos y las emisiones; aumenta la seguridad alimentaria para niños y niñas.	Se reduce el desperdicio de alimentos en vertederos. Generación de nuevos empleos.	N/A	Asociación pública y privada Ministerio de Vivienda y Urbanismo Ministerio de Agricultura Municipio Establecimientos o negocios de alimentos	Red plato lleno , Buenos Aires, Argentina. Food Rescue (información en inglés) EE. UU.
Gobernanza y voluntad política mediano plazo	N/A	Promover asociaciones con productores locales de alimentos para aumentar el suministro de alimentos frescos.	Los alimentos se distribuyen allá donde se necesitan. Los agricultores venden sus productos frescos a precios justos.	Las personas en ubicaciones remotas tienen mayor acceso a productos frescos de temporada.	Programa de recarbonización de suelos, FAO (México).	Ministerio de Agricultura Establecimientos de alimentos locales	Huertas de abastecimiento Medellín, Colombia.
Gobernanza y voluntad política mediano plazo	Cumplimiento de las regulaciones establecidas para los alimentos ultraprocesados.	N/A	Las políticas nacionales se cumplen a nivel local.	No se venden alimentos ultraprocesados ni en las escuelas ni en sus inmediaciones.	N/A	Región Metropolitana de Santiago Gobierno de la Ciudad de México Ministerio de Salud (Chile) COFEPRIS (México)	Informe de evaluación de la implementación de la Ley sobre composición nutricional de los alimentos y su publicidad (2017) , Chile

Gobernanza y voluntad política mediano plazo	Creación de un marco para diseñar y gestionar espacios públicos para niños y niñas.	N/A	Mejora general del ámbito público y un mayor sentido de la seguridad para niños, niñas y sus cuidadores.	Más niños y niñas visitan parques, plazas o caminan por la calle. Se genera mayor sentido de pertenencia y socialización.	N/A	Ministerio de Vivienda y Urbanismo	KABOOM Plays Everywhere , (información en inglés), EE. UU. Guía de espacios públicos del MINVU , Santiago, Chile
Gobernanza y voluntad política mediano plazo	N/A	Implementación del modelo "Escuelas en Movimiento".	Aumenta la actividad física y estilos de vida activos en niños y niñas.	La salud se concibe como un parámetro de desempeño educativo. Aumenta la actividad física de niños y niñas.	Programa escolar de alimentación "Salud en tu vida, salud para el bienestar".	Ministerio de Educación	Schools on the Move , (información en inglés), Finlandia Centros Comunitarios Pilares , México
Espacio construido y carácter urbano mediano plazo	N/A	Creación de rutas ciclistas seguras para que niños y niñas vayan a la escuela.	Se produce un cambio cultural y de comportamiento hacia estilos de vida más saludables.	Se utiliza el enfoque "medición-prueba-perfeccionamiento" para introducir modificaciones y garantizar la satisfacción del usuario.	Corredores ciclistas, Santiago. Muévete en bici, Ciudad de México.	Ministerio de Transporte Ministerio de Educación	Bicibús , Barcelona España
Espacio construido y carácter urbano mediano plazo	N/A	Lanzamiento de un programa de "rutas peatonales supervisadas para niños y niñas que van a la escuela".	Incrementa la actividad física en niños y niñas. Aumenta el empoderamiento de niños y niñas al moverse por sí mismos.	Aumenta la presencia de niños y niñas en el ámbito público, así como la interacción social y la cohesión comunitaria.	N/A	Ministerio de Transporte Ministerio de Educación	Senderos escolares , Buenos Aires, Argentina
Entorno alimentario, patrones culturales y de alimentación mediano plazo	N/A	Ofrecer alimentos de temporada y programas relacionados con alimentación saludable en espacios públicos.	Aumenta el consumo de alimentos saludables en niños y niñas. Las familias están conscientes de los beneficios de comer productos frescos y de temporada.	Mayor participación de niños, niñas y sus familias. Aumenta la oferta de alimentos de temporada y se expande en toda la ciudad.	"Elige vivir sano", Santiago	Ministerio de Vivienda y Urbanismo Ciudad Emergente (Santiago)	Estaciones saludables , Buenos Aires, Argentina SplashJam , (información en inglés), Lexington, EE. UU.
Entorno alimentario, patrones culturales y de alimentación mediano plazo	Instalación de bebederos de agua potable gratuita y segura en y alrededor de las escuelas.	N/A	Aumenta el consumo de agua.	Los estudiantes beben más agua durante el día.	N/A	Ministerio de Vivienda y Urbanismo Ministerio de Educación	Refill revolution , (información en inglés), Londres, Reino Unido

Entorno alimentario, patrones culturales y de alimentación mediano plazo	Mejora de la infraestructura para mercados locales de alimentos frescos.	N/A	Aumenta la demanda y consumo de productos frescos.	Los productores locales aumentan las ventas de productos frescos. Mayor presencia de productos frescos en los mercados locales.	Ferias libres, "Elige Vivir Sano", Santiago.	Ministerio de Desarrollo Social Ministerio de Vivienda y Urbanismo Mercados locales de alimentos frescos	Mejora del Mercado Agrícola de Montevideo , Uruguay
Entorno alimentario, patrones culturales y de alimentación mediano plazo	Despliegue de mercados de agricultores móviles a ubicaciones remotas.	N/A	Aumenta la disponibilidad y el acceso a frutas y verduras frescas en ubicaciones remotas.	Los mercados de agricultores sobre ruedas son una marca conocida y más personas los visitan cada año.	Ferias libres, "Elige Vivir Sano", Santiago.	Ministerio de Desarrollo Social Ministerio de Vivienda y Urbanismo Mercados locales de alimentos frescos	DC Greens , (información en inglés), Washington, DC, EE. UU.
Entorno social mediano plazo	N/A	Oferta de clases sobre cocina saludable.	Se ofrecen clases a los vendedores ambulantes de alimentos y operadores de comedores escolares que están en contacto con niños y niñas.	Participación de los varones de la familia, niños y niñas. Más niños y niñas, padres/cuidadores participan en las clases cada año.	Cocinando aprendo, TV EDUCA, Chile.	Chefs Ministerio de Salud Ministerio de Desarrollo Social Municipio	Programa Cocina Uruguay , Montevideo, Uruguay Cocinando Aprendo , Chile
Entorno social mediano plazo	N/A	Duplicar la capacidad de personas influyentes para que promuevan el cambio.	Mayor conciencia pública sobre el sobrepeso en la niñez, así como su relación con los entornos obesogénicos.	Las organizaciones de la sociedad civil desarrollan campañas de comunicación social sobre la prevención del sobrepeso y la obesidad en la niñez.	Embajadores de buena voluntad de UNICEF e <i>influencers</i> locales sin conflicto de interés.	N/A	N/A

Referencias

1. United Nations, Department of Economic and Social Affairs, *World Urbanization Prospects 2018: Highlights*, United Nations, New York, 2019.
2. Comisión Económica para Latinoamérica y el Caribe, Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 'La Ciudad y los derechos de niñas, niños y adolescentes', *Boletín de la infancia y adolescencia*, n.º 23, CEPAL, UNICEF, 2020, [<crm.cepal.org/civicrm/mailling/view?reset=1&id=686>](https://crm.cepal.org/civicrm/mailling/view?reset=1&id=686), consultado en abril de 2022.
3. United Nations Children's Fund, World Health Organization, International Bank for Construction and Development, World Bank, *Levels and Trends in Child Malnutrition: Key findings of the 2021 edition of the joint child malnutrition estimates*, UNICEF, WHO, World Bank, New York, 2021.
4. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, *Estado Mundial de la Infancia 2021: En mi mente: Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*, UNICEF, Nueva York, enero de 2022.
5. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, *El sobrepeso en la niñez: Un llamado para la prevención en América Latina y el Caribe*, ed. rev., UNICEF, Ciudad de Panamá, 2021.
6. United Nations Children's Fund, *Children eating well in cities. A Roadmap for Action to Support Nutritious Diets and Healthy Environments for All Children in Urban Settings*, UNICEF, New York, 2020.
7. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, *Guía Programática de UNICEF: Prevención del sobrepeso y la obesidad en niñas, niños y adolescentes*, UNICEF, Nueva York, 2019.
8. Sandoval, Rosa Caterina, et al., 'Excise taxes on sugar-sweetened beverages in Latin America and the Caribbean', *Pan American Journal of Public Health*, vol. 45, 2021, doi.org/10.26633/RPSP.2021.21, consultado en abril de 2022.
9. GEHL, 'What does a healthy foodscape looks like?', GEHL Blog, 21 agosto de 2021, Gehlpeople.com/blog/healthy-foodescapes/, consultado en abril de 2022.
10. Yau, Amy, et al., 'Changes in household food and drink purchases following restrictions on the advertisement of high fat, salt, and sugar products across the Transport for London network: A controlled interrupted time series analysis', *PLOS Medicine*, vol. 19, no. 2, 2022, doi.org/10.1371/journal.pmed.1003915, consultado en abril de 2022.

Anexos

Anexo 1. Herramientas para la recolección de información durante la fase de participación con la comunidad

Guía para el cuestionario: Un día en la vida de una niña o un niño

Usando la siguiente guía, explore las actividades que realizan las niñas y los niños, así como los alimentos que consumen en un día promedio (entre semana) y durante los fines de semana.

Nombre de la niña o el niño:

Edad:

Familia:

Ocupación/empleo del padre, madre o cuidador:

Vecindario:

Casa: ____ Habitaciones ____ Baños _____ Número de personas

En la mañana, en **casa**... (describa los alimentos que consume y las actividades que realiza)

En la mañana, en la **escuela**... (describa los alimentos que consume y las actividades que realiza)

En la tarde, después de la **escuela**... (describa los alimentos que consume y las actividades que realiza)

En la tarde, en el **parque, plaza o lugar recreativo**... (describa los alimentos que consume y las actividades que realiza)

En la tarde, en **casa**...

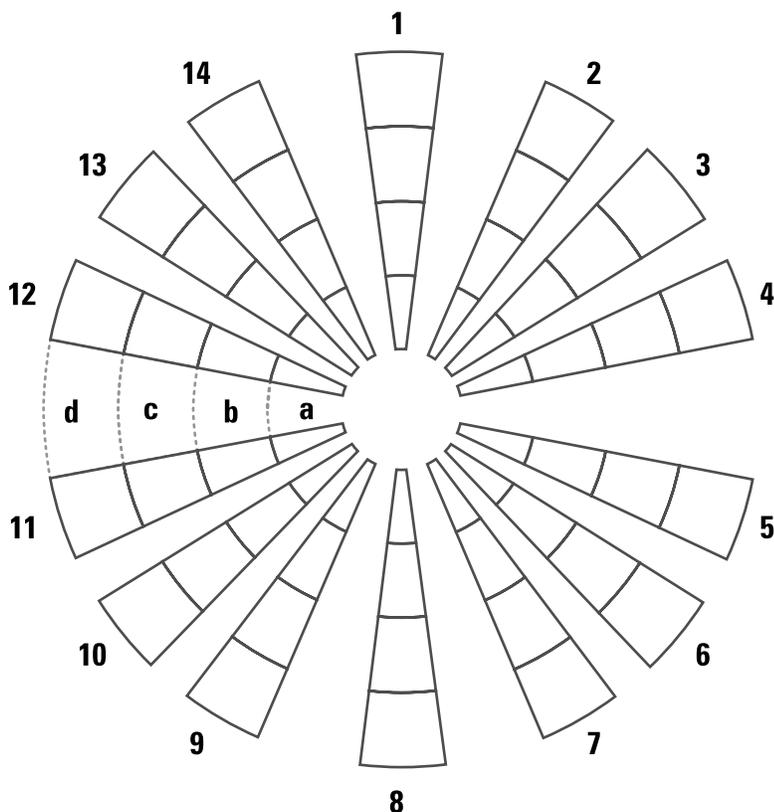
Los **fines de semana**

Herramienta “Dibujando el entorno alimentario”

Parte A - Coloree sus respuestas en el gráfico de la siguiente página.

- ¿Con qué frecuencia el hombre de la casa prepara los alimentos para la familia?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- Cuando compra alimentos, ¿qué tan importante es para usted que sean saludables?
 - Nada
 - Poco
 - Mucho
 - Absolutamente
- ¿Cambia sus opciones de compra cuando encuentra alimentos cuyos octágonos indican “EXCESO/ ALTO EN”?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Las tiendas de su vecindario ofrecen alimentos como frutas y verduras frescas?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia cocina con toda su familia?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia come en casa con toda su familia?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia come en el trabajo con sus colegas o compañeros?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia come en espacios públicos como parques y plazas?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia come alimentos frescos, frutas y verduras?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia realizó actividad física durante la pandemia?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia usa bicicleta, transporte público o camina al trabajo o la escuela?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia usa los espacios públicos de su vecindario, por ejemplo, parques y plazas?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- ¿Con qué frecuencia realiza actividad física o ejercicio, como caminar, andar en bicicleta u otros deportes?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre
- En general, ¿se siente seguro cuando usa los espacios públicos de su vecindario, como parques y plazas?
 - Nunca
 - Rara vez
 - Casi siempre
 - Siempre

Gráfico de la parte A - Coloree sus respuestas de la página anterior en este gráfico.



Parte B - Caracterización del entorno alimentario

1. Al decidir qué alimentos comprar, ¿cuál de los siguientes aspectos es más importante?:

- Precio
- Los conozco por experiencias anteriores o previas
- A mis hijas e hijos les gustan
- Son saludables

2. ¿En qué tipo de tienda encuentra productos frescos (frutas, verduras, lácteos, carnes) todos los días?

- Quiosco
- Vendedor ambulante
- Mercado central o de alimentos
- Supermercado

3. ¿A qué distancia de su casa están las tiendas que venden frutas y verduras?

- Muy cerca (menos de 100 metros)
- Cerca (de 100 a 500 metros)
- Lejos (de 500 metros a 1 km)
- Muy lejos (más de 1 km)

Sexo: Femenino:___ Masculino:___ Otro:___

Edad: _____

Cuál es su ocupación actual (elija solo una):

Estudiante:___ Trabajador:___ Jubilado:___ Otro: ___

Fecha: __/__/____

Anexo 2. Información y perfiles de los socios locales del grupo consultor en Santiago de Chile y en la Ciudad de México

Santiago de Chile

Javier Vergara es cofundador y director general de [Ciudad Emergente](#), un laboratorio de tácticas y herramientas para el urbanismo ciudadano. Se especializa en combinar proyectos sociales innovadores, emprendimientos, participación ciudadana y tecnologías para mejorar la calidad de vida en las ciudades. Ha trabajado en varios proyectos de desarrollo urbano en Chile, Europa y Estados Unidos. Javier también es cofundador de [Plataforma Urbana](#), [Plataforma Arquitectura](#) y [CitiSent](#). En 2006, la publicación *El Sábado* y el Centro para el Liderazgo Estratégico de la Universidad Adolfo Ibáñez lo nombraron uno de los 100 Jóvenes Líderes de Chile. Actualmente, Javier es profesor de Urbanismo Táctico en la Universidad Diego Portales, de Empresas Urbanas Emergentes en la Universidad del Desarrollo y en la Maestría de Diseño Urbano (MPUR) en la Pontificia Universidad Católica de Chile. Ha publicado artículos sobre urbanismo táctico en la Universidad Autónoma de México, Universidad de Columbia y en *Latin GSD* de la Universidad de Harvard. Para obtener más información sobre Javier, consulte [TEDxUDD, plática con Marisol García: "Colabora, Prueba y Comparte: No hay secretos en la innovación urbana"](#).

Ciudad de México

Carolina Crespo Uribe es líder de estudio en la [Oficina de Resiliencia Urbana \(ORU\)](#), cargo que ejerce desde hace dos años. ORU, es una organización de diseño urbano y práctica de investigación aplicada que se especializa en la resiliencia e infraestructuras del paisaje sensibles al cambio climático. El equipo de ORU consolida más de diez años de experiencia en los sectores académicos, públicos y privados, y varias organizaciones multilaterales. La oficina explora la posibilidad de la integración urbano-ambiental a diferentes escalas, dentro de contextos sociales, económicos y políticos múltiples. ORU trabaja con un enfoque colaborativo, en equipo con los profesionales más experimentados en diferentes campos de conocimiento a fin de obtener de manera efectiva las mejores soluciones disponibles para las necesidades más urgentes de las regiones y las comunidades urbanas globales. Actualmente, Carolina es profesora de la Escuela de Arquitectura, Arte y Diseño del Tecnológico de Monterrey. La experiencia de Carolina y de ORU, así como su red en la Ciudad de México, fueron determinantes en el contacto con los actores clave y partes interesadas de la ciudad a fin de realizar las entrevistas y fomentar la participación comunitaria en Iztapalapa. Su conocimiento y experiencia en la ciudad y, en particular, en las comunidades necesitadas, han sido extremadamente valiosos para las fases de investigación y de recomendaciones.



© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
(UNICEF)

Julio de 2022

Oficina Regional para América Latina y el Caribe
Calle Alberto Tejada, Edif. 102, Ciudad del Saber
Panamá, República de Panamá

Apartado postal 0843-03045

Teléfono: + 507 301 7400

www.unicef.org/lac

