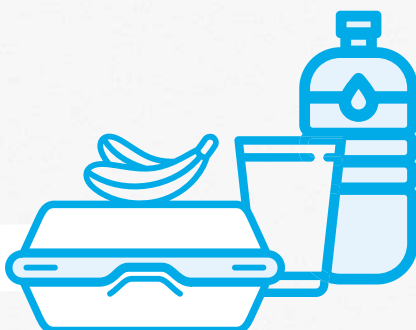
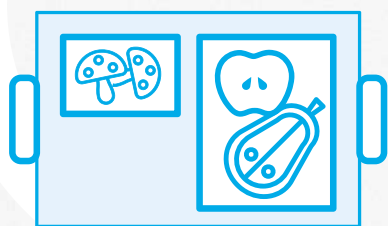
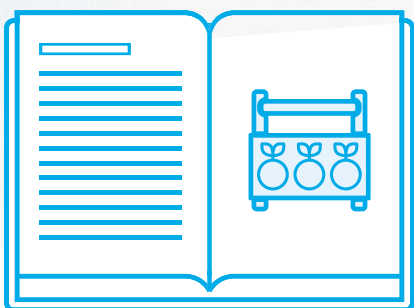
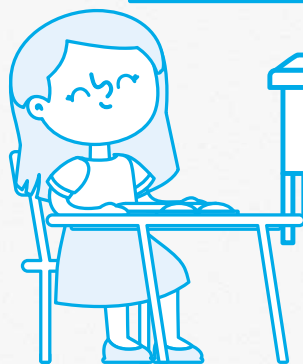
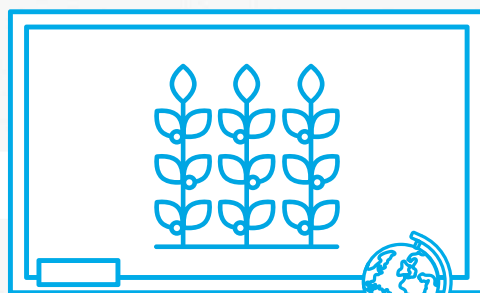
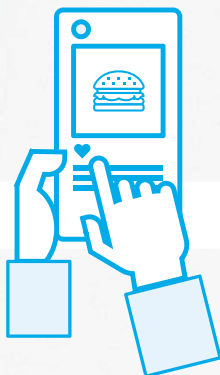


unicef 

para cada infancia

# El entorno alimentario escolar



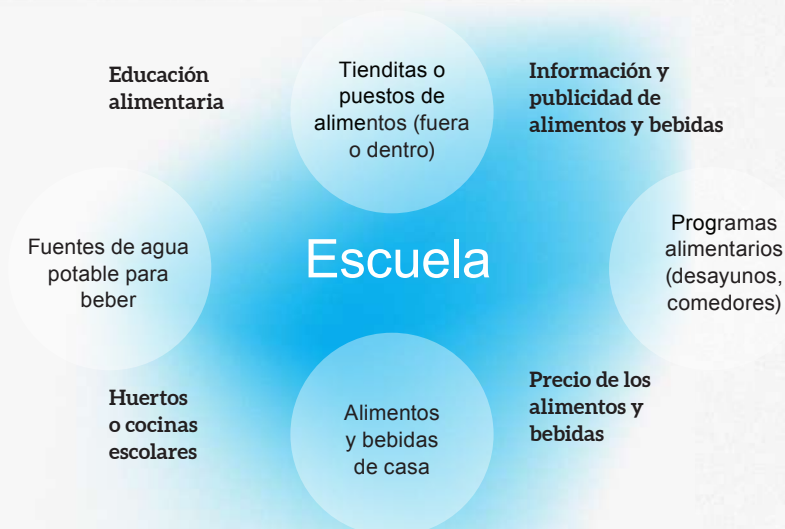




## ¿Qué significa entorno alimentario escolar?

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), el concepto entorno alimentario escolar se refiere a **todos los espacios, la infraestructura y las condiciones dentro y alrededor de las instalaciones escolares en las que se disponen, ofrecen, distribuyen o consumen alimentos y bebidas, y su contenido nutricional**.<sup>1</sup> Esto incluye aspectos como el precio y la publicidad u otra información que recibe la comunidad educativa sobre los alimentos, tanto de manera informal como formal (educación alimentaria); también se consideran los alimentos y bebidas que las y los estudiantes traen de casa, que adquieren dentro del centro educativo o reciben por parte de algún programa alimentario y los alimentos que se venden en los alrededores de las escuelas.<sup>2</sup> Otro posible elemento del entorno alimentario escolar podrían ser los huertos escolares o actividades de preparación de alimentos con un enfoque pedagógico (ver Figura 1).<sup>3</sup>

Figura 1. Elementos del entorno alimentario escolar



Fuente: elaboración propia con información de FAO, UNICEF y evidencia científica.

## | ¿Por qué es importante?

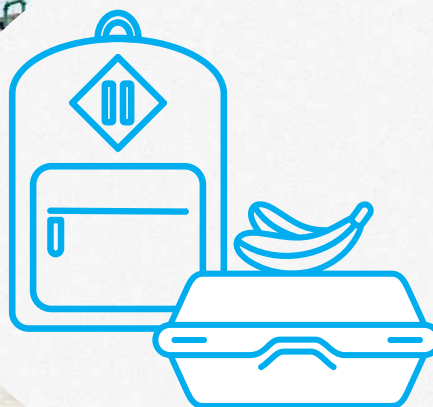
El entorno escolar moldea qué tan disponibles, accesibles, deseables y convenientes son cierto tipo de alimentos durante la estancia de niñas, niños y adolescentes en la escuela. La presencia de alimentos agradables, nutritivos e inocuos favorece su consumo entre la población infantil y adolescente, por el contrario, la disponibilidad de alimentos no saludables, apetitosos y baratos promueve su consumo.

Además, la escuela es un espacio fundamental para generar oportunidades de aprendizaje y experiencias que pueden **modelar patrones alimentarios más saludables que durarán toda la vida.**<sup>4,5</sup> De ahí la importancia de diseñar planes de estudio que promuevan la adquisición de conocimientos y de habilidades que permitan a las y los estudiantes tener una alimentación saludable a lo largo de su vida.<sup>6,7</sup>

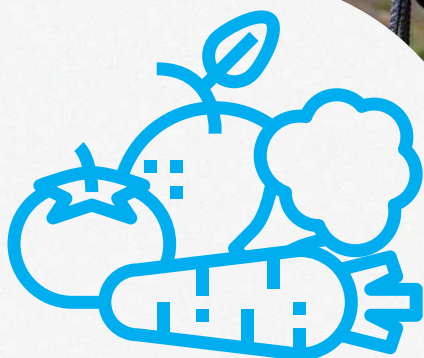
Desde una **perspectiva de derechos de la infancia**, los entornos alimentarios escolares impactan principalmente el derecho a la alimentación adecuada a través del acceso a alimentos saludables. También involucran el derecho de niñas, niños



© UNICEF México/Balam-Ha Carrillo







y adolescentes a oportunidades de aprendizaje y herramientas para desarrollar hábitos alimentarios a partir de información imparcial y libre de conflicto de interés.<sup>8</sup>

En 2019, la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) emitió una serie de recomendaciones ante el incremento de sobrepeso y obesidad infantil en México, (de 18.4% en 1999 a 35.6% en 2018 en el caso de las y los escolares) señalando la pertinencia de incluir asignaturas o temas sobre el cuidado de la salud y la nutrición en la currícula escolar, particularmente la identificación de alimentos nutritivos y aquellos que no lo son, la construcción de huertos urbanos, el cuidado y los beneficios del agua simple potable, la identificación de estrategias de publicidad engañosa, y la interpretación del etiquetado de alimentos, entre otras.<sup>9</sup>

## ¿Cómo tener un entorno alimentario escolar saludable?

Hay cuatro acciones efectivas para prevenir el sobrepeso y la obesidad en el entorno escolar (más allá del entorno alimentario):<sup>10</sup>

1

**El empoderamiento y cambio de conductas en alimentación**, nutrición y salud, mediante procesos educativos y de capacitación para estudiantes y la comunidad educativa.

2

La definición e implementación de **estándares o directrices de alimentación** saludable en las escuelas, mediante el suministro de alimentos de alta calidad, tanto en la alimentación escolar (programas gubernamentales) como en las tiendas escolares.

3

La implementación de **regulaciones y lineamientos para proteger el ambiente alimentario**, lo que incluye restricciones de la publicidad de alimentos no saludables, el incentivo y la infraestructura para asegurar el acceso al agua simple potable.

4

**El aumento de la actividad física** a través de la enseñanza de sus beneficios, el incremento del tiempo, el espacio y los recursos para que su práctica sea posible en las escuelas.



Además, para ser efectivas, se recomienda que estas acciones tengan una duración mínima de un año, sean diseñadas y dirigidas por talento humano especializado e involucren a toda la comunidad educativa.

Los momentos de aprendizaje sobre alimentación en la escuela no se limitan a las clases impartidas de manera formal, por lo que los mensajes de alimentación promovidos en los planes curriculares **deben ser congruentes con lo que los estudiantes experimentan dentro de la escuela** a través de los alimentos y bebidas disponibles, así como en las actitudes y prácticas de los miembros de la comunidad escolar.<sup>11</sup> La provisión directa de verduras y frutas también logrará aumentar el consumo de estos alimentos.<sup>12</sup>

Los alimentos y bebidas disponibles en la escuela no solo deben ser saludables, frescos o mínimamente procesados, sino también accesibles, culturalmente aceptados y de preferencia producidos localmente.<sup>13,14</sup> En este sentido, los **huertos escolares o actividades de preparación de alimentos** pueden ser herramientas de aprendizaje para promover una alimentación saludable, justa y sostenible.<sup>15</sup>



## Intervenciones exitosas sobre entornos alimentarios saludables

Intervenciones exitosas	Descripción
Educación en alimentación y nutrición	En primarias de Estados Unidos, la impartición de clases de nutrición dos veces a la semana con actividades prácticas y degustaciones, aumentaron los conocimientos en nutrición y la preferencia por frutas y verduras de las y los estudiantes. <sup>16</sup>
Estándares o directrices de alimentación saludable	En el Reino Unido, después de que se evidenciara el bajo valor nutrimental de los alimentos ofrecidos en el Programa de Alimentación Escolar, se establecieron estándares nutricionales para su composición. Posterior a la implementación de estos estándares, se identificó que las niñas y los niños beneficiarios del programa consumían menos sodio, grasa y grasa saturada e incrementaron la cantidad de proteína, vitamina C y folatos que las y los niños que consumían los alimentos que traían de su casa. <sup>17</sup>
Regulación de alimentos y bebidas	En las escuelas de Canadá, después de seis años de implementación de una política de nutrición que incluyó la regulación de alimentos y bebidas no saludables, se logró una reducción promedio del consumo de casi una porción de alimentos con bajo valor nutricional. <sup>18</sup>
Provisión directa de frutas y verduras	El Programa de Frutas y Verduras Frescas de Estados Unidos que ofrece estos alimentos a las y los estudiantes durante la jornada escolar logró que, en promedio, consumieran un tercio de taza al día más que estudiantes de escuelas que no se benefician del programa. <sup>19</sup>
Huertos escolares y talleres de cocina como herramientas prácticas de enseñanza	En la escuela intervenida en Chile por investigadores de la Universidad de ese país, hubo una mejora significativa en la motivación para cocinar, el interés por cultivar verduras y frutas en casa y la compra de fruta dentro de la escuela. <sup>20</sup>





© UNICEF México/Balam-Ha Carrillo



## ¿Cómo es el entorno alimentario escolar en México?

En el país, el 8.3% de los niños y niñas de entre 2 y 5 años que están en preescolar presentan sobrepeso u obesidad y esta cifra aumenta a 33.7% a los 6 años, que es cuando comúnmente inician la primaria. Para los 15 años, cuando usualmente han concluido la secundaria, la prevalencia aumenta a 46.2%.<sup>21</sup> Al mismo tiempo, tan solo el 18% de las niñas, niños y adolescentes consumen un refrigerio saludable dentro de la escuela.<sup>22</sup> Además, 84.6% de la población infantil de entre 10 y 14 años, así como 46.3% de los adolescentes de 15 a 19 años son inactivos, es decir, no realizan la cantidad de actividad física recomendada.<sup>23</sup>

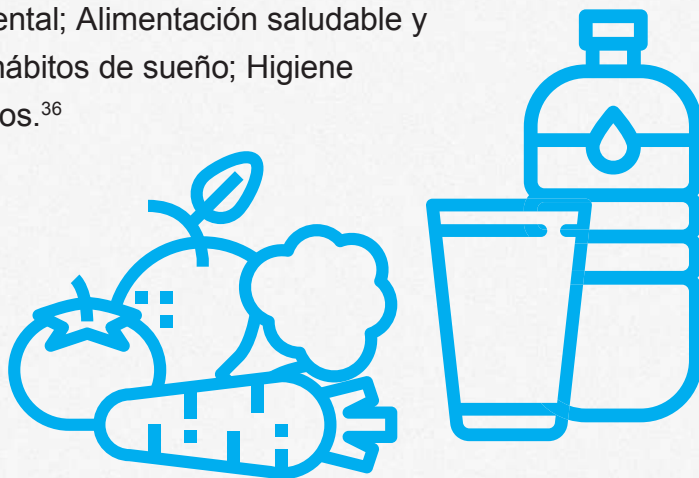
Desde hace varias décadas existen programas y acciones que influyen el entorno alimentario escolar en México. En 2010, las Secretarías de Educación Pública y Salud publicaron el *Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica* (Lineamientos, de ahora en adelante).<sup>24</sup> Ese fue un primer esfuerzo por regular la disponibilidad de alimentos dentro de las escuelas de educación básica, sin embargo, contaba con algunas deficiencias particularmente en relación a los mecanismos de monitoreo y sanciones ante incumplimientos que al momento prevalecen, pese a su actualización en el año 2014.<sup>25</sup>

Además de la falta de seguimiento, la falta de acciones de sensibilización y capacitación a la comunidad escolar ha dado como resultado un deficiente conocimiento y cumplimiento de los Lineamientos dentro de los planteles escolares.<sup>26-28</sup> Un estudio realizado por Jiménez Aguilar en 39 escuelas públicas en México en 2016, identificó que la mitad de los alimentos disponibles en las escuelas eran galletas, pastelillos, dulces y postres, mientras que los vegetales, frutas y agua simple tenían una disponibilidad menor a 7%.<sup>29</sup> En 2017, El Poder del Consumidor realizó otro estudio que documentó que el 51% de los alimentos y bebidas ofertadas dentro de los planteles eran ultraprocesados, el 63% de las bebidas eran azucaradas y evidenció que tan solo el 4.3% de los alimentos ofertados eran verduras o frutas y únicamente una de las escuelas visitadas contaba con bebederos. Asimismo, se identificó que en los exteriores de las escuelas había en promedio seis puntos de venta de alimentos y bebidas no saludables.<sup>30</sup> Otro estudio más reciente, realizado en el norte del país previo a la pandemia, mostró que solo el 15% de las escuelas cumplía con los Lineamientos.<sup>31</sup> Al mismo tiempo, la evidencia muestra que esta regulación tiene un alto potencial de ser efectiva ya que el incremento en 10% el cumplimiento de los criterios nutricionales para los alimentos ofertados dentro de la escuela se asocia con un aumento del 32% de las probabilidades de que los estudiantes consuman un refrigerio saludable.<sup>32</sup>



Además de los Lineamientos, durante la administración 2012-2018 se creó el *Programa Nacional de Bebederos Escolares* cuyo objetivo era el de proveer agua potable de forma gratuita y segura a la población escolar,<sup>33</sup> pero su implementación fue deficiente al enfocarse principalmente en zonas urbanas, no alcanzar la cobertura proyectada, el escaso mantenimiento a los bebederos instalados y la falta del aseguramiento de la calidad del agua suministrada.<sup>34</sup>

Finalmente, ante la pandemia de COVID-19 en 2020, la Secretaría de Educación Pública en vinculación con instituciones de salud, diseñaron y produjeron contenido sobre “Vida Saludable”, enfocado en los temas de higiene y limpieza, alimentación saludable y sostenible, y actividad física dirigidas a estudiantes de primaria y secundaria. Los objetivos iniciales de la asignatura fueron combatir las enfermedades fortaleciendo el sistema inmunológico y autocuidado, reducir el consumo de comida “chatarra”, grasas nocivas, bebidas azucaradas, incrementar el consumo de productos naturales nacionales, y relacionar la alimentación escolar con la comunidad y sus productos.<sup>35</sup> Los contenidos se transmitieron en la plataforma de educación a distancia Aprende en Casa II y III, a través de la televisión (TV abierta y de paga) e internet. En 2021, la Secretaría de Educación Pública publicó el Diplomado “Vida Saludable”, dirigido a docentes, que incluye cinco módulos: Desarrollo humano integral y cuidado de la salud; Salud mental; Alimentación saludable y sostenible; Actividad física y hábitos de sueño; Higiene personal y limpieza de entornos.<sup>36</sup>



Los desayunos escolares son un programa del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF) que tiene por objetivo dar el acceso y consumo de alimentos nutritivos e inocuos de la población en condiciones de vulnerabilidad que asiste a planteles educativos públicos. Desde 2008, ante las prevalencias crecientes de sobrepeso y obesidad en la población escolar, se establecieron criterios de calidad nutricia para la conformación de estos apoyos alimentarios. En 2021, desde la *Estrategia Integral de Asistencia Social Alimentaria y Desarrollo Comunitario*, se modificaron dichos criterios para que los alimentos no contengan cantidades excesivas de nutrimentos críticos y calorías de acuerdo con el etiquetado de advertencia que marca la Norma Oficial Mexicana 051 (NOM 051).<sup>37</sup>

## ¿Cómo lograr entornos alimentarios escolares saludables en el país?

Existe la oportunidad de implementar acciones de mejora del entorno alimentario escolar, especialmente en el contexto del regreso a clases presenciales durante la pandemia de COVID-19. A continuación se mencionan las siete principales recomendaciones:

1

Implementar una campaña de sensibilización para que todos los integrantes de la comunidad escolar comprendan la importancia de contar con entornos escolares saludables.

2

Facilitar la adquisición de alimentos frescos producidos localmente, a través de los programas de alimentación escolar y de su venta directa.



3	<p>Actualizar los <i>Lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica</i>, para armonizar los criterios nutrimentales con los perfiles nutrimentales de la NOM 051 y la evidencia científica más reciente, de forma que no se expendan alimentos y bebidas con sellos y leyendas de advertencia en las escuelas. Incluye también establecer un sistema eficiente y operativo de monitoreo y sanciones.</p>
4	<p>Continuar con la instalación de bebederos u otras fuentes de agua potable para beber en los planteles escolares, generando un plan de mantenimiento y aseguramiento de la calidad del agua suministrada.</p>
5	<p>Continuar con la implementación de la asignatura “Vida Saludable”, generando un plan de estudios oficial y los respectivos libros de texto. Además, se recomienda ampliar al grado de preescolar debido a que es la etapa en la cual se empiezan a instalar hábitos alimentarios.</p>
6	<p>Establecer regulaciones locales para mejorar la calidad de los alimentos disponibles en alrededores de las escuelas.</p>
7	<p>Generar entornos escolares que promuevan la activación física a lo largo de toda la jornada escolar.</p>

Desde el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) se continuará acompañando a las autoridades educativas y de salud en la implementación de las siete recomendaciones para crear entornos alimentarios escolares saludables para las niñas, niños y adolescentes en México.

## Referencias

1. Food and Agriculture Organization of the United Nations, 'School Food and Nutrition. Healthy food Environment and School Food', <<https://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/>>, consultado el 6 enero 2022.
2. Matsuzaki M, Sánchez BN, Acosta ME, Botkin J, Sanchez-Vaznaugh EV. 'Food environment near schools and body weight-A systematic review of associations by race/ethnicity, gender, grade, and socio-economic factors'. *Obes Rev.* 2020 Apr;21(4):e12997. doi: 10.1111/obr.12997. Epub 2020, Feb 5. PMID: 32026567; PMCID: PMC7058504.
3. ANEP, MSP, MEC, Secretaría Nacional del Deporte, UNICEF, '7 prácticas en los Centros Educativos para proteger a niños y adolescentes del sobrepeso y la obesidad', 2020.
4. Welker, Emily, Megan Lott and Mary Story, 'The school food environment and obesity prevention: progress over the last decade', *Current Obesity Reports*, vol. 5, no. 2, June 2016, pp. 145-55.
5. Murimi, Mary, et al., 'Factors that contribute to effective nutrition education interventions in children: a systematic review', *Nutrition reviews*, vol. 76, no. 8, August 2018, pp. 553-580.
6. Charlton K, Comerford T, Deavin N, Walton K. 'Characteristics of successful primary school-based experiential nutrition programmes: a systematic literature review'. *Public Health Nutr.* 2021 Oct;24(14):4642-4662. doi: 10.1017/S1368980020004024. Epub 2020 Oct 14. PMID: 33050980.
7. Mora, Lourdes A., et al., 'El rol de la escuela en la prevención del sobrepeso y obesidad en estudiantes de América Latina y el Caribe', UNICEF, 2021
8. Food and Agriculture Organization of the United Nations, 'School-based food and nutrition education – A white paper on the current state, principles, challenges, and recommendations for low- and middle-income countries', FAO, 2020.
9. Comisión Nacional de Derechos Humanos, 'Recomendación General No. 39 /2019 sobre Los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes ante el incremento de sobrepeso y obesidad infantil'.
10. Mora, Rol de la escuela en prevención de sobrepeso y obesidad en estudiantes, p.1.
11. Food and Agriculture Organization of the United Nations, 'Nutrition Education in Primary Schools', FAO, 2006.
12. Micha R, Karageorgou D, Bakogianni I, Trichia E, Whitsel LP, Story M, Peñalvo JL, Mozaffarian D. 'Effectiveness of school food environment policies on children's dietary behaviors: A systematic review and meta-analysis'. *PLoS One.* 2018 Mar 29;13(3):e0194555. doi: 10.1371/journal.pone.0194555. PMID: 29596440; PMCID: PMC5875768.
13. FAO, 'Nutrition Education in Primary Schools'.
14. World Health Organization, 'Healthy Diets Factsheet No. 394', WHO, 2015.
15. Desmond, Daniel., James Grieshop and Aarti Subramaniam, 'Revisiting garden-based learning in basic education'. FAO, Rome 2004.
16. Schmitt, Sara A., et al., 'The effects of a nutrition education curriculum on improving young children's fruit and vegetable preferences and nutrition and health knowledge', *Public health nutrition*, vol.22, no.1, October 2019, pp: 28-34.
17. Spence S, Delve J, Stamp E, Matthews JN, White M, Adamson AJ. 'The impact of food and nutrient-based standards on primary school children's lunch and total dietary intake: a natural experimental evaluation of government policy in England'. *PLoS One.* 2013 Oct 30;8(10):e78298. doi: 10.1371/journal.pone.0078298. PMID: 24205190; PMCID: PMC3813573.
18. Megan L., et al., 'A province-wide school nutrition policy and food consumption in elementary school children in Prince Edward Island', *Canadian journal of public health*, vol.101Mullally, , no.1, January 2010, pp. 40-43.
19. Olsho, Lauren EW, et al., 'Increasing child fruit and vegetable intake: findings from the US Department of



- Agriculture Fresh Fruit and Vegetable Program', *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, vol. 115, no.8, August 2015, pp.1283-1290.
20. Vinueza, Diego, et al., 'Evaluation of a Nutrition Intervention through a School-Based Food Garden to Improve Dietary Consumption, Habits and Practices in Children from the Third to Fifth Grade in Chile'. *Food and Nutrition Sciences*, vol. 7, July 2016, pp. 884-894.
  21. Shamah-Levy, Teresa, et al., Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre Covid-19: Resultados nacionales, Instituto Nacional de Salud Pública, México, 2020, pp. 154-174.
  22. Pérez-Ferrer, Carolina, et al., 'Compliance with nutrition standards in Mexican schools and their effectiveness: a repeated cross-sectional study', *BMC public health*, vol.18, no. 1, December 2018, pp. 1-9.
  23. Shamah-Levy, Teresa, et al., 'Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-19: Resultados Nacionales' Instituto Nacional de Salud Pública, 2020, pp. 232 y 234.
  24. Gobierno de México. Lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica. Diario Oficial de la Federación, 2010.
  25. Gobierno de México, Acuerdo mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio y distribución de alimentos y bebidas preparados y procesados en las escuelas del Sistema Educativo Nacional, 2014.
  26. Walls, Maria V. T., et al., 'Compliance of school food guidelines in primary schools in Mexico City', *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, vol. 69, no. 4, November 2019, pp. 209-220.
  27. Bonvecchio A, Théodore FL, Safdie M, Duque T, Villanueva MÁ, Torres C, Rivera J. 'Contribution of formative research to design an environmental program for obesity prevention in schools in Mexico City'. *Salud Pública Mexico*. 2014;56 Suppl 2:s139-47. PMID: 25629246.
  28. El Poder del Consumidor, 'El fin del Acuerdo Nacional por la Salud Alimentaria (ANSA) y las necesidades de una ley y política integral de combate a la obesidad', *El poder del consumidor*, <<https://www.elpoderdelconsumidor.org/wp-content/uploads/Documento-ANSA.pdf>> consultado el 6 enero 2021.
  29. Jiménez-Aguilar, Alejandra, et al., 'The fight against overweight and obesity in school children: public policy in Mexico', *Journal of Public Health Policy*, vol.38, no. 4, November 2017, pp. 407-428.
  30. El Poder del Consumidor, 'Explorando el ambiente escolar alimentario', <<https://miescuelasaludable.org/investigacionescuelas/>>, consultado el 6 enero 2022.
  31. Hugues Y, Díaz-Zavala RG, Quizán-Plata T, Corvalán C, Haby MM. Poor compliance with school food environment guidelines in elementary schools in Northwest Mexico: A cross-sectional study. *PLoS One*. 2021 Nov 11;16(11):e0259720. doi: 10.1371/journal.pone.0259720. PMID: 34762702; PMCID: PMC8584694.
  32. Pérez-Ferrer, Compliance nutrition standards in Mexican schools and effectiveness, p.5-9.
  33. Instituto Nacional de la Infraestructura Física Educativa (INIFED), 'Programa Nacional de Bebederos Escolares', <<https://www.inifed.gob.mx/bebederosescolares/>>, consultado el 6 enero 2022.
  34. México, Red de Acción por el Agua FANMex, Cántaro Azul y el Inventario Nacional de Calidad de Agua, 'Plataforma de calidad de agua en escuelas', <<https://www.aguaenesuelas.mx>>, consultado el 6 enero 2022.
  35. Gobierno de México, 'Conferencia matutina', Ciudad de México, <<https://www.youtube.com/watch?v=NcHehIGkCV0>>, consultado el 3 de agosto del 2020.
  36. Secretaría de Educación Pública, 'Diplomado Vida Saludable', <<https://dgfc.siged.sep.gob.mx/VidaSaludable/index.html>>, consultado el 6 enero 2022.
  37. Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia, Estrategia Integral de Asistencia Social Alimentaria y Desarrollo Comunitario, 2021.



para cada infancia

© Fondo de las Naciones Unidas  
para la Infancia UNICEF, México  
Paseo de la Reforma 645  
Col. Lomas de Chapultepec, CP. 11000  
Ciudad de México, México  
[www.unicef.org/mexico](http://www.unicef.org/mexico)

🐦 @UNICEFmexico

📘 UNICEFmexico

📍 unicefmexico

Fotografía de portada:

© UNICEF México/Balam-Ha Carillo

Diseño: Abigail Virgen