

## La prohibición de la comida chatarra en las escuelas: ¿Es una oportunidad para la educación alimentaria?

Por: Alondra Angel Rodriguez. 28/11/2024

*Mario Delgado, titular de la SEP, señaló que las escuelas de todo el país tienen 180 días hábiles para prohibir completamente la comida chatarra, temporalidad que quedó determinada por el decreto que fue publicado el 30 de septiembre de 2024 en el Diario Oficial de la Federación (DOF), ante esto: ¿Qué es lo que personas expertas en salud alimentaria y las mismas infancias opinan? ¿Será esta una medida útil para lograr estilos de vida saludables?*

“Si ya no hay comida chatarra en la escuela, tal vez, podamos comer algo que no nos hagan tanto daño. A mí me gusta comer papitas o refresco, pero sé que si comes mucha comida chatarra te puedes enfermar de obesidad o diabetes.

**Si nos dan más frutas o cosas naturales, hasta podría ayudarnos a estar más fuertes y sanos”,** expresó Valentina de 10 años, a quien se le preguntó que opinaba de la prohibición de la comida chatarra dentro de las escuelas.

La Encuesta de Salud y Nutrición (ENSATU) 2020-2023 reveló que **5.7 millones de estudiantes de 5 a 11 años y 10.4 millones de alumnas y alumnos** de 12 a 19 años tienen obesidad para abatir esto al Secretaría de Educación Pública (SEP) presentó, el pasado 21 de octubre los lineamientos y acciones del Plan Vida Saludable en las Escuelas que deberá iniciar, en todo el país, el 29 de marzo de 2025.

Con ello, no sólo se prohibirán completamente los alimentos ultraprocesados (comida rápida) **sino que también se reglamentará la preparación, distribución y expendio de los alimentos y bebidas preparados**, procesados y a granel, todo con el objetivo de fomentar [estilos de vida saludables en alimentación](#), dentro de toda escuela del Sistema Educativo Nacional (SEN).

Sobre esta iniciativa, Tadeo de siete años dijo sentir calma, pero también fue claro al expresar que si la comida chatarra no está en su escuela, sí sigue estando en casa **“Siento calma porque casi no como y no me gustan tanto las papas porque ya sé que son muy chatarras, pero si las comiera sé que puedo comprarlas en mi casa o en otro lugar como la tienda, no solamente en la escuela... y si me gustan de todos modos las llevaría a la escuela”**.

En un monitoreo realizado por la SEP, durante el ciclo escolar 2023-2024, **se detectó que en 10 mil 533 escuelas, el 98% de la comida que se vendía era chatarra**; también se encontró que el 95% bebidas azucaradas. Pero también se identificó que el 77% de la comida que se vendía fuera de los planteles era comida chatarra, y que el 25% de la publicidad promovía la compra de este tipo de “comida”.

Para saber cómo entender esta medida y entender lo que implica consultamos a la nutrióloga clínica Amayrani Mojarra, quien señaló que la política es positiva, pero que tiene que tener una mirada integral, pues el consumo de productos chatarra tiene un componente cultural fuerte que se relaciona con **su practicidad para adquirirla, la falta de educación alimentaria y la reproducción de hábitos alimentarios familiares**.

**“Te mentiría si te digo que los papás están 100% interesados, pues la comida chatarra la consumen sobre todo por la practicidad, con este cambio que se anuncio ahora sí tendrían que invertir tiempo para mandarles un desayuno sano... que es lo que se busca con estos nuevos lineamientos”, expresó la nutrióloga.**

La especialista comentó que le parece una buena estrategia dentro de lo que cabe, ya que las infancias pasan gran parte del tiempo en los planteles educativos, pero también es importante como es que se llevarán a cabo las regulaciones fuera de las escuelas: **“es algo que sí puede causar un impacto positivo, pero al final afuera lo ideal sería que estuviera también prohibidos este tipo de alimentos”**, expresó.

Además, una estrategia que para Amayrani Mojarra sería importante es que la SEP tenga un acercamiento con los profesionales de la salud alimentaria, **ya que no basta sólo con implementar este tipo de lineamientos**, sino que debe haber un

seguimiento del tema; por ello, consideró como una buena estrategia el desarrollar menús o alternativas de alimentación saludables de la mano de las autoridades escolares y de profesionales de la salud.

**“Que se contraten personas especializadas sobre todo en nutrición infantil que pudieran armar un menú saludable, si van a quitar como todo esto de la tiendita, pues a lo mejor a ofrecer a los papás un platillo que este planeado por alguien que sepa, ofrecer el desayuno por tanto (dinero) a la semana y que todos los días los niños tengan que desayunar”, expresó.**

Si bien, agregó la nutrióloga, este tipo de estrategias buscan promover estilos de vida más saludables en las infancias, también de debe promover lo mismo con madres y padres de familia

**“Los niños cada vez son más conscientes de que sí y que no comer, pero al final todo esto va a arrastrar a lo que ofrecen los papás. Es muy real esto que la educación nutricional proviene desde casa, donde los primeros meses y años son muy importantes. Cuando crecen, si lo único que le ofreces es pan, galletas, refrescos, el niño va a tener su paladar muy adaptado a esos sabores y para retirarlo será muy complicado”, explicó Amayrani.**

Por lo anterior, Amayrani Mojarra sugirió llevar a cabo campañas de educación alimentaria para madres y padres de familia, de manera que conozcan y aprendan de nutrición alimentaria, así podrán darles a sus hijas e hijos una alimentación más saludable en casa, **lo que será un gran complemento con las estrategias implementadas por el gobierno para las escuelas:** “Así como se hacen campañas de otros aspectos de la salud deben hacerse campañas como de nutrición. Que se ofrezcan pláticas o algún congreso, incluso, en las en las mismas escuelas”, expresó la nutrióloga.

**“Está bien que las prohíban porque pues yo siempre llevo comida de mi casa, no compro nada en la escuela, pero he visto que mis compañeros compren muchas papas y chucherías que hacen daño, y si eso pasa, pues ellos comerán mejor y les ayudará... es bueno que**

**las quiten”, expresó Manuel de 11 años.**

Ante este sentir de las infancias, la especialista considera que, más allá de la prohibición, se deben crear múltiples estrategias como, por ejemplo: educar a las infancias con relación a una nutrición preventiva más que correctiva, enseñarles a comer adecuadamente: “Ojalá se le diera más importancia a toda esta parte de la nutrición en las escuelas, pero para eso se necesita contratar especialistas en nutrición infantil, pues así como hay psicólogos que también hubiera nutriólogos”, comentó.

Con relación a lo anterior, consideró que es importante que la implementación de estas nuevas políticas esté a cargo de profesionales de la alimentación en las infancias, esto porque con el cambio se debe de cuidar también la salud mental de niñas y niños, pues se les debe de enseñar a comer desde una perspectiva sana, sin discriminarlos, herirlos o ser restrictivos con ellos, deben aprender que:

**“No puedes trabajar con un niño diciéndole que lo que está comiendo está mal, porque hablando ya un poquito más de salud mental en la infancia es cuando todo se queda grabado, entonces, tienes que tener mucho tacto de cómo vas a abordar a un niño”, expresó.**

Amayrani Mojarra hizo hincapié en que la responsabilidad es principalmente de los padres, pues aunque gobierno realice este tipo de alternativas es importante que los en casa atiendan a la educación de sus hijos y busquen cuidar su alimentación:

**“Al final, él niño no está decidiendo lo que está llevando a su cuerpo, él come lo que le ofrecen y eso es lo más importante, el niño va a comer siempre lo que tú le ofrezcas y justo esto si tú le ofreciste siempre cosas en grasas, el niño ya está acostumbrado a eso, entonces, es lo que más va a consumir de grande”, concluyó.**

Los nuevos lineamientos establecen de la SEP que serán obligatorios para el próximo 29 de marzo de 2025 son:

1. 1. 1. **Impedir la venta de alimentos ultraprocesados** y con bajo valor nutricional en espacios escolares.
2. **Promover el consumo de agua natural en las escuelas.** Se

- orientará a madres y padres de familia para que a través de La Escuela es Nuestra (LEN), se decida por colocar bebederos en los planteles.
3. Capacitar a las autoridades y personal responsables de las cooperativas escolares para priorizar el consumo de alimentos locales y de temporada. **Decirles qué sí y qué no se puede vender.**
  4. Emitir una Estrategia de Comunicación para maestros, maestras, padres y madres de familia, directores, para niñas y niños, que incluya **la producción de materiales educativos de alimentación saludable**, recetarios de alimentación saludable y económica, así como guías de orientación para el buen comer.
  5. Reforzar el eje articulador de Vida Saludable en la Nueva Escuela Mexicana (NEM), con la formulación de contenidos en los Libros de Texto Gratuitos (LTG) **que promuevan estilos de vida saludables y de educación para la salud.**
  6. Crear cursos y diplomados para docentes.
  7. Promover la **actividad y práctica deportiva.**
  8. Establecer **un sistema de seguimiento y evaluación** de Vida Saludable.



[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: La dobe

**Fecha de creación**  
2024/11/28