



Hacia la construcción de entornos alimentarios saludables en las escuelas en México: retos, avances y desafíos



Se proyecta que 1 de cada 2 niñas y niños vivirá con diabetes en la edad adulta.³

La epidemia en México: sobrepeso y obesidad infantil

Nuestro país es uno de los primeros lugares en obesidad infantil en el mundo, y esta epidemia aumentó 120% en las últimas tres décadas. Actualmente, 1 de cada 4 escolares y adolescentes vive con sobrepeso y obesidad,¹ y se estima que para el año 2035, más de la mitad vivirá con estas condiciones.² De no actuar con rapidez, se proyecta que 1 de cada 2 niñas y niños vivirá con diabetes en la edad adulta.³

Uno de los principales determinantes de la obesidad infantil es la mala alimentación, dominada por entonos que promueven de forma desmedida el consumo de comida chatarra y bebidas endulzadas. Actualmente, 40% del total de las calorías diarias que consumen niñas y niños proviene de ese tipo de productos,⁴ especialmente en las escuelas. Lo anterior eleva la posibilidad de desarrollar diabetes tipo 2, hipertensión arterial, resistencia a la insulina, enfermedades cardiovasculares e hiperactividad.

Actualmente, la obesidad infantil le cuesta al país \$650 mil millones de pesos anuales.⁵

La importancia del entorno escolar en la alimentación de niñas, niños y adolescentes

El entorno alimentario escolar toma en cuenta todos los factores físicos, económicos, políticos y socioculturales dentro y alrededor de las escuelas que influyen en la disponibilidad, compra y consumo. El entorno escolar desempeña un papel fundamental en el comportamiento alimentario de niños, niñas y adolescentes, porque establece qué alimentos están disponibles y cuáles se consumen durante la estancia escolar. Por tanto, son espacios que influyen significativamente en la trayectoria nutricional, en sus hábitos de consumo y en su salud a corto y largo plazo.

Experiencias innovadoras en Políticas de Alimentación Escolar (PAE)^{13,14,15,16}

Chile	Río de Janeiro, Brasil	Brasil	Seúl, Corea del Sur	Adis Abeba, Etiopía
Regulación en tiendas escolares		Comidas escolares		
A tres años, a nivel nacional, disminuyó en 11.8% el consumo de azúcar y en 10.3% el de sodio.	A solo un año, la venta de botanas bajó 37% y la de refrescos, 48%.	-Cobertura universal. -30% de los fondos destinado a agricultura local. -El PIB aumentó 0.65% por incentivos a compras directas.	70% de los fondos se gasta en alimentos ecológicos.	-Más de 16 mil nuevos empleos, con prioridad a mujeres. -Aumento en la matrícula, rendimiento y asistencia escolar.

Las escuelas son espacios propicios para realizar intervenciones que mejoren los hábitos alimentarios, con la posibilidad de perdurar el resto de la vida. En los últimos años, más países han apostado por adoptar

políticas y programas integrales de alimentación escolar, reafirmando múltiples beneficios que van más allá del aula,^(6,7) incluyendo:

La reducción de las desigualdades: abona a alcanzar la seguridad alimentaria, acorta las brechas de género y es una red de protección social.

La mejora de la salud y nutrición: aporta nutrientes esenciales para un óptimo desarrollo y previene enfermedades como diabetes, obesidad y desnutrición.

El impulso de la educación y el rendimiento escolar: disminuye la deserción escolar, aumenta la asistencia, el aprendizaje, la concentración y la socialización.

El fortalecimiento de la agricultura y la economía local: apoya a pequeños productores, reactiva la economía local, fortalece las cadenas cortas de suministro y asegura alimentos frescos.

El retorno de inversión positivo: propicia un retorno social y económico positivo. Por cada dólar invertido hay un retorno de hasta 35 dólares en beneficios.

Más de quince años de simular una regulación de alimentos y bebidas en las escuelas mexicanas

En 2010, el gobierno mexicano, en conjunto con la industria alimentaria, diseñó los lineamientos generales para el expendio y distribución de alimentos y bebidas preparados y procesados para la educación básica. A partir de 2014, se

ampliaron a todos los niveles educativos y se incluyeron sanciones por incumplimiento.⁸ Tras la complicidad del gobierno con la industria alimentaria, la regulación tuvo una aplicación deficiente y graves vacíos normativos:

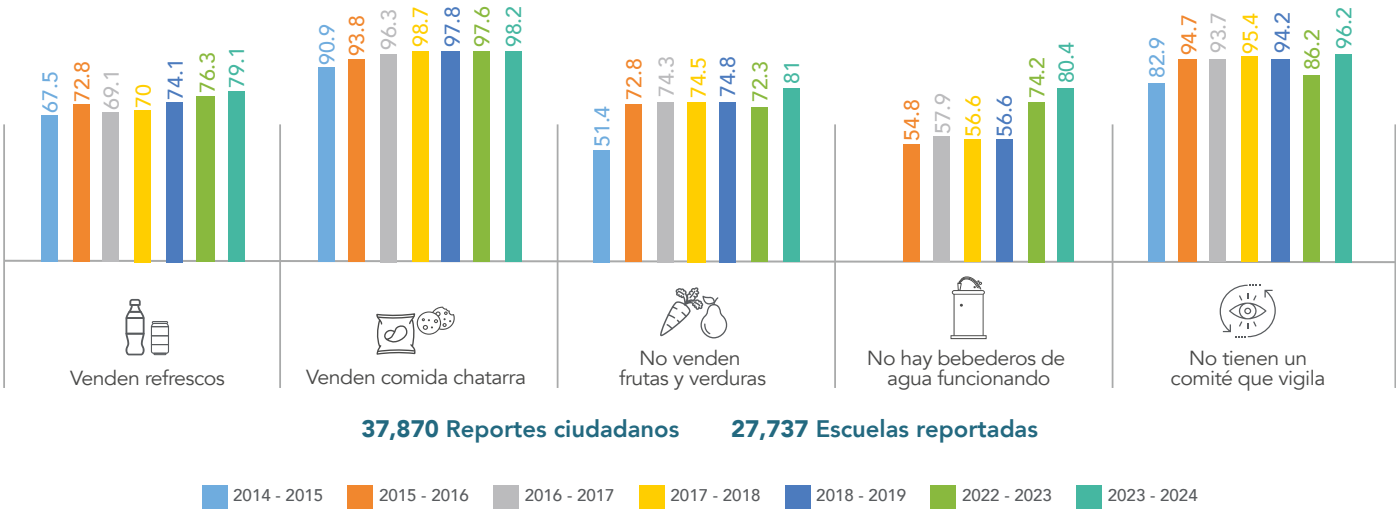
- 1) Criterios nutrimentales**

Aprobaron la creación y venta de versiones miniatura de comida chatarra y bebidas
- 2) Procesos operativos**

Faltaba claridad de los roles, responsabilidades institucionales y había ausencia de una figura que activara las acciones operativas.
- 3) Procesos de vigilancia**

Imprecisión de los mecanismos de sanción, vigilancia, monitoreo y rendición de cuentas.

Figura 1. Reportes ciudadanos: incumplimiento de la regulación por ciclo escolar



**9 de cada 10
escuelas vendían
comida chatarra
todos los días.**

Durante varios años, las escuelas se convirtieron en espacios invadidos por comida chatarra y bebidas endulzadas. Un estudio demostró el consumo promedio de 550 calorías diarias de comida chatarra por cada estudiante, en un solo día escolar, lo que provoca una ganancia de varios kilogramos de peso.⁹ Lo anterior, a pesar de las recomendaciones emitidas por la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH) y las organizaciones de las Naciones Unidas, en las cuales se realizaron múltiples llamados a las autoridades para fortalecer y hacer cumplir, sin conflicto de interés, las regulaciones destinadas a crear entornos escolares saludables.

¿Qué dice la regulación actual para la publicidad, distribución y venta de alimentos en todas las escuelas en México?

En respuesta a los graves vacíos de las regulaciones previas, en 2023 se reforma por primera vez la Ley General de Educación en materia de salud alimentaria, con bases científicas y con principios de sostenibilidad, progresividad, ausencia de conflicto de interés y garantía del interés superior de la niñez. En consecuencia, se publicaron los lineamientos para regular la publicidad, distribución y venta de alimentos y bebidas; aplicable para las escuelas públicas y privadas de todos los niveles educativos del país (figura 2). Son obligatorios y sancionables a partir de marzo del 2025.¹⁰ Su objetivo es promover entornos escolares saludables que garanticen el consumo de alimentos variados, nutritivos y seguros, para prevenir la malnutrición en edades tempranas. Por tanto, las escuelas deben:

**Aplicar la regulación
reducirá 500 mil
casos de obesidad
infantil cada año.¹¹**

- Promover el acceso a frutas y verduras frescas, semillas, cereales integrales y agua potable para el consumo o alternativas mínimamente procesadas.
- Prohibir la venta, distribución y publicidad de alimentos y bebidas a granel y preenvasados no saludables que tengan etiquetas de advertencia, y de otros alimentos de mala calidad nutricional que pongan en riesgo la salud.
- Prohibir la preparación de alimentos y bebidas con alto contenido de azúcar, grasa, sodio o harina refinada.

En la regulación también se mencionan tres recomendaciones para que las autoridades locales adopten y fortalezcan los entornos alimentarios en las escuelas: 1) integrar al menos 15% de las compras de alimentos de la agricultura local; 2) diseñar programas de estudio sobre alimentación adecuada; y 3) promover la venta de alimentos saludables en las inmediaciones de las escuelas.

Figura 2. Alimentos y bebidas permitidos y no permitidos en las escuelas según la regulación actual



La Secretaría de Educación deberá evaluar periódicamente y actualizar la regulación cada cinco años.

Primeros resultados de la implementación de la regulación actual: mejora del entorno escolar alimentario

A meses de entrar en vigor la regulación; se realizó la Encuesta Nacional sobre Alimentación Escolar. Dicha encuesta la coordinó la Alianza por la Salud Alimentaria, en conjunto con Dinamia, una agencia de estudios de mercado y opinión. Durante el mes de julio del 2025, se

encuestaron a 900 padres y madres para conocer la percepción y los conocimientos sobre la aplicación de la regulación en las escuelas de sus hijos. Los resultados mostraron mejoras importantes en el entorno alimentario escolar (figura 3).¹²

Figura 3.

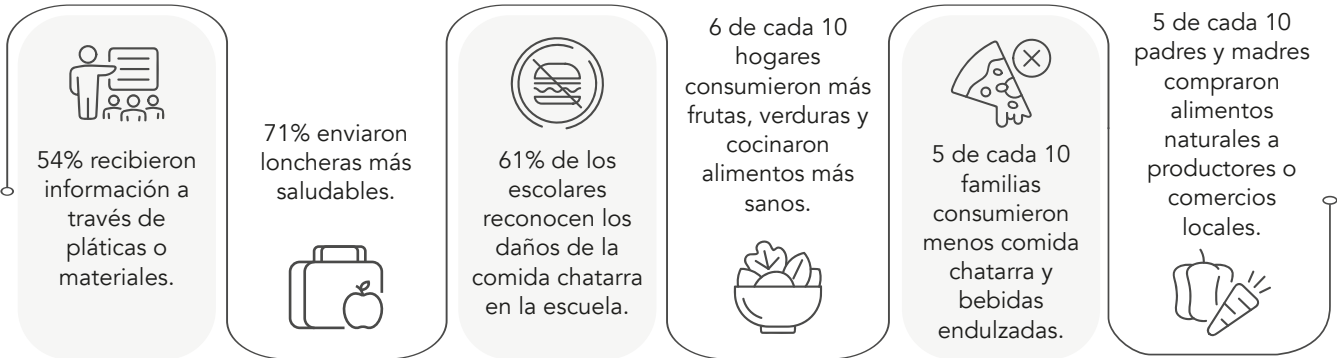
Situación actual del entorno alimentario escolar

Ciclo escolar 2024-2025



7 de cada 10 escuelas venden frutas y verduras habitualmente

A partir de aplicar la regulación, padres y madres reconocieron otros beneficios más allá del aula:





Niñas de la escuela primaria Lic. Pérez-Gasga en Tlaxiaco, Oaxaca.
Archivo fotográfico de El Poder del Consumidor, A.C.

Lo que hace falta en México: Política Integral de Alimentación Escolar Saludable y Sostenible

Nuestro país debe encaminar los esfuerzos hacia la construcción de programas y políticas integrales de alimentación escolar como política pública sostenible para concretar los compromisos asumidos y lograr el desarrollo continuo del derecho a la alimentación, la vida, la salud y la educación, entre otros. Dichos programas y políticas tienen el potencial para reducir el hambre, la pobreza y las desigualdades sociales y de salud.

A tan solo meses de aplicar la regulación de forma obligatoria, existen esfuerzos importantes de las comunidades escolares y del gobierno mexicano para transformar los entornos alimentarios de las escuelas en saludables; sin embargo, aún hay grandes retos. Por tanto, se debe: 1) reforzar las acciones para aplicar positivamente la regulación; 2) crear línea base de la situación nutricional, alimentaria y del entorno escolar; y 3) evaluar el impacto en salud y nutrición a mediano y largo plazo.



Banner digital de la campaña "Escuelas saludables ¡YA!"

Figura 4. Hacia una Política Integral de Alimentación Escolar Saludable y Sostenible



Referencias

1. Shamah-Levy T, Vielma-Orozco E, Heredia-Hernández O, Romero-Martínez M, Mojica-Cuevas J, Cuevas-Nasu LS- CJR-D. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2023. Resultados Nacionales.
2. World Obesity Atlas 2024. Disponible en: <https://www.sochob.cl/web1/wp-content/uploads/2024/03/WOF-Obesity-Atlas-v6.pdf>
3. Meza R, et al. Burden of type 2 Diabetes in Mexico: Past, Current and Future Prevalence and Incidence Rates. *Preventive Medicine*. 2015; 81:445-450.
4. Marrón-Ponce, Sánchez-Pimienta, Costa Louzada ML et al. Energy contribution of NOVA food groups and sociodemographic determinants of ultra-processed food consumption in the Mexican population. *Public Health Nutrition* 2018;21(1):87-93.
5. Brero M, et al. Investment case for the prevention and reduction of childhood and adolescent overweight and obesity in Mexico. *Obes Rev*. 2023.
6. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). The State of Food Security and Nutrition in the World. 2021. Disponible en: <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/01562279-b999-4798-a84d-0cd6991532a0/content>
7. Programa Mundial de Alimentos (WFP). Estado de la Alimentación Escolar a Nivel Mundial 2024. Disponible en: https://www.wfp.org/publications/state-school-feeding-worldwide?utm_source=chatgpt.com
8. Diario Oficial de la Federación. Lineamientos generales para el expendio y distribución de alimentos y bebidas preparados y procesados en las escuelas del Sistema Educativo Nacional. Publicado el 16 de mayo de 2014. Disponible en: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5344984&fecha=16/05/2014#gsc.tab=0
9. El Poder del Consumidor. Auditoria de residuos contaminantes de productos ultraprocesados y bebidas azucaradas en escuelas de educación básica. Ciudad de México. 2022
10. Diario Oficial de la Federación. Lineamientos generales a los que deberán sujetarse la preparación, la distribución y el expendio de los alimentos y bebidas preparados, procesados y a granel, así como el fomento de los estilos de vida saludable en alimentación, dentro de toda escuela del Sistema Educativo Nacional. Publicados el 30 de septiembre de 2024. Disponible en: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5740005&fecha=30/09/2024#gsc.tab=0
11. Basto-Abreu A, et al. (2024) Predicted impact of banning nonessential, energy-dense food and beverages in schools in Mexico: A microsimulation study. *PLoS Med* 21(5).
12. Encuesta Nacional sobre Alimentación Escolar 2025. DINAMIA. 2025 .
13. Fretes, G., Corvalán, C., Reyes, M. et al. Changes in children's and adolescents' dietary intake after the implementation of Chile's law of food labeling, advertising and sales in schools: a longitudinal study. *Int J Behav Nutr Phys Act* 20, 40 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01445-x>
14. Sidaner E, Balaban D, Burlandy L. The Brazilian school feeding programme: an example of an integrated programme in support of food and nutrition security. *Public Health Nutr*. 2013 Jun;16(6):989-94. doi: 10.1017/S1368980012005101. Epub 2012 Dec 6. PMID: 23218237; PMCID: PMC10271776.
15. Diniz Oliveira T., Pereda P.C., Elias L.d.P. et al. Socioeconomic effects of direct procurement from family farming in the Brazilian school feeding program. *Discov Sustain* (2025).
16. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). Educación y nutrición, Aprender a comer mejor. 2025