



EL PODER DEL CONSUMIDOR

Escuelas seguras y saludables ante la COVID-19: acciones para garantizar la salud y la alimentación sana en la comunidad escolar

30 de agosto · Ciudad de México · 2021

Contexto actual

- **La interrupción de las clases presenciales ante la pandemia por COVID-19 es la más larga de la historia, afectando al 94.4% de los estudiantes a nivel mundial.**
- **Sólo 54 países alrededor del mundo permanecen con las escuelas cerradas. México, se mantuvo durante 17 meses sin clases presenciales, periodo en el que limitaron los procesos de aprendizaje, agudizaron los problemas de malnutrición, de salud mental e incrementaron las deserciones escolares.**
- **En nuestro país, la COVID-19 provocó graves complicaciones y muertes asociadas a enfermedades como obesidad, diabetes, e hipertensión.**
- **Las escuelas en México eran entornos obesogénicos, que contribuyen a la ganancia de peso de niñas, niños y adolescentes.**
- **La pandemia supone una oportunidad para transformar los ambientes obesogénicos de las escuelas en ambientes saludables y seguros para mitigar el riesgo de contagio prevenible y contrarrestar la gravedad por COVID-19, asociada a condiciones de malnutrición como la obesidad.**

Obesidad infantil y los riesgos ante la COVID-19

1 de cada 3

vive con sobrepeso y
obesidad

+90%

consumen bebidas azucaradas

+50%

consumen cereales de caja,
botanas, dulces y postres

Solo 3 de cada 10

consumen verduras y leguminosas



Obesidad infantil

- Adiposidad visceral
- Inflamación sistémica

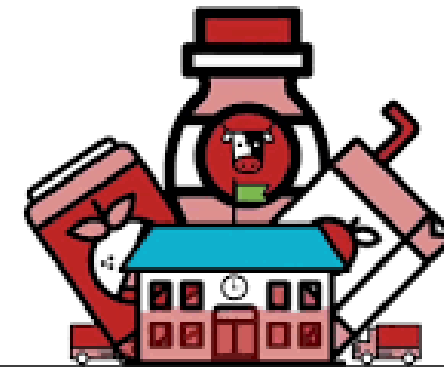
**Potencia a la COVID-19
provocando mayor riesgo de
complicaciones**

Consumo de alimentos y bebidas en las escuelas previo al contexto de la COVID-19

Hay hasta **5 oportunidades** para consumir **alimentos no saludables** dentro de la escuela

En las escuelas se consume + de **560 kcal**
(30 % del requerimiento diario)

Venta de productos ultraprocesados: personal de venta, docentes y directivos



Escolares que consumen en promedio 100 calorías más al día pueden aumentar 5 kilos de peso al año

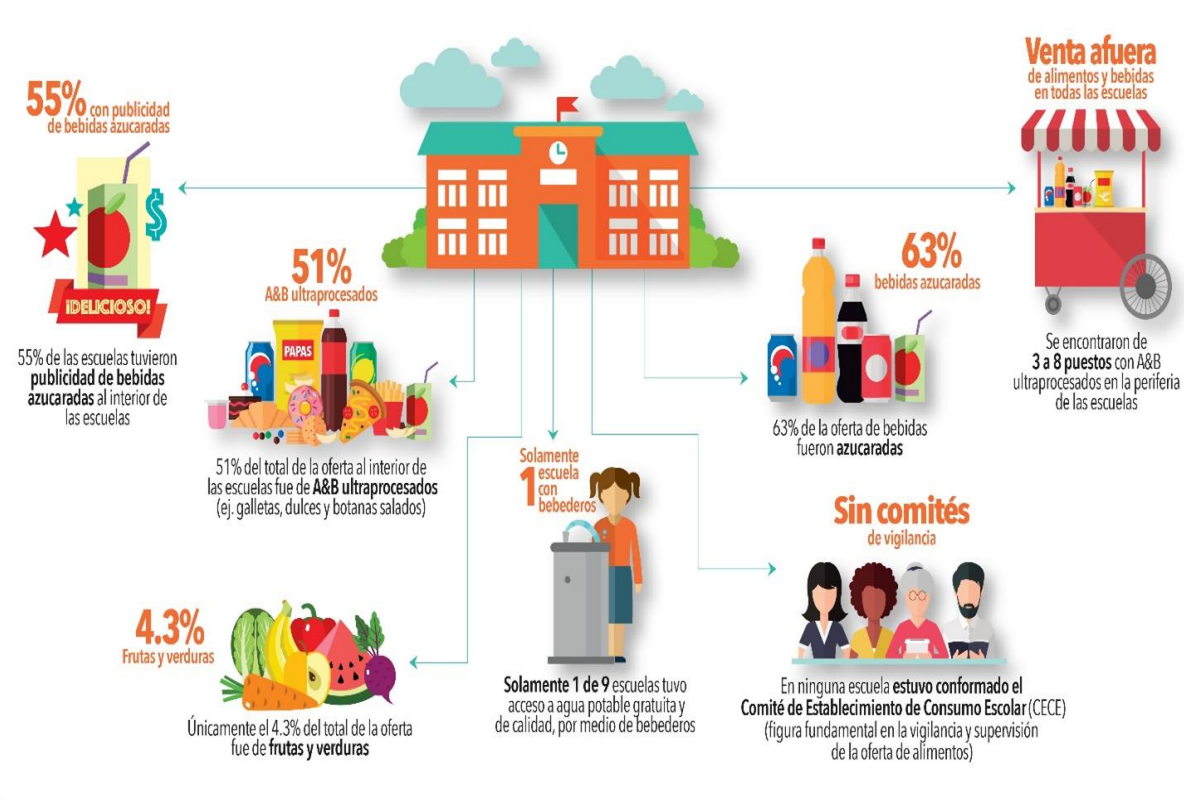
63% de los escolares **NO desayunan** en casa

Afuera de las escuelas se consumen **360 kcal**
(20% del requerimiento diario)

Ambientes escolares obesogénicos

Componentes básicos para caracterizar el ambiente alimentario escolar:

1. Venta de frutas y verduras al interior (todos los días)
2. Venta de productos ultraprocesados al interior
3. Venta de bebidas azucaradas al interior
4. Conformación el CECE
5. Venta externa de productos ultraprocesados
6. Acceso y disponibilidad de agua potable gratuita al interior
7. Publicidad de productos ultraprocesados al interior de las escuelas



Ambientes obesogénicos que afectan el buen funcionamiento del sistema inmune

Ambientes escolares obesogénicos

Venta de frutas y verduras



Venta de productos ultraprocesados



Venta de bebidas azucaradas



Venta externa de ultraprocesados



Acceso a agua potable



Publicidad de alimentos y bebidas



El regreso a clases presenciales

¿Cómo crear escuelas saludables ante la COVID-19?



Aplicando la regulación sobre venta y consumo de alimentos y bebidas en escuelas

Desde 2014 se aplican los **Lineamientos Generales para el Expendio y Distribución de Alimentos y Bebidas Preparados y Procesados en las Escuelas del Sistema Educativo Nacional**.

Los cuales son:

- ✓ **Obligatorios**
- ✓ **Sancionables**



- Refrescos
- Refrescos light
- Leche de sabor con azúcares añadidos
- Botanas saladas
- Galletas, pastelitos, dulces y postres
- Yogurt con azúcar



**Alimentación
proinflamatoria**



- Frutas y verduras
- Cereales integrales: amaranto, avena, etc.
- Oleaginosas: pepitas, nueces y cacahuates, etc.
- Leguminosas secas: lentejas y habas, etc.
- Agua natural gratuita y libre demanda



**Alimentación
anitiinflamatoria**

¡Cumplir con la regulación protege a las comunidades escolares contra la COVID-19!



Promoviendo y facilitando el consumo de agua simple potable

Acceso y disponibilidad de agua simple gratuita:

Crear estrategias innovadoras para asegurar y promover el consumo de agua simple potable, antes de cualquier otra bebida.

Disponer de agua simple, a través de:

- ✓ Uso de dispensadores de agua
- ✓ Uso de cantimplora o termos.





Promoviendo buenos hábitos de alimentación en la comunidad escolar

Consumir alimentos naturales y nutritivos antes de ir a la escuela

Ofertar frutas, verduras, semillas y cereales integrales en presentaciones atractivas dentro de la escuela, todos los días

Disponer de agua simple gratuita y segura, a través de estrategias innovadoras para promover el consumo

Llevar desde casa alimentos naturales y de temporada para consumir en el recreo

Evitar publicidad, venta y consumo de productos **ultraprocesados** dentro y fuera de las escuelas



Fomentando escuelas saludables en el regreso a clases

Cuidar en la tienda escolar y área de comida/recreo:

Sana distancia, espacio ventilado, lavado de manos antes de preparar y consumir alimentos. Uso de cubrebocas ajustado antes y después del comer.



Hacer actividad física:

Realizar pausas activas y clases de educación física con sana distancia, en espacios ventilados y de usar el cubrebocas bien ajustado



Brindar espacios de ayuda para el manejo de emociones generadas por la COVID-19



Llamado a la acción

El regreso a clases presenciales debe garantizar espacios saludables y seguros que favorezcan la continuidad educativa y la alimentación sana para el fortalecimiento del sistema inmune de niñas y niños ante la COVID-19.

El Estado debe:

- **Asegurar el regreso a clases presenciales en espacios seguros y saludables** en garantía a los derechos a la educación, salud y alimentación sana en niñas, niños y adolescentes.
- **Crear estrategias comunicacionales amplias y eficientes, capacitación, difusión de materiales** sobre escuelas seguras y alimentación sana para el fortalecimiento del sistema inmune.
- **Hacer cumplir los Lineamientos Generales para el Expendio y Distribución de Alimentos y Bebidas Preparados y Procesados** en las Escuelas del Sistema Educativo Nacional.
- **Garantizar el acceso a alimentos naturales**, incluyendo frutas, verduras, cereales integrales, semillas y agua simple gratuita y de calidad todos los días de la semana.
- **Prohibir cualquier práctica publicitaria y el acceso a productos ultrarprocesados y bebidas azucaradas** dentro y fuera de las escuelas.

¡Gracias!

Mtra. Liliana Bahena

coordinacionescuelas@elpoderdelconsumidor.org

Mtra. Laura Ordaz

investigacionescuelas@elpoderdelconsumidor.org

www.miescuelasaludable.org

www.elpoderdelconsumidor.org

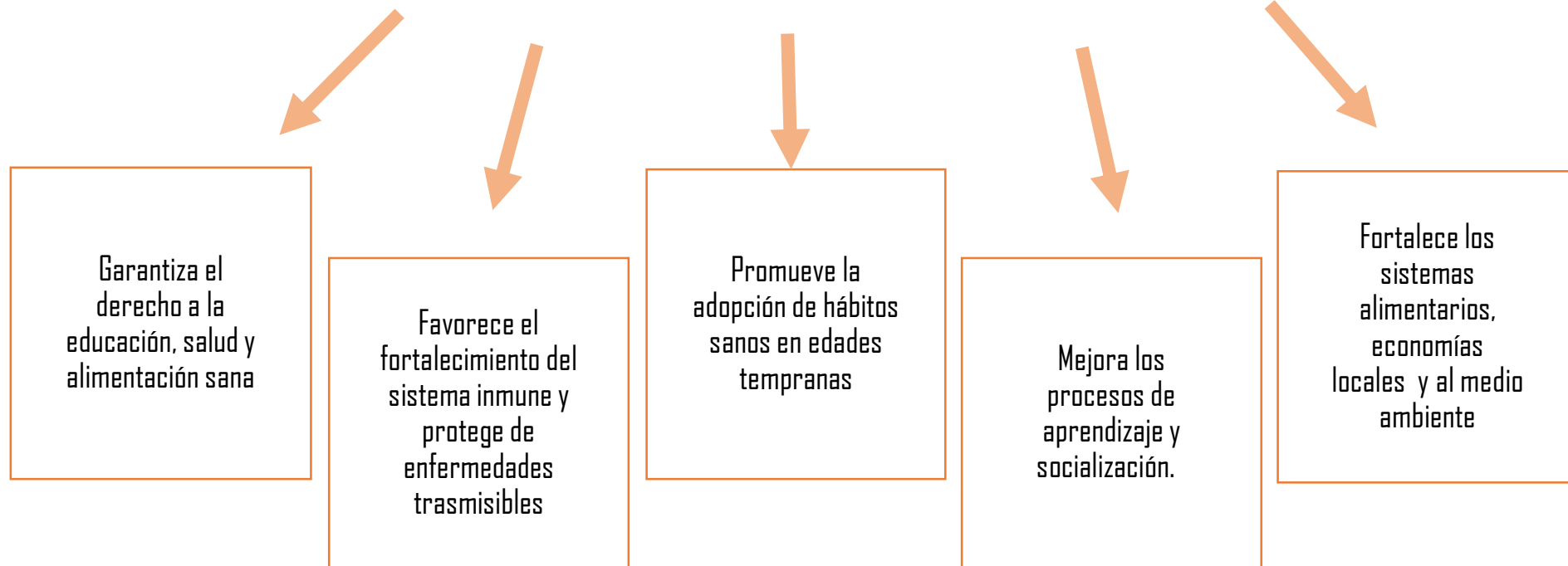


EL PODER DEL CONSUMIDOR



por tus derechos, por un consumo responsable

¿Por qué mejorar los ambientes alimentarios en las escuelas?



Las escuelas son espacios de formación integral y la alimentación sana debe formar parte del proceso educativo