

## *Obstáculos y oportunidades para la educación hacia la alimentación saludable: roles y prácticas en la escuela primaria*

Ana Julia Santos Ramos<sup>1</sup>  
Juan Manuel Muñoz Cano<sup>2\*</sup>

(Recibido: Marzo de 2013, Aceptado abril de 2013)

### RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue identificar mediante un estudio de caso, como paso previo a una investigación más amplia, las unidades de análisis de la educación alimentaria en el contexto escolar en la escuela primaria para reconfigurar la práctica docente. Se caracterizaron las prácticas relativas a la nutrición de los niños, tanto curriculares como relacionadas a desayunos escolares y el expendio de bebidas y alimentos en la cooperativa escolar, los conceptos y percepciones de quienes preparan los alimentos para los niños, el uso de los materiales de apoyo, y el criterio para seleccionar los materiales con los que cuentan; así como las reglas que se tienen para la preparación y/o expendio de alimentos en el interior y exterior de la escuela.

**Palabras clave:** práctica docente; educación para la vida; educación para la salud; aprendizaje de conceptos.

### ABSTRACT

The main of this research was to identify, by means of a case study as a prelude to a broader research, the analysis units of the food education in the school context in elementary school to reconfigure the teacher training for characterized the practices relating to the nutrition of children, both curricular and related to school breakfasts, and the dispensing of drinks and food in the school cooperative; concepts and perceptions of those who prepare food for children, the use of support materials, and the criterion to select materials that feature; as well as the rules that they have for the preparation and/or retail sale of food in the inside and outside of the school.

**Key words:** teacher training; education for life; education for health; learning concepts.

### INTRODUCCIÓN

La necesidad de establecer un proceso educativo desde la escuela primaria para fomentar capacidades para una alimentación para la salud es un punto que no se discute. Mas en el contexto escolar hay falta de integración entre a) lo que se pretende enseñar como contenidos conceptuales de alimentación y salud, b) los conceptos de sustentabilidad, biodiversidad y diversidad cultural, c) lo que se hace como prácticas de los desayunos y meriendas escolares, y d) la escuela como proceso que involucre a los docentes así como a los padres de familia. Si se espera que la escuela en el nivel básico sea “el espacio más conveniente” para que en ella se realicen acciones que “incorporen aspectos sustantivos como salud, alimentación, convivencia armónica, formación de valores” (Tenorio, 2008: 165-166), es necesario se revisen los programas de desayunos escolares tanto en los mecanismos de funcionamiento como en los alimentos que se proporcionan. También falta que se forme a los profesores para que los educandos y sus familias construyan mejores patrones de consumo de alimentos, hacen falta proyectos de investigación que realicen diagnósticos de las actividades en el contexto escolar. Estos son un paso previo a la elaboración de recomendaciones e investigaciones de carácter educativo, formativo. Mientras tanto la escuela intenta la “transmisión” de conceptos rebasados (Calzada, 2000), desde esquemas como el del “Plato del buen comer” que en realidad contribuyen a la pandemia de sobrepeso (Willet y Ludwig, 2012). Para realizar el diseño de pro-

\* Estudiante de la Maestría en Educación en la División Académica de Educación y Artes de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México.

\*\* Profesor Investigador de la División Académica de Ciencias de la Salud de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México.

puestas e intervenciones educativas desde la definición de la salud de la Carta de Ottawa (1987) como “fuente de riqueza de la vida cotidiana”, es necesario reconsiderar los elementos, instrumentos y propósitos de las mismas. De acuerdo con Castro (2010: 183), tal concepto de salud tiene “además un carácter subjetivo, histórico y relativo, pues las experiencias de salud son personales y están influidas por el contexto sociocultural en que se desarrollan”. Siguiendo esta línea, se realizó esta investigación para responder a las preguntas ¿cómo se incorporan al trabajo escolar los contenidos relacionados con la alimentación?, ¿tiene ejes con sustentabilidad, diversidad cultural, historia, biodiversidad?, ¿el trabajo de aula incorpora las actividades relacionadas con los desayunos escolares, el funcionamiento de las cooperativas escolares?, ¿considera que la educación para la alimentación para la salud debe incluir a los padres y madres, las familias? De esta manera, la investigación se dirigió a construir los antecedentes de un proceso de mayor amplitud donde puedan elaborarse lineamientos para procesos educativos donde los contenidos conceptuales, procedimentales y valorales adquieran mayor sentido para los educandos.

Con base en esta línea de pensamiento se consideraron los siguientes objetivos: 1) Describir las prácticas dentro de las escuelas relativas a la nutrición de los niños, tanto las curriculares como las relacionadas a los desayunos escolares y el expendio de bebidas y alimentos en las cooperativas escolares. 2) Conocer los conceptos de quienes preparan los alimentos para los niños, los materiales de apoyo, los materiales con los que cuentan. 3) Definir las reglas que se tienen para la preparación y/o expendio de alimentos en el interior de las escuelas.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó una investigación cualitativa de tipo de estudio de caso (Hernández, *et al.*, 2006) durante el segundo semestre del ciclo escolar de educación básica, nivel de primaria, 2011-2012, desde enero a mayo de 2012. El contexto de investigación fue delimitar los significados, prácticas, papeles y estilos de vida acerca de la alimentación y sustentabilidad en las escuelas primarias. La exploración del contexto escolar, por el procedimiento

de la observación participante, para lo cual se empleó como principal instrumento de recolección de datos el diario de campo (Guber, 2011). Se analizaron roles y prácticas de los educandos, sus familias y el docente en relación con la alimentación y la sustentabilidad. Como rol social se entendió “un conjunto de interacciones regulares con un miembro o con miembros de otras categorías sociales,” ejemplo, esposa o hijo/a. Por lo tanto, fueron definidos “a partir de las regularidades en los modos de relación entre actores, no a partir de los atributos de los actores mismos” (Hanneman, 2012: 4-5). La definición de prácticas sociales fue “el hacer de las personas y su relación con otras personas y con el espacio” (Ríos y Rojas, 2012). El estilo de vida se definió como el conjunto de conductas de un sujeto, de las cuales para este estudio sólo se consideraron desde el ámbito de la alimentación (Lerma *et al.*, 2009). La clasificación de los alimentos en tradicionales, tradicionales industrializados y tradicionales modernos, para la determinación del estilo de vida dominante, de acuerdo a patrones de consumo, se hizo de acuerdo a Pérez *et al.* (2011).

El proceso de investigación se realizó mediante un taller diseñado para explorar las posibilidades de intervenciones en el ámbito escolar en relación a la reconsideración de ingredientes como verduras, frutos, cereales y leguminosas producidos localmente para su uso en la preparación de los alimentos cotidianos, como en el desarrollo de proyectos escolares con ejes en la sustentabilidad, la biodiversidad, la diversidad cultural y la identificación con una cultura entendida como modo de vida que no es la que se promueve en los medios (González, 2003). La carta descriptiva del taller se encuentra disponible en <http://alimentacionasaludableblog.wordpress.com/material-didactico/>

Consideraciones éticas. El proyecto tuvo registro en la Secretaría de Investigación de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco y fue parte del proyecto “Estrategia de intervención educativa para la salud alimentaria” con clave TAB-2010-C19-144012. Se solicitó autorización a la Secretaría de Educación para iniciar la investigación, tanto para esta etapa como para una investigación más amplia. El estudio cumplió con las disposiciones de Helmsky. También se apegó a lo dispuesto en el reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud de México, artículo 17, párrafo I y artículo

23 del capítulo I de los aspectos éticos de la investigación en seres humanos, ya que no se produjo ningún daño físico ni moral inherente al estudio, y se salvaguardaron los datos con lo que se garantizó la confidencialidad de los datos de los participantes. Éstos contaron con la información suficiente sobre el estudio a través del consentimiento informado, su participación fue voluntaria y conforme a la fracción VIII, donde el participante tuvo libertad de retirarse en el momento que lo deseara.

## RESULTADOS

Con el propósito de caracterizar roles y prácticas en una escuela primaria para conformar un punto de partida para investigaciones de procesos escolares acerca de alimentación y sustentabilidad se realizó un taller que sirvió como actividad que permitió una investigación de observación participativa. El taller fue bien recibido por el

docente de la escuela multigrado, así como por los educandos, que se integraron durante todo el proceso a las diferentes actividades que se les propusieron (Figura 1).

Las prácticas en el espacio escolar fueron identificadas mediante el proceso de observación paralelo al desarrollo del taller. Las prácticas acerca de la alimentación que realizan las familias se colectaron mediante preguntas acerca de los alimentos y su preparación en los hogares. Como prácticas relevantes, además de las de los educandos y profesor como tales, se encontró recolección y quema de basura, preparación de la merienda escolar, y la preparación de los alimentos en el hogar. Un dato importante fue el porcentaje de niños que acudían sin desayunar a la escuela (cerca al 50% en algunos días) ya que la merienda, confundida como desayuno escolar, se preparaba a las diez de la mañana. Se encontró que en los alrededores de la escuela había



Figura 1. Actividades de los educandos con los facilitadores del taller

la posibilidad de adquirir diversos productos como dulces, refrescos y repostería industrial (Tabla 1).

Los principales roles que se identificaron para el espacio escolar fueron: 1) Acudir a la escuela a aprender,

Tabla 1  
Descripción de las prácticas

Espacio	Descripción	Quien la realiza
Escuela	Atender las recomendaciones del profesor	Educandos
	Jugar durante el receso	Educandos
	Ingestión del desayuno/merienda	Educandos y profesor
	Consumo de productos de la tienda escolar	Educandos y profesor
	Recolección de la basura, quema de la misma en el patio escolar	Educandos y profesor
	Organización y conducción de la clase	Profesor
	Elaboración de informes, asistencia a las oficinas de la SEP y del sindicato de maestros.	Profesor
	Preparación de los alimentos dentro de la escuela.	Madres
	Venta de golosinas y bebidas embotelladas	Profesor
	Consumo de golosinas y bebidas embotelladas	Profesor y educandos.
	Actividad física / Educación física	Educandos.
Camino a y desde la escuela	Consumo de golosinas y bebidas embotelladas	Educandos/maestro
	Venta de golosinas y bebidas embotelladas	Tendero
	Rentar internet y videojuegos.	Familia / educandos
	Venta de productos elaborados/producidos en la comunidad. (leche, queso, pollo, huevo y plátano)	Tendero/ganadero/productor
Hogar	Preparación de los alimentos	Madres y/o abuela
	Consumo de golosinas y bebidas embotelladas	Educandos/familias
	Tradición alimenticia	Familia/lugar de origen
	Actividad física/convivencia familiar	Educandos/Familia.
	Recolección de basura y quema de la misma	Madre
	Jugar dentro de casa.	Educandos
	Consumo de alimentos cultivados en el jardín de la casa.	Educandos/Familia
	Consumo de alimentos producidos en la comunidad.	Educandos/Familia

Construcción propia.

2) Acudir a la escuela a enseñar, 3) Acudir a la escuela a preparar los alimentos para la comida de media mañana, 4) Acudir a la escuela a vender golosinas y refrescos embotellados, 5) Acudir a la escuela para supervisar la aplicación de los programas, 6) Acudir a la escuela para las juntas y actividades de las escuelas, 7) Acudir a la escuela para supervisar los alimentos que se preparan

para el desayuno escolar. Algunos de estos roles sólo tenían un actor: educandos, profesor, madres, como en el caso de enseñar, aprender en la escuela o preparar los alimentos en el hogar. Otros, como fue el caso de la supervisión de la preparación de los desayunos escolares, fueron abandonados por sus protagonistas del DIF, fuera por cuestiones administrativas o por falta de

personal. El rol acudir a vender golosinas y refrescos en el interior de la escuela lo realizaba el docente, ya que era el encargado de la cooperativa escolar, a pesar

del los lineamientos del “Acuerdo” (SEP, 2010), y de los contenidos de los libros del profesor y los educandos proporcionados por la SEP (Tabla 2).

Tabla 2  
Descripción de los roles

Espacio	Descripción	Quien la realiza
Escuela	Acudir a la escuela a aprender	Educandos
	Acudir a la escuela a enseñar	Profesor
	Acudir a la escuela a preparar los alimentos para la comida de media mañana.	Madres y personal del DIF
	Acudir a la escuela a vender golosinas y refrescos embotellados.	Profesor
	Acudir a la escuela para supervisar la aplicación de los programas.	Supervisor
	Acudir a la escuela para las juntas y actividades de las escuelas.	Padres de familia
	Acudir a la escuela para supervisar los alimentos que se preparan para el desayuno escolar.	Personal del DIF
Camino a y desde la escuela	Vende refrescos embotellados, dulces, repostería industrial, botanas.	Tendero
	Ofrece servicio de renta de internet y videojuegos.	Tendero
	Rentar internet y videojuegos.	Familia / educandos
	Compra refrescos embotellados, dulces, repostería industrial, botanas.	Niño. Padre. Madre.
	Renta servicios de internet y videojuegos	Niño
Hogar	Aprende de los padres.	Niño
	Prepara los alimentos.	Madre
	Educa a los hijos	Madre y padre
	Provee de recursos en el hogar	Padre
	Compra los alimentos	Madre
	Se encarga del huerto familiar	Niño/madre.
	Se encarga de los animales de traspatio	Madre/padre.

Construcción propia.

Para caracterizar el estilo de vida se analizó el listado de los alimentos que predomina en la dieta de los educandos. Se encontró que aun cuando se consumían frijoles y tortillas, característicos de la alimentación rural –protectora para el riesgo de sobrepeso en los niños (Rodríguez *et al.*, 2011)– había un mayor consumo de alimentos del patrón occidental, alimentos industrializados modernos (Pérez *et al.*, 2011), como cereales dulces,

bebidas azucaradas, frituras, repostería industrial, leche entera y dulces, promovidos incluso mediante su venta en la cooperativa escolar (Tabla 3).

## DISCUSIÓN

Los principales aportes de esta investigación fueron la identificación de aspectos a considerar para un diagnóstico de las actividades escolares hacia la educación para la alimentación saludable. Uno de los obstáculos

más importantes fueron las actividades centradas en el paradigma de la repetición y memorización. El área de oportunidad de mayor relevancia fue la de desarrollar

procesos educativos situados hacia la preparación de las comidas (en este caso el desayuno), la selección de los alimentos y la reconsideración de la cocina tradicional de la región.

Tabla 3  
Clasificación de alimentos de acuerdo a los ingredientes principales

Espacio	Industrializado moderno	Tradicional
Hogar	Número de platillos, 26 Ejemplos: sándwich de jamón con mayonesa y cátsup; fideos tipo espagueti con salchichas y puré de tomate industrializado.	Número de platillos, 40. Ejemplos: caldo de frijoles con plátano macho verde y tortillas; puchero de res.
Escuela	Número de platillos, 10. Ejemplos: torta de jamón con mayonesa y salsa tipo cátsup; fideos tipo espagueti con salchichas y puré de tomate industrializado..	Número de platillos, 3. Ejemplos: lentejas con plátano macho maduro; frijoles con tortillas.

Construcción propia.

La educación en el nivel básico es obligatoria y gratuita, misma que se ha acompañado por asequibilidad a la misma mediante los mecanismos que proporcionan los “Libros de Texto Gratuitos” a los educandos desde hace 50 años, no ha proporcionado a quienes acuden a la escuela con las capacidades para ser consumidores de alimentos y de esa manera tampoco ha promovido modos saludables de vida, sobre todo porque los contenidos conceptuales y procedimentales no aportan para contrarrestar los efectos de la mercadotecnia (Muñoz y Maldonado, 2013). Aunque ese es un problema global, hay un acuerdo general acerca de que la escuela es el mejor espacio para formar en los educandos, sus familias y los maestros, elementos del modo de vida saludable. Esta investigación muestra la apropiación de un patrón de alimentación con base en bebidas y alimentos obesos-génicos, que se traducen en incremento de la proporción de niños y jóvenes que, incluso con su peso dentro del rango que se considera como eutrofia, presentan niveles elevados de glucosa, triglicéridos, colesterol y sus fracciones, lo que indicador de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a la alimentación en edades escolares (Muñoz *et al.*, 2010).

Ya que se trata de un estudio de caso, no se espera que los datos de la investigación sean probabilísticos

ni extrapolables; sin embargo, la relevancia de este trabajo es que se han podido identificar las unidades de análisis, la categorización de las mismas que permiten realizar investigaciones contextualizadas, que reconozcan la diversidad cultural del contexto donde se ubican las escuelas. Estas unidades de análisis permiten considerar campos de estudio interconectados hacia donde generar innovaciones: procesos escolares y materiales educativos así como involucrar a la comunidad. Tampoco se espera que con los resultados de investigaciones posteriores, con base en los elementos identificados en este trabajo, se puedan elaborar soluciones “simplistas”. Se trata de hacer transparentes los procesos complejos para, ante la falta de políticas públicas, no sólo observar el problema sino elaborar mejores estrategias para afrontarlo.

## CONCLUSIONES

La práctica de la preparación de los desayunos y meriendas escolares, donde pueden confluir aprendizajes conceptuales con prácticas para la vida, se desarrolla de manera ajena a las actividades escolares. Es importante recordar que la cocina es el sitio donde por naturaleza se pueden aprender reacciones químicas y físicas, también contenidos de economía, salud, diversidad cultural, historia, geografía, biodiversidad, sustentabilidad. Se

necesitan investigaciones como la que se describe en este artículo para establecer mejores prácticas sobre los procesos educativos en alimentos y nutrición en un contexto más vivencial y contenidos conceptuales mejor sustentados en los hallazgos científicos. También se necesitan procesos educativos fundamentados en el constructivismo, el desarrollo de proyectos y la educación para la vida, como el disponible en: <http://alimentacion.saludableblog.files.wordpress.com/2013/04/alimentacion-humana.pdf>

## AGRADECIMIENTOS

Este proyecto contó con apoyo de Fondos Mixtos Gobierno del Estado de Tabasco-CONACYT con clave TAB-2010-C19-144012. Se contó con el apoyo de los estudiantes de la División Académica de Ciencias de la Salud de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, Audomaro Díaz Hernández (nutrición) y de Carlos Gómez Frias (enfermería) en el desarrollo de las actividades.

## Conflicto de intereses

Declaramos no tener conflicto de intereses.

## SEMBLANZA DE LOS AUTORES

**Ana Julia Santos Ramos**, Estudiante de la Maestría en Educación de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. E-mail: [crocojulia@hotmail.com](mailto:crocojulia@hotmail.com). Bióloga, miembro del Sistema Estatal de Investigadores.

**Juan Manuel Muñoz Cano**, Profesor-investigador de la División Académica de Ciencias de la Salud, Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. Avenida Méndez 2838-A, colonia Tamulté, Villahermosa, CP 86150, Tabasco. Teléfono: 993-3581500 ext. 6313. E.mail: [juan.munoz@ujat.mx](mailto:juan.munoz@ujat.mx)

Médico Cirujano, maestría en biomedicina molecular, perfil PROMEP, miembro del Sistema Estatal de Investigadores de Tabasco, ex becario del Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, profesor de proyecto de investigación en la carrera de médico cirujano, responsable del laboratorio 2 de biología molecular DACS-UJAT.

## REFERENCIAS

Calzada León, R. (2000). *Desnutrición. Atención Familiar*. UNAM. Recuperado de: <http://www.facmed.unam.mx/deptos/familiar/bol75/desnutricion.html>

- Castro Albarrán, J.M. (2010). "Promoción de la salud en la comunidad". En: *La salud pública y el trabajo en la comunidad*, González Guzmán, R.; Moreno Altamirano, L. y Castro Albarrán, J.M. Edits. México: McGraw-Hill. pp. 183-191.
- González Gaudiano, E. (2003). *Por una escuela no con medio ambiente, sino con ambiente completo. Agua y Desarrollo Sustentable*, número 1, volumen 3, pp. 19-22. Recuperado de: <http://anea.org.mx/docs/Gonzalez-LaEAylaEscuela.pdf>
- Guber, Rosana (2011). "La observación participante como sistema de contextualización de los métodos etnográficos: La investigación de campo de Esther Hermitte en los Altos de Chiapas", 1960-1961. *Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales*. Número 1, volumen 2, pp. 60-90.
- Hanneman, Robert A. (2012). "Introducción a los métodos del análisis de redes sociales". Capítulo octavo. *Revista Redes*, número 43. Recuperado de: <http://revista-redes.rediris.es/webredes/text.htm>
- Hernández Sampieri, R.; Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Lerma Soto, Luisa Fernanda; Salazar Torres, Isabel Cristina; Varel Arévalo, María Teresa; Tamayo Cardona, Julián Andrés; Rubio Sarria, Alejandra y Botero Polanco, Adriana. (2009). "Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida". *Pensamiento Psicológico*, número 12, volumen 5, pp. 71-88.
- Muñoz Cano, J.M.; Pérez Sánchez, S.; Córdova Hernández, J.A. y Boldo León, X. (2010). "El índice cintura/talla como indicador de riesgo para enfermedades crónicas en una muestra de escolares". *Salud en Tabasco*, número 16, volumen 2-3, pp. 921-927.
- Muñoz Cano, J.M. y Maldonado, T. (2013). "Los contenidos de los mensajes para la salud alimentaria en los libros de texto de la escuela primaria". *Revista de Comunicación y Salud*, volumen 3, número 1, pp. 19-33. Recuperado de: <http://www.revistadecomunicacionysalud.org/index.php/rcys/article/view/7>
- Pérez Izquierdo, O.; Nazar Beutelspacher, A.; Salvatierra Izaba, B.; Rodríguez, L.; Castillo Burguete, M.T. y Mariaca Méndez, R. (2011). "Frecuencia del consumo de alimentos industrializados modernos en la dieta habitual de comunidades mayas de Yucatán". *Estudios Sociales*, número 20, volumen 39, pp. 156-184.
- Ríos, Luz Dary y Rojas Arredondo, Jesús. (2012). "Prácticas sociales en el espacio público. Usos que sobrepasan las normas sociales y el diseño del espacio". *Revista de Estudios Urbanos y Ciencias Sociales*. Volumen 2, número 1, pp. 33-50.
- Rodríguez Ramírez, S.; Mundo Rosas, V.; García Guerra, A. y Shamah Levy, T. (2011). "Dietary patterns are associated with overweight and obesity in Mexican school-age children". *Arch Latinoam Nutr*, número 61, volumen 3, pp. 270-278.
- Secretaría de Educación Pública. (2010). Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Recuperado de: [http://portal.salud.gob.mx/descargas/pdf/ANSA\\_bases\\_tecnicas.pdf](http://portal.salud.gob.mx/descargas/pdf/ANSA_bases_tecnicas.pdf)
- Tenorio, X.G. (2008). México y su marco normativo para hacer frente a la epidemia de sobrepeso y obesidad. En: *Factores asociados con sobrepeso y obesidad en el ambiente escolar*, Meléndez, G. ed. México: Funsalud-Panamericana. pp. 153-166.
- Willett, W.C. y Ludwig, D.S. (2012). "The 2010 dietary guidelines-the best recipe for health?" *N Engl J Med*, número 365, volumen 17, pp. 1563-1565.