

ENTORNO ESCOLAR SALUDABLE

Herramientas prácticas para su implementación



COALICIÓN NACIONAL
PARA PREVENIR LA OBESIDAD
EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Con el apoyo de

unicef  | para cada infancia

ENTORNO ESCOLAR SALUDABLE

Herramientas prácticas para su implementación

Realización general: Coalición Nacional para prevenir la obesidad
en Niños, Niñas y Adolescentes, con apoyo de Unicef Argentina


Coordinación: Secretariado 2021-2023 - Fundeps Argentina


Edición de textos: María Laura Fons


Corrección, diseño y diagramación: Julieta Pollo


Junio de 2023, Argentina

www.prevenirobesidadinfantil.org

 info@prevenirobesidadinfantil.org

 [@coal.obesidad.infantil](https://www.facebook.com/coal.obesidad.infantil)

 [@coal.obesidad.infantil](https://www.instagram.com/coal.obesidad.infantil)

 [@coal_obesidad](https://twitter.com/coal_obesidad)

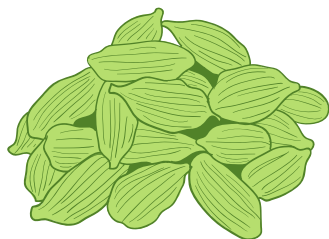


COALICIÓN NACIONAL
PARA PREVENIR LA OBESIDAD
EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Con el apoyo de

 [unicef](https://www.unicef.org/argentina) | para cada infancia

INDICE



INTRODUCCIÓN	4
CONTEXTO	6
¿Cómo se están alimentando los NNyA en Argentina?	7
Estrategias para hacer frente a la malnutrición y promover una alimentación más saludable	8
La restricción a las estrategias de marketing y publicidad de las industrias alimentarias	10
La escuela como entorno saludable	12
HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA PROMOVER UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LAS ESCUELAS	17
¿A qué nos referimos cuando decimos "sin sellos"?	17
Listado de alimentos y preparaciones sugeridas	19
Listado de alimentos listos para consumo que no requieren refrigeración	20
Listado de alimentos listos para consumo que requieren refrigeración	21
Listado de ingredientes para preparaciones que no requieren refrigeración	22
Listado de ingredientes para preparaciones que requieren refrigeración	23
Preparaciones sugeridas: desayunos y meriendas	24
Preparaciones sugeridas: almuerzos	25
Preparaciones sugeridas: colaciones y cantinas	26
RECOMENDACIONES Y LINEAMIENTOS GENERALES PARA LA CONSTRUCCIÓN DE ENTORNOS ESCOLARES SALUDABLES	27
Menús saludables	27
Oferta en kioscos y cantinas	28
Hábitos de comensalidad	29
Guía para la elaboración de recetas	30
ANEXO: CAJA DE HERRAMIENTAS	34
BIBLIOGRAFÍA	34
ORGANIZACIONES MIEMBRO	36

INTRODUCCIÓN

La Coalición Nacional para prevenir la obesidad en Niños, Niñas y Adolescentes es una red conformada en 2017, que recibe el apoyo de Unicef Argentina. Está compuesta por más de 40 organizaciones de la sociedad civil que nuclean a profesionales de la alimentación y la nutrición (federaciones, colegios y asociaciones de nutricionistas, sociedades científicas, universidades y organizaciones de la sociedad civil), así como por otras organizaciones que trabajan con el objetivo de promover la salud y la alimentación adecuada y prevenir la malnutrición por exceso, fundamentalmente en niños, niñas y adolescentes (NNyA).

Este documento fue realizado por la Coalición con el objetivo de brindar un material de apoyo dirigido a actores de la comunidad educativa y organismos subnacionales, a los fines de favorecer la adecuada implementación de la Ley 27642 de Promoción de la Alimentación Saludable (PAS) en los establecimientos educativos de nivel inicial, primario y secundario de todo el territorio nacional.

Se trata de una herramienta que, retomando las recomendaciones de la Guías Alimentarias para la Población Argentina y la Ley PAS, busca orientar la oferta y provisión de alimentos en las escuelas para que se garantice una alimentación adecuada, variada, balanceada y completa a todas las infancias y adolescencias. Con ese fin se ha desarrollado un listado de opciones que incluye alimentos listos para su consumo, ingredientes y preparaciones que pueden ofrecerse en comedores escolares, cantinas y kioscos, contemplando la diversidad de recursos e infraestructura que estos puedan presentar.

Asimismo, se ofrece una serie de recomendaciones y lineamientos generales para la construcción de entornos saludables que contiene una guía práctica para el uso de ingredientes en la preparación de alimentos, en función del perfil de nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), tal como indica la ley PAS.

Finalmente, se acerca un conjunto de recursos útiles a tener en cuenta, tales como: recetas saludables elaboradas por el Ministerio de Salud de la Nación, Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) y bibliografía para construir mayor capacidad y habilidades en la comunidad educativa.

No se han abordado en esta instancia cuestiones vinculadas a la seguridad bromatológica ni propias de la manipulación de alimentos, para lo cual nos remitimos a lo establecido en el Código Alimentario Argentino.

CONTEXTO

La malnutrición infantil se ha instalado como una de las principales problemáticas de salud pública a nivel global, que trae graves consecuencias sanitarias¹ y económicas, perjudicando desproporcionadamente a los países de bajos y medianos ingresos y a los sectores más vulnerables de la población. Niños, niñas y adolescentes (NNyA) son particularmente proclives a la malnutrición, mientras que la pobreza, la desigualdad de género y la falta de acceso a servicios adecuados de saneamiento, salud y educación se constituyen como factores agravantes².

En Argentina son cada vez más las personas que presentan malnutrición, siguiendo la alarmante tendencia mundial. En nuestro país coexisten la desnutrición crónica, la deficiencia de micronutrientes y la malnutrición por exceso³, siendo esta última la forma más prevalente en todos los grupos etarios y niveles socioeconómicos, con una tendencia en aumento en los últimos años.

En este sentido, los resultados de la 2ª Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2)⁴, realizada en 2018, reflejan que el exceso de peso, indicador que suma el sobrepeso y la obesidad, tiene una prevalencia del 13,6% en niños y niñas menores de 5 años, y del 41,1% entre NNyA de 5 a 17 años.

Por otra parte, la 3ª Edición de la Encuesta Mundial de Salud Escolar (3ª EMSE)⁵, que se realiza a

¹ El Plan Nacional de prevención del sobrepeso y la obesidad en niños, niñas y adolescentes (Plan ASI) puso en evidencia que gran parte de la carga de enfermedades no transmisibles (ENT) son atribuibles al exceso de peso, como el caso de la diabetes (44%) y las cardiopatías isquémicas (23%), y entre el 7% y el 41% de la carga de diversos tipos de cánceres.

² Naciones Unidas (2014) Informe de la Relatora Especial sobre los Derechos Culturales, Sra. Farida Shaheed. Asamblea general A/69/286, Resolución 19/6. Disponible en: <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N14/499/91/PDF/N1449991.pdf>

³ Unicef (2021) El sobrepeso en la niñez. Un llamado para la prevención en América Latina y el Caribe. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/29006/file/Sobrepeso-en-la-ninez-reporte-2021.pdf>

⁴ 2º Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2019), Indicadores priorizados. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/2deg-encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud-indicadores-priorizados>

⁵ 3º Encuesta Mundial de Salud Escolar (EMSE) 2018, Resumen ejecutivo total. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/encuesta-mundial-salud-escolar-2018.pdf>

estudiantes de nivel secundario de todo el país, muestra que dentro del grupo etario de 13 a 15 años hubo un incremento sostenido en el sobrepeso, que alcanzó casi 10 puntos porcentuales desde la realización de la primera edición (24,5% EMSE 2007; 28,6% EMSE 2012; 33,1% EMSE 2018), mientras que los valores correspondientes a obesidad llegaron casi a duplicarse en relación a la primera edición (4,4% EMSE 2007; 5,9% EMSE 2012; 7,8% EMSE 2018).

Las causas subyacentes a la malnutrición por exceso son complejas y multidimensionales, ya que la alimentación se ve atravesada por factores sociales, económicos y culturales como la costumbre, las creencias, la disponibilidad, los costos, entre otros. Dentro de estos factores se destaca la influencia de las estrategias de mercadotecnia de las industrias alimentarias productoras de ultraprocesados, que fomentan hábitos alimentarios poco saludables y crean dependencia de comestibles poco nutritivos.⁶ Esta realidad se agrava si tenemos en cuenta que los y las más vulnerables frente a estas estrategias, son NNyA.

¿Cómo se están alimentando los NNyA en Argentina?

De los resultados de la 3ª EMSE (2018) surge que las personas adolescentes, en general, consumen poca cantidad de frutas y verduras⁷ y que el consumo de comida rápida es más elevado entre los 13 y los 15 años, respecto de las edades de 16 a 17 años, reflejando incluso un aumento en relación a la edición anterior de la encuesta. También resulta alarmante que un tercio de las personas adolescentes manifestaron tomar bebidas azucaradas diariamente.

⁶ Naciones Unidas (2016) Informe de la Relatora Especial sobre el Derecho a la Alimentación, Sra. Hilal Elver. Asamblea general A/71/282, Resolución 70/154. Disponible en: https://conahcyt.mx/cibiogem/images/cibiogem/normatividad/estandares_dh/docs_estandares_dh/Relatora_derecho_a_la_alimentacin_enfoque_derechos_humanos_2016.pdf

⁷La 3ª EMSE publica resultados para los siguientes indicadores: porcentaje de estudiantes que consumieron frutas 2 o más veces al día durante los últimos 7 días, y porcentaje de estudiantes que consumieron verduras 3 o más veces al día en los últimos 7 días. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/encuesta-mundial-salud-escolar-2018.pdf>

De la 2ª ENNyS (2019) -en consonancia con otras encuestas, como la 4ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR)⁸-, surge que el consumo de frutas frescas, verduras, carnes, leche, yogur o quesos, se encuentra por debajo de las recomendaciones de consumo. Por el contrario, se consumen diaria o frecuentemente alimentos no recomendados como bebidas azucaradas, productos de pastelería, productos de copetín y golosinas, que poseen contenido excesivo de azúcar, grasas y sal/sodio, y bajo valor nutricional. También se evidencia un importante desconocimiento en la población respecto de la cantidad de frutas y verduras que se recomienda consumir por día por persona.⁹

Surge, asimismo, que el perfil alimentario de NNyA es significativamente menos saludable que el de las personas adultas. Los NNyA consumen un 40% más de bebidas azucaradas, el doble de productos de pastelería o productos de copetín, y el triple de golosinas, respecto de las personas adultas.

Finalmente, nos interesa destacar que a estos resultados se suma que el consumo diario de alimentos saludables es significativamente menor en los grupos de niveles educativos bajos y en los de menores ingresos, mientras que estos mismos grupos consumen con mayor frecuencia alimentos no recomendados.

Estrategias para hacer frente a la malnutrición y promover una alimentación más saludable

En este marco, se ha diseñado a nivel global y regional un paquete de políticas que abordan la

⁸ 4º Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (2019), Informe definitivo. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/4ta-encuesta-nacional-de-factores-de-riesgo-2019-informe-definitivo>

⁹ La 4º ENFR indica que más del 40% de la población refirió comer la cantidad adecuada de frutas y verduras, lo que deja de manifiesto el alto nivel de desconocimiento sobre la recomendación de consumir 5 porciones de frutas y verduras por día. Página 97 del informe definitivo de la 4ta ENFR.

problemática de manera transversal e integral, entendiendo las múltiples dimensiones y factores que influyen en la calidad de la alimentación de la población. Se trata de estrategias tendientes a facilitar elecciones más saludables, sobre todo en NNyA, con el objetivo de prevenir el desarrollo de ECNT y asegurar el goce de una calidad de vida en condiciones de dignidad, salud y una adecuada alimentación.

Destacamos dos pilares dentro de este paquete de políticas que apuntan a proteger a las infancias y adolescencias, y que han sido receptadas ampliamente en Argentina por la ley PAS: la restricción de las estrategias de marketing y publicidad de las industrias alimentarias, y la transformación de las escuelas en entornos saludables, que contempla la protección de las infancias y adolescencias de estar expuestas a estas estrategias en las escuelas, asegura la provisión de alimentos sanos en los comedores escolares y prohíbe el ingreso de productos alimenticios insanos o poco saludables a estos establecimientos.

Estas medidas reconocen la mayor vulnerabilidad que presentan los NNyA frente a las estrategias de marketing y entienden que las escuelas, por la función social que cumplen, deben ser espacios protegidos. Es fundamental tener en cuenta que es en estos espacios donde los NNyA pasan gran parte de su tiempo de manera obligatoria y la mayoría recibe allí al menos una de las comidas diarias.

Estas políticas deben ser leídas a su vez desde un enfoque de derechos, toda vez que el Estado Nacional así como los Estados subnacionales se encuentran obligados a garantizar el derecho a la salud y a la alimentación adecuada de NNyA bajo especiales estándares de protección, tal como surge de la Constitución Nacional, la Convención sobre los Derechos del Niño y demás Tratados Internacionales de Derechos Humanos con jerarquía constitucional, así como las normas fundamentales y legislaciones de las diferentes jurisdicciones.



La restricción a las estrategias de marketing y publicidad de las industrias alimentarias

La publicidad y el marketing son factores de gran influencia en las decisiones de compra de productos no saludables y condicionan, en gran medida, los hábitos de consumo. La evidencia muestra que NNyA solicitan y consiguen que las personas responsables compren productos que vieron en publicidades. A continuación se presentan algunas cifras y estudios que muestran su uso e impacto a nivel local:

- Del estudio realizado en 2015 por FIC Argentina¹⁰ sobre las publicidades de alimentos que se emiten durante los cortes comerciales de los programas dirigidos a niños y niñas en televisión, surge que si las infancias de 4 a 12 años mirasen en promedio 3 horas de estos programas de televisión por día, estarían expuestas por semana a un total de 61 publicidades de alimentos de baja calidad nutricional, de las cuales:
 - 1 de cada 4 publicidades utilizaban personajes animados y famosos.
 - 1 de cada 3 ofrecían promociones.
 - Más de la mitad relacionaban el producto con un sabor más rico y/o una textura atractiva.
- De la ENNyS 2019 surge que el 21,5% de las personas adultas responsables de niños y niñas de entre 2 y 12 años declaró que compró, al menos una vez en la última semana, algún alimento y/o bebida porque el niño o la niña lo vio en una publicidad. A su vez, el 23,5% de la población de 13 años y más declaró que compró algún alimento y/o bebida en la última semana porque lo vio en una publicidad (ENNyS 2019).

¹⁰ FIC Argentina (2015) Informe de investigación "Publicidad de alimentos dirigida a niños, niñas y adolescentes en la TV argentina". Disponible en <https://www.ficargentina.org/investigaciones/informe-de-investigacion-publicidad-de-alimentos-dirigida-a-ninos-y-ninas-en-la-television-argentina-2015/>

- Del estudio realizado en 2021 por Unicef¹¹ surge que 1 de cada 4 (28%) NNyA declara recordar una publicidad de alimentos o bebidas vistas en publicidades digitales, y que 1 de cada 2 (50 %) reconoce haber pedido que compren un alimento específico en su hogar porque lo vio en una publicidad (en los últimos 3 meses). Se destaca de este estudio que todos los posteos que fueron analizados publicitan productos que no cumplen el perfil de nutrientes de OPS por presentar exceso de algún nutriente crítico (fundamentalmente, azúcares y grasas).

Es así que la evidencia científica disponible ha demostrado que la publicidad, promoción y patrocinio de productos comestibles con alto contenido de calorías, altos en azúcar, sal o grasa, influye en las preferencias alimentarias de las infancias, el comportamiento de compra y el comportamiento alimentario en general.¹²

En este marco, la prohibición de la publicidad, la promoción y el patrocinio de alimentos y bebidas con exceso de azúcares, grasas y sodio dirigida a NNyA, ha sido destacada como una política clave para la prevención de la obesidad en NNyA (OPS, 2011) y ha sido receptada a nivel local por la Ley PAS en sus artículos N° 9 y N° 14, así como en la Resolución N° 6924/2022 de ANMAT.

La ley define *publicidad y promoción* como “toda forma de comunicación, recomendación o acción comercial con el fin, efecto o posible efecto de dar a conocer, promover directa o indirectamente un producto o su uso”, y como *patrocinio* a “toda forma de contribución a cualquier acto, actividad o persona con el fin, efecto o posible efecto de promover directa o indirectamente un producto, su uso, una marca comercial o una empresa”.

¹¹ Unicef (2021) Exposición de niños, niñas y adolescentes al marketing digital de alimentos y bebidas en Argentina. Disponible en: <https://www.unicef.org/argentina/informes/exposicion-ninos-ninas-adolescentes-marketing-digital-alimentos-bebidas>

¹² Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura -FAO-, Organización Panamericana de la Salud -OPS-, Organización Mundial de la Salud -OMS- (2018) Políticas y programas alimentarios para prevenir el Sobrepeso y la Obesidad. Lecciones aprendidas. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34941/OPSNMH17040_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y



La escuela como entorno saludable

El *entorno alimentario escolar* comprende, de acuerdo con la definición propuesta por la FAO, de "todos los espacios, infraestructuras y circunstancias dentro de las instalaciones escolares y en sus alrededores en que se encuentran, obtienen, compran o consumen alimentos (...) y al contenido nutricional de estos alimentos. El ambiente también incluye toda la información disponible, la promoción (comercialización, publicidad, marcas, etiquetas de los alimentos, envases, promociones, etc.) y el precio de los alimentos y productos alimenticios.¹³

De acuerdo con los lineamientos fijados por FAO, OMS y OPS, los entornos escolares deben contar con cuatro criterios mínimos, que se complementan entre sí, para que sean saludables.¹⁴⁻¹⁵ En primer lugar, se debe propender que los alimentos distribuidos en el Programa de Alimentación Escolar sean saludables, satisfagan las necesidades nutricionales de los NNyA y estén en línea con las guías alimentarias nacionales.¹⁶ En segundo lugar, que las cantinas, kioscos y/o comedores escolares promuevan el consumo de alimentos saludables y agua -asegurando la oferta exclusiva de alimentos sanos y naturales-, y restrinjan la promoción y venta de bebidas azucaradas y productos

¹³ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Entornos alimentarios y alimentación escolar saludables. Disponible en: <https://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/>

¹⁴ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura -FAO-, Organización Panamericana de la Salud -OPS-, Organización Mundial de la Salud -OMS- (2018) Políticas y programas alimentarios para prevenir el Sobrepeso y la Obesidad. Lecciones aprendidas. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34941/OPSNMH17040_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

¹⁵ Organización Mundial de la Salud -OMS- (2016) Informe de la Comisión para acabar con la obesidad infantil. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/206450>

¹⁶ Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA). Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina>

ultraprocesados con exceso de azúcares, grasas saturadas, calorías y sodio, y bajo nivel nutricional.¹⁷ En tercer lugar, que la comunidad educativa (estudiantes, educadores, padres y madres de familia, entre otros) cuenten con jornadas de formación sobre alimentación saludable, incluyendo recomendaciones para la preparación de la vianda escolar. En cuarto lugar, que las instituciones educativas promuevan la actividad física en su currículo y cuenten con instalaciones adecuadas para su desarrollo.¹⁸

La regulación de los establecimientos educativos como entornos saludables que surge de la ley PAS, implica una serie de medidas que alcanzan la publicidad, promoción y patrocinio (PPP) de productos poco saludables en las escuelas, y también su oferta y comercialización.

● **Prohibición de PPP dentro de las escuelas**

Dentro de las Escuelas se prohíbe todo tipo de publicidad, promoción, patrocinio, exhibición y todo tipo de estrategia comercial de productos que presenten sellos de advertencia. Esta prohibición abarca, entre otras cosas:

- Exhibición de afiches, vallas publicitarias, carteles.
- Uso de logotipos.
- Entrega de muestras gratis.
- Inserción de anuncios de los productos en películas o videos que se proyecten en los centros de estudio, así como en los contenidos, juegos y propuestas educativas áulicas.
- Distribución de premios (juguetes, materiales didácticos) con la venta de los productos, o en los concursos o sorteos en los centros educativos.

¹⁷ Adecuación de pliegos de compras para la administración de los kioscos o cantinas escolares a los estándares de la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable.

¹⁸ Las políticas vinculadas a la promoción de la actividad física no son incluidas en el universo de políticas a relevar conforme el recorte metodológico que se efectuó: políticas vinculadas al consumo y a la prevención y/ mitigación de la carga de malnutrición por exceso.

- Visitas o actividades con empresas elaboradoras de productos ultraprocesados con sellos.
- Exhibición y visibilidad de comestibles con sellos.
- Patrocinio de eventos escolares por parte de empresas productoras de ultraprocesados con sellos.

● Regulación de oferta y comercialización de productos en las escuelas

La construcción de entornos escolares saludables implica una serie de medidas, además de prohibir el despliegue de acciones comerciales dentro de los establecimientos educativos, como refiere el punto anterior. Abarca la prohibición de venta, ofrecimiento o entrega de productos no saludables. Esto alcanza a comedores escolares, kioscos, cantinas, buffets, ventas ocasionales y todo tipo de ofrecimiento de alimentos que tenga lugar en los establecimientos educativos.

La importancia de esta medida se hace evidente si observamos las características que actualmente posee la oferta de alimentos en entornos escolares¹⁹, de acuerdo a algunos datos obtenidos de la ENNyS 2019:

- Es muy baja la proporción de estudiantes que indicaron que la provisión diaria de las escuelas está compuesta por alimentos recomendados, como frutas y lácteos (21,5% indicaron presencia de frutas frescas y 30,3% de yogur, postres lácteos o leches).
- En el caso de la provisión de agua, sólo un 56,9% de estudiantes reportó que la escuela la ofrece siempre.
- Más de un 70% de estudiantes mencionó la provisión de alimentos no recomendados por su elevado contenido de nutrientes críticos. Incluso, 1 de cada 4 estudiantes refirió que la escuela

¹⁹ De las encuestas surge que la mayor frecuencia de provisión de alimentos se observa en la escuela primaria de gestión estatal.

- provee bebidas azucaradas.
- Un 78,1% de estudiantes mencionó que la escuela posee kiosco o buffet y que los productos más comprados, tanto en escuelas públicas como privadas, son golosinas y bebidas azucaradas.

De las encuestas mencionadas surge que NNyA se encuentran expuestos cotidianamente a una amplia oferta de alimentos con exceso de azúcares, grasas saturadas, calorías y sodio, y de bajo valor nutricional en las escuelas. A su vez, que se han reducido las oportunidades de realizar actividad física y ha aumentado el tiempo dedicado a actividades sedentarias durante los recreos.

La contracara de estos datos es que la evidencia ha demostrado que el ofrecimiento continuo de alimentos nutritivos y saludables -como frutas y hortalizas- mejora los patrones de preferencia y consumo de NNyA.²⁰⁻²¹⁻²² En igual sentido, está demostrado que las políticas escolares que eliminan la oferta de alimentos excesivos en grasas, azúcares y sal han sido útiles para evitar las influencias externas negativas en las preferencias alimentarias.²³

Ello hace que las estrategias de prevención de malnutrición desarrolladas para proteger los entornos escolares presenten altos niveles de efectividad.²⁴ En este sentido, la ley PAS establece las mencionadas prohibiciones y la obligación de adecuar la provisión de alimentos a las recomendaciones de las GAPI y las GAPA (que se encuentran en proceso de actualización).

²⁰ Sa J, Lock K. (2008) Will European agricultural policy for school fruit and vegetables improve public health? A review of school fruit and vegetable programmes. *Eur J Public Health*. 18(6):558-68.

²¹ Reinaerts E, Crutzen R, Candel M, De Vries NK, De Nooijer J (2008) Increasing fruit and vegetable intake among children: comparing long-term effects of a free distribution and a multicomponent program. *Health Educ Res*. 23: 987-96.

²² Evans CE, Christian MS, Cleghorn CL, Greenwood DC, Cade JE. (2012) Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to improve daily fruit and vegetable intake in children aged 5 to 12 y. *Am J Clin Nutr*. 96: 889-901.

²³ Larson N, Story M. (2010) Are 'Competitive Foods' Sold At School Making Our Children Fat? *Health Affairs*, 29, no.3. 430-435

²⁴ Verstraeten R, Roberfroid D, Lachat C, Leroy JL, Holdsworth M, Maes L, et al. (2012) Effectiveness of preventive school-based obesity interventions in low-and middle-income countries: a systematic review. *The American journal of clinical nutrition*. 035378.

Este componente, como hemos dicho, alcanza tanto a kioscos escolares, cantinas escolares y comedores escolares. *Kioscos y cantinas escolares* son todas aquellas instalaciones ubicadas al interior de un establecimiento educacional, en las que se comercializan, elaboran y/o publicitan alimentos. Los *comedores escolares* abarcan todo tipo de asistencia alimentaria que se brinda a NNyA en las escuelas, tanto públicas como privadas. Cabe destacar que los comedores que se enmarcan en programas de asistencia alimentaria estatal, tienen el principal objetivo de asegurar una alimentación adecuada en los niños en edad escolar" que se encuentran en situación de vulnerabilidad.²⁵ La mayoría de los y las estudiantes reciben diariamente el desayuno o merienda, y el almuerzo o cena. En muchos casos, ese alimento constituye su comida principal.

Estos espacios desempeñan una función nutricional y educativa muy importante, contribuyen a la adquisición de hábitos de higiene y nutrición, y son marco de socialización y convivencia. Por todo lo dicho, resulta fundamental que desde las escuelas, particularmente desde los kioscos, cantinas y comedores escolares, se asuma un verdadero compromiso en la transformación de los patrones de consumo de NNyA y en la promoción de la alimentación saludable.²⁶

²⁵ Según datos del informe "Privaciones sociales y desigualdades estructurales" (2023) del Observatorio de la Deuda Social Argentina de la UCA, el 48,8% de los menores de 14 años es pobre y el 11,6% es indigente; casi un 19% de los hogares del país se encuentran en situación de inseguridad alimentaria. Para gran cantidad de NNyA los alimentos que se ofrecen en el comedor escolar constituyen su principal o única comida diaria. Disponible en: https://wadmin.uca.edu.ar/public/ckeditor/Observatorio%20Deuda%20Social/Documentos/2023/Observatorio_Documento%20Estadistico_Pobrez_a_2023.pdf

²⁶ CIPPEC (2014) Los modelos de gestión de los servicios de comedores escolares en Argentina. Disponible en: <https://www.cippec.org/wp-content/uploads/2017/03/1352.pdf>

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA PROMOVER UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LAS ESCUELAS

La ley 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable establece en su art. 12 la obligatoriedad de garantizar entornos escolares saludables en establecimientos educativos de nivel inicial, primario y secundario. A tales fines se prohíbe la oferta, comercialización, publicidad, promoción y patrocinio en establecimientos educativos de cualquier tipo de producto que contenga al menos un sello de advertencia o leyendas precautorias.

Para cumplir con lo establecido en este artículo, todos los productos envasados que se ofrezcan, entreguen o vendan en las escuelas, así como los que se utilicen para la preparación de menús o alimentos para la venta, deben ser libres de sellos y de leyendas precautorias -quedando alcanzados los productos que se entregan para su consumo directo y los que se utilizan para la preparación de otras comidas a modo de ingredientes-.

¿A qué nos referimos cuando decimos "sin sellos"?

El uso de sellos de advertencia y leyendas precautorias en los productos envasados responde al sistema de rotulado nutricional frontal, conocido también como "etiquetado frontal", que tiene el objetivo de informar cuándo un producto tiene exceso de nutrientes críticos, según los parámetros del perfil de nutrientes que ha seleccionado nuestro país como referencia.

Este perfil de nutrientes es el de la OPS y lo que hace es definir un punto de corte (valores máximos) que determina cuáles productos quedan etiquetados y cuáles no. Los productos que sobrepasen los valores definidos en el perfil de nutrientes deberán llevar los sellos y leyendas correspondientes, para advertir a la población los riesgos de su consumo.

SELLOS DE ADVERTENCIAS



LEYENDAS PRECAUTORIAS



Ahora bien, es necesario preguntarnos: **¿Qué es la alimentación saludable?**

Es fundamental entender que una alimentación saludable no se limita a eliminar el consumo de productos con exceso de nutrientes críticos -aunque ello sea un factor fundamental-. Una alimentación saludable exige que tales productos sean reemplazados por alimentos sanos, preferentemente frescos, incorporando una adecuada variedad y balance nutricional en nuestra alimentación diaria. En esta línea, las GAPA definen la *alimentación saludable* como "...aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía necesaria para que cada persona pueda llevar adelante las actividades diarias y mantenerse sana. La alimentación debe respetar los gustos y hábitos, o sea, la cultura de cada persona y/o familia".

Es por ello que, desde la Coalición, hemos desarrollado una serie de herramientas prácticas que buscan orientar la oferta y provisión de alimentos en las escuelas para que se garantice una alimentación adecuada, variada, balanceada y completa a cada NNyA.

Listado de alimentos y recetas sugeridas

A los fines de orientar la elección de alimentos saludables por parte de la comunidad educativa y funcionarios públicos, elaboramos un listado de alimentos que no presentan sellos ni leyendas precautorias y que, por lo tanto, pueden ser usados como ingredientes o producto final dentro del entorno escolar (ya sea kioscos, comedores, reuniones, fiestas del día de las infancias, fiestas patrias, regalos, etc).

Cabe aclarar que el criterio principal que rige es la presencia o no de sellos y que, en caso de hallar productos de la lista que por particularidades de su composición o preparación les corresponde algún sello, lo que prima es la prohibición. Esta herramienta se propone acompañar las elecciones más adecuadas y balanceadas nutricionalmente, siempre dentro de los parámetros de la ley PAS.

A partir de este listado de alimentos sin sellos elaboramos menús o preparaciones sugeridas, agrupadas en tres categorías: desayunos y meriendas; almuerzos; y colaciones y cantinas.



ALIMENTOS LISTOS PARA CONSUMO QUE NO REQUIEREN REFRIGERACIÓN

- Frutas frescas enteras, de estación y preferentemente regionales.
- Vegetales frescos, de estación y preferentemente regionales.
- Frutos secos (almendras, nueces, castañas, avellanas, otros) sin sal agregada.
- Maní tostado sin sal agregada.
- Frutas desecadas / deshidratadas (pasas de uva, ciruela, manzana, coco, durazno, damasco, arándanos, otros) sin azúcar agregada.
- Pan (fresco o en tostadas) blanco, con salvado o integral de panadería, preferentemente sin sal ni materia grasa agregada.
- Tostadas de pan integral (multicereal, multise millado), sin sal agregada.
- Galletas de arroz sin sal ni azúcar agregada.
- Semillas de girasol sin sal agregada.
- Semillas de zapallo sin sal agregada.
- Mix de cereales en copos (sin azúcar agregada).
- Galletitas comerciales sin sellos.
- Cereales inflados (arroz, quinoa, maíz pisingallo) sin azúcar agregada.
- Barritas sin sellos, a base de cereales, legumbres, frutas desecadas, frutos secos y/o semillas.
- Leche en polvo (reconstituida en el momento).
- Agua potable.



ALIMENTOS LISTOS PARA CONSUMO QUE REQUIEREN REFRIGERACIÓN

- Leche fresca de vaca o cabra, pasteurizada.
- Yogurt sabor natural, sin sellos y sin edulcorantes ni endulzantes.
- Frutas en trozos envasadas sin sellos (tipo macedonia) o caseras, sin azúcar agregada.
- Compotas, frutas al horno.
- Huevo duro.
- Bebidas vegetales sin sellos.
- Jugos 100% de fruta, preferentemente con pulpa, casero, envasados pasteurizados, sin azúcar agregada y sin sellos.



INGREDIENTES PARA PREPARACIONES DE BUFFET, COMEDORES O KIOSCOS ESCOLARES, QUE NO REQUIEREN REFRIGERACIÓN

- Harinas de cereales sin leudantes químicos.
- Harinas de legumbres (lentejas, garbanzos, porotos negros, otros).
- Polvo para preparar fainá.
- Levadura seca para elaboración de panificados.
- Legumbres cocidas (arvejas, variedades de lentejas, porotos, garbanzos, porotos de soja).
- Cereales y granos (arroz integral y blanco, quinoa, trigo burgol, trigo sarraceno, mijo, cebada perlada, avena, harina de maíz, centeno).
- Fideos cortos o largos de harinas integrales o blancas, con o sin huevo.
- Maíz pisingallo.
- Tubérculos (papa, batata, mandioca, otros).
- Pasta de maní.
- Semillas de lino, chía, sésamo, girasol.
- Puré de tomate sin sellos (enlatado o embotellado).
- Condimentos, especias, hierbas.
- Cacao amargo.
- Malta (con o sin leche) sin azúcar agregada.
- Café descafeinado (con o sin leche).
- Yerba mate en concentraciones reducidas para mate cocido (con o sin leche).
- Aceites (girasol, maíz, oliva).
- Leche entera o descremada en polvo.



INGREDIENTES PARA PREPARACIONES DE BUFFET, COMEDORES O KIOSCOS ESCOLARES, QUE REQUIEREN REFRIGERACIÓN

- Ricota magra o entera sin agregado de sal y/o crema.
- Queso hipograso (bajo en sal).
- Huevo para revueltos, sándwiches, pancakes, tartas.
- Carnes de vaca, cerdo, aves, pescados y otras, sin sal agregada.
- Levadura fresca.
- Frutas para macedonias, rellenos de panqueques, tortas, bizcochuelos, budines, endulzado de batidos y amasados, licuados con agua, leche o jugo natural.



PREPARACIONES SUGERIDAS | Desayunos y meriendas |

- Panificados de elaboración casera, con nulo o mínimo agregado de materia grasa y sal. Preferentemente enriquecidos con frutas, frutos secos, semillas, harinas integrales, harinas de legumbres.
- Budín y bizcochuelos, disminuyendo azúcar o sustituyéndola por puré de fruta, para bajar, progresivamente, la preferencia por el sabor dulce. En esta opción, también se pueden incorporar frutos secos.
- Pan de leche, con nulo o mínimo agregado de materia grasa y sal.
- Panqueques o crepes, preferentemente integrales, con o sin frutas cortadas o en puré.
- Galletas caseras de avena, banana/manzana/pera/durazno/ciruela/uva, frescas y/o pasas, sin azúcar agregada.
- Galletas de avena, semillas y zanahoria, sin azúcar agregada.
- Mix de frutos secos.
- Barritas de cereales artesanales a base de cereales, semillas, frutos secos y/o frutas desecadas.
- Yogurt casero elaborado sin azúcares agregados.
- Licuados de fruta con agua, leche y/o semillas.
- Jugos caseros de fruta, puros o diluidos.





PREPARACIONES SUGERIDAS | Almuerzos |

- Guisos con legumbres, vegetales, carne magra (de vaca, aves, pescados o regionales).
- Carnes magras con guarnición de verduras.
- Carne estofada (de vaca, aves, pescados o regionales), sin sal agregada, con ensalada rusa (sin mayonesa) o arroz primavera.
- Milanesa de carnes, sola o a la napolitana, con puré mixto.
- Pastel de carne con verduras.
- Variedad de tortilla de verduras.
- Variedad de vegetales rellenos.
- Fainá.





PREPARACIONES SUGERIDAS | Colaciones y cantinas |

- Sándwich de pan integral sin sal, relleno con carne magra (ej. pechuga de pollo), lechuga, tomate, huevo, ricota, humus de legumbres.
- Empanadas de verdura y carne con masa de harina integral.
- Tartas de verdura y/o atún con masa de harina integral.
- Pizza de harina integral con mix de vegetales.
- Muffins de verduras.
- Helados de fruta al agua, tipo casero, de jugos naturales, preferentemente con pulpa de frutas.
- Barras de cereales artesanales a base de cereales, semillas y frutas desecadas.
- Yogurt con frutas o semillas o frutos secos.



RECOMENDACIONES Y LINEAMIENTOS GENERALES PARA LA CONSTRUCCIÓN DE ENTORNOS ESCOLARES SALUDABLES

Menús saludables

- Todo menú y preparación debe estar alineado a las recomendaciones de las GAPI y las GAPA.
- El menú escolar debe estar diseñado por una persona Licenciada en Nutrición, teniendo en cuenta los parámetros referidos.
- Se recomienda la elaboración de recetarios por parte de personas Licenciadas en Nutrición, que se atengan al perfil de nutrientes de OPS. Que orienten la elaboración de opciones caseras de alimentos ricos nutricionalmente y sin exceso de nutrientes críticos.
- Las recetas o preparaciones pueden ser elaboradas en las instituciones, de contar con personal capacitado y condiciones edilicias, o bien se recomienda a las autoridades locales generar pequeños circuitos comerciales con emprendimientos gastronómicos de las comunidades, atendiendo a las reglamentaciones municipales de producción artesanal.
- Garantizar opciones de menús inclusivos: sin TACC, sin sal, vegetarianos o veganos, sin proteína de la leche de vaca, sin lactosa, apto para personas diabéticas, hipercalórico y otros.
- Priorizar el uso de vegetales en las preparaciones y elegir frutas y verduras de estación.
- Incorporar semillas y frutos secos a las planificaciones para aumentar su aporte nutricional.



- Reemplazar total o parcialmente las harinas refinadas por harinas integrales y de legumbres.
- Aumentar la variedad de endulzantes distintos al azúcar (frutas desecadas, dátiles, frutas frescas, patay, otros). Abolir los edulcorantes.
- Incorporar ingredientes y productos regionales.
- Asegurar correcta conservación de los alimentos según lo requieran.

Oferta en kioscos y cantinas

- Se recomienda a las instituciones educativas que se asesoren con personas Liceanciadas en Nutrición para el armado de propuestas para kioscos y cantinas, para atender adecuadamente la demanda en recreos y almuerzos cuando no se cuenta con comedor escolar.
- Se recomienda la elaboración de un listado de productos comerciales sin sellos.
- Se recomienda a las autoridades locales la creación de plataformas en donde puedan registrarse los productores y las productoras locales, así como también las empresas que ofrecen alimentos saludables, a los fines de acercar la oferta y la demanda de productos artesanales en cada localidad.



Hábitos de comensalidad

- Atender a los hábitos de comensalidad que se desarrollan en la escuela, tanto en los recreos como en los comedores, ya que este factor contextual afecta directamente los hábitos de consumo, la disposición frente a los alimentos y la receptividad a incorporar nuevas prácticas alimentarias más saludables.
- Se alienta a respetar la prohibición de uso de salero en comedores.
- Para elegir entre dos productos ultraprocesados de la misma línea que no presenten sellos, se recomienda elegir los que tengan la menor cantidad de ingredientes.
- Se recomienda que el personal docente y no docente se atenga a las recomendaciones de consumo durante su permanencia en la escuela, ya que la prohibición de ingresar productos con sellos también les alcanza. Ello es fundamental si tenemos en cuenta que las personas adultas también educan a partir de sus propias prácticas, siendo ejemplo para NNyA.
- Tener presente que existen prácticas culinarias que son habilidades necesarias para la selección, preparación previa, condimentación, cocción, combinación y presentación de los alimentos. De esas habilidades, desarrolladas, perfeccionadas en cada comunidad, y transmitidas a lo largo de generaciones, dependen el sabor, el aroma, la textura y la apariencia que tendrán los alimentos naturales o mínimamente procesados y cuánto les gustarán a las personas.



Guía para la elaboración de recetas

Este apartado está especialmente dirigido a orientar la elaboración de recetas y la preparación de alimentos caseros para ofrecer en las escuelas. Éstas deben registrarse por el mencionado perfil de nutrientes de OPS que en Argentina es gradual y que es fijado de acuerdo a los siguientes puntos de corte para los nutrientes críticos (azúcares añadidos, grasas saturadas, grasas totales y sodio) y/o edulcorantes y/o cafeína y/o calorías.

ETAPAS	AZÚCARES AÑADIDOS	GRASAS TOTALES	GRASAS SATURADAS	SODIO	EDULCORANTES CAFEÍNA	CALORÍAS
<p>PRIMERA ETAPA Comenzó a regir el 20 de agosto de 2022 para Grandes Empresas y el 16 de febrero de 2023 para Pequeñas y Medianas Empresas (PyMES), con posibilidad en ambos casos de solicitar prórroga por única vez, por 6 meses, siempre que cuenten con motivos suficientes de acuerdo con el artículo N° 20 de la Ley.</p>	<p>≥ 20% del total de energía proveniente de azúcares añadidos</p>	<p>≥ 35% del total de energía proveniente del total de grasas</p>	<p>≥ 12% del total de energía proveniente de grasas saturadas</p>	<p>≥ 5 mg. de sodio por 1 kcal o ≥ 600mg / 100 g</p> <p>Bebidas analcohólicas sin aporte energético: ≥ 40 mg de sodio cada 100 ml</p>	<p>Cuando el alimento contenga cafeína y/o edulcorante, de acuerdo a lo establecido en el art. 4° de la presente reglamentación</p>	<p>Alimentos: ≥ 300 kcal / 100 g</p> <p>Bebidas analcohólicas: ≥ 50 kcal / 100 g</p>
<p>SEGUNDA ETAPA El límite de implementación es el 20 de mayo de 2023 para las Grandes Empresas y el 20 de noviembre de 2023 para las Pequeñas y Medianas Empresas (PyMES).</p>	<p>≥ 10% del total de energía proveniente de azúcares añadidos</p>	<p>≥ 30% del total de energía proveniente del total de grasas</p>	<p>≥ 10% del total de energía proveniente de grasas saturadas</p>	<p>≥ 1 mg. de sodio por 1 kcal o ≥ 300mg / 100 g</p> <p>Bebidas analcohólicas sin aporte energético: ≥ 40 mg de sodio cada 100 ml</p>		<p>Alimentos: ≥ 275 kcal / 100 g</p> <p>Bebidas analcohólicas: ≥ 25 kcal / 100 g</p>

Para el diseño de recetas y la preparación de alimentos es fundamental guiarse por los mismos parámetros para asegurar la calidad nutricional de los alimentos que se ofrecen en las escuelas. Los siguientes cálculos deben ser realizados por una persona Licenciada en Nutrición que cuente con los conocimientos técnicos correspondientes:

● **Azúcares añadidos**

Para obtener el porcentaje de energía que aportan los azúcares añadidos debe multiplicar los gramos de azúcares añadidos por porción por 4, luego por 100 y dividirlo por las calorías que aporta la porción. El 4 corresponde a las calorías que aporta 1 gramo de azúcar.

Azúcares añadidos x 4 x 100 ÷ Calorías = (%) 1° etapa ≥ 20% del total de energía proveniente de azúcares añadidos, 2° etapa ≥ 10% del total de energía proveniente de azúcares añadidos.

● **Grasas totales**

Para obtener el porcentaje de energía que aportan las grasas totales, debe multiplicar los gramos de grasas totales por porción por 9, luego por 100 y dividirlo por las calorías que aporta la porción. El 9 corresponde a las calorías que aporta 1 gramo de grasa.

Grasas totales x 9 x 100 ÷ Calorías = (%) 1° etapa ≥ 35% del total de energía proveniente del total de grasas, 2° etapa ≥ 30% del total de energía proveniente del total de grasas.

● **Grasas saturadas**

Para obtener el porcentaje de energía que aportan las grasas saturadas, debe multiplicar los gramos de grasas saturadas por porción por 9, luego por 100 y dividirlo por las calorías que aporta la porción. El 9 corresponde a las calorías que aporta 1 gramo de grasa.

Grasas saturadas x 9 x 100 ÷ Calorías = (%) 1era etapa ≥ 12% del total de energía proveniente de grasas saturadas 2da etapa ≥ 10% del total de energía proveniente de grasas saturadas.

Sodio

El sodio debe calcularse de dos formas, si cualquiera de los dos resultados supera el límite correspondiente, le corresponderá el sello de advertencia.

Para obtener los miligramos de sodio por kilocaloría, debe dividir los miligramos de sodio por las calorías.

Sodio ÷ Calorías = (mg/kcal) 1° etapa ≥ 5 mg de sodio por 1 kcal, 2° etapa ≥ 1 mg de sodio por 1 kcal.

Para obtener los miligramos de sodio por 100 gramos de producto, debe multiplicar los miligramos de sodio por 100 y dividir por los gramos de porción.

Sodio x 100 ÷ Porción = (mg/100g) 1° etapa ≥ 600 mg/100 g, 2° etapa ≥ 300 mg/100 g 5.

ANEXO: CAJA DE HERRAMIENTAS

- Sistematización de la normativa sobre Alimentación Saludable. Disponible en: <http://leg.msal.gov.ar/atlas/alimentos.html>
- Guías Alimentarias de la Población Argentina (GAPA). Disponible en: https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf
- Guías Alimentarias de la Población Infantil (GAPI). Disponible en: <https://www.msal.gov.ar/images/stories/ryc/graficos/0000000562cnt-guias-alimentarias-familia.pdf>
- Recetario elaborado por el Ministerio de Salud de la República Argentina. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/come-rico-come-saludable-recetario.pdf>
- Entornos Escolares: Recomendaciones para la implementación de políticas de prevención de sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes en instituciones educativas. Secretaría de Gobierno de Salud, Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la República Argentina. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-07/entornos-escolares-saludables.pdf>
- Información de contacto de la Coalición y de todas las organizaciones y colegios profesionales miembro. Disponible en: <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1YIMkSdpW2RifY5cq7xGhKjYheCkyy0XO5nCZQ9Hqu6U/edit?usp=sharing>

BIBLIOGRAFÍA

Brizuela G, Cova MC, Monzón y Paloma Varona J (2021) Recomendaciones de políticas de fomento a la reformulación de alimentos. Gob.ar. Disponible en: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2021/03/35_-_ley_de_promocion_de_alimentacion_saludable_-_arg._productiva.pdf

CIPPEC (2014) Los modelos de gestión de los servicios de comedores escolares en Argentina. Disponible en: <https://www.cippec.org/wp-content/uploads/2017/03/1352.pdf>

Evans CE, Christian MS, Cleghorn CL, Greenwood DC, Cade JE. (2012) Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to improve daily fruit and vegetable intake in children aged 5 to 12 y. *Am J Clin Nutr*; 96: 889-901

Grupo Transdisciplinario para la Obesidad de Poblaciones -GTOP- (2021) Aproximaciones transdisciplinarias para afrontar la obesidad: construcción de posiciones y propuestas. Santiago, Chile: Universidad de Chile

FIC Argentina (2015) Informe de investigación "Publicidad de alimentos dirigida a niños, niñas y adolescentes en la TV argentina". Disponible en <https://www.ficargentina.org/investigaciones/informe-de-investigacion-publicidad-de-alimentos-dirigida-a-ninos-y-ninas-en-la-television-argentina-2015/>

Larson N, Story M. (2010) Are 'Competitive Foods' Sold At School Making Our Children Fat? *Health Affairs*, 29, no.3:430-435.

Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación (2011) Grupos en situación de vulnerabilidad y derechos humanos. Gob.ar. Disponible en: http://www.jus.gob.ar/media/1129151/31-grupos_vulnerables.pdf

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2019) 2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS), Indicadores priorizados. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/2deg-encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud-indicadores-priorizados>

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2018) Encuesta Mundial de Salud Escolar (EMSE), Resumen ejecutivo total. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/encuesta-mundial-salud-escolar-2018.pdf>

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2019) 4° Encuesta Nacional de Factores de Riesgo, Informe definitivo. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/4ta-encuesta-nacional-de-factores-de-riesgo-2019-informe-definitivo>

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA). Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina>

Naciones Unidas (2016) Informe de la Relatora Especial sobre el Derecho a la Alimentación, Sra. Hilal Elver. Asamblea general A/71/282, Resolución 70/154. Disponible en: https://conahcyt.mx/cibiogem/images/cibiogem/normatividad/estandares_dh/docs_estandares_dh/Relatora_derecho_a_la_alimentacin_enfoque_derechos_humanos_2016.pdf

Naciones Unidas (2014) Informe de la Relatora Especial sobre los Derechos Culturales, Sra. Farida Shaheed. Asamblea general A/69/286, Resolución 19/6. Disponible en: <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N14/499/91/PDF/N1449991.pdf>

Observatorio de la Deuda Social Argentina de la UCA (2023) Privaciones sociales y desigualdades estructurales. Disponible en: https://wadmin.uca.edu.ar/public/ckeditor/Observatorio%20Deuda%20Social/Documentos/2023/Observatorio_Documento%20Estadistico_Pobrez a_2023.pd

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura -FAO-. Entornos alimentarios y alimentación escolar saludables. Disponible en: <https://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura -FAO-, Organización Panamericana de la Salud -OPS-, Organización Mundial de la Salud -OMS- (2018) Políticas y programas alimentarios para prevenir el Sobrepeso y la Obesidad. Lecciones aprendidas. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34941/OPSNMH17040_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Organización Mundial de la Salud -OMS- (2016) Informe de la Comisión para acabar con la obesidad infantil. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/206450>

Organización Panamericana de la Salud -PAO- (2011) Recomendaciones de la consulta de expertos de la Organización Panamericana de la Salud sobre la promoción y publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigida a los niños en la Región de las Américas. Disponible en: [https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/Experts-Food-Marketing-toChildren-\(SPA\).pdf](https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/Experts-Food-Marketing-toChildren-(SPA).pdf)

Plan de Alimentación Saludable en la Infancia (Plan ASI). Gob.ar. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/salud/plan-asi>

Reinaerts E, Crutzen R, Candel M, De Vries NK, De Nooijer J (2008) Increasing fruit and vegetable intake among children: comparing long-term effects of a free distribution and a multicomponent program. *Health Educ Res*; 23: 987-96

Sa J, Lock K (2008) Will European agricultural policy for school fruit and vegetables improve public health? A review of school fruit and vegetable programmes. *Eur J Public Health*; 18(6):558-68

Unicef (2021) El sobrepeso en la niñez. Un llamado para la prevención en América Latina y el Caribe. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/29006/file/Sobrepeso-en-la-ninez-reporte-2021.pdf>

Unicef (2021) Exposición de niños, niñas y adolescentes al marketing digital de alimentos y bebidas en Argentina. Disponible en: <https://www.unicef.org/argentina/informes/exposicion-ninos-ninas-adolescentes-marketing-digital-alimentos-bebidas>

Verstraeten R, Roberfroid D, Lachat C, Leroy JL, Holdsworth M, Maes L, et al. (2012) Effectiveness of preventive school-based obesity interventions in low-and middle-income countries: a systematic review. *The American journal of clinical nutrition*; 035378

Zbrun M, Fluck C, Follonier M, Rossler E, Fusari M, Blajman J, Lorenzón G, Furh E, Berisvil A, Astesana D, Romero Scharpen A, Signorini M, Martí L, Rosmini M, Zimmermann J, Frizzo L, Soto L, Sequeira G (2016) La seguridad alimentaria en comedores escolares. XVII Jornadas de Divulgación Técnico-Científicas (FCV-UNR).

Gracias a todas las organizaciones, colegios y profesionales que aportaron a la construcción de este documento, con compromiso, ética, experticia y la convicción de que es posible construir un entorno alimentario más saludable para los niños, niñas y adolescentes de Argentina.

REGIÓN NEA

Asociación Formoseña de Graduados en Nutrición (AFORGRAN)
Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Corrientes
Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Misiones
Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Chaco

REGIÓN NOA

Colegio de Graduados en Ciencias de la Nutrición de Jujuy
Colegio de Graduados en Nutrición de Salta
Colegio de Graduados en Nutrición de Santiago del Estero
Colegio de Graduados en Nutrición de Catamarca
Universidad Nacional de Salta
Colegio de Licenciados en Nutrición de Tucumán

REGIÓN CENTRO

Fundeps Argentina | *Secretariado*
Colegio de Graduados en Nutrición de la Pcia. de Santa Fe 1ra Circ.
Colegio de Graduados en Nutrición de la Pcia. de Santa Fe 2ra Circ.
Asociación de Lic. en Nutrición de Concepción del Uruguay (ALENCU)
Asociación de Licenciados en Nutrición de Concordia
Asociación Entrerriana de Nutricionistas (AEN)
Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Córdoba
Colegio de Nutricionistas de Entre Ríos (CONUER)
Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Católica de Santa Fe
Médicos del Mundo

REGIÓN CUYO

Asociación Sanjuanina de Graduados en Nutrición (ASN)
Asociación de Lic. en Nutrición de San Luis (ALIN)
Universidad Nacional de Cuyo, Facultad de Medicina
Asociación Mendocina de Graduados de Nutrición (AMGRAN)
Universidad Católica de Cuyo
Colegio de Nutricionistas y Lic. en Nutrición de la Rioja (CONYLEN)
Universidad Nacional de San Luis, Facultad de Ciencias de la Salud


REGIÓN PATAGONIA


Colegio de Nutricionistas de La Pampa
Colegio Rionegrino de Graduados en Nutrición
Asociación de Nutricionistas del Chubut (ANCH)
Sociedad de Pediatría del Golfo San Jorge, Chubut
Asociación Civil de Nutricionistas del Neuquén
USIN Colectivo por la Soberanía Alimentaria y la Salud de los Pueblos
Asociación de Atletismo del sur del Chubut
Asociación Santacruceña de Nutricionistas (ASDEN)
Asociación Fuegoña de Graduados en Nutrición (AFUGRAN)


REGIÓN CABA - BUENOS AIRES

Fundación Interamericana del Corazón Argentina (FIC)
Federación Argentina de Graduados en Nutrición (FAGRAN)
SANAR Nutrición
Cátedra Libre de Soberanía Alimentaria, Escuela de Nutrición de la UBA (CALISA)
Centro de Investigación sobre Problemáticas Alimentarias Nutricionales (CISPAN)
Centro de Estudios de Estado y Sociedad (CEDES)
Fundación Eforo
Centro de Medicina Familiar y Comunitaria San Pantaleón
Universidad Isalud
Asociación Civil y Centro de Estudios Pensando Políticas Públicas (CEPEGEPP)
Consumidores Argentinos
Sociedad Argentina de Pediatría (SAP)
Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Buenos Aires
Consciente Colectivo
Centro de Educación, Servicios y Asesoramiento al Consumidor (CESyAC)
Sociedad Argentina de Obesidad y Trastornos Alimenticios (SAOTA)

www.prevenirobesidadinfantil.org

 info@prevenirobesidadinfantil.org

 [@coal.obesidad.infantil](https://www.facebook.com/coal.obesidad.infantil)

 [@coal.obesidad.infantil](https://www.instagram.com/coal.obesidad.infantil)

 [@coal_obesidad](https://twitter.com/coal_obesidad)

ARGENTINA, 2023



COALICIÓN NACIONAL
PARA PREVENIR LA OBESIDAD
EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES