

# Alimentación en el contexto escolar. La voz de las y los protagonistas.

Aguirre Verónica Noemí, González Baldres Lautaro y Ruiz Carola.

Cita:

Aguirre Verónica Noemí, González Baldres Lautaro y Ruiz Carola (2024). *Alimentación en el contexto escolar. La voz de las y los protagonistas.* 6tas Jornadas de Estudios sobre la Infancia, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/6jornadasinfancia/33>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ez2b/ky7>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.  
Para ver una copia de esta licencia, visite  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>.

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

## **Alimentación en el contexto escolar: la voz de las y los protagonistas<sup>1</sup>**

El presente artículo, relacionado al Taller de Promoción de Alimentación Saludable<sup>2</sup> desarrollado en escuelas, aporta conocimiento al campo de la alimentación infantil en general y su relación con la salud, incorporando reflexiones sobre el consumo de las comidas ofrecidas por el Servicio Alimentario Escolar (SAE). En este sentido, y sistematizando la información recogida durante 2022 y 2023, recuperaremos el punto de vista de adultas y adultos que integran la comunidad educativa y, la de aquellos/as destinatarios/as directos/as: niños y niñas que asisten a escuelas estatales de los partidos de La Plata, Berisso y Ensenada, que desayunan o meriendan y/o almuerzan a diario en ellas y sus familias.

Los encuentros que integran el taller intentan problematizar la cuestión alimentaria y construir con los niños y niñas (de ahora en más, NyN) una mirada reflexiva y crítica respecto del consumo de alimentos.

Estos se efectúan en el aula luego de conversaciones mantenidas con autoridades de las escuelas, a fin de dar a conocer la propuesta y relevar, mediante una entrevista, cuestiones que las directoras y/o el Equipo de Orientación Escolar identifican como problemáticas en relación a la alimentación, a la higiene, a la actividad física, entre otras problemáticas emergentes, y que estiman necesario trabajar en el marco de los encuentros.

### **Un poco de historia**

El Taller comenzó a desarrollarse en el año 2013 y, hasta la actualidad, fue ajustando sus contenidos en función de los nuevos materiales publicados en relación a la temática de alimentación y nutrición en Argentina.

La información utilizada para el desarrollo de los talleres está basada, principalmente, en las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) desarrolladas por el Ministerio de Salud (2016). Se ha valorado también la clasificación NOVA (dado que para el diseño de las GAPA se han tenido en cuenta dichas guías) y modelos diversos (OMS, Harvard) para el diseño de actividades. Entre los aspectos relevantes que intervinieron en su desarrollo es preciso considerar:

---

<sup>1</sup> El material producido para educar e intervenir jugando está disponible de acceso público, y puede obtenerse en el link <https://tinyurl.com/ceren-cic>

<sup>2</sup> El mismo se enmarca en el programa La Ciencia va a la Escuela, llevado adelante por un equipo interdisciplinario integrante del Centro de Estudios en Nutrición y Desarrollo Infantil (CEREN), dependiente de la Comisión de Investigaciones Científicas de la Subsecretaría de Ciencia, Tecnología e Innovación, Ministerio de producción, Ciencia e Innovación Tecnológica de la provincia de Buenos Aires.

- a) La reelaboración del material acompaña el cambio de las normativas a través del tiempo, por ejemplo, se reelaboró el material a partir del cambio de modelo efectuado en las GAPA en el año 2016.
- b) Ante la emergencia de acontecimientos que toman estado público, alguna temática particular entra en debate y es replicada en el marco de los talleres. Por ejemplo, a partir del proyecto de ley sobre rotulado frontal se agregó material referente a dicha temática; asimismo, se priorizaron cuestiones relevadas en los resultados de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud efectuada en el año 2018/19.
- c) Otros cambios o focos de atención tienen que ver con problemáticas que son planteadas por docentes y autoridades (la presencia de dietas, snackeo, y otros obstáculos para un adecuado aprovechamiento del servicio alimentario escolar por parte de NyN).

Por otro lado, se pusieron en juego distintas estrategias a fin de generar contenidos que puedan ser aprehendidos y aplicados por NyN de distintas franjas etarias. En términos generales, la propuesta se ajusta de la siguiente manera:

- Nivel inicial: utilización de recursos vinculados al estímulo sensoriomotriz. Se recurre a material audiovisual, canciones, imágenes y juegos de desplazamiento y expresivos.
- Nivel primario, primer ciclo: utilización de imágenes interactivas, juegos de dramatizaciones y de elaboración de comidas con tarjetas; poca apoyatura textual.
- Nivel primario, segundo ciclo: utilización de imágenes interactivas con mayor nivel de abstracción, juegos de dramatizaciones y de elaboración de comidas con tarjetas, mayor apoyatura textual y más compleja, elaboración de producciones propias sobre las temáticas trabajadas.

Asimismo considerando los elementos conductuales y motivacionales (Arnold 2018) se realizaron modificaciones didácticas que apelaron al humor, a la percepción de pares, a las expectativas con respecto a los fines, etc.

Finalmente, con el objetivo de involucrar al ambiente doméstico para fortalecer el desarrollo de un entorno saludable, se propuso la incorporación de encuentros con familias de niños participantes del taller. El mismo contó con el diseño de material específico, y folletos con datos epidemiológicos y explicativos sobre alimentación saludable.

En función de lo planteado anteriormente, cabe decir que el material utilizado es periódicamente renovado incorporando aquellos interrogantes o cuestiones controversiales que los/as NyN manifiestan en el marco del taller.

También, se han elaborado cuadernillos para docentes de educación inicial y primaria, con información relevante, actividades y material didáctico para trabajar en el aula; y de actividades para NyN de inicial y secundaria.

Cabe destacar que, en el marco de la pandemia por COVID-19 y ante la imposibilidad de realizar talleres in situ, se confeccionaron cuadernillos de difusión sobre la temática de la alimentación y la higiene para familias de NyN que asistían a niveles inicial, primario y secundario.<sup>3</sup>

### **La alimentación escolar**

La cuestión de la asistencia alimentaria en el contexto escolar es una preocupación que reconoce una larga trayectoria en nuestro país. Al respecto Britos et al., (2003) realizan un recorrido histórico de la paulatina incorporación de la alimentación para niñas y niños escolarizados, cuyos aportes calóricos y nutritivos no eran posibles de cubrir en el medio hogareño.

Durante el año 1985/86 se hizo efectiva, por primera vez, una evaluación del impacto nutricional y educativo del programa de comedores escolares. Sintéticamente la evaluación pudo dar cuenta de ciertas falencias existentes en el marco del programa, tales como la alta discrecionalidad respecto del menú que se servía en los centros educativos. La principal ponderación tenía que ver con el aporte energético de los alimentos en detrimento de otros nutrientes tanto o más importantes que las calorías. Entre los años 1993 y 1998 se llevaron a cabo ocho evaluaciones diagnósticas; los resultados hallados determinaron, a grandes rasgos, la existencia de las mismas falencias relevadas una década atrás.

A partir de la sanción de la ley 24.049 en el año 1992 el sistema alimentario escolar pasó a ser una potestad de cada provincia. En provincia de Buenos Aires, el Servicio Alimentario Escolar (SAE), dependiente del Ministerio de Desarrollo Social, es el programa que se encarga de la asistencia alimentaria de NyN que concurren a establecimientos escolares estatales.

El objetivo general del programa “es garantizar el derecho a la alimentación, mejorando la aptitud para el aprendizaje y las condiciones de salud de la población escolar de la provincia de Buenos Aires, promoviendo una cobertura nutricional igualitaria y equitativa para todos los niños/as, focalizando a los más vulnerables.” (Ministerio de Desarrollo Social, 2020).

En este trabajo se intentará efectuar una aproximación general a dicha política pública para luego adentrarnos en recuperar la voz de la comunidad educativa y, dentro de la misma, registrar la visión que niñas y niños tienen sobre la alimentación, la cual comprende la apreciación de los mismos sobre las comidas provenientes del programa.

El modo de gestión del SAE ha estado a cargo, históricamente, de los Consejos Escolares de cada distrito. Este órgano era el responsable tanto de la planificación como de la compra de los alimentos a brindarse en los comedores escolares. Esta modalidad de gestión ha sido cuestionada, entre otras cosas, por la baja calidad nutricional de los alimentos adquiridos (Rivera, 2020).

---

<sup>3</sup> Todos estos cuadernos de actividades, cuentos y experimentos para trabajar en escuelas y hogares, se encuentran disponibles en el sitio web del CEREN y constituyen un recurso pedagógico de relevancia, cuyo acceso y descarga es libre y gratuito de <https://tinyurl.com/ceren-cic>.

Una evaluación realizada en el año 2011 en escuelas medias de la provincia de Buenos Aires cuyo objetivo se centraba en indagar aspectos de la oferta y valoración del SAE por parte de los destinatarios del programa, arrojó luz sobre la importancia del debate acerca de los alimentos ofrecidos por las escuelas de manera de cumplir con las metas nutricionales del servicio. Esto requiere:

Garantizar los recursos necesarios (tanto infraestructurales como la disposición de espacios específicos de almacenamiento y refrigeración) como de coordinación interinstitucional y soporte técnico (como por ejemplo en talleres alimentarios con alumnos, capacitaciones a cocineros y otros participantes escolares involucrados en el servicio) para que todos los actores participantes puedan desarrollar sus tareas con plenitud. Esto implica abordar y resolver realidades que operan en la implementación cotidiana del servicio alimentario en la escuela de manera informal (Ortale; Santos; Aimeta, 2015, p. 121).

A partir de evaluaciones impulsadas por el SAE en los años 2016 y 2017, conjuntamente con organismos como el CESNI (Centro de Estudios Sobre Nutrición Infantil), CEPEA (Centro de Estudios sobre Políticas y Economía de la Alimentación) y profesionales pertenecientes al Colegio de Nutricionistas de la provincia, se modificó el modo de gestión administrativa y se fortaleció el aporte nutricional de las comidas ofrecidas por el programa. La incorporación de nuevos alimentos ofrecidos en el menú (verduras y frutas) representó un problema y un desafío para las escuelas y para NyN (Ortale y Santos, 2018).

### **El Taller de Promoción de la Alimentación Saludable**

Entre los años 2022 y 2023 se realizaron un total de 109 encuentros en los cuales participaron 695 NyN de nueve escuelas: tres ubicadas en el casco urbano platense, una en Abasto, una en Colonia Urquiza, tres en Berisso y una en Ensenada. En el marco de esos encuentros se abordaron los siguientes subtemas: los alimentos saludables, el cuidado de la salud buco dental, la higiene de manos y alimentos, y las actividades físicas y sedentarias. Además, se llevaron a cabo 16 encuentros a los que asistieron 138 adultas/os responsables de niñas y niños que participaron de los talleres.

La idea de realizar encuentros con familias surgió a partir de la necesidad de generar una instancia en la que confluyan las y los adultos, que son quienes acompañan la construcción de entornos saludables, y lograr univocidad en los mensajes que se transmiten.

### **La experiencia durante el periodo 2022-2023. La voz de las y los adultos**

Durante las entrevistas mantenidas con diferentes actores institucionales surgieron algunos planteos y/o cuestionamientos respecto del Programa (SAE). En general una de las críticas formuladas tiene que ver con la rigidez del menú semanal enviado desde el Programa.

Sin embargo, según advierte personal directivo y docente, muchas NyN rechazan platos como tartas o tortillas, incluidos en el menú, y son más permeables al consumo de los mismos alimentos en formato de guisos o salsas. Por este motivo, el planteo tiene que ver con la posibilidad de utilizar los mismos ingredientes provistos por el SAE para realizar un menú diferente que se adecue mejor a los gustos de NyN. Según refirieron algunas personas del cuerpo directivo, no habría posibilidad de modificarlo salvo, que desde el SAE, no se haya provisto de algún alimento puntual que constituya un ingrediente necesario para determinado plato.

Respecto a la calidad y cantidad de alimentos enviados por el programa, existen discrepancias. Si bien en todas las escuelas visitadas mencionan que los alimentos son de buena calidad nutricional, con respecto a la cantidad hay variedad de situaciones.

En algunas escuelas sus autoridades y también algunas docentes, han expresado que se respeta el número de matrícula, pero que el ofrecimiento de una infusión con leche acompañada de una rodaja de pan con queso y/o dulce (por niña/o), tanto para el desayuno como para la merienda, resulta insuficiente porque se quedan con hambre.

En otras escuelas, personal directivo afirmó que la matrícula de NyN para el comedor sobrepasa la provisión de alimentos que el SAE aporta. Entre las estrategias que se ponen en acto mencionaron: haber disminuido el tamaño de las porciones para que alcance a todos/as los NyN, disponer rodajas de pan con dulce o queso sobre una mesa en el acceso a la escuela para que aquellos que lo deseen retiren una porción, pasar por las aulas previo horario del comedor preguntando quiénes pensaban comer ese día (ajustando las porciones acorde a esta "inscripción" al comedor). Por el contrario, en algunos establecimientos, sobre todo aquellos de jornada extendida, la cuestión de la escasez de alimentos no es un problema. Las directoras mencionaron que incluso en determinadas oportunidades arman bolsones de alimentos frescos para repartir entre las familias inscriptas, o dan una asistencia alimentaria extra a aquellas que se encuentran en situación de vulnerabilidad.

Un problema que comparten todas las escuelas visitadas es la falta de aceptación por parte de NyN de preparaciones que contienen verduras de hoja. Según afirmaron, en los años previos a la pandemia por Covid-19, muchas niñas y niños habían incorporado pautas alimentarias saludables tales como la variedad en el consumo de vegetales y frutas. Con el retorno a las aulas se encontraron con un retrainamiento en estos consumos y una tendencia a preferir alimentos con mayor grado de procesamiento, grasas saturadas, sodio y azúcar, que se adquieren o bien en los quioscos de las escuelas, o en los accesos a las mismas, o son adquiridos previamente y luego llevados para ser consumidos en los recreos. Lo anterior es una fuente de preocupación de las directoras y docentes y uno de los motivos de mayor peso en la demanda de realización de los talleres con adultas/os.

En una escuela en particular, con la característica de ser de jornada extendida (ocho horas), tanto su vice directora como algunas docentes refirieron que se desperdicia mucha comida porque NyN

no están conformes con el menú. Indagando sobre los motivos mencionaron que son platos que desconocen porque no son los que usualmente se preparan en el hogar, señalando que prefieren los estofados, guisos y algunas comidas propias de países limítrofes, cuestión que también se advirtió en otras escuelas visitadas.

Una docente manifestó haber organizado una reunión con las familias del grado que tiene a cargo para exponer esta cuestión, dado que le preocupa que sus alumnos/as pasen tantas horas casi sin ingerir alimentos o alimentándose mal. Además, remarcó que la temática de la alimentación saludable no está siendo abordada por el equipo directivo con la atención que se merece puesto que, según su postura, es un problema que trasciende a todos los grados.

“No te das una idea de la cantidad de comida que se desperdicia. Con mi grupo, yo les voy diciendo: hoy comés medio plato, mañana podés intentar comer un poquito más y ellos saben que los estoy mirando y hasta vienen y me dicen: seño comí casi todo el plato. Porque es algo que también se aprende. Hay cosas que no les gustaba, pero era porque no las conocían. Si vas al comedor a la hora del almuerzo te vas a dar cuenta de quiénes son mis alumnos y quienes no, porque hay maestras que dicen: yo no lo voy a obligar a que coma, no es mi hijo, o eso lo tienen que aprender en la casa. Pero el problema es que después tenés a chicos descompuestos, con dolor de cabeza o de panza y eso es porque no comen.” (Nota de campo: docente de quinto grado).

En otra de las escuelas visitadas, que también tiene jornada extendida, una docente sostuvo: “Está el conflicto de que vos no podés obligarlos a comer, pero tampoco pueden estar todo el día sin comer.”

En el marco de los talleres con familias en escuelas con jornada extendida, los asistentes mencionaron que es incomprensible que se deseche la comida. Una mujer lamentándose acotó: “*Pasás por el contenedor de la escuela y ves un montón de comida desperdiciada*”.

Otro de los puntos controversiales y que se reitera en todas las escuelas tiene que ver con la poca cantidad de sal permitida para la cocción de los alimentos. Sostuvieron que existe rechazo por parte de algunas niñas y niños, señalando que no le sienten gusto a la comida y que algunos llevan salero. Sin embargo, algunas madres mencionaron que sus hijos/as estaban aprendiendo a comer con menos sal. Por el contrario, otra sostuvo que los alimentos no solo contenían poca sal sino también pocas especias que realzaran el sabor de los platos, algo que podría suplirla, y señaló: “A mí me gustaría que la persona que diseñó el menú se siente a comer a ver si le parece rica la comida”. En este punto una de las asistentes al taller comentó que esa cuestión debe ser inculcada desde el hogar y que es importante enseñar con el ejemplo.

La cuestión de la logística de recepción, almacenamiento y distribución de las cajas alimentarias provenientes del programa Mesa Bonaerense es algo que el personal directivo, de la mayor parte de las escuelas visitadas, señala como tediosa. Al respecto plantearon que les quita mucho tiempo y en ocasiones no llegan a realizar el trabajo propio de la institución por estar encargándose de lo administrativo vinculado a lo estrictamente alimentario. Afirman que es algo

que no debería ser gestionado por las escuelas. Señalan que dicho programa se puso en funcionamiento a partir de la pandemia dada la imposibilidad de dar de comer a NyN en las escuelas. En ese sentido mencionan no comprender por qué continúa la entrega de esos alimentos cuando los comedores están en funcionamiento y las clases se dictan con normalidad.

Si bien los módulos alimentarios del programa SAE comenzaron a entregarse a partir de abril de 2020 en el marco del ASPO, el Ministerio de Desarrollo de la Comunidad decidió continuar dicha asistencia alimentaria, tanto para NyN como también para las familias, y por ello determinó la creación del programa Mesa Bonaerense a fin de que esta política alimentaria se extienda más allá del contexto de emergencia sanitaria (SIEMPRO, 2023).

Más allá de las discrepancias y algunos acuerdos referidos por los adultos con respecto al servicio alimentario, nos interesa conocer cuál es la mirada que tienen NyN con respecto a la alimentación que se propone desde las escuelas.

### **La opinión de niñas y niños sobre la alimentación**

En el marco de los talleres niñas y niños ponen en palabras su visión respecto de la alimentación. En ese sentido, plantearon cuestiones vinculadas a la salud, gusto, calidad y cantidad de alimentos escolares, tales como:

**“Estamos acostumbrados a comer comida que hace mal”** (alumno 5º EP Berisso).

El consumo extendido en NyN de alimentos ricos en sal, azúcar y grasa se confirma en las diferentes escuelas, más allá del sector económico al que pertenezcan las familias. Si bien no siempre existe una correcta definición sobre los alimentos necesarios y opcionales (suelen debatir respecto a si son o no saludables alimentos como la carne, la piza, la milanesa, el pan y el aceite), los casos que se corrobora que hay un conocimiento al respecto, este no lleva necesariamente a su implementación o a una buena alimentación. En casos puntuales, madres o padres preocupados han charlado el tema con sus hijos/as, y son las veces que más se constata un saber sobre el tema. En este punto, también suelen estar presentes influencers (Instagram, TikTok) sobre salud que son de donde la familia toma los conceptos y consejos.

NyN comentan:

“El hambre si lo comés mucho todo el día te hace mal al hígado.”

“Los chinchulines tienen mucha grasa. ¿Hacen bien?”

“El chicle con sabor a crema dental te limpia los dientes.”

“A mí el helado me cura el dolor de panza.”

**“Las comidas que no nos gustan son las comidas saludables”** (alumno 5º EP Berisso).

Si bien niñas y niños reconocen que algunos alimentos que consumen son de mala calidad nutricional, mencionaron tener en cuenta la importancia de alimentarse de modo saludable.



No obstante, aquellos alimentos que se ofrecen a través del SAE y que tienen en cuenta el componente nutricional fueron criticados dado que advirtieron no sentir el sabor de las comidas porque les falta sal o porque los vegetales no están del todo cocidos, y plantearon que también la leche y/o el té con leche no son sabrosos porque les falta azúcar. Del menú ofrecido, suelen comer sólo aquello que les gusta y desechar el resto.

Otros justificaron la decisión de llevar salero desde sus hogares, llevar vianda y/o desayunar en sus respectivos domicilios. Una docente comentó que en el recreo reúnen dinero entre todos para comprar snacks, que luego consumen durante la jornada escolar.

Los alimentos que se suelen dejar de lado son verduras y algunas legumbres. Expresaron que no les gustan las chauchas, el zapallo, el repollo y las lentejas. En cambio, los medallones de carne de pollo son el alimento de mayor aceptación.

### **“No puede ser que diga sopa de carne y no tenga nada de carne” (alumno 5º EP La Plata)**

En el marco de las temáticas abordadas en el taller se trabajó sobre los claims<sup>4</sup>. El nivel de atención que admiten sobre rotulado y publicidad es variable (desde repetir el slogan de un alimento creyendo que es un dato objetivo del mismo a preguntar por qué el fondo del diseño del paquete varía entre las marcas), pero casi la totalidad tienen un grado alto de confianza en elementos como la foto o dibujo del empaque. Incluso, llegando a decepcionarse y enojarse cuando no encuentran el alimento señalado por el frente del paquete entre los ingredientes (como unas galletitas de frutilla que ilustran el paquete rojo con fotos de frutillas pero no tienen frutilla). En ese marco niñas y niños expresaron lo siguiente:

“Los claims son mensajes mentirosos que construyen para que la persona compre el producto. Al empresario solo le interesa la ganancia y no la salud de las personas”.

“Algunas comidas dicen cien por ciento tal cosa y solo tiene un montón de químicos”.

“Todo es una mentira” “Me siento estafado”.

“La parte de adelante del alimento [con claims] te engaña, vivimos en un engaño”.

“Si te comés esas papas [fritas], te estás comiendo una mentira”.

“Mi mamá sólo mira la fecha de vencimiento y me dice: está bien, comelo”.

“Algunas bebidas o papas avisan con el octógono que no son sanas.”

### **“Yo no desayuno ni el sábado ni el domingo porque no vengo a la escuela” (Alumno 5º EP La Plata)**

Cuando se les pregunta sobre la frecuencia de las comidas del día, NyN del turno tarde normalmente saltean el desayuno, resultando en que la primera comida del día en estos casos sea al mediodía en la escuela. La opinión de los niños suele ser que la comida más importante

---

<sup>4</sup> Los ‘claims’, o ‘información nutricional complementaria’, son información de carácter opcional que se incluye en el envase o la publicidad de un alimento. Su presencia debe cumplir con ciertos requisitos que no siempre son del todo claros (Secretaría de Agricultura, Ganadería y Pesca, 2016. Ministerio de Salud, 2018).

del día es el almuerzo o la cena, y estas suelen ser también las comidas que siempre realizan en el día. El snackeo también está muy presente a todas horas, llegando a veces a sustituir las otras comidas del día.

Al preguntarles por qué no desayunan, afirman:

“Me levanto a las 11”.

“No es interesante, sólo es leche”.

“Yo no desayuno nunca”.

“No es necesario porque la escuela tiene comedor”.

“Al té con leche, a veces, le falta azúcar”.

“No me gusta la leche que dan acá, le siento olor raro”.

### **“Red Bull te da energía”** (alumno de 5º EP Berisso)

La cuestión de las bebidas azucaradas (gaseosas y jugos), las bebidas isotónicas, erróneamente llamadas deportivas, e hipertónicas, mal llamadas energéticas es un punto que se problematiza dado el alto consumo existente. Mencionaron conocer que el mejor modo de hidratarse es tomando agua, no obstante eligen tomar gaseosas. Otros/as creen que los jugos artificiales son mejores que las gaseosas porque están hechos con frutas.

El consumo de bebidas isotónicas es frecuentemente considerado por NyN como lo más apropiado para tomar luego de la práctica deportiva.

En ese sentido, una de las asistentes al taller de familias comentó que, atendiendo un quiosco dentro de una cancha de fútbol del barrio, ha vendido muchas de esas bebidas a niños luego de los entrenamientos y partidos. Otra de las asistentes confirma lo anterior comentando: “Mi hija me pidió que le compre porque quería hacer patín. No le gusta, se lo tomó hasta donde pudo y lo dejó; pero me lo vuelve a pedir.”

Sin embargo, ante la indagación, emergieron planteos que evidencian que la amplia mayoría de estudiantes ha consumido en alguna oportunidad este tipo de bebidas.

Asimismo una docente señaló que un grupo de niñas las tomaba porque copiaban lo que hacían estudiantes de la escuela secundaria. Ellas plantearon el acontecimiento en términos de travesura y/o dando a entender, que a partir de este tipo de consumos, se sentirían más grandes.

Otra docente comentó una serie de síntomas que presentó una de sus alumnas: taquicardia, transpiración en las manos y sensación de angustia, que se produjo tras haber consumido una bebida hipertónica durante el recreo. Tuvo que intervenir deteniendo la clase y dando aviso a la familia.

El tema de las bebidas isotónicas e hipertónicas generó los siguientes comentarios por parte de los chicos:

“La bebida energética es buena porque aporta energía”, dice un niño que polemiza con una compañera. Ella le responde: “Es energía artificial que te dura dos minutos”.

“Mi mamá dice que la taurina es mala para los chicos”

**“Las hamburguesas de Mc Donalds tienen un sabor que no tienen las que hacemos en casa”** (alumno 5º EP La Plata)

Ante la consulta a NyN si acostumbran cocinar en sus respectivos hogares, en todos los casos se ha relevado que un gran porcentaje se ocupa del cuidado de sus hermanos/as pequeños/as cuando los adultos salen a trabajar. En una escuela en particular ubicada en la zona del periurbano platense, niñas y niños de los 5tos grados conocían incluso puntos de cocción de los distintos cortes de carne. El personal directivo mencionó que si la escuela no tuviera jornada extendida, esos NyN se encontrarían a diario ocupándose del trabajo doméstico y de cuidado dado que los progenitores tienen jornadas laborales extensas.

Ante esta evidencia, se agregó al taller un módulo sobre seguridad e higiene de los alimentos (manipulación, contaminación cruzada, cadena de frio, etcétera). Sobre la preparación de alimentos, señalan:

“Hay que comer mucha carne. Yo como mucho, y mirá cómo estoy”

“La sal, si va en la ensalada, no te hace mal”

“Las milanesas hechas en la olla ESEN son saludables, lo que no hay que hacer es comerlas fritas”

“En Minecraft comen carne cruda, es tóxico porque te transformas en zombie”

### **A modo de conclusión**

Argentina se encuentra posicionada desde hace tres décadas en un contexto de cambio de paradigma nutricional caracterizado por la malnutrición (principalmente sobrepeso y obesidad) que afecta a la población infantil y, en mayor medida, a las infancias pobres (ENNyS 2019). En ese sentido, los cambios operados en el SAE tienen una oportunidad central en cuanto al desafío de fomentar cambios alimentarios y la incorporación de nutrientes que anteriormente no eran tenidos en cuenta. La disminución de la oferta de sodio, azúcar, grasas y harinas refinadas, entre otros alimentos de baja calidad nutricional, tiene la intencionalidad de revertir el impacto nocivo que genera en la salud una alimentación inadecuada en los primeros años de vida.

**“La tortilla de acelga del comedor no me gusta porque está cruda”** (alumno 5º EP Berisso)

El objetivo del SAE es lograr que las comidas que se ofrecen en las escuelas provengan de “(...) alimentos de alta densidad de nutrientes: verduras, frutas, proteínas de alto valor biológico, legumbres y en forma general fuentes alimentarias de hidratos de carbono complejos y con un

ratio hidratos de carbono/fibra inferior a 10; además de aceites variados que diversifiquen la oferta de ácidos grasos poliinsaturados.”<sup>5</sup>

A lo largo de los encuentros se pudo constatar la presencia de un menú semanal (el mismo se encuentra visible o en el acceso a la escuela o en la dirección), la realización de las comidas de acuerdo a ese menú, la comunicación de la escuela con el programa SAE ante cualquier eventualidad que impida la preparación de algún plato, etcétera. Sin embargo, continúan apareciendo emergentes que obstaculizan el aprovechamiento por parte de NyN de las comidas del comedor escolar: la reticencia a incorporar alimentos poco conocidos, las críticas a la falta de sal en las comidas y la falta de azúcar en las infusiones, la existencia de quioscos dentro de las escuelas que ofrecen alimentos ultraprocesados, el desconocimiento que NyN tienen respecto del objetivo central del programa SAE y que tiene que ver con la incorporación de una alimentación saludable en la infancia; entre otros emergentes. En línea, una docente de quinto grado plantea: “Acá tendría que haber un proyecto que involucre a toda la escuela, a todos los grados y más ahora que se pasó a jornada completa en todos los niveles”.

Del mismo modo, creemos que es preciso fortalecer y sostener proyectos institucionales que aborden la temática de la alimentación, que sean transversales a toda la institución. Lo anterior redundaría en la posibilidad de que niñas y niños cuenten con información certera respecto a la alimentación puesto que son los destinatarios directos de esta política pública.

Este compromiso debería abarcar la vigilancia de los puntos de venta dentro de la institución escolar. Si desde el SAE se propende a la incorporación de nuevas pautas alimentarias, pero desde las escuelas continúan avalando la instalación de quioscos o venta de golosinas, panificados y frituras en la institución y no se motorizan gestiones concretas para la creación de quioscos saludables, es por lo menos dificultoso pensar en lograr el tan esperado cambio.

La cuestión del desayuno también es un punto importante dado que muchos estudiantes suponen que esa comida no es relevante. Las metas nutricionales y recomendaciones para las prestaciones del programa SAE señalan lo siguiente: “Se consideró prioritaria la promoción del hábito del desayuno y la presencia regular (diaria) de un lácteo en su conformación. Por su condición de vehículo esencial de calcio lácteo, el desayuno debería cubrir aproximadamente una cuarta parte de la recomendación diaria de ese nutriente (lo que representa entre 250 y 300 mg).” (Provincia de Buenos Aires, 2019). Dicha consideración se contrapone a lo observado en los talleres donde el desayuno es la comida con menor aceptación.

Como hemos mencionado, así como en un principio hubo críticas al SAE respecto a la discrecionalidad del menú y alimentos brindados, hoy se plantean discrepancias debido a la

---

<sup>5</sup> Proceso de transformación del Servicio Alimentario Escolar (SAE) 1a ed. - Provincia de Buenos Aires , 2019

rigidez del menú ofrecido, lo cual lleva a generar ciertas estrategias por parte de las escuelas para lograr una mayor aceptación por parte de NyN.

En términos de calidad, las escuelas visitadas no criticaron la composición nutricional del menú, como sí surgía de estudios previos; pero se ven frente a la controversia de qué tipo de presentación darle al plato para que sea aceptado. De esta forma, surgieron de docentes y directivos frases sobre la necesidad de flexibilizarlo como “Prefiero que coma lo que sea, pero que coma”, valoración donde se pondera el aporte energético en desmedro de otros nutrientes<sup>6</sup>.

Creemos que, en la actualidad, la principal falencia del menú propuesto por el SAE no es la comida en sí misma, sino la comunicación de sus metas a los destinatarios del programa y a los agentes a cargo de la implementación. De esta manera, la ausencia de ciertos ingredientes refinados y alimentos ultraprocesados (una de las metas principales del SAE que cumple un claro objetivo en alimentación saludable), es reemplazada por niños y niñas mediante quioscos y/o viandas que traen de sus respectivos hogares.

**“Yo vi un youtuber todo musculoso que comía huevo crudo y se lo ponía en el cuerpo para tener músculos”** (Alumno 5to EP La Plata)

A partir del diálogo informal con NyN, comentan que “siguen” a determinados influencers a través de distintas plataformas y/o redes sociales en streaming y “vivos”<sup>7</sup>. Los mismos fomentan el consumo de bebidas y alimentos que en su amplia mayoría son ultraprocesados y, contienen una elevada cantidad de nutrientes refinados, e ingredientes de consumo ocasional o no apto para NyN.

En estos espacios circulan consejos y saberes que muchas veces distan de ser una práctica alimentaria saludable, sea por el contenido nutricional o por la evitación de normas de higiene o seguridad básicas. La aplicación de los mismos (ya sea porque el alimento “es la bebida ideal para gamers” o porque constituye un “challenge”<sup>8</sup>) frecuentemente busca conformar una comunidad, establecer un hábito, o ligado a la creencia de que una forma de alimentarse es secretamente la mejor. Estos consejos también suelen llegar a madres y padres quienes suelen aplicarlos, como se dijo anteriormente, a veces llegando a desoír consejos médicos porque un influencer está en contra de un alimento o nutriente determinado.

---

<sup>6</sup> Siguiendo a Britos et al (2003:17), ya citado en la página 3, esta consideración es muy similar a la que se desprende de las evaluaciones del plan SAE de 1985, donde “Es prácticamente inexistente la definición de pautas en relación con otros nutrientes más allá de la energía”.

<sup>7</sup> Estas tecnologías permiten transmitir videos en vivo y en directo a través de internet, donde el o la influencer realiza una actividad o conversa, con alguien en particular o con el público. Suele ser objetivo de campañas publicitarias que buscan que la persona consuma y publicite un producto, no siempre remarcado claramente como un contenido patrocinado.

<sup>8</sup> Desafíos de internet. Se busca que NyN repliquen una actividad desafiante, se graben y suban el video a internet (como el challenge de beber detergente de ropa o comer canela).

Merece una mención especial el caso de las bebidas denominadas “energéticas” o “deportivas”. NyN creen estar tomando bebidas que proporcionarían lo necesario para, o bien tener más energía, o bien recuperarse rápidamente luego de una práctica deportiva, algo que permanentemente es asegurado en eslóganes publicitarios. Sin embargo, suelen tener un alto porcentaje de cafeína, sodio, azúcar y edulcorantes entre otros ingredientes que NyN no suelen percibir que están incorporando. A lo anterior se suma que este tipo de consumos también está ligado a un sentido de pertenencia a un grupo de pares<sup>9</sup>.

Este fenómeno, donde un perfil nutricional de baja calidad o no recomendado en NyN es confundido por una buena alimentación gracias al uso publicitario de ciertas representaciones (“deporte”, “energía”), es lo que se denomina “efecto halo”<sup>10</sup>. De esta forma, un claim puede afirmar que un alimento es reducido en colesterol o patrocinado por una organización de salud cardiovascular, y las personas pueden falsamente suponer que se trata de un producto saludable y aumentar su consumo (como sucede con las barras de cereales o los quesos untables light) en desmedro de opciones mejores. Esta situación lleva a la paradoja de que las personas que buscan cuidar su alimentación son las más engañadas debido a la poca educación alimentaria con que se suele contar (Revenge, R., 2013). Frecuentemente, llegan a gastar más dinero en productos reducidos en nutrientes críticos o light, y acaban por consumir más grasas y azúcares que si hubiesen optado por un alimento con la noción clara de que se trata de un consumo ocasional.

De acuerdo a lo anterior, es importante pensar que la alimentación saludable en la niñez debe ser abordada de modo integral, puesto que si bien aparece en la curricula escolar, en general pudimos observar que no suele ser abordada con la centralidad que merece. Las Guías Alimentarias para la Población Argentina (2019) son el recurso idóneo para generar este tipo de intervenciones, constituyendo el estándar de referencia nacional para el diseño de políticas públicas que contemplen aspectos regulatorios, de asistencia, capacitación, promoción y evaluación en materia de alimentación<sup>11</sup>.

Es importante pensar en términos del diseño de un plan de estudios que contemple la discusión y problematización de la alimentación de NyN de manera transversal, sobre todo lo referente a la

---

<sup>9</sup> Cabe mencionar que de esta forma, donde el consumo tiene función de pertenencia, el valor que adquiere cada producto dependerá también de las características del contexto, lugar aquel al que se quiera pertenecer. Por ejemplo: en una escuela donde el patio y quiosco era compartido entre primaria y secundaria, el consumo de bebidas hipertónicas por parte de estudiantes de primaria adquiriría un carácter de transgresión, se producía como un juego.

<sup>10</sup> Por ejemplo, diversos estudios han mostrado que las personas tienden a consumir más calorías en los locales de comida rápida que se publicitan como saludables que en los que no (Chandon, P., y Wansink, B., 2007); o piensan que una hamburguesa que viene con ensalada contiene menos calorías que la misma hamburguesa pero sin la ensalada (Chernev, A. y Gal, D., 2010); o que se come más si el alimento está etiquetado como “bajo en calorías” (Wansink, B y Chandon, P., 2006).

<sup>11</sup> Texto completo de la norma: resolución 693/2019, firmado por el Programa Nacional de Alimentación Saludable y Prevención de la Obesidad.

elección de los alimentos como una forma de cuidado, tomando distancia de los discursos de marketing. Este punto es relevante puesto que la Ley 27642 expresa de manera clara en su artículo 11 que el Consejo Federal de Educación es el órgano que promoverá la inclusión de políticas que motoricen contenidos mínimos de educación alimentaria nutricional en las escuelas de nivel inicial, primario y secundario de todo el país con el objetivo de promover el desarrollo de hábitos saludables en materia de alimentación. Por ejemplo, entender y utilizar los octógonos negros (y la reglamentación sobre las formas en que el alimento así marcado puede o no publicitarse, tal como expresa dicha la ley) es una excelente herramienta para evitar caer en campañas publicitarias engañosas o el descrito efecto halo.

A un nivel macro es importante generar estrategias publicitarias masivas que recalquen la trascendencia de una alimentación adecuada que redundaría en una población con menor índice de enfermedades evitables tales como diabetes tipo 2, hipertensión arterial o enfermedades cardiovasculares. Este es un aspecto que está comenzando a verse regulado por la Ley 27642 y la forma en que ésta limita la publicidad, colocación y presentación de alimentos. Sin embargo, su efectividad es aún incierta.

### **Referencias Bibliográficas**

ADMINISTRACIÓN NACIONAL DE MEDICAMENTOS, ALIMENTOS Y TECNOLOGÍA MÉDICA (2018). *Alimentos 'light' y 'diet': no siempre sirven para bajar de peso*. Argentina: Ministerio de Salud. Extraído el 07/02/23 de <https://www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/alimentos-light-diet>.

JULIA C. ARNOLD (2018). *An integrated model of decision-making in health contexts: the role of science education in health education*. International Journal of Science Education. DOI: 10.1080/09500693.2018.1434721.

BRITOS, S.; O'DONELL, A.; UGALDE, V. y CLACHEO, R. (2003). *Programas Alimentarios en Argentina*. Buenos Aires: CESNI.

CHERNEV, A., Y GAL, D. (agosto 2010). Categorization Effects in Value Judgments: Averaging Bias in Evaluating Combinations of Vices and Virtues. *American Marketing Association* 47, 738-747.

DIRECCIÓN DE SALUD PERINATAL Y NIÑEZ (2019). *2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud - Indicadores priorizados*. Argentina: Ministerio de Salud de la Nación.

HINZTE, S.; CICCOCIOPO, L. (1995). *Servicio Alimentario Escolar: diagnóstico y propuestas*. En: Cuadernos de Economía N°5. Buenos Aires: Ministerio de Economía de la provincia de Buenos Aires.

MINISTERIO DE DESARROLLO SOCIAL (2020). *Marco Nutricional Sae*. Gobierno de Buenos Aires. Extraído el 07/02/24 de [https://www.gba.gob.ar/desarrollosocial/asistencia/sae/marco\\_nutricional](https://www.gba.gob.ar/desarrollosocial/asistencia/sae/marco_nutricional)

ORTALE, M.S.; SANTOS, J. (2018). *Cambios en la gestión del servicio alimentario escolar en la Pcia. de Buenos Aires : Estudio en jardines de infantes del partido de La Plata (2018)*. X Jornadas de Sociología de la UNLP, 5 al 7 de diciembre de 2018, Ensenada, Argentina. EN: Actas. Ensenada: Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Sociología. Disponible en: [https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.11666/ev.11666.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.11666/ev.11666.pdf)

ORTALE, M.S.; SANTOS, J. Y AIMETTA, C. (2015). *Evaluación del servicio alimentario escolar. La perspectiva de los responsables de su gestión en escuelas medias públicas urbanas de la provincia de Buenos Aires*. En N. Neirotti, *La evaluación de las políticas públicas: reflexiones y experiencias en el escenario actual de transformaciones del Estado*. Universidad Nacional de Lanús, 1ra ed. 2105.

CHANDON, P. y WANSINK, B. The Biasing Health Halos of Fast-Food Restaurant Health Claims: Lower Calorie Estimates and Higher Side-Dish Consumption Intentions. *Journal of Consumer Research*, 34(3), 301–314. <https://doi.org/10.1086/519499>

PROVINCIA DE BUENOS AIRES, 2019. *Proceso de transformación del Servicio Alimentario Escolar (SAE) 1a ed.* Provincia de Buenos Aires, 2019. ISBN en trámite.

Revenga, J. *El “efecto halo” de los alimentos “saludables” (el efecto sacarina)*. Artículo web. Extraído el 07/02/24 del: <https://juanrevenga.com/2013/05/el-efecto-halo-de-los-alimentos-saludables-o-el-efecto-sacarina/>

SECRETARÍA DE AGRICULTURA, GANADERÍA Y PESCA (2016). “Guía de Rotulado para Alimentos Envasados”. Ficha 8. Ministerio de Agroindustria; ANMAT. Extraído el 07/02/24 de [https://alimentosargentinos.magyp.gob.ar/HomeAlimentos/Nutricion/fichaspdf/Ficha\\_8\\_Claims.pdf](https://alimentosargentinos.magyp.gob.ar/HomeAlimentos/Nutricion/fichaspdf/Ficha_8_Claims.pdf)

SIEMPRO, 2023. *Guía de Programas Sociales*. Provincia de Buenos Aires. Consejo Nacional de Coordinación de Políticas Sociales. Extraído el 07/02/24 de [https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gps\\_bs\\_as\\_2023.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/gps_bs_as_2023.pdf)

WANSINK, B., y CHANDON, P. (2006). Can “Low-Fat” Nutrition Labels Lead to Obesity? *Journal of Marketing Research*, 43(4), 605-617. <https://doi.org/10.1509/jmkr.43.4.605>