

BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA



COMPLEJO REGIONAL NORORIENTAL
CENTRO UNIVERSITARIO DE LA SALUD

**ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA
IMPLEMENTACIÓN DEL EJE ARTICULADOR VIDA SALUDABLE**

T E S I S

Para obtener el título de
LICENCIADA EN NUTRICIÓN CLINICA

Presenta

Isui Guadalupe Mirón Romero

Director experto

M. C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández

Directora metodológica

M.H. Ana Liviere Vargas Vizuet

Teziutlán, Pue.

Noviembre, 2025

BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA



COMPLEJO REGIONAL NORORIENTAL
CENTRO UNIVERSITARIO DE LA SALUD

**ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA IMPLEMENTACIÓN
DEL EJE ARTICULADOR VIDA SALUDABLE**

T E S I S

Para obtener el título de
LICENCIADA EN NUTRICIÓN CLÍNICA

Presenta

Isui Guadalupe Mirón Romero

Director experto

M.C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández

Directora metodológica

M.H. Ana Liviere Vargas Vizuet

Revisores

M.S. P. Perla Madahí Calderón Rodríguez

Dr. Fabio Morandín Ahuerma

Teziutlán, Pue.

Noviembre, 2025



BUAP

Oficio No. CRZN/1230/2024

**C. ISUI GUADALUPE MIRON ROMERO
PASANTE DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN CLÍNICA
COMPLEJO REGIONAL NORORIENTAL
BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA
P R E S E N T E**

En atención a la solicitud presentada a la Coordinación de Titulación y Seguimiento de Egresados con fecha 29 enero de 2024 para la revisión y autorización del anteproyecto titulado: **“ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ASIGNATURA VIDA SALUDABLE: UN CASO EN CHIGNAUTLA, PUEBLA”** para desarrollar y sustentar el examen profesional correspondiente, comunico a usted lo siguiente:

1.-Se acepta en lo general el anteproyecto, con la salvedad de que se cumpla con las observaciones convenientes el Comité Académico del Programa Educativo notificó en el dictamen de aprobación, así como los señalados por los directores de Tesis, para lo cual se han designado:

DIRECTORA DE TESIS: M. C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández

CODIRECTORA DE TESIS: M. H. Ana Liviere Vargas Vizuet

2.-El tiempo para concluir el trabajo y presentar su examen profesional es de **un año** considerado a partir de la fecha de emisión del presente documento.

3.- Una vez concluida la Tesis y que esta sea liberada de su(s) director(es), se turnará a dos revisores quienes en un plazo no mayor a diez días hábiles rendirán su dictamen. En caso de ser liberada, se le informará la fecha, día, lugar y hora de la presentación oral de su trabajo.

4.-Se asignan como revisores de la Tesis a los siguientes catedráticos:

Revisora de Tesis: M. S. P. Perla Madahí Calderón Rodríguez

Revisor de Tesis: Dr. Fabio Morandín Ahuerma

Atentamente

“Pensar Bien, Para Vivir Mejor”

Teziutlán, Pue., 19 de marzo de 2024

Dr. Sergio Díaz Carranza

Director del Complejo Regional Nororiental

c.c.p.- Archivo
DR. SDC/rcf



Complejo Regional
Nororiental

Arias y Boulevard sin número
Col. El Carmen, Teziutlán, Puebla.
222 229 55 00 Ext. 5538, 3700, 3701, 3702



Oficio No. CRZN/2787/2025

Mtro. Juan Manuel Rosas Tapia
Director de Administración Escolar
Benemérita Universidad Autónoma de Puebla
PRESENTE

Por este conducto, me permito comunicar a Usted que la **C. MIRON ROMERO ISUI GUADALUPE** con matrícula **201820876** pasante del Programa Educativo de Nutrición Clínica, ha cumplido con los requisitos establecidos en este Complejo Regional Nororiental con relación a la elaboración de su trabajo recepcional titulado **“ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL EJE ARTICULADOR VIDA SALUDABLE”** por lo que la modalidad de Titulación será por defensa Tesis.

Así mismo, comunico a Usted que el examen profesional que sustentará la mencionada pasante será el día 13 de noviembre de 2025 a las 12:00 hrs, en la modalidad presencial y el Jurado Calificador estará constituido de la siguiente manera:

PRESIDENTE: Dr. Fabio Morandín Ahuerma
SECRETARIO: MSP. Perla Madahí Calderón Rodríguez
VOCAL: M. H. Ana Liviere Vargas Vizuet

Sin otro particular y esperando contar con su apoyo, quedo de Usted.

Atentamente,
“Pensar bien, para vivir mejor”
Teziutlán, Puebla, a 22 de octubre de 2025.


Dr. Sergio Díaz Carranza
Director
Complejo Regional Nororiental

c.c.p. Archivo
Dr.SDC/rcl



Complejo Regional
Nororiental

Arias y Boulevard sin número
Col. El Carmen, Teziutlán, Puebla.
222 229 55 00 Ext. 5538, 3700, 3701, 3702



BUAP

Oficio No. CRZN/2788/2025

C. Isui Guadalupe Mirón Romero
Egresada de la Licenciatura en Nutrición Clínica
Complejo Regional Nororiental
Benemérita Universidad Autónoma de Puebla
PRESENTE

Con base en el dictamen emitido por la M. C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández (directora) y la M. H. Ana Liviere Vargas Vizuet (codirectora), así como de los revisores, el Dr. Fabio Morandín Ahuerma y la MSP. Perla Madahí Calderón Rodríguez, en calidad de Consejo Particular se autoriza la impresión del trabajo titulado:

“ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL EJE ARTICULADOR VIDA SALUDABLE”

Correspondiente al Programa Educativo de Nutrición Clínica.

Sin otro particular, quedo de Usted como su seguro servidor.

Atentamente

“Pensar bien, para vivir mejor”

Teziutlán, Puebla., a 22 de octubre de 2025.


Dr. Sergio Díaz Carranza
Director
Complejo Regional Nororiental



c.c.p. Archivo
Dr.SDC/rcI

Agradecimientos

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las instituciones y personas que hicieron posible la realización de esta tesis.

Mi más profundo reconocimiento a la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla por ofrecerme la infraestructura académica y el ambiente de aprendizaje que fueron esenciales para mi desarrollo profesional y la finalización de este proyecto. Su dedicación a la excelencia educativa ha sido fundamental en este proceso.

Agradezco a la primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”, a sus directivos, al personal docente, al personal del comedor por proporcionarme los recursos, equipos y el espacio de trabajo que fueron cruciales para llevar a cabo el análisis de datos de esta investigación.

Un agradecimiento especial a mis directoras de tesis M.C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández y a M.H. Ana Liviere Vargas Vizuet. Su orientación experta, paciencia y dedicación constante, junto con sus valiosas sugerencias y críticas constructivas, fueron clave para superar los desafíos y mantener el rigor metodológico de este trabajo.

Extiendo mi gratitud a los miembros del comité revisor, M.S. P. Perla Madahí Calderón Rodríguez y Dr. Fabio Morandín Ahuerma por su tiempo y su meticulosa revisión. Sus observaciones y comentarios han contribuido de manera significativa a mejorar la calidad y claridad de la tesis.

Este logro es, en gran medida, un reflejo del apoyo y la confianza de todos ustedes. ¡Muchas gracias!

Dedicatoria

Dedico este logro y este trabajo, culminación de años de esfuerzo y perseverancia, a mis seres queridos, que fueron la mayor motivación e inspiración durante este camino.

Especialmente, lo dedico a:

Al pilar en mi vida y mi vida académica durante la licenciatura que es mi madre, y que siempre ha estado ahí para mí cuando más la he necesitado, agradecerle sería poco. Ya que siempre dispuso de tiempo para demostrarme su cariño, más sin en cambio decirle que todo el esfuerzo realizado fue gracias a su amor y a su apoyo incondicional.

También deseo agradecer el valioso apoyo a mi querido padre, pues él me demostró fortaleza cuando yo me sentí decaída por continuar y no decaer.

A mi estimado hermano que sin proponérselo me asistió con ánimos de continuar y concluir mis estudios profesionales.

A mis amigos más cercanos, que con su presencia, paciencia y aliento constante, me brindaron el apoyo fundamental para la realización y conclusión de esta tesis.

A todos gracias especiales, ya que sin ustedes no habría logrado este gran paso en mi vida profesional y humanista.

Índice

| | |
|---|----|
| Antecedentes | 2 |
| Antecedentes Generales | 2 |
| <i>Alimentación</i> | 2 |
| <i>Eje Articulador Vida Saludable</i> | 4 |
| <i>Educación Nutricional</i> | 7 |
| <i>Situación Nutricia de la Población Escolar en México</i> | 8 |
| Antecedentes Específicos | 10 |
| Objetivos | 17 |
| Objetivo General | 17 |
| Objetivos Particulares | 17 |
| Material y Métodos | 18 |
| Diseño del Estudio | 18 |
| Ubicación Espacio Temporal | 18 |
| Muestreo | 20 |
| Tamaño de la Muestra | 20 |
| Criterios de Selección y Tamaño de la Muestra | 20 |
| <i>Criterios de Exclusión</i> | 21 |
| Plan de Recolección de la Información | 22 |
| Instrumentos de Recolección de la Información | 22 |
| <i>Técnicas y Procedimientos</i> | 23 |
| Plan de Análisis de Datos | 24 |
| Variables | 25 |
| Descripción de las Categorías de las Variables | 25 |
| Logística | 26 |
| Recursos Humanos | 26 |
| Recursos Materiales y Financieros | 26 |
| Cronograma de Actividades | 27 |
| Consideraciones Éticas | 28 |
| Resultados | 29 |
| Descripción del Entorno Alimentario Escolar | 29 |
| Acciones Implementadas en el Comedor Escolar | 33 |

| | |
|---|----|
| Experiencia en el Comedor | 36 |
| Contenidos Temáticos del Eje Articulador Vida Saludable | 39 |
| <i>Proyectos del Eje Articulador Vida Saludable</i> | 39 |
| <i>Temas del Eje Articulador Vida Saludable</i> | 40 |
| Descripción de los Proyectos Presenciados Durante el Periodo de Observación | 43 |
| <i>Proyecto de Cuarto Grado</i> | 43 |
| <i>Proyecto de Quinto Grado</i> | 44 |
| <i>Proyecto de Sexto grado</i> | 45 |
| Experiencia del Grupo Focal de los Aprendientes | 47 |
| Experiencia Directiva y Docente..... | 54 |
| <i>Experiencia del Grupo Focal durante el Consejo Técnico</i> | 54 |
| <i>Experiencia Individual de Docentes</i> | 60 |
| Estrategias Docentes..... | 62 |
| <i>Grupo Focal en el Consejo Técnico</i> | 62 |
| Discusión | 71 |
| Conclusiones..... | 80 |
| Anexos..... | 83 |
| Referencias..... | 93 |

Índice de figuras

| | |
|--|----|
| Figura 1 Cronograma de actividades..... | 27 |
| Figura 2 Comedor escolar de la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales” | 29 |
| Figura 3 <i>Vista del interior del comedor escolar de la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”</i> | 30 |
| Figura 4 Ubicación de las tiendas cercanas a la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales” | 33 |
| Figura 4 Proyecto “El Sistema Digestivo” de cuarto grado..... | 44 |
| Figura 5 Elaboración de tortillas como parte del proyecto de quinto grado “sabores y saberes que rodean al maíz” | 45 |
| Figura 6 Proyecto de quinto grado “Hábitos con sentido”, elaboración de Xole | 46 |
| Figura 7 Proyecto de elaboración de Mole..... | 47 |

Índice de tablas

| | |
|--|----|
| Tabla 1 Características sociodemográficas del municipio de Chignautla, Puebla | 19 |
| Tabla 2 Acciones identificadas durante la entrevista en profundidad a las personas responsables del comedor..... | 35 |
| Tabla 3 Experiencia del comedor en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar..... | 37 |
| Tabla 4 Contenido de los libros de proyectos para el aprendiente. | 39 |
| Tabla 5 Temas del Eje Articulador de Vida Saludable de los proyectos de cuarto año..... | 40 |
| Tabla 6 Temas del Eje Articulador de Vida Saludable de los proyectos de quinto año. | 41 |
| Tabla 7 Temas del eje articulador de vida saludable de los proyectos de sexto año. | 42 |
| Tabla 8 Experiencia estudiantil en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar..... | 50 |
| Tabla 9 Experiencia directiva y docente en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar en el consejo técnico. | 58 |
| Tabla 10 Experiencia docente dentro del salón de clases en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar. | 61 |

| | |
|---|----|
| Tabla 11 Respuestas de la entrevista del docente en el consejo técnico. | 65 |
| Tabla 12 Respuestas de la entrevista del docente de forma individual. | 69 |

Resumen

La investigación explora la forma en la que el entorno alimentario escolar facilita la implementación del Eje Articulador Vida Saludable (EAVS) en el nivel básico del Sistema Educativo Nacional en México. A través de una metodología cualitativa, centrada en un estudio de caso en la región Nororiental de Teziutlán en el estado de Puebla, en el municipio de Chignautla en la localidad de Calicapan, se muestra una aproximación a la experiencia de la comunidad escolar durante el ciclo 2023- 2024. Se describe el entorno alimentario escolar, se rescatan las vivencias de los docentes, directivos y aprendientes en la implementación del EAVS, así como las estrategias implementadas por la escuela en el entorno alimentario escolar para aplicarlo. Se identifican cambios en la alimentación que se aprecian en la comunidad estudiantil, directiva y académica; así como las principales barreras en el abordaje y adopción de estilos de vida que promueve el EAVS relacionados con la alimentación y las mejoras que, desde su perspectiva, consideran necesario realizar para favorecer la salud y la alimentación de los aprendientes. En el primer año de implementación del EAVS, se identifica una adecuada apropiación del rol que desempeñan los docentes en el abordaje de los contenidos y los cambios favorables en el entorno alimentario; no obstante, se evidencia la necesidad imperativa de involucrar a los padres de familia, a la comunidad y al profesional de la nutrición para fortalecer y vincular el entorno alimentario escolar en la estrategia de intersectorialidad en la cual surge el EAVS.

Palabras clave: *Entorno alimentario escolar, Eje Articulador Vida Saludable, Experiencias, Estrategias.*

Antecedentes

Antecedentes Generales

Estilos de Vida Saludable

Según Cerón (2012), la Organización Mundial de la Salud (OMS) define a los estilos de vida como una “forma general de vida basada en la interacción de condiciones de vida en un sentido amplio y patrones individuales de conducta por factores sociales y características personales”. Los estilos de vida son comportamientos que son o no saludables, que se aprenden y adoptan para satisfacer necesidades, metas y el desarrollo de los individuos. Los estilos de vida saludable son aquellos que permiten mantener en armonía y equilibrio en las personas, siendo importantes la alimentación, el ejercicio físico, la capacidad intelectual, el descanso, la relación con el entorno, entre otros (Molina et al., 2016).

En este sentido, un hábito se define como la forma de actuar adquirida por la práctica frecuente de un acto (Estrada, 2020). En el contexto de la alimentación, los factores que modifican o influyen sobre los hábitos de un individuo para tomar decisiones inadecuadas lo colocarán en un estado de vulnerabilidad nutricia y de enfermedad, mientras que los adecuados contribuirán a preservar su salud.

Por otro lado, la conducta alimentaria hace referencia al comportamiento normal de una persona relacionada con sus hábitos de alimentación, la selección y cantidades de alimentos que se ingieren y las preparaciones culinarias (Torres et al., 2022). Hay una importante relación entre la alimentación y el estilo de vida saludable, ya que los buenos hábitos alimenticio acercan a una persona a un estado de salud. Existen distintos factores que influyen en la adquisición de estilos de vida saludable, por ejemplo, el entorno familiar, las relaciones sociales, la economía, la disponibilidad de alimentos, los gustos, las preferencias y las tradiciones culturales influyen en la toma de decisiones para la selección de alimentos (Oyarce et al., 2016).

Alimentación

La alimentación es un proceso biológico y natural, siendo voluntario y complejo, esto significa que cada individuo tiene la capacidad de seleccionar diferentes alimentos y puede verse influenciado por factores biopsicosociales (Pietriabiassi, 2021). Desde esta perspectiva, Martínez (2016) menciona que la alimentación es la actividad consciente de elegir alimentos que componen una dieta y que resultan indispensables para nutrirse.

Por lo tanto, la alimentación desempeña un papel fundamental en el desarrollo fisiológico del individuo cuando recibe diariamente las cantidades y combinaciones adecuadas de nutrimentos individualizados y correctos (Amaya et al., 2021). En pocas palabras, para alimentarse adecuadamente, se debe conocer la composición de los alimentos para elegirlos adecuadamente y conseguir con ellos un buen estado de salud, desarrollo óptimo y prevenir enfermedades (Martínez, 2016).

En el contexto de la edad escolar, Moreno (2018) describe que, además de la influencia familiar en la alimentación de los niños, se suman otros elementos como el acceso a la tecnología, disponibilidad de dinero, los educadores y los comedores escolares. Estos aspectos marcan una pauta de independencia del medio familiar que se acompaña de cambios importantes en los hábitos alimentarios. Es importante mencionar que las opciones alimentarias en el medio escolar, en su mayoría, se caracterizan por incluir productos procesados, con un alto aporte energético, ricos en azúcares refinados, sodio y grasas anulando la ingesta de frutas y verduras (Fajardo et al., 2019).

Para una alimentación saludable es necesaria la disponibilidad de alimentos de buena calidad nutricional, de este modo su consumo permite mantener un adecuado estado nutricional de los individuos y de la comunidad garantizando una seguridad alimentaria y nutricional (Mariño et al., 2016). Para contribuir a mejorar las elecciones alimentarias se debe mejorar la calidad de alimentos que se oferten en los centros educativos. Además, resulta útil incorporar educación nutricional en los centros educativos dado que puede mejorar la formación de los hábitos para alimentarse correctamente, mejorando con ello la conducta alimentaria (Jiménez, 2020).

Entorno Alimentario Escolar

De acuerdo con Tenorio (2017, p. 14), el entorno alimentario se define como “todas las opciones alimentarias a las que un individuo se encuentra expuesto”. Por lo tanto, tiene influencia importante en las decisiones de adquisición y consumo de los alimentos, al permitir la interacción entre el consumidor y el sistema alimentario (Rodríguez, 2024). El entorno alimentario también incluye los espacios, infraestructuras y circunstancias, en donde se encuentran, obtienen, adquieren o se consumen alimentos: tiendas, quioscos, vendedores de alimentos y máquinas expendedoras (FAO, 2014).

En el contexto escolar, el entorno alimentario agrupa a los espacios o infraestructuras en donde se encuentran los alimentos disponibles para su compra y son consumidos por los aprendientes, ya sea dentro o fuera de la escuela (Organización de las Naciones Unidas para la

Alimentación y la Agricultura [FAO], 2014). Los actores que comúnmente se encuentran inmersos en el entorno alimentario escolar son los profesores y las autoridades educativas, los cuales pueden influir en la adquisición de hábitos saludables y en la toma de las decisiones relacionadas con la alimentación de los niños (Ríos-Reyna et al., 2022). Si bien, docentes y directivos no son responsables directos de la alimentación de los aprendientes, si deben intervenir de manera coordinada con otros sectores sociales para tratar en mejorar la salud de su comunidad estudiantil (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2022).

En México, el Programa de Alimentación Escolar (PAE) operado por el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF), en coordinación con los Sistemas DIF estatal y municipal contribuye a garantizar el derecho a la alimentación adecuada y seguridad alimentaria en infantes y adolescentes en escuelas públicas del Sistema Educativo Nacional ubicados en zonas indígenas, rurales y urbano-marginadas, a través de la entrega de alimentos nutritivos, inocuos y con pertinencia cultural (Espinoza et al., 2025). Además, el programa incorpora acciones de orientación y educación alimentaria para promover la alimentación local y sostenible con el objetivo de contribuir a disminuir a largo plazo obesidad, desnutrición y anemia en la edad adulta (Sistema Nacional DIF, 2021).

En este sentido, la UNICEF (2022) refiere que el 8.3% de los niños entre los 2 y 5 años presentan obesidad y esta cifra aumenta al 33.7 % cuando ingresan a la primaria con 6 años. Los entornos alimentarios de las escuelas en México se consideran obesogénicos, ya que la prevalencia de obesidad al ingreso a la primaria es del 26.2 % y se incrementa a 39.2 % cuando los escolares llegan al quinto grado. En este sentido Bahena et al., (2018) confirma que el 34.3% de energía en la dieta de los escolares entre 5- 11 años proviene de productos ultra procesados, solo el 18 % consume alimentos saludables dentro del entorno alimentario escolar (UNICEF, s.f).

Eje Articulador Vida Saludable

Según el catálogo histórico de Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos (s.f), desde la generación de 1960 a la generación de 2019, en las escuelas primarias de México, se impartieron las materias como: conocimiento del medio, lengua materna (español) y de lectura, matemáticas, formación cívica y ética, ciencias naturales, geografía e historia consideradas importantes para el desarrollo de conocimiento, la formación del alumno de modo completo, pleno y saludable (García, 2022).

Posteriormente, en el 2020, la administración federal 2018-2024 anunció la creación del programa de estudios *Vida Saludable* (VS) para la educación básica por la Secretaría de Educación Pública (SEP), a través de la Dirección General del Desarrollo Curricular de la Subsecretaría de Educación básica. Ambas dependencias trabajaron en conjunto con la Secretaría de Salud (SS), el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP). El proyecto planteó como objetivo describir el proceso de diseño del programa de estudios y el desarrollo de los contenidos y materiales que se emplearían para su impartición (Argumedo et al., 2021).

Del mismo modo, Argumedo et al. (2021) describe que, en junio del 2020, la administración federal realizó la solicitud del diseño de la asignatura de VS. En el mismo mes, se confirmó el apoyo de especialistas en salud y educación pertenecientes a instituciones como la SS, el IMSS, la SEP y el INSP. Un mes más tarde, el grupo de trabajo realizó la búsqueda de contenidos, quedando seleccionados 25 en total (13 de alimentación y actividad física y 12 de higiene y limpieza). A finales de julio de 2020, se realizó una evaluación de los materiales, partiendo de 5 módulos que utilizaron para el diseño de los materiales de apoyo para los docentes. Inicialmente, fueron propuestos tres: Alimentos saludables y sostenibles, actividad física e higiene personal; sin embargo, la SEP anexó 2 temas más: salud mental; desarrollo humano, integral y cuidado de la salud. Además, se evaluaron y actualizaron los contenidos y los libros vigentes para alinearlos a la nueva materia, siendo aprobadas por el área de la salud. Finalmente, en agosto 2020 se realizó la lista de insumos y contenidos para ser publicada en los medios oficiales federales en el mismo mes.

En este contexto, Hernández (2021), refiere que la idea original de la materia de VS fue promovida por el Gobierno de México, a partir de una idea del presidente Andrés Manuel López Obrador para informar de los problemas de salud pública presentes en la edad escolar. No obstante, menciona que el proyecto ya existía antes de la pandemia COVID-19 y, con la llegada del virus SARS-Cov2, se implementó rápidamente. Así mismo, refiere que el proyecto planteó como objetivo brindar una respuesta a los problemas de salud que enfrentan los niños y jóvenes en el país, a través del desarrollo de hábitos saludables adoptando un cambio de comportamiento y conocimientos sobre la salud dentro de las instituciones educativas (Hernández, 2021).

Se describe la creación de 3 ejes que están divididos por temas propuestos para la materia de VS:

- **Eje de higiene y limpieza.** Aborda los temas sobre hábitos de higiene y prevención de enfermedades, orientando sobre la importancia de la higiene y limpieza para mejorar el

mantenimiento de la salud y ambientes propios para el trabajo a partir de actividades para construir entornos favorables a la salud, reflexionando y analizando los cambios positivos (SEP, 2021).

- **Eje de actividad física.** Aborda la participación de actividades físicas, retos y conciencia de su potencial. Contempla actividades para reconocer las necesidades de cambio y tomar decisiones a través de estrategias para disminuir el sedentarismo, realizando actividad física y reparación del sueño. Todo esto orientado a reconocer los beneficios emocionales, sociales académicos y físicos (SEP, 2021).
- **Eje de alimentación.** Está diseñado para abordar los temas de dieta saludable, hábitos valores y costumbres alimentarias e impacto de los hábitos en la sostenibilidad. Con ello, se busca aplicar los cambios en la práctica alimentaria dentro del contexto escolar, social y familiar para seleccionar en casa alimentos naturales, llevar horarios para cada comida, llevar una correcta preparación de alimentos, aumentar el consumo de agua simple, limitar la ingesta de azúcares añadidos (SEP, 2021).

Debido a lo anterior, es importante que los conocimientos adquiridos sobre los temas de salud, alimentación y actividad física en las escuelas puedan ser llevados a la práctica en diferentes entornos (Gueterres et al., 2017).

En el año 2022, la Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación (MEJOREDU) propuso en el plan de estudios la inclusión de los campos formativos, siendo áreas de saberes para el desarrollo de los estudiantes, acercándose a la realidad que se desea estudiar ayudando al conocimiento y comprensión de una o varias situaciones que se les presenta, fomentando el pensamiento crítico necesarios para contribuir a transformar su entorno. Los campos formativos permiten el desarrollo, el aprendizaje y la intervención del docente para lograr actividades en donde participen los alumnos creando experiencias educativas. Los cuatro campos formativos son Ética, Naturaleza y Sociedades; Lenguajes; De lo Humano y lo Comunitario; Saberes y Pensamiento que proponen cambios en las variables desde donde se construye la relación del conocimiento, lo cual compromete construir y pensar de formas específica lo contenidos y proceso de disciplina presentes en el aula.

De esta manera, se encuentran los ejes articuladores siendo un tipo de subtemas por área del conocimiento que se despliegan de los campos formativos, brindando una visión especializada y diferente a una problemática general, favoreciendo el acercamiento a los contenidos académicos

con la realidad que se vive por medio de proyectos, siendo el aula, la escuela y la comunidad (MEJORDU, s.f).

Los ejes articuladores son: inclusión, pensamiento crítico, interculturalidad crítica, igualdad de género, apropiación de las culturas y la escritura; artes, experiencias estéticas y vida saludable, que ayudan a vincular los diferentes planes de estudio con las problemáticas y extender los pensamientos y mirar de diferentes puntos de vista las situaciones de la realidad que rodea al alumno (MEJUREDU, s.f).

Educación Nutricional

La educación nutricional es una capacitación orientada a adquirir conocimiento, poder interpretarlos y crear habilidades relacionada con la nutrición (Carbajal et al., 2020). Por otro lado, Espejo et al. (2022), ratifica que la educación alimentaria nutricional es la colección de estrategias educativas, asociada con apoyos ambientales, facilitando la adopción voluntaria de elecciones nutricionales que conducen a un estado óptimo de salud y bienestar.

Además, Ojeda et al. (2019) confirman que la educación nutricional está orientada a acciones educativas diseñadas para fomentar la adopción voluntaria de hábitos alimenticios y comportamientos relacionados con la nutrición que ayudan a mejorar la salud y el bienestar, convertidas en estrategias para la comunicación la promoción de la salud y la nutrición comunitaria centrada en las personas en su contexto social y su estilo de vida. Kusainova et al. (2021) señalan que, en la etapa escolar, los alumnos adquieren conocimientos fundamentales de higiene, prevención de enfermedades de visión, respiración y audición, así como recomendaciones sanitarias y de higiene; sin embargo, los niños deben estar asociados a un estilo de vida saludable dentro de un ambiente familiar basado en tradiciones y costumbres. Los mismos autores opinan que los menores aprenden y dan más atención del ejemplo personal de quien los rodea, por eso es importante que exista una relación de padres y maestros para fortalecer su formación de vida saludable.

Aun cuando se tiene la intención de brindar una educación nutricional a través del empleo de manualidades, conversaciones, observaciones u otros métodos de aprendizaje, no se puede dejar atrás la autorreflexión del alumno para poder intervenir en los cambios de su comportamiento, identificando su comportamiento nutricional, tomando sus propias decisiones para resolver los problemas de alimentación y así poder mejorar la elección de sus alimentos (Chung et al., 2018). De manera que, la educación alimentaria y nutricional conjuntan estrategias en la formación humana

durante toda la vida. Con ellas se adquiere una mayor conciencia sobre la importancia de la alimentación siendo la principal necesidad humana y con ello revalorar la cultura alimentaria. Por ello, la alimentación y la nutrición deben convertirse en una necesidad por abordar de manera permanente en las escuelas, considerando los problemas de salud que se derivan mayormente de las carencias nutricionales y de las prácticas de hábitos y estilos de vida poco saludables (Lima et al., 2021).

Situación Nutricia de la Población Escolar en México

Según el Fondo de las Naciones Unidas (UNICEF, s.f.), México es un país considerado mayormente malnutrido, es decir, la obesidad y el sobrepeso se hacen presentes como primer lugar a nivel mundial en enfermedades no transmisibles en la edad infantil. Ambas condiciones son causadas por el consumo de alimentos procesados con altos niveles de azúcar, grasas trans y sal, así como de bebidas azucaradas (UNICEF, s.f.). En el rango de edad escolar de los 5 a 11 años existe una prevalencia de sobrepeso; en hombres fue de 16.6 % y en mujeres de 21.2 % (García et al., 2024). De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición ENSANUT (2021), la prevalencia de obesidad fue de 23.8 % en hombres y 13.1 % en mujeres dando que en la obesidad en los hombres hay aumento respecto del año anterior. En el estado de Puebla, las prevalencias de sobrepeso y obesidad fueron 14.7 % y 11.9 %, respectivamente siendo un 26.6 % entre ambas (ENSANUT, 2018). Cabe mencionar que en el reporte de la ENSANUT 2023, el sobrepeso y la obesidad infantil se encontraron en el 37 % de los escolares mexicanos (Shamah-Levy et al., 2024).

Los hábitos que se generan a edades cortas persisten durante la edad adulta, si no resultan ser saludables, son poco probables de apegarse a recomendaciones saludables como el aumento de verduras que incrementa la ingesta de fibra y la disminución de ácidos grasos saturados y, no menos, la disminución de sal y bebidas azucaradas (Malachowska et al., 2023). Actualmente, los factores socioeconómicos, la industria, la tecnología y las costumbres culturales influyen significativamente en los gustos, facilitando o restringiendo el consumo de determinados alimentos, sin mencionar que los niños aprenden de lo que se les dice y de lo que ven (DeJesus y Venkatesh, 2020). Considerando esto, García-Alvarado et al. (2024) proponen que los factores ambientales que influyen en la presencia de sobrepeso u obesidad en la edad infantil ecológico -social, familiar, escolar e institucional y su estudio sistemático puede realizarse desde las dimensiones bioquímica, psicológica, interpersonal y social.

Por otro lado, los niños también llegan a presentar desnutrición causada por factores socioeconómicos y psicológicos. La UNICEF (s, f.) menciona que la desnutrición causa enfermedades y un retraso de crecimiento, siendo 1 de cada 8 niños de 5 años quienes padecen desnutrición, presentándose mayormente en el sur de México, en lugares rurales en hogares indígenas. Según Romero (2018), los niños tienen riesgo de desnutrición cuando la lactancia materna exclusiva dura menos de 5 meses. Otro de los factores son el nivel socioeconómico, ya que la familia desempeña un papel importante pues ellos son responsables del desarrollo del niño (Álvarez 2019).

Panorama del Ambiente Alimentario Escolar en México.

El Gobierno Federal publicó el Acuerdo Nacional de Alimentación (ANSA, 2010), en el cual participaron diferentes estancias de manera particular, la Secretaría de Salud (SS), Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS), Comisión Nacional del Agua (CONAGUA), Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF), Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), Petróleos Mexicanos (PEMEX), Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA), Secretaría de la Defensa Nacional (SEDENA), Secretaría de Desarrollo Social (SEDESOL), Secretaría de Economía (SE), Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO), Secretaría de Educación Pública (SEP), Comisión Nacional del Deporte (CONADE), Secretaría de Hacienda y Crédito Público (SHCP), Secretaría de Marina (SEMAR), Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS). Los avances se vieron reflejados en la creación de los desayunadores escolares del DIF y en los lineamientos para la entrega de alimentos y bebidas en las escuelas, pero no fueron suficientes para lograr sus objetivos. El ANSA no fue un instrumento obligatorio ni sancionaba la falta de apego en su ejecución, su establecimiento se basó en los principios de disposición en adoptarla. El incumplimiento en su implementación por parte de las distintas dependencias del gobierno se debió a las limitaciones para cumplir el acuerdo por falta de estrategias, coordinación, interés, recursos, falta de seguimiento, evaluación y falta de compromiso (El poder del consumidor, 2019).

A pesar de ello, Barquera et al. (2013) enfatizan que, en México, se siguieron abordando acciones para disminuir los problemas alimenticios de los niños dentro de las escuelas como elevar el costo de los productos procesados para disminuir su consumo, mejorar los etiquetados frontales de los alimentos y limitar la explosión a los niños de publicidad de productos procesados. Aunque

las organizaciones gubernamentales tengan evidencia suficiente para la prevención de la obesidad infantil, los resultados son limitados, ya que las industrias alimentarias se oponen por un interés económico y desinterés al apoyo de la salud pública, la falta de cambios culturales y la disponibilidad de alimentos.

Antecedentes Específicos

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) rescatan las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para asegurar el crecimiento económico, el cuidado del medio ambiente y el bien social (Gámez, 2022). Debido a que 37 millones de personas en el mundo en 2022 tenían sobrepeso, se plantea dentro de las metas del objeto 2, *Hambre Cero*, poner fin a todas las formas de malnutrición para 2030. Así mismo, como parte de las metas establecidas en el objetivo 3, *Salud y bienestar*, se proyecta reducir una tercera parte de la mortalidad prematura asociada a enfermedades no transmisibles a través de acciones orientadas a prevenir, tratar y promover la salud mental y el bienestar.

En este contexto, garantizar y promover una vida sana y con bienestar, así como priorizar una educación de calidad resulta imperativo desde la infancia. En este sentido, el proyecto de VS como asignatura en 2020, se planteó como propósito ayudar a los niños a desarrollar hábitos saludables a través de un cambio a largo plazo y ser más autónomos en sus comportamientos de estilo de vida (Hernández et al., 2021). Para su impartición, se creó el diplomado para docentes de carácter no obligatorio; el material de apoyo constó de una guía de estudio y un cuaderno de actividades para cada módulo, así como una guía general de introducción. Además, se diseñó la plataforma “*Aprende en Casa*” dirigida a los alumnos de educación preescolar a secundaria a través de la televisión, la radio e internet con la inclusión de nuevos juegos interactivos. La evolución de VS como asignatura a Eje Articulador en la actualidad, aún no obtiene resultados cuantificables y las experiencias documentadas son limitadas. Los cambios que se han realizado en el sistema educativo durante la pandemia por COVID-19 han dificultado la obtención de datos y la fecha para definir los resultados, por lo que no se tiene una evaluación final tras haber incorporado sus contenidos en las escuelas del nivel básico.

En un contexto exploratorio de investigación, durante el verano del 2022, Vargas Vizuet et al. (2023), realizaron un estudio para conocer la experiencia tras la implementación de la asignatura (hoy eje articulador de VS), a través de una aproximación social en el entorno educativo como

estrategia intersectorial emergente en favor de la salud pública. Se realizó un acercamiento con docentes y alumnos para realizar observaciones, diarios de campo y entrevistas; además, se realizó un mapeo del entorno comunitario escolar para identificar las áreas relacionadas con la materia de VS. Entre las experiencias identificadas, los estudiantes manifestaron la dedicación de más tiempo a la materia con actividades más dinámicas. Por otra parte, los docentes mencionan que son temas interesantes; sin embargo, falta tiempo para ser planeada y tratarla a profundidad. Si bien, el docente está comprometido a compartir los conocimientos necesarios y emplear el material didáctico que la asignatura requiere, se aprecia la necesidad de monitoreo y estrategias, así como la inclusión de recursos humanos en la salud como apoyo para su impartición.

Por su lado, Rodríguez et al. (2019) desarrollaron una estrategia pedagógica con maestros, médicos y directivos para incrementar la promoción y educación para la salud para prepararlos en cultura en salud y capacitarlos en contenidos teóricos y metodológicamente para que pudieran introducir en la práctica pedagógica las acciones diseñadas, organizando actividades y talleres dirigidos a estudiantes vinculadas a la problemática de las enfermedades crónicas no transmisibles. Se lograron cambios en los modos de actuación de los escolares y se promovieron estilos de vida saludables. Con esto concluyeron que la implementación de estrategias pedagógicas influye en la adquisición de un estilo de vida saludable en el entorno escolar y familiar.

Por su parte, Martínez (2022) llevó a cabo un curso-taller en el aula para el fortalecimiento de hábitos de alimentación saludable basado en el análisis y reflexión de los alimentos consumidos para lograr el cuidado de la salud y mejorando sus aprendizajes de los escolares. Se seleccionaron y examinaron los resultados más relevantes, identificando los problemas reales que tuvieran solución dentro del salón de clases. Entre los resultados más relevantes, encontraron que el 25 % de los niños presentó sobrepeso u obesidad; además se observó que la mayoría de los niños se presenta a la escuela sin haber desayunado. Asimismo, observaron que gran parte de los niños adquieren alimentos pobres en nutrientes durante el recreo, aun cuando llevan alimentos de casa. Finalmente, se concluyó que los profesores tienen retos y desafíos importantes para poder compartir con los estudiantes buenas prácticas alimentarias, por lo que es necesaria la reflexión y el análisis de las repercusiones en su salud y rendimiento académico que estas tienen.

Dentro de este orden, en la Nueva Escuela mexicana (NEM) (Barbosa, 2019) la educación llega a ser vista desde un nuevo modelo, postulando a la persona como el eje central. Por esa razón, las y los estudiantes son considerados de manera general, sabiendo que cuentan con una personalidad de constante cambio y desarrollo interpersonal. Además, plantea que la educación es

la vía de una socialización humana que permite la formación de una comunidad de estudiantes que se vinculan entre sí. Por ello, se promueve la transformación de la NEM con el propósito de que la educación sea reforzada bajo la actualización del aprendizaje adaptándose a los nuevos cambios de la inclusión, pluricultural, aprendizaje colaborativo y equitativo a lo largo de la formación de los aprendientes.

Barbosa (2019) también enfatiza que la NEM impulsa el pensamiento crítico mediante el análisis, la reflexión, el diálogo y el humanismo, fusionando métodos colaborativos, tecnología e innovación, para transformar la realidad. Este modelo educativo busca que los estudiantes participen activamente en su entorno con responsabilidad y tengan la capacidad de enfrentar problemas reales, promociona la diversidad cultural y lingüística mediante el respeto, la equidad, el diálogo y la convivencia. Además, fomenta la conciencia ambiental, el desarrollo sostenible y el análisis crítico de los patrones de consumo y proporciona infraestructura adecuada para el aprendizaje integral, incluyendo espacios que favorecen la actividad física, artística y cultural.

Justificación

Durante las últimas décadas, los problemas de salud relacionados con la alimentación, en los distintos grupos de edad, se han incrementado significativamente y México se coloca entre los primeros lugares en obesidad infantil a nivel mundial (INSP, 2020). En la población menor de 5 años, 1 de cada 20 niñas y niños mexicanos presenta problemas de malnutrición (desnutrición crónica, carencia en micronutrientes o sobrepeso y obesidad) (UNICEF, s.f.). Por su parte, en el grupo de edad de 6 a 19 años, 1 de cada 3 escolares presenta sobrepeso u obesidad (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural [SADER], 2020.). Asimismo, la ENSANUT (2021) reporta una prevalencia de sobrepeso de 18.8 % y de 16.6 % de obesidad en la población infantil de 5 a 11 años. La prevalencia reportada en la ENSANUT 2023 refleja una prevalencia de sobrepeso y obesidad en edad escolar de 36.5 %, siendo del 19.0 % del sobrepeso y 17.5 % de obesidad (Shamah Levy et al., 2024)

Tras el evidente incremento de la obesidad infantil, el Gobierno Federal ha planteado estrategias orientadas para mejorar la situación nutricia infantil y concientizar a la población sobre la importancia de tener un estilo de vida saludable desde edades tempranas. Durante la pandemia por SARS-CoV-2, la educación presencial a nivel mundial se vio modificada teniendo que adaptarla a la modalidad virtual. Como consecuencia, el estilo de vida se modificó; el uso de las redes sociales se incrementó, se disminuyó la actividad física y se aseveraron los problemas de alimentación.

Retomando a Jiménez (2020), “el COVID-19, mostró las debilidades individuales e institucionales, pero ha despertado una auténtica preocupación por aprender contenidos sobre alimentos y alimentación”. La etiología de los cambios epidemiológicos actuales se relaciona con los estilos de vida, hábitos, costumbres y tradiciones alimentarias. Por tanto, el abordaje integral de estas problemáticas será esencial para disminuir el desarrollo de enfermedades transmisibles y no transmisibles.

Vargas Vizuet et al., (2023) analiza que:

Aunque la pandemia ofreció la oportunidad forzada de unir esfuerzos intersectoriales, es vital mantener el enfoque colaborativo más allá en las situaciones de emergencia, integrándolo como un elemento clave para lograr objetivos estratégicos sostenibles. Siendo así el origen del eje articulador VS, donde su principal motivación fue la situación epidemiológica con el sobrepeso y obesidad en niños más que a una respuesta directa a la pandemia COVID-19. Donde los organismos internacionales y nacionales señalaron que su implementación ha sido positiva, sin embargo, es importante llevar a cabo un monitoreo y análisis constante de las estrategias pedagógicas y del material didáctico que se utiliza.

Incluyendo en las escuelas que forman a los profesionales de la salud, para mejorar tanto el desempeño de los docentes como el compromiso con los estudiantes.

Por lo anterior, conocer los alcances del ejercicio de intersectorialidad del eje articulador VS en el entorno alimentario escolar interesa a esta investigación, ya que permitirá documentar la experiencia en el nivel básico y proponer estrategias que mejoren su impartición y las condiciones del entorno alimentario escolar.

Planteamiento del Problema

El Eje Articulador Vida Saludable es una herramienta de apoyo para los docentes que está diseñada para orientar a los estudiantes en la adquisición de hábitos saludables. Sin embargo, desde su implementación en ciclo escolar 2020-2021, siendo todavía conocido como asignatura, dentro de las escuelas a nivel básico, existe información limitada acerca de la experiencia en su aplicación, aun cuando el Gobierno Federal Mexicano planteó ofrecer un informe de resultados en la mitad del ciclo escolar 2021-2022 (Hernández, 2021). Sumado a esto, se desconoce si el entorno alimentario escolar se ha modificado en función de los contenidos de dicha asignatura.

Siendo que la educación es fundamental para influir positivamente en la conducta alimentaria, las instituciones educativas podrían fomentar y adoptar hábitos alimentarios desde edades tempranas apoyándose del entorno alimentario escolar, contribuyendo con ello a la adopción de estilos de vida saludables. Por lo anterior, el presente trabajo contribuirá a documentar la experiencia en la ejecución del Eje Articulador Vida Saludable y explorar si el escenario facilita el abordaje de los contenidos importantes relacionados con alimentación dentro de la escuela. En función de lo expuesto, que se plantean la siguiente pregunta de investigación:

¿De qué manera facilita el entorno alimentario escolar el abordaje el Eje Articulador Vida Saludable?

Hipótesis

En el enfoque cualitativo, especialmente en investigaciones de carácter antropológico, la formulación de hipótesis no suele anteceder al trabajo de campo. Esto se debe a que, desde una perspectiva inductiva, la hipótesis puede representar más un obstáculo que una guía, al imponer una estructura previa sobre fenómenos que requieren ser comprendidos desde la experiencia directa y situada del investigador (Amaiquema et al, 2019). En su lugar y para servir de guía metodológica, se plantea una pregunta de investigación, con un objetivo general claro y objetivos específicos que facilitan el paso a paso de su alcance.

Esta postura se acentúa en estudios de alcance exploratorio, donde el conocimiento previo sobre el fenómeno es limitado o inexistente. En tales casos, el investigador construye hipótesis de trabajo de manera emergente, a partir de los datos recolectados, las interacciones con los actores sociales y las circunstancias observadas en el escenario de investigación (Corona, 2023). Esta flexibilidad permite mantener una actitud receptiva ante los datos, las experiencias y las dinámicas sociales que se revelan en el escenario de observación, evitando imponer marcos interpretativos prematuros que podrían limitar la comprensión profunda del fenómeno.

Objetivos

Objetivo General

Describir y analizar la manera en la que el entorno alimentario escolar de la Escuela Primaria Bilingüe "Lic. Guillermo Jiménez Morales" del turno matutino facilita la implementación del Eje Articulador Vida Saludable, tomando en cuenta la experiencia de la comunidad escolar.

Objetivos Particulares

1. Describir el entorno alimentario escolar de la Escuela Primaria Bilingüe "Lic. Guillermo Jiménez Morales", identificando la disponibilidad de alimentos y los espacios destinados para su consumo.
2. Indagar la experiencia directiva, docente y estudiantil en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario de la Escuela.
3. Identificar las estrategias adoptadas por la escuela en el entorno alimentario escolar para aplicar el Eje Articulador Vida Saludable.

Material y Métodos

Diseño del Estudio

La investigación se llevó a cabo bajo un enfoque cualitativo, observacional mediante un diseño no experimental, de corte transversal y de alcance exploratorio, se centra en un estudio de caso que describe el entorno alimentario escolar en el contexto de la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en una escuela primaria de la región Nororiental del Estado de Puebla.

De acuerdo con Soto (2019), el estudio de caso se define como una descripción intensiva dirigida a un análisis de una entidad singular o propia de una entidad social, incluido en los estudios cuasiexperimentales, usados para la toma de decisiones y como modalidad de investigación. Siendo un componente de varios métodos de forma ordenada y lógica tiene el objetivo de llevar el estudio con detalle y profundidad, apoyándose en el razonamiento inductivo al manejar varias fuentes de datos. Además, los resultados que se obtienen de su aplicación son a corto plazo y pueden iniciar un debate entre los investigadores, ya que llegan a ser reflexivos y valiosos durante el proceso de análisis.

El estudio de caso es apropiado para temas nuevos, ya que examina sobre un fenómeno en el momento real y sale a resaltar varias fuentes de datos sin ser evidente entre el fenómeno y su contexto. Su implementación permite la comprensión de las dinámicas presentes en contextos únicos siendo uno o varios casos, combinándose distintos métodos para obtener evidencia cualitativa con el fin de describir, generar o verifica teorías (Martínez 2006). Dado que, el investigador conoce una realidad según la convivencia, considerándola una totalidad única de forma global, describe con detalle la problemática de dicha realidad que estudia (López, 2013).

Ubicación Espacio Temporal

El estudio se se desarrolló entre los meses de abril y junio del 2024 en la Escuela Primaria Bilingüe "Lic. Guillermo Jiménez Morales" del turno matutino, ubicada en la calle Chignautzin No. 116, en la comunidad Calicapan del municipio de Chignautla, Puebla. Dentro de los datos sociodemográficos reportados por el INEGI en 2020 (tabla 1), se destaca que el municipio tiene una población de 35,223 habitantes, de los cuales 9,105 son menores de 12 años. Las actividades económicas principales del municipio son la agricultura y la industria manufacturera. El índice de marginación es medio; 3,438 personas que hablan alguna lengua indígena; de ellas, 47 no hablan español.

La institución educativa forma parte de las 23 Escuelas Primarias del municipio. De forma general, en sus instalaciones, cuenta con seis salones, una dirección, un espacio destinado a la tienda escolar, el comedor escolar, jardineras, fuente de agua, baños y una cancha para jugar.

Tabla 1

Características sociodemográficas del municipio de Chignautla, Puebla

| Indicador | Valor |
|-------------------------------|--|
| Población total | 35,223 habitantes 51.93% Mujeres 48.07% Hombres (CEIGEP s.f) |
| Actividad económica principal | Agricultura como sector primario (actividad preponderante). Industria manufacturera. (Plan de desarrollo municipal Chignautla, 2021-2024) |
| Población de 0 a 11 años | En el año 2020 Chignautla tenía: 9,105 habitantes menores de 12 años. 4,568 niñas (50.2%) 5,537 niños (49.8%) El 25. 8% representan a la población total (Telecuentas, s.f) |
| Población indígena | 3,438 personas que hablan alguna lengua indígena; de ellas 47 no hablan español. (CEIGEP, s.f) |
| Grado de marginación | Medio (CEIGEP, s.f) |
| Rezago total | 9,344 personas 27.54% Medio (CEIGEP, s.f) |
| Escuela de nivel básico | Total del ciclo escolar 2023-2024 71 escuelas del municipio 7 de escuela inicial 27 preescolares 23 primarias 7 secundarias 7 prepas (CEIGEP, s.f) |

Población de Estudio

Para esta investigación con enfoque cualitativo, se consideraron tres grupos clave dentro del contexto escolar de la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales” de la comunidad de Calicapan, en el municipio de Chignautla del estado de Puebla.

Los grupos fueron seleccionados con el objetivo de obtener información acerca del entorno alimentario, las experiencias y estrategias adoptadas para el abordaje del Eje Articulador Vida Saludable. La inclusión de las diferentes perspectivas permitió reunir una visión integral y multidimensional en la investigación.

- Docentes titulares adscritos al turno matutino.
- Persona a cargo de la dirección del turno matutino.
- Aprendientes (estudiantes) inscritos al turno matutino.
- Personal de ventas y expendio de alimentos dentro y fuera de la institución educativa.

Muestreo

Para cumplir los objetivos de esta investigación, se empleó el muestreo no probabilístico por conveniencia. Reales et al. (2022) señala que este tipo de muestreo se emplea en estudios cualitativos seleccionando intencionalmente a las unidades de análisis, las cuales deben cumplir con criterios que el investigador busca en los individuos de la población, siendo de fácil acceso y con disponibilidad para ser incluidos en la investigación.

Tamaño de la Muestra

- 1 persona a cargo de la Dirección de la escuela Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”.
- 6 docentes titulares de 4º, 5º y 6º grado.
- 12 aprendientes en total de 4º, 5º y 6º grado.
- Personal de ventas y expendio de alimentos dentro y fuera de la institución educativa, todos ellos considerados informantes clave.

Criterios de Selección y Tamaño de la Muestra

Criterios de Inclusión

Grupo Focal de los Aprendientes

Se seleccionaron a estudiantes por cada grupo de 4°, 5° y 6° año para conformar los grupos focales para realizar las entrevistas. Durante las semanas de observación, se eligió a los aprendientes que mostraron mayores habilidades de liderazgo y representatividad del colectivo, así como facilidad de participación y comunicación durante las clases para hacerles la invitación y entregarles un consentimiento informado que debían firmar sus padres para autorizar su participación en las entrevistas. Se decidió incluir a los estudiantes de los tres grados más avanzados debido a que han tenido una aproximación temporal más extensa con los contenidos de VS y se apreció que tenían más desarrolladas las habilidades para analizar, reflexionar y responder a los cuestionamientos durante las entrevistas diseñadas en torno a la asignatura.

Grupo Focal de Docentes y Directivos

Se consideró a los docentes de todos los grados que se encuentren implementando el Eje Articulador VS y que acepten participar de manera voluntaria. Para ello, se solicitó la autorización de la directora para emplear el tiempo de una de las reuniones de Consejo Técnico para aplicar la entrevista y, previo al inicio de la sesión, se les solicitó de su autorización para grabar sus respuestas. Durante la sesión, se hizo la invitación abierta a participar para responder las preguntas (Anexo 5). La directora de la institución también estuvo presente durante la reunión.

Personal de Venta y Expendio de Alimentos

Vendedores ambulantes instalados en la entrada de la escuela, responsable de la cooperativa escolar y personal de cocina del comedor escolar, todos ellos del turno matutino que aceptaron participar voluntariamente en la investigación.

Criterios de Exclusión

Grupo Focal de los Aprendientes

En los grupos focales de los aprendientes, se excluyó a los niños que tuvieron menores habilidades de comunicación o que no mostraron experiencia con el Eje Articulador VS. También se excluyó a los estudiantes a quienes sus padres de familia o tutor no autorizaron participar, al no entregar el consentimiento informado.

Grupo focal de los Docentes

En el grupo focal de los docentes se excluyó a los docentes que no acudieron a la reunión de Consejo Técnico, así como a aquellos que manifestaron su falta de interés en participar o que no proporcionaron su consentimiento para grabar sus respuestas.

Personal de Venta y Expendio de Alimentos

Se excluyó al personal que mostró una baja o nula interacción con respecto a la venta y expendio de alimentos a los aprendientes de la institución durante la jornada escolar.

Plan de Recolección de la Información

En esta investigación, la recolección de datos se llevó a cabo en tres etapas:

1. Observación participativa durante la jornada escolar para describir el entorno escolar, la organización escolar, la organización intergrupala, describir el entorno alimentario escolar e identificar a los informantes clave.
2. Conformación de grupos focales y aplicación de las entrevistas a docentes, autoridades, aprendientes y personal del entorno alimentario.
3. Análisis de las entrevistas y diarios de campo.

Instrumentos de Recolección de la Información

Para la recolección de datos, se emplearon las siguientes herramientas:

Diario de campo: Es una herramienta reflexiva y personal, ayuda a la recreación de experiencias vividas mediante un proceso de descripción de cada detalle. Es también un instrumento que tiene en su elaboración un carácter personal y de consulta que es valioso tanto para el trabajo individual como en equipo, siendo una fuente de información que trabaja sobre un mismo fin, pues ayuda a dar continuidad o a supervisar un proyecto (Luna et al., 2022). Se utilizó para documentar el desarrollo cotidiano de quienes conforman la escuela primaria, brinda espacio de consulta para tomar decisiones y retroalimentar el proceso. Se organiza generalmente por fechas, incluyendo descripciones detalladas basándose en categorías relacionadas con los objetivos, utilizando ETIC (perspectiva del observador) Y EMIC (perspectiva de los pertenecientes al escenario de observación).

Guion de entrevista: La entrevista son preguntas con secuencia de manera lógica, eficaz para acceder a descripciones de mundo vivido por los entrevistados. Además, permite conocer cómo piensan y viven los entrevistados, ya que expresan sus experiencias en sus propias palabras. Se basa en la interacción entre

entrevistador y entrevistado, lo que genera confianza y facilita la comunicación (Villareal, 2022). Fue utilizado para mantener el orden y coherencia en las entrevistas, asegurando que la información recabada respondiera a los objetivos de la investigación cualitativa.

Grabadora de audio: La grabadora de audio es una herramienta útil en la investigación cualitativa porque permite registrar entrevistas, contextos y relatos personales de manera fiel. Captura matices de la voz y las emociones, facilita la comprensión del entorno cultural y ofrece la posibilidad de presentar la información de forma clara y creativa (FasterCapital, 2025). Se utilizó durante entrevistas de los diferentes grupos focales conservando la información de manera fiel y con fiabilidad, evitando pérdida de datos.

Transcripciones: Es el proceso donde se traslada el lenguaje oral a texto escrito. forma parte de las tareas que los investigadores deben realizar en medida que utilizan entrevistas u otras técnicas orales de construcción de información como parte de las investigaciones (Bassi, 2015). Se aplicó para facilitar el análisis, comparación y categorización de la información obtenida de las entrevistas de los grupos focales.

Matriz de consistencia: Ayuda a organizar y dar sentido al proceso de investigación. Utilizada para ordenar y relacionar de forma clara y lógica los conceptos, ideas, objetivos y elementos que son parte del estudio. La matriz permite al investigador asegurar de que cada parte del proyecto tenga sentido, que tenga armonía en lo que se quiere saber, como se pretende descubrirlo y que se necesita para lograrlo (Giesecke, 2020). Se utilizó para dar lógica al proceso investigativo, asegurando que cada parte del trabajo estuviera en armonía con el propósito general del estudio, con objetivos, resultados, fuentes de información.

Técnicas y Procedimientos

Son formas o pasos que utilizan los investigadores para recolectar información necesaria sobre el tema que están estudiando. Su valor radica cuando la investigación es un proceso científico, ya que es respaldado por su uso sistemático y estructurado de estos procedimientos del trabajo de investigación (Gómez, 2021). En esta investigación se emplearon:

Observación directa y participante: Esta técnica tuvo su aplicación durante 2 meses, siendo registrados en el diario de campo sobre las prácticas cotidianas en el entorno escolar, aportando datos reales. La información relevante en el día a día se registró en el diario de campo. Esta técnica no interviene en el comportamiento de los sujetos, pues implica explorar, comprender, identificar

y describir procesos durante un ambiente social, ambiente físico y de actividades realizando un registro confiable de acuerdo con el comportamiento que se manifiesta (Hernández, 2018).

Conformación de grupos focales: Durante esta investigación se conformaron grupos focales con los aprendientes seleccionados de cada grado y con los docentes y directivos durante la sesión de Consejo Técnico. Los grupos focales se emplean para aplicar entrevistas grupales utilizando la comunicación entre el investigador y los participantes en un espacio donde comparten opiniones acerca de su experiencia, creencia o actividades para obtener datos cualitativos examinando cómo se desarrollan las ideas en un solo contexto. El trabajo en grupo facilita la discusión y facilita la comunicación de los participantes opinando en el tema de investigación aun siendo temas que consideren como tabú (Hamui,2013).

Entrevistas semi estructuradas: Esta técnica se empleó durante la sesión de Consejo Técnico con los docentes y con el personal clave del entorno alimentario escolar (Anexos 5 y 8). Es una técnica muy usada en a investigación social, donde la entrevista es libre, realizando las preguntas espontáneamente de acuerdo con los sucesos que van ocurriendo alrededor, pues, aunque no se tiene preguntas del todo estructuradas, se tiene línea precisa e ideas aducidas a un tema específico (Ríos, 2019).

Entrevista en profundidad: Está técnica tuvo su aplicación durante la investigación cuando se entrevistó a los 6 docentes de 4°, 5° y 6° grado y el alumnado (Anexo 6 y 7) para profundizar sobre elementos clave proporcionados durante la sesión del Consejo Técnico. Esta técnica de investigación cualitativa permite comprender la experiencia del entrevistado a través de una conversación donde se surgen preguntas para lograr el objetivo que se busca. Durante la entrevista se crea un análisis continuo donde permite profundizar los detalles que van surgiendo, creando así un vínculo con el entrevistado situados en un ambiente personal creando una conexión de ambas partes (Gerea, 2022).

Plan de Análisis de Datos

Inicialmente, se transcribió el contenido de los instrumentos de recolección de datos. Tras finalizar el periodo de recolección de datos, se clasificó el contenido según las categorías previamente conformadas. También, durante la lectura analítica de dichos contenidos se identificaron nuevas categorías de análisis que resultaron significativas para el estudio. Posteriormente, se hizo una interpretación a partir de los contenidos por categoría. Para garantizar la confiabilidad de los datos obtenidos, se aplicó la técnica de triangulación a la información

recopilada a través de los diferentes instrumentos de recolección de datos. La fiabilidad de los datos se aseguró mediante la comparación de las coincidencias y divergencias entre las entrevistas (Okuda, 2005).

Variables

Descripción de las Categorías de las Variables

De un estudio cualitativo se establecen categorías de análisis en lugar de variables. Rivas (2015) describe esto como una estrategia metodológica para describir el fenómeno que se está estudiando mediante categorías de estudio. Es esencial que las categorías de análisis estén bien definidas. Un número excesivo de categorías puede llevar a la dispersión y confusión en el desarrollo del estudio. Aunque se recomienda no superar las cinco categorías, la cantidad final dependerá de los objetivos y la naturaleza de la investigación. Estas categorías deben construirse a partir del marco teórico, ya que son los conceptos que nos ayudarán a explicar, interpretar y profundizar en el fenómeno que estamos investigando. Por eso, al elegir las, es fundamental que sean claras, comprensibles y respaldadas teóricamente, de modo que funcionen como ejes para clasificar y analizar los resultados, siempre manteniendo su relevancia y validez en relación con los objetivos generales y específicos de la investigación.

A partir de esto, se seleccionaron las siguientes categorías de análisis para esta investigación:

- Experiencias y estrategias de los docentes y directivos.
- Comentarios del Eje Articulador Vida Saludable.
 - Positivos
 - Negativos
- Participación de los aprendientes en el Eje Articulador Vida Saludable.
- Alimentos consumidos en el receso.
- Alimentación en el comedor escolar.
- Alimentación con los ambulantes fuera de la escuela.

Logística

Recursos Humanos

Para el cumplimiento de los objetivos planteados en esta investigación, la tesista Isui Guadalupe Mirón Romero, pasante de la Licenciatura en Nutrición Clínica del Complejo Regional Nororiental de la BUAP, procedió como investigadora principal, encargándose de la planeación, la observación, la recolección de los datos y el análisis. Asimismo, se contó con la valiosa colaboración de las directoras del trabajo de investigación, la M. C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández y la M. H. Ana Liviere Vargas Vizuet, docentes del Complejo Regional Nororiental, quienes, en calidad de expertas, contribuyeron a la validación de los instrumentos aplicados, garantizando su pertinencia y confiabilidad.

Recursos Materiales y Financieros

La recolección de los datos se realizó a través de notas en manuscrito en un engargolado con un formato impreso, el cual se empleó como diario de campo (Anexo 2). Se empleó una laptop para la redacción, análisis y almacenamiento de los datos; así como una grabadora digital que permitió registrar las entrevistas semiestructuradas y a profundidad, lo que facilitó posteriormente su transcripción y análisis cualitativo.

Respecto a los recursos financieros, los gastos se limitaron a los traslados necesarios para la aplicación de entrevistas y observaciones en la institución educativa, además de la inversión de la transcripción de los datos obtenidos. De esta manera, los recursos destinados a la investigación fueron mínimos y se enfocaron únicamente en garantizar la recopilación, organización y análisis de la información para cumplir con los objetivos planteados.

Cronograma de Actividades

Las actividades para esta investigación se muestran en la figura 1 e incluyen desde la elaboración del protocolo hasta la presentación del examen profesional.

Figura 1

Cronograma de actividades

| Actividad | nov-23 | dic-23 | ene-24 | feb-24 | mar-24 | abr-24 | may-24 | jun-24 | jul-24 | ago-24 | sep-24 | oct-24 | nov-24 | dic-24 | ene-25 | feb-25 | mar-25 | abr-25 | may-25 | jun-25 | jul-25 | ago-25 | |
|--|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--|
| Revisión bibliográfica | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Elaboración de anteproyecto | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Autorización de anteproyecto | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Gestión de oficio de autorización | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Observación participante/recolección de datos | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Entrevista a grupo focal de docentes (Consejo Técnico) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Entrevistas a grupos focales de estudiantes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Entrevistas en profundidad | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Entrevista a personal del comedor | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Entrevistas a propietarios de negocios | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Entrega de informe preliminar a las autoridades de la primaria | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Análisis de datos | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Redacción de tesis | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Solicitud de prórroga para la conclusión de tesis | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Revisión de tesis | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Presentación de examen profesional | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Consideraciones Éticas

En cuanto a los lineamientos éticos que guían esta investigación, se retoman principios fundamentales del Código de Ética del Colegio de Etnólogos y Antropólogos (CEAS, 2018) y del Colegio Mexicano de Nutriólogos (CMN, 2024). El CEAS enfatiza el respeto a los derechos humanos, el consentimiento informado, la devolución de resultados, la confidencialidad, la transparencia en los fines del estudio y la responsabilidad en el uso y conservación de la información generada en campo. Por su parte, el CMN subraya que el profesional debe conducirse con integridad (art. 7), respetar la confidencialidad (art. 11), actuar con imparcialidad y evidencias (art. 15), declarar conflictos de interés (art. 18), mantener un trato respetuoso y profesional (art. 19), garantizar la autonomía del usuario (art. 22), rendir cuentas con transparencia (art. 37) y actuar con sensibilidad cultural (art. 45).

Resultados

Descripción del Entorno Alimentario Escolar

Al interior de la institución, se distingue la presencia de un comedor escolar, la entrada principal en donde se instalan vendedores ambulantes en horario matutino y vespertino, así como las tiendas ubicadas en la periferia constituyen el entorno alimentario de la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”. Es importante mencionar que tiene un espacio destinado a la cooperativa escolar, la cual no estuvo en funcionamiento para la venta de alimentos, sino que era empleada como bodega de material didáctico para las clases de educación física. El espacio en el que se lleva a cabo la mayor adquisición y consumo de alimentos es el comedor escolar (Figura 2 y 3).

Figura 2

Comedor escolar de la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”



Nota: Vista del exterior del comedor escolar “Kualkantakualoni Tamachtli” (Desayunador escolar, en lengua náhuatl), área de alimentación dentro de la escuela.

Figura 3

Vista del interior del comedor escolar de la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”



Nota: En imagen del lado izquierdo se aprecia el área de consumo de alimentos; en la imagen del lado derecho, al fondo, se aprecia la cocina del comedor.

El comedor es un espacio ubicado al interior de la escuela, muy cerca del acceso principal. Tiene una superficie de 12 m de largo y 7 m de ancho y cuenta con una capacidad para 120 personas. Al interior, se distingue el área de la cocina en donde se almacenan, preparan y se sirven los alimentos; el espacio está equipado con una mesa para la preparación de alimentos, una parrilla de gas, un refrigerador, una alacena y un área para la colocación de contenedores en los que se almacenan platos con tres divisiones, vasos y cubiertos. Por otro lado, el área del comedor es el lugar destinado para que los estudiantes y los profesores consuman los alimentos; está espacio equipado con mesas largas y sillas.

El comedor forma parte del programa de Desayunos Escolares del DIF del Gobierno Federal, el cual proporciona un desayuno caliente durante la jornada escolar, el cual tiene un costo de \$ 10.00 M. N. Los menús que se ofrecen se elaboran a partir de un recetario anual que proporciona el DIF y que contiene 20 diferentes preparaciones. Los menús del comedor tienen como ingredientes

base: leche en polvo, lentejas, sopa integral, frijoles, sardinas, chícharos enlatados y avena. En caso de requerir otros alimentos, las señoras del comedor mencionan dentro de la entrevista que estos son adquiridos en una tienda cercana a la escuela con la cual se llegó a un acuerdo de palabra entre la directora y el dueño de la tienda que algunos alimentos se les descontaría entre \$1.00 y \$2.00 pesos, siendo que este descuento es solo para la escuela.

Dependiendo de la disponibilidad de los ingredientes, costos o preferencias de los niños, el personal encargado de la preparación de alimentos planifica y adapta diariamente algunos platillos para servirlos al día siguiente. En el comedor trabajan cuatro señoras encargadas de la preparación, servicio de los alimentos y limpieza del comedor. Su horario de trabajo es de 6:00 a. m. a 1:00 p. m. Una de ellas es la responsable de la preparación de los platillos; otra se encarga de acudir a los salones para recibir el pago e informar a los salones para que los niños ingresen a desayunar. Las otras dos señoras ayudan a repartir los alimentos, mantienen el orden mientras los niños consumen sus alimentos. Cuando los desayunos concluyen, las señoras del comedor se dedican a limpiar el área, lavar los trastes y adelantar preparaciones para el día siguiente. El tiempo de preparación de los alimentos depende del menú planeado para el día siguiente.

El comedor funciona en un horario de 9:30 a.m. a 10:30 a.m. Cada grado tiene entre 10 y 15 minutos para comer. Para lograr que el total de los niños consuman su desayuno en dicho horario, se tiene un calendario de ingreso; los lunes, miércoles y viernes los primeros en ingresar a desayunar son los alumnos de los grados 1°, 2° y 3°; mientras que los martes y jueves tienen prioridad los alumnos de 6°, 5° y 4° grado. La persona que apoya a la responsable de preparar la comida vigilando el ingreso al comedor mencionó que este es continuo, conforme los grupos terminan sus alimentos, un grupo ya se encuentra en espera de ingreso, de tal modo que no hay tiempos de espera prolongados para servir los alimentos.

Los alumnos entran al desayunador en orden, lavan sus manos antes de pasar y eligen un vaso que puede contener agua natural, agua de sabor o té, dependiendo del clima. Después, toman un plato en el que las cocineras les sirven los alimentos y les colocan dos tortillas. Finalmente, ocupan un asiento en las mesas que se encuentran en el comedor. Si alguno de los alumnos desea repetir platillo u otro vaso de bebida, pueden levantarse y solicitar que les vuelvan a servir. Una vez que terminaron de comer, los alumnos deben colocar sus platos y vasos en los botes designados para cada uno. En caso de que no se consuman todos los alimentos, los alumnos deben vaciar el contenido de su plato en una de las cubetas destinadas para albergar los desechos.

Dentro de la escuela había una tienda escolar, sin embargo, hace tres años los directivos decidieron cerrarla al notar que los niños consumían en exceso productos procesados que hacían acumulación de basura en los salones y áreas verdes y no contaban con el suficiente apoyo económico para pagarle a una persona de limpieza. Además, muchos dejaban de ingresar al comedor, lo que ocasionaba un desperdicio considerable de comida.

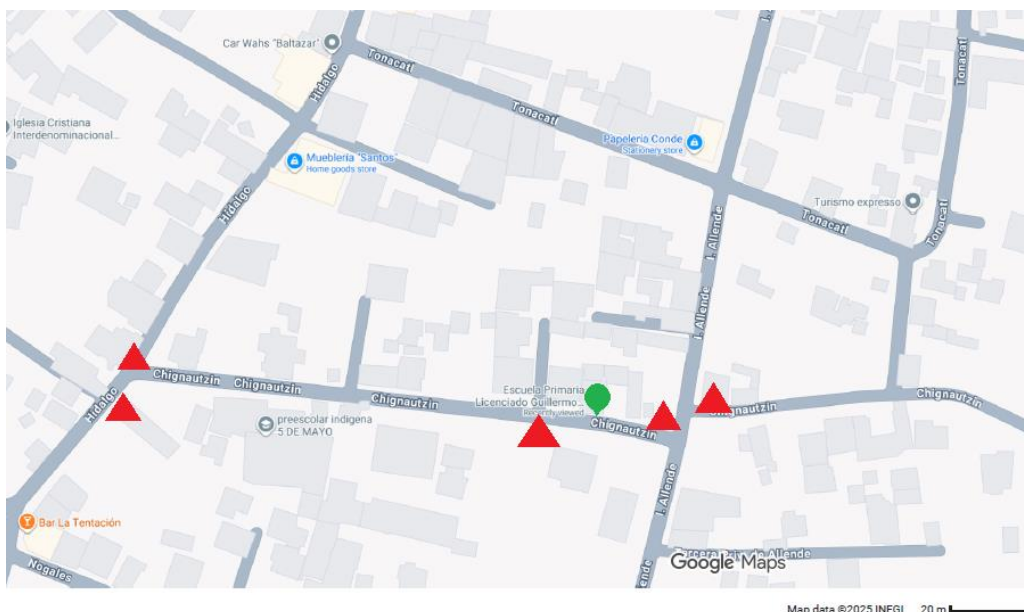
Por otro lado, afuera de la escuela se encuentran vendedores ambulantes. Desde las 8 de la mañana, tres señoras se instalan afuera ofreciendo desayunos: una vende yogur con fruta con un precio de \$22.00 y gelatinas de \$10.00, otra ofrece hot cakes grandes \$10.00 con mermelada y chispas de chocolate, y la tercera varía su oferta, aunque siempre vende antojitos cuyo precio varía entre los \$5.00 y \$20.00.

A la hora de la salida, dependiendo del día y el clima, hay entre cuatro y seis vendedores ambulantes, la mayoría ofreciendo dulces y alimentos de alta densidad energética, entre los alimentos son: helados, yogures congelados entre los \$10.00 y \$15.00 pesos, chapaletas desde los \$5.00 y \$20.00 pesos, churros y papas \$15.00 pesos con salsa picante, panques de chocolate \$20.00 pesos, dulces pequeños entre chicles y paletas desde los \$3.00 a los \$10.00 pesos.

La escuela está ubicada en la calle Chignautzin, ubicándose de frente a la entrada principal, del lado derecho, en la calle Ignacio Allende, una calle poco trascurrida por los aprendientes, se encuentran dos tiendas misceláneas. Enfrente de la escuela, se encuentra una tienda donde solo venden dulces pequeños. Del lado izquierdo, se encuentra la calle Hidalgo, siendo la más transitada entre las 8:15 a.m. y 8:30 a.m. y de 1:30 p.m. a 1:45 p.m. para dirigirse a sus hogares; en esta calle se encuentran dos misceláneas. La ubicación de los comercios cercanos a la institución educativa se aprecia en la figura 4.

Figura 4

Ubicación de las tiendas cercanas a la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”.



Nota: En la imagen se aprecia en color verde a la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”. Los triángulos en color rojo señalan la ubicación de las tiendas cercanas. Adaptado de [Escuela Primaria Licenciado Guillermo Jiménez Morales], de Google, s.f., <https://maps.app.goo.gl/gKdz7DapWjRlPBK7>. Todos los derechos reservados 2025 por Google. Adaptado con permiso del autor.

Acciones Implementadas en el Comedor Escolar

La escuela ha adoptado varias medidas para fomentar una alimentación saludable entre los estudiantes. Una de las acciones ha sido la eliminación de la tienda escolar, disminuyendo con ello las opciones de consumo de alimentos pocos nutritivos y dejando como única opción el ingreso al comedor para el consumo de alimentos que ahí se preparan durante la jornada escolar en horarios específicos. La directora señala que el comedor escolar tiene como objetivo asegurar que todos los aprendientes consuman comidas nutritivas y balanceadas durante su estancia en la escuela.

La planificación de los menús en el comedor escolar se basa en catálogo de recetas que proporciona cada año por el DIF. El apego a la receta varía debido a que hay alimentos que tienen un costo más elevado o que tras la experiencia no son del gusto de los niños por lo que se busca la manera de que las preparaciones del menú sean más atractivos y tengan mayor aceptación de los

niños y por lo tanto sean consumidos. Esta medida fue adoptada por las cocineras, principalmente, con el objetivo de reducir el desperdicio de alimentos ya que, en los primeros años del funcionamiento del comedor, se solían desechar grandes cantidades de alimentos tanto como un bote de pintura completo.

Los alimentos en los que se basa la elaboración de los menús son el garbanzo, los frijoles, las tortillas, las verduras y las frutas. Cada día se modifica el menú según la disponibilidad de los alimentos en el almacén y las preferencias alimentarias observadas en días previos, buscando garantizar una dieta equilibrada y atractiva para los niños. Para ello, las responsables del comedor realizan una lluvia de ideas para planear las preparaciones que van a preparar al día siguiente, teniendo siempre presente que se cuente con los insumos y que los platillos sean aceptables para los niños. Ya que las señoras no cuentan con una capacitación completa, pero tratan de tener una higiene personal limpia, usando mandil, recogiendo el cabello, lavándose las manos, además de poco conocimiento para poder preparar los alimentos adecuadamente y evitar una contaminación de estos, además, las señoras que cocinan observan que no hay una persona especialmente encargada de llevar adecuadamente el comedor.

Existe interés en incrementar el precio del comedor en uno o dos pesos, con el objetivo de mejorar la variedad y cantidad de alimentos servidos. Este ajuste permitiría ofrecer platos más variados o porciones más generosas, beneficiando la alimentación de los niños.

El personal del comedor reconoce que la mejora en la alimentación de los niños no depende únicamente de los esfuerzos en el comedor escolar, sino también de los hábitos y preferencias que los niños tienen en casa. Durante el periodo de observación, se identificó que el desperdicio de alimentos que había en el suelo del comedor era mayor en los días en los que los aprendientes de 4º a 6º grado ingresaban después de los grados más jóvenes, esto se corroboró en los días en los que el ingreso se realizaba en el orden inverso, es decir, cuando los aprendientes de grados avanzados recibían sus alimentos primero, el piso tenía menos alimentos desperdiciados.

Para disminuir el desperdicio de alimentos, se han implementado varias estrategias, dentro de las que se destaca presentar un alimento nuevo solo para observar la aceptación. En caso de que no se tenga una alta aceptación, el personal del comedor decide disfrazarlo combinándolo con otros alimentos. Por ejemplo, se prepararon quesadillas de sardina haciéndolas pasar por atún y mezclándolas con pan molido, además de lavar la sardina para suavizar su sabor, esta preparación resultó tener buena aceptación y, en consecuencia, hubo una reducción del desperdicio de alimentos.

Algo que también se logró apreciar es que el comportamiento de los aprendientes durante su estancia en el comedor dependía del grado, es decir, los grados más pequeños no atienden instrucciones simples como tomar los vasos que se colocan en la barra, obedecen y terminan tirando los vasos. Además, al finalizar la comida, se les pide que coloquen sus platos, vasos y cubiertos sucios en los lugares indicador, pero no lo hacen. Los hallazgos obtenidos de la entrevista realizada al personal del comedor se presentan en la Tabla 2.

Tabla 2

Acciones identificadas durante la entrevista en profundidad a las personas responsables del comedor

| Pregunta | Respuestas |
|--|---|
| ¿Como contribuye el entorno alimentario escolar a promover un estudio de vida saludable entre los estudiantes? | <ul style="list-style-type: none"> • La eliminación de la tienda escolar y disminuye las opciones de consumir alimentos poco nutritivos. • Aumentar el consumo del comedor escolar para ser la principal fuente de alimentación. • Los maestros dan clases a los niños de comer saludable y de utilizar el comedor escolar para prácticas. |
| ¿Qué acciones concretas o estrategias ha tomado a dirección y el personal docente en favor de una vida saludable en el entorno escolar? | <ul style="list-style-type: none"> • La eliminación de la tienda escolar se ha observado mucho un cambio en la alimentación de los niños. • Los niños aún entran con alimentos comprados fuera de la escuela, pero se nota una diferencia en el consumo del alimento. |
| ¿Como se monitorea y evalúa la efectividad de estas estrategias en el comedor escolar? | <ul style="list-style-type: none"> • Consiste en presentar un alimento nuevo solo o disfrazarlo combinándolo con otros alimentos para ver si los niños lo aceptan. |
| ¿De qué manera se involucran los estudiantes en la dinámica del comedor? | <ul style="list-style-type: none"> • Los niños muestran una falta de interés por involucrarse en el comedor escolar. • Actividades de su salón hacen que se involucren con los materiales e ingredientes utilizados en la cocina escolar. |

| | |
|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> Al recibir instrucciones simples como tomar los vasos que están al frente, muchos no obedecen |
| <p>¿Qué grupo de alimentos siempre son incluidos en el menú?</p> | <ul style="list-style-type: none"> El garbanzo, los frijoles, la tortilla, las verduras y la fruta. La planificación de los menús en el comedor escolar se basa en el menú que se da cada año por el DIF. |
| <p>¿Con que frecuencia se modifican menús?</p> | <ul style="list-style-type: none"> Se realizan lluvia de ideas para que los alimentos sean tanto nutritivos como aceptables para los niños. Cada día se modifica el menú según las preferencias observadas. |
| <p>¿De qué forma podrían mejorar la alimentación de los niños en el comedor?</p> | <ul style="list-style-type: none"> No depende únicamente de los esfuerzos en el comedor escolar, sino también de los hábitos y preferencias que los niños tienen en casa. Existe interés en incrementar el precio del comedor en uno o dos pesos, con el objetivo de mejorar la variedad y cantidad de alimentos servidos. |

Nota: Se muestran las acciones implementadas en el comedor.

Experiencia en el Comedor

La entrevista al personal del comedor escolar se realizó dentro del comedor a cinco mujeres que eran responsables de cocinar los alimentos; la entrevista se realizó la última semana de observación y después de entrevistar a los docentes y aprendientes. Se solicitó su consentimiento para ser entrevistadas, el cual manifestaron por escrito, no sin antes indicarles que la intención de realizarla era con fines del desarrollo de la investigación. La entrevista se conformó de 13 preguntas, de las cuales 6 de ellas se distinguieron por estar basadas en su experiencia con los alumnos a la hora de su desayuno (Anexo 8).

Las señoras mencionan que a veces el comedor es la única fuente de alimentos para los aprendientes ya que la mayoría de los tutores son trabajadores de tiempo completo en trabajos de maquila; sin embargo, la aceptación de los alimentos varía en función al contenido de ingredientes de las preparaciones que se ofrecen en los menús del comedor. A pesar de que algunos alimentos no son aceptados. La persona responsable de la preparación de la comida menciona: *“sabemos que*

tenemos éxito con las preparaciones cuando los niños no desperdician tanta comida o llegar a pedir una segunda porción”.

Por otra parte, mencionan que los tutores de los aprendientes tienen poca participación en actividades del comedor, tienen desinterés al enterarse del menú del día aún más cuando saben que los alimentos propuestos no son el agrado de sus hijos, la persona a cargo de reunir el pago comentó: “en lugar de animar a sus hijos a probar a alimentos nuevos, algunos padres prefieren que no se les sirva o que sus hijos no participen en el comedor si se ofrecen alimentos que no les gustan”. Comentó también que, cuando el comedor comenzó a funcionar, un día previo se anotaba el menú del día en un pizarrón en la entrada de la escuela, el cual los padres revisaban y, al ver de lo que se trataba, por ponerles una torta con jugo, galletas o un alimento fácil o a veces no les ponían desayuno.

Además de eso, el comedor tampoco recibe apoyo significativo de otras personas, aunque se ha considerado la posibilidad de que madres o padres participen en la experiencia de cocinar para los niños. La única persona -de quien recibe apoyo el comedor es el proveedor de frutas y verduras, así como de otros alimentos que no entrega el DIF reduciendo el precio de algunos alimentos. En el comedor escolar, las porciones de comida se sirven en cantidades uniformes, generalmente utilizan una cuchara grande, la mayoría de los platillos consisten en cereales y leguminosas. También se incluyen platillos con picante, y su versión sin picante adecuadas para los niños. Además, se permite a los estudiantes pedir más comida sin un costo adicional y se les proporcionaba una o dos tortillas según su preferencia. La tabla 3 reúne las experiencias del comedor obtenidas durante la entrevista realizada al personal del comedor se presentan en la Tabla 2.

Tabla 3

Experiencia del comedor en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar.

| Pregunta | Tipo de información que se obtuvo | Respuestas |
|--|-----------------------------------|---|
| ¿Cómo ha contribuido el comedor escolar en los | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • No se ofrecen alimentos “chatarra”. • Es el único lugar que provee de alimentos durante el día de algunos niños es el comedor escolar. |

| | | |
|---|--------------|---|
| <p>aprendientes en cuanto a contribuir a llevar una vida saludable?</p> | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Aun siendo alimentos comunes que encuentran en casa, son desperdiciado por los alumnos. • La aceptación del comedor varía entre los niños, especialmente aquellos que no están acostumbrados a algunos alimentos en casa. |
| <p>¿Cómo es la aceptación de los menús del comedor entre los aprendientes y en general entre a comunidad escolar?</p> | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Las nuevas preparaciones son aceptadas por los niños y se dan cuenta porque no hay tanto desperdicio. |
| <p>¿Podría compartir algún éxito o desafío significativo que haya surgido al aplicar estrategias dentro del comedor</p> | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Muchos de ellos muestran desinterés al enterarse del menú del día, especialmente cuando saben que los alimentos propuestos no son del agrado de sus hijos. • Algunos prefieren que a sus hijos no se les sirva o no participan en el comedor si se ofrecen alimentos que no les gustan. • Había un pizarrón donde se anotaba que desayuno se iba a dar al otro día y otros padres optaban por ponerles torta y el comedor se encontraba algo vacío. |
| <p>¿Qué papel juegan los padres de familia y tutores en apoyar la vida saludable dentro del entorno alimentario escolar?</p> | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizan como medidor un cucharón. • La mayoría de los platillos consisten en cereales y leguminosas. • Las carnes que se incorporan son pollo y sardina, pero muy esporádicamente. • Cuando se preparan platillos con picante, también se elaboran versiones sin picante adecuadas para los niños. |

| | | |
|--|--------------|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Se les permite a los estudiantes pedir más comida y se les proporciona una o dos tortillas según su preferencia. |
| ¿Existe apoyo detrás de personas que son fuera de la escuela para el comedor escolar? | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • El comedor escolar no recibe apoyo significativo de otros individuos, excepto del proveedor de verduras y frutas, quien a veces reduce los precios de ciertos alimentos. • Se valora la posibilidad de que madres o padres de familia participen en la experiencia de cocinar para los niños. |

Nota: Se muestran las experiencias en el comedor referidas durante la entrevista por el personal del comedor.

Contenidos Temáticos del Eje Articulador Vida Saludable

Proyectos del Eje Articulador Vida Saludable

En el modelo educativo de la Nueva Escuela Mexicana, en los libros de texto se describe la ejecución de los distintos proyectos, agrupándolos en tres escenarios: “Proyectos de aula”, “Proyectos escolares” y “Proyectos comunitarios”. Cabe destacar que aprendientes emplean otros libros como el de “Múltiples lenguajes” y “Nuestros saberes”, los cuales apoyan y refuerzan las actividades prácticas dentro de los proyectos. Los cuatro campos formativos en los que se organiza la estructura curricular en los libros de Proyectos pueden estar vinculados a seis distintos Ejes Articuladores (Tabla 4).

Tabla 4

Contenido de los libros de proyectos para el aprendiente.

| Campos Formativos | Ejes Articuladores |
|----------------------------------|---|
| Lenguajes | Inclusión |
| Saberes y pensamiento científico | Pensamiento crítico Interculturalidad crítica |
| Ética, naturaleza y sociales | Igualdad de género |
| De lo humano y comunitario | Vida Saludable |
| | Apropiación de las culturas a través de la lectura y la escritura |
| | Artes y experiencias estética |

Temas del Eje Articulador Vida Saludable

Durante el periodo de observación, los docentes facilitaron el libro de los aprendientes con mayor aprovechamiento académico para conocer la forma de ejecución de los proyectos que hasta ese momento se habían desarrollado. Durante la revisión, los docentes de los tres grados explicaron los pasos para iniciar un proyecto. Para ello, los docentes deben tener un objetivo principal claro e identificar qué quieren lograr con él. Parten de un tema que despierte el interés de los estudiantes y les permita aplicar los conocimientos adquiridos en clase. En este sentido, los docentes refirieron que pueden consultar los libros gratuitos proporcionados por la SEP y seleccionar temas de diversas áreas, asegurándose de que sean relevantes y estén relacionados con el aprendizaje. A partir de ello, definen las actividades específicas, así como los recursos necesarios para cada etapa del proyecto. Los docentes brindan flexibilidad en la ejecución del proyecto, cuya duración puede variar entre uno y dos meses. Los temas de eje articulador VS incorporan tópicos de higiene, actividad física, ecosistema y naturaleza y alimentación.

En cada uno de los grados, el número de temas y la cantidad de estos que se incorporaron en los campos formativos fue distinta. En cuarto grado, se identificaron 25 temas del eje articulador de VS, de los cuales 9 abordaron a la alimentación, nutrición y actividad física en dos distintos proyectos dentro de los cuales se retomaron 5 de estos temas (tabla 5). Con respecto a quinto grado, el programa se constituye de 34 temas del eje articulador de VS dentro de los cuales 11 corresponden a alimentación, llevándose a la ejecución 5 en donde se formaron dos proyectos (tabla 6). Por último, durante el desarrollo de la investigación, en sexto año, se identificaron 23 temas pertenecientes al eje articulador de VS, de los cuales 5 temas abordan a la alimentación y 3 temas se ejecutaron en dos proyectos (tabla 7).

Tabla 5

Temas del Eje Articulador de Vida Saludable de los proyectos de cuarto año

| Proyectos | Campos formativos | Temas |
|------------------|---|--|
| Aula | Lenguaje | En resumen ¡actuemos por una alimentación saludable! † |
| | Saberes y pensamiento científico | Mi cuerpo está cambiando. Optimizando las fuerzas. La aventura de la comida atreves de nuestro cuerpo.** Rompecabezas, fraccionando el plato de bien comer.** |

| | | |
|-------------|----------------------------------|---|
| Escolar | Ética, naturaleza y sociedades. | Prevenimos y denunciemos los abusos. El papel de la mujer en la alimentación al cuidado de la salud. † |
| | Humano y comunitario | Tomemos decisiones asertivas en 3.2.1 ¡acción! Tendedero de decisiones y emociones. |
| | Leguaje | La poesía en la vida cotidiana. |
| | Saberes y pensamiento científico | Desalinizando agua. |
| Comunitario | Ética, naturaleza y sociedades. | Los cambios en los ecosistemas. |
| | Humano y comunitario | Todos jugamos, todos ganamos. La higiene, tu mejor aliada. Moviendo mi cuerpo. † Escuela divertida. Escuela saludable. ** |
| | Saberes y pensamiento científico | Reciclamos la vida. La composta lleva su tiempo, pero vale la pena. Comprar con responsabilidad. † En sus marcas... listos... ¡a nutrarnos y desarrollarnos! ** |
| | Ética, naturaleza y sociedades. | El trueque en la comunidad. Ayudamos a prevenir. |
| | Humano y comunitario | El color y el sonido de los alimentos. Me informo para prevenir riesgos. Comer bien, vivir bien. ** |

Nota: Se distinguen: (*) **Proyectos ejecutados**, (**) **Proyectos ejecutados en temas de la alimentación** (†) **Proyectos no ejecutados en temas de la alimentación.**

Tabla 6

Temas del Eje Articulador de Vida Saludable de los proyectos de quinto año.

| Proyectos | Campos formativos | Temas |
|-----------|----------------------------------|---|
| Aula | Saberes y pensamiento científico | ¡Una bomba en mi cuerpo! ** ¿Qué está pasando en mi cuerpo? Un menú saludable. † |
| | Ética, naturaleza y sociedades. | Pensamos y protegemos la biodiversidad en México.* |
| | Humano y comunitario | A mover el esqueleto con ritmo. |

| | | |
|-------------------------|---|---|
| Proyecto escolar | Leguaje | Fragmento de nuestra vida.* Sonidos e imágenes de nuestro entorno. La historia ¡se mueve! |
| | Saberes y pensamiento científico | ¿Qué le sucedió a mi almuerzo? ** |
| | Ética, naturaleza y sociedades. | Reporteros y reporteras de la ética ambiental. Un presente y futuro sin discriminación. |
| | Humano y comunitario | Construyamos ideas para la paz. La feria de los sentimientos. Coordinando ando. † El cuerpo parlanchín. † Circuito para la buena vida. † |
| Comunitario | Lenguajes | Por una publicidad incluyente.* Detectives sociales. Los saberes y sabores que rodean al maíz. ** |
| | Saberes y pensamiento científico | Los seres vivos, muy vivos.* Conservemos la flora y la fauna. Nuestro jardín para conservar a los polinizadores. Mi vuelo es la flor de la vida. Agua vital, ¡aprendemos a consumirla! † |
| | Ética, naturaleza y sociedades. | Yo me cuido, cuidando a mi ciudad. Protegemos los datos personales. Estilos de vida, desarrollo y riesgos ambientales.* Maíz el sabor de México. ** |
| | Humano y comunitario | Un lugar que me representa. Foro de salud e higiene. El bienestar es asunto de todos. Estaciones activas y saludables. † Antología Saludable. ** |

Nota: Se distinguen: (*) **Proyectos ejecutados**, (**) **Proyectos ejecutados en temas de la alimentación**

(†) **Proyectos no ejecutados en temas de la alimentación.**

Tabla 7

Temas del eje articulador de vida saludable de los proyectos de sexto año.

| Proyectos | Campos formativos | Temas |
|------------------|--|---|
| Aula | Saberes y pensamiento científico. | Una barrera de defensa contra las enfermedades. Salud sexual y reproductiva.* El poder de la alimentación. ** |

| | | |
|-------------------------|---|---|
| | | El peso de nuestro cuerpo es muy importante. ** |
| | Ética, naturaleza y sociales. | En acción por la diversidad.* |
| | De lo humano y comunitario | Moviendo el mundo con emociones. Lo que yo elijo para mi bienestar.* Con los pies ligeros todos ganamos. ‡ |
| Proyecto escolar | Leguaje | Campaña social para transformar la basura |
| | Saberes y pensamiento científico | Si se oxida y se quema, entonces hay oxígeno. |
| | Ética, naturaleza y sociedades. | Nuestro futuro en nuestras manos.* Comité escolar de prevención y desastres. |
| | Humano y comunitario | Tu salud es una obra de arte. La super clase. † |
| Comunitario | Saberes y pensamiento científico | Ingenieras e ingenieros a la obra Por mí y por todos los seres vivos. Descubre un tesoro en el suelo. Guardianes de la naturaleza. Se van para no volver. |
| | Ética, naturaleza y sociedades. | Nos organizamos, la cuidamos Violencia de género: un problema social que nos afecta. |
| | Humano y comunitario | Construyamos el bien común y evitemos la violencia.* Hábitos con sentido. ** |

Nota: Se distinguen: (*) **Proyectos ejecutados**, (**) **Proyectos ejecutados en temas de la alimentación** (†) **Proyectos no ejecutados en temas de la alimentación.**

Descripción de los Proyectos Presenciados Durante el Periodo de Observación

Proyecto de Cuarto Grado

El proyecto en cuarto año vinculó los temas de “*La aventura de la comida a través de nuestro cuerpo*” y “*Comer bien, vivir bien*”. El objetivo del proyecto fue recopilar y organizar información desde casa sobre la alimentación de los aprendientes y conocer el tamaño, la forma, la ubicación y la función de los órganos del sistema digestivo para identificar acciones que promuevan su cuidado para la prevención de enfermedades. Como producto final del proyecto, los aprendientes del grupo A, realizaron de forma individual una maqueta del sistema digestivo, dejando a la libertad de cada estudiante su elaboración para trabajar su creatividad; cabe destacar que la docente del grupo asignó la actividad como una tarea. Por otro lado, en el grupo B, realizaron una escultura del sistema

digestivo con material reciclado de forma colectiva. En este grupo, la docente formó equipos y los ubicó dentro del salón para poder realizar la actividad, ya que el tamaño de la maqueta era de aproximadamente 1.5 m de largo por 1 m de ancho. Los materiales que utilizaron fueron un cartón, tubo de plástico, bolsas de plástico, botellas, mangueras, hojas de colores, plumones y cinta adhesiva (figura 4).

Figura 4

Proyecto “El Sistema Digestivo” de cuarto grado



Nota: Se observa el uso de materiales reciclables para realizar la maqueta el sistema digestivo.

Proyecto de Quinto Grado

Los temas “Los saberes y sabores que rodean al maíz”, “Maíz el sabor de México” y “Pensamos y protegemos la biodiversidad en México” se integraron en un solo proyecto que tuvo como objetivo conocer la biodiversidad y como cuidarlo, así como reflexionar la importancia del maíz, valorar sus beneficios nutricionales y su aporte culinario a la sociedad. Para su ejecución, los profesores adaptaron la realización de una prueba gastronómica sobre el maíz y la realización de un folleto sobre sus beneficios, así como los nutrientes que aporta este alimento. En el grupo A, el docente propuso como producto final la realización de tortillas desde el proceso de nixtamalización hasta la elaboración de este alimento.

El proyecto permitió a los aprendientes identificar la cantidad de maíz que se ocupa y la cantidad de masa que se obtiene. El docente enseñó a calcular las cantidades de cada ingrediente; los gramos de masa que se utilizarían para cada tortilla, así como simular el precio de las tortillas de acuerdo con la cantidad. Para ello, a los aprendientes, el docente les asignó los materiales e ingredientes que se emplearían para su preparación como: la masa, parrilla, comal metate, bolsas, báscula, agua, servilletas y para acompañar, queso, salsa y frijoles. Finalmente, los aprendientes elaboraron un folleto.

Por otro lado, el docente del grupo B decidió proponer la realización de enchiladas con sus aprendientes; los ingredientes solicitados para la actividad tortillas, salsas, queso, aceite, leña, comal y lechuga, en donde los alumnos convivieron junto con el docente (figura 5).

Figura 5

Elaboración de tortillas como parte del proyecto de quinto grado “sabores y saberes que rodean al maíz”.



Nota: Se aprecian las etapas del proyecto de quinto año. A) Preparación del nixtamal; B) Molienda; C) Pesaje de la masa; D) Elaboración de tortillas.

Proyecto de Sexto grado

Los temas que se incorporaron en el proyecto en los grupos de sexto grado fueron “Hábitos con sentido”, “El poder de la alimentación” y “¡Vamos a la feria de los juegos tradicionales!”. Cabe destacar que este último no forma parte del Eje Articulador Vida Saludable, ya que se enfoca en tradiciones y costumbres. Los objetivos de este proyecto fueron fomentar el trabajo en equipo

mediante la elaboración de un recetario de platillos tradicionales, conocer la gastronomía local e identificar los alimentos recomendables para consumo y aquellos que deberían evitarse y analizar el estado nutricional de los estudiantes mediante la medición del IMC, con el propósito de detectar casos de sobrepeso y desnutrición. Los aprendientes del grupo A realizaron como producto final platillos tradicionales de la comunidad, como mole, champurrado y atole "Xole". El mole fue cocinado en el comedor con ayuda de la maestra, el champurrado se preparó dentro del salón de clase (figura 7). El Xole, al requerir un proceso más elaborado, se hizo al aire libre, comenzando con la quema de ingredientes, su molienda y la preparación final (figura 6). En contraste, los aprendientes del grupo B, guiados por el docente, prepararon enchiladas, trayendo sus propios ingredientes, incluyendo leña y comal para la cocción. Además, se llevó a cabo una actividad para medir el Índice de Masa Corporal (IMC) de los docentes y alumnos del mismo grado, con el fin de evaluar su estado nutricional. Se observó que la mayoría tenía un peso normal, aunque algunos presentaban desnutrición.

Figura 6

5 Proyecto de quinto grado "Hábitos con sentido", elaboración de Xole



Nota: Se aprecian las etapas del proyecto de elaboración de Xole. A) Tostado de los ingredientes (maíz y cacao), B) Molienda del maíz en el metate, C) Molienda del cacao y canela tostada en el metate, D) Mezcla de los ingredientes para su cocción.

Figura 7

Proyecto de elaboración de Mole



Nota: Se aprecian las etapas del proyecto de elaboración de Mole. A) Tostado de los ingredientes (chile, galleta); B) Preparación del arroz. C) Pelar algunos ingredientes y molerlos. Moler los ingredientes D) El final de la preparación, probando por parte de los maestros.

Experiencia del Grupo Focal de los Aprendientes

Las entrevistas hacia los aprendientes iniciaron la última semana de la investigación. Antes de la realización de las entrevistas, se les hizo llegar a los tutores de los estudiantes seleccionados para el grupo focal un consentimiento informado para autorizar su participación en las entrevistas en el que se les notificó que las respuestas que se generaran serían grabadas, esto mismo se les hizo saber a los niños y, aunque al inicio les intimidó un poco, conforme avanzó la entrevista lograron sentirse muy cómodos y participativos.

Las preguntas que se les hicieron a los aprendientes estaban basadas en su experiencia en el entorno alimentario escolar y el eje articulador de la vida saludable. Así, la nueva forma de enseñar sus actividades se centra más en dinámicas y en llevar a la práctica los conocimientos adquiridos. Sin embargo, mencionan que, aunque la metodología ha cambiado, les gustaría que las actividades fueran más divertidas con manualidades y participando en la cocina, ya que hay proyectos relacionados con la alimentación y les gustaría profundizar más el tema.

Los aprendientes reconocen la importancia de estos temas, ya que les ayuda a comprender mejor su alimentación, a aprender a limpiar los alimentos para eliminar bacterias y a entender las consecuencias del consumo de alimentos con alta densidad energética, así como la prevención de enfermedades. Además, les gustaría que los temas incluyeran más información sobre cómo preparar y consumir los alimentos, hacer ejercicio, explicar los nutrientes de las verduras y por qué

es importante incluirlas en la dieta. Algunos aprendientes mencionan que: “Es buena porque es una nueva forma de que los maestros nos enseñen todos los contenidos. Su forma de trabajar es mejor, aprendemos cosas nuevas. Los nombres de las materias y libros son diferentes, y cada maestro tiene su forma de enseñar. Podemos distinguir de qué manera comer y de qué no. Es divertido porque es más dinámico”

Les gustaría tener más información sobre cómo se preparan los alimentos y a qué hora consumirlos, hacer ejercicio. Explicar los nutrientes de las verduras y por qué es importante consumirlas, involucrarse más en la actividad llevándola a la práctica, trabajar en equipo. Algunas clases traen dinámicas y aprenden de manera oral o escrita; tratan de enseñarles de manera más dinámica. Los proyectos traen dibujitos; por ejemplo, uno de los aprendientes cuarto grado nombran: “hay un proyecto de vida saludable que se llama 'En sus marcas, listos a nutrirnos y desarrollarnos', y me hubiera gustado que fuera más práctico. Me gustaría que las clases fueran divertidas, interesantes, haciendo origamis, manualidades y cocinando. Tener dinámicas, hacer maquetas, manualidades “

Para tener buena alimentación y desarrollarse, los aprendientes identifican a los alimentos procesados y mínimamente procesados, así como los condimentos. Hay que comer frutas y verduras, no consumir comida chatarra porque hace daño al cuerpo, evitar alimentos muy dulces. Comer bien ayuda a prevenir enfermedades como la obesidad o la diabetes; es importante consumir alimentos saludables en el desayuno y no desperdiciar. Aprender qué alimentos se deben consumir a diario y cómo lavarlos para eliminar bacterias es fundamental. Además, la experiencia de un compañero que comió mucha salsa Valentina nos enseña sobre los riesgos de una mala alimentación.

Para comprender más el tema de la alimentación, los aprendientes realizaron diversas actividades. Por ejemplo, los estudiantes de sexto año hicieron exposiciones sobre los diferentes procesos de los alimentos, prepararon platillos de acuerdo con sus tradiciones y realizaron investigaciones sobre el Índice de masa corporal (IMC) de los docentes y compañeros. A partir de sus resultados, concluyeron que la mayoría de los docentes tienen sobrepeso, mientras que los estudiantes se encuentran en un peso normal, aunque algunos presentan bajo peso desnutrición.

Por su parte, los alumnos de quinto año prepararon tortillas, realizaron exposiciones sobre el agua y los desechos de alimentos orgánicos, así como sobre cómo el cuerpo absorbe los gases. Y los estudiantes de cuarto año llevaron a cabo actividades como la creación de jardines comestibles, sembrando chícharos, cilantro, lechuga y rábanos. También realizaron experimentos sobre el

almidón en la manzana, el pan y el queso, elaboraron el “Plato del Bien Comer”, construyeron un muñeco con el sistema digestivo usando materiales reciclables, crearon maquetas tipo lonchera con recortes de alimentos saludables y realizaron la “Jarra del Buen Beber”.

Las ventajas de la implementación del eje articulador de vida saludable en la comunidad escolar incluyen un mayor consumo de frutas y una reducción en la ingesta de alimentos procesados y altos en grasa. Los estudiantes también han aprendido que deben mantener un peso adecuado de acuerdo con su edad. Un alumno de sexto año mencionó: "Fue mejor que quitaran la tienda, porque así disminuyó el consumo de dulces, además, perdíamos mucho tiempo del recreo comprando en la tienda escolar, ya que teníamos que hacer fila”.

Sin embargo, los estudiantes enfrentan dificultades para mantener una alimentación saludable. A menudo se sienten atraídos por lo que consumen sus compañeros. Como señala un alumno de sexto año: “Tu cuerpo se acostumbra a comer comida chatarra y es más difícil comer verduras porque tu cuerpo no las acepta”. Además, algunos aprendientes sienten que no reciben el apoyo adecuado de los adultos, como resalta una alumna de sexto año: “Aunque nosotros quisiéramos, los adultos no nos ayudan porque llegan con refrescos y se nos antoja”.

Los aprendientes han identificado que su alimentación ha cambiado, al igual que los alimentos que se ofrecen en la escuela. Han reducido el consumo de refrescos y ahora prefieren tomar agua simple, ya que la mayoría de los niños llevan su termo con agua. Un estudiante comentó: “En la escuela ya no dan comida chatarra, ahora ofrecen más comida casera y quitaron la tienda escolar”.

Aunque los adolescentes mencionan que las preparaciones con verduras son comunes, a veces contienen demasiada sal y grasa. Para el postre, ofrecen fruta picada. A pesar de que se eliminó la tienda escolar, los niños llevan lonches preparados por sus padres, y los maestros dan el ejemplo al llevar comida casera. Sin embargo, a pesar de estos ejemplos, algunos estudiantes no aplican lo aprendido, ya que algunos de los alimentos ofrecidos en el comedor no les gustan y terminan tirándolos al suelo o desperdiciándolos.

Los aprendientes comentan que lo que necesitan para que tengan buena alimentación dentro de la escuela es consumir todo lo que reciben del comedor y eliminar la tienda que se encuentra enfrente de la escuela “tener el apoyo de los padres ya que facilitan el dinero”.

Dentro del comedor, en su mayoría ofrecen verduras y leguminosas, pero los aprendientes observan que los platillos veces lleva mucha sal y grasa y el agua la ponen con mucha azúcar. Aunque algunos niños que no entran al comedor siempre traen torta. Uno de los aprendientes menciona

“Dentro del comedor sí hay comida saludable, pero con las señoras que venden fuera no, y aparte hay unos compañeros que no entran al comedor y siempre comen tortas, o a veces ni desayunan”.

Dentro de la entrevista los aprendientes saben que, para tener una alimentación más saludable es necesario no consumir mucha grasa, tener mayor consumo de frutas y verduras y proteínas, hacer aguas naturales y no tomar bebidas azucaradas, hacer ejercicio todos los días. Conocer más de comer saludable, consumir verdura hervida, consumir menos grasa. No comer muchos alimentos procesados, comer todo lo que nos dan el desayunador además de quitar la tienda de enfrente de la escuela, tener el apoyo de los padres de familia ya que facilitan el dinero.

Entre las preparaciones que más disfrutaban los aprendientes en el comedor están: tacos de soya, espagueti, puré de papa, gorditas, quesadillas, en frijoladas, fruta, pozole y huevo. Por otro lado, los alimentos que menos les gustan incluyen sopa de garbanzos, arroz integral, sopa integral, lentejas y sardinas.

Si a ellos les dieran escogen que alimentos les gustaría que les dieran de comer dentro del desayunador sería la fruta, ensalada, vegetales, más ensalada de lechuga, manzana, papaya, melón, guanábana, naranja, guayaba, tacos de carnitas cereal con leche, pero leche de caja, helado, incluir más carne. Los aprendientes creen que comer de manera saludable es divertido, ayuda al desarrollo, previene problemas de salud y favorece el bienestar del cuerpo, evitando contraer enfermedades. También mencionan que pueden jugar con las frutas y verduras, haciendo figuritas.

Los hallazgos más relevantes sobre las experiencias en la implementación del eje Vida Saludable que obtenidos de la aplicación de las entrevistas a los aprendientes se aprecian en la tabla 8.

Tabla 8

Experiencia estudiantil en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar.

| Pregunta | Tipo de información que se obtuvo | Respuestas |
|---|-----------------------------------|--|
| ¿Cómo ha sido su experiencia con la nueva forma en que los maestros les dan clases? | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • Es una buena forma para que los maestros enseñen todos los contenidos. |

| | | |
|---|-------------|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Cada docente tiene su forma de enseñar y es mejor. • Las clases son más divertidas y dinámicas. |
| ¿Qué han aprendido de la alimentación en vida saludable? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Identificación de los alimentos en sus diferentes etapas de proceso. • Consumir mejores alimentos ayuda a prevenir enfermedades. • Conocer los alimentos que se consumen a diario que son buenos para la salud. • Como desinfectar los alimentos antes de su preparación. |
| ¿Qué características debería tener las clases para que sean más interesantes y puedan tener vida saludable? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer más preparaciones de alimentos. • Conocer por medio de actividades prácticas de como consumir adecuadamente los alimentos. • Clases con más dinámicas, manualidades y trabajos en equipo. |
| ¿Por qué es importante aprender temas de vida saludable? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Cuidar la alimentación previene enfermedades. • El organismo se encuentra mejor con alimentos saludables. • Conocer que alimentos son buenos para enfrentar enfermedades. |
| ¿Menciona qué actividades han realizado en vida saludable acerca de la alimentación y qué más te haya gustado? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Alimentos en sus diferentes procesos de preparación. • Elaboración de tortillas. • El agua y los desechos de alimentos orgánicos. • Jardín comestible (chícharo, cilantro, lechuga y rábano). • Experimentos de almidón en manzana, pan, queso. • Elaboración del plato de bien comer. • Creación de muñecos del sistema digestivo. • Maquetas tipo lonchera con recortes de comida saludable. |

| | | |
|--|--------------|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Afiches identificando comida procesada. • Elaboración de la jarra de buen beber. |
| ¿Qué cambios han notado en la escuela o en los alimentos que te ofrecen desde que empezaron a hablar de vida saludable? | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • Disminución del consumo de refrescos. • Alto consumo de agua simple. • Disminución de comida chatarra. • El comedor ofrece de postre fruta. • La cancelación de la tienda escolar. • Profesor de educación física. |
| Cuando entras al comedor escolar, ¿aplicas lo que te enseñaron tus maestros sobre la materia? | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • Un poco, ya que en la escuela ya no dan comida chatarra, ahora ofrecen más comida casera y quitaron la tienda escolar. |
| ¿Qué conocimientos sobre la alimentación saludable aplicas la escuela? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Lavarse los dientes y manos. • Dejar limpio el lugar en el que consumen los alimentos • No tirar la comida en el desperdicio. • No consumir muchos dulces por la mañana. • Seguir el plato de bien comer. |
| ¿Cuál es el platillo que más te gusta/disgusta del comedor? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Les gusta: Espagueti, pure de papa, gorditas y quesadillas, atole de la leche en polvo, en frijoladas, tlacoyos, atún, postres de fruta, atole, chilaquiles, huevo, quesadillas, • Les disgusta: sopa de garbanzos, tacos de soya, sopa fría, lentejas, sardina y arroz blanco |
| ¿Cuáles son los alimentos que más compras cuando sales de la escuela? | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • Comida chatarra, helados, churros, paletas. • Dulces, chapaletas, Sabritas, yogur congelado solo cuando nos dan dinero. • Totis, paletas yogurt congelado. • Fruta con yogurt. • Hotcakes. |

| | | |
|--|-------------|---|
| Si pudieras elegir, ¿qué alimentos saludables les gustaría encontrar en la escuela? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Frutas, ensalada, vegetales, tacos al pastor. • Mas ensalada de lechuga. • Manzana, papaya, melón, guanábana, naranja, guayaba. • Incluir más carne. |
| ¿Crees que comer saludable es divertido? ¿Por qué sí o por qué no? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • Si, fortalecer el cuerpo, el consumo de más vitaminas. • Disminuir los problemas de salud podemos y crecer sanos. • Si, ayuda al cuerpo para no enfermarse. • Experimentar con los alimentos y realizar figuras. |
| ¿Cuáles son las mayores dificultades a las que se enfrentan para llevar una alimentación saludable? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • El antojo de comer lo que otros compañeros consumen. • La adaptación del cuerpo a consumir comida chatarra, dificultando el consumo de verduras. • Existe un mayor antojo de alimentos azucarados y suele ser difícil llevar una dieta. • El disgusto por algunas verduras. • El consumo de algunos alimentos de los adultos suele ser el antojo de los pequeños. |
| ¿Qué bondades o ventajas encuentras en la implementación de vida saludable en la comunidad escolar? | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • El consumo mínimo de alimentos azucarados, con grasa y procesados. • Disfrutar más el tiempo del recreo. • Aprender que alimentos causan más daño. • El cuidamos de enfermedades futuras. • Conocer más sobre la de vida saludable que antes. • Saber qué edad corresponde a un peso limite. |

Nota: La tabla incluye las principales experiencias referidas por el grupo focal de los aprendientes en la entrevista.

Experiencia Directiva y Docente

Para recolectar la información de la experiencia de los docentes y directiva se realizaron dos entrevistas con previo consentimiento informado dentro de la escuela y bajo la autorización de la directora. La primera, realizada el día 30 de mayo de 2024, durante un consejo técnico a un grupo focal de docentes, en el que estuvieron presentes 18 personas, entre ellos, docentes, directivos, practicantes, así como de apoyo técnico. Se preparó un guion de entrevista con nueve preguntas, cinco de ellas se orientaban a recabar la experiencia docente con relación al entorno alimentario escolar y el resto se dirigieron a identificar estrategias implementadas en el abordaje de los temas del eje articulador de vida saludable (Anexo 5). Por otro lado, la segunda entrevista se realizó de manera individual, la cual se aplicó a 6 docentes, dos por cada grado de 4°, 5° y 6° durante la última semana de investigación. Durante la entrevista se plantearon seis preguntas, de las cuales, 3 de ellas estaban dirigidas a conocer la experiencia dentro de su grupo con relación a las actividades de los temas de VS (Anexo 6).

Antes de iniciar las entrevistas, se les solicitó a los docentes proporcionar su consentimiento para grabar la entrevista mediante audio, haciendo hincapié que, de ninguna manera, se tenía la intención de hacer una evaluación a su desempeño docente sino averiguar su experiencia en la impartición de temas de VS.

Experiencia del Grupo Focal durante el Consejo Técnico

Durante de las entrevistas en el consejo técnico, del total de docentes, 8 docentes y la directora participaron activamente durante la entrevista y representaron el sentir general de los demás, lo cual fue reforzado por el lenguaje corporal de quienes no tuvieron intervenciones verbales. Solo participaron dos docentes con mayor frecuencia y siete con regularidad; es importante mencionar que una de las maestras decidió participar sin ser grabada.

Uno de los grandes retos que enfrentan los docentes hoy en día es adaptarse a los cambios que trae consigo el modelo educativo de la Nueva Escuela Mexicana (NEM), que se implementó en 2022. Este nuevo enfoque busca co-diseñar y conectar los temas educativos en diferentes contextos, poniendo énfasis en un aprendizaje significativo. A diferencia del modelo anterior, que se centraba en materias individuales, ahora se trabaja con campos formativos. La maestra de sexto grado grupo "A" menciona que los contenidos actuales se enfocan en la cultura, la tradición, la biodiversidad y los seres vivos. Aunque materias como matemáticas y español siguen siendo parte

del currículo, se abordan de una manera diferente: integradas en contextos más amplios y prácticos, lo que permite relacionar distintos contenidos para resolver problemas específicos de manera efectiva. Por otro lado, el docente de quinto grado grupo “A” resalta la necesidad de adaptar constantemente las planeaciones y el enfoque pedagógico. Él dice que “el proceso de co-diseño y adaptación está en constante evolución, con ajustes basados en la retroalimentación y la experiencia práctica”.

Para ayudar a los docentes a familiarizarse con este nuevo método de enseñanza, se ofrecieron cursos intensivos y capacitaciones en línea. Sin embargo, se reconoce que la adaptación a este enfoque varía entre los maestros: algunos lo encuentran más desafiante, mientras que otros se ajustan con mayor facilidad. Esto se debe a que cada docente tiene su propio estilo de enseñanza y habilidades particulares. Además, no hay una fórmula única para desarrollar proyectos educativos, por lo que cada maestro debe crear su propio plan teniendo en cuenta las capacidades y limitaciones de sus alumnos. Una de las categorías de análisis fue el compromiso con el eje articulador, la maestra de sexto año grupo “A” mencionó: “es difícil trabajar los proyectos con los alumnos ya que enfrentas problemas prácticos a causa de que los padres generan resistencia en la nueva forma de enseñanza” ya que pueden estar preocupados por el enfoque educativo que incluye actividades como cocinar, en lugar de centrarse únicamente en aspectos académicos tradicionales. Esta preocupación puede generar resistencia y malestar entre los padres ya que no estaban acostumbrados a este tipo de actividades. Se destaca la interacción necesaria entre padres, niños y maestros para llevar a cabo estos proyectos, lo que puede ser una tarea difícil.

Es importante mencionar que la escuela se incluyó en el programa denominado “Actividades sobre nutrición y estilos de vida saludables para nivel primaria” de la Organización No Gubernamental *Save the Children*, el cual fue gestionado por la SEP a través de la Coordinaciones Regionales de Desarrollo Educativo (CORDE). La Escuela fue una de las 50 que se seleccionaron a nivel estatal para tomar el curso “Alianza por el bienestar de la niñez”, el cual cursaron los docentes durante el ciclo escolar 2020-2021.

Una vez terminado el curso, la ONG monitorea el impacto en la población escolar a través de la solicitud de datos de peso y talla de la población escolar. Este curso, fue referido como de utilidad por la directora y los docentes, ya que les facilitó la implementación del Eje Articulador Vida Saludable porque los capacitó en temas de alimentación y nutrición y les facilitó material que aprovechan en clases. Este proyecto incluía actividades que ayudaban a los niños a reconocer y valorar alimentos tradicionales como el maíz y el nopal, elementos que han sido parte de la dieta

mexicana durante mucho tiempo. Se utilizaron cuadernos con actividades diseñadas para enseñar a los niños sobre diferentes tipos de alimentos: sanos, procesados y ultra procesados. El proyecto fomentaba la identificación y el conocimiento de alimentos locales y endémicos, además de promover una dieta equilibrada. El trabajo se inició al principio del ciclo escolar y también se había comenzado a trabajar en el ciclo anterior, dado que el curso relacionado con este tema se tomó hace un año. Aunque se han realizado muchas actividades, no se ha cubierto el proyecto en su totalidad. Sin embargo, las actividades realizadas incluyen ejercicios donde los niños dibujan platillos saludables y trabajan en la identificación de alimentos.

La diversidad en el alumnado y el personal docente significa que los proyectos deben ser adaptados a cada situación. Aunque los profesores pueden intercambiar ideas o enfoques similares, es esencial que cada uno los ajuste a su propio estilo y contexto. Esto lo refiere la maestra de sexto grado: “Así como una receta puede cambiar de sabor según quien la prepare, los proyectos educativos también deben adaptarse a las características únicas de cada aula y docente”. Los docentes están de acuerdo en que adaptarse al nuevo modelo educativo ha sido un desafío tanto para ellos como para los estudiantes. Un profesor menciona que el cambio de una metodología tradicional, que se centraba en libros y páginas específicas, a un enfoque más integrado y flexible ha sido complicado, pero necesario. Este cambio permite a los alumnos desarrollar habilidades de manera más autónoma y en un contexto más real. Sin embargo, también mencionan algunos retos, como la inclusión de actividades prácticas que requieren materiales específicos. Por ejemplo, hay preocupaciones sobre cómo realizar actividades culinarias en el aula, así como el transporte y la disponibilidad de utensilios como cazuelas y hornillas, lo que representa un desafío logístico considerable para llevar a cabo algunos proyectos.

Al respecto, al preguntarles de la experiencia que tuvieron acerca del programa con *Save the Children*, una maestra de segundo año señala: “fue un proyecto que lo aplicamos nosotros mismos para llevarlo a cabo con los niños”. Sin embargo, menciona: “al inicio del ciclo escolar solo se realizó el proyecto plato del bien comer con los niños y, aunque este proyecto lleva dos años dentro de la escuela, no se cumple con totalidad, pero es material de apoyo para realizar actividades con los alumnos”. Cabe mencionar que, de acuerdo con lo referido por los docentes, este proyecto no se retomó como parte del abordaje de los temas de VS y solo constó de la colocación de una lámina del plato del bien comer en cada salón.

Por otro lado, uno de los problemas que enfrentan los docentes, es la falta de apoyo por parte de los padres de familia. Los docentes mencionaron que los malos hábitos alimenticios se

originan desde el ámbito familiar por la falta de planificación y organización de su desayuno, refiriendo que los niños a veces llevan comidas poco nutritivas. Los maestros afirmaron que “a veces los niños no vienen desayunados y el desayuno del comedor es su única comida en todo el día”. Es importante mencionar que los maestros sugieren estrategias de platillos para el comedor, pero que han notado aversión por algunos alimentos. La maestra de cuarto grado refirió en la entrevista: “aunque en el comedor se dé huevo que es un alimento común, si los niños no lo comen en casa, ellos no lo comen y lo tiran”. La economía juega un papel muy importante a nivel familiar “una madre de familia que trabaja en una maquiladora solo tiene una hora de comida y, como renta un cuarto con poco espacio, solo cuenta con una parrilla y prefiere comprar comida que hacerla”.

A pesar de las adversidades dentro de la alimentación de los aprendientes, la escuela ha tenido impactos positivos como el cierre de la tiendita escolar para promover el uso del comedor y con ello ofrecer comidas variadas y saludables. “Con el proyecto de *Save the Children*, aprendimos a mejorar nuestra alimentación y ahora traigo fruta y, cuando los niños me ven, se les antoja y ellos mismos les piden a sus papás que también les pongan fruta en su lunch. También hablo con los padres de familia sobre la alimentación de sus hijos y, al menos en mi grupo, se ha notado un cambio grande en los alimentos que los niños llevan a la escuela”. La docente de sexto grado grupo A, comentó: “aunque no todos han cambiado sus hábitos completamente, se observa una reducción en la cantidad de alimentos no saludables que los niños traen”. Esto se observó durante toda la investigación, en donde se logró una considerable disminución de envolturas de alimentos de alta densidad energética en los botes de basura, la cantidad de residuos provenientes de productos Ultra procesados (por ejemplo, envolturas de frituras, cajitas de jugos, recipientes de unicel, bolsas de plástico, entre otros). Esta misma docente, menciona que: “los niños han comenzado a tomar decisiones alimenticias más conscientes que se refleja en que ahora entienden y practican una alimentación más saludable”. Aunque fuera de la escuela se encuentran vendedores ambulantes y tiendas misceláneas que ofrecen alimentos poco saludables durante el horario de entrada y salida, los docentes señalan que se trata de una situación que escapa de su control. Destacan que la compra de estos "desayunos" fuera del plantel es una decisión y responsabilidad exclusiva de los padres de familia.

Aun así, existen ventajas con base al eje articulador VS durante la alimentación de los aprendientes en la comunidad escolar ayudado a los niños a reflexionar sobre lo que comen, permitiéndoles identificar qué alimentos son saludables y cuáles no lo son tras la implementación del proyecto y las charlas con los padres, la maestra de segundo grado comenta que ha habido un

cambio grande en los alimentos que los niños llevan a la escuela. Aunque no todos han cambiado sus hábitos completamente, se observa una reducción en la cantidad de alimentos no saludables que los niños traen. Sin dejar atrás que hay variaciones en la adopción de hábitos saludables, se observa que la mayoría de los niños en el salón han comenzado a tomar decisiones alimenticias más conscientes. El impacto positivo del proyecto se refleja en la manera en que los niños ahora entienden y practican una alimentación más saludable.

Los hallazgos más relevantes sobre las experiencias en la implementación del eje Vida Saludable que obtenidos de la aplicación de las entrevistas durante el consejo técnico se aprecian en la tabla 9.

Tabla 9

Experiencia directiva y docente en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar en el consejo técnico.

| Pregunta | Tipo de información que se obtuvo | Respuestas |
|--|-----------------------------------|--|
| <p>¿A qué desafíos se han enfrentado ante los cambios en la Nueva Escuela Mexicana?</p> | <p>Experiencias</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Desaparición de asignaturas “clásicas” e incorporación de campos formativos centrados en abordar problemas específicos para resolverlos de manera efectiva. Vincular temas en diferentes escenarios reales. • Adaptar los contenidos enfocados en cultura, tradición, biodiversidad y seres vivos orientados a la práctica para alcanzar aprendizajes esperados. • Se requiere de logística para ejecutar los proyectos. • Capacidades y limitaciones específicas de los alumnos. • Necesidades de uso y transporte de materiales y seres vivos específicos que deben ser proporcionados por los padres de familia para la ejecución de proyectos. • Barreras económicas. |

| | | |
|--|---------------------|--|
| <p>¿Cuáles son los contenidos dentro del Eje Articulador Vida Saludable que han sido más fáciles y difíciles de abordar?</p> | <p>Experiencias</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Dificultades: • Integrar todos los temas al nuevo enfoque educativo, es decir los contenidos en un proyecto. • Adaptación continua de las planeaciones y el enfoque educativo de forma continua, basado en la retroalimentación y la experiencia práctica. • Adopción de prácticas saludables durante el proceso educativo. • Facilidades: • Involucrar a los estudiantes en actividades prácticas. |
| <p>¿Cuáles son las mayores dificultades de los niños y la comunidad escolar para llevar una alimentación saludable?</p> | <p>Experiencia</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Hábitos alimentarios familiares no saludables arraigados. • Limitaciones económicas para llevar una alimentación variada y saludable. • Aversiones a alimentos que son saludables. • Preferencia por “comidas rápidas” y poco nutritivas. • Falta de tiempo, dedicación u organización de los padres de familia para preparación de lunch saludables. • Disponibilidad de alimentos no saludables fuera de las instalaciones de la escuela. |
| <p>¿De qué recursos del entorno alimentario escolar se han apoyado para abordar el eje articulador?</p> | <p>Experiencias</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Uso del comedor escolar. • Cierre de la tienda escolar. |
| <p>¿Qué bondades o ventajas encuentran en la implementación del eje articulador de VS en la vida académica y alimentaria de los aprendientes y en</p> | <p>Experiencias</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Los aprendientes adoptan, a través de los proyectos, hábitos de alimentación saludable. • Los aprendientes reflexionan sobre lo que comen para identificar qué alimentos son saludables y cuáles no lo son. • Sensibilizar sobre los efectos a largo plazo del consumo de alimentos no saludables. |

**general de la
comunidad escolar**

- Práctica de una alimentación más consciente.
-

Nota: La tabla incluye las principales experiencias referidas por el grupo focal de docentes durante el Consejo Técnico.

Experiencia Individual de Docentes

Durante las entrevistas individuales, los docentes reportaron cuánto les interesa a los estudiantes el tema de la alimentación dentro del eje articulador de VS. Mencionan que, lamentablemente, todavía no se han adaptado por completo a los cambios, ya que lo que les rodea tiene un gran impacto en ellos. Cambiar de manera drástica sus hábitos alimenticios es complicado, porque estos están firmemente arraigados en su vida diaria.

El maestro de grupo de quinto grado, grupo "A" comenta: "A menudo me encuentro en situaciones donde los estudiantes, mientras explico en el pizarrón, sacan papas fritas u otros alimentos chatarra y los consumen de manera discreta". Muchos alumnos están acostumbrados a comer en el aula y piensan que es normal comer en cualquier momento del día, aunque esto no siempre sea lo más saludable". El mismo docente añade: "el cuerpo se adapta a estos hábitos, a veces incluso sin sentir un hambre real, sino simplemente por tener comida al alcance de la mano". Sin embargo, el interés de los estudiantes puede variar bastante.

La maestra de cuarto grado "A" llevó a cabo una actividad de huerto comestible y resalta: "Noté muchos beneficios, este proyecto de la NEM anima a los estudiantes a participar en actividades prácticas que fomentan una alimentación saludable, tanto en la escuela como en casa". A su vez, la docente de sexto grado grupo "A" observa que el interés de sus alumnos se refleja en las preguntas que hacen y en las discusiones en grupo. Aunque no todos muestran el mismo nivel de entusiasmo al principio, la mayoría se involucra con emoción en las actividades más dinámicas. Esta experiencia les brinda aprendizajes significativos, permitiéndoles aplicar lo que han aprendido en su vida cotidiana e identificar áreas donde pueden mejorar, además, les gusta trabajar en equipo y participar en actividades creativas, como dibujar y manipular materiales. Además, la investigación en el campo despierta su interés; por ejemplo, cuando se les pide que indaguen sobre su comunidad, organizan visitas a expertos locales. Esto fomenta el aprendizaje colaborativo, donde comparten y unifican sus descubrimientos en equipo. Una de las maestras de quinto año menciona: "los estudiantes usaron muñequitos para colorear áreas verdes, amarillas y naranjas según el nivel de salud del cuerpo reservando el rojo para áreas problemáticas. Esta actividad les permite

comprender visualmente conceptos difíciles, similar al funcionamiento de los semáforos en la vida cotidiana: ahora saben que un círculo rojo en la escuela significa peligro".

Los docentes mencionan que el eje articulador de VS podría mejorar con ser integrado de manera más práctica y habitual en los proyectos escolares; sin embargo, es un reto educar y orientar a los padres para que también promuevan una alimentación balanceada. En la escuela, se pueden implementar actividades que promuevan una cultura saludable, pero se necesita el apoyo de los padres para que los niños vean coherencia entre lo que aprenden en clase y lo que practican en casa. El maestro de quinto año grupo "A" sugiere: "propongo organizar reuniones con los padres para hablar sobre la importancia de preparar comidas saludables en casa. Podríamos compartir recetas y consejos prácticos sobre cómo incluir más frutas, verduras y alimentos nutritivos en la dieta diaria de los niños". Es importante superar las barreras que a veces surgen, ya sean por parte de los padres, directivos o incluso las estructuras institucionales. La docente de sexto año grupo "A" comenta: "he enfrentado desafíos al intentar implementar proyectos educativos que promuevan una alimentación saludable, pero he comprobado que la colaboración y la comunicación abierta con los padres son clave para mejorar la alimentación de los niños".

Los hallazgos más relevantes sobre las experiencias en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable que obtenidos de la aplicación de las entrevistas individuales a los docentes se muestran en la tabla 10.

Tabla 10

Experiencia docente dentro del salón de clases en la implementación del Eje Articulador Vida Saludable en el entorno alimentario escolar.

| Pregunta | Tipo de información que se obtuvo | Respuestas |
|--|-----------------------------------|---|
| ¿Cómo cataloga el nivel de interés que los estudiantes tienen en temas de alimentación en el eje VS? | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes aún no se han acostumbrado completamente a los cambios. • Sacar la idea de una alimentación saludable de manera repentina resulta complicado para los aprendientes. • La influencia del entorno es significativa. |

| | | |
|---|--------------|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • El interés de los estudiantes se refleja en sus preguntas y discusiones en grupo. • La mayoría se muestra emocionado por participar en las actividades más dinámicas. • |
| <p>¿Qué actividades son mejor recibidas por los alumnos al abordar los temas de VS y alimentación?</p> | Experiencias | <ul style="list-style-type: none"> • Les gusta trabajar en equipo y realizar actividades creativas como dibujar y manipular materiales. • La investigación de campo también les entusiasma fomentando el aprendizaje colaborativo. |
| <p>¿Qué podría mejorar en el eje articulador de VS?</p> | Experiencia | <ul style="list-style-type: none"> • El eje articulador de vida saludable necesita ser integrado de manera más práctica y habitual en nuestros proyectos escolares. • Necesitamos el apoyo de los padres para que los niños vean consistencia entre lo que aprenden en clase y lo que practican en casa. • Organizar reuniones con los padres de familia para discutir la importancia de preparar comidas saludables en casa. |

Nota: La tabla muestra las principales experiencias identificadas durante la entrevista individual a los docentes de 4º, 5º y 6º grado.

Estrategias Docentes

Grupo Focal en el Consejo Técnico

En el Consejo Técnico, se preparó un guion de entrevista con nueve preguntas, cuatro de ellas también orientadas a las estrategias que como grupo de trabajo adaptan para el aprendizaje de los aprendientes en el abordaje de los temas del eje articulador de vida saludable (Anexo 5).

El trabajo de los docentes va más allá de transmitir sus conocimientos, también implica la aplicación de estrategias que fomenten el aprendizaje significativo, adaptando las necesidades de los estudiantes contando con herramientas y métodos que permitan motivar, guiar y evaluar de manera efectiva el proceso de enseñanza y aprendizaje. El docente promueve el hábito de beber agua en el aula, a lo largo del día, se hace una pausa para que los estudiantes tomen agua de sus botellas. El maestro del grupo 5 “B” busca que los niños se acostumbren a beber agua regularmente,

similar a las pausas activas que se realizan durante la jornada escolar, se involucra a los estudiantes en actividades prácticas relacionadas con la alimentación, como la preparación de alimentos tradicionales como parte de los proyectos escolares. Además, se menciona la necesidad de comunicar estos cambios a los padres, quienes pueden estar preocupados por los nuevos requerimientos de materiales para las actividades.

No obstante, se reconocen las barreras económicas y prácticas que enfrentan las familias. La falta de tiempo para preparar comidas saludables y el costo de las frutas y otros alimentos nutritivos son dificultades importantes. La maestra de segundo año destaca que: “muchas familias trabajan largas horas en maquilas y no siempre pueden proporcionar una alimentación balanceada a sus hijos”. A pesar de las dificultades, se aprecia que el comedor escolar ofrece alimentos bien preparados y nutritivos, y el docente ha observado que la comida es limpia y sabrosa. Esto contrasta con las limitaciones que enfrentan las familias en términos de tiempo y recursos para preparar alimentos saludables en casa.

En el programa *Save the Children* se han continuado realizando actividades relacionadas, aunque en menor medida. La práctica de dibujar y discutir sobre platillos saludables sigue siendo parte del programa educativo. Este proyecto, ha sido valioso para reforzar y mejorar los hábitos alimenticios tanto de los maestros como de los estudiantes. El proyecto ha permitido a los docentes rescatar y adaptar actividades para sus propias clases, basándose en el conocimiento adquirido durante el curso sobre alimentación saludable. Este enfoque ha ayudado a los maestros a mejorar sus propios hábitos alimenticios y a reforzar conceptos clave sobre nutrición, como la recomendación de consumir cinco porciones de frutas y verduras al día (la regla de 5). Como resultado, los maestros han integrado estos conceptos en sus enseñanzas, animando a los estudiantes a traer frutas y a adoptar hábitos alimenticios más saludables. Además, el conocimiento adquirido en el curso ha servido para aplicar las actividades propuestas en los libros y también ha ayudado a los docentes a recordar y transmitir prácticas saludables en la escuela. El proyecto ha sido especialmente efectivo en la implementación de hábitos saludables, contribuyendo a que tanto los docentes como los estudiantes se beneficien y mejoren su dieta para que sea equilibrada y la integren a prácticas saludables en el entorno escolar.

La directoria mencionó durante la entrevista que la idea de cerrar la tienda fue por los bajos recursos que existían para cubrir el sueldo de un conserje, ya que notaron que la acumulación de basura en los salones y en la escuela era por envolturas dulces, jugos y “Sabritas”. Notó que era necesario cuidar el área de la escuela y cuidar la salud de los aprendientes, sin embargo, fue difícil

porque los padres de familia estuvieron inconformes con su decisión y solo quedaba como área de alimentación el comedor escolar, que también lo vio como la única manera en que los aprendientes puedan tomarlo con horario de desayuno donde se adaptan alimentos más saludables ya sean fríos o calientes.

Por otro lado, se menciona que, a diferencia de los maestros que tienen múltiples responsabilidades, el nuevo maestro de educación física está especializado en promover la actividad física y tiene un enfoque claro y dirigido hacia este objetivo. Cabe mencionar que la incorporación del docente es relativamente reciente; llegó a cubrir esta área ya que la escuela no contaba con maestro de educación física. Se destaca la importancia de que los niños participen en disciplinas deportivas y artísticas fuera del horario escolar, como danza, ballet y taekwondo. Estas actividades contribuyen al bienestar físico y mental de los niños, complementando su educación en la escuela.

En la entrevista realizada durante el consejo técnico, un docente de segundo año señaló que una estrategia fundamental es trabajar directamente con los padres de familia para mejorar sus hábitos y los de sus hijos. Sugirió que, durante las reuniones con los padres, se les debe educar sobre la importancia de una alimentación saludable. La estrategia incluiría explicarles los efectos negativos del consumo excesivo de alimentos no saludables, como dulces y tortas, y las posibles complicaciones que pueden surgir, como el estreñimiento.

La maestra de sexto grado menciona es fundamental comunicar los beneficios de una dieta equilibrada sin alarmar a los padres, sino más bien orientándolos sobre cómo hacer cambios positivos. La idea no es prohibir alimentos como la torta o la marucha, sino fomentar su consumo moderado y consciente. Se reconoce que cambiar hábitos alimenticios no es sencillo y que los padres deben estar dispuestos a modificar sus rutinas poco a poco. El objetivo es convencer a los padres de la importancia de estos cambios para lograr mejoras significativas en la salud de los niños. Un pequeño progreso, como el cambio en los hábitos de algunos padres, ya sería considerado un éxito. Además, una de las maestras de cuarto grado propone continuar trabajando en la educación de los padres y no desistir hasta lograr que más familias adopten hábitos alimenticios más saludables. Aunque el cambio puede ser gradual, se considera un gran avance si incluso un porcentaje pequeño de padres adopta nuevas prácticas.

Una de las maestras de apoyo técnico cita que “la vida saludable debe ser un esfuerzo colectivo que involucre a toda la comunidad educativa, incluyendo autoridades, padres de familia, y la sociedad en general abarcando varias áreas, incluyendo Calicapan y otras regiones como

Teziutlán, destacando la necesidad de un enfoque integral que trascienda a todos los niveles educativos, desde primaria hasta niveles superiores como secundaria y bachillerato”.

La maestra también menciona la influencia de los medios de comunicación, como Facebook y la televisión, en la percepción de la comida y la cultura alimentaria. Se observa que los niños tienen acceso a estos medios y están expuestos a promociones de alimentos poco saludables. Además, la cultura de consumo y los hábitos alimenticios están profundamente arraigados y requieren un cambio cultural amplio. Finalmente, se destaca que, para lograr una vida saludable, es necesario que todos los miembros de la comunidad educativa y social se involucren, la importancia de integrar los esfuerzos de educación, política, y cultura para promover una vida saludable en todos los niveles de la sociedad.

Los hallazgos más relevantes sobre las estrategias en la implementación del eje Vida Saludable que obtenidos de la aplicación de las entrevistas durante el consejo técnico se aprecian en la tabla 11.

Tabla 11

Respuestas de la entrevista a los docente en el consejo técnico

| Pregunta | Tipo de información que se obtuvo | Respuestas |
|--|-----------------------------------|--|
| <p>¿Qué estrategias han implementado para incorporar el eje articulador de Vida Saludable en sus clases y en la vida académica escolar?</p> | <p>Estrategias</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Promover el hábito de beber agua en el aula en lugar de bebidas azucaradas. • Realización de pausas activas. • Preparación de alimentos tradicionales • Informar a los padres sobre la ejecución de proyectos para contar con materiales para realizar las actividades. |
| <p>¿Quiénes de ustedes se han ayudado de la ONG <i>Save the Children</i> y cómo ha sido su experiencia con dicha organización?</p> | <p>Estrategias</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Los talleres has sido especialmente efectivo en la implementación de hábitos, dieta y prácticas saludables en el entorno escolar. • Identificación y promoción de alimentos saludables. • Inclusión de actividades orientadas al reconocimiento y valoración de alimentos |

| | | |
|--|-------------|--|
| | | <p>tradicionales mexicanos locales y endémicos de la región.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mejora de hábitos en los maestros. • Rescatar y adoptar actividades para sus propias clases basadas en el conocimiento adquirido durante los talleres. • Reforzar conceptos clave de nutrición. |
| <p>¿Qué tanto el entorno escolar facilita la implementación del eje articulador VS para que este promueva un aprendizaje significativo?</p> | Estrategias | <ul style="list-style-type: none"> • Al interior de la escuela, bastante, al no contar con tienda escolar, los estudiantes no están expuestos a alimentos poco nutritivos. • El comedor incorpora alimentos saludables y adapta preparaciones tradicionales. |
| <p>¿Qué mejoras consideran que requiere el entorno alimentario escolar para facilitar (o continuar facilitando) el abordaje del Eje Articulador Vida Saludable?</p> | Estrategias | <ul style="list-style-type: none"> • Una vida saludable depende de la buena alimentación y de la actividad física. • Promoción de actividad física. • Participación de los aprendientes en disciplinas deportivas que también contribuyen al bienestar físico y mental. • Trabajar directamente con los padres de familia para mejorar sus hábitos y se refleje en la mejora de los hábitos de sus hijos. • El gobierno y las autoridades educativas también deben involucrarse activamente en promover políticas y programas que fomenten una alimentación más nutritiva y consciente en todas las escuelas. |

Nota: La tabla muestra las principales estrategias identificadas durante la entrevista al grupo focal de docentes de 4º, 5º y 6º grado.

Identificadas en Entrevista Individual

En las entrevistas individuales se preparó un guion de entrevistas de seis preguntas, rescatando tres de ellas basadas en las estrategias de cada docente aplicada dentro de su salón de clases (anexo 6).

En la implementación de proyectos VS de la NEM se utilizan diversos materiales y recursos educativos para asegurar un aprendizaje efectivo para los estudiantes. Para comenzar, los libros de texto juegan un papel fundamental, también se reciben capacitaciones continuas y sugerencias como el plato del buen comer. Estos libros también se incluyen el manual de convivencia, son guías de como integrar el eje articulador de vida saludable en nuestras planeaciones, tal como se indica en los planes y programas de 2022. Además, los consejos técnicos nos proveen de guías prácticas que actúan como soporte para desarrollar este eje articulador.

En el ámbito práctico, se han implementado actividades como la creación del huerto escolar. Para este proyecto, se utilizaron materiales como tierra, semillas, agua y macetas, en las cuales se sembraron frijol, acelga, zanahoria y lechuga. Posteriormente, se elaboraron y distribuyeron macetas adicionales para que los estudiantes pudieran seguir cuidando las plantas en casa, fomentando así la conciencia sobre la producción de alimentos. Durante las clases, se utilizan una variedad de recursos didácticos como videos, pizarrones y archivos para impresión. Estos materiales ayudan a los estudiantes a desarrollar infografías, carteles, vídeos e imágenes, permitiéndoles crear sus propios materiales de trabajo, como maquetas, lo cual facilita el logro de los objetivos educativos. A los estudiantes les entusiasma especialmente participar en actividades prácticas como recortar y hacer manualidades, aspectos que ayudan para su aprendizaje.

Los materiales educativos y de apoyo se adquieren tanto en papelerías locales como en el entorno comunitario, dependiendo del tema que se aborda en clases. Por ejemplo, para el proyecto de vida saludable, se incorporan materiales como utensilios de cocina, obtenidos previamente de la comunidad, lo que para los niños es una gran experiencia y refuerza los conceptos aprendidos en clase.

En la práctica educativa, se destaca la importancia de integrar ejes articuladores en los proyectos que desarrollan los profesores enfocándose en los cuatro campos formativos. El docente de quinto "A" acentúa que "a diferencia de otros profesores que mencionan que el eje articulador solo se encuentra en saberes y pensamiento científico, no, también se pueden incorporar en lenguajes, lo comunitario y lo humano, abarcando así una perspectiva más integral"

Los proyectos educativos se encuentran detallados en los libros, los cuales ofrecen diferentes escenarios escolares, como el aula y el comunitario donde es importante implementar estos proyectos utilizando los conocimientos de los profesores, además de consultar otros recursos educativos relevantes. Por ejemplo, el proyecto "Sabores y Saberes del Maíz" de quinto año donde

destaca como eje articulador principal la Vida Saludable, mostrando cómo están intrínsecamente ligados a múltiples áreas del aprendizaje.

Se tiene la libertad de cátedra para decidir cómo implementar estos proyectos, incluso añadiendo ejes articuladores adicionales si se consideran que enriquecen la experiencia educativa. Esto permite adaptar los proyectos a las necesidades específicas de los estudiantes y al contexto escolar.

Además, se ha acordado entre maestros enfatizar el eje articulador de Vida Saludable al inicio del año escolar. Esto es especialmente relevante dado que muchos estudiantes enfrentan desafíos relacionados con la inactividad física y malos hábitos alimenticios, debido a la ausencia de conocimiento sobre el tema durante un largo tiempo.

Se ha observado un enfoque considerable en la promoción de hábitos de vida saludable en los proyectos de sexto grado, siendo la etapa de desarrollo donde se enfrentan a cambios significativos. En la comunidad, muchos padres trabajan, dejando a los niños solos en casa durante largos periodos, lo que ha llevado a un aumento en el sedentarismo. Como resultado, los estudiantes tienden a pasar tiempo frente a pantallas, consumiendo alimentos poco saludables lo cual puede impactar negativamente en su salud.

La promoción de hábitos saludables no es un tema nuevo este año; ha sido un tema en años anteriores, con diferente nombre o entre materias diferentes incluso en grados inferiores como quinto, cuarto y tercero. Sin embargo, por causa de la pandemia fue donde el tema de vida saludable llegó a resaltar. Trabajar con el grupo de sexto año durante tres años le ha permitido a la maestra fomentar una conciencia sobre la importancia de una alimentación adecuada, educándolos sobre qué alimentos consumir y cuales evitar. Este enfoque educativo busca empoderar a los estudiantes para tomar decisiones informadas y saludables sobre su dieta y estilo de vida.

En la práctica de evaluación, se utiliza principalmente una lista de cotejo para valorar el desempeño de los estudiantes. Esta herramienta permite evaluar sus trabajos diarios, participaciones y observaciones directas sobre cómo realizan las tareas asignadas. Este método se alinea con lo que se conoce como evaluación formativa, adaptándose al progreso individual de cada estudiante a medida que se desarrollan.

En el caso de los Procesos de Desarrollo de Aprendizaje (PDA), utilizó rúbricas para evaluar si los estudiantes han alcanzado a comprender y aplicar lo aprendido. Estas rúbricas son herramientas detalladas que permiten una evaluación más precisa y específica de los logros de los estudiantes en relación con los objetivos educativos.

Además de las rúbricas, también se toman en cuenta el uso de libros de texto y razonamientos en los trabajos y exámenes de los estudiantes. Se evalúan sus cuadernos utilizando listas de cotejo o rúbricas, lo cual proporciona una visión completa de su progreso académico y habilidades adquiridas.

En el contexto del proyecto sobre vida saludable, se fomenta la participación en equipo como parte fundamental de la evaluación. Los estudiantes colaboran activamente en la elaboración de proyectos gastronómicos y en debates sobre la importancia de una alimentación saludable. Esta participación fortalece su aprendizaje en equipo y permite evaluar su comprensión y aplicación de los conceptos relacionados con la salud y la alimentación.

Los hallazgos más relevantes sobre las estrategias en la implementación del eje Vida Saludable que obtenidos de la aplicación de las entrevistas individual se aprecian en la tabla 12.

Tabla 12

Respuestas de la entrevista del docente de forma individual

| Pregunta | Tipo de información que se obtuvo | Respuestas |
|--|--|--|
| ¿Cuáles son los materiales de apoyo que emplea para impartir temas de alimentación que incluyan en el Eje Articulador Vida Saludable? | Estrategias | <ul style="list-style-type: none"> • Promover el hábito de beber agua en el aula en lugar de bebidas azucaradas. • Realización de pausas activas. • Preparación de alimentos tradicionales • Informar a los padres sobre la ejecución de proyectos para contar con materiales para realizar las actividades. |
| De los contenidos del eje, ¿usted a cuáles de los ejes les da mayor énfasis en | Estrategias | <ul style="list-style-type: none"> • Los talleres has sido especialmente efectivo en la implementación de hábitos, dieta y prácticas saludables en el entorno escolar. • Identificación y promoción de alimentos saludables. |

| | | |
|---|-------------|--|
| las clases y por qué? | | <ul style="list-style-type: none"> • Inclusión de actividades orientadas al reconocimiento y valoración de alimentos tradicionales mexicanos locales y endémicos de la región. • Mejora de hábitos en los maestros. • Rescatar y adoptar actividades para sus propias clases basadas en el conocimiento adquirido durante los talleres. • Reforzar conceptos clave de nutrición. |
| En la evaluación de los estudiantes, ¿qué instrumentos emplea para evaluar la comprensión de los temas de vida de la alimentación de eje VS? | Estrategias | <ul style="list-style-type: none"> • Al interior de la escuela, bastante, al no contar con tienda escolar, los estudiantes no están expuestos a alimentos poco nutritivos. • El comedor incorpora alimentos saludables y adapta preparaciones tradicionales. |

Nota: La tabla muestra las principales experiencias identificadas durante las entrevistas individuales a los docentes de 4º, 5º y 6º grado.

Discusión

El objetivo de esta investigación fue explorar cómo el entorno alimentario en las escuelas contribuye al enfoque de Vida Saludable en la Escuela Primaria Bilingüe “Lic. Guillermo Jiménez Morales”, situada en la comunidad de Calicapan, Chignautla. El entorno alimentario escolar juega un papel decisivo en la formación de hábitos alimenticios en los estudiantes, ya que impacta en su salud física y en su capacidad para aprender y desarrollarse de manera integral.

Para el análisis de la dinámica descrita en el escenario de observación, se considera importante partir del materialismo cultural, una perspectiva propuesta por el antropólogo Marvin Harris. Este autor, distingue tres conceptos de análisis aplicables a cualquier sociedad: la infraestructura (todo aquello de origen tangible y material dentro del escenario de observación), la estructura (todas aquellas relaciones que se establecen entre los sujetos objeto de investigación como protagonistas del escenario de observación, incluida su relación con lo material o perteneciente a la infraestructura) y la super estructura (todo aquello que forma parte del abstracto o ideológico colectivo dentro del escenario de observación) (Harris, 1982).

En la presente investigación se reconoce como parte de la infraestructura, a las instalaciones que conforman el entorno alimentario escolar, mismas que han quedado descritas en el apartado correspondiente en la sección de resultado y en las que se distingue en particular al comedor escolar, al ser el espacio de mayor interacción con los aprendientes y docentes durante la jornada escolar. En la estructura se encuentran a los directivos, los docentes, los aprendientes, el personal que atiende en el comedor escolar y los padres de familia; las relaciones entre estos personajes se abordan desde la categoría “experiencias”. Finalmente, dentro de la superestructura se identifica la categoría de análisis "estrategias", la cual se inscribe en un marco ideológico superior: el Eje Articulador Vida Saludable, concepto dinámico, integrador y pragmático de la NEM

Por lo tanto, el elemento o concepto central es la estructura, ya que esta está constituida por todo aquello que se percibe en la sociedad como dinámico, en ocasiones poco consciente y en otras, cuando la superestructura se ha permeado lo suficiente en la estructura, de manera voluntaria y con propósito. Así, la estructura permite determinar qué uso se está dando a la infraestructura (elemento inerte), así como qué tanto la superestructura (elemento ideológico-filosófico) está siendo realmente un catalizador de cambio o pensamiento arraigado que conserva de las dinámicas dentro de una sociedad.

Es evidente que, a nivel estructural, las relaciones que se dan entre aprendientes, personal del comedor y padres de familia se desarrollan de manera más pragmática que significativa a nivel superestructural. Estas interacciones muestran limitaciones para contribuir plenamente al logro de los objetivos propios del trabajo educativo, vinculada con el enfoque de la vida saludable. Si bien, se aprovecha el escenario, aún se percibe falta de significado asociado y consciente del Eje Articulador Vida Saludable. El hecho de que no sea “tan” consciente el uso de las instalaciones a partir de la dinámica relacional entre estos actores, no le resta utilidad a efectos de las actividades que podrían llevarse a cabo en el comedor a nivel de la docencia. Y esto se hace evidente a partir del análisis de las experiencias vertidas por aprendientes, docentes y directivos, los que evidentemente refieren tener experiencias mayormente positivas con las relaciones generadas a partir de la implementación del eje articulador de vida saludable.

De acuerdo con lo anterior, la infraestructura (comedor escolar) es suficiente, adecuada y funcional para los aprendientes. Considerando esto, se logró observar que se está haciendo uso eficiente de sus recursos, aunque no tan eficaz a nivel estratégico, ya que su uso está meramente condicionado al rendimiento de los insumos y al gusto de los aprendientes. En consecuencia, se ha aprovechado el espacio del comedor, pero podría optimizarse al incorporarlo a objetivos tácticos más precisos relacionados con el eje articulador de vida saludable; aun así, no deja de facilitar la implementación de este.

Durante el periodo de desarrollo de la investigación, se identificó que el comedor es el espacio principal del entorno alimentario al que los aprendientes acuden todos los días en horarios establecidos durante la jornada escolar de 5 horas diarias para recibir los alimentos a través de la modalidad denominada “desayuno caliente”. De acuerdo con Espinosa et al. (2025), al formar parte del Programa de Alimentación Escolar, el comedor tiene como meta asegurar una calidad nutricional adecuada, además de ofrecer orientación y educación alimentaria, fomentando el consumo de productos locales y apoyando a pequeños productores. Actualmente, este tipo de espacios proporcionan un complemento alimentario a niños, niñas y adolescentes en todo el país, adaptándose a las necesidades de cada institución para garantizar un estado nutricional óptimo.

De acuerdo con la Guía de Servicio de Alimentación (2022), el comedor escolar puede ser administrado por miembros de la comunidad educativa, como padres o tutores, quienes se encargan de organizar el servicio. Sin embargo, durante el trabajo de campo, se observó que el personal del comedor solo cuenta con un menú anual como referencia para la planificación de

platos, y no se han llevado a cabo capacitaciones específicas para el personal del comedor, directivos o docentes. De acuerdo con la SSA & SEP (2024), esta falta de formación técnica y vigilancia en las adaptaciones y diseños de menús que sean nutricionalmente adecuados representa una limitación significativa, ya que el personal no tiene los conocimientos necesarios en aspectos clave de calidad nutricional e inocuidad alimentaria lo cual pone de manifiesto la necesidad de incorporar a personal calificado.

Es importante mencionar que se reconoce que la mejora en la alimentación de los niños no depende únicamente de los esfuerzos en el comedor escolar, sino también de los hábitos y preferencias que los niños tienen en casa. Nazar et al. (2020) señalan que las decisiones de compra de alimentos de los padres están a menudo asociadas al comportamiento de sus hijos y a su estado nutricional. Dentro del entorno alimentario escolar, esto es referido por el personal de cocina, quienes destacaron que hay escasa participación por parte de los padres en el comedor, lo que les impide a los aprendientes reforzar en casa los hábitos y conocimientos que se escenifican en el comedor escolar.

Desde la comunidad escolar, el comedor constituye un recurso alimentario muy importante (Espinosa et al., 2025). Se pudo constatar que muchos estudiantes dependen exclusivamente de esta comida, ya que sus padres o sus madres trabajan largas jornadas y no pueden proporcionar comida durante el tiempo que pasan en casa. El mismo autor sostiene que muchos niños y niñas que se encuentran en situación de vulnerabilidad dependen del comedor escolar para satisfacer sus necesidades de alimentación diarias. En efecto, lo observado en esta investigación, es referido por los docentes quienes han identificado a algunos niños en dicha situación.

Un hallazgo muy relevante, fue el efecto de la eliminación de la tienda escolar, que tuvo una clara relación entre la disminución de la basura y con una mejora en la alimentación de los escolares en donde se limitó su acceso a productos ultra procesados. Esta acción ha permitido a la institución acercarse a las recomendaciones de las Guías Alimentarias Saludables y Sostenibles para la Población Mexicana (2023), donde aclaran que, una alimentación saludable y sostenible promueve la salud y el bienestar, protegiendo el medio ambiente, siendo accesible física y económica segura, respetando las culturas y tradiciones. Tiene un impacto ambiental, beneficiando las generaciones actuales y futuras.

En este sentido, Velandia (2011) sostiene que las tiendas escolares suelen tener muchas opciones de alimentos con alta densidad energética, que se consumen, en su mayoría, en el horario

de recreo. Durante el desarrollo de esta investigación se lograron observar las repercusiones de la ausencia de la tienda escolar, siendo positivas al aumentar el tiempo de descanso en actividades físicas, juegos y socialización con amigos; así la medida limitó el acceso a alimentos poco saludables y contribuyó a generar condiciones para reforzar una cultura escolar más orientada con el bienestar de los estudiantes escolar y alimentándose solo de las opciones del comedor escolar.

Retomando nuevamente la perspectiva del materialismo cultural, la estructura se ve como un conjunto de relaciones sociales e institucionales que conectan la infraestructura material con la superestructura ideológica. En este contexto, la relación entre padres de familia, personal de comedor, aprendientes y docentes son parte de esa estructura. A partir de lo que se ha observado en el contexto del estudio, se reconoce a estos actores como piezas clave de la estructura social que, dependiendo de sus roles y posibilidades, pueden tanto fomentar como limitar el desarrollo educativo y el acceso a una alimentación adecuada para los alumnos.

Barrera (2018) menciona que la familia y la escuela son los principales agentes de socialización en la vida de un niño o niña. Por eso, es fundamental que ambos trabajen juntos y mantengan una colaboración estrecha con el objetivo de fomentar su desarrollo integral. Sin embargo, este trabajo en equipo puede verse afectado cuando los padres se resisten a nuevas metodologías educativas, especialmente si incluyen actividades prácticas que parecen distantes de los enfoques académicos tradicionales. Esta situación se complica aún más por una gestión educativa insuficiente, en lo que se refiere a la participación e integración efectiva de las familias en el proceso educativo. En este contexto, Yamamoto et al. (2016) subrayan que el involucramiento de los padres depende de sus acciones concretas en relación con la vida escolar de sus hijos al ser responsables y estar comprometidos con el aprendizaje de sus hijos y comunicarse con los docentes, asistir a reuniones y participar en actividades escolares.

Lograr que todos los involucrados colaboren de manera efectiva no siempre es fácil. Esto se debe, en parte, a los estilos de vida actuales, donde las mujeres asumen múltiples roles y responsabilidades sociales, mientras que los padres se enfocan, principalmente, en asegurar los recursos económicos para mantener a la familia. Los motivos por los cuales se presenta esta ausencia de la colaboración en la alimentación de sus hijos son consecuencia de distintos factores, ya sea por falta de disposición, ya que los padres de familia de la comunidad presentan largas jornadas laborales, pocos recursos económicos y el acceso limitado a alimentos saludables, siendo obstáculos que complican la participación de las familias en la ejecución de hábitos alimenticios

saludables. En consecuencia y como lo señala Herrera (2021), hay una tendencia a dejar en manos de la escuela la responsabilidad total de educar a los hijos y ahora también la responsabilidad de su alimentación.

La falta de colaboración en la educación alimentaria de sus hijos se hizo evidente en esta investigación, dado que los docentes refirieron que muchos de los malos hábitos alimenticios se originan en el hogar, especialmente por la falta de planificación y organización en el desayuno familiar y el lunch escolar. Si bien, son la minoría, los niños que no ingresan al comedor escolar por indicación de sus padres a menudo llevan comidas poco nutritivas y, en ocasiones, no desayunan antes de ir a la escuela.

En este sentido, Varela et al. (2018) señala que es muy difícil educar y orientar a los padres para que también promuevan una alimentación balanceada, especialmente cuando enfrentan múltiples limitaciones sociales y económicas pues, según el autor, existen prácticas autoritarias o poco responsivas en la alimentación infantil, como forzar a un niño a comer o alimentarlo cuando se toma su tiempo y suelen mostrar una falta de comprensión sobre el desarrollo infantil y la necesidad de autonomía que tienen los niños. Estas conductas son más frecuentes en familias de bajos recursos, influenciadas por factores como un bajo nivel educativo, escaso conocimiento sobre nutrición y creencias culturales.

Los niños tienden a copiar los antojos de los adultos, lo que refuerza la idea de que el consumo de alimentos poco saludables en casa puede influir en la formación de hábitos alimenticios poco saludables. Por eso, tanto el ejemplo que brindan los adultos como su disposición para apoyar cambios en la dieta de sus hijos, son clave para fomentar una cultura alimentaria más saludable en las nuevas generaciones (Pearl, 2018).

Está claro que cambiar los hábitos alimenticios no es una tarea sencilla, además, cambiar de manera drástica los hábitos alimenticios es complicado, porque estos están firmemente arraigados en su vida diaria. Los padres, como los principales educadores en el hogar, deben estar dispuestos a hacer ajustes graduales en sus rutinas diarias. Esto requiere un cambio hacia hábitos más saludables y un compromiso constante para implementar cambios sostenibles que tengan un impacto positivo en los niños. En este sentido, tanto la FAO (2014) como Moreno (2018) coinciden en que la educación alimentaria debe ir más allá del ámbito escolar y llegar al núcleo familiar, ya que las familias desempeñan un papel determinante en la formación de los hábitos y preferencias alimentarias de los niños. Por ello, es necesario el apoyo de los padres para que los niños vean

coherencia entre lo que aprenden en clase y lo que practican en casa, reforzando así el impacto de la educación alimentaria desde un enfoque integral.

Las expresiones de los niños reflejan que comprenden la alimentación saludable como algo necesario para el cuerpo y como una experiencia positiva que influye en su desarrollo. Señalan que comer sano les ayuda a crecer, tener más vitaminas y evitar enfermedades, lo que indica cierta conciencia sobre sus beneficios. Además, resaltan el aspecto lúdico de los alimentos, como hacer figuras con verduras o experimentar, lo cual convierte el acto de comer en una actividad divertida y atractiva. Partiendo de lo propuesto por Moscoso (2018) con respecto a cómo fomentar hábitos saludables durante la infancia puede tener un impacto duradero, que se extiende hasta la adolescencia y la adultez, Hernández (2023) resalta que el aprendizaje resulta del contacto habitual con el entorno y el contexto social donde se desarrolla la persona, permite la adaptación del individuo a través de cambios que se dan a nivel motor, verbal o emocional, y supone la integración de todos los espacios escolares como espacios formativos. En consecuencia, se hace necesario buscar estrategias que permitan vincular o adaptar el uso del comedor con los temas de alimentación en Eje Articulador VS.

En este sentido, Hernández y Páramo (2023) proponen que el comedor escolar debe convertirse en un escenario de aprendizaje social siendo un espacio destinado a contribuir al bienestar de los estudiantes para compartir y adquirir hábitos alimentarios. Lucena (2020), concluye que la propia experiencia es clave para un aprendizaje real, ya que permite asumir errores, reflexionar y crecer, a través de vivencias, descubriendo la curiosidad y avanzando en el desarrollo personal. De esta manera, los comedores escolares pueden ser espacios en los que los niños se apropien de conocimientos sobre alimentación y los transmitan en el hogar, fundamentalmente a quienes son responsables, influyendo en las decisiones alimentarias familiares. Así, su utilidad no se reduce solo a lo material, sino que permitiría su incorporación al currículo como parte de las prácticas educativas. Para que esto pueda tener un alcance, es necesaria la participación permanente de la comunidad, los docentes, los aprendientes, los padres de familia, el personal del comedor y, por supuesto, la colaboración del profesional de la nutrición calificado que guíe esta relación.

La Dra. Hernández Moreno (2024) expone que la NEM promueve una formación integral de los estudiantes desde la perspectiva crítica, humanista y con enfoque en la comunidad, garantizando la equidad, la calidad y la mejora en sistema educativo, siendo prioridad el desarrollo de aprendizaje

de los aprendientes. A lo largo de esta investigación, se notó que los estudiantes se sienten más interesados y motivados cuando las estrategias de enseñanza incluyen actividades prácticas, lo cual ya había sido identificado por Vargas- Vizuet et al. (2023) en una investigación hecha también en dos escuelas del nivel básico de la región Nororiental del estado de Puebla. Esta preferencia por el aprendizaje mediante la acción se alinea con las propuestas de Gutiérrez (2020), quien menciona que la creación visual y actividades manuales ayudan a desarrollar habilidades sensoriales y psicomotrices en la infancia y desempeñan un papel pedagógico más amplio. De esta manera, permiten explorar la realidad desde una base teórica que estimula la expresión, la reflexión y fomenta un análisis reflexivo sobre las representaciones culturales que están presentes en el entorno de los aprendientes.

La formación integral de los docentes debe ir más allá de los enfoques académicos y didácticos, es fundamental que también se contemple su desarrollo humano, ético y emocional. Después de todo, un maestro se dedica a transmitir conocimientos, pero también juega un papel trascendente como agente de cambio social (López, 2015). Esta visión requiere procesos formativos que promuevan la conciencia sobre el valor ético de la educación, lo que se traduce en acciones cotidianas significativas, como educar a través del ejemplo (Gutiérrez, 2016). En situaciones de vulnerabilidad, por ejemplo, los docentes enseñan valores como la solidaridad y la empatía a través de gestos, como compartir alimentos con sus estudiantes, transformando así la pedagogía en una práctica profundamente humana. En esta misma línea, los docentes también se esfuerzan por crear un ambiente de bienestar en el aula, incorporando estrategias como las pausas activas, que ayudan a equilibrar el rendimiento académico con el bienestar emocional, mejorando la motivación, reduciendo el estrés y favoreciendo el aprendizaje (Jiménez et al., 2022; Paulus et al., 2021).

Por otro lado, Según López (2006), para que la educación sea realmente efectiva, se necesitan tres elementos clave: personas que marquen una diferencia positiva en la vida de los estudiantes, experiencias que generen un cambio real en ellos y un ambiente adecuado para el aprendizaje. En este sentido, los docentes, deben ser esas personas que influyen positivamente, creando espacios que ayuden a desarrollar habilidades profesionales y sociales. Ante esto y con la dinámica actual de la NEM que tiene como propósito acercar al niño a la realidad de su entorno con un enfoque crítico, humanista y comunitario, se hace también necesaria la presencia del docente y de un equipo de profesionales de la salud que pueda influir en la adopción de una Vida Saludable.

En el contexto actual, en el que el Gobierno Federal propone la Estrategia Nacional “Vida Saludable” orientada a “garantizar el bienestar y salud de los niños y niñas de las escuelas del país mediante acciones orientadas a la promoción de hábitos saludables” (Secretaría de Salud, s. f.). Para ello, es importante incorporar a los profesionales de la salud en el nivel de la estructura, ya que favorecería las relaciones que se identificaron a este nivel en el escenario de observación, al participar brindando de sus conocimientos y experiencia y trabajar de manera colaborativa con los docentes). Esto ya había sido referido por Vargas-Vizuet et al. (2023), ya que la suma de esfuerzos podría dirigirse al diseño de estrategias que nutran la dinámica de las relaciones orientadas a contribuir que los aprendientes y sus familias comprendan que la salud es de interés de la medicina y de la sociedad a la que pertenecen, además, es una responsabilidad individual.

De acuerdo con la investigación, en el ámbito educativo, la superestructura está formada por los marcos normativos, filosóficos y pedagógicos que establecen los fines, valores y objetivos del sistema educativo. En México, la implementación del modelo de la NEM representa un cambio significativo en esta superestructura, ya que propone una educación que se centra en los derechos humanos, la inclusión, la equidad y el desarrollo integral del estudiante (Secretaría de Salud, 2025).

La SEP (2021) junto con instituciones especializadas en salud, decidió incluir la asignatura Vida Saludable en el plan educativo de 2020. Esta materia nació como respuesta a los crecientes problemas de salud pública en México, como el sobrepeso, la obesidad, la diabetes, otras enfermedades crónicas que surgen de hábitos de vida poco saludables y de manera emergente ante la Pandemia por COVID-19. Su objetivo no es solo informar, sino también promover una cultura de autocuidado, higiene personal, actividad física, bienestar emocional y alimentación saludable entre los niños y adolescentes.

Con la llegada del nuevo modelo educativo de la NEM implementada en el ciclo escolar 2021-2022, el sistema educativo está viviendo una transformación profunda. Este modelo tiene como objetivo crear una educación más equitativa, inclusiva y enfocada en el bienestar integral de los estudiantes. Dentro de esta reforma, se plantea que la asignatura de Vida Saludable deje de ser independiente y se convierta en un eje central. Esto implica que los temas de salud y bienestar ya no se abordarán de manera aislada, sino que se integrarán en todas las materias, conectándose con áreas como Ciencias Naturales, Educación Socioemocional, Educación Física y Formación Cívica y Ética. Esta propuesta tiene un gran potencial para enriquecer el aprendizaje y formar ciudadanos más conscientes, responsables y saludables. Aunque esta visión integral es prometedora y busca

una educación más holística, también presenta riesgos importantes y desafíos considerables. El éxito de esta iniciativa dependerá en gran medida de una buena planificación, la capacitación adecuada, los recursos disponibles y el compromiso de todos los actores involucrados.

Por su parte, el que la institución contara con la participación oportuna de la Organización *Save the Children* favoreció y facilitó el impulso de la asignatura Vida Saludable al inicio del ciclo escolar 2020 – 2021, en plena Pandemia por COVID – 19. La capacitación establecida para los docentes a través del diplomado reforzó lo as actividades y conocimientos facilitados por *Save the Children* y se convirtió en una de las estrategias más compatibles con el marco referencial de la NEM, al punto en el que los materiales didácticos proporcionados al personal docente durante el curso fueron retomados para abordar algunos de los temas que señalaba el programa de Vida Saludable.

Finalmente, aunque la Nueva Escuela Mexicana y la materia de Vida Saludable presentan una organización prometedora para una educación integral y contextualizada, su impacto se verá limitado si no se logra una verdadera integración con la vida diaria en la escuela, es decir, con las prácticas cotidianas y las relaciones sociales, además de contar con una infraestructura adecuada y personal capacitado. Solo a través de la colaboración de todos estos actores y de la integración efectiva del comedor como un espacio de aprendizaje, será posible construir una cultura escolar que promueva la salud integral como parte principal en el desarrollo formativo de los estudiantes. La educación alimentaria no debe limitarse solo al entorno escolar, tiene que extenderse al hogar y a la comunidad para lograr cambios sostenibles y duraderos.

Conclusiones

La investigación que se llevó a cabo tuvo como objetivo principal “describir y analizar cómo el entorno alimentario de la Escuela Primaria Bilingüe Lic. Guillermo Jiménez Morales facilita la implementación del Eje Articulador Vida Saludable, considerando la experiencia de la comunidad escolar. Mediante las entrevistas, la observación directa y análisis de documentos, logrando obtener una variedad de hallazgos que permiten evaluar el grado de cumplimiento de los objetivos específicos, así como el impacto real del eje de Vida Saludable en la vida diaria del aprendiente y del docente.

Con relación al primer objetivo específico, se pudo constatar que la escuela ha hecho esfuerzos significativos para transformar su entorno alimentario. Se documentó de manera detallada la oferta de alimentos disponibles y los espacios destinados para su consumo. El comedor se identificó como el principal lugar donde se accede a alimentos durante la jornada escolar, funcionando de manera eficiente para atender a toda la comunidad escolar dentro de un horario establecido, puesto que se evidencia que, tras la colaboración entre docentes, directivos, familia y comunidad, las escuelas públicas pueden convertirse en espacios que fomentan la adecuada nutrición infantil desde la perspectiva de la comunidad.

El cambio más notable fue la eliminación de la tienda escolar, generando controversia, pero que resultó clave para disminuir el consumo de productos ultra procesados y redirigir los hábitos alimenticios hacia opciones más saludables. Esta decisión permitió a la escuela tener mayor control sobre la oferta alimentaria y fomentar la práctica alineada con el eje articulador de vida saludable. Sin embargo, aún existen desafíos, como la presencia de vendedores ambulantes en los alrededores de la escuela, lo cual se escapa del control directo de la institución y representa un riesgo para el entorno alimentario saludable.

Con respecto al alcance del segundo objetivo específico, los resultados muestran una actitud positiva del cuerpo docente, que han integrado temas de alimentación, higiene y actividad física en los proyectos escolares, utilizando el enfoque interdisciplinario que promueven los nuevos planes y programas de la NEM. Se notó una variación de actividades según el grado escolar, resaltando la creatividad y el interés de los estudiantes, especialmente cuando se les involucra en actividades prácticas y dinámicas. Desde la dirección escolar, se ha identificado un compromiso para garantizar alimentos nutritivos; no obstante, siguen existiendo desafíos, como la aceptación de

ciertos platillos por parte de los estudiantes de grados superiores. Para superarlo, el personal del comedor ha implementado estrategias creativas como la modificación recetas o disfrazar ingredientes menos aceptados, con el fin de reducir el desperdicio y mejorar la aceptación de los menús.

El personal docente ha demostrado adaptabilidad ante el modelo educativo de la NEM, integrando de manera creativa y contextualizada los contenidos de Vida Saludable en sus clases. Además, se reconocen factores externos que hacen difícil una implementación más sólida del eje, como resistencia de algunos padres de familia, la falta de material didáctico o la influencia del entorno social de los aprendientes.

Sin dejar atrás la experiencia de los aprendientes, expresaron preferencia de actividades prácticas y colaborativas, lo que presenta una oportunidad para fortalecer el eje vida saludable a través de metodologías activas. Sin embargo, a pesar de las actividades algunos alumnos manifestaron desagrado por ciertos alimentos y desconocimiento de algunas preparaciones. Estos aspectos no deben verse como debilidad del personal del comedor, sino más bien como una oportunidad para la formación y crecimiento continuo, donde las cocineras han demostrado un gran compromiso a pesar de no tener una capacitación formal, su trabajo ha sido fundamental para asegurar un servicio ordenado, higiénico y adaptado a las condiciones económicas y nutricionales de los aprendientes.

Por último, en el tercer objetivo se logró a través de la documentación de diversas estrategias pedagógicas, comunitarias y organizativas que la escuela ha puesto en marcha para promover la vida saludable en su comunidad educativa. Sin embargo, poca participación de las familias mediante reuniones y charlas, así como la organización para mejorar el entorno alimentario, dentro de la priorización del desayuno escolar y la adaptación de menús. Y, aunque la escuela no cuenta con asesoría nutricional profesional, las decisiones se toman basándose en la experiencia directa y el cuidado el bienestar infantil lo que refleja una valiosa autonomía escolar. Por otro lado, los programas externos como *Save the Children* han brindado apoyo adicional en la promoción de hábitos saludables, aunque su presencia en los contenidos ha ido disminuyendo con el tiempo, a pesar de que estas estrategias demuestran un compromiso genuino y diversas adaptaciones al contexto escolar.

Los hallazgos subrayan la necesidad de mejorar la capacitación del personal del comedor, fomentar la participación de padres y madres, la necesidad de establecer lazos con profesionales de

nutrición y salud, y promover proyectos que integren lo pedagógico con la práctica alimentaria. Además, se sugiere dar seguimiento a estas acciones mediante evaluaciones periódicas y ofrecer formación continua al profesorado, para que los aprendizajes escolares se refuercen en el ámbito familiar y comunitario.

Para fortalecer las estrategias futuras, es importante capacitar al personal del comedor, colaborando con profesionales de la salud, involucrar a las familias, conectar proyectos pedagógicos con la alimentación y sensibilizar a las autoridades sobre el entorno alimentario escolar, ya que con ello se mejorará la oferta alimentaria y promoverá el aprendizaje y hábitos sostenibles.

La investigación reconoce los logros alcanzados en contextos desafiantes y plantea oportunidades como, crear espacios de diálogo con las familias, establecer alianzas interinstitucionales y replicar experiencias exitosas. Los resultados muestran cambios positivos en la conciencia alimentaria. La experiencia de la escuela demuestra que la institución educativa es clave para construir entornos alimentarios saludables y que invertir en hábitos desde la infancia es una apuesta por la salud pública del país.

Anexos

Anexo 1

Permiso para el Área de Investigación


BUAP

Oficio No. CRZN/1466/2024

MTRA. ARACELI FLORES BENÍTEZ
DIRECTORA DE LA ESCUELA PRIMARIA
“LIC. GUILLERMO JIMÉNEZ MORALES”
C. C. T. 21DA10056B
CALICAPAN, CHIGNAUTLA, PUEBLA
PRESENTE

Por este medio reciba un cordial y respetuoso saludo, a su vez me dirijo a usted para solicitar de su autorización para que Isui Guadalupe Mirón Romero pasante de la Licenciatura en Nutrición Clínica del Complejo Regional Nororiental con matrícula 201820876 desarrolle su investigación de tesis en las instituciones a su digno cargo, el cual lleva por título: “ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DEL EJE ARTICULADOR VIDA SALUDABLE” cuyo objetivo general es explorar la manera en la que el entorno alimentario escolar facilita el abordaje del eje articulador Vida Saludable. La investigación se encontrará bajo la dirección de la M.C. Itzel Daisy Gutiérrez Hernández y la M. H. Ana Liviere Vargas Vizuet, docentes de la Unidad Académica a mi cargo. El trabajo de investigación es de diseño no experimental, exploratorio y transversal, con un enfoque cualitativo y exploratorio en el que se planifica desarrollar las actividades en los meses de abril, mayo y junio del presente, las cuales se encuentran establecidas en el anexo 1 al presente. Asimismo, me permito proporcionar el cronograma de actividades que desarrollará la estudiante durante la jornada escolar, cuidando de no interferir en las actividades académicas de la institución. No omito mencionar que, una vez concluidos las actividades y habiendo realizado el análisis, se le proporcionará el informe de la investigación a través de la estudiante y las directoras de tesis.

Sin más por el momento y agradeciendo de antemano su atención y apoyo quedo de Usted.

Atentamente
“Pensar bien, para vivir mejor”
Teziutlán, Puebla., a 23 de abril de 2024.


Dr. Sergio Díaz Carranza
Director
Complejo Regional Nororiental




DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN INDÍGENA
ESCUELA PRIMARIA CON ALFARQUE INDÍGENA
LIC. GUILLERMO JIMÉNEZ MORALES
C. C. T. 21DA10056B
ARACELI FLORES B.
CALICAPAN, CHIGNAUTLA, PUEBLA
ZONA ESCOLAR 811
29-04-2024

c.c.p. Archivo
Dr.SDC/rcl

Complejo Regional Nororiental | Arias y Boulevard sin numero
Col. El Carmen, Teziutlán, Puebla.
222 2 23 55 00 Ext. 5538, 3700, 3701, 3702

Anexo 2

Diario de campo

| | Categorías |
|--|--|
| | Compromiso de los docentes y directivos. |
| | Comentarios positivos del eje articulador VS. |
| | Comentarios negativos del eje articulador VS. |
| | Participación de los alumnos en el eje articulador VS. |
| | Alimentos sanos consumidos en el receso. |
| | Alimentación en el comedor escolar. |
| | Alimentación con los ambulantes fuera de la escuela. |

FECHA:

| Categorías y Observaciones | Texto |
|-----------------------------------|--------------|
| | |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Anexo 3

Consentimiento Informado dirigido a los padres de familia de los estudiantes que se incorporaron al grupo focal.

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Mediante la firma del siguiente documento, yo _____, _____ de familia del alumno _____ del grado _____ otorgo mi consentimiento para participar como sujeto de estudio en el proyecto de investigación titulado "ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ASIGNATURA DE VIDA SALUDABLE: UN CASO EN CHIGNAUTLA, PUEBLA" a cargo de la alumna NPSS. Isui Guadalupe Mirón Romero de la Licenciatura en Nutrición clínica del Complejo Regional Nororiental de Teziutlán, supervisada por la M.C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández y la M.H. Ana Liviere Vargas Vizuet, luego de haber conocido y comprendido en su totalidad, la información sobre dicho proyecto, riesgo si lo hubiera y beneficios directos e indirectos de su participación en el estudio y en el entendido de que:

- Su participación como alumno no repercutirá en las actividades ni evaluaciones programadas en el curso.
- Si no acepta la invitación, no habrá sanción.
- Pueden retirarse del proyecto si lo considera conveniente a su interés, así cuando el investigador responsable no lo solicite, informando las razones para tal decisión y obtener toda la información obtenida en su participación.
- Dentro de la participación del alumno se tomará la grabación de voz.
- No se hará algún gasto ni recibirá remuneración de la participación en el estudio.
- Se guardará estricta confidencialidad sobre los datos obtenidos producto de la participación.
- Se puede solicitar en el transcurso del estudio información actualizada sobre el mismo, al investigador responsable.
- Tiene acceso a la información si se duda sobre sus derechos como tutor del participante en el estudio, con la responsable del proyecto.

Lugar y fecha

Nombre y firma de quien proporciona el consentimiento

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO DOCENTES

Mediante la firma del siguiente documento, yo _____, docente del grupo _____ de la Escuela Primaria indígena "Lic. Guillermo Jiménez Morales, otorgo mi consentimiento para participar como sujeto de estudio en el proyecto de investigación titulado "ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ASIGNATURA DE VIDA SALUDABLE: UN CASO EN CHIGNAUTLA, PUEBLA" a cargo de la alumna NPSS. Isui Guadalupe Mirón Romero de la Licenciatura en Nutrición clínica del Complejo Regional Nororiental de Teziutlán, supervisada por la M.C. Itzel Daysi Gutiérrez Hernández y la M.H. Ana Liviere Vargas Vizuet, luego de haber conocido y comprendido en su totalidad, la información sobre dicho proyecto, riesgo si lo hubiera y beneficios directos e indirectos de su participación en el estudio y en el entendido de que:

- Mi participación no repercutirá en las actividades ni evaluaciones docentes programadas en el curso.
- Si no acepto la invitación, no habrá sanción.
- Dentro de la entrevista se realizará una grabación de voz.
- Puedo retirarme del proyecto si lo considero conveniente a su interés, así cuando el investigador responsable no lo solicite, informando las razones para tal decisión y obtener toda la información obtenida en mi participación.
- No se hará algún gasto ni recibiré remuneración por mi participación en el estudio.
- Estoy enterado(a) de que se guardará estricta confidencialidad sobre los datos obtenidos producto de la participación.
- Estoy enterado(a) de que puedo solicitar en el transcurso del estudio información actualizada sobre el mismo, a los investigadores responsables.
- Tendré acceso a la información si dudo sobre mis derechos como docente del participante en el estudio, con la responsable del proyecto.

Lugar y fecha

Nombre y firma de quien proporciona el consentimiento.

Anexo 5

Guion entrevista directivos y docentes en sesión de consejo técnico.

1. ¿A qué desafíos se han enfrentado ante los cambios de la Nueva Escuela Mexicana? (b-experiencia)
2. ¿Cuáles son los contenidos dentro del Eje Articulador Vida Saludable que han sido más fáciles y difíciles de abordar? (b-experiencias).
3. ¿Qué estrategias han implementado para incorporar el eje articulador de Vida Saludable en sus clases y en la vida académica escolar? (c-estrategias) (b-implementación)
4. ¿Quiénes de ustedes se han ayudado de la ONG Save the Children? ¿Y cómo ha sido su experiencia con dicha organización? (b- experiencia) (c-estrategias)
5. ¿Qué tanto el entorno escolar facilita la implementación del eje articulador VS para que este promueva un aprendizaje significativo? (c-estrategias)
6. ¿Cuáles son las mayores dificultades de los niños y la comunidad escolar para llevar una alimentación saludable? (b-experiencia)
7. ¿De qué recursos del entorno alimentario escolar se han apoyado para abordar el eje articulador? (b-experiencias).
8. ¿Qué bondades o ventajas encuentran en la implementación del eje articulador de VS en la vida académica y alimentaria de los aprendientes y en general de la comunidad escolar? (b-experiencia)
9. ¿Qué mejoras consideran que requiere el entorno alimentario escolar para facilitar (o continuar facilitando) el aborda

Anexo 6

Guion entrevista docentes de grupo de 4°, 5° y 6°.

1. ¿Cuáles son los materiales de apoyo que emplea para impartir temas de alimentación que incluyan en el Eje Articulador Vida Saludable? (c- estrategias)
2. De los contenidos del eje, ¿usted a cuáles de los ejes le da mayor énfasis en las clases y por qué? (c-estrategias)
3. En la evaluación de los estudiantes, ¿qué instrumentos emplea para evaluar la comprensión de los temas de vida de la alimentación de eje VS? (c-estrategias)
4. ¿Cómo categoría el nivel de interés que los estudiantes tienen en temas de alimentación en el eje VS? (b- experiencia)
5. ¿Qué actividades son mejor recibidas por los alumnos al abordar los temas de VS y alimentación? (b- experiencia)
6. ¿Qué podría mejorar en el eje articulador de VS? (b- experiencia)

Anexo 7

Guion grupo focal de aprendientes

1. ¿Cómo ha sido su experiencia con la nueva forma en la que sus maestros les dan clases? (b-experiencia)
2. ¿Pueden describir cómo es el lugar donde comen en la escuela? ¿Qué es lo que más les gusta de ese espacio? (a-descripción)
3. ¿Qué características deberían tener las clases para que sean más interesantes y puedas tener vida saludable? (c- estrategias)
4. ¿Qué actividades hacen en su escuela que les enseña sobre comer saludable? (b-experiencias).
5. ¿Qué han aprendido de la alimentación en vida saludable? (b- experiencia)
6. ¿Por qué es importante aprender temas de vida saludable? (b-experiencia)
7. ¿Mencionen que actividades has realizado en vida saludable acerca de la alimentación y que más te haya gustado? (c- estrategias)
8. ¿Qué cambios han notado en la escuela o en los alimentos que te ofrecen desde que empezaron a hablar de vida saludable? (c-estrategias) (b- implementación)
9. ¿la alimentación que tienes dentro de la escuela es saludable? ¿Por qué? (b-experiencia)
10. Cuando entran al comedor escolar ¿aplican lo que te enseñaron tus maestros sobre la materia? (b- experiencia)
11. ¿Qué conocimientos sobre la alimentación saludable aplicas en la escuela? (b-experiencia)
12. ¿Que es necesario para que tengan una alimentación más saludable en la escuela? (b-experiencia)
13. ¿Cuál es el platillo que más te gusta/disgusta del comedor? (b-experiencia)
14. ¿Cuáles son los alimentos que más compras cuando sales de la escuela? (c-estrategias)
15. Si pudieran elegir, ¿qué alimentos saludables les gustaría encontrar en su escuela? (b-estrategias)
16. ¿Creen que comer saludable es divertido? ¿Por qué sí o por qué no? (c-estrategias)
17. ¿Cuáles son las mayores dificultades a las que se enfrentan para llevar una alimentación saludable? (b-experiencia4)
18. ¿Qué bondades o ventajas encuentran en la implementación de vida saludable en la comunidad escolar? (b-experiencia)
19. Algún comentario adicional que gusten hacer aprendientes es muy bienvenido.

Anexo 8

Guion del personal del comedor del comedor escolar

1. ¿Cómo contribuye el entorno alimentario escolar a promover un estudio de vida saludable entre los estudiantes?
2. ¿Qué acciones concretas o estrategias ha tomado a dirección y el personal docente en favor de una vida saludable en el entorno escolar?
3. ¿Cómo ha contribuido el comedor escolar en los aprendientes en cuanto a contribuir a llevar una vida saludable?
4. ¿Cómo es la aceptación de los menús del comedor entre los aprendientes y en general entre a comunidad escolar?
5. ¿Como se monitorea y evalúa la efectividad de estas estrategias en el comedor escolar?
6. ¿De qué manera se involucran los estudiantes en la dinámica del comedor?
7. ¿Podría compartir algún éxito desafío significativo que haya surgid al aplicar estas estrategias dentro del comedor?
8. ¿Qué papel juegan los padres de familia y tutores en apoyar la vida saludable dentro del entorno alimentario escolar?
9. ¿Qué grupo de alimentos siempre son incluidos en el menú?
10. ¿Con que frecuencia se modifican s menús?
11. ¿Qué características tienen los platillos de mayor/menor consumo para los niños?
12. ¿Existe apoyo detrás de personas que son fuera de la escuela para el comedor escolar?
13. ¿de qué forma podrían mejorar la aumentación de ks niños en el comedor?

Anexo 9

Cronograma de entrevista realizada a los aprendientes.

BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA

COMPLEJO REGIONAL NORORIENTAL

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN CLÍNICA

"ENTORNO ALIMENTARIO ESCOLAR EN EL CONTEXTO DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL EJE ARTICULADOR VIDA SALUDABLE"

CRONOGRAMA PARA LA ENTREVISTA A LOS GRUPOS FOCALES

| HORA | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|-----------------|--------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------|
| 8:30- 9:30 | | | 5"A" 26/junio/24 | | |
| 9:30- 10:30 | A L M U E R Z O | | | | |
| 10:30- 11:30 | 6"A" 1/julio/24 | 6 "B" 1/julio/24 | | 4"A" 27/junio/24 | |
| 11:30- 12:30 | R E C E S O | | | | |
| 12:30- 13:30 | | | 5"B" 26/junio/24 | 4"B" 27/junio/24 | |

La entrevista se realizará dentro de los 50 minutos en el día establecido en el cronograma.

GOBIERNO DEL ESTADO DE PUEBLA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
ESTADOS UNIDOS MEXICANOS
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN INDÍGENA
ESCUELA PRIMARIA CON ALBERTO
INDÍGENA
LIC. GUILLERMO JIMÉNEZ MORALES
C.C.T. 21DA10256B
CALICAPAN, CHIGNAUTLA
ZONA ESCOLAR 61
CALICAPAN CHIGNAUTLA, PUEBLA

DIRECTORA DE LA ESCUELA
Araceli
PROFRA. ARACELI FLORES BENITEZ

Recibi cronograma
25/06/2024
6° A

Recibi
25-Junio-2024

MTRO. DE GRUPO

Se requiere
gular la
entrevista

Dejar reporte
de la entrevista

Recibi
25-06-2024

Recibi
25-06-2024

Recibi
25-06-2024

Referencias

Álvarez Ortega, L. G. A. (2019). *Desnutrición infantil, una mirada desde diversos factores* (1.ª ed., Vol.

13). <https://www.redalyc.org/journal/5860/586062182002/html/>

Amaiquema Márquez, F. A., Vera Zapata, J. A., y Zumba Vera, I. Y. (2019). Enfoques para la formulación de la hipótesis en la investigación científica. *Revista Conrado*, 15(70), 354–360.
https://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000500354

Amaya-Hernández, A., Ortega-Luyando, M., & Mancilla-Díaz, J. M. (2021). *Cómo, qué y por qué ocuparnos de la alimentación*. *Journal of Behavior and Feeding*, 1(1), 51–59.
<https://doi.org/10.32870/jbf.v1i1.15>

Argumedo, G., Cruz Casarrubias, C. A., Bonvecchio Arenas, A., Jáuregui, A., Saavedra Romero, A., Martínez Montañez, O. G., Meléndez Irigoyen, M. T., Karam Araujo, R., Uribe Carvajal, R., Olvera, A., Hernández Alcaráz, C., Cortés, D. V., Del Carmen Morales Ruán, M., Shamah Levy, T., Nieto, C., Contreras Manzano, A., Hernández Ávila, M., Rivera Dommarco, J., y Barquera, S. (2021). *Hacia el diseño de vida saludable, un nuevo programa de estudios para la educación básica en México*. *Salud Publica De México*, 65(1, ene-feb), 82-92.
<https://doi.org/10.21149/14212>

[Ayuntamiento de Chignautla. \(2021-2024\). Plan de desarrollo municipal 2021-2024. Recuperado de https://share.google/3hzUM6n4TtLhPdJSK](https://share.google/3hzUM6n4TtLhPdJSK)

Bahena, L., Torres, F., & Calvillo, A. (2018). *Resumen ejecutivo: explorando el ambiente escolar alimentario. El poder del consumidor*. Issuu.
https://issuu.com/elpoderdelconsumidor/docs/explorando_el_ambiente_escolar_alimentario

Barbosa Xochicale, J., & Subsecretaría de Educación Media Superior (SEP). (2019, agosto 8). *La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas*. Dirección de Educación Media

- Superior, SEP. <https://ecosistema.buap.mx/ecoBUAP/items/07ec4ee5-90c6-4ff4-b01e-8f7131f0b0bd>
- Barquera, S., Campos, I., & Rivera, J. A. (2013). Mexico attempts to tackle obesity: the process, results, push backs and future challenges. *Obesity reviews: an official journal of the International Association for the Study of Obesity*, 14 Suppl 2, 69–78. <https://doi.org/10.1111/obr.12096>
- Barrera-Díaz, Y. & Lucía-Hernández, A. (2018). Relación familia-escuela y su influencia en los procesos de aprendizaje en los niños de grado transición 02 del colegio Tomás Cipriano de Mosquera IED (Tesis de maestría). Universidad Libre. Bogotá. <https://hdl.handle.net/10901/15950>
- Bassi Follari, J. E. (2015). *Vista de El código de transcripción de Gail Jefferson: adaptación para las ciencias sociales*. Quaderns de Psicologia. <https://quadernsdepsicologia.cat/article/view/v17-n1-bassi/1252-pdf-es>
- Carbajal, A., Sierra, J. L., López Lora, L., y Ruperto, M. (2020). Proceso de Atención Nutricional: Elementos para su implementación y uso por los profesionales de la Nutrición y la Dietética. *Revista Española De Nutrición Humana Y Dietética*, 24(2), 172–186. <https://doi.org/10.14306/renhyd.24.2.961>
- Cerón Souza, C. S. (2012). EDITORIAL. *Universidad y Salud*, 14(4), 115. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-677540?src=similardocs>
- Chung, L. M. Y., Y Fong, S. S. (2018). iour among adolescents. *PubMed*, 27(2), 466-472. Role of behavioural feedback in nutrition education for enhancing nutrition knowledge and improving nutritional behav <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29384337/>

Colegio de Etnólogos y Antropólogos Sociales, A.C. (CEAS). Código de ética. (2018).
<https://ceasmexico.wordpress.com/ceas/codigo-de-etica/>

Colegio Mexicano de Nutriólogos A.C. (2024). *Código de ética profesional del nutriólogo*. Recuperado de <https://cmnutriologos.com/wp-content/uploads/2024/04/Codigo-de-etica-CMN.pdf>

Comisión Nacional para la Mejora continua de la Educación [MEJOREDU]. (s. f.). En *Los ejes articuladores: pensar desde nuestra diversidad*.
https://www.mejoredu.gob.mx/images/publicaciones/fasciculo4_aprendamos-comunidad.pdf

Comisión Nacional para la Mejora continua de la Educación [MEJOREDU]. (s. f.). *Los campos formativos para comprender y transformar nuestra realidad*.
https://www.mejoredu.gob.mx/images/publicaciones/fasciculo3_aprendamos-comunidad.pdf

Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos (s. f.). *Catálogo histórico de libros de texto gratuitos (generación 1960)*. Recuperado [fecha], de <https://historico.conaliteg.gob.mx/?g=1960&a=1>

Corona Martínez, C. M. L., & Fonseca Hernández, F. H. (2023, 21 febrero). *Las hipótesis en el proyecto de investigación: ¿cuándo sí, ¿cuándo no?* Medisur;21(1) Feb. 2023. | LILACS.
<https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1440631>

DeJesus, J. M., & Venkatesh, S. (2020). Show or tell: Children's learning about food from action vs verbal testimony. *Pediatric Obesity*, 15(10), e12719. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12719>

El poder del consumidor. (11 de octubre 2019). El Fin del Acuerdo Nacional por la Salud Alimentaria (ANSA). El poder del consumidor. <https://elpoderdelconsumidor.org/2019/10/el-fin-del-acuerdo-nacional-por-la-salud-alimentaria-ansa/>

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. *Resultados de Puebla* (2020). https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/Resultado_Entidad_Puebla.pdf

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. (2021). ENCUESTAS. <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/informes.php>

Espejo, J. P., Tumani, M. F., Aguirre, C., Sanchez, J., & Parada, A. (2022). Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico. Revista chilena de nutrición, 49(3), 391-398. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182022000300391>

Espinosa, F., Ferre, I., Gomiciaga, S., Ancira-Moreno, M., Hernández-Cordero, S., Bahena, L., Ordaz, L., Hernández-Palafox, C., & Valero, I. (2025). *School Meals Case Study: Mexico* [Estudio de caso sobre alimentación escolar: México]. Working Paper. London School of Hygiene & Tropical Medicine, London. <https://doi.org/10.17037/PUBS.04673387>

Estrada Nava, E., Veytia López, M., Pérez Gallardo, L., Guadarrama Guadarrama, R. y Gaona Valle, L., S. (2020, 19 septiembre). *Relación de la grasa corporal con la alimentación emocional y calidad de la dieta en universitarios de México*. Revista de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición, 70, 164-173. <https://doi.org/10.37527/2020.70.3.002>

Fajardo, A., Martínez, C., Moreno, Z., Villaveces, M., & Céspedes, J. (2019). *Percepción sobre alimentación saludable en cuatro instituciones escolares*. *Revista Colombiana de Cardiología*, 27(1), 49-54. <https://doi.org/10.1016/j.rccar.2018.08.010>

FasterCapital. (2025). *Investigación cualitativa de audio: cómo utilizar el sonido y la voz como fuentes de datos*. FasterCapital. <https://fastercapital.com/es/contenido/Investigacion-cualitativa-de-audio--como-utilizar-el-sonido-y-la-voz-como-fuentes-de-datos.html>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (11 febrero 2022). *La importancia del entorno escolar en la alimentación de niñas, niños y adolescentes*. <https://www.unicef.org/mexico/historias/la-importancia-del-entorno-escolar-en-la-alimentaci%C3%B3n-de-ni%C3%B1as-ni%C3%B1os-y-adolescentes>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. *Desnutrición infantil*. (s.f.) <https://www.unicef.org/mexico/desnutrici%C3%B3n-infantil>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. *Salud y nutrición*. (s.f.) <https://www.unicef.org/mexico/salud-y-nutrici%C3%B3n>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. *Sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes*. (s. f.). <https://www.unicef.org/mexico/sobrepeso-y-obesidad-en-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-y-adolescentes>

Franco, P. (23 de junio de 2022). *Ciclo escolar 2022-2023, el de menos clases, anuncia SEP*. La Verdad Noticias. <https://laverdadnoticias.com/mexico/Ciclo-escolar-2022-2023-el-de-menos-clases-anuncia-SEP-20220623-0083.html>

Gamez, M. J. (24 mayo de 2022). Objetivos y metas de Desarrollo sostenible - Desarrollo sostenible. Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

García, A. (agosto, 2022). Catálogo de libros de texto gratuitos de nivel primaria. Ciclo Escolar 2022 - 2023. Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Catálogo de libros de texto gratuitos de nivel primaria. Ciclo Escolar 2022 - 2023. Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos CONALITEG. <https://www.conaliteg.sep.gob.mx/primaria.html>

García-Alvarado, Martín Gildardo, Ruiz-García, Luis Humberto, & Piña-López, Julio Alfonso. (2024). Sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años en México en el periodo 1999-2021: ¿por qué es necesario un abordaje interdisciplinario? *Nutrición Hospitalaria*, 41(4), 775-780. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04807>

Gerea, C. (2022). *Entrevista en profundidad: Del diseño al análisis (con ejemplos)*. FREED TOOLS. <https://freed.tools/blogs/ux-cx/entrevistas-profundidad>.

Giesecke Sara Lafosse, Mercedes P. (2020). Elaboración y pertinencia de la matriz de consistencia cualitativa para las investigaciones en ciencias sociales. *Desde el Sur*, 12(2), 397-417. <https://doi.org/10.21142/des-1202-2020-0023>

Gobierno de México (20 de diciembre de 2021). *Activa tu modo saludable*. <https://www.gob.mx/promosalud/acciones-y-programas/activa-tu-modo-saludable>

Gómez Álvarez, D., Montiel Reyes, A., & López Ruíz, P. (2022). GUÍA SERVICIO DE ALIMENTACIÓN. *La Escuela Es Nuestra*.

https://laescuelaesnuestra.sep.gob.mx/storage/recursos/2022/09/vZuT1rlam3-20%20GUIA%20ALIMENTACION_010922_Baja.pdf

Gómez-Escalonilla, G. (2021). Métodos y técnicas de investigación utilizados en los estudios sobre comunicación en España. *Revista Mediterránea De Comunicación*, 12(1), 115–127. <https://doi.org/10.14198/MEDCOM000018>

Gueterres, Évilin C., Rosa, E. de O., da Silveira, A. y dos Santos, W.M. (2017). *Educación para la salud en el contexto escolar: estudio de revisión integradora. Enfermería Global*. 16,2,464–499. DOI: <https://doi.org/10.6018/eglobal.16.2.235801>.

Gutiérrez Ajamil, E. (2020, 18 noviembre). *Vista de El proceso de creación plástica en la formación del profesorado de Educación Infantil y Primaria: Metodologías prácticas para la reflexión en Educación Artística*. <https://raco.cat/index.php/Observar/article/view/422328/516662>

Gutiérrez, P. B. (2016b). La naturaleza de la formación docente. En *Horizonte de la ciencia* (11.ª ed., Vol. 6). https://www.redalyc.org/journal/5709/570960869015/html/?utm_source=chatgpt.com

Harris, Marvin. *El Materialismo Cultural* [ocr] [1982]: Marvin Harris: Free Download, Borrow, and Streaming: Internet Archive. (1982). Internet Archive. https://archive.org/details/harris-marvin.-el-materialismo-cultural-or-1982_202407

Hernández Sampieri, R. y Mendoza Torres, C. P (2018) *Metodología de la Investigación: Las Rutas Cuantitativas, Cualitativas y Mixtas*. McGrawHillEducation.

Hernández, A. K. V. (2023). La práctica social de las políticas públicas alimentarias en México: implementación de comedores comunitarios y escolares en una comunidad indígena Mazahua 1. *Colmich*.

https://www.academia.edu/105934339/La_pr%C3%A1ctica_social_de_las_pol%C3%ADticas_p%C3%BAblicas_alimentarias_en_M%C3%A9xico_implementaci%C3%B3n_de_comedores_comunitarios_y_escolares_en_una_comunidad_ind%C3%ADgena_mazahua_1

Hernández, A., Gabriela Tamez Hidalgo, G. y Fiorella Espinosa, A. (2021). *Vida Saludable: integración de los hábitos saludables en el plan de estudios en México*. *Field Exchange* 66, p100. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7042305.pdf>

Hernández, S. y Páramo, P. (2022). La alimentación escolar, una aproximación desde el currículo: revisión sistemática. *Nómadas*, 56, 305-317. Epub April 17, 2023. <https://doi.org/10.30578/nomadas.n56a16>

Hernández-Rangel, S. H., & Páramo-Bernal, P. (2023). El comedor escolar como escenario de aprendizaje: una revisión sistemática. *Cultura Educación Sociedad*, 14(2), 49–70. <https://doi.org/10.17981/cultedusoc.14.2.2023.03>

Herrera Martínez, L. (2021). El sistema de trabajo en la escuela. *Sociedad & Tecnología*, 4(1), 38–46. <https://doi.org/10.51247/st.v4i1.74>

Instituto Nacional de Salud Pública. (2020) *Urgen políticas para reducir mala nutrición en niños y adolescentes en México*. <https://www.insp.mx/avisos/urgen-politicas-para-reducir-mala-nutricion-en-ninos-y-adolescentes-en-mexico>

Jiménez Arrunátegui, Y. R. (2020). *Hacia el buen comer y la salud desde la educación*. *Educación*, 26(2), 195–200. <https://doi.org/10.33539/educacion.2v020.v26n2.2233>

Jiménez-Parra, J.F., Manzano-Sánchez, D., Camerino, O., Castañer, M. & Valero-Valenzuela, A. (2022). Enhancing Physical Activity in the Classroom with Active Breaks: A Mixed Methods Study. *Apunts Educación Física y Deportes*, 147, 84-94. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/1\).147.09](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/1).147.09)

Kusainova, M. A., Zhapanova, R. N., Kertaeva G. M., Zhanbyrbaeva, A. T. y Alipbayeva L. E. (2021). *Ethno-pedagogical conditions for forming a healthy lifestyle in the educational process of younger schoolchildren*. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF), 39, 488-493 <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78562>

Lima Rodríguez, A. L., Hernández Barrenechea, A. L., Martínez González, L. E., Suárez Ceijas, A., Cuervo Ledo, J. M. Y López Vega, B. (2021). *La educación alimentaria y nutricional: un estudio descriptivo en la formación del docente de Biología*. *Revista Médica Electrónica*, 43(2), 3091-3102. <https://shorturl.at/gmQQ7>

López González, W. O., (2013). *El estudio de casos: una vertiente para la investigación educativa*. *Educere*, 17(56), 139-144. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35630150004>

López Luna, J. G. (2015). La influencia de los valores y actitudes de los docentes sobre el currículo escolar. *Convergencia Educativa*, 5, 31-44. <https://revistace.ucm.cl/article/view/290>

- López, M. (2006). Educar para la vida, obedeciendo la vida y guiando la vida. Cinco fábulas y una confabulación. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 36(1 y 2), 17-47. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/270/27036204.pdf>
- Lucena, N. F. (2020). REFLEXIONES DE LA EXPERIENCIA DOCENTE COMO APRENDIZAJE. *La Revista Venezolana de la Educacion*, 25(81), 657-667. <https://www.redalyc.org/journal/356/35666225026/html/>
- Luna Gijón, G., Nava Cuahutle, A. A. y Martínez Cantero, D. A. (2022). *El diario de campo como herramienta formativa durante el proceso de aprendizaje en el diseño de información*. *Zincografía*, 6(11), 245-264. <https://doi.org/10.32870/zcr.v6i11.131>
- Małachowska, A., Gębski, J., & Jeżewska-Zychowicz, M. (2023). Childhood food experiences and selected eating styles as determinants of diet quality in adulthood - a cross-sectional study. *Nutrients*, 15(10), 2256. <https://doi.org/10.3390/nu15102256>
- Mariño García, A., Núñez Velázquez, M., y Gámez Bernal, A. I. (2016). *Alimentación saludable*. Healthy Nutrition. <https://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm161e.pdf>
- Martínez Carazo, P. C. (2006) *El método de estudio de caso: estrategia metodológica de la investigación científica*. *Pensamiento y Gestión*. (20):165-193. ISSN: 1657-6276. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64602005>
- Martínez Paul, M. (2022). *Fortalecimiento de hábitos de alimentación saludables en alumnos de educación primaria*. T. Morales Reynoso (ed.), C. Jiménez Garcés (ed.) y B. Mendoza González

- (ed.), *Investigación educativa: enfoques innovadores multidisciplinario* (1 ed., pp. 171-182).
CONACYT.
- Martínez Zazo, A. B. Y Pedrón Giner, C. (2016) *Conceptos básicos en alimentación*.
<https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf>
- Martínez-Munguía, C. y Navarro Contreras, G. (2014) *Factores psicológicos, sociales y culturales del sobrepeso y la obesidad infantil y juvenil en México*, 52(Supl 1): S94-S101.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2014/ims141p.pdf>
- MEJOREDU, M. (s. f.). Los ejes articuladores: pensar desde nuestra diversidad. En *Comisión Nacional Para la Mejora Continua de la Educación*.
https://www.mejoredu.gob.mx/images/publicaciones/fasciculo4_aprendamos-comunidad.pdf
- Melchor, M., Rodríguez, J. y Díaz, M. (2016). *Comportamiento de compra y consumo de productos dietéticos en los jóvenes universitarios. Pensamiento y Gestión*. 41, 174-193.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-62762016000200008&script=sci_arttext
- Molina Sorto, F., Calix Flores, Y., Lemus Sánchez, D., Yamileth Pérez, B., Leticia Lemus, L., Hernández Pérez, F., Hernández Sánchez, A., Manueles Pérez, O., Cantarero, Z., Sánchez, J., Inés Mejía, J., Orlando Medina, O., Coello Díaz, S., Padilla Márquez, R., Pineda Meza, R., Meza Pérez, I., Vijil Reyes, L., Bueso Aguilar, C. y Mendoza Chávez M. (2016). *Guía de Entornos y Estilos de Vida en Comunidades Indígenas Lencas*.
<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Moreno Villares, J. M., Galiano Segovia, M. J. (23 de octubre de 2018). *Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. Pediatría integral*.
<https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente/>
- Moscoso-Loaiza, L. F., & Díaz-Heredia, L. P. (2018). Adopción de comportamientos saludables en la niñez: análisis del concepto. *Aquichan*, 18(2), 171-185.
<https://doi.org/10.5294/aqui.2018.18.2.5>
- Nazar, G., Petermann-Rocha, F., Martínez-Sanguinetti, M. A., Leiva, A. M., Labraña, A. M., Ramírez-Alarcón, K., Martorell, M., Ulloa, N., Lasserre-Laso, N., Troncoso-Pantoja, C., Parra-Soto, S., & Celis-Morales, C. (2020). Actitudes y prácticas parentales de alimentación infantil: Una revisión de la literatura. *Revista Chilena De Nutrición*, 47(4), 669–676.
<https://doi.org/10.4067/s0717-75182020000400669>
- Ojeda Sánchez, A., Rangel Yopez, C., Y Mecalco Herrera, C. (2019). Situación actual de la alimentación e intervención social en México: una revisión crítica. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 10(2), 218-231. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.2.559>
- Okuda Benavides, M. y Gómez Restrepo, C., (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 118-124.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000100008&lng=en&tlng=es.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2019). *El Estado de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el Mundo*.

<https://www.fao.org/3/ca5162es/ca5162es.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2014). Entornos alimentarios y alimentación escolar saludables. <https://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/>

[work/food-environment/es/](https://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/)

Oyarce Merino, K., Valladares Vega, M., Elizondo Vega, R. y Obregón, A. M. (2016). *Conducta alimentaria en niños*. *Nutrición Hospitalaria*, 33(6), 1461-

1469. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.810>

Paulus, M., Kunkel, J., Schmidt, S. C. E., Bachert, P., Wäsche, H., Neumann, R., & Woll, A. (2021). Standing Breaks in Lectures Improve University Students' Self-Perceived Physical, Mental, and Cognitive Condition. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8),

4204. <https://doi.org/10.3390/ijerph18084204>

Małachowska, A., Gębski, J., y Jeżewska-Zychowicz, M. (2023). Childhood food experiences and selected eating styles as determinants of diet quality in adulthood—a cross-sectional study. *Nutrients*, 15(10), 2256.

Pietribiassi, J. (2021). *Tecnicatura superior en promotores de salud y agente sanitario: Cátedra: Nutrición*. Instituto Tecnológico Superior Cordillera. Docplayer. <https://doi.org/10.3390/nu15102256>

Rangel Peniche, D.B., Arellano-Jiménez, R. y Hernández-Gómez, R. G. (9 de octubre de 2013). Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria, Estrategia Contra el Sobrepeso y la Obesidad; Particularidades para el Estado de Querétaro. National Agreement for Food Health: Strategy

- Against Overweight and Obesity, particularities for the state of Queretaro.
https://www.uaq.mx/investigacion/revista_ciencia@uaq/ArchivosPDF/v6-n2/11Articulo.pdf
- Reales Chacón, L., Robalino Morales, G., Peñafiel Luna, A., Cárdenas Medina, J. y Cantuña-Vallejo, P. (2022). El Muestreo Intencional No Probabilístico como herramienta de la investigación científica en carreras de Ciencias de la Salud. *Universidad Y Sociedad*, 14(S5-), 681-691. Recuperado a partir de <https://docplayer.es/13239735-Tecnicatura-superior-en-promotores-de-salud-y-agente-sanitario-catedra-nutricion.html>
- Ríos Reyna, R. R., Catillo Ruiz, C. R., Diaz Ramírez, D. R., Almanza Cruz, A. C., Vázquez Nava, V. N., & alemán Castillo, A. C. (2022). *Efecto de una intervención nutricional en el consumo de alimentos en escolares de educación básica de Reynosa, Tamaulipas, México*. *Archivos Latinoamericanos de nutrición*. <https://www.alanrevista.org/ediciones/2022/3/art-1/>
- Ríos Martínez, K. M. (2019) La entrevista semiestructurada y las fallas en la estructura. La revisión del método desde una psicología crítica y como una crítica a la psicología. <https://revistas.uaa.mx/index.php/caleidoscopio/article/view/1203/1156>
- Rivas, L. (2015). *Definición de variables o categorías de análisis*. En L. Rivas, *¿Cómo hacer una tesis?* México. Ed. Taller Abierto. https://www.researchgate.net/publication/286288002_Capitulo_6_La_definicion_de_variables_o_categorias_de_analisis
- Rodríguez Cervera, C. L., Veitía Arrieta, I.J., Escalona Leyva, M. y González Rodríguez E. F. (2019). *Estrategia de preparación al docente para desarrollar estilos de vida saludables desde*

la Enseñanza Primaria. Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores.
<https://shorturl.at/rzPVY>

Rodríguez Espitia, D. F. (2024). *DESCRIPCIÓN DE FACTORES DEL ENTORNO ALIMENTARIO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS QUE AFECTAN SU ESTADO NUTRICIONAL Y ACTIVIDAD FÍSICA. UNA REVISIÓN DE LITERATURA.* [CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA, BOGOTÁ, D.C].
<https://apidspace.javeriana.edu.co/server/api/core/bitstreams/df83e524-0d14-489a-af8c-a4fc846f82b0/content>

Romero Viamonte, K., Salvent Tames, A. y Almarales Romero M. (2018) *Lactancia materna y desnutrición en niños de 0 a 6 meses.* Revista Cubana de Medicina Militar 47 (4) [aprox. 11 p.]
<https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/243>

Sánchez Gómez, M. C. S., & Revuelta Domínguez, F. I. R. (2005). *El proceso de transcripción en el marco de la metodología de investigación cualitativa actual.*
<https://revistas.usal.es/tres/index.php/0212-5374/article/view/4247/4262>

Secretaría de Agricultura Y Desarrollo Rural, [SADER], (2020, 12 octubre). *Estrategia de Educación Nutricional y su importancia para combatir.* . . . gov.mx.
<https://www.gob.mx/agricultura/articulos/estrategia-de-educacion-nutricional-y-su-importancia-para-combatir-el-sobrepeso-y-obesidad-en-mexico?idiom=es>

Secretaría de Agricultura Y Desarrollo Rural, S. (2020). *Estrategia de Educación Nutricional y su importancia para combatir.gov.mx.* <https://www.gob.mx/agricultura/articulos/estrategia-de-educacion-nutricional-y-su-importancia-para-combatir-el-sobrepeso-y-obesidad-en-mexico?idiom=es>

Secretaría de Educación Pública. (2021) *Diplomado - Vida Saludable. Gob.mx.*
<https://dgfc.siged.sep.gob.mx/VidaSaludable/index.html>

Secretaría de Educación Pública. Acuerdo Nacional Para la Salud Alimentaria. *Estrategia Contra el Sobrepeso y la Obesidad, Gobierno Federal, Secretaría de Salud, (2010).*
http://portal.salud.gob.mx/descargas/pdf/ANSA_acuerdo_original.pdf

Secretaría de Planeación, Finanzas y Administración — Subsecretaría de Planeación. (s. f.).
Información demográfica y social del municipio de Chignautla: Población 35,223 / 51,93 %
mujeres – 48,07 % hombres [Página web]. Portal de información municipal y regional del
Gobierno del Estado de Puebla.
<https://ceigep.puebla.gob.mx/fichas/demosocial/54/CHIGNAUTLA>

Secretaría de Salud (SSA), Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), GISAMAC & UNICEF. (2023).
Guías Alimentarias Saludables y Sostenibles para la Población Mexicana – 2023. México.
<https://www.gob.mx/promosalud/documentos/guias-alimentarias-para-la-poblacion-mexicana?state=published>

Secretaría de Salud Pública y de Educación Pública (2024). Acuerdo mediante el cual se establecen los
Lineamientos generales a los que deberán sujetarse la preparación, la distribución y el
expendio de los alimentos y bebidas preparados, procesados y a granel, así como el fomento
de los estilos de vida saludables en alimentación, dentro de toda escuela del Sistema
Educativo Nacional. Diario Oficial de la Federación.
https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5740005&fecha=30/09/2024&print=true

Secretaría de Salud. (2025). *Proyecto comunitario* (v. 08). Vida Saludable.

<https://vidasaludable.gob.mx/storage/recursos/materiales/Proyecto-comunitario-v08-250225.pdf>

Secretaría de Salud. (s.f.). *Vida Saludable*. Gobierno de México. Recuperado el 01 de junio de 2025.

<https://www.vidasaludable.gob.mx/>

Shamah-Levy, T., Gaona-Pineda, E. B., Cuevas-Nasu, L., Valenzuela-Bravo, D. G., Morales-Ruan, C.,

Rodríguez-Ramírez, S., ... & Villalpando-Carrión, S. (2024). Sobrepeso y obesidad en población escolar y adolescente. *salud pública de méxico*, 66(4, jul-ago), 404-413. Recuperado de

<https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2023/doctos/analiticos/15842-Texto%20del%20art%C3%ADculo-82492-3-10-20240822.pdf>

Sistema Nacional DIF. (15 de octubre de 2021). Programas alimentarios del DIF logran disminuir desnutrición severa y moderada en población escolar. Gobierno de México. Recuperado de

<https://www.gob.mx/difnacional/articulos/programas-alimentarios-del-dif-logran-disminuir-desnutricion-severa-y-moderada-en-poblacion-escolar?idiom=es>

Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (s. f.). *Programa de alimentos escolares*.

<https://www.dif.cdmx.gob.mx/programas/programa/programa-de-alimentos-escolares>.

Soto Ramírez, E. R., Escribano Hervis, E. El método estudio de caso y su significado en la investigación

educativa Franco, A. (2019) Procesos formativos en la investigación educativa. Diálogos, reflexiones, convergencias y divergencias. (pp. 203-221).

Telencuestas. (s. f.). Población de Chignautla, Puebla, en 2020. <https://telencuestas.com/censos-de-poblacion/mexico/2020/puebla/chignautla>

Tenorio Palos, Y. (2017, octubre). *Relación entre el entorno alimentario y el porcentaje de grasa corporal en niños escolares de Santa Cruz, Querétaro* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Querétaro]. Repositorio Institucional UAQ. <http://ri-ng.uaq.mx/handle/123456789/1262>

Torres Meza, A., Cisneros Herrera, J. y Guzmán Díaz, G. (2022) *Comportamiento alimentario: Revisión conceptual Feeding behavior: a conceptual review*. Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula. Vol. 9, No. 17, 38-44. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/issue/archive>

UNICEF México. (s. f.). *Salud y nutrición*. Recuperado el 26 de junio de 2025, de <https://www.unicef.org/mexico/salud-y-nutrici%C3%B3n>

Varela Arévalo, M. T., Tenorio Banguero, Ángela X., & Duarte Alarcón, C. (2018). Prácticas parentales para promover hábitos saludables de alimentación en la primera infancia en Cali, Colombia. *Revista Española De Nutrición Humana Y Dietética*, 22(3), 183–192. <https://doi.org/10.14306/renhyd.22.3.409>

Vargas, A. L., Lozano, M. de L., y Romero L. (2023). La asignatura Vida Saludable: Intersectorialidad emergente en favor de la Salud Pública. Una aproximación desde la experiencia. *Revista Educación y Sociedad*, 4(7), 58- 71. <https://doi.org/10.53940/reys.v4i7.131>

Velandia Castro NY, Cárdenas Cárdenas LM, Agudelo Cely NA. ¿Qué ofrecen las tiendas escolares y qué consumen los estudiantes durante el descanso? Estudio en la ciudad de Tunja, 2009. *Hacia Promoc. Salud* [Internet]. 1 de enero de 2011 [citado 27 de mayo de 2025];16(1):99-109. Disponible en: <https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/1999>

Villarreal-Puga, J., & Cid García, M. (2022). La Aplicación de Entrevistas Semiestructuradas en Distintas Modalidades Durante el Contexto de la Pandemia. *Revista Científica Hallazgos*21, 7(1), 52- 60. <http://revistas.pucese.edu.ec/hallazgos21/>

Yamamoto, J., Holloway, S., & Suzuki, S. (2016). Participación de los padres en la educación de los niños: factores motivadores en Japón y los EE. UU. *The School Community Journal*, 26(1), <http://www.adi.org/journal/2016ss/YamamotoEtAlSpring2016.pdf>