

Educación y calidad alimentaria: una mirada a la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible

Education and Food Quality: A Reflection on the General Law on Adequate and Sustainable Food

GISELA GARCÍA GARZA*

Academia Interamericana de Derechos Humanos

Universidad Autónoma de Coahuila

ORCID: 0000-0002-0265-8071

Fecha de recepción: 20 mayo 2026

Fecha de aceptación: 04 junio 2026

El entorno escolar moldea qué tan accesibles, deseables y convenientes son cierto tipo de alimentos durante la estancia de niñas, niños y adolescentes en la escuela; pero también es un espacio donde desarrollan hábitos que pueden durar toda su vida.

(UNICEF 2022)

SUMARIO: I. Introducción. II. La educación como motor del desarrollo social. III. Derecho humano a la alimentación: un reto para las políticas públicas educativas. IV. Acceso a información nutricional saludable: un derecho fundamental. 1. Artículo 19 de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible. V. El papel de la capacitación en el desarrollo institucional. VI. Conclusiones.

* Doctora en Educación, por la Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades de la universidad Autónoma de Coahuila. Maestra en Docencia, por la Universidad Autónoma del Noreste. Especialista en Género y Derechos Humanos, por la Academia Interamericana de Derechos Humanos, de la Universidad Autónoma de Coahuila. Actualmente Coordinadora de Proyectos de Educación de la Academia Interamericana de Derechos Humanos y Profesora de Posgrado de la Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades.

RESUMEN: El presente artículo destaca la importancia de la formación de las personas en temas vinculados con la nutrición como componente esencial del ámbito educativo. Asimismo, analiza cómo la educación no solo resulta necesaria, sino que, a partir de la promulgación de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAS), se configura como una obligación ineludible para las instituciones educativas, al constituir uno de los medios más efectivos para proporcionar, desde edades tempranas, la información y conocimientos que permitan tomar decisiones adecuadas sobre hábitos nutricionales que contribuyan a una vida digna. De igual forma, se aborda el reconocimiento constitucional del derecho a la alimentación en México, incorporado hasta octubre de 2011 en el artículo 4 constitucional como derecho de toda persona a una alimentación nutritiva, suficiente y de calidad, estableciendo la obligación del Estado de garantizarlo. Asimismo, el artículo enfatiza cómo, a partir de ello, se han desarrollado diversas disposiciones jurídicas y políticas públicas orientadas a fortalecer este derecho y transformar la educación alimentaria, dejando atrás el enfoque meramente biológico para promover prácticas que sensibilicen al alumnado y fomenten nuevos estilos de vida. Del análisis realizado se advierte que dichas iniciativas han resultado insuficientes frente a prácticas alimenticias profundamente arraigadas en la cultura nacional. Por ello, trasladar estos programas a las aulas exige superar el enfoque exclusivamente teórico y promover reflexiones críticas y razonadas que permitan cambios genuinos y sostenibles. En este contexto, la LGAAS, publicada el 17 de abril de 2024, reconoce la necesidad de asegurar los requerimientos alimentarios para una vida digna. En consecuencia, el presente análisis destaca la importancia de integrar contenidos nutricionales en los planes de estudio y capacitar al profesorado como principal agente de cambio.

ABSTRACT: This article highlights the importance of training people in topics related to nutrition as an essential component of the educational field. It also analyzes how education is not only necessary, but, following the enactment of the General Law of Adequate and Sustainable Food (LGAAS), it is established as an unavoidable obligation for educational institutions, as it constitutes one of the most effective means to provide, from an early age, the information and knowledge that allow making appropriate decisions about nutritional habits that contribute to a dignified life. In the same way, the constitutional recognition of the right to food in Mexico is addressed, which was incorporated until October

2011 in Article 4 of the Constitution as the right of every person to nutritious, sufficient, and quality food, establishing the obligation of the State to guarantee it. Likewise, the article emphasizes how, from this point, various legal provisions and public policies have been developed to strengthen this right and transform food education, leaving behind the merely biological approach to promote practices that raise awareness among students and encourage new lifestyles. From the analysis carried out, it is noted that these initiatives have proven insufficient in the face of eating practices deeply rooted in the national culture. Therefore, transferring these programs to the classrooms requires overcoming the exclusively theoretical approach and promoting critical and reasoned reflections that allow genuine and sustainable changes. In this context, the LGAAS, published on April 17, 2024, acknowledges the need to ensure food requirements for a dignified life. Consequently, the present analysis highlights the importance of integrating nutritional content into the curricula and training teachers as the main agents of change.

PALABRAS CLAVE: *Educación en derechos humanos, derecho a la alimentación, educación nutricional, hábitos alimentarios.*

KEYWORDS: *human rights education, right to food, nutritional education, eating habits.*

I. INTRODUCCIÓN

La educación institucional constituye un pilar trascendental para el progreso de las sociedades, ya que no solo permite el desarrollo intelectual y profesional de las personas, sino que también juega un papel esencial en la construcción de sociedades más justas, equitativas y respetuosas de los derechos humanos. En este contexto, la educación se convierte en una herramienta poderosa para la transmisión de conocimientos científicos y valores democráticos, entre ellos, los que engloban los derechos fundamentales.

Uno de esos derechos humanos es el relativo a la alimentación adecuada; a través de él se garantiza a toda persona el acceso a alimentos suficientes, nutritivos y culturalmente apropiados para

llevar una vida saludable. A través de la educación, es posible sensibilizar a la ciudadanía sobre la importancia de este derecho, su impacto en la salud, el bienestar personal que procura y su vínculo con otros derechos fundamentales, como, por ejemplo, el derecho a la salud y a un nivel de vida adecuado.

Las presentes líneas resaltarán la magnitud de la formación de las personas en temas vinculados con la nutrición como componente esencial del ámbito educativo. Esta educación no solo resulta necesaria, sino que, a partir de la promulgación de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible (en adelante LGAAS) constituye una obligación ineludible para las instituciones educativas, ya que se erigen como uno de los medios más efectivos para proporcionar, desde edades tempranas, información y conocimientos que permitan tomar decisiones adecuadas sobre hábitos nutricionales que contribuyan a una vida digna.

Es importante destacar que la presente investigación no tiene por objeto analizar las causas estructurales que originan las problemáticas relacionadas con la cultura de la mala alimentación, tales como la condición de pobreza, la desigualdad económica, el acceso limitado a alimentos saludables o los hábitos familiares; se hará hincapié en la obligación de las instituciones educativas respecto a la construcción en México, de una nueva cultura alimentaria basada en hábitos nutricionales saludables, partiendo de la hipótesis de que las nuevas disposiciones no solo garantizan el derecho a una alimentación adecuada, sino que también incorporan medidas orientadas a fomentar prácticas alimentarias saludables.

Cabe mencionar que el artículo favorece un enfoque jurídico-analítico basado en la revisión de normativas y bibliografía especializada. A través del análisis e interpretación de las normas jurídicas desde una perspectiva de derechos humanos, se analiza el contenido de la LGAAS para determinar la hipótesis planteada.

II. LA EDUCACIÓN COMO MOTOR DEL DESARROLLO SOCIAL

Para abordar adecuadamente nuestro tema principal es importante, primeramente, destacar el papel fundamental que desempeña la educación institucional en el progreso y bienestar de las sociedades. Ello porque esta se consolida como el componente principal e indispensable no solo para el desarrollo social, sino también para garantizar que las personas gocen de un desarrollo integral, es decir, en sus diferentes dimensiones.

Esta idea la expone Morales, quien valora que, “el desarrollo humano constituye un objetivo de todos los tiempos, al que la educación como proceso de transformación integral del hombre, le ofrece los medios para impulsar las condiciones que posibiliten su desempeño individual y social” (2020: 382).

Sumado a lo anterior se considera que, lograr el desarrollo integral de las personas incide directamente en el desarrollo de sus capacidades, y en ese sentido, la educación es igualmente determinante, ya que no solo se enfoca en transmitir información o conocimientos, sino que acompaña el desarrollo de habilidades y competencias personales, lo que nos permite alcanzar el bienestar *integral* en todas las dimensiones de vida —física, social, económica, cultural, ambiental, emocional, intelectual, espiritual, entre otras—.

Asimismo, la educación es —o debe ser— una herramienta estratégica para reducir las desigualdades y construir sociedades más justas, equitativas y con mayores oportunidades de desarrollo sostenible a largo plazo; además, legitima el progreso y bienestar social.

De esta manera, en la educación recae la enorme responsabilidad de favorecer no solo la superación de las brechas sociales existentes, sino también la promoción de entornos más justos, igualitarios, sostenibles y comprometidos con el bienestar común, y, sobre todo, tiene la responsabilidad de educar para mejorar la calidad de vida de las personas y sus comunidades.

En este contexto de responsabilidad, la educación desempeña, igualmente, un papel primordial en la enseñanza y sensibilización en materia de derechos fundamentales, incluido, por supuesto, el derecho a la alimentación.

Propiciar formación en temas vinculados con la nutrición debe ser un imperativo para las instituciones educativas, ya que, ello podría marcar la diferencia para transitar de ciclos sociales de mala alimentación hacia prácticas sostenibles que garanticen a las personas la oportunidad de vivir de manera saludable.

Respecto a esta responsabilidad, González *et al.* consideran que, “una mejor comprensión conceptual, es un factor que puede contribuir a la toma de decisiones certeras frente a aspectos que derivan de su salud nutricional” (2021). Por ello, es fundamental que la educación nutricional forme parte de los contenidos pedagógicos que el Estado mexicano promueve dentro del sistema educativo, asegurando su presencia en todos los niveles de enseñanza.

Sin embargo, su inclusión en los niveles educativos básicos — preescolar, primaria y secundaria— cobra una relevancia especial, ya que en esas etapas se sientan las bases del aprendizaje y se forjan los hábitos que acompañarán al estudiantado a lo largo de su vida.

Es en estos primeros años de formación cuando las personas deben recibir una adecuada orientación nutricional, de manera que, al llegar a niveles educativos superiores ya se hayan interiorizado estos conocimientos esenciales, permitiéndoles adoptar hábitos alimenticios responsables y conscientes. Sobre este tema Sánchez *et al.* concluyen lo siguiente:

“En cursos inferiores el conocimiento sobre algunos conceptos suele ser más superficial y a medida que avanza en la secundaria van profundizando o matizando dichos contenidos. En este sentido, algunos conceptos pueden resultar abstractos y descontextualizados, y se ha observado que a medida que avanza su es-

colarización y su maduración cognitiva estos conceptos se van asimilando y adquieren sentido en su contexto real” (2023: 321)¹.

Estos primeros cambios en las ideas y percepciones de las personas —particularmente en las infancias—, tienen un impacto significativo en la formación y desarrollo de nuevos estilos de vida. Por ello, estos procesos de enseñanza deberán organizarse en contenidos conceptuales —saber—, procedimentales —hacer— y actitudinales —ser— de manera integral.

Esta necesidad de aprendizaje otorga al Estado la responsabilidad de rediseñar y reestructurar los planes, programas y métodos educativos, con el propósito de orientar al estudiantado hacia prácticas saludables y sostenibles desde edades tempranas. Díaz comenta que, “siempre será más fácil que los valores se adopten como estilo de vida desde temprana edad y no más adelante” (2017: 198).

III. DERECHO HUMANO A LA ALIMENTACIÓN: UN RETO PARA LAS POLÍTICAS PÚBLICAS EDUCATIVAS

El reconocimiento constitucional del derecho a la alimentación en México es relativamente reciente. Fue apenas en octubre de 2011, cuando a través de una reforma al artículo 4 constitucional se incorporó la siguiente disposición: *Toda persona tiene derecho a la alimentación nutritiva, suficiente y de calidad. El Estado lo garantizará.* Este reconocimiento eleva el mencionado derecho a rango constitucional, lo cual obliga al Estado mexicano a adoptar medidas para su plena garantía. Sin embargo, para lograrlo es indispensable interpretar y aplicar aquella disposición con otras de rango constitucional como lo es el artículo 1º, el cual establece, entre

¹ En este estudio de caso basado en una investigación cuantitativa, la muestra estudiada está compuesta por 182 alumnos —47,8% hombres y 52,2% mujeres—. En él se concluye, principalmente, que las y los estudiantes profundizan en los conceptos sobre nutrición y alimentación conforme va revisando los conceptos en diferentes momentos de su desarrollo cognitivo, y son aprendidos significativamente.

otras cosas, la obligación del Estado de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos conforme a los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad.

Constriniéndonos al tema principal de las presentes líneas, educación y calidad alimentaria, se insiste en el artículo 1º constitucional, disposición que, de manera categórica, establece que todas las autoridades, incluidas las educativas, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promoverlos, respetarlos, protegerlos y garantizarlos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad.

En tal sentido, para garantizar el derecho a la alimentación, el Estado debe legislar para con ello, entre otros muchos aspectos, impulsar las políticas educativas que generen consciencia sobre qué es y por qué es relevante el derecho a una alimentación adecuada.

Como consecuencia de la reforma que reconoció el derecho a la alimentación, se ha ido legislando una serie de disposiciones jurídicas que reafirman la importancia de este derecho. Diversas voces han identificado la necesidad de esos cambios normativos. Fernández (2011) identificó que, a partir de la reforma constitucional de 2011, se abriría paso a la creación de leyes y a la revisión de políticas públicas con enfoque en derechos humanos, subrayando el derecho a la alimentación.

Por su parte, Leyva y Sandoval (2022) concluyen que, si bien existe un reconocimiento convencional y constitucional del derecho humano a los alimentos y, por consiguiente, una obligación del Estado mexicano, enfatizan que las garantías establecidas por el Estado mexicano no han sido suficientes para asegurar este vital derecho.

Si bien es cierto que pudiéramos coincidir con Leyva y Sandoval, lo cierto es que la reforma de octubre de 2011 marcó un parteaguas para el derecho a la alimentación en México, incluyendo la educación para alcanzar una formación alimentaria *adecuada*.

En efecto, aunado a las disposiciones establecidas en la reforma del 2011, existe un marco constitucional y legal que ha permitido el desarrollo progresivo del derecho a la alimentación. Leyes como la Ley General de Desarrollo Social² y la Ley General de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes³ coinciden en reconocer la alimentación como un derecho fundamental, y establecen obligaciones claras para el Estado en su garantía y cumplimiento.

En el mismo sentido, existe un marco convencional que reconoce expresamente el derecho a la alimentación. El Pacto Internacional de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales⁴ reconoce, en su artículo 11, el derecho de toda persona a un nivel de vida adecuado para sí, incluyendo la alimentación. Asimismo, la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer⁵ atribuye a los Estados la obligación de garantizar la igualdad de condiciones para que las personas accedan a los alimentos.

Lastimosamente, a pesar de que, desde hace algunas décadas se han venido desarrollando marcos normativos orientados a promover la garantía del derecho a la alimentación que inciden directamente en la obligación de las instituciones educativas de brindar información y formación en temas de nutrición, la realidad es que la enseñanza nutricional superficial o inexistente no ha podido ser combatida efectivamente en las aulas mexicanas.

² Establece en el artículo 6 que “son derechos para el desarrollo social la educación, la salud, la alimentación nutritiva y de calidad”, garantizando el ejercicio de los derechos sociales y promoviendo el bienestar de la población.

³ Reconoce en el artículo 37 fracc. II que la obligación del Estado de diseñar, implementar y evaluar programas, políticas públicas que eliminen los obstáculos que impiden la igualdad de acceso a la alimentación —entre otras—.

⁴ Instrumento aprobado por la Asamblea General de Naciones Unidas el 16 de diciembre de 1966, el cual fue ratificado por México el 23 de marzo de 1981.

⁵ Instrumento aprobado por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1979, el cual fue ratificado por México el 23 de marzo de 1981.

A pesar de esta realidad y de las graves consecuencias en materia de salud, en muchos contextos educativos se ha dejado de lado que dichos actos atentan directamente contra la dignidad humana. Esta problemática pareciera mantenerse como una carencia sistémica e histórica en México.

Como se mencionó, la reforma al artículo 4 constitucional sentó las bases para el desarrollo progresivo del derecho a la alimentación. Las nuevas disposiciones no solo garantizan el derecho a alimentarse adecuadamente, sino que incorporan medidas orientadas a promover una alimentación saludable, a reducir el desperdicio de alimentos, a promover una agricultura sostenible y, de manera directa, obligan a las instituciones educativas a impulsar la educación alimentaria. Esto con el fin de mejorar las decisiones alimentarias de las y los estudiantes; en otras palabras, el cuerpo normativo actual exige a las escuelas implementar estrategias que ayuden al alumnado a tomar decisiones alimentarias conscientes.

En atención a ello, la Secretaría de Educación Pública (SEP) ha asumido la responsabilidad —obligación— de generar e implementar transversalmente en las instituciones educativas, programas tendentes a promover una cultura alimentaria adecuada, y a la construcción de hábitos saludables desde edades tempranas.

En los últimos años, han surgido programas como *Cosechando Soberanía*⁶ o *Alimentación para el Bienestar*⁷ como políticas públicas orientadas a transformar la manera en que se conciben la alimentación, la nutrición y la sostenibilidad. En este mismo sentido, instituciones clave como la SEP y la Secretaría de Salud han establecido

⁶ Programa de la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural del Gobierno de México, de apoyo integral para las y los pequeños y medianos productores para aumentar el abasto nacional de alimentos de la canasta básica, implementado en abril de 2025.

⁷ Programa de la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural del Gobierno de México, de apoyo para garantizar que las y los mexicanos coman sano y nutritivo, implementado en enero de 2025.

lineamientos dirigidos a las escuelas, con el objetivo de fomentar la alimentación saludable desde las aulas.

Dichos lineamientos tienen como finalidad “reforzar el eje articulador de Vida Saludable en la Nueva Escuela Mexicana (NEM), con la formulación de contenidos en los Libros de Texto Gratuitos (LTG) que promuevan estilos de vida saludables y de educación para la salud” (SEP 2024).

Estas políticas públicas han transformado la educación alimentaria, al dejar de concebirla como un enfoque meramente biológico, para convertirse en un conjunto de prácticas que sensibilizan al alumnado y promueven nuevos estilos de vida. También propician la adopción de estilos de vida permeados por esas filosofías desde la educación.

Lastimosamente, crear, difundir e implementar esas iniciativas, ha resultado insuficiente ante los hábitos alimenticios históricos existentes en la cultura nacional. Prohibir ciertos alimentos chatarra en las escuelas, aunque resulta una medida útil para *controlar* su consumo, en la realidad no educa ni propicia nuevos hábitos alimenticios.

Del mismo modo, aun partiendo del supuesto optimista de que las políticas públicas se implementen de manera efectiva, por ejemplo, al impartir en las aulas *teoría sobre nutrición adecuada*, esto no garantiza la integración de hábitos alimenticios saludables en la vida cotidiana de las personas. Es probable que el *cumplimiento* de esas políticas responda más al miedo a posibles sanciones que a una convicción auténtica por formar hábitos saludables desde la verdadera transformación cultural.

Es decir, estas iniciativas parecen no estar alcanzando el impacto esperado dentro de las aulas ni lograr consolidarse como filosofías de vida en las y los estudiantes. En ese sentido, “ser un docente, no sólo implica enseñar y dejar que los estudiantes asimilen los conocimientos de manera mecánica, implica tener claro el tipo de es-

tudiante que queremos en nuestras aulas, con ideas claras” (Compi *et al.* 2021: 53), por lo que, resulta fundamental visibilizar y generar una real conciencia dentro de las instituciones educativas, sobre la existencia, relevancia y sentido de estos programas.

Es decir, trasladar estos programas a las aulas debe superar el enfoque meramente teórico; además es necesario que esa formación se acompañe de una reflexión crítica y razonada, que permita en el alumnado una real comprensión de por qué sus decisiones y de las posibles consecuencias que tienen en su bienestar personal.

Por ello, la educación nutricional debe permear las currículas, sí con teoría y acciones restrictivas o prohibiciones⁸, pero principalmente, a partir de una real reconstrucción de filosofías de vida, basadas en la autonomía, la responsabilidad y, sobre todo, en el convencimiento propio. Solo así, la educación podrá representar la clave en la construcción de una cultura alimentaria comprometida con el bienestar de las personas⁹.

Cabe destacar la importancia de las disposiciones jurídicas y políticas públicas que el gobierno ha implementado en materia de reconocimiento y garantía del derecho a la alimentación adecuada, ya que, si bien aún no alcanzan plenamente sus objetivos, sí establecen un punto de partida esencial en la construcción de una nueva cultura de bienestar en la población mexicana.

⁸ Referente a lineamientos como la prohibición de venta de alimentos ultra procesados y con bajo valor nutricional, que entrarán en vigor y serán obligatorios a partir del 29 de marzo de 2025 en todas las escuelas de los tres tipos educativos del Sistema Educativo Nacional: Básica, Media Superior y Superior —establecidos por la Secretaría de Educación Pública—.

⁹ Si bien la educación constituye una herramienta fundamental para la promoción del derecho a la alimentación adecuada, diversos autores han señalado que las decisiones alimentarias también se encuentran condicionadas por factores económicos, sociales y estructurales. En consecuencia, la educación nutricional no debe entenderse como una medida aislada, sino como parte de una estrategia integral.

A partir de la difusión de información nutricional oportuna y accesible, se pueden sentar las bases para la toma de decisiones alimentarias conscientes, capaces de transformar hábitos de vida.

Lo expuesto, confirma la importancia de conocer, y difundir e implementar las políticas referentes al derecho a la alimentación nutricional saludable referidas en la LGAAS, la cual establece, como ya se dijo, bases importantes para la promoción, protección, respeto, y garantía del derecho a la alimentación adecuada.

IV. ACCESO A INFORMACIÓN NUTRICIONAL SALUDABLE: UN DERECHO FUNDAMENTAL

1. Artículo 19 de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible

El 17 de abril de 2024 se publicó en el Diario Oficial de la Federación la *Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible*¹⁰, cuerpo normativo que contiene disposiciones orientadas a la promoción, protección, respeto y garantía del derecho humano a una alimentación adecuada, vinculando en ella un enfoque de derechos humanos.

Entre sus principales disposiciones, esta ley establece la prioridad del derecho a la salud; la obligación de las autoridades federales de garantizar el ejercicio pleno del derecho a la alimentación adecuada, así como la distribución justa y equitativa de los alimentos. Además, reconoce la necesidad de asegurar los requerimientos alimentarios para que la población mexicana pueda vivir con dignidad.

De manera particular, en su artículo 18 destaca la obligación de promover la alimentación adecuada y educación nutricional

¹⁰ Ley reglamentaria del derecho a la alimentación adecuada, en los términos establecidos en los artículos 4º, tercer párrafo; 27, fracción XX, segundo párrafo y 73, fracción XXIX-E, de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

desde los ámbitos escolares¹¹, y menciona que los programas educativos deberán contener mínimamente: a) el significado de alimentación adecuada; b) la pertinencia cultural, ecológica, económica y social del consumo regular de alimentos locales; c) el fomento al consumo y producción local de alimentos, mediante la promoción de huertos comunitarios; d) la forma de leer e interpretar las etiquetas e información nutrimental de los productos; e) los tipos de alimentos y bebidas, sus contenidos y las cantidades que pueden llegar a afectar la salud, así como las consecuencias prácticas de ese daño en el individuo y la comunidad; f) orientación nutricional para la preparación de dietas nutritivas, suficientes, sostenibles y de calidad de acuerdo con el contexto y requerimientos de la persona; g) la promoción del consumo de productos naturales, y h) la importancia de la educación y activación física para el logro de una vida saludable.

La LGAAS establece los principios y bases para garantizar el derecho de todas las personas a una alimentación adecuada. Dentro de sus disposiciones generales, contempla los principios y bases para la promoción, protección, respeto y garantía de este derecho, priorizando el derecho a la salud. Su artículo 5 establece la obligación de todas las autoridades del Estado de promover, respetar y proteger el ejercicio del derecho a la alimentación adecuada.

Es relevante mencionar que esta disposición se refiere a todas las autoridades, asumiendo que, las instituciones educativas también adquieren la obligación de promover, respetar y proteger el ejercicio del derecho a la alimentación adecuada. Esto refuerza el compromiso de garantizar entornos escolares que favorezcan este cambio cultural.

En relación con la posibilidad de que las instituciones educativas, en su intento por dar cumplimiento a los lineamientos

¹¹ En términos generales, establece que la Secretaría de Educación Pública, en coordinación con la Secretaría de Salud, el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia fomentarán programas, acciones y campañas permanentes, en materia de información y educación nutricional.

establecidos en la citada ley, actúen más por temor a sanciones que por convicciones genuinas de formar hábitos saludables mediante una verdadera transformación cultural, es importante destacar lo dispuesto en el artículo 11; disposición que establece, respecto al cumplimiento de dichos lineamientos, la prohibición para las instituciones federales de actuar de manera parcial o desde intereses institucionales, advirtiéndole que, en su caso, serán sancionadas conforme a los términos de la ley.

En este caso, si bien la ley establece un marco relevante para garantizar la imparcialidad en sus lineamientos, el cumplimiento dependerá de la autenticidad del compromiso asumido por las instituciones. Sin convicciones reales, los cambios resultarían superficiales, y, sobre todo, no sostenibles, por ello el cambio deberá ser genuino, y deberá ir más allá de un estricto cumplimiento normativo.

En lo que respecta a la promoción y consumo de alimentos adecuados, se resaltan las siguientes disposiciones:

- 1) Artículo 16. El Estado mexicano, a través de las autoridades competentes deberá promover el derecho a la alimentación adecuada para las y los alumnos.
- 2) Artículo 17. Las instituciones de educación media superior y superior promoverán el consumo de alimentos adecuados.

Promover el derecho a la alimentación incorporando la expresión *adecuada*, implica una evolución sustantiva en la finalidad de este derecho, al pasar de una mera garantía del acceso a alimentos hacia la capacidad de reflexionar críticamente sobre prácticas de alimentación saludable. En ese sentido, la responsabilidad de las instituciones educativas trasciende la simple transmisión de conocimientos teóricos, para convertirse en un espacio de formación integral orientado a la adopción de nuevos estilos de vida saludables.

Asimismo, esta responsabilidad la adquieren, según lo estipulado en el artículo 18 de la LGAAS, la cual estipula que los organismos gubernamentales que estarán a cargo de dichos lineamientos serán la Secretaría de Educación Pública, en coordinación con la Secretaría de Salud, el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia y sus homólogos en las entidades federativas, y señala, incluso, los contenidos mínimos que deberán incluir los programas educativos¹².

De manera más puntual, el artículo 19 fortalece la obligación de las autoridades en la materia, de impartir educación con información nutricional saludable, que permita que las y los estudiantes relacionen conscientemente su alimentación con su bienestar general, representando ello, una profunda modificación en la educación nacional.

En efecto, la principal intención del artículo 19 es obligar a la inclusión, en los planes de estudio, de contenidos con información relevante sobre estilos de vida saludables enfocados en la alimentación. Esto busca impulsar una nueva cultura centrada en la calidad de vida de las personas y, en consecuencia, fomentar su sano desarrollo.

La incorporación de información nutricional saludable a través de los planes de estudio implica responsabilidades por parte de diferentes áreas. Compromete a las secretarías federales involucradas,

¹² Artículo 18. Los programas deberán incluir los siguientes contenidos mínimos: I. El significado de alimentación adecuada; II. La pertinencia cultural, ecológica, económica y social del consumo regular de alimentos locales; III. El fomento al consumo y producción local de alimentos, mediante la promoción de huertos comunitarios; IV. La forma de leer e interpretar las etiquetas e información nutricional de los productos; V. Los tipos de alimentos y bebidas, sus contenidos y las cantidades que pueden llegar a afectar la salud, así como las consecuencias prácticas de ese daño en el individuo y la comunidad; VI. La orientación nutricional para la preparación de dietas nutritivas, suficientes, sostenibles y de calidad de acuerdo con el contexto y requerimientos de la persona; VII. La promoción del consumo de productos naturales; y VIII. La importancia de la educación y activación física para el logro de una vida saludable.

a las instituciones educativas, al profesorado y a la comunidad estudiantil, incluso, a las familias de las personas estudiantes.

Todas estas disposiciones inciden, además, en la relevancia de capacitar al principal agente de la educación: el profesorado. Por lo tanto, es fundamental proporcionar a las y los docentes las herramientas necesarias para generar tan importante cambio, el cual fomentará estilos de vida basados en conciencia alimentaria.

Estas transformaciones son necesarias para que tanto el alumnado como el profesorado, así como cada miembro de la comunidad educativa, puedan aplicar estos conocimientos en los distintos ámbitos en los que se desarrollan.

V. EL PAPEL DE LA CAPACITACIÓN EN EL DESARROLLO INSTITUCIONAL

La educación institucional representa un escenario ideal para las dinámicas sociales generadas entre los estudiantes. En este entorno se transmiten y consolidan aprendizajes no solo académicos, sino también sociales y culturales. Por ello, es fundamental que el profesorado asuma un papel protagónico, como principal referente y guía en el proceso formativo del alumnado.

En efecto, la transmisión de información educativa no debe limitarse a contenidos teóricos, además, debe integrarse permanentemente en toda actividad escolar. Priego *et al.* concluyen, en un estudio realizado sobre la alimentación de estudiantes de educación básica, que, “los profesores mencionan que no cuentan con la suficiente capacitación ni los materiales adecuados para impartir los temas de educación nutricional” (2023: 19).

Identificar y atender estos focos rojos podría impactar positivamente en las clases diarias, en la manera de comunicarse, en las prácticas incluidas, en los contenidos, en las dinámicas extracurriculares, y por supuesto, en las comunicaciones institucionales.

Cabe mencionar que dichas capacitaciones resultan obligatorias de acuerdo con el artículo 78 de la LGAAS. En él se indica que, en las instituciones educativas, deberán crearse *comités de alimentación* capacitados sobre sistemas alimentarios, prácticas alimentarias, y nutrición.

En relación con esta disposición, resulta pertinente destacar el concepto de *prácticas alimentarias*, dado que, a partir de este tipo de capacitación, la educación institucional podrá lograr e inculcar hábitos, costumbres e incluso creencias —entendidas como construcciones mentales—, que incidan en la transformación del comportamiento alimentario habitual del alumnado, principalmente en lo que respecta a la selección y consumo de sus alimentos.

Dichas capacitaciones generarán cambios en el profesorado en primera instancia, y en consecuencia, les permitirán ser un modelo y guía para el alumnado. Deberán procurar que el profesorado, al menos, desarrolle las siguientes habilidades orientadas a la formación alimentaria:

- 1) Actualizar sus conocimientos;
- 2) Adoptar nuevas filosofías;
- 3) Crear nuevos enfoques;
- 4) Capacitarse para la elaboración de currículas, temarios, contenidos, prácticas pedagógicas; y
- 5) Aplicar nuevas metodologías de enseñanza.

Permitirán, además, que estos conocimientos y habilidades sean inherentes al desarrollo de las prácticas docentes en las que se domine no solo el saber enseñar, sino el saber formar estilos de vida saludables en el alumnado.

Cabe señalar que, de manera preferente, la capacitación del profesorado debería iniciar desde su formación profesional¹³. Tal como lo advierten Fuentes y Estrada en su análisis de educación alimentaria y disponibilidad de alimentos, “en cuanto a las vacancias, se detecta la necesidad de trabajos sobre educación alimentaria y nutricional en la formación docente inicial” (2023: 10). No obstante, la necesidad actual va más allá, y exige procesos de capacitación dirigidos al profesorado en ejercicio.

La necesidad de que las instituciones educativas brinden a su profesorado y personal directivo este tipo de preparación, parte de que los objetivos de las prácticas docentes no pueden ser los mismos que se han manejado desde su formación; ello debido a que existe un nuevo marco normativo y, por ende, una nueva realidad. Deberán ser nuevos objetivos que se adapten a las realidades actuales, toda vez que se ha visibilizado el derecho de desarrollar, en el alumnado, nuevas filosofías sobre la alimentación.

Por ello, la colaboración de los gobiernos federal y locales con las instituciones pertinentes, en este tipo de iniciativas, será ineludible para alcanzar los propósitos establecidos en el marco normativo, ya que aunque el papel principal lo juega el profesorado, promover y construir la educación es una tarea de todas las autoridades implicadas.

Esta preparación docente permitirá que estos conocimientos y habilidades sean inherentes al desarrollo de las prácticas pedagógicas, brindando no solo la capacidad de enseñar, sino de saber formar en el alumnado estilos de vida saludables presididos por el razonamiento, la convicción y la conciencia personal.

¹³ Partiendo de que durante su formación profesional se encontrarán en calidad de alumnado y en ese sentido, existe obligatoriedad de educarle en estos términos.

VI. CONCLUSIONES

A manera de conclusión, es esencial destacar las siguientes ideas fundamentales:

- 1) La educación institucional es una de las principales herramientas para el desarrollo de habilidades, competencias y hábitos que inciden de manera directa en la cultura de las comunidades.
- 2) La educación desempeña un papel crucial al sensibilizar y formar a las personas, desde la infancia, para ejercer dicho derecho de manera consciente.
- 3) Esas instituciones tienen la obligación de integrar educación nutricional en sus planes de estudio, que permita a niñas, niños y adolescentes tomar decisiones informadas sobre su alimentación.
- 4) En el contexto mexicano, dicha obligación adquiere, además, un carácter supremo, debido a que, el derecho a una alimentación suficiente, nutritiva y culturalmente adecuada se encuentra reconocido constitucionalmente, lo que impone un marco normativo que debe ser acompañado de leyes reglamentarias que se traduzcan en esfuerzos pedagógicos efectivos.
- 5) Las políticas públicas implementadas han resultado insuficientes para revertir prácticas alimenticias negativas profundamente arraigadas en la cultura, lo que revela la urgencia de adoptar enfoques pedagógicos más integrales y reflexivos.
- 6) Una efectiva transformación requerirá de reflexiones críticas que promuevan la autonomía, la responsabilidad y la convicción personal del alumnado, de modo que sean capaces de adoptar estilos de vida saludables por elección propia.
- 7) Las y los docentes deben formarse no solo para transmitir conocimientos técnicos, sino para convertirse en agentes de cambio

que inspiren, guíen y modelen prácticas alimentarias conscientes, solo así será posible avanzar hacia una educación que contribuya de manera efectiva a la realización plena del derecho a una alimentación adecuada.

BIBLIOGRAFÍA

- Díaz, S. (2017): *Laicidad. Concepto, origen y perspectivas histórica y contemporánea en México*, Tirant, México.
- Fernández, M. (2011): “El derecho a la alimentación. Una nueva perspectiva tras el cambio constitucional” en *Derecho a la alimentación*, O. Restrepo y C. Molina (coords.), Universidad de Medellín y Fondo Editorial, 69-94.
- Fuentes, S. y Estrada, B. (2023): “Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación” en América Latina entre 2005 y 2021 en *Revista Educación*, vol. 47, núm. 1, 588-604.
- González-Jaramillo *et al.* (2021): “Nutrición en el ser humano: evaluación de una propuesta didáctica multidisciplinar basada en la indagación y el aprendizaje colaborativo” en *Investigações em Ensino de Ciências*, vol. 26, núm. 1, 188-212.
- Leyva, D. y Sandoval, E. (2022): “La garantía alimentaria en visión de derechos humanos en México” en *Biolex*, vol. 14, núm. 25, 1-24.
- Morales, J. (2020): “Educación y desarrollo humano: dimensiones para la elaboración de políticas públicas en tiempos de complejidad” en *Conrado*, vol.16, núm.75, 372-383.
- Priego, A. *et al.* (2023): “Percepción de los docentes sobre las estrategias para mejorar la alimentación de estudiantes de educación básica en tiempos de COVID-19” en *Estudios sociales*.

Revista de alimentación contemporánea y desarrollo regional, vol. 33, núm. 61, 2-24.

Sánchez, G. *et al.* (2023): "Evolución de los conocimientos sobre alimentación y nutrición en ESO y bachillerato" en *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, núm. 48, 312-326.

SEP (2024): "Boletín 19. Presenta SEP nuevos lineamientos y acciones de Vida Saludable en las escuelas" en SEP. Disponible en: «<https://www.gob.mx/sep/prensa/boletin-19-presenta-sep-nuevos-lineamientos-y-acciones-de-vida-saludable-en-las-escuelas>» [Consultado el 18 de junio de 2026].

UNICEF (2022): "La importancia del entorno escolar en la alimentación de niñas, niños y adolescentes. Las horas que están en la escuela cuentan para su nutrición", en UNICEF. Disponible en: «<https://www.unicef.org/mexico/historias/la-importancia-del-entorno-escolar-en-la-alimentación-de-niñas-niños-y-adolescentes>» [Consultado el 18 de junio de 2026].