

# Estudios Sociales

Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional

Volumen 33, Número 61. Enero – Junio 2023  
Revista Electrónica. ISSN: 2395-9169

---

## Artículo

Percepción de los docentes sobre las estrategias para mejorar  
la alimentación de estudiantes de educación básica en tiempos de Covid-19

Teachers' perception on strategies to improve  
the nutrition of elementary school students in times of Covid-19

DOI: <https://dpi.org/10.24836/es.v33i61.1320>  
e231320

Andrea Priego-Bravo\*  
<https://orcid.org/0000-0003-1430-9554>

Octelina Castillo-Ruíz\*  
<https://orcid.org/0000-0001-9566-3584>

Ana Luisa González-Pérez\*  
<https://orcid.org/0000-0001-5815-7631>

Ocairi Almanza-Cruz\*  
<https://orcid.org/0000-0002-8327-575X>

Candelaria Ríos-Reyna\*  
<https://orcid.org/0000-0003-4816-3549>

SanJuana Elizabeth Alemán-Castillo\*  
<https://orcid.org/0000-0002-1701-7592>

Fecha de recepción: 18 de diciembre de 2022.  
Periodo de evaluación: 12 de abril – 15 de mayo de 2023.  
Fecha de aceptación: 01 de junio de 2023.

\*Universidad Autónoma de Tamaulipas.  
Unidad Académica Multidisciplinaria Reynosa-Aztlán, México.  
Autora para correspondencia: SanJuana Elizabeth Alemán-Castillo.  
Calle 16, Laguna de Chapala, Aztlán, 88740 Reynosa, Tamaulipas.  
Teléfono: 899 921 3340.  
Dirección electrónica: [saleman@docentes.uat.edu.mx](mailto:saleman@docentes.uat.edu.mx)

---

Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C.  
Hermosillo, Sonora, México.



## Resumen

**Objetivo:** identificar las percepciones sobre las estrategias para mejorar la alimentación de estudiantes de educación básica en tiempos de Covid-19. **Metodología:** estudio cualitativo en el que participaron 45 docentes que pertenecían a escuelas públicas y privadas, se aplicó una entrevista semiestructurada a través de formularios de Microsoft Forms (Office 365, Microsoft). **Resultados:** de acuerdo con la percepción de los/as profesores/as, los padres no fomentan una alimentación saludable en sus hijos, por falta de conocimiento, ambos padres trabajan o por indiferencia, el 20.0% de los profesores mencionaron que una de las estrategias para mejorar la alimentación de los escolares fue la capacitación que les ofrece la Secretaría de Educación Pública (SEP), sin embargo, el 78.0% considera que el nutriólogo debe impartir estos temas por su formación académica. **Limitaciones:** es una muestra representativa de las escuelas públicas y privadas, no se profundiza sobre el consumo de alimentos de los escolares durante el horario de clases. **Conclusiones:** la percepción de los profesores fue que los nutriólogos son los más capacitados para establecer estrategias y programas de educación nutricional con seguimiento para mejorar la alimentación de los escolares, debido a que los padres no lo fomentan.

**Palabras clave:** alimentación contemporánea, docentes, estudiantes, educación pública, Covid-19, dieta saludable, México.

## Abstract

**Objective:** To identify perceptions of strategies to improve the feeding of basic education students during Covid-19. **Methodology:** A qualitative study in which 45 teachers from public and private schools participated, a semi-structured interview was applied through Microsoft Forms (Office 365, Microsoft). **Results:** According to the perception of the teachers' parents do not promote a healthy diet in their children, for lack of knowledge, both parents work or indifference, 20.0% of teachers mentioned that one of the strategies to improve school feeding was the training offered by the Secretary of Public Education (SPE), however, 78.0% believe that the nutritionist should teach these topics for their academic training. **Limitations:** It is a representative sample of public and private schools; it does not delve into the food consumption of students during school hours. **Conclusions:** Teachers' perception was that nutritionists are best able to establish strategies and programs of nutritional education with follow-up to improve the school feeding, because parents do not encourage it.

**Keywords:** contemporary food, teachers, students, public education, Covid-19, healthy diet, Mexico.

## **Introducción**

En México, a través de las encuestas nacionales de salud y nutrición (Ensanut) se ha dado seguimiento al estado nutricional de la población mexicana, en las cuales se ha observado un incremento del exceso de peso (sobrepeso, SP y obesidad, OB) en la población escolar a través del tiempo. En 1999 se reportó una prevalencia combinada de SP y OB de 26.9%, en el 2006 se observó el mayor porcentaje de niños (34.8%), sin embargo, en 2012 disminuyó esta prevalencia (33.2%) (Shamah-Levy et al., 2021).

Entre las principales causas para el exceso de peso se identifica una alimentación poco saludable que incluye un elevado consumo de alimentos ricos en azúcares y grasas, por su fácil acceso y disponibilidad, así como inactividad física, influenciados por entornos como el hogar, escuela y la comunidad (Almeida-Perales, Gutiérrez-Razo, Ruiz de Chávez-Ramírez, y García, 2020; Flores y González, 2020). Por lo cual, la asignatura de educación física (EF) se imparte como estrategia para lograr el equilibrio energético, además de desarrollar habilidades motrices, aspectos cognitivos y sociales (González, Laguna y Nuñez, 2023).

Como estrategia para combatir el incremento de peso en la edad escolar, en el 2010 el gobierno federal implementó el Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria (ANSA), contra el SP y la OB, el cual, incluía organizaciones públicas, privadas y la sociedad (Córdova-Villalobos, 2010). Con la meta de detener el crecimiento de la epidemia del SP y OB en niños de 5 a 19 años. Se elaboró un programa de acción en el contexto escolar con los siguientes componentes: 1) promoción y educación para la salud, 2) fomento de la activación física regular, 3) acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que facilitan una alimentación correcta dentro de la escuela (SSA, 2010; Hernández y Martínez, 2011). En ese mismo año se publicó en el Diario Oficial de la Federación el “ACUERDO mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica”. Este documento

menciona sobre la conformación de un comité del establecimiento de consumo escolar, también se indicaban los criterios para la venta de determinados alimentos, con el compromiso de las escuelas primarias de no vender bebidas azucaradas, entre otros aspectos. En el 2014, se realiza una actualización del Acuerdo (DOF, 2010; DOF, 2014; Hernández y Martínez, 2011). Sin embargo, a pesar de que el gobierno mexicano e instituciones en conjunto han implementado estas acciones, además de los impuestos a las bebidas azucaradas, alimentos densos en energía y la implementación de intervenciones en educación nutricional, no se han observado efectos positivos en la disminución del exceso de peso, al contrario, se menciona un incremento del exceso peso de 2.3% (35.5%) en la encuesta del 2018, y en la última encuesta en 2020 durante la pandemia del Covid-19 incrementó 2.7% (38.2%). Mientras que, en la ciudad de Reynosa, Tamaulipas, donde se realizó la presente investigación el 46.0% de los escolares evaluados presentaron SB y OB, sobrepasando lo reportado en la encuesta del 2020 (Alemán-Castillo et al., 2022).

Antes de la pandemia por Covid-19 los hábitos alimentarios de los niños dentro de la jornada escolar mostraron un bajo consumo de frutas, verduras y agua, mientras que un mayor consumo de alimentos preparados como sándwich, tacos, tortas, y en cuanto a las bebidas alto consumo de jugos y aguas saborizadas (Alemán-Castillo, Castillo-Ruíz, Bacardí-Gascón y Jiménez-Cruz, 2019). Derivado de la emergencia sanitaria de la Covid-19, se publicó el 01 de septiembre del 2020 en el Diario Oficial de la Federación, el “ACUERDO por el que se emite como acción extraordinaria ante la epidemia de Covid-19, y como una medida preventiva en beneficio de toda la población, la impartición de contenidos que fomenten y promuevan estilos de vida saludables” en conjunto la SEP y la Secretaria de Salubridad y Asistencia (SSA) (DOF, 2020). Por lo que a partir del ciclo escolar 2020-2021 se incorporó en el plan de estudios la asignatura “vida saludable”, para que los niños desarrollen hábitos relacionados con alimentación adecuada, higiene y actividad física (SEP, 2020) para disminuir el SP y OB en

esta población. Por lo anterior el objetivo fue identificar las percepciones sobre las estrategias para mejorar la alimentación de estudiantes de educación básica en tiempos de Covid-19.

## **Metodología**

El enfoque de la investigación fue inductivo, se realizó un estudio de tipo cualitativo que permitió analizar las percepciones de los docentes sobre las estrategias para mejorar la alimentación y educación básica y como lo han enfrentado durante la pandemia Covid-19. Se utilizó el modelo ecosocial y la interrelación de los diferentes sistemas que contempla: microsistema, mesosistema y macrosistema (Ávila, Castro-Sánchez, Rodríguez y Tovar, 2021). La selección de la muestra fue por conveniencia, participaron 45 docentes de educación básica seleccionados a conveniencia de los cuales 13 pertenecían a escuelas públicas (ESP) y 32 a escuelas privadas (ESPR). Para la selección de los docentes se consideró el formulario donde se incluyó la invitación para participar en el proyecto, y se incluyeron los docentes que tuvieron a cargo un grupo de alumnos, se excluyeron los maestros con cargo administrativo y/o director, y se eliminaron aquellos que no completaron el formulario.

Previo a la realización del estudio se solicitó autorización a la SEP y los directivos de las escuelas de Ciudad Reynosa, Tamaulipas, México. La obtención de los datos se realizó a través de la plataforma de formularios de Microsoft Forms (Office 365, Microsoft) enviados a los docentes mediante redes sociales (WhatsApp) durante el mes de abril del 2021. Se aplicó una entrevista semiestructurada compuesta por 35 ítems, divididos en cinco secciones: en la primera sección del instrumento se integran los datos generales (9 ítems, de los cuales solo se consideraron 3); la segunda sección comprende 5 ítems que evalúan las acciones de promoción de conductas saludables por los padres, los cuales eran policotómicos de tipo escala Likert con puntuación del 1 al 5; la tercera sección corresponde al contenido y alcance de las acciones realizadas en las escuelas además de las intervenciones nutricionales en escolares (11 ítems, uno dicotómico y el resto policotómicos); en la cuarta sección se analizan las acciones de promoción de conductas saludables implementadas por el gobierno (4 ítems policotómicos).

Por último, la quinta sección se consideran seis preguntas abiertas “considera que existen otras razones por las cuales no participan los padres en la promoción de las conductas saludables”, “en que asignatura se realizan acciones encaminadas a proporcionar educación sobre nutrición”, “en caso de que sí, que estrategias se han implementado para que los escolares realicen educación física”, “¿desde su perspectiva cuál ha sido la respuesta de los estudiantes a las acciones de educación física?”, “que otras estrategias propone para realizar intervención nutricional en escolares”, “indique algunas acciones que realiza la SEP para asegurar que los profesores tengan conocimientos sólidos para instruir y asesorar a los estudiantes en temas de alimentación saludable”.

Este instrumento fue validado por expertos y aplicado en estudiantes de posgrado, para evitar posibles inconvenientes en la recolección de la información y hacer el proceso más eficaz. La información recabada se analizó en base a la teoría de Taylor y Bogdan (1994), los datos se categorizaron de acuerdo con los diferentes sistemas del modelo ecosocial (padres de familia, entorno escolar y experiencia de los docentes sobre los programas de gobierno). Para el análisis cualitativo se utilizó el paquete estadístico SPSS para Windows (v22, IBM corp.). Se realizó una T de Student para comparar las variables edad y años de trabajo como docente, Ji cuadrada para comparar sexo y relacionar las preguntas entre ESP y ESPR con significancia ( $p \leq 0.05$ ). Este proyecto fue aprobado por el Comité de Bioética de la Unidad Académica Multidisciplinaria Reynosa-Aztlán de la Universidad Autónoma de Tamaulipas.

## **Resultados**

### *Caracterización de la muestra*

En el estudio participaron 45 docentes de primero a sexto grado de primaria del área urbana de la ciudad de Reynosa, Tamaulipas. En la tabla 1 se describen las características generales de los maestros de ambas escuelas, se observó que coinciden en edad, tiempo dedicado a la docencia y más del 90.0% son mujeres.

Tabla 1.

*Características generales de los docentes*

Características	Ambas escuelas	Escuela pública	Escuela privada	Valor de p
Edad (años) media±DE	36.8±8.4	37.3±8.7	36.6±8.5	0.99
Tiempo dedicado a la docencia (años) media±DE	12.69±7.29	13.92±9.5	12.19±6.3	0.47
Sexo: femenino (%)	93.3	92.3	93.8	0.86

T de Student para muestras independientes con significancia ( $p \leq 0.05$ ). Ji cuadrada ( $p \leq 0.05$ )

Fuente: elaboración propia.

*Acciones de promoción de conductas saludables por los padres*

Desde la percepción del docente, ¿Cuál sería la participación de los padres? en las acciones para mejorar la alimentación y actividad física de los niños. Las respuestas en las que están totalmente de acuerdo y de acuerdo, fueron que los padres no fomentan una alimentación saludable (82.3%), el nivel de conocimiento de los padres en temas de alimentación saludable es poco (77.7%), la indiferencia de los padres (75.5%), ambos padres trabajan (71.1%), padres divorciados (51.1%), al comparar entre escuelas no se encontraron diferencias significativas ( $p \leq 0.05$ ).

Los docentes manifestaron otras razones:

Escuelas públicas: la facilidad con la que se consiguen los alimentos chatarra, así como lo barato que son (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2022).

podría influir la economía de los padres y limitarse a ciertos artículos o productos que estén a su alcance (Comunicación personal, docente de primer grado, 25 de abril de 2021).  
puede ser que, debido al desconocimiento o falta de información, pensamos que nuestra alimentación es saludable (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2021).

falta de compromiso de los padres por brindar una alimentación saludable a sus hijos (Comunicación personal, docente de cuarto grado, 25 de abril de 2021).

Escuelas privadas: apatía por el tema (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

falta desarrollar hábitos de una alimentación saludable y ejercicio (Comunicación personal, docente de sexto grado, 25 de abril de 2021).

falta de parques recreativos para que los niños y adultos puedan salir y poder hacer actividades al aire libre y si los hay están en muy malas condiciones (Comunicación personal, docente de quinto grado, 25 de abril de 2021).

en algunos casos la falta de información y en ocasiones que buscan alimentos prácticos por falta de tiempo para preparar (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2021).

porque muchas de las veces los niños se quedan con sus abuelos y ellos los consienten con comida que no es saludable (Comunicación personal, docente de tercero grado, 25 de abril de 2021).

#### *Contenido y alcance de las acciones realizadas en las escuelas*

En la tabla 2 se observa que los profesores de ambas escuelas reportaron que las asignaturas enfocadas a promover educación sobre alimentación son "ciencias naturales, vida saludable y educación física". Al comparar entre escuelas, se observó que en la escuela pública la asignatura de vida saludable promocio mayormente la educación sobre alimentación con respecto a la escuela privada ( $p=0.019$ ).



Tabla 2.  
Acciones realizadas por las escuelas

Preguntas	Ambas escuelas (%)	Escuela pública (%)	Escuela privada (%)	Valor de p
<b>Asignaturas que imparten temas de educación sobre alimentación</b>				
Ciencias naturales	28.0	33.0	26.0	0.34
Vida saludable	23.0	39.0	15.0	0.019*
Educación física	14.0	11.0	15.0	0.78
Medio ambiente	5.0	11.0	2.0	0.13
Ética	7.0	6.0	8.0	0.85
Español	5.0	0.0	8.0	0.25
Escuela para padres	7.0	0.0	10.0	0.18
Conocimiento del medio	7.0	0.0	10.0	0.18
Lenguaje y comunicación	2.0	0.0	3.0	0.51
Biología	2.0	0.0	3.0	0.51
<b>Temas impartidos de educación sobre alimentación</b>				
Plato del bien comer	23.4	28.3	21.7	0.35
Alimentos saludables y no saludables	19.0	17.4	19.6	0.09
La importancia del ejercicio	16.8	19.6	15.9	0.97
Jarra del buen beber	14.7	26.1	10.9	0.005*
La importancia del desayuno	12.0	4.3	14.5	0.004*
Composición nutricional	7.6	2.2	9.4	0.03*
Importancia de la variedad de la dieta	6.5	2.2	8.0	0.067

Ji cuadrada con significancia ( $p \leq 0.05$ ).

Fuente: elaboración propia.

Los profesores indicaron que ellos son los que han brindado información relacionada con la alimentación en sus materias, sin embargo, el 78.0% mencionó que un nutriólogo es el profesional que debe impartir estos temas. Debido a que las acciones que han implementado los docentes sobre alimentación mencionaron que no ha sido factible identificar el impacto que han causado dichas acciones en los estudiantes, porque no ha sido posible identificar si los padres de familia se apegan a las instrucciones de alimentación saludable en casa.

es buena... sin embargo, no sabemos con certeza qué tanto impacto está teniendo en sus hábitos diarios (Comunicación personal, docente de quinto grado, 25 de abril de 2021).

los padres son el factor fundamental para que se lleven a cabo las acciones (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

El 20.0% de los profesores indicaron que la SEP realiza acciones para asegurar que tengan conocimientos sólidos para instruir y asesorar a los estudiantes en temas de alimentación saludable, no se observó diferencia al comparar entre escuelas (ESP: 15.4% vs ESPR: 21.9%  $p=0.84$ ). Se identificó que los profesores de las escuelas públicas mencionan que una de las

principales fuentes de información sobre alimentación saludable es a través de los libros de texto de la SEP, lo cual, es un factor importante debido a que la información que deben contener los libros debe ser suficiente y especializada en alimentación infantil. La manera de abordarlos depende del conocimiento que tenga cada uno de los profesores, aunque es de interés de los docentes, deben dedicar tiempo de estudio a estos temas, lo cual, obstaculiza que se pueda llevar a cabo ya que realizan otras actividades como los procesos de evaluación.

solamente la información que nos proporcionan es a través de libros de texto (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

la SEP lo hace solo por medio del libro de texto de Ciencias Naturales (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

incluye en los libros de todos los grados el plato del bien comer y la jarra de buen beber (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021). (escuelas públicas).

Solamente la información que nos proporcionan es a través de libros de texto (Comunicación personal, docente de cuarto grado, 19 de abril de 2021).

justo acaba de abrir un diplomado de vida saludable (Comunicación personal, docente de segundo y quinto grado, 19 de abril de 2021) (escuelas privadas).

En el manual vida saludable para todos se menciona que “educación y salud forman un círculo virtuoso que es necesario promover y fortalecer en la comunidad educativa, porque ambos son fundamentales para el mejor desarrollo y bienestar del ser humano” (SEV, 2020). De esta manera, es importante impulsar y promover que los contenidos de los libros de texto gratuito de la educación básica en México estén orientados a la alimentación saludable, de manera que sirvan de apoyo para los docentes y padres de familia en la alimentación de los estudiantes (INSP, 2022).

Entre las acciones que implementan las escuelas públicas al no contar con profesionales de la salud, manifestaron que invitaban a profesionales del área de la salud a impartir alguna plática relacionadas a la alimentación o actividad física.

en ocasiones las visitas de algún nutriólogo a la institución para hablar del tema (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

Con respecto a la asignatura de educación física (EF) el 88.9% en ambas escuelas reportaron que durante la pandemia se ha promovido la EF en los escolares. Sin embargo, al comparar entre escuelas el 96.9% de las ESPR tienen una mayor promoción, en comparación que la ESP (69.2%) ( $p=0.025$ ). Además, se destaca que el tema de la alimentación generalmente se explica y enseña durante la materia de EF, por lo que las actividades físicas son un factor importante para la promoción de un estilo de vida saludable en estos espacios de enseñanza y aprendizaje en las ESP.

se envía materiales y clases de apoyo (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

la maestra envía actividades semanales y los alumnos regresan sus evidencias en video (Comunicación personal, docente de cuarto grado, 25 de abril de 2021).

diversas estrategias como juegos, baile, actividades físicas, ejercicios de calentamiento (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

la activación física al inicio de la clase virtual (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021) (escuela pública).

Por otra parte, las escuelas privadas

tienen su clase en línea de educación física y taekwondo (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

realizamos bailes, ejercicios con objetos y juegos que impliquen movimiento al iniciar la clase (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

ejercicios de estiramientos, correr, diferentes rutinas (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

el maestro tiene la clase en vivo según el horario que tiene asignado (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

zumba, yoga (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

no hemos reducido la cantidad de educación física (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

Sobre la percepción de los docentes sobre las estrategias que implementaron:

Escuela pública: les gusta y se divierten (Comunicación personal, docente de sexto grado, 25 de abril de 2021).

lo realizan con gusto (Comunicación personal, docente de primer grado, 25 de abril de 2021).

ha sido buena, ya que les gusta realizar las actividades en familia (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2021).

otros opinaron: resistencia (Comunicación personal, docente de sexto grado, 25 de abril de 2021).

muy poca respuesta por parte de los alumnos (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2021).

en la situación de pandemia los alumnos no querían realizar los ejercicios, porque no tenían con quién hacerlo (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021).

muy baja, sin conexión (Comunicación personal, docente de cuarto grado, 25 de abril de 2021).

Escuela privada: les gustan mucho y lo disfrutan (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2021).

veo que les gusta mucho, son chicos muy dinámicos y esto les ayuda mucho (Comunicación personal, docente de primer grado, 25 de abril de 2021).

a la mayoría de los alumnos les gusta tener sus clases donde pueden poner su cuerpo en movimiento, pues la mayoría del día se la pasan sentados (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2021).

positiva (Comunicación personal, docente de sexto grado, 25 de abril de 2021).

muy poca afluencia (Comunicación personal, docente de primer grado, 25 de abril de 2021).

buena, pero muchos de ellos muestran mucha apatía al respecto (Comunicación personal, docente de sexto grado, 25 de abril de 2021).

### *Intervención nutricional en escolares*

Entre las principales acciones de intervención nutricional que los docentes manifiestan que se pueden implementar en la escuela, es capacitar a los padres de familia (29.1%) y personal de las cooperativas (20.9%), promoción de la actividad física (21.6%), dentro del plan de estudio, que se considere la asignatura de educación nutricional impartida por un profesional (18.2%) (tabla 3).

Tabla 3.

*Acciones que considere importante para realizar una intervención nutricional*

Acciones	Total (%)	Pública (%)	Privada (%)	Valor de p
Programas de capacitación a padres de familia	29.1	31.7	28.0	0.35
Programa de capacitación para personal de cooperativas	20.9	22.0	20.6	0.97
Promover la actividad física todos los días, al menos 30 minutos	21.6	19.5	22.4	0.36
Tener una asignatura de educación nutricional impartida por un especialista	18.2	19.5	17.8	0.89
Cada escuela cuente con comedor escolar	10.1	7.3	11.2	0.35

Ji cuadrada con significancia ( $p \leq 0.05$ ).

Fuente: elaboración propia.

Además, expresaron las siguientes propuestas:

Escuela pública: “ser constantes en lo que se implemente en la escuela (Comunicación personal, docente de quinto grado, 25 de abril de 2021). “que las cooperativas vendan comidas saludables para que la consuman los niños (Comunicación personal, docente de tercer grado, 25 de abril de 2021). “implementar la hora de la fruta como rutina, estratégicamente antes del recreo, aquí cada alumno tiene que traer un snack de fruta picada listo para comer en un vaso” (Comunicación personal, docente de cuarto grado, 25 de abril de 2021).

Escuela privada: “tener a un nutriólogo en cada escuela, que forme parte de la plantilla de trabajadores” (Comunicación personal, docente de segundo grado, 25 de abril de 2021). “tener un programa más completo en cuanto a la asignatura de vida saludable para los niños” (Comunicación personal, docente de primer grado, 25 de abril de 2021). “programa de capacitación a los maestros en temas de alimentación” (Comunicación personal, docente de primer grado, 25 de abril de 2021).

*Acciones de promoción de conductas saludables implementadas por el gobierno*

Los docentes mencionan que las principales razones por las que no se implementan las acciones del gobierno establecidas en el “ACUERDO de los lineamientos generales para el expendio y

distribución de alimentos y bebidas preparados y procesados en las escuelas del Sistema Educativo Nacional”, es que desconocen esta política alimentaria (44.4%) y que la información no llega a las escuelas (22.2%). Además de que las escuelas públicas (22.7%) y privadas (12.8%) indican que las cooperativas (tienditas escolares) no ofrecen alimentos saludables, sin embargo, el 14.5% mencionó que cuando se vende estos alimentos, los niños no las compran. También ellos perciben que los niños consumen tortillas de harina (23.7%) y de maíz (20.3%) en exceso (tabla 4).

Tabla 4.

*Percepción de los docentes del porque las acciones del gobierno no se ven reflejadas en el estado nutricional de los escolares*

Percepciones	Total (%)	Pública (%)	Privada (%)	Valor de p
Porque los niños consumen muchas tortillas de harina	23.7	50.0	9.2	0.78
Otras (no especificaron)	21.2	14.3	25.0	0.87
Porque los niños consumen muchas tortillas de maíz	20.3	14.3	23.7	0.35
Porque los niños no consumen agua	14.4	11.9	15.8	0.135
Porque los padres no participan en estas acciones	8.5	2.4	11.8	0.53
Porque los niños consumen muchas bebidas azucaradas (refrescos embotellados o jugos)	6.8	4.8	7.9	0.41
Porque los niños consumen muchas frituras	3.4	2.4	3.9	0.46
Porque los niños no realizan ejercicio	1.7	0.0	2.6	0.95

Ji cuadrada con significancia ( $p \leq 0.05$ ).

Fuente: elaboración propia.

## Discusión

La alimentación inadecuada y la inactividad física son consideradas las principales causas del aumento de la obesidad infantil debido a que los entornos (familiar, escolar y social) donde se desenvuelven los menores son cada vez más obesogénicos (Almeida-Perales et al., 2020; Flores y González, 2020). En el presente estudio los docentes percibieron que los padres de familia no inculcan en sus hijos una alimentación saludable. Perea (2010) considera que los padres son los primeros educadores y son los responsables de transmitir hábitos alimentarios adecuados. Por otro lado, Herrero, López-Gómez y Martínez-Riera (2017) comentaron que en ocasiones los padres actúan como barreras dificultando la educación de los niños. Jara, Olivera y Yerrén (2018) de acuerdo con la teoría del aprendizaje social de Bandura, menciona que la personalidad

de los niños se va modelando con base en la información que recibe del entorno social y esta se reflejará en el comportamiento en la edad adulta. En este sentido, es importante que los padres cuiden y seleccionen las influencias que pudieran percibir los menores, dado que, un niño interioriza de manera positiva un comportamiento alimentario saludable si el adulto con quien convive come frutas por su beneficio a la salud. Esto mismo sucede si la persona adulta consume alimentos no saludables.

Los profesores indicaron que el nutriólogo debe ser el profesional de la salud encargado de impartir temas de educación nutricional. En cambio, un estudio realizado por Aldubayan et al. (2020), en Arabia Saudita, reportó respecto a la percepción de los docentes sobre la educación nutricional, que el 89.0% de ellos se mostró interesado en enseñar alimentación y el 98.0% estuvo de acuerdo en que se debe enseñar un plan de estudios de educación para la salud, que incluya temas sobre alimentación, como materia central para los estudiantes. Sin embargo, el 64.0% de los maestros informaron que no tenían a su disposición materiales curriculares de alimentación adecuados y el 80.0% mencionó que los materiales disponibles no eran atractivos para sus alumnos porque estaban desactualizados.

Los maestros también indicaron sobre la necesidad de nutriólogos y/o profesionales de la salud en las escuelas de educación básica, esto se ha documentado en otros estudios a nivel nacional (Ávila et al., 2021) e internacional (Gil, 2020). Por su parte, de Santiago (2012) consideró que el nutriólogo es el indicado para dar recomendaciones tanto a los niños como a sus padres, a fin de generar hábitos nutricionales más adecuados, y que finalmente las familias los incorporen al hogar. Por lo que sigue siendo una figura organizacional pendiente dentro de las instituciones de educación pública básica también en el estado de Tamaulipas.

No obstante, Alzate, Carmona y Giraldo (2015) consideran que los nutriólogos se interesan básicamente en la modificación de los hábitos alimentarios, pero desconocen las circunstancias que determinan dichos hábitos, por lo que deben ser los profesores quienes participen en la formación de los alumnos en la coproducción y aplicación del conocimiento



teórico y práctico. Así como de las acciones relacionadas con la enseñanza en salud y estos deben recibir formación en temas de educación en salud y alimentación que corresponda a la educación para la vida, el cuidado de sí y del ambiente. De igual manera, Herrero, López-Gómez y Martínez-Riera (2017) mencionaron que los docentes son los principales agentes de salud en la escuela, sin embargo, no se identifican como tal debido a la poca formación que tienen en temas relacionados con la educación en salud.

En cuanto a la asignatura de EF, durante el confinamiento las escuelas adaptaron la forma de enseñanza virtual al ser especialmente práctica (Posso, Villarreal, Marcillo, Carrera y Morales, 2022). En el presente estudio los profesores impartieron las clases en línea utilizando videos, juegos, bailes, entre otros. Sin embargo, algunos manifestaron que tenían muy poca afluencia de alumnos, y otros no la realizaban.

Halloran, Gorman, Fallon y Tovar (2018) comentan que, se cree que el conocimiento sobre alimentación y las actitudes de los maestros a la hora de comer con los niños influyen en sus comportamientos, sin embargo, se carece de evidencia. La escuela puede afectar los hábitos alimentarios del niño de tres maneras: ya sea que se imparta el tema de alimentación como contenido pedagógico, o favorecer el acceso a los alimentos en los comedores, cooperativas, ferias o exposiciones de platillos, etc., y a través del personal de la escuela que sirve como modelo de comportamientos alimentarios, pues ellos refuerzan de manera positiva o negativa lo aprendido por los niños en la materia.

Es necesario que concuerden los contenidos pedagógicos y los hábitos alimentarios de todo el personal del centro educativo (Giordano et al., 2017). Fierro, Salinas, Lera, González y Vio del Río (2019) mencionaron que los investigadores, docentes, profesionales de la salud y autoridades correspondientes coincidieron en la necesidad global de educar en alimentación saludable a los niños y sus familias desde el centro escolar para modificar los hábitos y el comportamiento alimentario. Aplicaron un programa de alimentación saludable para profesores y observaron que los docentes incrementaron el consumo de agua, mejoraron el hábito de comer

tres veces al día y disminuyeron el consumo de comida chatarra, dichos hábitos influirán en los alumnos por imitación o modelaje.

Entre las intervenciones que los docentes proponen para implementar en la escuela es la educación nutricional. En un estudio realizado por Kupolati, Gericke y MacIntyre (2015) en Sudáfrica se informó la importancia de comprender la situación y el entorno escolar, las percepciones y roles de los docentes para abordar los problemas que debilitan la influencia de la educación nutricional en los comportamientos alimentarios de los alumnos y se aplicó el Programa Nacional de Nutrición Escolar y el huerto escolar para mejorar el ambiente escolar.

Giordano et al. (2017) consideran que las políticas o estrategias implementadas por el gobierno de Argentina deberían tener conocimiento sobre los hábitos alimentarios de los escolares ante los alimentos. En muchas ocasiones estos programas son diseñados en base a supuestas necesidades biológicas de las menores marcadas por índices evolutivos y no alcanzan su objetivo. Debido a que se desconoce la regulación cognitiva y social que tiene la alimentación, y ofrecen un menú escolar con alimentos que el niño no come, ya sea, por preconceptos familiares; o bien, porque no forman parte de los alimentos diarios que consumen en su hogar; o porque se sirven de manera diferente. En este sentido, Moyano, Rodríguez y Perovic (2021) evaluaron la política de comedores escolares y el rol en la alimentación saludable de niños y niñas de Córdoba, Argentina y encontraron que los escolares que asistían a los comedores presentaban indicadores de desnutrición crónica, exceso de peso e ingestas de calcio, vitamina A y C deficitarios. Concluyeron que era urgente la implementación de una política que buscara mejorar los parámetros de nutrición en los escolares.

Niembro y Sosa (2013) evaluaron un programa titulado “juego y comida dan salud a tu vida” en México para mejorar los hábitos alimentarios de escolares y profesores. Los resultados mostraron cambios positivos en los alumnos dado que disfrutaban las sesiones lúdicas del programa y algunos mejoraron los hábitos alimentarios; entre los maestros destacaron los que mejoraron su estilo de vida y otros detectaron la importancia de cuidar su salud. Los docentes

se sintieron valorados y respetados como profesionales de la educación y como personas, percibiendo que su conocimiento y experiencia eran tomados en cuenta, consideraron interesantes las capacitaciones, útiles, con buen diseño y bien aplicadas, percibiéndolas como una experiencia de aprendizaje agradable.

Un estudio realizado por Gallegos, Barragán y Hurtado (2016) evaluó el cumplimiento de los lineamientos antes mencionados en Villahermosa, Tabasco y encontró que, el 60.0% de los establecimientos fijos o móviles no eran seguros; ofrecían 60.0% más de productos procesados de los cuales el 73.3% eran refrescos embotellados. El 60.0% de los alimentos preparados artesanalmente (fritos) no eran permitidos. Concluyeron que no se cumplen los lineamientos del programa en la prevención o disminución del sobrepeso u obesidad.

Si bien en el estudio no se les preguntó a los docentes sobre los alimentos que se venden en la cooperativa (tienda escolar), estos manifestaron que éstas no ofrecen alimentos saludables. Siendo que, en los lineamientos, en el capítulo primero: principios de una alimentación correcta, indica que en los planteles de educación básica se debe ofrecer alimentos que se incluyan los tres grupos alimentarios (cereales y tubérculos, frutas, verduras, leguminosas y alimentos de origen animal) (DOF, 2014). Por su parte, Alemán-Castillo et al. (2022) realizaron una intervención nutricional en Reynosa Tamaulipas para modificar la calidad nutricional de los refrigerios escolares, los autores reportaron una disminución en el consumo energético ( $p=0.001$ ), de carbohidratos ( $p=0.001$ ) y azúcar ( $p=0.0001$ ) en el grupo intervenido al final del estudio y concluyeron que la escuela es el entorno ideal para realizar programas de educación nutricional.

Giordano, Barnetche, Álvarez y Cornejo (2017) indicaron que en la escuela el alimento se presenta ante el niño de dos maneras: una libre (ofertada) durante el recreo, donde el niño elige de acuerdo con sus preferencias; y otra regulada (en el comedor) en donde el niño selecciona en primer lugar por una afinidad con el alimento, que se supone contempla las necesidades nutricionales del niño, pero no sus “preferencias”. Un estudio realizado por

Caballero, Polanco, Cortés, Morteo y Acosta (2018) reportaron que se fomentan ambientes obesogénicos en el ámbito escolar con la oferta y preparaciones de alimentos densamente energéticos, como cereales refinados, grasas y azúcares que se ofertan en la cooperativa escolar.

Con respecto a las acciones de la SEP, una baja proporción de docentes indicó que se realizan acciones para asesorar a los alumnos en temas de alimentación saludable. Muñoz, Santos y Maldonado (2013) indicaron que los docentes requieren de apoyo metodológico para procesos educativos con base en proyectos que involucren a las familias en materia de alimentación, e indicaron que los materiales que se les proporcionan contienen errores conceptuales y recomendaciones que no concuerdan con los resultados reportados por los investigadores en el tema. Perea (2010) agregó que el Sistema Educativo debe implementar en sus contenidos, objetivos, conceptos y procedimientos que ayuden a la persona a realizar elecciones saludables en cuanto a alimentación, además de actividades curriculares que incorporen el ambiente físico y social del centro educativo, así como a los padres y docentes.

## **Conclusiones**

De acuerdo con la percepción de los/as profesores/as, los padres no fomentan una alimentación saludable en sus hijos, debido a que los padres no poseen conocimiento sobre el tema. Además, los profesores mencionan que no cuentan con la suficiente capacitación ni los materiales adecuados para impartir los temas de educación nutricional y consideran que las intervenciones en educación nutricional deben incluir talleres de preparación de alimentos. Resulta necesario diseñar estrategias de capacitación en el tema de alimentación saludable que incluyan a padres de familia, maestros, pues ellos están en mayor contacto con los niños.

## **Financiamiento**

Este artículo fue posible por el Programa para el Desarrollo Profesional Docente, tipo Superior, con número 511-6/2020-8711 de la Subsecretaría de Educación Superior, Dirección General de Educación Superior Universitaria e Intercultural, Dirección de Superación Académica, titulado Factores determinantes para la selección de alimentos adecuados o inadecuados en una intervención nutricional, en escolares de educación básica Reynosa, Tamaulipas.

## Referencias

- Aldubayan, K. (2020). Teachers' perspectives on nutrition education in boys' public high schools in Riyadh, Saudi Arabia. *Eastern Mediterranean health journal = La revue de sante de la Mediterranee orientale = al-Majallah al-sihhiyah li-sharq al-mutawassit*, 26(2), 170-175. doi: <https://doi.org/10.26719/2020.26.2.170>
- Alemán-Castillo, S. E., Castillo-Ruiz, O., Bacardí-Gascón, M. y Jiménez-Cruz, A. (2019). Alimentos seleccionados por los padres para los refrigerios de sus hijos en etapa de educación básica en Reynosa, Tamaulipas. *CienciaUAT*, 14(1), 61-70.
- Alemán-Castillo, S. E., Perales-Torres, A. L., González-Pérez, A. L., Ríos-Reyna, C., Bacardí-Gascón, M., Jiménez-Cruz, A. y Castillo-Ruiz, O. (2022). Intervención para modificar hábitos alimentarios en los refrigerios de escolares de una ciudad fronteriza México/Estados Unidos. *Global Health Promotion*, 17579759211062134. doi: <https://doi.org/10.1177/17579759211062134>
- Almeida-Perales, C., Gutiérrez-Razo, A. C., Ruiz de Chávez-Ramírez, D., y García Zamora, P. G. (2020). Patrones alimenticios y sobrepeso-obesidad escolar. Estudio comparativo sector público y privado, zona metropolitana Zacatecas-Guadalupe. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 18(4), 9-16. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2019/spn194b.pdf>
- Alzate, Y. T., Carmona, G. I. C. y Giraldo, S. P. A. (2015). Percepciones de los docentes sobre educación alimentaria y nutricional y su relación con las buenas prácticas. *Archivos Latinoamericanos De Nutrición*, 65. Recuperado de: [http://repositorio.udea.edu.co/bitstream/10495/21391/1/AlzateTeresita\\_2015\\_FormacionPedagogicaDisiplinar-convertido.pdf](http://repositorio.udea.edu.co/bitstream/10495/21391/1/AlzateTeresita_2015_FormacionPedagogicaDisiplinar-convertido.pdf)
- Ávila, O. M. N., Castro-Sánchez, A. E., Rodríguez, H. R. y Tovar J. B. B. (2021). La experiencia y perspectivas de directores de escuelas primarias públicas sobre las políticas anti obesidad en Nuevo León, México. En A. E. Castro y J. M. Meléndez. Primera edición, *Balance y perspectivas para la comprensión de la obesidad en México en el siglo XXI* (pp. 157-184). Ciudad de México, México: Editorial D.R. Recuperado de <http://eprints.uanl.mx/22841/7/22841.pdf>
- Caballero, C. C., Polanco, I. P., Cortés, C. S., Morteo, E. y Acosta, M. D. C. (2018). Evaluación de la calidad nutricional del refrigerio y estado nutricional de una población de estudiantes de primaria de Veracruz, México. *Nutrición clínica dietética hospitalaria*, 38, 85-92. doi: <https://doi.org/10.12873/383caballero>
- Córdova-Villalobos, J. A. (2010). El Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria como una estrategia contra el sobrepeso y la obesidad. *Cirugía y cirujanos*, 78(2), 105-107. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/circir/cc-2010/cc102a.pdf>
- de Santiago, J. L. (2012). Cambios en el consumo de fruta y verdura en estudiantes de 2. de ESO después de seguir un programa de educación nutricional. Consumo de lácteos en mujeres de Gran Canaria. *Consumption of dairy products in women of Gran Canaria*, 26. Recuperado de <https://revista.nutricion.org/PDF/CAMBIOS.pdf>
- Diario Oficial De La Federación (DOF, 2010) *Acuerdo mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica*. Recuperado de [https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/635/3/images/acuerdo\\_lin.pdf](https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/635/3/images/acuerdo_lin.pdf)
- DOF (2014). *ACUERDO mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio y distribución de alimentos y bebidas preparados y procesados en las escuelas del Sistema Educativo Nacional*. Recuperado de [http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5344984&fecha=16/05/2014](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5344984&fecha=16/05/2014)
- DOF (2020). *ACUERDO por el que se emite como acción extraordinaria ante la epidemia de COVID-19, y como una medida preventiva en beneficio de toda la población, la impartición de contenidos que fomenten y promuevan estilos de vida saludables*. Recuperado de [https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5599525&fecha=01/09/2020#gsc.tab=0](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5599525&fecha=01/09/2020#gsc.tab=0)
- Fierro, M. J., Salinas, J., Lera, L., González, C. G. y Vio del Río, F. (2019). Efecto de un programa para profesores sobre cambio de hábitos alimentarios y habilidades culinarias en escuelas públicas de Chile. *Nutrición Hospitalaria*, 36(2), 441-448. doi: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.2190>
- Flores, C. O. y González, U. R. (2020). Caracterización de la intervención educativa realizada por estudiantes de nutrición en escuelas públicas del cantón de La Unión para la prevención de la obesidad y la promoción de la salud. *Población y Salud en Mesoamérica*, 18(1), 494-522. doi: <http://dx.doi.org/10.15517/psm.v18i1.40765>
- Gallegos, R. P., Barragán, L. A. y Hurtado, E. E. (2016). Evaluación de la estrategia contra el sobrepeso y obesidad en establecimientos de consumo escolar en planteles de educación básica de Villahermosa, Tabasco. *Horizonte sanitario*, 15(3), 155-163. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/hs/v15n3/2007-7459-hs-15-03-00155.pdf>

- Gil, K. (2020). Seguridad alimentaria, comedores escolares y Covid-19. Reflexiones sobre el rol del nutricionista. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 33(1), 80-90. Recuperado de <http://ve.scielo.org/pdf/avn/v33n1/0798-0752-avn-33-01-80.pdf>
- Giordano, M. S., Barnetche, M. M., Álvarez, P. S. y Cornejo, L. S. (2017). Perfil de consumo de alimentos durante la jornada escolar en una comunidad educativa vulnerable de la ciudad de Córdoba, Argentina. *Revista de Salud Pública*, 21(1), 6-15. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/335a/cf6094d49c864a32f3550e4418c647dfd76c.pdf>
- González, A. R., Laguna, C. y Nuñez, E. (2023). Factores que influyen en la Educación Física en México. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (48), 349-357. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
- Halloran, K. M., Gorman, K., Fallon, M. y Tovar, A. (2018). Nutrition knowledge, attitudes, and fruit and vegetable intake as predictors of head start teachers' classroom mealtime behaviors. *Journal of nutrition education and behavior*, 50(4), 340-348. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.10.015>
- Hernández, A. M. y Martínez, O. G. (2011). Lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar en los planteles de educación básica. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 68(1), 1-6. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/bmim/v68n1/v68n1a1.pdf>
- Herrero, C. S., López-Gómez, J. y Martínez-Riera, J. R. (2017). *Entornos saludables escolares. ¿Por qué no tiene éxito la generación de entornos saludables en la escuela?* Recuperado de [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/73729/1/2017\\_Herrero-Capel\\_et al\\_RIdEC.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/73729/1/2017_Herrero-Capel_et al_RIdEC.pdf)
- Instituto Nacional de Salud Pública. (INSP, 2022). *Vida Saludable, nueva materia en planes de estudio*. Recuperado de <https://www.insp.mx/avisos/vida-saludable-nueva-materia-en-planes-de-estudio>
- Jara, M., Olivera, M. y Yerrén, E. (2018). Teoría de la personalidad según Albert Bandura. *Revista JANG*, 7(2), 22-35. Recuperado de <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/jang/article/view/1510>
- Kupolati, M. D., Gericke, G. J. y MacIntyre, U. E. (2015). Teachers' perceptions of school nutrition education's influence on eating behaviours of learners in the Bronkhorstspuit District. *South African Journal of Education*, 35(2), 1-10. Recuperado de <https://hdl.handle.net/10520/EJC171005>
- Moyano, D., Rodríguez, E. R., y Perovic, N. R. (2021). Análisis de la intervención de la política de comedores escolares y el rol en la nutrición saludable de niños y niñas de Córdoba, Argentina. *Salud colectiva*, 16, e2636. <https://doi.org/10.18294/sc.2020.2636>
- Muñoz, J. M., Santos, A. J. y Maldonado, N. J. (2013). Elementos de análisis de la educación para la alimentación saludable en la escuela primaria. *Estudios sociales*, 21(42), 205-231. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/estsoc/v21n42/v21n42a9.pdf>
- Niembro, C. y Sosa, N. (2013). Juego y comida dan salud a tu vida. Evaluación de un programa escolar para la formación de hábitos alimentarios saludables. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, 43(3), 133-152. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/270/27028898005.pdf>
- Perea, Q. R. (2010). Orientaciones educativas para la salud alimentaria/educational guidances of nutrition health. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 21(2), 529. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230785030.pdf>
- Posso, R. J., Villarreal, S. P., Marcillo, J. C., Carrera, P. F. y Morales, N. E. (2022). Inteligencias múltiples como estrategia para la Educación Física: una intervención didáctica durante la pandemia. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(1), 120-131. Recuperado de <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1184/pdf>
- Secretaría de Educación de Veracruz (SEV, 2020). *Manual vida saludable para todos*. 1ª edición. Recuperado de [http://www.sev.gob.mx/educacion-basica/esvisa/wp-content/uploads/sites/11/2020/10/MANUAL-ESVISA-EDICION%CC%81N-2020-IMPRESIO%CC%81N\\_compressed.pdf](http://www.sev.gob.mx/educacion-basica/esvisa/wp-content/uploads/sites/11/2020/10/MANUAL-ESVISA-EDICION%CC%81N-2020-IMPRESIO%CC%81N_compressed.pdf)
- Secretaría de Educación Pública (SEP, 2020). *Boletín No. 215 Impulsa SEP mejores hábitos en los estudiantes con nuevas materias de Vida Saludable, y Formación Cívica y Ética*. Recuperado de <https://www.gob.mx/sep/es/articulos/boletin-no-215-impulsa-sep-mejores-habitos-en-los-estudiantes-con-nuevas-materias-de-vida-saludable-y-formacion-civica-y-etica?idiom=es>
- Secretaría de Salud de México SS, (2010). *Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el Sobrepeso y la Obesidad*. Recuperado de [http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/635/1/images/programadeaccion\\_sept.pdf](http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/635/1/images/programadeaccion_sept.pdf)
- Shamah-Levy, T., Romero-Martínez, M., Barrientos-Gutiérrez, T., Cuevas-Nasu, L., Bautista-Arredondo, S., Colchero, M. A., Gaona-Pineda, E. B., Lazcano-Ponce, E., Martínez-Barnetche, J., Alpuche-Arana, C., Rivera-Dommarco, J. (2021). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre Covid-19. Resultados nacionales*. Recuperado de <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2020/doctos/informes/ensanutCovid19ResultadosNacionales.pdf>
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación* (Vol. 1). Barcelona: paidós. Recuperado de <https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/Introduccion-a-Los-Metodos-Cualitativos-de-Investigacion-Taylor-S-J-Bogdan-R.pdf>