



ARTÍCULO ORIGINAL

**Primera consulta nacional a la niñez hondureña:
entorno alimentario escolar. Julio-noviembre 2023**

**First National Consultation on Honduran Children:
School Food Environment. July-November 2023**

Autores: Reny UrbinaAnariba, Eliab Jair Oseguera
Oyuela, Juan Alexander Dicunta Alvarado y Oscar
Edgardo Gonzáles

Primera consulta nacional a la niñez hondureña: entorno alimentario escolar. Julio-noviembre 2023

First National Consultation on Honduran Children: School Food Environment. July-November 2023

Autor: 1. Reny Urbina Anariba (ORCID: 0009-0000-9699-5097)

2. Eliab Jair Oseguera Oyuela (ORCID: 0000-0002-9847-7979)

3. Juan Alexander Dicunta Alvarado (ORCID: 0009-0003-9257-0253)

4. Óscar Edgardo Gonzáles (ORCID: 0009-0005-3550-1926)

Sobre el autor: 1-2, Unidad de Gestión Académica e Investigación, SEDESOL, 3-4 Unidad de Diseño de Políticas Sociales, SEDESOL.

Información del manuscrito: Recibido/Received: 30-07-24

Aceptado/Accepted: 14-11-24

Contacto de correspondencia: oscar.gonzales@sedesol.gob.hn

Resumen

Introducción: Este estudio tiene como objetivo analizar el entorno alimentario de los escolares del sector público en Honduras que reciben alimentación escolar, enfocándose en la disponibilidad, accesibilidad y prácticas alimentarias, para contribuir a la creación de políticas sociales basadas en evidencia, con la participación directa de los niños y niñas (NN) a través de una consulta nacional. **Metodología:** Se realizó un estudio observacional, cuantitativo, descriptivo y transversal desarrollado en los meses de julio–noviembre 2023 en centros educativos públicos de todo el país. Se calculó la muestra para cada departamento seleccionando un nivel de confianza de 95 % y un margen de error de 5 %, la muestra total fue de 9 415 NN. **Resultados:** El 25.9 % de los NN se identifica con un pueblo originario. El 7 % de la niñez consultada presenta algún tipo de discapacidad siendo la discapacidad cognitiva y la visual las más frecuentes. El 82 % de los NN consultados cuando está en el seno de su hogar comen acompañados de su madre. Las golosinas más comercializadas en las casetas de las escuelas son los “churros” (snacks o chips) y los dulces, 73.9 % y 71.7 % respectivamente, y los alimentos preparados representan el 37 % de las ventas. **Conclusiones:** los niños obtienen alimentos tanto en el hogar como en la escuela. Aunque consumen suficiente agua, los alimentos escolares son altos en calorías y carecen de nutrientes esenciales, con solo un 20 % accediendo a refrescos naturales. El 82 % come con su madre, lo que resalta la importancia de la educación alimentaria. Además, se destaca la necesidad de estrategias inclusivas para niños con discapacidad (7 % de la población estudiada) y la importancia de diversificar la oferta alimentaria, promoviendo alimentos saludables, tradicionales y el uso de huertos escolares para mejorar la alimentación escolar.

Palabras clave: alimentación escolar, seguridad alimentaria, programas y políticas de nutrición y alimentación

Introduction: This study aims to analyze the food environment of public sector schoolchildren in Honduras who receive school feeding, focusing on availability, accessibility and food practices, to contribute to the creation of evidence-based social policies, with the direct participation of children through a national consultation. **Methodology:** An observational, quantitative, descriptive and cross-sectional study was carried out between July and November 2023 in public educational centers throughout the country. The sample was calculated for each department by selecting a confidence level of 95 % and a margin of error of 5 %, the total sample was 9 415 NN. **Results:** 25.9 % of NN identify with an indigenous people. 7 % of children surveyed have some type of disability, with cognitive and visual disabilities being the most common. 82 % of children surveyed eat with their mother when they are at home. The sweets most sold at school kiosks are “churros” (snacks or chips) and candy, 73.9 % and 71.7 % respectively, and prepared foods represent 37 % of sales. **Conclusions:** Children obtain food both at home and at school. Although they consume enough water, school meals are high in calories and lack essential nutrients, with only 20 % accessing natural soft drinks. 82 % eat with their mother, which highlights the importance of food education. In addition, the need for inclusive strategies for children with disabilities (7 % of the population studied) and the importance of diversifying the food supply, promoting healthy, traditional foods and the use of school gardens to improve school meals, are highlighted.

Key words: School meals, food security, Nutrition and Food Programs and Policies

Introducción

El entorno alimentario es fundamental para mejorar la alimentación escolar, este incluye tanto las infraestructuras como las condiciones dentro y alrededor donde se ofrecen, adquieren o consumen alimentos —pulperías, cafeterías u otros puntos de venta; los programas alimentarios de apoyo se relacionan con el contenido nutricional de los alimentos disponibles, su precio, inocuidad, estética y la publicidad de las marcas entre otras—.

La participación ciudadana se refiere a la forma en que la sociedad se organiza, estructura y lleva a cabo procesos mediante los cuales las personas desarrollan intenciones orientadas a transformar su entorno, con diferentes niveles de éxito, aplicándolas a situaciones o actividades específicas (Páez-Álvarez 2006).

El Plan de Gobierno 2022-2026, en materia de niñez, propuso el diseño de políticas públicas con la participación directa de niños, niñas y adolescentes y familias (Gobierno de Honduras 2022), con base en esto, la Dirección de Políticas Públicas para el Desarrollo y la Protección Social de la Secretaría de Desarrollo Social (SEDESOL), diseñó y realizó una consulta nacional para escolares participantes del Programa de Alimentación Escolar (PAE) analizando el entorno alimentario escolar, con el objetivo de obtener insumos para la construcción de una política de alimentación escolar sustentable y acuerpar la Ley de Alimentación Escolar e impulsar el derecho a la participación de la niñez en cada uno de sus contextos, conformando sociedades más democráticas e igualitarias (Ruiz-Jarquín 2022).

La provisión de alimentos dentro de las instituciones educativas, mediante programas de alimentación escolar constituye una importante herramienta de protección social, donde las intervenciones iniciales se han canalizado eficazmente, apoyándose en programas para respaldar los potenciales juveniles e infantiles para compensar el bajo nivel de ingresos de familias vulnerables. Es en estos escenarios donde la alimentación de los estudiantes dentro de los centros educativos resguarda la situación de familias durante su desarrollo social y económico (Moreno-Villamil 2023).

El PAE busca crear un sistema capaz de brindar educación gratuita y accesible para toda la población estudiantil a nivel nacional. En 2023 el Gobierno había invertido más de L 1 022 millones, para que 1.3 millones de niñas y niños (NN), de 21 mil centros educativos, incluyendo los que están en las zonas más remotas del país, reciban una ración diaria de alimentos nutricionalmente balanceada; además el PAE recibió el reconocimiento internacional de la Coalición por la Alimentación Escolar en la Primera Cumbre Mundial celebrada en París 2023 (SEDESOL 2023).

En Latinoamérica y el Caribe (LAC), el sobrepeso y la obesidad están aumentando de manera alarmante, amenazando la salud y el bienestar de millones de NN, adolescentes y adultos; al mismo tiempo se incrementa el hambre y su resultante desnutrición, que se expresa como retraso del crecimiento, emaciación infantil o como deficiencias de micronutrientes afectando su cognición y desarrollo integral. Se estima que la brecha de escolaridad que afecta a la población que sufrió desnutrición, alcanza en promedio a los dos años de estudio y tiene como consecuencia que quienes han sufrido desnutrición presentan una proporción significativamente mayor de educación primaria incompleta y un menor logro a nivel de educación secundaria completa (CEPAL 2024).

Los estudios sobre malnutrición y educación reconocen la importancia del entorno escolar y la multicausalidad en la misma; esto debido a que en ella se adquieren estilos de vida y comportamientos que se trasladan a su vida cotidiana. La infraestructura escolar influye también en la relación con la alimentación y su entorno, influenciada negativamente con publicidad y disposición en las casetas escolares de comidas y bebidas no nutritivas, azucaradas y ultraprocesadas (Fuentes y Estrada 2023).

Todas las intervenciones públicas que favorezcan la seguridad alimentaria se basan en el derecho humano a la alimentación. Según el Índice Global del Hambre (IGH), la región de LAC está en la categoría de baja inseguridad alimentaria comparada con otras regiones del mundo, y requiere estrategias de coordinación multisectorial e interinstitucional para abordarla y lograr la reducción del hambre de manera significativa, que incluyen no solo la legislación sino la vigilancia de su aplicación (BID 2019).

El objetivo de este estudio es analizar el entorno alimentario de escolares del sector público en Honduras que reciben alimentación escolar, enfocado en la disponibilidad, accesibilidad y prácticas alimentarias. La finalidad es contribuir en la construcción de políticas sociales basadas en la evidencia y la participación ciudadana.

Metodología

Se realizó su estudio observacional, cuantitativo, descriptivo y transversal desarrollado en los meses de julio – noviembre 2023. La consulta se gestionó y coordinó desde la Dirección de Políticas Públicas de SEDESOL en centros educativos del sistema público de los 18 departamentos del país. El universo está compuesto por los estudiantes matriculados en el primer y segundo ciclo de educación básica del año 2022 del Sistema SACE de la Secretaría de Educación. Se calculó para cada departamento del país seleccionando un nivel de confianza de 95 % y un margen de error de 5 %, resultando entre 370-400 NN por lo que se consideró recolectar 400 encuestas en cada departamento. La muestra total fue de 9 415 NN. La recolección de datos incluyó la consulta a todos los NN que mostraron su deseo de participar, que estuvieran matriculados en el sistema de educación pública, que se encontraran en el primero o segundo ciclo de educación básica y cuyos padres hubiesen firmado el consentimiento informado.

Se diseñó un instrumento que incluyó 13 preguntas sobre el entorno alimentario basado en los ejes en que se planificó el diseño de la política de alimentación escolar: 1) Salud, nutrición y protección social, 2) seguridad alimentaria, 3) desarrollo económico local y 4) educación alimentaria y nutricional. Para su aplicación se utilizó un instrumento elaborado

para el efecto en la herramienta digital kobotoolbox® diseñado con imágenes de forma que facilitara el proceso para los escolares que no habían finalizado su proceso de lectoescritura.

A través de las preguntas se evaluó la experiencia de los NN en temas de: acceso a merienda, preferencias de alimentación, patrones culturales de consumo, satisfacción de la merienda recibida, entre otros. Cada instrumento brindó información básica para poder evaluar las necesidades y realidades de alimentación escolar en los NN. Para la tabulación y análisis de datos se utilizó el programa Microsoft Excel, se analizaron las preguntas sobre la disponibilidad de alimentos, acceso y consumo, se cruzaron algunas variables considerando género, pueblos originarios, presencia de discapacidad y la relación de estos factores con el desarrollo social.

Aspectos éticos

Consentimiento informado: se obtuvo el claro y explícito consentimiento de los padres, madres o tutores legales de los NN, asegurando que estuvieran plenamente informados sobre los objetivos y procedimientos del estudio. Este documento fue elaborado en español y en Misquito.

Asentimiento: el consentimiento de los padres o tutores no implicaba una obligación de los niños para participar en el estudio; se buscó obtener el consentimiento directo de los niños según su capacidad y voluntad.

La recolección de datos se realizó de dos formas; de acuerdo con particularidades de tiempo y espacio se aplicaba el instrumento de forma física o de forma digital a través de la plataforma kobotoolbox® y con la colaboración de directivos, docentes y personas voluntarias.

Control de calidad de los datos: por la elevada cantidad de datos incluidos en esta investigación, se verificaron tres veces comparando los valores totales por cada variable incluida. Si se encontrara una incongruencia o error, los datos se cargaban nuevamente sin incluir datos repetidos o abreviados en las respuestas de los niños consultados.

Resultados

Se obtuvo un total de 9 415 registros a nivel nacional de los cuales fueron depurados 160, quedando una base de datos limpia con 9 259 registros que son los que nos brindaron la información que posteriormente se analizó (Tabla 1).

Tabla 1. Niños y niñas escolares consultados

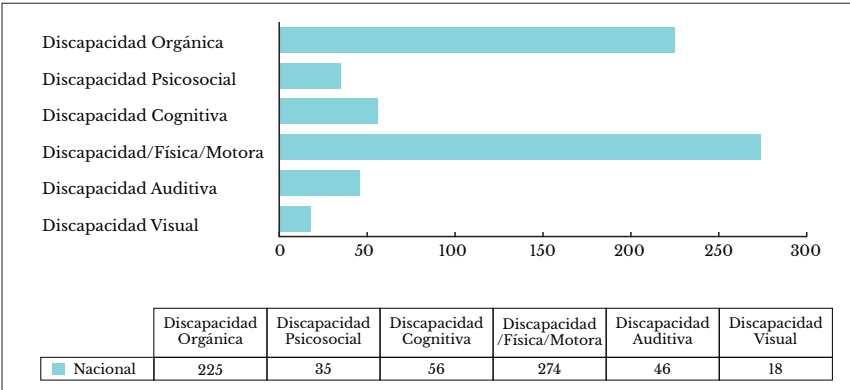
Departamento	#	Departamento	#
Choluteca	2 479	Olancho	357
Yoro	601	Valle	345
La Paz	574	Gracias a Dios	307
Francisco Morazán	519	Santa Bárbara	258
El Paraíso	458	Atlántida	241
Comayagua	453	Islas de la Bahía	237
Colón	413		
Copán	409		
Lempira	407		
Intibucá	403		
Ocotepeque	400		
Cortés	398	Total	9 259

Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL, 2023.

Del total de registros, la distribución por sexo corresponde a 52 % niñas y 48 % niños. El 25.9 % de los NN se identifica como parte de un pueblo originario dentro de los cuales el grupo Lenca es el más predominante, abarcando un 63 % de los niños identificados con algún grupo originario. Se destaca la presencia de los grupos Maya Chortí y Misquito con 16 % y 15 % respectivamente. La identificación de los grupos originarios presentes en los NN que asisten a las escuelas del país nos permite identificar aspectos culturales que pueden influir de alguna forma en las preferencias y practicas alimentarias, y como estas pueden llegar a relacionarse con el proceso de Alimentación Escolar.

El 7 % de la niñez consultada presenta algún tipo de discapacidad (Figura 1), la discapacidad cognitiva y la visual son las más frecuentes en las respuestas con un 42 % y 34 % respectivamente. En menor frecuencia encontramos otras discapacidades como la motora, la psicosocial, la orgánica o la auditiva. Es necesario reconocer que cada tipo de discapacidad puede requerir estrategias y apoyos únicos para garantizar la participación equitativa de los NN en todos los procesos.

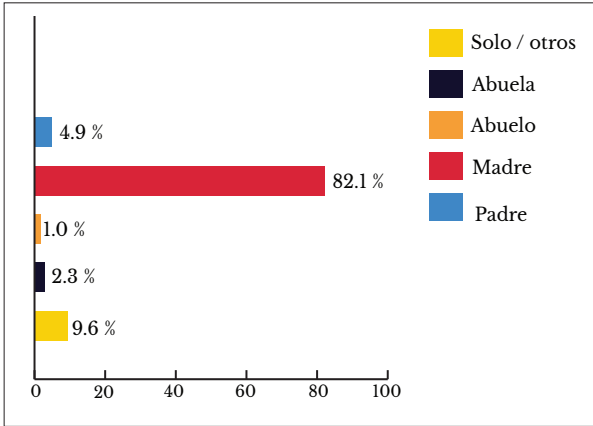
Figura 1. Niños y niñas con discapacidad consultado a nivel nacional.



Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL, 2023.

Los tres tiempos de comida básicos son los que mayor frecuencia se consumen. El 13 % realiza merienda por la mañana, una de las funciones de las meriendas es reducir el apetito previo a tiempos como el almuerzo o la cena, aquí radica la importancia de que la alimentación escolar brindada sea sana y nutritiva. Es importante señalar que el 82 % de los NN consultados cuando está en el seno de su hogar comen acompañados de su madre, resultado importante para analizar el componente de educación y la importancia de establecer patrones alimentarios adecuados (Figura 2).

Figura 2. Con quién come los NN en sus hogares (%).



Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL, 2023.

Según la consulta, existe una alta disponibilidad de bebidas procesadas y envasadas (Tabla 2) alcanzando el 80 % entre refrescos de lata o de botella y jugos de lata o caja en conjunto; dejando únicamente el 20 % se refiere a refrescos naturales, que son bebidas con el mínimo proceso de transformación.

Tabla 2. ¿Qué tipo de comida venden en tu escuela?

	#	%
Baleadas o burritas	6 963	73.96
Churros	6 953	73.85
Confites o dulces	6 747	71.66
Refrescos de botella (lata)	6 581	69.9
Jugos de caja (lata)	6 402	68
Pastelitos, pupusas, tacos fritos y enchiladas	5 692	60.46
Tajaditas de plátano	4 101	43.56
Frescos naturales	3 283	34.87
Pollo, pescado o carne	1 693	17.98
Tamalitos, atol, ticucos y elotes	4 58	4.86
Otro:	4 64	4.93

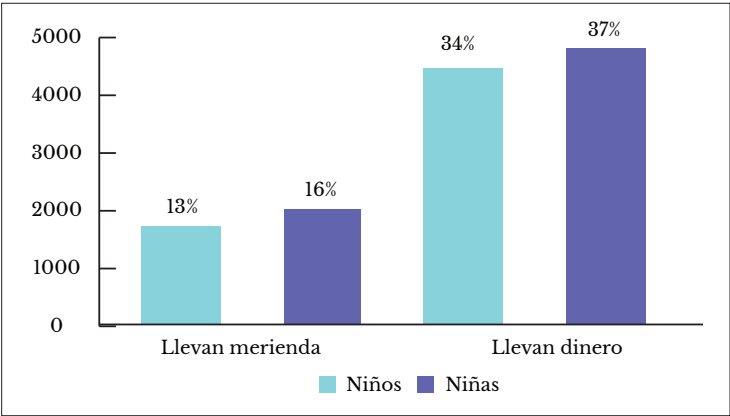
Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL, 2023.

Las baleadas o burritas son la opción más popular, representando el 37 % de los alimentos comercializados en casetas. Este dato sugiere que este tipo de comida es una elección común entre los estudiantes. Sobre la venta de alimentos dentro de las escuelas se evidencia que gran parte de la oferta son alimentos fritos y altamente calóricos. Es una oferta escasa en nutrientes debido a la falta de disponibilidad de frutas y verduras y alimentos proteicos de origen animal.

Las golosinas más comercializadas en las casetas de las escuelas son los “churros” (snacks o chips) y los dulces, 73.9 % y 71.7 % respectivamente. Estas golosinas en exceso pueden llegar a ser perjudiciales para la niñez por altos niveles de azúcar o de sodio. Gran parte de la oferta de alimentos en las casetas escolares son alimentos densamente calóricos principalmente churros y dulces, alimentos que no tiene ningún aporte nutricional y en cambio contienen exceso de calorías, grasas trans y sodios en cantidades inadecuados para los niños.

Se muestra que es mayor la cantidad de NN que llevan dinero a la escuela (34-37 %) que aquellos que llevan merienda (13-16 %), dejando la oportunidad para que el niño tenga la libertad de elegir que comprar en la escuela, recalcando la importancia de la educación alimentaria y la disponibilidad de alimentos sanos y nutritivos (Figura 3).

Figura 3. Niñez consultada que lleva merienda y/o dinero por género



Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL, 2023.

En la Tabla 3 se aprecia las golosinas más frecuentes que llevan los NN a la escuela destacándose en primer lugar los jugos o frescos de botella (16.2 %), seguido de galletas (15.2 %) y churros (14.7 %).

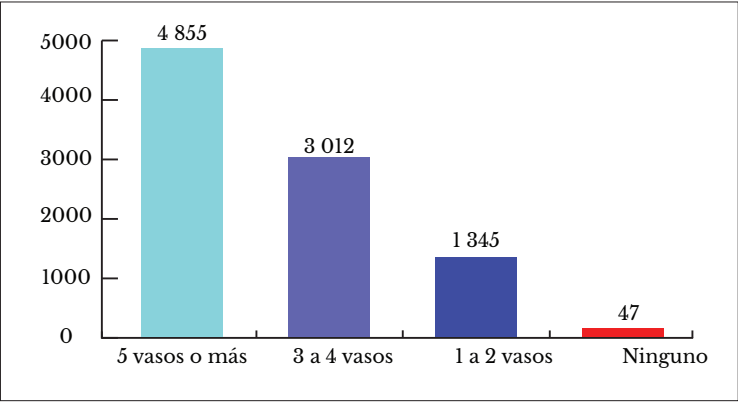
Tabla 3. ¿Qué tipo de comida llevas a tu escuela?

Valor	Frecuencia	Porcentaje
Agua	2 692	28.59
Tortillas	1 807	19.19
Frijoles	1 655	17.58
Banano	1 600	16.99
Huevo	1 575	16.73
Jugos o frescos de botella	1 522	16.17
Frescos Naturales	1 444	15.34
Galletas/Pan	1 432	15.21
Churros	1 384	14.7
Queso	1 283	13.63
Papa	1 242	13.19
Sandía	1 237	13.14
Naranja	1 096	11.64
Carne de Res/ Pescado/ Pollo	941	9.99
Dulces/Confites	917	9.74
Lácteos	853	9.06
Pasta Espaguetis/Coditos	784	8.33
Piña	755	8.02
Tomate	560	5.95
Zanahoria	448	4.76
Conos/Paletas	338	3.59
Remolacha	257	2.73
Café	240	2.55
Chile Verde	193	2.05
Otro	398	4.23

Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL. 2023.

En cuanto a las bebidas que los NN llevan a la escuela figura en mayor porcentaje el agua (28.6 %), seguido de los refrescos de botella (16.2 %) y refrescos naturales (15.34 %). Se observa que a nivel nacional el agua es la bebida que llevan con más frecuencia a las escuelas, en cuanto a la cantidad de vasos con agua consumidos, el 51.57 % respondieron que consumían 5 o más vasos al día. Demostrando que, aunque en su mayoría consumen agua en las cantidades adecuadas, un alto porcentaje todavía consume cantidades insuficientes, correspondiendo al 14.79 %, consumen 2 vasos o menos (Figura 4).

FIGURA 4. Cantidad de vasos de agua diarios que toman los NN



Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL, 2023.

En la Tabla 4 se observa que existe una marcada diferencia entre lo que los niños y niñas desean consumir y lo que algunos de ellos llevan de la casa a la escuela. Alimentos como las carnes (5 674 preferencias vs. 941 consumos) y lácteos (5 653 preferencias vs. 853 consumos) presentan diferencias notables en la que destaca una falta de acceso a alimentos proteicos que son esenciales para el desarrollo infantil. Los alimentos más deseados como algunas frutas (sandía, bananos o naranjas) y algunos proteicos como los anteriormente mencionados, indican cierta preferencia hacia alimentos frescos y saludables.

Tabla 4. Alimentos que NN les gustaría comer en la escuela y su relación con los que llevan

	Le gustaría comer	Lleva a la escuela
Sandía	6860	1237
Banano	6632	1600
Carne de Res/pescado/pollo	5674	941
Lácteos	5653	853
Piña	5496	755
Huevos	5487	1575
Queso	5365	1283
Tortillas	5345	1807
Pasta (Espaguetis/Coditos)	5326	784
Papa	5234	1242
Frijoles	5007	1655
Tomate	3886	560
Zanahoria	3453	448
Remolacha	2342	257
Chile verde	1599	193
Naranja	6392	1096

Fuente: Datos obtenidos de la consulta a escolares, SEDESOL, 2023.

Durante el periodo escolar se establecen la mayor parte de hábitos por lo que deben establecerse las bases para una buena salud. Es esencial desarrollar hábitos alimentarios para el proceso de aprendizaje y la obtención de logros académicos (Ibarra et al. 2019).

En el entorno escolar los problemas de salud más comunes se asocian a una mala alimentación y es que el patrón de preferencias alimentarias y debido a esto muchas de las intervenciones se orientan al desarrollo de habilidades individuales, sin embargo es importante las acciones gubernamentales, políticas públicas y servicios que favorezca la salud de la población infantil con especial atención a la promoción de una alimentación saludable debido a su alta vulnerabilidad por su exposición a los factores de riesgo relacionados a desnutrición, mala alimentación, obesidad y otras que influirán en su salud y desarrollo en su vida adulta (Bonilla-Caicedo, M et al. 2022).

El Gobierno de Honduras reportó que durante 2023 más de 94 mil niñas y niños indígenas y Afrohondureños recibieron diariamente su ración de alimentos adaptados a su identidad gastronómica (SEDESOL 2023). La población de pueblos originarios representada en este estudio por el 25.9 % de NN consultados, refuerzan la importancia de lograr un enfoque intercultural; los alimentos que se consumen están vinculados estrechamente no solo con el territorio, sino con su identidad en ocasiones relacionándose con celebraciones o tradiciones específicas, resaltando el valor cultural y no solo nutricional de los mismos (BID 2022).

Además, es un tema estudiado que las diferentes prácticas culturales y estilos de vida pueden influir en las decisiones nutricionales o el seguimiento de recomendaciones. Las raciones alimentarias brindadas por programas de alimentación escolar deben incorporar alimentos culturalmente competentes que se adapten a los gustos y preferencias culturales y a su entorno; la falta de comprensión de las normas, valores y prácticas culturales puede llevar a desacuerdos o tergiversaciones que finalmente impacten en la salud y desarrollo de los NN (Álvarez et al. 2024).

Las carencias nutricionales, especialmente la deficiencia de minerales como el hierro, son una causa importante de deficiencias cognitivas, que afectan el desarrollo intelectual, el aprendizaje, la memoria, la atención y el procesamiento de información en la infancia. Aunque este estudio no muestra una relación directa entre nutrición y funcionalidad, se destaca que un 7 % de la población presenta discapacidad, de la cual el 42 % es cognitiva, lo que subraya la importancia de abordar de manera integral las condiciones nutricionales como mecanismo de prevención de condiciones que afecten el desarrollo psicomotor, fomentando el desarrollo integral desde la primera infancia (Merino Loor et al. 2022).

Además, la discapacidad visual afecta al 34 % de los escolares con discapacidad, y una nutrición adecuada durante los primeros 6 meses de vida es crucial para la salud ocular. La deficiencia de vitamina A —esencial para la visión—, puede causar graves trastornos visuales, pero su suplementación puede prevenir hasta el 70 % de los casos de ceguera (Jaramillo-Cerezo et al. 2022). El Programa de Alimentación Escolar en algunas escuelas de Honduras posee huertos escolares, lo que podría ayudar sustancialmente a promover la ingesta de hortalizas entre los estudiantes. Además, fomenta hábitos alimentarios más saludables y permite que los niños aprendan sobre nutrición y sostenibilidad, creando una mayor conciencia sobre la importancia de una alimentación balanceada (Diario Oficial La Gaceta 2017).

Una estrategia efectiva es el uso de aceites fortificados, que se implementan en programas de alimentación escolar y son fundamentales para garantizar nutrientes esenciales, mejorar la salud integral y prevenir deficiencias nutricionales en comunidades con dietas insuficientes (Espejo et al. 2022).

Garantizar el acceso a una alimentación adecuada y saludable es un desafío global que se alinea con los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la ONU, promoviendo sistemas alimentarios saludables y sostenibles. Se estima que para 2030, se necesitarán entre 176 000 millones y 3.98 billones de USD para erradicar la subalimentación y cumplir con las metas mundiales en nutrición, mientras que el costo de no actuar podría ser aún mayor.

Existen evidencias científicas que destacan los efectos negativos de una mala alimentación en la salud y justifican intervenciones en salud pública para mitigar estos impactos y los costos asociados a los sistemas de salud. Es crucial estudiar las prácticas alimenticias familiares, teniendo en cuenta factores como los ingresos, la clase social y las interacciones con las instituciones educativas (Avelar et al. 2024). Investigaciones indican que en hogares de bajos recursos económicos es más común el consumo de alimentos ultraprocesados debido a su bajo costo, mientras que en familias de mayores ingresos se rechaza la comida de los comedores escolares, especialmente en escuelas privadas. Incluso en familias con mayores niveles educativos, no siempre se observan mejoras en los hábitos alimenticios de los NN (Fuentes y Estrada 2023).

La forma en que los NN obtienen sus alimentos ocurre principalmente a través del hogar y la escuela. Por ello, es fundamental brindarles información clara sobre los alimentos que consumen y diversificar la oferta alimentaria para fomentar el consumo de frutas, verduras y otros alimentos saludables. En este contexto, la escuela desempeña un papel determinante, no solo como espacio donde se adquieren conocimientos, hábitos de vida y formas de comportamiento, sino también como un lugar donde estos patrones pueden cuestionarse o reforzarse (Ibarra et al. 2019). Sin embargo, la infraestructura escolar y los servicios que ofrece, como las casetas o gloriets, frecuentemente influyen de manera negativa debido a la disponibilidad de alimentos y bebidas ultraprocesados, azucarados y con escaso valor nutricional, lo que pone de manifiesto la necesidad de mejorar las opciones disponibles en estos entornos (Fuentes y Estrada 2023).

En Costa Rica y Guatemala, a pesar de las regulaciones que buscan promover alimentos saludables en los centros educativos, los estudiantes siguen accediendo fácilmente a productos no saludables fuera de las escuelas. En Costa Rica, aunque se regula la venta de ciertos alimentos dentro de las escuelas, los estudiantes compran productos como confites y chicles en los alrededores, lo que pone en evidencia la dificultad de controlar los hábitos alimenticios solo dentro de la institución. De manera similar, en Guatemala, las escuelas están rodeadas de tiendas que venden principalmente alimentos no saludables, lo que permite que los escolares accedan a ellos sin restricciones. Esto subraya la necesidad de crear un enfoque integral que regule tanto lo que ocurre dentro como fuera de las escuelas, para fomentar hábitos alimenticios más saludables (Gamboa-Gamboa 2021).

La Ley para el Control y Regulación de Bebidas Energizantes de Honduras, contenida en el Decreto No. 114-2024, prohíbe la venta de bebidas energizantes a menores de 18 años en todo el país, especialmente en lugares como escuelas y guarderías (Diario Oficial La Gaceta 2024). Estas bebidas, que contienen ingredientes estimulantes como cafeína, taurina y ginseng, deben cumplir con regulaciones sobre etiquetado, envasado y publicidad, incluyendo advertencias de riesgos para la salud, especialmente para mujeres embarazadas y lactantes. La Agencia de Regulación Sanitaria (ARSA) y la Secretaría de Desarrollo Económico son responsables de su fiscalización. Además, el Reglamento de Ventas de Alimentos en los Centros Educativos promueve la venta de alimentos saludables y la educación alimentaria, con la colaboración de la Secretaría de Educación y la FAO, asegurando que los productos vendidos en las escuelas sean nutritivos y seguros, mientras se combate la malnutrición.

La cantidad de agua en el cuerpo humano varía según factores como la edad, la salud y el entorno, siendo esencial una ingesta adecuada para mantener un balance hídrico óptimo. La Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria recomienda 1.6 litros de agua diarios para niños a partir de 4 años (Salas-Salvado et al. 2020). Sin embargo, en el contexto escolar

de la población estudiada, aunque el agua es la bebida más consumida, un 14.79 % de los niños consumen solo 2 vasos o menos al día, lo que indica una ingesta insuficiente. En lugares como Choluteca, Honduras, la prevención de enfermedades relacionadas con la deshidratación, como la Nefropatía Mesoamericana, debe ser prioritaria. Esta enfermedad, vinculada a la deshidratación y factores ambientales, afecta principalmente a jóvenes adultos, por lo que es crucial fomentar la hidratación adecuada desde la etapa escolar para reducir su incidencia en el futuro (Linarez Ochoa et al. 2023).

La Encuesta Demográfica de Honduras de 2019 revela un grave problema de acceso a agua potable segura, con un 44.4 % de la población en riesgo de contaminación fecal en la fuente de agua y un 59.2 % en riesgo dentro de sus hogares. Esta situación provoca enfermedades gastrointestinales que no solo representan una amenaza para la vida, sino que también afectan profundamente el desarrollo de los niños, ya que están vinculadas con retraso en el crecimiento físico y deficiencias en el desarrollo intelectual. Además, estas enfermedades contribuyen al ausentismo escolar, lo que agrava aún más la situación en un contexto de escuelas que carecen de agua y saneamiento adecuados, creando un ciclo negativo que impacta tanto en la salud pública como en la educación y el bienestar a largo plazo de los niños (UNICEF 2023).

Las intervenciones educativas en alimentación y nutrición, como talleres de cocina y materiales audiovisuales dirigidos a las familias de niños preescolares y escolares, pueden ser efectivas para cambiar los hábitos alimentarios, pero deben considerar factores clave como los ingresos económicos de las familias, los cuales afectan la accesibilidad y disponibilidad de alimentos saludables. En contextos de desigualdad económica, las diferencias en los ingresos se traducen en una dieta poco balanceada, caracterizada por un mayor consumo de alimentos ultraprocesados, como refrescos azucarados (Anaya García, y Álvarez Gallego 2018). Además, el sedentarismo, especialmente en los grupos de bajos ingresos y en mujeres, y las dificultades para acceder a espacios adecuados para hacer ejercicio, agravan este problema (Olarte Hernández et al. 2021). Las deficiencias estructurales de las ciudades, sumadas a la sobrecarga de las responsabilidades domésticas, afectan negativamente las conductas alimentarias (Godoy Berthet et al. 2020), lo que demuestra que las intervenciones educativas deben ser acompañadas de políticas que mejoren las condiciones socioeconómicas y el entorno urbano, promoviendo un acceso más fácil y económico a alimentos saludables y a espacios para la actividad física.

Conclusiones

Este estudio demuestra que, aunque en las escuelas existe una alta disponibilidad de bebidas procesadas y alimentos poco nutritivos, como refrescos y golosinas (con un 80 % de bebidas procesadas y 73.9 % de churros y 71.7 % de dulces en las casetas), los niños tienen una adecuada ingesta de agua, siendo el 51.57 % quienes consumen cinco o más vasos al día. Sin embargo, persisten problemas relacionados con las elecciones alimentarias, ya que muchos de los alimentos disponibles son altamente calóricos, fritos y carecen de nutrientes esenciales. Solo el 20 % de los niños tiene acceso a refrescos naturales, y los alimentos en las casetas escolares carecen de frutas, verduras y proteínas. Además, es importante destacar que el 82 % de los niños comen en compañía de su madre, lo que sugiere la necesidad de reforzar la educación alimentaria en el hogar y la escuela. Se subraya la relevancia de estrategias inclusivas para atender la diversidad de discapacidades (7 % de niños con discapacidad) y adaptar las prácticas alimentarias a sus necesidades.

Para abordar las necesidades nutricionales de los niños, es esencial priorizar las intervenciones que apunten a reducir la malnutrición y mejorar la salud alimentaria. La falta de datos exactos sobre la malnutrición hace que se utilicen modelos económicos para estimar los costos de las intervenciones necesarias. En este sentido, es urgente que los países fortalezcan los marcos institucionales y normativos que se fortalezca la regulación,

movilicen recursos adecuados y fomenten la coordinación multisectorial para reducir la prevalencia de la desnutrición, el sobrepeso, la obesidad, las deficiencias de micronutrientes y la inseguridad alimentaria, especialmente en países de bajos ingresos donde los niños son los más afectados.

Una estrategia clave es la implementación de programas de alimentación escolar que orienten los sistemas alimentarios hacia la salud nutricional y la sostenibilidad. Además, la promoción del consumo de alimentos tradicionales indígenas de alto valor nutricional, puede ayudar a reducir problemas como el sobrepeso y la obesidad. Los huertos escolares, como elementos educativos y productivos, representan una medida eficaz para mejorar la accesibilidad y disponibilidad de alimentos saludables, beneficiando tanto a los estudiantes como a los pequeños productores.

Agradecimientos

Se agradece la colaboración esencial de la Secretaría de Desarrollo Social y el Programa de Alimentación Escolar, así como de la Secretaría de Educación cuya colaboración no solo se limita a recursos financieros, sino que también se manifiesta como un valioso respaldo intelectual y logístico. La oportunidad de contar con su apoyo ha fortalecido de manera significativa tanto la calidad como el alcance de la Consulta, así como los insumos obtenidos de la misma. Se agradece además a Pastor Martínez, José Bustillo, Daniela Valladares Palma, Edras Martínez que contribuyeron al desarrollo de este artículo

Referencias

Álvarez-San Martín, Roberto, Génesis Bonilla-Hurtado, y Marcela Vallespir-Valenzuela. 2024. “Percepción del nutricionista sobre el rol de las competencias culturales en la profesionalización de la nutrición Y dietética”. *Revista Española De Nutrición Humana Y Dietética* 28, núm. 3 211-219. <https://doi.org/10.14306/renhyd.28.3.2165>.

Anaya García, S. E., y M. M. Álvarez Gallego. 2018. “Factores asociados a las preferencias alimentarias de los niños”. *Eleuthera* 18: 58–73. <https://doi.org/10.17151/eleu.2018.18.4>.

Avelar, Bruna Aparecida, Ana Cláudia Morito Neves, Júlia Cristina Cardoso Carraro, Mariana Carvalho de Menezes, Mayckel da Silva Barreto, y Raquel de Deus Mendonça. 2024. “Dieta no saludable y no sostenible y sindemia: El papel de los alimentos ultra procesados”. *Revista Chilena de Nutrición* 51, núm. 4: 340-345. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182024000400340>.

Banco Interamericano de Desarrollo. 2019. *Seguridad Alimentaria en América Latina y el Caribe*. https://publications.iadb.org/es/publications/spanish/viewer/Seguridad_alimentaria_en_Am%C3%A9rica_Latina_y_el_Caribe.pdf.

Banco Interamericano de Desarrollo (BID) y el Programa Mundial de Alimentos (WFP). *Estado de la Alimentación Escolar en América Latina y el Caribe 2022, Informe Especial: Camino a un enfoque intercultural de alimentación escolar en la región*. 2022. <http://dx.doi.org/10.18235/0005080>.

Bonilla-Caicedo, M., Ríos-Guarango, P., Yaulema-Brito, L., & Sánchez-Osejo, E. 2022. “Estrategias de promoción de la salud para una alimentación saludable en niños escolares: una revisión sistemática”. *Polo del Conocimiento* 7, núm. 2: 865-877. doi: 10.23857/pc.v7i1.3622.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). 2024. *El costo de la doble carga de la malnutrición. Principales impactos sociales y económicos en ocho países de América Latina*. CEPAL 2024 <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/4276a3db-621c-4f96-a690-0bb90422712b/content>

Espejo, Juan Pablo, María Fernanda Tumani, Carolina Aguirre, Julieta Saánchez y Alejandra Parada. 2022. "Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico." *Revista chilena de Nutrición* 49, núm. 3: 391-398. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182022000300391>.

Fuentes, Sebastián, y Belén Estrada. 2023. "Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021". *Revista Educación* 47, núm. 1: 588-604. <https://dx.doi.org/10.15517/revedu.v47i1.51724>.

Gamboa-Gamboa, Tatiana, Karol Madriz, Sasha de-Beausset, Ana Guzmán, Manuel Ramírez-Zea, y Meredith Fort. 2021. "School Feeding Programs in Costa Rica and Guatemala: Perceptions about Operationalization from the Public School Community". *Revista Chilena de Nutrición* 48, núm. 4: 518-533. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182021000400518>.

Gobierno de Honduras. Partido Libertad y Refundación Libre. 2021. *Plan de Gobierno para Refundar Honduras 2022-2026*. <https://www.diger.gob.hn/sites/default/files/2022-10/plan-de-gobierno-xiomara-castro.pdf>

Godoy Berthet, Carolina, Marianela Denegri Coria, y Berta Schnettler Morales. 2020 "Factores protectores y de riesgos en conductas alimentarias de madres e hijos". *Revista de Psicología (Santiago)* 29, núm. 2: 61-73. <https://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2020.57145>.

Honduras, Diario Oficial La Gaceta, 2017. Ley de alimentación escolar. 3 de julio 2017. Decreto No. 125 de 2016. Ley de Alimentación Escolar. 3 de julio del 2017. Dario Oficial La Gaceta. No. 34, 380.

Honduras, *Diario Oficial La Gaceta*, 2024. Ley para el control y regulación de bebidas energizantes. 6 de junio de 2024. Decreto No. 46 de 2024. Ley para el Control y Regulación de Bebidas Energizantes. 6 de junio del 2024. *Diario Oficial La Gaceta*. No. 36, 553.

Ibarra Mora, Jessica, Claudio Marcelo Hernández Mosqueira, y Carles Ventura-Vall-Llovera. 2019. "Hábitos Alimentarios Y Rendimiento académico En Escolares Adolescentes de Chile". *Revista Española De Nutrición Humana Y Dietética* 23, núm. 4: 292-301. <https://doi.org/10.14306/renhyd.23.4.804>.

Jaramillo-Cerezo, Andrea, Valeria Torres-Yepes, Isabela Franco-Sánchez, Yuliana Llano-Naranjo, Johana Arias-Uribe y Juan Suárez-Escudero. 2022. "Etiología y consideraciones en salud de la discapacidad visual en la primera infancia: revisión del tema". *Revista mexicana de oftalmología* 96, núm. 1: 27-36. Epub febrero 7, 2022. <https://doi.org/10.24875/rmo.m21000202>.

Linarez Ochoa, Nery Erasmo, Claros Rivas, Ricardo Javier, Coello Espinal, Lorena Patricia, Castro Rodríguez, Gustavo Adolfo, Silva Andino, Sandra Marcela, Ventura Díaz, Ana Cristina, Rodríguez Mendoza, José Gaspar, & Durón, Reyna María. 2023. "Hipopotasemia no medicamentosa como biomarcador de nefropatía crónica temprana en adultos del sur de Honduras". *Revista Cubana de Medicina* 62, núm. 4. from http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75232023000400004&lng=en&tlng=.

Merino Loor, María José, Domenika Ariana Toro Merino, y Mario Andrés Mendez Rengel. 2022. "Impacto de la anemia y deficiencia de hierro en el desarrollo cognitivo en la primera infancia en el ecuador: Revisión bibliográfica de la literatura". *Revista Científica Multidisciplinaria* 8, núm. 3: 71-84. <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/mikarimin/article/view/2717>.

Moreno-Villamil, José A. 2023. "Plan de Alimentación Escolar y su incidencia en la calidad educativa de Tunja, Boyacá". *Praxis & Saber* 14, núm. 39. <https://doi.org/10.19053/22160159.v14.n39.2023.15973>.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). 2024. “Alimentación y nutrición escolar”. <https://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/>.

Olarte Hernández, Paola, Luz Mery Noguera Machacón, y Yaneth Herazo Beltrán. 2022. “Nivel de actividad física, comportamiento sedentario y sueño en la población de la primera infancia”. *Nutrición Hospitalaria* 38, núm. 6: 1149-1154. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.03488>.

Páez-Álvarez, Alfonso. 2006. “La participación ciudadana y su relación con el acceso a la información pública”. *Ra Ximhai*, 2, núm. 3: 611-640 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46120304>.

Ruiz-Jarquín, Irene. 2022. “Derecho a la participación de las personas menores de edad en la actualidad”. *Revista Espiga* 21, núm. 44. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467871747004>.

Salas-Salvadó, Jordi, Francisco Maraver, Leocadio Rodríguez-Mañas, Miguel Sáenz de Pipaon, Isidro Vitoria, y Luis A. Moreno. 2020. “Importancia del consumo de agua en la salud y la prevención de la enfermedad: situación actual”, *Nutrición Hospitalaria* 37, núm. 5: 1072-1086. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.03160>.

Secretaría de Desarrollo Social de Honduras (SEDESOL). 2023. “Programa de Alimentación Escolar beneficia a más de un millón de niñas y niños en Honduras,” <https://sedesol.gob.hn/programa-de-alimentacion-escolar-beneficia-a-mas-de-un-millon-de-ninas-y-ninos-en-honduras/>.

Secretaría de Desarrollo Social de Honduras (SEDESOL). 2024. “El Gobierno de Honduras anuncia la entrega de la primera remesa de Alimentación Escolar 2024”. <https://sedesol.gob.hn/el-gobierno-de-honduras-y-pma-anuncian-la-entrega-de-la-primera-remesa-de-alimentacion-escolar-2024/>.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). 2023. “Acceso al agua segura para la niñez”. <https://www.unicef.org/honduras/historias/acceso-al-agua-segura-para-la-ni%C3%B1ez>.