



ARTÍCULO DE REVISIÓN
Regulación alimentaria en los entornos escolares en México: avances y desafíos

Vitromural en el panteón municipal de Zacatlán, Puebla, México.
Imagen propiedad de José Victor Calderón Salinas.

ARTÍCULO DE OPINIÓN

REGULACIÓN ALIMENTARIA EN LOS ENTORNOS ESCOLARES EN MÉXICO: AVANCE Y DESAFÍOS

Corin Hernández Palafox*

*Centro de Investigación en Evaluación y Encuestas, Instituto Nacional de Salud Pública. Cuernavaca, Morelos, México
Autor de correspondencia E: corinpalafox@gmail.com

RESUMEN

En México, han entrado en vigor nuevos lineamientos sobre la preparación, distribución y venta de alimentos y bebidas en todas las escuelas del Sistema Educativo Nacional. Estas disposiciones refuerzan acciones previas del gobierno para enfrentar el problema del sobrepeso y la obesidad. Entre las medidas más destacadas están la prohibición de alimentos ultraprocesados con bajo valor nutricional y la responsabilidad compartida de autoridades educativas y sanitarias para asegurar su cumplimiento. Su implementación implicará diversos desafíos, especialmente para lograr su aplicación en todos los niveles educativos. Aunque aún queda mucho por hacer, esta regulación constituye un paso importante hacia la creación de entornos escolares más saludables.

PALABRAS CLAVE

regulación,
alimentación,
productos
ultraprocesados,
escuelas,
México

ABSTRACT

In Mexico, new guidelines have come into force regarding the preparation, distribution, and sale of food and beverages in all schools within the National Education System. These regulations reinforce previous government actions to address the problem of overweight and obesity. Among the most notable measures are the prohibition of ultra-processed foods with low nutritional value and the shared responsibility of educational and health authorities to ensure compliance. Their implementation will involve various challenges, particularly in achieving enforcement across all educational levels. Although much remains to be done, this regulation represents an important step toward creating healthier school environments.

KEYWORDS

regulation,
nutrition,
ultra-processed
foods,
schools,
Mexico

A partir del 29 de marzo de 2025, en México entraron en vigor los nuevos “*Lineamientos a los que deberán sujetarse la preparación, distribución y expendio de los alimentos y bebidas preparados, procesados y a granel, así como el fomento de estilos de vida saludable, dentro de toda escuela del Sistema Educativo Nacional*”. Estos lineamientos prohíben expresamente la venta de productos que contengan sellos de advertencia. La norma aplica para todas las escuelas, tanto públicas como privadas, desde el nivel básico hasta el superior.

En un país como México, donde actualmente el 36.5 % de los escolares, el 40 % de los adolescentes (1) y el 74.5 % de los adultos (2) presentan sobre peso u obesidad, estos lineamientos sin duda vienen a complementar y reforzar las acciones implementadas por el gobierno para mitigar y reducir esta problemática. Entre estas acciones destacan el etiquetado frontal de alimentos y bebidas –que utiliza sellos octagonales, visibles y claros, para advertir cuando un producto contiene un exceso de calorías, azúcares, grasas saturadas, grasas trans o sodio– y el impuesto a las bebidas azucaradas, cuya finalidad es desincentivar su consumo.

En el entorno escolar, estos lineamientos constituyen un marco regulatorio integral que promueve la educación nutricional, fomentan la actividad física y limitan el acceso a productos que contribuyen al desarrollo del sobre peso y obesidad. Asimismo, esta regulación responde a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (3) y la Organización Panamericana de la Salud para implementar políticas, leyes, reglamentos e intervenciones efectivas, particularmente en la mejora de los entornos escolares relacionados con la alimentación y la actividad física (4).

Diversos estudios han demostrado una relación directa entre el consumo de productos procesados y

ultraprocesados y un mayor riesgo de obesidad, (5) así como de enfermedades crónicas (6,7). Además, se ha comprobado que la exposición a la publicidad y comercialización de estos productos está asociada con un aumento significativo en su ingesta, preferencia y solicitud de compra por parte de niñas, niños y adolescentes. Limitar su publicidad y disponibilidad en los entornos escolares puede reducir su ingesta y mejorar la salud infantil (8).

Los alimentos ultraprocesados son productos que han sido modificados mediante técnicas industriales, incorporando ingredientes artificiales, como colorantes, saborizantes y conservadores. En general, presentan un alto contenido en azúcar, sal o grasas (saturadas o trans), lo que incrementa su densidad energética y palatibilidad, pero reduce su valor nutricional, ya que contienen bajo aporte de fibra, vitaminas y minerales (9).

En comparación con los lineamientos emitidos en 2010, los nuevos lineamientos establecen ocho acciones prioritarias:

1. Prohibición de la venta de alimentos ultraprocesados y con bajo valor nutricional, identificados con sellos de advertencia en el etiquetado (Figura 1).
2. Fomento del consumo de agua simple potable.
3. Capacitación y orientación a la comunidad educativa, principalmente al personal responsable de cooperativas para priorizar la oferta y consumo de alimentos saludables y locales.
4. Incorporación del eje de Vida Saludable en la currícula escolar.
5. Promoción de la actividad física.
6. Sistema de seguimiento y evaluación para monitorear y evaluar la implementación de estos lineamientos.
7. Emisión de una estrategia de comunicación para informar y sensibilizar a la comunidad escolar.



Figura 1. Etiquetado de advertencia. Imagen tomada del Portal del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) [Internet]. 2025 [citado 11 de junio de 2025]. Disponible en: <https://www.insp.mx/nutricion-y-salud/notas>

8. Responsabilidad compartida para la aplicación y vigilancia de estos lineamientos a cargo de las autoridades escolares en coordinación con las instancias educativas y sanitarias, con el fin de asegurar su cumplimiento y sancionar incumplimientos.

Adicionalmente, se busca que los alimentos que se ofrezcan en los entornos escolares sean económicamente accesibles, generen un bajo impacto ambiental –es decir, que produzcan menos contaminación y residuos– y respeten las tradiciones culinarias locales.

Aunque solo han transcurrido tres meses desde su entrada en vigor, la implementación de estos lineamientos representa un paso más en la lucha contra los entornos obesogénicos y en la reducción de la disponibilidad de productos con sellos de advertencia en el entorno escolar. Una de sus principales fortalezas radica en la prohibición explícita de estos productos, así como en la asignación de una responsabilidad compartida e interinstitucional para su aplicación, lo que refuerza el compromiso de las autoridades involucradas con su cumplimiento efectivo.

No obstante, como ocurre con toda nueva política, aún existen vacíos sobre cómo se llevarán a cabo algunas de las acciones propuestas. Su aplicación enfrentará diversos desafíos para garantizar el cumplimiento en todos los niveles educativos, y no solo en el nivel básico, que es a donde actualmente se percibe que están dirigidos los lineamientos.

Para lograr una implementación efectiva, será necesario establecer mecanismos de evaluación y un sistema de monitoreo constante, lo cual requerirá la asignación de recursos, tanto financieros como humanos, que de por sí ya son limitados. Frente a este escenario, se deberá fomentar la coordinación interinstitucional, aprovechar herramientas digitales de bajo costo –como bases de datos en línea y sistemas automatizados– que faciliten la recopi-

lación y análisis de información sin requerir grandes equipos humanos, y establecer indicadores claros y medibles.

Asimismo, la capacitación y orientación al personal de las cafeterías y/o de quienes están a cargo de las tiendas escolares será una labor titánica, ya que deben modificar radicalmente la oferta de alimentos y rediseñar los menús. Para abordar este reto, es clave implementar programas de formación continua que incluyan talleres, supervisión, acompañamiento e incentivos. Del mismo modo, será fundamental que la estrategia de comunicación planteada en las acciones prioritarias de estos lineamientos logren sensibilizar a la mayoría de los docentes, estudiantes y padres de familia.

En particular, estos últimos son actores clave para impulsar los cambios en los hábitos alimentarios de niñas, niños y adolescentes, especialmente en los casos en que los alumnos llevan refrigerio o lunch desde casa. Por ello, será esencial que las familias se alineen con los lineamientos y actúen de forma congruente con el objetivo de reforzar un entorno escolar saludable.

Además, será necesario continuar con el trabajo multisectorial para minimizar y regular la venta de productos ultraprocesados en las cercanías de las escuelas, así como en la búsqueda de acciones para crear entornos saludables también en las familias y comunidades.

Conclusión

Sin duda, aún queda mucho por hacer en la lucha contra el problema de obesidad; sin embargo, el avance que representa esta nueva regulación en los entornos escolares constituye un paso más para consolidar y coordinar los esfuerzos previamente emprendidos. Su adecuada implementación será clave para crear entornos escolares más saludables y sostenibles.



Referencias

1. Shamah-Levy T, Gaona-Pineda EB, Cuevas-Nasu L, Valenzuela-Bravo DG, Morales-Ruán MC, Rodríguez-Ramírez S, *et al.* Sobrepeso y obesidad en población escolar y adolescente. Salud Pública Mex [Internet]. 2024 [citado 7 jun 2025];66(4):404-13. Disponible en: <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/15842>
2. Barquera S, Hernández-Barrera L, Oviedo-Solís C, Rodríguez-Ramírez S, Monterrubio-Flores E, Trejo-Valdivia B, *et al.* Obesidad en adultos. Salud Pública Mex [Internet]. 2024 [citado 7 jun 2025];66(4):414-22. Disponible en: <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/15863>

3. Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana [Internet]. Ginebra: WHO; [citado 8 jun 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
4. Organización Panamericana de la Salud. Prevención de la obesidad [Internet]. Washington, D.C.: PAHO; [citado 8 jun 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
5. Martí A, Calvo C, Martínez A. Consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: una revisión sistemática. Nutr Hosp [Internet]. 2021 feb [citado 9 jun 2025];38(1):177-85. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000100177
6. Popkin BM. El impacto de los alimentos ultraprocesados en la salud. 2030. Alimentación, agricultura y desarrollo rural en América Latina y el Caribe, No. 34. Santiago de Chile: FAO; 2020.
7. Díaz MC, Glaves A. Relación entre consumo de alimentos procesados, ultraprocesados y riesgo de cáncer: una revisión sistemática. Rev Chil Nutr [Internet] 2020 sep [citado 8 jun];47(5):808-21. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000500808
8. Boyland E, McGale L, Maden M, Hounsome J, Boland A, Jones A, *et al.* Association of food and nonalcoholic beverage marketing with children and adolescents' eating behaviors and health: a systematic review and meta-analysis. JAMA Pediatr. 2022;176(10):e221037.
9. Organización Panamericana de la Salud. Alimentos ultraprocesados ganan más espacio en la mesa de las familias latinoamericanas [Internet]. 2019 oct 23 [citado 11 jun 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/23-10-2019-alimentos-ultraprocesados-ganan-mas-espacio-mesa-familias-latinoamericanas>