



Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable

Lucía M. Collado Medina
Virginia P. Panchi Vanegas
(Coordinadoras)

**COCINA SALUDABLE EN CAFETERÍAS
UNIVERSITARIAS COMO ESTRATEGIA EDUCATIVA
PARA EL CONSUMO RESPONSABLE**

Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable

Lucía M. Collado Medina
Virginia P. Panchi Vanegas
(Coordinadoras)

© 2026

© Ediciones y Gráficos Eón, S.A. de C.V.
Av. México-Coyoacán núm. 421,
Col. Xoco, Alcaldía Benito Juárez,
C.P. 03330, Ciudad de México
Tel.: 55 5604-1204
<administracion@edicioneon.com.mx>
<www.edicioneon.com.mx>

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Usted es libre de:

Compartir — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato

Adaptar — remezclar, transformar y construir a partir del material

Bajo los siguientes términos:

📄 Atribución — Debe dar crédito de manera adecuada a Ediciones y Gráficos Eón y a Lucía M. Collado Medina y Virginia P. Panchi Vanegas (Coords.), brindar un enlace a la licencia.

🚫 NoComercial — No puede hacer uso del material con propósitos comerciales.

🔄 CompartirIgual — Si remezcla o transforma el material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original.

Para ver una copia de esta licencia, visite: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

ISBN: 978-607-8997-48-0]

Primera edición acceso abierto: Mayo 2026

COCINA SALUDABLE EN
CAFETERÍAS UNIVERSITARIAS
COMO ESTRATEGIA EDUCATIVA
PARA EL CONSUMO
RESPONSABLE

Lucía M. Collado Medina
Virginia P. Panchi Vanegas
(Coordinadoras)



**Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa
para el consumo responsable**

Lucía M. Collado Medina

Virginia P. Panchi Vanegas

(Coordinadoras)

Primera edición: 2026

ISBN: 978-607-8997-48-0 (Impreso)

ISBN: 978-607-8997-49-7 (PDF)

© Lucía M. Collado Medina

Virginia P. Panchi Vanegas

© Ediciones y Gráficos Eón, S.A. de C.V.

Av. México-Coyoacán núm. 421,

Col. Xoco, Alcaldía Benito Juárez,

C.P. 03330, Ciudad de México

Tel.: 55 5604-1204

<administracion@edicioneseon.com.mx>

<www.edicioneseon.com.mx>

Impreso y hecho en México

Printed and made in Mexico



ÍNDICE

Prólogo..	7
<i>Maricruz Moreno Zagal</i>	
Introducción..	11
CAPÍTULO 1	
Educación en consumo responsable. Aportes conceptuales y desde la comunidad para su gestión en cafeterías universitarias .. .	27
<i>Lucía M. Collado Medina</i>	
<i>Virginia P. Panchi Vanegas</i>	
CAPÍTULO 2	
Cafeterías universitarias. Transición hacia una alimentación <i>solidaria</i> , saludable y sostenible	57
<i>Hilda C. Vargas Cancino</i>	
<i>David E. Velázquez Muñoz</i>	
CAPÍTULO 3	
Soberanía alimentaria y LGAAys: un acercamiento a la modificación de los entornos alimentarios universitarios.	89
<i>Ana Gabriela Cabrera Rebollo</i>	
CAPÍTULO 4	
La cocina como estrategia educativa y transformadora frente a los desafíos para una alimentación saludable y sostenible .. .	111
<i>Yazmín Araceli Pérez Hernández</i>	

CAPÍTULO 5

Comedores universitarios: una propuesta antropológica para la transformación alimentaria	137
<i>Merit Nefernefer Becerril Tello</i>	
<i>Sergio Moctezuma Pérez</i>	

CAPÍTULO 6

El desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos: percepciones y valores éticos	157
<i>Maryan Ariadne Cruz-Flores</i>	
<i>Angélica Espinoza-Ortega</i>	
<i>Humberto Thomé-Ortiz</i>	
<i>María del Carmen Hernández-Moreno</i>	
<i>Stefany Molina-Castillo</i>	
<i>Laura Sánchez-Vega</i>	

CAPÍTULO 7

Motivos del desperdicio de alimentos: una caracterización de los hogares mexicanos	177
<i>Maryan Ariadne Cruz-Flores</i>	
<i>Angélica Espinoza-Ortega</i>	
<i>Humberto Thomé-Ortiz</i>	
<i>María del Carmen Hernández-Moreno</i>	
<i>Héctor Yair Fernández-Sánchez</i>	
<i>Laura Sánchez-Vega</i>	

Autores	201
-------------------	-----



PRÓLOGO

Maricruz Moreno Zagal

La alimentación constituye un eje fundamental en la promoción de la salud, el bienestar y el desarrollo integral de las personas. En el contexto universitario, este aspecto adquiere una relevancia particular, ya que las instituciones de educación superior no sólo forman profesionales, sino también ciudadanos críticos, responsables y comprometidos con su entorno social y ambiental. En este sentido, los espacios cotidianos que conforman la vida universitaria –como las cafeterías– se convierten en escenarios estratégicos para la educación en hábitos saludables y en el fomento del consumo responsable de productos locales, ecológicos y de temporada, además de revalorar el trabajo agrícola y ser espacios vivos para la promoción de la soberanía alimentaria.

El libro *Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable* surge como una respuesta pertinente y necesaria para los desafíos globales actuales y los planteamientos de la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAyS), relacionados con la soberanía alimentaria, la salud pública y la sostenibilidad, sin dejar de lado que nos movemos en un contexto marcado por el aumento de enfermedades asociadas a malos hábitos alimenticios, así como por la urgencia de adoptar modelos de consumo más conscientes

y responsables. Este libro realiza un análisis en distintas vertientes y genera propuestas que vinculan la práctica culinaria con procesos educativos transformadores para construir una tendencia de “comer con conciencia”, una nueva cultura alimentaria.

Uno de los principales méritos de esta obra radica en concebir la cafetería universitaria no únicamente como un espacio de provisión de alimentos, sino como un entorno pedagógico capaz de incidir en la construcción de hábitos, valores y actitudes. Es de resaltar el planteamiento de transitar hacia cafeterías saludables y sostenibles aplicando la Ética y la Responsabilidad Social Universitaria, con la finalidad de reducir impactos negativos tanto en la comunidad institucional como en el entorno, y fomentar la identidad local e institucional, pues el qué, dónde, con quién y cómo comemos define en gran parte nuestra identidad, como lo señala la Red Educativa por la Sostenibilidad Alimentaria.

A través de un enfoque integral, los distintos capítulos evidencian cómo la oferta de una cocina saludable puede convertirse en una herramienta educativa que promueva elecciones alimentarias informadas, responsables y sostenibles, alineadas con las necesidades nutricionales y el cuidado del medio ambiente.

El carácter colectivo del libro enriquece el análisis y aporta una visión multidisciplinaria que articula saberes provenientes de la nutrición, la educación, la gestión institucional y la responsabilidad social. Esta diversidad de perspectivas fortalece las propuestas y permite abordar la temática desde distintos niveles, combinando fundamentos teóricos con experiencias prácticas y propuestas aplicables al ámbito universitario primordialmente.

Asimismo, la obra destaca por su potencial impacto académico, administrativo y social. Está dirigida a estudiantes, docentes, investigadores, administración universitaria y responsables de servicios alimentarios interesados en la promoción de estilos de vida saludables y en la construcción de una cultura de consumo con conciencia e identidad. Su contenido

ofrece herramientas valiosas para el diseño de políticas públicas e institucionales, programas educativos que contengan la educación alimentaria de forma transversal, y estrategias de intervención que trascienden el ámbito universitario y que pueden ser replicadas en otros contextos y niveles educativos.

En suma, *Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable* constituye un aporte significativo al debate contemporáneo sobre soberanía alimentaria, educación y sostenibilidad. Se trata de una obra que invita a reflexionar, pero también a actuar, proponiendo alternativas concretas para transformar prácticas cotidianas en oportunidades de aprendizaje y concientización. Sin duda, este libro será una referencia útil y estimulante para quienes buscan integrar la salud alimentaria, la educación y la responsabilidad social en la vida universitaria.

Desde el diálogo entre la ciencia y el humanismo, la cocina saludable en las cafeterías universitarias se presenta como una estrategia educativa capaz de transformar prácticas alimentarias en actos conscientes, donde el conocimiento, la ética y la responsabilidad social convergen para la construcción de un futuro sostenible y una verdadera justicia alimentaria.



INTRODUCCIÓN

En los últimos años, la salud y el bienestar se han convertido en prioridades esenciales para la población mundial; y la alimentación, por su parte, juega un papel crucial en la formación de hábitos sostenibles y responsables. *Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable* surge como una propuesta que busca transformar el entorno alimentario en las universidades, a partir de la educación de los hábitos y el retorno a formas de preparación de comidas saludables.

La adopción de patrones alimentarios impuestos por la industria, las modas y las influencias culturales –difundidas a través de la publicidad televisiva y los medios digitales, principalmente– ha penetrado fuertemente en las formas de consumo de comida, particularmente en niños y jóvenes. En los primeros, por la falta de supervisión adecuada; y en los segundos, por la carencia de orientación y reflexión sobre los daños a la salud que causan los alimentos ultraprocesados. Estos alimentos añadidos con agentes químicos (endulcorantes, grasas, sodio, aditivos), mejorando aspecto, forma y sabor, tienen menos propiedades nutricionales. La limitación de recursos económicos en las familias y el acceso a alimentos sanos son otros factores determinantes de esta condición.

En un país como México, en donde la obesidad, el sobrepeso, la diabetes, hipetensión y las enfermedades cardiovasculares se han convertido en un problema de salud pública, y en el que en las escuelas el bajo rendimiento académico, el cansancio prematuro de los jóvenes, el desinterés por el estudio y la deserción relacionada con la malnutrición son problemas que afectan el avance educativo de la población, es urgente que sean incluidas políticas educativas para contrarrestarlos, como parte de una educación integral e integrada a los esfuerzos que realizan las instancias públicas. Este tipo de alimentación ha puesto en riesgo la salud de niños y adolescentes, sin obviar, por supuesto, a los adultos, ya que sustituye el consumo de frutas, verduras, hortalizas de hoja y tallo, cereales integrales, leguminosas y proteínas, indispensables para el desarrollo y sustento adecuado del bienestar de las personas.

Este libro explora cómo las cafeterías universitarias pueden ser espacios clave para satisfacer necesidades alimentarias y ambientes aprovechables para fomentar el consumo consciente, esencialmente entre los jóvenes. A medida que las generaciones recientes se enfrentan a desafíos globales –como el cambio climático, enfermedades y escasez de recursos–, es imperativo que se les brinde la información y las herramientas necesarias para tomar decisiones saludables y sostenibles.

Las cafeterías universitarias son mucho más que simples espacios de alimentación: son plataformas para el aprendizaje en donde las escuelas –que en ocasiones carecen de espacios específicos para educar en temas, aparentemente fuera de los programas curriculares– pueden fomentar el conocimiento y las prácticas que continúen la labor de reflexión y concientización del aula, ya que el ambiente escolar también educa y las cafeterías son un importante centro de convivencia y estudio. En este contexto, se expone cómo estas cafeterías pueden desempeñar un rol educativo al introducir menús saludables y promover acciones colaborativas con la comunidad, conectando a los estudiantes con la importancia de una alimentación informada, consciente y solidaria.

A través de esta obra, se busca no sólo informar, sino también inspirar a estudiantes, educadores y administradores a unir esfuerzos para construir cafeterías universitarias que sean modelos de educación, sostenibilidad y responsabilidad social. La labor educativa también incluye la presentación de escenarios y problemáticas derivados de la falta de conocimiento, así como de los impactos que producen las decisiones que cada uno toma en el complejo proceso de la alimentación. Así, situaciones como el desperdicio de alimentos y las consecuencias de los malos hábitos formados en el hogar o fuera de éste, son situaciones que se deben socializar, analizar y plantear como parte de los contenidos necesarios para educar personas conscientes y responsables que, con información y orientación, puedan tomar decisiones en su manera de alimentarse, y no sólo comer para satisfacer su necesidad. Lo anterior es parte de la responsabilidad social que la universidad debe fomentar. Juntos y colaborando, es posible transformar la alimentación desde las universidades, crear rutas hacia un cambio significativo y contribuir a un futuro más saludable y sostenible para todos.

El libro se estructura en torno a temas clave que abordan la intersección entre alimentación, educación, políticas y sostenibilidad.

El Capítulo 1, “Educación en consumo responsable. Aportes conceptuales y desde la comunidad para su gestión en cafeterías universitarias”, a cargo de Lucía M. Collado Medina y Virginia P. Panchi Vanegas, tiene como propósito aportar elementos conceptuales tanto del conocimiento de autores que investigan sobre el tema, como de saberes y experiencias de comensales de la comunidad universitaria. Las autoras, a través del abordaje del tema, la motivación al diálogo de saberes y la reflexión, llegan al consenso colectivo en torno a la necesidad de emprender acciones que promuevan el consumo responsable de alimentos en cafeterías universitarias, a partir de propuestas formativas en materia de soberanía alimentaria, que posibiliten la práctica de la cocina saludable, así como insistir en la gestión individual y comunitaria responsable, y en el cuidado de la salud y el ambiente.

Para ello, se basan en los resultados obtenidos en la investigación cualitativa realizada principalmente con estudiantes, y en las aportaciones de docentes y personal administrativo de las Facultades de Turismo y Gastronomía, Odontología e Ingeniería de la Universidad Autónoma del Estado de México.

Asimismo, toman como referentes a teóricos de la soberanía alimentaria, el consumo responsable y la cocina saludable, así como los resultados obtenidos en proyectos de investigación realizados por el Cuerpo Académico Calidad de Vida y Decrecimiento (IESU, UAEMéx), que constituyen el antecedente directo para realizar la investigación de campo, trabajada a través del diálogo de saberes, así como de grupos focales, entrevistas y un cuestionario en línea.

En este capítulo se expone, de igual manera, la problemática en torno a la educación y el rendimiento escolar por déficit alimentario, además de los impactos e implicaciones en la salud presentados a mediano y largo plazo en el individuo. También, estilos de alimentación poco saludables, para cuya atención la soberanía alimentaria, el consumo responsable y la cocina saludable en cafeterías universitarias pueden impulsar de manera sostenible el cuidado ambiental, desarrollar la autonomía y favorecer la capacidad de intervenir en la creación de políticas públicas e institucionales alimentarias, reconociendo la alimentación saludable y culturalmente adecuada como un derecho humano.

En la búsqueda de integrar a la Educación para el Desarrollo Sostenible (EDS) y aportar a los Objetivos para el Desarrollo Sostenible (ODS), se subraya la importancia de proponer y llevar a cabo la inserción –a nivel institucional y educativo– de estos conceptos y temas en los planes y programas de estudio; fundamentalmente, en las acciones de formación complementaria y prácticas educativas para el consumo responsable y el cuidado ambiental.

Se destaca la necesidad de reflexionar para que alimentarse sea no sólo un acto saludable, sino también responsable y ético, de origen

agroecológico, amigable con el cuidado ambiental y sustento de una adecuada alimentación. Hay que transitar del acto de comer en forma rutinaria a un acto de disfrute pleno y singular con el que se pueda alimentar no sólo al cuerpo, sino al espíritu y la conciencia; hacerlo desde el conocimiento de causa, con una formación práctica que empiece en el hogar y continúe en la cafetería universitaria.

Se asume en esta aportación que la Universidad, desde sus cafeterías sostenibles, constituye una oportunidad de proporcionar a su comunidad, en particular a la estudiantil, una formación en la mística del consumo responsable y de la alimentación saludable, para fomentar, además de una experiencia grata al comer, un sentido de conciencia personal y comunitaria, advirtiendo las implicaciones ambientales de consumir y comer a favor de la salud personal y la protección ambiental.

En el Capítulo 2, “Cafeterías universitarias. Transición hacia una alimentación solidaria, saludable y sostenible”, preparado por Hilda C. Vargas Cancino y David E. Velázquez Muñoz, se proponen diversas alternativas que involucran a la comunidad universitaria (alumnos, docentes, personal administrativo y, particularmente, concesionarios de las cafeterías en la universidad), para lograr una transición exitosa en la transformación de la cultura alimentaria no sólo universitaria, sino de la población en el país.

Para ello, exponen, primeramente, la afectación al consumidor de alimentos, cuya mente está colonizada por la mercadotecnia de los productos comestibles hiperprocesados y la necesidad de migrar hacia una alimentación sana y sostenible. Ello requiere pasar por un periodo preparatorio de desintoxicación visual, auditiva, emocional y, a la par, por un proceso de reeducación del sentido del gusto, de las papilas gustativas y de los sentidos en general, para lograr apreciar los alimentos sugeridos por la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAS), que planteó el Gobierno de México en abril de 2024, y que se adoptó en la Universidad Autónoma del Estado de México. No obstante, al no haber una propuesta preparatoria de aplicación, provocó un vacío de insumos

en las cafeterías universitarias, lo cual mostró una población universitaria en general, y con sus excepciones, adicta a la comida ultraprocesada, así como la escasa planeación y creatividad de los y las concesionarias de las cafeterías.

Para lograr su aplicación vinculada con los productos de mercados agroecológicos, también abordan alternativas de acceso y consumo desde el enfoque solidario, considerando las escasas posibilidades económicas de la mayoría estudiantil. Atendiendo a esta problemática, en el segundo apartado se plantea el involucramiento de la academia, la investigación, la vinculación y la difusión cultural, para hacer posible la transición al cambio cognitivo y práctico de la alimentación saludable, en donde toda la comunidad esté involucrada.

Proponen, así, diferentes alternativas, enlazando las directrices de la Responsabilidad Social Universitaria (RSU) con el Modelo Úrsula de F. Valleys. Ello se aplica a la gestión de una cafetería universitaria, a través de las 12 metas del modelo con sus respectivos indicadores: la salud, la solidaridad y la sostenibilidad. A partir de éstos, se conforma una plataforma de la que se desprenden los 4 ejes básicos de trabajo: I. Gestión organizacional, II. Formación, III. Cognición y IV. Participación social.

El tercer apartado del capítulo hace referencia a la propuesta de procesos internos de reeducación del paladar, del sentir y del pensar de los y las comensales universitarios, donde el alumnado es la parte central, pero no la única. Destacan en su propuesta no sólo la necesidad de tener acceso dentro de las universidades a productos frescos y sin agrotóxicos, sino la trascendencia de que la comunidad universitaria visibilice esos saberes y los reconozca. De esta manera, al paso del tiempo, se recuperarían comensales exigentes, antes cautivos y contaminados por el agronegocio en las cafeterías universitarias, como espacio donde ocurren intercambios, diálogos y negociaciones importantes para la vida de las personas, para dar inicio a una transición hacia la alimentación saludable.

Es imprescindible el involucramiento de toda la comunidad educativa con el voluntariado estudiantil, las prácticas profesionales y el servicio

social, así como la participación de proveedores agroecológicos, locales y tradicionales, para realizar pequeñas degustaciones, acompañadas de comentarios breves sobre los beneficios del producto, sus orígenes, y promover el diálogo entre oferentes y comensales.

Se defiende la idea de que es un logro social y político que se hayan quitado los productos chatarra, carentes de valor nutrimental y excedidos en sustancias nocivas para la salud. Sin embargo, se requiere un proceso de transición que fue subestimado, por lo que se sugieren acciones inmediatas para, primeramente, conocer las bondades de la LGAAS, no sólo individuales, sino también planetarias. Asimismo, es importante insistir en el consumo consciente, responsable y crítico, porque se trata de una comunidad universitaria.

Por otra parte, la integración de la LGAAS y la RSU se convierte en un agente transformador de la cultura alimentaria nacional. Este proceso dignifica la alimentación del estudiantado, enlaza saberes, recupera economías locales, reeduca los sentidos y restablece la relación entre cuerpo, comunidad y naturaleza. Alcanzar esta meta implica comprender que la alimentación es un acto educativo y político, una expresión puntual de solidaridad y respeto a la vida.

Finalmente, se subraya que la transición hacia cafeterías solidarias, saludables y sostenibles, más que un ajuste normativo, es una oportunidad ética, pedagógica, civilizatoria y de salud.

En el Capítulo 3, “Soberanía alimentaria y LGAAYS: un acercamiento a la modificación de los entornos alimentarios universitarios”, Ana Gabriela Cabrera Rebollo coloca en el centro de su análisis los cambios significativos que ha tenido la alimentación en México desde finales del siglo xx, motivados por distintos factores como el debilitamiento del campo, la autosuficiencia alimentaria, el crecimiento de la industria alimentaria, la pérdida del poder adquisitivo de la población y los cambios en la cultura, alejados de las tradiciones y sustituidos por alimentos creados en otros países y ultraprocesados. Plantea que algunos de los problemas alimentarios que

México enfrenta se reflejan en la prevalencia de condiciones y enfermedades relacionadas con la malnutrición; considera a la educación como estrategia de solución y a la escuela como aliado para promover estilos de vida saludable y mejores hábitos alimentarios; aunque esto no es suficiente, ya que se basa en indicadores biomédicos, obviando las condiciones específicas del entorno alimentario, desde donde se toman las decisiones.

La autora sustenta estas afirmaciones con datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continúa 2023, así como la existencia en México de cuestiones contradictorias como conductas obesogénicas frente a situaciones de hambre, desnutrición y deficiencia de micronutrientes, relacionados con la inseguridad alimentaria, entornos que complejizan aún más los problemas alimentarios en este país, en el que se ha buscado contrarrestarlos con la creación del etiquetado frontal y la Norma Oficial NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Una de las acciones gubernamentales más importantes en 2024 fue la puesta en marcha de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible, que busca cambiar la alimentación de la población de forma integral mediante un Acuerdo. A través de dicha normatividad, se ordenó la modificación de los entornos alimentarios escolares de todos los niveles educativos; un entorno alimentario es visto como el factor más importante, ya que es donde el consumidor se vincula de manera directa con un determinado sistema que provee abasto y nutrición. Las acciones que se promueven a partir del Acuerdo incluyen la prohibición de alimentos que presenten el etiquetado de advertencia, además de fomentar la alimentación y los estilos de vida saludables basados en una perspectiva nutricional que descarte los alimentos ultraprocesados.

Sin embargo, pretende generar cambios de mayor alcance. En este sentido, los entornos alimentarios universitarios cuentan con particularidades que demandan atención integral, como la diversidad de horarios, de economías personales, de opciones de comida, entre otras

condicionantes, para lo cual la autora propone diálogos que establezcan diversidades y retos entre los afectados por el sistema alimentario. Ante ello, sugiere la integración de la soberanía alimentaria como un concepto estructurante para comenzar a analizar y comprender sus principios y su potencial, que impulsen las reflexiones y cambios integrales sobre la forma de comer y vivir.

En el Capítulo 4, “La cocina como estrategia educativa y transformadora frente a los desafíos para una alimentación”, de Yazmín Araceli Pérez Hernández, se señalan tres factores a partir de los cuales la crisis alimentaria se ha convertido en uno de los desafíos más apremiantes de la actualidad: la producción a gran escala de alimentos industrializados, el bajo costo que motiva el consumo excesivo –ocasionando malnutrición y enfermedades como obesidad y sobrepeso– y la publicidad persuasiva que afecta a niños y jóvenes estudiantes, muchos de ellos universitarios, denunciando así la existencia de un sistema alimentario industrializado que produce sustancias nocivas para la salud, en lugar de alimentos.

Pese a tener conocimiento de ello, los consumidores se dejan seducir por sabores, olores o colores agradables a paladares que requieren ser educados para aprender a distinguir realmente lo que les alimenta y que no sólo satisfaga la necesidad de consumirlos, producida por sustancias químicas artificiales y la presión que ejerce la publicidad. El objetivo que plantea la autora es mostrar la urgencia de incorporar un espacio de enseñanza-conocimiento en la escuela, así como herramientas para la transformación de estereotipos y hábitos para recuperar la soberanía frente a la manipulación mediática de la industria alimentaria.

El primer apartado aborda la problemática en torno al consumo y la producción de ultraprocesados –a la cual la autora denomina “la otra epidemia del siglo xxi”–, y su impacto en la salud humana y ambiental. Proporciona elementos para identificar los factores que predominan a la hora de elegir qué comer, y, con ello, fundamentar con datos relevantes la necesidad de educar para prevenir otros males, como el crecimiento

de la agroindustria cada vez más contaminante y depredadora, el alza de precios para su manutención y el uso excesivo de recursos naturales, que ocasiona agotamiento y contaminación ambiental al generar desperdicio y basura derivada del embalaje de la comida procesada. Esto se extiende al uso indiscriminado del agua, la tierra y la energía generada por combustibles fósiles, así como a la emisión de gases contaminantes que ocasiona deforestación y destrucción de ecosistemas indispensables para la supervivencia de las especies.

El segundo apartado aborda los factores que determinan la elección de los alimentos que se consumen, lo cual requiere un tipo de educación específica que comienza por comprender el acto de alimentarse como un conjunto de factores biopsicosociales que rodean este hecho, marcado por los procesos evolutivos de la humanidad y las grandes revoluciones alimentarias. Se analizan otros factores significativos, como el poder adquisitivo para obtener los alimentos, así como el tiempo necesario y adecuado para consumirlos, donde las emociones juegan un rol importante desde el punto de vista orgánico y mental, que determina cuánto, qué y cómo comemos, creando patrones alimentarios más convenientes para la salud individual, colectiva y ambiental.

Finalmente, la autora propone un retorno a cocinar como una actividad esencialmente humana y como un espacio para generar activismo que proponga re-conectar con los ingredientes, deconstruir los roles de género, concientizar acerca del desperdicio, de la explotación y el maltrato animal, además de reutilizar los residuos; en conclusión, utilizar la cocina como una estrategia educativa, transformadora y una práctica de alimentación soberana.

En el Capítulo 5, titulado “Comedores universitarios: una propuesta antropológica para la transformación alimentaria”, Merit Nefernefer Becerril Tello y Sergio Moctezuma Pérez desarrollan su trabajo en torno al análisis del papel de los comedores universitarios como espacios estratégicos para la transformación alimentaria, desde una perspectiva antropológica, agroecológica y ambiental.

Sobre la línea de argumentación del propio libro, los autores exponen la trascendencia de la función de los comedores universitarios como escenarios pedagógicos donde se articulan salud, cultura, sostenibilidad y justicia alimentaria. Desde un enfoque antropológico de la alimentación, fundamentan su propuesta y sostienen que el acto de comer implica, además, significados que influyen en la construcción de identidades, valores y relaciones propios de la comunidad universitaria. Reconocen que a través de la comida se nutre el cuerpo, pero también se transmiten saberes y se transforman costumbres, por lo cual se propone sustituir los alimentos ultraprocesados por una dieta con base en productos frescos, locales y de temporada, que benefician el rendimiento académico y el bienestar emocional y digestivo de los estudiantes.

Estos argumentos se sostienen al citar experiencias y trabajos de diversos autores que demuestran, a través de sus estudios, la multidimensionalidad de los aspectos fisiológicos, mentales, emocionales, sociales y políticos. Destacan cómo beneficia al ser humano el consumo de una dieta natural, local y saludable, colocando como ejemplo la integración de saberes indígenas. Estos conocimientos, aplicados a productos, técnicas y preparaciones de origen agroecológico, son seleccionados por su valor cultural y nutricional, y permiten ofrecer alimentos con base en criterios de salud y fortalecimiento de la identidad alimentaria local.

Los autores sugieren, entre otras cosas, la construcción de comedores más humanos, más justos y más significativos, vinculando el acto de comer a la historia personal, la identidad cultural y la emocional. En el apartado de experiencias latinoamericanas, se citan ejemplos del uso crítico y la capacidad transformadora de estos espacios, en su función formativa de una conciencia crítica sobre la alimentación y el consumo responsable, la gestión de conocimientos, la sostenibilidad, la integración de los saberes comunitarios, entre otros beneficios. Señalan que pueden llegar a convertirse en nodos estratégicos para impulsar la soberanía alimentaria, si se articulan con redes de productores locales, principios agroecológicos

y procesos participativos de gestión, considerando asimismo la participación inclusiva de los estudiantes en el diseño, la implementación y evaluación de las políticas alimentarias que conviertan a los comedores en espacios para todos. El capítulo expone la metodología participativa utilizada para diagnosticar la situación alimentaria universitaria, que integra aspectos cuantitativos y cualitativos. Se concluye planteando la necesidad de políticas alimentarias integrales que promuevan salud, diversidad cultural, economía solidaria y educación alimentaria transversal. Con estos argumentos, los autores estiman que los comedores universitarios pueden perfilarse como plataformas vivas para el ejercicio de la soberanía alimentaria y la formación de comunidades académicas comprometidas con el buen vivir.

En los siguientes dos , se desarrolla un tema que fortalece la perspectiva de una alimentación saludable que contribuya a la salud del planeta. Evitar el desperdicio alimentario puede parecer sólo una acción a favor del ambiente, pero lo cierto es que los residuos que van a la basura pueden constituirse en alimentos aprovechables si tenemos conocimiento de los procedimientos adecuados, evitando así desechar gran parte de los alimentos que en ocasiones contienen los mejores nutrientes. De este modo, se reduciría la cantidad de desperdicio contaminante.

La aportación en el Capítulo 6, “El desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos: percepciones y valores éticos”, de Maryan Ariadne Cruz-Flores, Angélica Espinoza-Ortega, Humberto Thomé-Ortiz, María del Carmen Hernández-Moreno, Stefany Molina-Castillo y Laura Sánchez-Vega, identifica las asociaciones y los valores vinculados al concepto de desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos. El valor de esta aportación es significativo, ya que en México los impactos ambiental y económico han sido poco explorados, a pesar de ocasionar pérdidas millonarias y altos niveles de contaminación.

El desperdicio alimentario tiene lugar en cada etapa de la cadena de suministro, lo cual muestra una falta de valoración integral de los alimentos, así como el uso ineficiente de importantes recursos como el agua, el suelo y los insumos necesarios para la producción, por lo que a nivel

internacional, y de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (2019, 2020), es considerado un desafío ético, social, económico y ambiental.

Los autores dan cuenta de un conjunto de estudios que abordan el tema desde diversas aristas, como los valores culturales, la estructura social y los valores simbólicos, destacando la importancia de la movilización de habilidades, conocimientos y recursos para cambiar el comportamiento hacia el desperdicio de alimentos, en donde el consumidor final tiene un papel fundamental.

Es un estudio que, a través de la Técnica Libre Asociación de Palabras, arrojó resultados interesantes en la aplicación de 386 cuestionarios en línea, dirigidos a hogares urbanos del centro de México. A partir de éstos, se definieron las siete dimensiones y categorías de las palabras asociadas al desperdicio alimenticio, destacando tres: “Desechos alimentarios”, “Motivaciones” y “Economía”. En la dimensión “Desechos alimentarios”, se subraya que los alimentos son vistos como algo que puede desperdiciarse; su afectación e impacto ambiental no se asocia con el desperdicio de alimentos, lo cual deja al descubierto los valores que orientan el consumo y evidencian el grado de conciencia sobre esta problemática. El trabajo realizado con la segunda dimensión “Motivaciones” muestra la importancia de las emociones y el sentido ético/político para promover prácticas sostenibles en los hogares. Finalmente, la tercera dimensión, “Economía”, resultó menos mencionada, aun cuando en estudios realizados en otros países se considera un factor para impulsar mejores hábitos de compra. Otros hallazgos permitieron identificar tres tipos de jefatura en los hogares urbanos: “Masculina”, “Mixta” y “Femenina” y, en general, los valores “Social/Ético”, “Económico” y “Ambiental”, que contribuyen a evitar el desperdicio de alimentos. El conjunto de datos que aporta este capítulo muestra alternativas para ampliar y diversificar la investigación sobre el tema, particularmente referida a la dimensión ambiental que poco se considera en los hogares.

Finalmente, en el Capítulo 7, “Motivos del desperdicio de alimentos: una caracterización de los hogares mexicanos”, preparado por Maryan Ariadne Cruz-Flores, Angélica Espinoza-Ortega, Humberto Thomé-Ortiz,

María del Carmen Hernández-Moreno, Héctor Yair Fernández-Sánchez y Laura Sánchez-Vega, tiene el objetivo de determinar la percepción de jefes y jefas de familias respecto al desperdicio de alimentos en sus hogares. Se sostiene que el problema alimentario global no sólo se da en las formas de producción y consumo, sino también en lo que no se consume o no se utiliza. Producir alimentos que no se van a consumir genera impactos negativos ambientales y económicos que afectan la capacidad del planeta para sostener la vida, así como el desarrollo sostenible global.

Los autores establecen una distinción entre pérdida de alimentos y desperdicio; la pérdida deriva de la explotación y gestión agrícola inadecuada, de problemas climáticos y complicaciones en la primera fase de comercialización, en tanto que el desperdicio conlleva problemas en el almacenamiento, transporte, tiendas y hogares.

En los hogares el desperdicio ocurre por una mala planificación en las compras y en la preparación y el servicio de las comidas. Los autores analizan diversos estudios sobre los consumidores, la cadena de suministro y el sector de restauración que, por la complejidad del tema, no son concluyentes con relación a los factores determinantes del desperdicio alimentario ocasionado por los consumidores. Para ello, es necesario un acercamiento empírico a los hogares, que arroje información y aporte posibles soluciones al problema.

La estrategia metodológica utilizada en la investigación parte de la aplicación de 386 cuestionarios en línea a personas que asumen un rol destacado en la compra de alimentos. A partir de ahí, se definieron ocho factores de desperdicio, de los cuales resultaron más relevantes las prácticas de almacenamiento y las acciones de prevención. En las primeras se privilegia la organización y el orden de los alimentos, revisando la alacena y los refrigerados antes de tomar decisiones de compra, enlistando los alimentos necesarios y verificando constantemente las fechas de caducidad, para buscar la calidad, seguridad y el uso que reduzca el desperdicio; en el factor de acciones de prevención, se definieron las variables de preparación necesaria y suficiente, y la compra de lo estrictamente necesario.

Se destaca en la investigación que sustenta este capítulo que el mayor nivel educativo de las amas de casa puede jugar un papel importante, que

el ahorro es motivador para reducir el desperdicio de alimentos en los consumidores, en tanto que la escasez fomenta la reflexión sobre las prácticas de desperdicio en casa, espacio donde la responsabilidad personal y familiar se hace evidente para evitarlo.

Estos y otros datos resultantes enriquecen la identificación de las percepciones que influyen en el desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos, dejando abierta la posibilidad de indagar si la variable de nivel educativo en las amas de casa puede jugar un papel importante en las decisiones que se toman para evitar el desperdicio alimentario.

Este libro no sólo se propone ser un recurso informativo, sino también una llamada a la acción. Como hemos observado, el cambio comienza desde el hogar y en la comunidad y las cafeterías universitarias pueden ser pioneras en la promoción de hábitos saludables y sostenibles. A través de la educación y la innovación, es posible transformar la manera en que las generaciones futuras se relacionan con la comida, el medio ambiente y el bienestar colectivo.



CAPÍTULO 1

EDUCACIÓN EN CONSUMO RESPONSABLE. APORTES CONCEPTUALES Y DESDE LA COMUNIDAD PARA SU GESTIÓN EN CAFETERÍAS UNIVERSITARIAS

Lucía M. Collado Medina
Virginia P. Panchi Vanegas

Introducción

El objetivo de esta contribución es aportar elementos conceptuales de autores que investigan sobre el tema, así como las perspectivas de consumidores comensales de la comunidad universitaria. A través del abordaje del tema, la motivación al diálogo de saberes y la reflexión, se llega al consenso construido colectivamente en torno a la necesidad de emprender acciones que promuevan el consumo responsable de alimentos en cafeterías universitarias. Lo anterior, a partir de propuestas formativas en materia de soberanía alimentaria dirigidas a la comunidad universitaria, que posibiliten la práctica de la cocina saludable, además de insistir en la gestión individual y colectiva del cuidado de la salud y el ambiente.

Para este cometido, se exponen los antecedentes y la problemática en torno al consumo de alimentos en las cafeterías desde la perspectiva, por una parte, de la comunidad estudiantil consultada de Turismo y Gastronomía, Odontología e Ingeniería; y, por otra, del personal docente-administrativo de estos organismos académicos, quienes conocen los usos y costumbres como comensales universitarios.

El fundamento conceptual para considerar la problemática gira en torno a la educación, tomando como referentes a teóricos de la soberanía alimentaria y el diálogo de saberes. Éstos son constituyentes del discurso en materia educativa desde fines del siglo xx y, por supuesto, del fundamento teórico que orienta este proyecto.

La metodología cualitativa se empleó para obtener la perspectiva de la comunidad universitaria respecto al consumo alimentario, así como para identificar propuestas de intervención educativa que puedan desarrollarse como acciones complementarias a las estrategias educativas, en las que se involucre a los integrantes de la comunidad universitaria.

Antecedentes

Como parte de los proyectos de investigación del Cuerpo Académico Calidad de Vida y Decrecimiento –del cual las autoras forman parte desde 2021–, se llevó a cabo el proyecto *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*.¹ Dicho proyecto tuvo como objetivo identificar los indicadores de gastronomía sostenible que caracterizan las prácticas de consumo responsable en el sector de alimentos y bebidas en Toluca, desde cadenas cortas: productor local/restaurante/consumidor, a partir del Modelo de planificación gastronómica y turística regional sostenible de Antonio Montecinos (2016). Ello permitió obtener información de primera mano para valorar la relevancia de prácticas responsables, fortalecer los vínculos universidad-comunidad

¹ Panchi Vanegas, Virginia Pilar y Vargas, Hilda Carmen (2020). *Proyecto Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*. UAEMéx, clave 6255/2020CIC.

y contar con bases sólidas para fomentar la gestión y cultura de la gastronomía sostenible, además de promover la defensa de los principios de la soberanía alimentaria como baluarte de los derechos sociales, y la justicia ambiental al consumir alimentos de manera responsable.

Posteriormente, en 2022, se realizó el Proyecto *Cafeterías universitarias como promotoras de soberanía alimentaria. Alternativas desde la responsabilidad social y los buenos vivires*,² consistente en un estudio de los perfiles de consumo de usuarios(as) de las cafeterías universitarias, y en un diagnóstico de éstas, en relación con cinco categorías principales: Variedad de productos y platillos; Precios y proveedores principales; Tipo y promedio de residuos generados; y Prácticas de inocuidad en el manejo de alimentos, con la finalidad de generar alternativas que permitieran una transición hacia cafeterías sostenibles y que fomentaran la soberanía alimentaria y una calidad de vida más sana que integrara elementos de los buenos vivires latinos, considerando a posibles proveedores(as) locales agroecológicos(as) ya contactados y visitados en investigaciones precedentes.

En 2023 se avanzó en el desarrollo del proyecto y se autorizó otro que se trabajó en paralelo: *Vivires sostenibles y alimentación digna. Un modelo de cafetería universitaria soberana*,³ mismo que tuvo como objetivo la construcción de una cafetería sustentable en las instalaciones del Instituto de Estudios Sobre la Universidad de la UAEMéx.

Sumado a ello, en 2024 y 2025, se avanzó con el proyecto autorizado *Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable, desde los ODS*,⁴ que tiene como objetivo conocer la percepción estudiantil universitaria respecto a la educación

² Vargas, Hilda Carmen (2022). Proyecto *Cafeterías universitarias como promotoras de soberanía alimentaria. Alternativas desde la responsabilidad social y los buenos vivires*. UAEMéx, clave 6646/2022SF.

³ Vargas, Hilda Carmen (2023). Proyecto *Vivires sostenibles y alimentación digna. Un modelo de cafetería universitaria soberana*. UAEMéx, clave 7017/E2024CIC.

⁴ Collado, Lucía y Panchi, Virginia (2025). Proyecto *Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable, desde los ODS*. UAEMéx, clave 7122/2024SF24.

en soberanía alimentaria, la cocina saludable y el consumo responsable de los alimentos en cafeterías universitarias, así como identificar qué tipo de prácticas educativas y acciones de formación complementaria pueden favorecer las tareas universitarias en estos temas.

Problemática

Diversos estudios han demostrado que una de las problemáticas a las que se enfrentan las universidades públicas es a la falta de rendimiento escolar que ocasiona rezago y deserción, indicadores fundamentales para determinar una educación de calidad. Algunos de ellos han señalado en qué medida los factores fisiológicos en los adolescentes afectan su desempeño, ya que, generalmente, interactúan con otros, entre los que se incluyen cambios hormonales, deficiencias en algunas funciones biológicas, desnutrición, sobrepeso y salud (Izar *et al.*, 2011).

Otros han comprobado que el bajo rendimiento escolar por déficit alimentario “coexiste con una gama de factores ambientales, biofísicos y sociales, también perjudiciales [...] la desnutrición afecta el crecimiento del cerebro y el desarrollo intelectual” (Pollit, Stoch y Smythe, cit. por Bajaña *et al.*, 2017: 37).

En la relación malnutrición y rendimiento escolar, tanto los padres como las instituciones y, en particular, los alumnos, no toman conciencia de que el estilo de alimentación permite saciar el hambre, pero no necesariamente cubrir la demanda de nutrientes básicos del organismo para el desempeño intelectual, el ánimo y la proactividad en los estudios. La calidad de la alimentación posee un valor relativo si no se consideran los impactos e implicaciones que se presentan a mediano y largo plazo para el individuo y su entorno de vida.

En este sentido, las decisiones que desde el hogar toman los adultos a cargo de la alimentación de los niños y de los adolescentes está influida por diversos factores que van desde la falta de acceso a alimentos producidos de forma natural o agroecológica, la influencia que ejerce la industria, el marketing y el comercio alimentarios, así como los usos y costumbres

heredados por generaciones más contemporáneas que han adoptado estilos de alimentación poco saludables.

Lo anterior ha ocasionado problemas de salud pública como la malnutrición (UNICEF [Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia], 2023: 5), el sobrepeso y la obesidad infantil, con prevalencia de 35.7% en América Central, incluyendo a México, y una tendencia de aumento de 11.9% en niños y adolescentes de entre 5 y 19 años, según la OMS (cit. en UNICEF, 2023: 13 y 15).

En México, según datos de la Encuesta Nacional de Salud Pública 2022 (INSP, 2023), 41% de las personas de 12 a 19 años presentaba sobrepeso y obesidad durante el periodo 2020-2022. La obesidad se presenta con mayor incidencia (19.2%) en la población adolescente del país con un índice de bienestar medio que, en general, sería el caso de la población que asiste a las universidades públicas. Aun cuando este problema es multifactorial, los hábitos de alimentación, junto con el tipo de comida que se consume, pueden ser una causa importante del incremento porcentual.

La problemática se extiende a la edad adulta con la diabetes e hipertensión como problemas centrales de salud pública, y trasciende hacia cuestiones que limitan, incluso desde la adolescencia, las capacidades para el aprendizaje y desempeño en la escuela o el trabajo.

Asimismo, la agroindustria y la elaboración de comida industrializada son factores determinantes de la problemática, ya que produce alimentos a gran escala con la respectiva comercialización y venta a precios relativamente accesibles y al alcance de la población en cualquier tipo de establecimientos locales, como tiendas de conveniencia, misceláneas, tiendas de abarrotes, minisúpers, estancuillos, puestos y, evidentemente, cafeterías o tiendas escolares.

Uno de los principales y más graves daños colaterales creados por la industrialización de la comida, además de la transformación de los hábitos alimentarios y culturales que afectan la salud de la población, es la crisis ambiental que sufre el planeta debido al consumo indiscriminado de los bienes de la naturaleza, y a la sustitución de la siembra agroeco-

lógica campesina por la producción a gran escala y con productos químicos agrotóxicos, responsables de la contaminación ambiental que está creando el problema de insostenibilidad alimentaria, así como la escasez de alimentos saludables cada vez menos accesibles para el grueso de la población.

Desde la perspectiva de la economía, para que exista oferta debe existir demanda; así, mientras la población continúe adoptando hábitos alimentarios que ponen en riesgo la salud –ya sea por gusto, necesidad o falta de conocimiento– mediante el consumo de productos altamente procesados y bajos en nutrientes, la industria seguirá subsistiendo tal como se encuentra ahora. Asimismo, continuará creando alimentos atractivos, vendidos a través de marketing engañoso en entornos de venta minorista (*retail*), que influyen en las decisiones de alimentación y que ponen al alcance, incluso de niños y adolescentes, la comida *chatarra* (UNICEF, 2023), generando, además, graves daños ambientales y a la salud de la población.

En la relación con la malnutrición y el rendimiento escolar, tanto los padres como las instituciones, y en particular los estudiantes, no toman conciencia de que su estilo de alimentación les permite saciar el hambre, pero no cubrir la demanda de nutrientes básicos que el organismo necesita para el desempeño intelectual, el ánimo y la proactividad en los estudios. La calidad de la alimentación posee un valor relativo si no se consideran los impactos e implicaciones que presenta a mediano y largo plazo para el ser humano y su entorno de vida.

Fundamentación teórica

Como se ha mencionado, son tres proyectos de investigación finiquitados –con sus respectivos resultados– los que, de manera particular, anteceden a este trabajo y a través de los cuales se han abordado elementos teóricos y rutas para provocar el diálogo-reflexión-acción colectiva en torno a la problemática de la producción y el consumo de alimentos sanos y saludables, sobre las bases de la agroecología y la soberanía alimentaria, la Educación para el Desarrollo Sostenible (EDS), la Responsabilidad Social

Universitaria (RSU) y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) (UNESCO [Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura], 2017).

Las modalidades de Educación Ambiental (EA) y la EDS han estado presentes en discursos educativos desde finales del siglo XX; sin embargo, es en la década de los noventa cuando se reconoce su mayor importancia con referencia a los conceptos clave como la producción y el consumo, la participación en todos los niveles de escolaridad, la complejidad y el diálogo de saberes, en donde el paradigma de la sostenibilidad adquiere para la educación un significado más relevante (Avendaño y Febres, 2019). Documentos como la Carta de la Tierra y la Declaración del Milenio han otorgado un fundamento pedagógico y una perspectiva teórica y ética que se refleja (la mayor parte de las veces) sólo en el discurso político (Avendaño y Febres, 2019).

Es ahora cuando se busca integrar a la EDS, a través de los ODS, a las prácticas educativas desde su inserción en los planes y programas de estudio hasta las acciones del cuidado ambiental a nivel institucional. Zúñiga *et al.* (2022) realizaron un estudio en 26 universidades públicas mexicanas, en el que 79% del profesorado acoge la idea de una integración del imperativo de la sustentabilidad en el currículo universitario, con énfasis en la ética, los valores y un enfoque interdisciplinario que está transitando hacia la transdisciplinariedad para la solución de los problemas socioeconómicos y ambientales, reconociendo en ello un rasgo fundamental para una educación de calidad.

Los conceptos clave con los que se trabajó en los grupos focales y el cuestionario en línea son los siguientes: soberanía alimentaria, consumo responsable y cocina saludable. Respecto a la soberanía alimentaria, es un tema poco común que no se desarrolla generalmente en los contenidos de carreras como odontología, turismo, gastronomía o ingeniería, escuelas que, por sus características y prácticas ambientales, se consideraron para el presente estudio.

El concepto de soberanía alimentaria se aborda desde una perspectiva fundamental, resultado de la lucha social de La Vía Campesina (1996) por obtener condiciones equitativas en la producción, venta, distribución

y consumo de los bienes alimentarios, así como en la posesión de las tierras y el aprovechamiento autónomo de los bienes de la naturaleza.

Dicho concepto ha transitado hacia otras esferas en las que sus principios marcan una ruta de evolución que concuerda con valores como los de la educación para la sostenibilidad. Es decir: recuperar el origen de los alimentos desde las prácticas de siembra agroecológica local; impulsar, de manera sostenible, el cuidado ambiental; desarrollar la autonomía y la capacidad de intervenir en la creación de políticas públicas alimentarias para no depender de mercados externos; reconocer la alimentación saludable y culturalmente adecuada como un derecho humano, así como buscar la justicia social con acciones que promuevan la inclusión de mujeres y grupos vulnerables, y la participación comunitaria que fomente redes de apoyo para una gestión adecuada de la producción y la alimentación (La Vía Campesina, 1996: 2).

A partir de estos preceptos, la educación en soberanía alimentaria se concibe como un proceso formativo que prepara a los individuos para decidir con conciencia qué, por qué, para qué consumir comida saludable y cómo asegurar alimentos sanos y suficientes para el bienestar común. La finalidad esencial de la educación en soberanía alimentaria es transformar consciente y responsablemente el enfoque y las prácticas cotidianas del consumo de los alimentos. Es “la formación que conecta el sistema alimentario global con las decisiones cotidianas, promoviendo el consumo de productos locales, ecológicos y de temporada, y valorando el trabajo agrícola” (Universidad de Sevilla, 2025: s/p).

El consumo responsable considera el impacto social ambiental y económico en sus elecciones. Este concepto no sólo está relacionado con la adquisición de bienes y servicios, sino también con la intención de fomentar el desarrollo sostenible y ético.

El *Barcelona Culinary Hub (BCH)*, Escuela Superior de Gastronomía adscrita a la Universidad de Barcelona, en su página oficial define el consumo responsable como aquel que contempla la cadena de suministro completa de un producto alimentario, desde su producción hasta su eliminación; considera las decisiones que disminuyen el impacto negativo al medio ambiente y la sociedad, y realiza de manera consciente las eleccio-

nes de compra éticas y sostenibles. Su práctica, se menciona, contribuye a la conservación de los recursos naturales, a la reducción de los residuos y al apoyo a productores y proveedores que siguen prácticas sostenibles (BCH, 2025).

En su obra *Agroecología: Bases científicas para una agricultura sostenible*, Miguel Altieri (2012) señala que el consumo responsable implica una conexión profunda entre el consumidor y el proceso de producción, a favor de prácticas agrícolas que respeten el medio ambiente y promuevan la justicia social. Altieri argumenta que las decisiones de consumo pueden ser herramientas poderosas de cambio, capaces de fortalecer economías locales y reducir la huella ecológica.

Por su parte, Patricia G. Enríquez (2019) destaca el papel relevante que juega la educación en la promoción del consumo responsable. La autoconciencia al elegir alimentos y otros productos se traduce en beneficios personales y en una mayor sostenibilidad en el entorno. Enfatiza que los consumidores informados pueden optar por alternativas que prioricen el bienestar común y del medio ambiente, rompiendo con el ciclo del consumo desenfrenado y el desperdicio.

Los tres enfoques mencionados abordan el concepto de consumo responsable desde perspectivas distintas: consumidores en establecimientos de comida (BCH, 2025), consumidores productores (Altieri, 2012) y consumidores comensales (Enríquez, 2019). En conjunto, estos enfoques ayudan a construir una visión integral del consumo responsable que, más allá de la simple elección de productos, aboga por una conexión entre producción, entorno y consumo, fomentando la conciencia y responsabilidad en las decisiones cotidianas para afrontar los retos globales del cambio climático y la desigualdad social, y convirtiendo el consumo responsable en una práctica activa y deliberada que refleje los valores y aspiraciones de un futuro más sostenible.

Finalmente, la cocina saludable es un concepto de carácter práctico que se autodefine a partir de la preparación de alimentos balanceados, nutritivos, sabrosos y culturalmente adecuados, en donde salud y cultura conforman un binomio conceptual importante. Ello se debe a que aquello que se denomina comida –en sus distintas especialidades de cocina referi-

das a las culturas en el mundo— está siendo transformado por los procesos globales, pese a que dichas transformaciones no siempre son adecuadas a las dietas tradicionales de los pueblos. Esto representa, en muchas ocasiones, la sustitución de insumos que, mientras en una cultura se estiman nutritivos, en otra el impacto en la salud puede ser negativo. El balance nutrimental es distinto en cada cultura y los alimentos agroecológicos producidos localmente suelen ser distintos en cada región.

Por estas razones, se subraya la importancia de proponer y llevar a cabo la inserción, a nivel institucional y educativo, de estos temas en los planes y programas de estudio. Fundamentalmente, en las acciones de formación complementaria y prácticas educativas para el consumo responsable y el cuidado ambiental.

Metodología

La metodología cualitativa se fundamentó en el diálogo de saberes, considerando que es un proceso de intercambio horizontal en el que se privilegian los saberes y experiencias, opiniones y puntos de vista, así como los conocimientos diversos adquiridos a lo largo de la vida, para construir y enriquecer perspectivas comunes. En su desarrollo se realizaron fundamentalmente entrevistas a profundidad en dos modalidades. En el caso de los estudiantes, se aplicó un cuestionario en línea y se realizaron grupos focales, en tanto que con los docentes-administrativos se desarrolló una entrevista en línea y, finalmente, con los concesionarios se llevó a cabo una consulta de manera individual y presencial.

De acuerdo con el objetivo, se muestran opiniones y conceptos registrados en los tres grupos focales realizados, con un total de 27 estudiantes de las facultades de Turismo y Gastronomía, Odontología e Ingeniería, así como datos derivados de la encuesta en línea aplicada a 136 estudiantes de estos organismos académicos que participaron voluntariamente. Asimismo, se enfatizan algunos testimonios del personal docente-administrativo y concesionarios entrevistados. Todo ello bajo la premisa de buscar soluciones contextualizadas respecto a la problemática planteada.

El diseño de los instrumentos en todos los casos se realizó a partir de tres ejes conceptuales: la educación en soberanía alimentaria, la cocina saludable y el consumo responsable de los alimentos en cafeterías universitarias, así como el tipo de prácticas educativas y acciones de formación complementaria como elementos prácticos que pueden favorecer la educación universitaria en estos temas, con la intención de mejorar los hábitos de alimentación y como parte de las estrategias de cuidado ambiental.

Entre los resultados obtenidos destaca que los participantes se mostraron interesados y dispuestos a conocer y colaborar en acciones de formación y difusión. Esto a partir de su intervención en los procesos derivados de las técnicas cualitativas, utilizadas para reflexionar sobre los obstáculos y los beneficios de alimentarse de forma saludable, a pesar de tener un conocimiento escaso sobre estos temas. Se considera importante haber reflexionado en las implicaciones y los beneficios de comer en forma saludable, argumentando que, por falta de tiempo y dinero, comen lo que es más rápido y económico, aunque saben que no es saludable; proponen acciones como el empleo de las redes, el servicio de tutoría, la realización de eventos y la divulgación mediante cápsulas y comunicados breves de alimentación saludable, del origen agroecológico de los insumos en las cafeterías, y proponen la instalación de consultorios con expertos en nutrición.

Acerca del consumo alimentario

Alimentarse, nutrirse al comer, satisfacer la necesidad de sobrevivir para conservar un estado vital satisfactorio, es un acto individual y social trastocado por el estilo de vida prevaleciente que, frecuentemente, implica comer fuera de casa. Su trastocamiento es significativo porque afecta el estado nutricional de los consumidores en diferentes niveles, debido a que en la preparación puede ser inadecuada. En el ámbito universitario, la mayor parte de la comunidad estudiantil, administrativa y docente consume alimentos en las cafeterías de las escuelas o facultades por lo menos una vez al día y por diversas razones, como tiempo, economía y accesibilidad.

En este orden de ideas, los aspectos esenciales de la alimentación saludable que interesa destacar son el consumo responsable y su práctica en las cafeterías universitarias. Dichos aspectos dan cuenta del comensal universitario como consumidor responsable de su salud y del cuidado del medio ambiente como bien colectivo.

Los estudios en materia de educación para el consumo alimentario, desarrollados en los proyectos referidos, han dado la pauta para incluir en los procesos educativos de los universitarios, conocimientos básicos sobre el consumo alimentario saludable y sostenible como tema transversal para la formación de mejores hábitos. Sin embargo, otros factores, como los usos y costumbres, también trastocan la educación del consumo, porque fundan hábitos alimenticios definidos por el comportamiento social de un consumidor comensal al momento de alimentarse.

Conforme a los resultados de la Encuesta Nacional de Salud 2024, hay sobrepeso y obesidad en la población escolar y adolescente del país. Un resumen de los resultados de la encuesta, analizados por Shamah-Levy *et al.* (2024), es el siguiente:

- La prevalencia de sobrepeso y obesidad fue de 36.5 y 40.4% en escolares y adolescentes, respectivamente.
- El consumo de azúcares añadidos es muy alto en esta población, el cual contribuye con 21.9% de la ingesta de energía.
- Cerca de 66% de la población supera el límite máximo recomendado por la Organización Mundial de la Salud de 10% de energía.
- Cerca de sólo uno de cada cuatro escolares o adolescentes cubre la recomendación de consumo de frutas y verduras.
- El estado de sobrepeso u obesidad del padre o madre de los escolares y adolescentes modifica la asociación del consumo de frutas, verduras y azúcares añadidos con la presencia de sobrepeso u obesidad en esta población.

La adquisición de productos alimenticios es una decisión determinada por su accesibilidad, el poder de compra y la influencia del contexto en el que el consumidor se encuentra, mismo que se determina por con-

diciones culturales, sociales, ocupacionales, laborales y económicas, así como por factores individuales valorativos, psicológicos e incluso físicos. En la mayoría de los casos, dichas decisiones se toman con escasa reflexión sobre sus impactos y resultan determinantes para elegir la comida.

Con la publicación de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 17 de abril de 2024, la UAEMéx aprobó integrarla en sus políticas de sostenibilidad ambiental a partir del 1º de marzo de 2025. En esta fecha se notificó a la comunidad universitaria la suspensión de la venta de alimentos ultra-procesados y bebidas azucaradas en las cafeterías y módulos de comida de todos los espacios universitarios, en correspondencia con los objetivos propuestos en la ley para promover hábitos alimenticios saludables y garantizar el bienestar de la comunidad.

Sus propósitos son, entre otros, establecer los principios y bases para la promoción, protección, respeto y garantía en el ejercicio efectivo del derecho a la alimentación adecuada y los derechos humanos con los que tiene interdependencia, y promover la generación de entornos alimentarios sostenibles que propicien el consumo informado de alimentos saludables y nutritivos.

Con esta medida, se señala el interés por promover el consumo informado de los alimentos y la promoción de entornos alimentarios sostenibles; sin embargo, la opinión compartida de algunos miembros de la comunidad se manifestó con comentarios como el siguiente:

[...] el chiste [deber] como institución educativa es informar... y no de manera abrupta quitar alimentos denominados chatarra o con otra alguna denominación [sin ofrecer alternativas], pues eso le genera un impacto no nada más al concesionario, sino también a las familias que viven y dependen de ello... Lo que nos importa en la universidad es cómo educamos (docente de la Facultad de Turismo y Gastronomía, 2025).

Escalona et al. investigaron en 2015 “el potencial de la universidad en la transformación de los modelos educativos, con miras a la intervención y/o mediación entre ciencia y sociedad para dar respuesta a los desafíos

que representa la producción y el consumo alimentario” (cit. por Collado, 2024: 120). Al respecto, afirman que:

[...] la formación integral del profesionista y de la comunidad universitaria en general exige procesos de aprendizaje, de trabajo y de vida que crezcan en una reflexión y una praxis crítica respecto de las condiciones básicas de supervivencia del ser humano y su sociedad, vinculadas y reproducidas sin lugar a dudas en sus hábitos de consumo [...] las problemáticas del imperativo de la soberanía alimentaria deben jugar un papel central en la formación básica que ofrece la UAEMéx, como ya está ocurriendo en otros lugares (Collado, 2024: 120).

La información respecto a las implicaciones de una alimentación poco saludable es necesaria, pues se requiere incidir en las decisiones de consumo de las comunidades universitarias a fin de recuperar las formas tradicionales de preparación en el servicio de las cafeterías universitarias, evidentemente más sanas, sujetas, por una parte, a las prescripciones del consumo dominante de comida rápida; y, por otra, a la exigencia de los precios bajos para proteger la economía, en particular, de los estudiantes.

Los concesionarios declaran que “es difícil incorporar insumos agroecológicos al menú porque es aumentar su precio, no son productos que se demanden y ya tenemos a nuestros proveedores; tampoco siempre lo que venden”.

A pesar de ello, es ineludible insistir en el propósito de lograr que las cafeterías universitarias sean espacios para formar mejores hábitos en la comunidad, aportando su grano de arena a la disminución de enfermedades gastrointestinales y crónicas como la diabetes y el sobrepeso, además de las relacionadas con la malnutrición, que provoca otro tipo de malestares usuales en el estudiante universitario, como ansiedad, depresión y anemia:

[...] dietas desequilibradas pueden incrementar la predisposición a sufrir alteraciones en el estado de ánimo y la depresión; pueden influenciar las preferencias alimenticias y la cantidad consumida. Fomentar una alimen-

tación saludable y apoyar la salud mental son esenciales para abordar integralmente la depresión y mejorar el bienestar emocional y físico de los adolescentes (Gordillo, 2024: 113).

La permanencia escolar desde el ingreso al nivel medio superior y superior hasta el posgrado en las escuelas y facultades de la universidad implica no sólo recorrer la trayectoria académica, sino experimentar transformaciones físicas y mentales propias del desarrollo humano. Pasar de la preparatoria a la universidad es “un periodo crítico [...] el aumento de peso durante los años universitarios es una tendencia común [...] que podría estar asociada a un mayor riesgo de sobrepeso y obesidad” (Peña, 2024: 800).

Sobre esto último, un estudiante entrevistado en este proyecto afirma que:

[...] no tenemos una educación sobre alimentación..., cuando somos niños, pues podemos comer lo que sea porque nuestro metabolismo es muy rápido, pero después somos estudiantes y comemos, bueno, al menos en mi caso... cualquier cosa que se nos presenta porque no tenemos esa educación. Y luego cuando entramos a trabajar, tenemos un nivel de estrés elevado, las cargas horarias son pesadas, que a lo mejor no nos da el tiempo para preparar nuestros alimentos... Esto se vuelve un problema porque debemos ir cambiando nuestra alimentación conforme va cambiando nuestra rutina y nuestra forma de vivir, y no lo hacemos (estudiante de la Facultad de Ingeniería, 2025).

En la comida cotidiana que se realiza en las cafeterías universitarias, darle la importancia que realmente tiene a lo que se consume puede contribuir al cuidado responsable de la salud personal y el bienestar colectivo, si se tiene conciencia de las implicaciones que conlleva la decisión, pues “la noción de alimento no sólo implica la subsistencia, sino que involucra el sostenimiento de la salud” (Arriaga en Vargas, 2023: 14.)

En esta perspectiva, aprender sobre los principios y bases de la soberanía alimentaria, en términos de educación saludable desde la

Universidad, posibilita un modelo formativo holístico que pone a prueba la ética y sensibilidad humana ante un problema de múltiples dimensiones, que se percibe importante, pero cuya solución se posterga para el siguiente alimento que se haga, en el que tal vez podamos comer alguna verdura para que la comida se vea saludable, por lo que se necesita adoptar “un modelo de auto-eco-formación profesional, a través de actividades participativas como la creación de huertos universitarios y opciones de alimentación sana, experiencias ya existentes en algunas universidades mexicanas y de otros países” (Collado, 2024: 120).

En esta tarea la UAEMéx se ha sumado con distintas iniciativas, como el proyecto que se desarrolla en las facultades de Odontología y de Ingeniería, donde se viven experiencias satisfactorias y motivantes con esta práctica, y cuyos frutos se aprecian y celebran por parte de sus participantes, alumnos, docentes y administrativos, quienes cosechan verduras como chayotes, flor de calabaza, pepinos, jitomate, lechuga y cilantro. El huerto se integró como una meta POA (Programa Operativo Anual) dentro del Plan de Desarrollo Institucional con la Administración 2021-2025:

En la Facultad de Ingeniería tenemos un huerto ecológico y un grupo de estudiantes que se llaman los *ecomotores*. Ellos se encargan de cultivar tanto legumbres como plantas de ornato, hacen su proyecto y se les libera su servicio social; también producen composta y tierra para macetas (estudiante de la Facultad de Ingeniería, 2025).

¿Qué se come en las cafeterías universitarias?

Se reconoce que estamos insertos en un “un contexto social de la comida en el que hoy existe menor variedad y mayor homogeneización de las dietas, con una estandarización de colores, formas y sabores de los alimentos por su procesamiento” (Vázquez, 2022: 16). En el caso de las cafeterías, la oferta de comida está determinada por las prescripciones institucionales que rigen la venta de sus productos desde hace tiempo, pero que carecen de lineamientos que claramente establezcan mecanismos para asegurar la salud y bienestar de la comunidad universitaria. Ahí se vende tanto el

menú del día como la sopa envasada y condimentada con saborizantes y químicos o la bolsa de botanas fritas.

Resultados de la encuesta en línea realizada con 136 estudiantes de las facultades de Turismo y Gastronomía, Ciencias de la Conducta, Odontología e Ingeniería señalan que 61% de los encuestados consume antojitos mexicanos (enchiladas, tacos dorados, quesadillas fritas, tostadas, sopes, tamales, atole), en tanto que 41% consume básicamente durante su jornada harinas y pastas (tortas, sándwiches, sincronizadas, hot-dogs, hamburguesas); no obstante, el hallazgo de que 46% se inclina por el menú del día (comida corrida, sopa y huevos, guisado de carne o verduras, agua, frijoles, tortillas) fue interesante.

En otros estudios recientes, como el realizado en la Escuela de Nutrición de la Universidad hermana de Argentina (2022), “la frecuencia de consumo más observada fue de 1-3 veces por semana, siendo 52.38% para el grupo de comida rápida, 46.83% para los productos de pastelería, 35.72% para golosinas y 34.92% para bebidas artificiales”, en una muestra de 126 estudiantes anónimos universitarios que viven en el área metropolitana de Buenos Aires. Esto demuestra y valida la tendencia generalizada en referencia a los modos de alimentarse de los adolescentes en países de América Latina (Arriagada et al., 2022).

Pero el hecho de que ésta sea la tendencia general, instalada en las cafeterías universitarias, no impide que existan alternativas ante una dieta hegemónica que enferma a todo el planeta, donde predomina la comida ultraprocesada. En el caso investigado, las frituras, embutidos y platillos empaquetados listos para servirse y llevar, reportan 7% de las preferencias, en tanto que el consumo de las bebidas gaseosas se registra en 4%. Esto debido al costo de los productos. Sin embargo, aun cuando el porcentaje aparentemente es bajo, el consumo de éstos es significativo y va en aumento.

En este contexto, otros factores como los usos y costumbres fundan hábitos alimenticios constituidos al decidir con qué alimentarse, por lo que “un factor a considerar es la transición alimentaria y nutricional resultante que ha experimentado la población, caracterizada por la disminución en el consumo de alimentos tradicionales y altamente nutritivos,

como el frijol y el maíz, frutos, vegetales y hierbas” (Collado, en Panchi y Vargas, 2022: 118), productos, sobre todo estos últimos, escasos en los menús principales de las cafeterías universitarias.

Van a preferir [los alumnos] el alimento ultraprocesado que va a ser más económico y muy rápido... Les sale más barata una sopa instantánea que unas enchiladas... También tiene que ver con cada contexto cultural... (estudiante de posgrado de la Facultad de Turismo y Gastronomía, 2025).

Un enfoque que amplía el potencial más allá de consumir saludable es el propuesto por Giovanna Micarelli con el término de *aceptabilidad cultural*, como un aspecto que “implica los valores no basados en la nutrición asociados a los alimentos y que contribuyen a configurar al individuo y la comunidad. Éstos son los aspectos emocionales, mentales y espirituales que se relacionan con la salud, la curación y la prevención de enfermedades” (Micarelli, 2018: 126), elementos relevantes en la perspectiva de docentes-administrativos:

Esto se vuelve un problema porque debemos ir cambiando nuestra alimentación conforme van cambiando nuestra rutina y nuestra forma de vivir y no lo hacemos... Y entonces... tenemos muchísimos problemas... de hipertensión, de diabetes, del intestino irritable... que está de moda, que es lo que yo personalmente tengo... Digo, ¿cómo es posible que haya llegado a tanto?” (docente-administrativo de la Facultad de Ingeniería, 2025).

En esta línea de pensamiento, el universitario como comensal ha de asumir la responsabilidad de cuidarse tanto en lo individual como en lo colectivo, lo que implica atender sus propios niveles saludables, así como estar atento a lo que acontece en su entorno, suponiendo conocimientos mínimos sobre producción sostenible, pues las prácticas responsables requieren acciones sociales que además de proteger a las comunidades productoras agroecológicas, defiendan del impacto ambiental. El comensal universitario como:

Un consumidor responsable piensa y actúa ante los engaños del modelo dominante, utiliza su poder adquisitivo y de decisión para realizar sus compras e influye en su círculo cercano para configurar una nueva perspectiva de qué y por qué consumir [...] se autorregula, se autolimita y considera el beneficio social y ambiental de su consumo (Collado, 2024: 106).

El comensal universitario como consumidor responsable es también un “ciudadano ecológico que se define por valores vinculados a la sostenibilidad y que encuentra en el consumo la forma de expresar y afianzar estos valores, generando al mismo tiempo un cambio en su estilo de vida hacia la sostenibilidad” (Heras y Peyron, 2012: 91).

Así, se vuelve un imperativo fomentar formas de pensar y concebir la vida y sus medios de subsistencia como alimentarse, participando en acciones cotidianas que se realicen con una óptica poliangular que perciba los impactos que cada acto de consumo alimentario implica; y de mirar más allá de sólo saciar el hambre o la sed; de observar el impacto en el ambiente y en todos sus elementos constitutivos, vivientes, sintientes; exigir y elegir menús saludables y agroecológicos a precios accesibles y confecciones variadas. Esto es el gran reto del consumidor comensal.

[...] todo aquello que se dispone para realizar el acto social de comer, incluyendo compartir las ideas que nos ayuden a comprender la imponderable necesidad de proteger la naturaleza, la vida, la Tierra. Este momento de reflexión conlleva a reconocer la responsabilidad en nuestras decisiones, y así la alimentación por necesidad o por placer adquiere nuevas dimensiones (Collado, 2024: 117).

Esta visión debe regir la oferta alimentaria de las cafeterías. Si bien esta idea se enraíza en la responsabilidad de decidir, se amplía al reconocer que: “con el consumo consciente, en cada decisión que se asume está presente la noción del origen del producto, de la relación que se guarda con él, de las consecuencias de consumirlo y de la posibilidad de contribuir a una transformación social mayor a través de ese acto” (Vinyals, 2016: 91).

En esta consigna la mística de la alimentación como acto humano provee de fundamentos éticos el comportamiento del comensal universitario que lo hacen responsable al decidir su consumo en las cafeterías universitarias. Para lograrlo, es necesario difundir, desde las aulas universitarias, el conocimiento de las alternativas que, desde la soberanía alimentaria, sustentan la alimentación no sólo saludable, sino sostenible, y desde las cafeterías promover hábitos, gustos y preferencias que favorezcan su adopción y aceleren el cambio hacia una mentalidad proactiva y un estilo de vida con más calidad.

Planteamientos como los anteriores suman principios sustanciales a movimientos como la soberanía alimentaria, que fortalecen un comportamiento responsable de un comensal universitario formado en estos principios re-ligados al bienestar comunitario y ambiental.

Hallazgos y otros testimonios

Particularmente, en el caso del grupo focal con Ingeniería:

[...] sus conocimientos conceptuales son escasos en torno a la producción y consumo agroecológico, soberanía alimentaria, consumo ético y responsable, sostenibilidad alimentaria y ética del cuidado, entre otros; por ello tuvieron dificultad para identificar elementos asociados a éstos. No así en el caso de Gastronomía y Turismo, quienes están familiarizados con dichas nociones.

Sin embargo, resultó interesante identificar en sus respuestas que aun cuando no dominan los conceptos clave con los que se trabajó, en general, los estudiantes llegaron a una comprensión de la problemática sobre el consumo cotidiano y excesivo de alimentos industrializados y su relación con el deterioro de la salud humana y del medio ambiente; y de igual modo, a la necesidad de considerar un cambio positivo en sus decisiones de alimentación.

En todos los casos, por la información que se expuso al inicio de las sesiones del grupo focal, consideran importante la sensibilización hacia el

consumo responsable y saludable de los alimentos, dado que no habían reflexionado sobre sus propios hábitos y, por tanto, sobre la importancia de una práctica constante para mejorarlos. Es entonces cuando consideran viable y necesario integrarse a las actividades educativas referidas a estilos de alimentación saludable como parte de sus actividades de formación escolar.

Entre otras respuestas obtenidas, las que revelan la problemática apuntan en particular al desconocimiento de la procedencia de los insumos y materia prima para la preparación de la comida con origen agroecológico, y expresan interés relativo en obtenerla al momento de elegir su platillo. Asimismo, otras respuestas señalan que hacen un consumo frecuente en la cafetería de su preferencia por el gusto de las comidas preparadas en estos espacios una o dos veces al día y por lo menos dos días a la semana, y eligen saciar su apetito por gusto, necesidad o falta de tiempo, sin pensar en la nutrición, dado que hay una amplia oferta de alimentos procesados de fácil acceso y consumo rápido e incluso para llevar. Reportan también el consumo frecuente de golosinas industrializadas y bebidas embotelladas. Paralelamente a estos hallazgos, “se detectó que los hábitos culturales en la alimentación se están transformando con la entrada de comida rápida de origen oriental o norteamericano” (Collado y Panchi, 2025: 7).

Educar desde las cafeterías: tarea universitaria

Mediante las funciones sustantivas de la universidad: docencia, investigación, difusión y vinculación, la consigna universitaria es formar profesionistas responsables “no sólo a través de los proyectos de investigación o planes de estudio, sino desde la vida cotidiana de sus comunidades, al promover el suministro de insumos, producción y consumo sostenible de alimentos en sus cafeterías” (Collado, 2024: 109). Además, difundir las buenas prácticas entre la comunidad estudiantil, sus docentes y personal administrativo que, desde sus ámbitos de intervención y competencia, generen un ambiente saludable, enfatizando en medidas propositivas, colaborativas e incluyentes de todos los sectores que conforman la

comunidad universitaria, de manera que se puedan concebir modelos de consumo alimentario alternativos que transformen gradualmente los hábitos alimenticios de los universitarios en y extramuros de la universidad.

Es evidente la exigencia ética de repensar y decidir las formas de intervención y relación humanidad-naturaleza como un modo de vida ético, “lo que lleva a decisiones morales, buenas y responsables, orientadoras de comportamientos y actos que defiendan la vida de todos, vida amenazada por el mismo hombre en la búsqueda permanente por vivir conforme al modelo de consumo dominante” (Panchi, 2022: 48). Formar profesionistas críticos y activos que resistan sus embates es consigna universitaria.

Las propuestas detectadas en la consulta en línea a los estudiantes sobre acciones formativas se agrupan por frecuencia de respuesta en las siguientes líneas de acción y difusión:

- Agregar en los menús universitarios productos agroecológicos producidos de manera justa, autónoma y sostenible (97).
- Organizar ferias gastronómicas itinerantes con menús saludables y productos agroecológicos (64).
- Establecer un día de Mercado Justo y Agroecológico en la Facultad (52).
- Difundir el procesamiento de los alimentos que no nutren y la afectación socioambiental que promueven (41).
- Producción de videos en redes sociales que informen de los derechos humanos para decidir sobre el consumo de bienes y servicios de alimentación saludable (36).
- Contar con un programa de cursos y talleres cortos sobre educación ambiental y consumo saludable de alimentos (32).
- Formular una iniciativa personal para promover el consumo responsable de alimentos en las cafeterías (30).
- Otras acciones de difusión (carteles, folletos, infografías, campañas publicitarias digitales, etc.) (27).
- Encuentros estudiantiles sobre consumo amigable con el medio ambiente (26).

- Integrarse a redes de consumo responsable (9).
- Análisis y discusión de leyes y normas de etiquetado en comestibles ultraprocesados (8).

En tanto que, en las entrevistas a profundidad con el personal docente-administrativo, se recomiendan las pláticas impartidas por docentes sobre estas temáticas, así como acciones de difusión y sensibilización mediante el servicio de Tutoría (Facultad de Turismo y Gastronomía, 2025). También recomiendan trabajarlas en tesis y proyectos de investigación, como es el caso de un tesista entrevistado en la Facultad de Ingeniería, de la carrera de Ingeniería en Sistemas Energéticos Sustentables, que está por graduarse con el proyecto de un invernadero tipo hidropónico para casa, el cual cuenta con las condiciones climáticas y las longitudes de onda de colores amarillo o azul, que hacen que las plantas crezcan mejor.

Otro proyecto que se descubrió y que se trabaja de manera multidisciplinaria en Ingeniería Electrónica es el de un jardín vertical que se colocará en una de las paredes principales de la facultad. Ambos proyectos confirman que “los ingenieros se llegan a involucrar en temas como estos... o sea ... les digo, no es imposible” (estudiante de la Facultad de Ingeniería, 2025).

Dimensionar a nivel de derecho la soberanía alimentaria se torna imperativo, sobre todo su enseñanza y divulgación para reflexionar y disponerse a cambiar a partir de referentes distintos, y que alimentarse sea no sólo un acto saludable, sino también responsable y ético, de origen agroecológico, amigable con el cuidado ambiental y sustento de una adecuada alimentación. No sin antes tener presente que hay otros elementos que se suman al disfrute y a la calidad de los alimentos, como “ingesta suficiente de acuerdo con las necesidades personales, combinaciones adecuadas, así como la frescura de su consumo, sin olvidar el componente emocional asociado al momento en que se ingiere” (Vargas, 2022: 67).

Reflexión

Comer es un acto que, al devenir en un proceso en el que se involucran sentidos y conocimiento, puede educarse. Necesitamos repensar, desde la autocrítica, nuestras formas de relación con el ambiente e incluso con nosotros mismos, así como aquello que decidimos adquirir para vivir y, con ello, para nutrirnos, y no sólo para saciar el hambre. Hay que transitar del acto de comer en forma rutinaria a un acto de disfrute pleno y singular con el que se pueda alimentar no sólo al cuerpo, sino al espíritu y la conciencia. Esto implica hacerlo desde el conocimiento de causa, con una formación práctica que empiece en el hogar y continúe en la cafetería universitaria.

La Universidad, desde sus cafeterías sostenibles, constituye una oportunidad de proporcionar a su comunidad, en particular a la estudiantil, una formación en la mística del consumo responsable y una alimentación saludable. Ello para fomentar, además de una experiencia grata al comer, un sentido de conciencia personal y comunitaria, y advertir las implicaciones ambientales de consumir y comer a favor de la salud personal y la protección ambiental.

Como entidad educativa, la Universidad tiene el compromiso de fomentar mejores estilos de vida, de alimentación y de cuidado ambiental, informando, proponiendo y desarrollando estrategias institucionales para mejorar la calidad de vida de su comunidad y su entorno.

Se necesita, entonces, desde las cafeterías, estar en contacto directo con los sujetos involucrados en los procesos de producción agroecológica y de elaboración artesanal de los alimentos, al ser opciones que posibilitan la transformación de los participantes, dado que se está en contacto con las necesidades, intereses y prácticas que dan pauta a la problematización de la realidad, y con ello a la formación y educación que resulte en un consumo de carácter ético (Panchi, 2022: 53).

En la actualidad, uno de los mayores retos para las universidades es crear espacios de aprendizaje que conecten con la sociedad y sus problemas.

Las cafeterías universitarias, además de cumplir con la función principal de preparar y servir alimentos accesibles, son también espacios sociales y de estudio; son el espacio de convivencia por excelencia, indispensables para fomentar el bien vivir dentro del campus. Estas características hacen de ellas un lugar idóneo para ser aprovechado también como aulas informales en las que se enseñe y se aprenda de manera casual, pero sería, el significado de una cocina saludable y de comer con conciencia.

Uno de los mayores desafíos para las universidades es tender puentes entre productores agroecológicos y concesionarios, sin intermediarismo, para lograr un beneficio mutuo, así como crear las condiciones administrativas y de seguridad para hacer posible un intercambio comercial justo, y abrir espacios para incrementar los mercados agroecológicos que faciliten la adquisición o intercambio de productos saludables, en beneficio de comensales y consumidores que realicen en ellos sus pedidos y compras.

Referencias

- Altieri, M. A. (2012). *Agroecología: Bases científicas para una agricultura sostenible*. Ediciones de la Tierra.
- Arriaga Álvarez, E. G. (2023). Prólogo. En Vargas Cancino, H. C., y Panchi Vanegas, V. P. (Coords.), *Cafeterías sostenibles y alimentación soberana desde la RSU* (pp. 11-15). Comunicación Científica.
- Arriagada, L., Piu, L., Szalkowicz, M., Villa, V., Cancino, Y., y Vivona, V. (2022). *Consumo de productos ultraprocesados y motivos de elección en estudiantes universitarios de 18 a 30 años, que residen en el AMBA en el mes de septiembre del año 2022*. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Ciencias Médicas, Escuela de Nutrición, Buenos Aires, Argentina. <https://escuelanutricion.fmed.uba.ar/revistani/pdf/23a/nco/992_c.pdf>.
- Avendaño, M. N., y Febres Cordero-Briceño, M. E. (2019). Educación ambiental y educación para la sostenibilidad: historia, fundamentos y tendencias. *Encuentros*, 17(2), 24-45. <<https://www.redalyc.org/journal/4766/476661510004/html/>>.

- Bajaña Nuñez, R., Quimis Zambrano, M., Sevilla Alarcón, M., Vicuña Monar, L., y Calderón Cisneros, J. (2017). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *FACSALUD- UNEMI*, 1(1), 34-39. Recuperado de <<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8360vol1iss1.>>.
- Barcelona Culinary Hub. Planeta, Formación y Universidades (2025). <<https://www.barcelonaculinaryhub.com/blog/consumo-responsable-gastronomia>>. Página oficial <<https://www.barcelonaculinaryhub.com>>.
- Collado, L. (2024). Soberanía alimentaria: Un contenido crítico para la educación superior. En Guerra González, M. R., Villamar López, L., y Caballero Reynaga, N. (Coords.), *La educación superior ante la diversidad cultural y el avance tecnológico*. Madrid, España, Dykinson. DOI: <[hhttps://doi.org/10.14679/3089](https://doi.org/10.14679/3089)>.
- Collado, L., y Panchi, V. (2025). *Proyecto Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable, desde los ODS*. UAEMéx, clave, 7122/2024SF24.
- Collado Medina, L. M., Vargas Cancino, H. C., y Velázquez Muñoz, D. E. (2025). *Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa hacia la soberanía alimentaria, desde los ODS*. Ponencia presentada en el Primer Seminario Internacional de Actualización sobre Investigación de la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA) en Guadalajara, Jalisco.
- Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos (2024). *Ley general de la alimentación adecuada y sostenible (LGAAS)*. <<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAAS.pdf>>.
- Enríquez, P. G. (2019). *La comida y su responsabilidad: Un enfoque desde la educación alimentaria*. Editorial Trillas.
- Escalona, M. Á. et al. (2015). El papel de la universidad pública en la soberanía alimentaria. *RMIE*, 20(67), 1215-1231. <<https://www.re-dalyc.org/pdf/140/14042022010.pdf>>.

- Gordillo Montero, J. (2024). Interacción entre la depresión y la nutrición en adolescentes: explorando el vínculo con la anemia. *Revista Científica y Académica*, 4(1). DOI: <<https://doi.org/10.61384/r.c.a.v4i1.151>>.
- Facultad de Ingeniería (2025). Entrevista a profundidad en línea a alumnos, realizada el 13 de mayo de 2025.
- Facultad de Turismo y Gastronomía (2025). Entrevista a profundidad en línea a alumnos, realizada el 21 de mayo de 2025.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2023). *El sobrepeso en la niñez: Un llamado para la prevención en América Latina y el Caribe*. UNICEF, Ciudad de Panamá, julio de 2021. Recuperado de <<https://www.unicef.org/lac/media/43026/file/Reporte%20sobrepeso%20niñez%20america%20latina%20caribe%202023%20UNICEF.pdf%20.pdf>>.
- Heras, M., y Peirón, M. (2012). *Informe Cambio Global en España 2020/50. Consumo y estilos de vida*. Centro Complutense de Estudios e Información Medioambiental. <https://www.researchgate.net/publication/270048495_Consumo_y_estilos_de_vida_Cambio_Global_Espana_20205>.
- Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) (2023). La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2022. Resultados Nacionales. *Revista Salud Pública de México*, 65. <<https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/15087>>.
- Izar Landeta, J. M., Ynzunza Cortés, C. B., y López Gama, Héctor (2011). Factores que afectan el desempeño académico de los estudiantes de nivel superior en Rioverde, San Luis Potosi, México. *Revista de Investigación Educativa*, (12), Xalapa, Ver. Instituto de Investigaciones en Educación, Universidad Veracruzana. Recuperado de <<https://www.uv.mx/cpue/num12/opinion/completos/izardese desempeno%20academico.html#:~:text=Son%20aquellos%20aspectos%20que%20se,la%20preparaci%C3%B3n%20de%20sus%20clases>>.
- La Vía Campesina (1996). Por el derecho a producir y por el derecho a la Tierra. *Soberanía Alimentaria: Un futuro sin hambre*. Declaración de Roma. <<https://viacampesina.org/es/wp-content/uploads/sites/3/2024/05/1996-Rom-es.pdf>>.

- Micarelli, G. (2018). Soberanía alimentaria y otras soberanías: el valor de los bienes comunes. *Revista Colombiana de Antropología*, 54(2), 119-142. Pontificia Universidad Javeriana, Colombia. Instituto Colombiano de Antropología e Historia-ICANH. DOI: <<https://doi.org/10.22380/2539472X.464>>.
- Montecinos, A. (2016). *Turismo gastronómico sostenible. Planificación de servicios, restaurantes, rutas, productos y destinos*. Centro Empresarial Gastronómico Hotelero, Ciudad de México, pp. 235.
- Panchi Vanegas, V. P. (2022). Los desafíos de la soberanía alimentaria en la educación universitaria y en consumo ético alimentario. En *Consumo responsable. Gastronomía sostenible y soberanía alimentaria*. México: UAEMéx.
- Panchi, V., y Vargas, H. (2020). *Proyecto Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*. UAEMéx, clave, 6255/2020CIC.
- Peña, A. A., Guerra, J. E., Sánchez, W., y Torres, F. R. (2024). Gestión de programas de atención a la salud: sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de Medicina en México. *Revista Venezolana de Gerencia*, 29(106), 793-803. <<https://doi.org/10.52080/rvgluz.29.106.21>>.
- Shamah-Levy, T., Gaona-Pineda, E. B., Cuevas-Nasu, L., Valenzuela-Bravo, D. G., Morales-Ruan, C., Rodríguez-Ramírez, S., Méndez-Gómez-Humarán, I., Ávila-Arcos, M. A., Álvarez-Sánchez, C., Ávila-Curiel, A., Díaz-Trejo, L. I., Espinosa-De Candido, A. F., Fajardo-Niquete, I. G., Perea-Martínez, A., Véjar-Rentería, L. S., y Villalpando-Carrión, S. (2024). Sobrepeso y obesidad en población escolar y adolescente. *Salud Pública de Mexico*, 66(4), 404-413. <<https://doi.org/10.21149/15842>> <<https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/15842/12570>>.
- UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura) (2017). *Educación para los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Objetivos de aprendizaje*. UNESCO. <https://www.researchgate.net/publication/325570670_Educacion_para_los_Objetivos_de_Desarrollo_Sostenible_Objetivos_de_aprendizaje>.

- Universidad de Sevilla (2025). *Glosario de términos sobre sostenibilidad en la Universidad, Servicio de Mantenimiento*. Unidad de Medio Ambiente de la U. de Sevilla. <https://smantenimiento.us.es/uma/glosario_sostenibilidad.php>.
- Vargas, H. C. (2022). *Proyecto Cafeterías universitarias como promotoras de soberanía alimentaria. Alternativas desde la responsabilidad social y los buenos vivires*. UAEMéx, clave 6646/2022SF.
- Vargas, H. C. (2023). *Proyecto Vivires sostenibles y alimentación digna. Un modelo de cafetería universitaria soberana*. UAEMéx, clave 7017/E2024CIC.
- Vásquez Colorado, J. A. (2022). Gastronomía sostenible: acción colectiva y gobernanza ambiental local para la soberanía alimentaria. En Panchi, V. y Vargas, C. (Coords.), *Consumo responsable. Gastronomía sostenible y soberanía alimentaria*. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Vinyals i Ros, A. (2016). *El consumidor consciente. Análisis de los factores psicosociales implicados en el consumo sostenible, a partir del estudio de miembros de cooperativas de consumo agro-ecológico*. <<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/393998/avir1de3.pdf?sequence=1>>.
- Zúñiga Sánchez, O., Marúm Espinosa, E., y Aceves Ávila, C. D. (2022). La educación para el desarrollo sustentable en la visión del profesorado de educación superior en México. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado. Continuación de la Antigua Revista de Escuelas Normales*, 98(36.2). <<https://doi.org/10.47553/rifop.v98i36.2.91549>>.



CAPÍTULO 2

CAFETERÍAS UNIVERSITARIAS. TRANSICIÓN HACIA UNA ALIMENTACIÓN SOLIDARIA, SALUDABLE Y SOSTENIBLE

Hilda C. Vargas Cancino
David E. Velázquez Muñoz

Introducción

Gran parte del contenido del presente capítulo hace referencia a la transición que una cafetería universitaria necesita para operar, conforme a la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAS), impulsada por el Gobierno de México en abril de 2024.

En el título de esta investigación también se integra la palabra *solidaridad*, en virtud de que hace referencia a uno de los mayores desafíos que enfrentan las cafeterías universitarias: los precios del menú que no permiten el acceso a la mayor parte de la población estudiantil, principalmente a la más desfavorecida, aquella que, incluso, cubre doble jornada porque, además de asistir a la escuela, trabaja.

Desde el planteamiento anterior, se considera necesario y urgente que los menús tengan un componente solidario en sus precios, y que tal acción se procese en sinergia, donde no sólo las autoridades universitarias

participen, sino la comunidad completa: tanto administrativa, académica y estudiantil. En este contexto, también está la sociedad, las instituciones gubernamentales y los proveedores(as), en un sistema de engranaje en el que todos están involucrados. Es un trabajo en equipo que puede permitir que ese derecho a la alimentación que marca la misma LGAAS sea un hecho. Literalmente, se menciona en la fracción III del Artículo 1:

Establecer mecanismos de planeación, coordinación y competencia entre las autoridades de la Federación, de las entidades federativas, los municipios y las demarcaciones territoriales, en las acciones encaminadas a garantizar el ejercicio pleno del derecho a la alimentación adecuada (LGAAS, 2024).

Así, de manera integral, compete a toda la sociedad participar en la generación de condiciones para que la población, en este caso la estudiantil, asegure un suministro alimentario asequible a sus necesidades, al menos las básicas, como la alimentación.

La presente propuesta está dirigida a analizar y describir las condiciones a partir de las cuales podría crearse una asimilación exitosa de dicha Ley, en donde están involucrados, necesariamente, los concesionarios de las cafeterías universitarias, las mismas áreas de difusión, vinculación, investigación, docencia y administración, e incluso la coordinación cultural, además de la de protección civil y ambiente. Un punto a destacar es la vinculación directa entre la LGAAS con la responsabilidad social universitaria (RSU), dos engranes importantes que, integrados en conjunto, pueden crear las condiciones para que esto sea posible. No se trata de castigar a las y los proveedores o al presupuesto universitario, sino de involucrar a todos y ver cómo cada quien puede contribuir para que este proceso sea más operable.

Se ha observado, a partir de la entrada en vigor de la LGAAS, que las cafeterías no estaban preparadas para ello. Ahora se muestran 80% vacías, lo cual en parte tiene un lado positivo porque ese porcentaje de

productos era ocupado por comida basura¹ e hiperprocesados, cuyos componentes –como ya ha sido reportado en diversos estudios– muestran impactos severos para la salud, como las enfermedades degenerativas, la obesidad y desnutrición (Popkin, 2020; Martí *et al.*, 2021). Desde luego, éstos no son alimentos que sirvan para el funcionamiento cerebral –básico en la población estudiantil en todos los niveles escolares–, además de que les dificulta un óptimo desempeño académico y físico que potencie un mejor rendimiento (Aguayo-Téllez y Rodríguez, 2018).

Sin embargo, el vacío en las cafeterías ha generado diversos comentarios quejosos por la falta de productos. Desgraciadamente, nadie se quejaba, en apariencia, por la presencia inundada de productos hiperprocesados y saturados de agrotóxicos. Es importante considerar que las papilas gustativas de una gran parte de comensales se encuentran, en mucho de los casos, condicionadas por los agentes adictivos que contienen este tipo de productos (Carbonero, 2013). Por esta razón, entre los pasillos abundaban los comentarios que señalaban que “deberían regresar los productos de antes”, dado que sus paladares, aunados a los episodios de hambre, los extrañaban.

El problema principal fue que no se hizo la transición hacia productos alternativos. Es posible que la preocupación mayor de los concesionarios fuera lograr vender todo lo que tenían a fin de no generar pérdidas, pero no se enfocaron en reclutar y evaluar proveedores(as) de productos alternativos autorizados por la LGAAS. El resultado fue, precisamente, el desabastecimiento que afectó a toda la comunidad estudiantil. En el criterio personal de quienes escribimos, y quienes hemos defendido el proyecto de investigación que avala esta publicación, asumimos que ya es un paso importante la presencia de la ley y que, de ninguna manera, se sugiere retroceder; sin embargo, sí reconocemos que faltaron las condiciones estratégicas que pudieran dar operatividad a este proceso con éxito.

¹ De acuerdo con la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural del Gobierno de México, éste ocupa, a nivel internacional, el primer lugar en el consumo de comida chatarra (SADR, 2024).

Ello no significa que se esté de acuerdo en regresar a lo anterior. Es un gran paso ya haber expulsado esos venenos disfrazados de alimento, pero necesitamos empezar a trabajar con lo que se tiene. Por ello, dentro de este capítulo se abordarán tres aspectos: el primero hace referencia al trabajo de inducción y capacitación para concesionarios de cafeterías universitarias, donde se sugieren algunas estrategias para el cumplimiento de la LGAAS. En este mismo apartado se destaca el enfoque solidario porque considera las escasas posibilidades económicas de la mayoría estudiantil, y busca ofrecer menús que puedan ser pagados por este sector, sin que se descuiden las condiciones de higiene, los nutrientes, sabores y presentación, etc. Esto último también implica un vínculo con el desarrollo local de la comunidad, a fin de frenar la presencia del agronegocio industrial a través de las grandes cadenas, donde ha sido común que se surtan la mayoría de los concesionarios (Vargas et al., 2023).

El segundo apartado corresponde al involucramiento de la academia, la investigación, la vinculación y la difusión cultural, para hacer posible la transición a este cambio de alimentación, en donde toda la comunidad esté involucrada, contrarrestando la avalancha mercadológica que existe en todos los medios masivos de comunicación y que avalan la presencia de hiperprocesados en los hogares, en los sitios turísticos y en las escuelas. Asimismo, se destaca la vinculación de los fundamentos de la RSU en la gestión de cafeterías, acordes a la LGAAS.

El tercer apartado hace referencia a la propuesta de procesos internos de reeducación del paladar, del sentir y del pensar de los y las comensales, donde el alumnado es la parte central, pero no la única. Sin embargo, también es importante cambiar los paradigmas de alimentación del personal administrativo y del personal académico, dado que son también quienes tienen más poder adquisitivo, y quienes con su compra sostienen o han sostenido un sistema de alimentación inadecuado y nada solidario con los alumnos, principalmente, por cuestiones económicas, más allá de lo saludable y sostenible. No en balde todo este tipo de hábitos ha generado que México sea de los países con mayor índice de obesidad y de desnutrición, lo cual a su vez también es un efecto dominó para problemas de tipo respiratorio (asma bronquial y apnea de sueño), endócrino (ovario

poliquístico, resistencia a la insulina o intolerancia a la glucosa), síndrome metabólico, gastrointestinal (hígado graso, colestasis), ortopédico (epifisiolisis de la cabeza femoral, enfermedad de Blount), psicológico (baja autoestima, depresión y ansiedad) (Raimann, 2011: 21), cardíacos (Hidalgo et al., 2023) y odontológicos (Chávez et al., 2020), entre otros.

Por ello, invitamos a quienes se identifiquen con esta lectura a unirse a la co-creación de otro paradigma universitario para, finalmente, avalar una nueva cultura alimentaria que impacte en personas mucho más sanas, centradas, maduras y con un alto grado de ejercicio de su agencia ética, de su autonomía interconectada con la comunidad no sólo estudiantil, sino también social, y con la naturaleza, dado que sí “somos lo que comemos”. Entonces, personas alimentadas de comida basura difícilmente pueden sostener, a mediano y largo plazo, un nivel digno de desempeño sensible a las necesidades no sólo propias, sino también de aquellos que forman nuestra comunidad de vida.

Inducción y capacitación a concesionarios de cafeterías universitarias: estrategia y logística para el cumplimiento de la LGAAS

Uno de los aspectos fundamentales es el conocimiento y la justificación de la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAS). Comprender sus alcances nos permitirá sensibilizarnos para dejar de verla como enemiga de las cafeterías y reconocerla como una aliada en favor de la comunidad y la individualidad. De esta manera, la Ley se convierte en una herramienta de transición hacia una vida saludable, donde la vejez no sea sinónimo de deterioro, cansancio, obesidad, dolor y pérdida de autonomía.

Igualmente, es una aliada en la conservación de la vida planetaria y en el fortalecimiento de la salud y el rendimiento académico de la población estudiantil. En tanto que, para los comensales, representa la posibilidad de contar con opciones rápidas, nutritivas, a precios justos, de sabores agradables y con insumos libres de agrotóxicos. Adicionalmente, éstos tendrán la ventaja de que los productos se puedan adquirir dentro

de su propio espacio y desde un enfoque solidario, que también favorece el florecimiento de proveedoras y proveedores locales, y consolida la sostenibilidad ambiental.

A continuación, se desglosa la propuesta de sensibilización y capacitación de concesionarios(as):

- A) Sesión introductoria “Entendiendo la LAAGS y sus beneficios”, donde se imparta un taller sobre los principales aspectos de la Ley, acompañando a cada uno con ejemplos de cómo operarlos dentro de las cafeterías universitarias. Una vez revisados todos los incisos que a continuación se proponen, las y los concesionarios deberán montar una muestra de una microcafetería que sea representativa de la nueva Ley.
- B) Es indispensable la creación de convocatorias para contar con proveedores locales de snacks y refrigerios saludables; huevo, hortalizas, frutas y lácteos agroecológicos; empaques sostenibles de comida para llevar; e insumos de limpieza derivados de ecotecnias.
- C) Integrar un conjunto básico de menús saludables que limiten los productos con exceso de azúcar, almidones, grasas saturadas e hiperprocesados, dado que “contribuyen a un exceso de energía que se acumula como grasa, generando sobrepeso a corto plazo y obesidad en el futuro” (FAO [Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura], 2009: 4), y con ello también diferentes enfermedades (Raimann, 2011). También, es necesario que se cuente con opciones mixtas basadas en carnes y lácteos; otras libres de gluten, así como platillos preparados exclusivamente con plantas, incluyendo los condimentos que se le agregan (Vargas *et al.*, 2023).
- D) Generar compromisos con los proveedores(as) para crear comisiones de venta directa de productos tipo *snack* o empaquetados, de tal forma que se consideren pequeñas muestras de los productos para degustar *in situ*, facilitando la interacción de la población consumidora con las nuevas propuestas y permitiendo conocer la opinión del

cliente. Con ello se logrará que este último conozca directamente a los y las oferentes, quienes deberán informar sobre los beneficios inherentes del consumo de sus productos y las bondades de sus insumos y procesos (con evidencias comprobables). Todo lo anterior debe ocurrir desde un diálogo que permita a las partes identificar las necesidades e, inclusive, crear nuevos productos que satisfagan a las y los usuarios de las cafeterías. Otro impacto de estos diálogos podría ser la mejora de condiciones relacionadas con el servicio al cliente (Toro y González, 2014).

- E) El tiempo de espera en las cafeterías universitarias ha sido un problema continuo con repercusiones en aspectos como: la llegada tarde a la siguiente clase o no llegar, o llegar sin haber alcanzado ingerir algún alimento. Una investigación universitaria en Guatemala generó una aplicación para esta problemática, enfocada a evitar las filas y a programar con mucha anticipación los tiempos de entrega al gestionarse los pedidos sin necesidad de acudir a las instalaciones. “Es posible comunicar de manera clara cómo la aplicación resuelve la problemática de las largas esperas en la cafetería, convirtiéndose en una solución práctica y conveniente para los usuarios” (Castañeda, 2025: 118). Además, posibilita un espacio para promocionar el menú y contar con alternativas cuando éste ya se agotó. De este modo, se evita la frustración del comensal al ordenar, sobre todo, bajo condiciones de alto grado de apetito o de estrés por la presión temporal de llegar a la siguiente clase. Por supuesto, se requiere una fuerte red de internet intra-universitaria que permita el uso óptimo de ésta y otras aplicaciones.
- F) Diseño de etiquetas visibles del producto en las cuales, a través de población estudiantil especializada en nutrición y gastronomía, se asesore a las y los proveedores en su elaboración, y que incluyan: información nutrimental, sugerencias de almacenaje, caducidad, porcentaje de origen agroecológico, además de precio y peso visibles.

- G) Separación de residuos y estrategias de minimización de los mismos, así como de su destino final, con menor impacto ecológico, mediante un manejo responsable de residuos orgánicos a través de procesos de compostaje.
- H) Especificación de reglas escritas y visibles de higiene y manejo de alimentos, donde, a manera de ejemplo, se destacan: el mínimo toque posible de los productos en su fase de preparación y servicio; lavado de manos constante; uso de cubrebocas y de cubierta de heridas expuestas; limpieza y desinfección continua de todas las áreas (FAO, 2009); alternativas visibles para el lavado de manos y sanitizantes; separación de cocciones de vegetales y de origen animal.
- I) Asimismo, se requiere generar la transición de las *preferencias gustativas colonizadas* desde las grasas saturadas, la sal, los sazónadores con base en el glutamato monosódico² –que ha demostrado efectos adictivos–, las harinas blancas y azúcares refinados, hacia *preferencias más sanas para las personas y para la comunidad de vida*, a través de degustaciones programadas conforme a las nuevas propuestas contempladas en la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible.

² El glutamato monosódico (GMS) es un condimento utilizado en la industria alimentaria. “Distintos estudios [...] en animales han propuesto la relación entre este condimento y el desarrollo de obesidad. Por un lado, parece que el glutamato monosódico podría influir en la regulación hipotalámica del apetito, favoreciendo un elevado consumo de los alimentos que lo contienen. Por otro, se ha sugerido que personas con obesidad muestran un umbral más elevado en la percepción del sabor umami, lo que podría influir en el consumo de alimentos con glutamato monosódico” (Carbonero, 2013: 1864). Su consumo es peligroso “debido a que causa un aumento en el ácido glutámico, que es un neurotransmisor en nuestro cuerpo y, al aumentar su concentración, afecta muchos órganos y sistemas por su potencial de excitar las células. Además, puede causar dolores [...] ataques epilépticos, depresión e irregularidades cardíacas, debido a que es una neurotoxina que daña el sistema nervioso y sobre-estimula las neuronas llevándolas a un estado de agotamiento; causa también obesidad y enfermedades cardíacas, arteroesclerosis, tensión arterial alta, artritis reumatoide, apendicitis, diabetes y hasta cáncer” (Arteaga, 2012; Becerra et al., 2020: 2).

J) Conciencia de los riesgos legales de no acatar la Ley:

Si la autoridad escolar promueve, propicia o permite la preparación, distribución, expendio o difusión de publicidad de alimentos y bebidas no permitidos para las escuelas, en contravención a lo establecido en el Anexo Único de los Lineamientos, las Guías Alimentarias y demás normativa aplicable, incurrirá en las infracciones previstas en el artículo 170, fracciones VIII y IX de la Ley General de Educación (LGE), así como en el artículo 301, párrafo segundo de la Ley General de Salud (LGS), y se harán acreedores a las sanciones establecidas en los artículos 171, fracciones i, inciso a) y ii de la LGE, así como 416, 417 y 422 de la LGS, respectivamente. En caso de incumplimiento de las obligaciones contenidas en los presentes Lineamientos y su Anexo Único, así como la omisión de dar aviso a las autoridades correspondientes, la autoridad escolar será responsable (Gobierno de México, 2025: 31).

Con respecto a las y los proveedores, la universidad ya cuenta con al menos 20 proveedores que, a nivel interno y desde un comercio informal, asisten a diferentes espacios de sus instalaciones, como es el caso del Mercado de Comercio Justo Ahimsa del IESU y el Mercado de la Facultad de Odontología “Jornadas de Consumo Consciente: Diálogos de saberes y sabores”, los cuales apoyan las premisas centrales del artículo 1 fracción IV de la LGAAS: “Fomentar la producción, abasto, distribución justa y equitativa y consumo de alimentos nutritivos, suficientes, de calidad, inocuos y culturalmente adecuados, para favorecer la protección y el ejercicio del derecho a la alimentación adecuada [...]” (Gobierno de México, 2024).

De esta forma, la presencia de mercados agroecológicos en los pueblos, ciudades y, especialmente, en las universidades, representa una alternativa viable hacia una transición de paradigmas agroalimentarios que hagan posible el escalamiento a futuro hacia la soberanía alimentaria. “A escala global, el movimiento social de la soberanía alimentaria representa una forma de oposición directa a la agroindustria alimentaria y suma

voluntades y acciones de población campesina, ONG's, academia y otros actores afines" (Garduño y Moctezuma, 2025).

Las anteriores acciones permiten no sólo tener acceso, dentro de las universidades, a productos frescos y sin agrotóxicos, de temporada y recién cosechados, en venta directa de las manos de sus productores y productoras; sino que también facilita el acceso a saberes plurales relacionados con la selección de semillas, la siembra agroecológica, la asesoría para crear huertos en casa, y la presencia de platillos preparados con insumos propios y recetas tradicionales de la zona. Especialmente, hace posible que la comunidad universitaria visibilice esos saberes y los reconozca, y al paso del tiempo *se empiecen a recuperar comensales exigentes, antes cautivos y contaminados por el agronegocio*. De esta manera, la importancia de los mercados locales, más allá del intercambio de bienes, es porque:

[...] existen en la medida en que esas interacciones sociales ocurran, no solo enmarcados en el condicionante de comprar y vender, sino que a su vez se devela como espacio donde ocurren intercambios, diálogos, negociaciones que son importantes para la vida de las personas y que definen su organización social, política y cultural (Gallego, 2023: s. p.).

En un proyecto de investigación precedente,³ se solicitó apoyo tanto a la comunidad universitaria perteneciente a un espacio de investigación específico como a las oferentes del Mercado Agroecológico de Comercio Justo Ahimsa (MACJA), para la propuesta de menús sanos, nutritivos, de bajo costo, culturalmente afines y agroecológicos. Cabe señalar que, para el caso de las oferentes, ellas deberían realizarlos, principalmente

³ Proyecto desde la Red RITEISA "Vivires sostenibles y alimentación digna. Un modelo de cafetería universitaria soberana". Responsable: Dra. Hilda Carmen Vargas Cancino. Corresponsable: Dr. David Eduardo Velázquez Muñoz. Colaboradores: Dr. Emilio Gerardo Arriaga Álvarez, Dra. Virginia Pilar Panchi Vanegas, Dra. Lucía Collado Medina, Dra. Guadalupe Nancy Gómez, Dra. Rosalba Romero Coahuila, Dra. Emma González Carmona y Lic. José Antonio Suárez Ríos. Vigencia 1° enero 2024 a 1° 2025, registro 7017/2024CIC.

con sus propios insumos. Uno de los resultados a compartir en el presente capítulo, fue el platillo propuesto por la oferente Evangelina Sámano, proveedora de quesos y otros lácteos, provenientes de ganado de libre pastoreo, quien propuso un platillo, precisamente, realizado con base en el queso, al que nombró *El gran sabor del rancho*; éste fue degustado por la comunidad del Instituto de Estudios sobre la Universidad (IESU) y por población de la Facultad de Humanidades. El espacio de degustación fue en la explanada del IESU⁴ y ofrecido dentro del Mercado Agroecológico de Comercio Justo Ahimsa, que se presenta en el Instituto de manera quincenal. La degustación implicó un diálogo entre la población consumidora y la oferente, con la respectiva explicación del platillo. Además de la degustación propiamente realizada, la receta completa se puede consultar en la página de RITEISA,⁵ donde aparecen todos los platillos participantes y se puede generar un recetario descargable, comprometido por el proyecto 7017/2024CIC. En el Anexo A, se pueden observar los aspectos evaluados en los platillos. Particularmente, se detalla la receta mencionada.

Contar con menús saludables es parte de la estrategia para iniciar una nueva etapa de las cafeterías universitarias. En el próximo apartado, se abordan diferentes alternativas que apoyarán esta transición desde el involucramiento de toda la comunidad educativa, enlazando directrices desde la RSU.

Involucramiento de la comunidad académica para una transición exitosa desde la RSU hacia la LGAAS

Es importante aclarar que la propuesta de transición tiene que abarcar a toda la Universidad, no únicamente a un sector o una Facultad, dado que sesga y parcializa los efectos, además de que la presencia de la LGAAS,

⁴ El cual, a la fecha en que se escribe este capítulo, carece de cafetería universitaria, desde su fundación en 1993.

⁵ <<https://riteisa.org/recetario.htm>>.

igualmente, es para todas las cafeterías y tiendas escolares. Esto también es precedente en el mismo enfoque de la Responsabilidad Social Universitaria (RSU), donde ésta:

[...] es un proceso de carácter transversal e integral. La idea de aplicar la RSU en una sola especialidad y facultad rompe con esta lógica. La RSU debería involucrar a toda la comunidad universitaria, ser multi-inter-trans-disciplinaria, y permitir tejer relaciones entre todas las oficinas, departamentos, facultades, entre otros. Debemos establecer los puentes necesarios para que los actores internos, y también externos, puedan transitar por ambos lados de la academia y la sociedad (Vallaey, 2021: 151).

¿Qué hace importante a la RSU dentro de la transición de las cafeterías universitarias hacia la LGAAS?

La transición que ocupa a todas las cafeterías universitarias del país requiere, al igual que la RSU, de una *transformación mental* que sensibilice a toda la comunidad de la gestión integral y transversal de los diferentes impactos: en salud, ambientales, económicos, de calidad de vida, de desarrollo local. El objetivo es nutrir a los jóvenes de tal forma que puedan hacer frente a los diferentes desafíos: académicos, sociales, políticos y ecológicos propios de la policrisis que enfrenta nuestro país y el planeta. Es importante comprender que un cuerpo mal nutrido, intoxicado, deteriorado y, posiblemente, con exceso de peso (o por abajo del mismo) no podrá desempeñar su mejor aportación ni como ciudadano(a) ni como profesional.

Por lo que, continuando con la RSU, ésta hace referencia a una:

[...] gestión integral y transversal de todos los impactos sociales y ambientales de las IES, desde todos los procesos de formación, investigación, extensión y gestión organizacional.

Mientras no se entienda esto, no se avanzará en la transformación de la educación superior. Es difícil cambiar una costumbre social y es aún más difícil cambiar una costumbre mental. A menudo, en los mismos ámbitos

académicos, la RSU sigue sin ser entendida, y ni siquiera se entiende que no se entiende (Vallaey, 2021: 14).

Dentro de las cafeterías universitarias, los y las consumidoras conscientes han contado con pocas o nulas opciones sanas de alimentos. Asimismo, se han desplazado a los y las productoras locales por el agronegocio industrial (como proveedores principales de las cafeterías), y es en estos espacios académicos donde debiera destacarse una visión crítica del consumo. Vallaey afirma que “una universidad trasformada ayudará a transformar la sociedad” (2021: 31), razón por la cual requiere una transición de una conciencia enfocada sólo en actos aislados “a una responsabilidad por sus impactos [...] y toma de conciencia de todos los vínculos sociales y ambientales” (Vallaey, 2021: 33), en los cuales la universidad está inmersa, consciente o no, en ellos.

En el sentido anterior, de acuerdo con el modelo Ursula (Unión de Responsabilidad Social Universitaria Latinoamericana), la responsabilidad por *impactos* dentro de una universidad involucra cuatro tipos de ellos: de *gestión* con impactos laborales y ambientales; *cognitivos*, con prejuicios epistémicos heredados y solapados desde la misma investigación, cerrados a otros saberes; de *extensión universitaria* hacia la sociedad; y los *educativos*, desde la formación. De tal forma que la propuesta de Ursula integra a estudiantes, docentes, personal administrativo y autoridades, cuyo eje vinculante es la universidad, la cual, a su vez, se inserta en la comunidad socio-ambiental donde coexisten otros actores sociales como –para el caso que nos ocupa– las y los productoras locales y no locales, diferentes oferentes, el Ayuntamiento, las colonias aledañas, etcétera.

Asimismo, para el modelo Ursula, y de manera implícita para la LGAAS, resulta primordial concebir al campus universitario desde una Universidad *Saludable, Solidaria y Sostenible* (S-S-S), a través del fomento de un aprendizaje compartido y recíproco entre todas y todos los actores.

Saludable, en la medida en que defiende y crea estrategias para una “salud integral física, mental, emocional, relacional, social y espiritual” (Vallaey, 2021: 55), que implica desde el modelo: promover la investigación

que genere cambios saludables en el entorno; internamente, que mejore el clima socio-laboral; vincularse de manera justa con proveedores(as) locales responsables y agroecológicos, además de proponer una serie de preguntas cuyas respuestas tiene que ver directamente con la salud del campus: ¿qué se come en el campus? ¿Cómo se relacionan las personas? ¿Qué trato reciben? ¿Qué aire respiran? ¿Qué ruidos soportan? ¿A qué emanaciones y ondas están sometidas? ¿Qué productos se utilizan para la higiene y la limpieza? ¿Qué momentos de celebración, silencio, diversión, ejercicio, arte se les ofrece? ¿Qué capacitaciones de salud preventiva e integral reciben?, etcétera (Vallaes, 2021: 55).

Por otro lado, la LGAAS, en su artículo 4, considera que el derecho a la alimentación, necesariamente, requiere involucrar:

Fracción I. La capacidad de satisfacer las necesidades alimentarias, como es la combinación de productos nutritivos para el crecimiento físico y mental, el desarrollo y el mantenimiento, y la actividad física que sea suficiente para satisfacer las necesidades fisiológicas humanas en todas las etapas del ciclo vital, según el sexo y la ocupación;

Fracción II. La disponibilidad de alimentos, que es la posibilidad de toda persona de alimentarse en forma adecuada, sea directamente por el trabajo de la tierra, por el manejo sostenible de la biodiversidad, el agua y conocimientos; o bien, a través de sistemas eficientes y asequibles de abasto;

Fracción III. El acceso físico a los alimentos, que es la posibilidad de que toda persona pueda tener materialmente a su alcance los alimentos o los medios para obtenerlos, en especial, los sectores de la población que se encuentren en situación de vulnerabilidad.

Continuando con Ursula, el segundo aspecto de un campus universitario es que, además de saludable, debe ser solidario: “Vigilar el carácter solidario de las actividades y rutinas administrativas y académicas de la IES es un objetivo eje de una política integral y transversal de la RSU” (Vallaes, 2021: 56). Lo que implica, desde este modelo, por un lado, la parte humana en apego al respeto a los derechos humanos, a cues-

tiones administrativas, donde la administración central debe vigilar que todas las compras sean acordes “a las normas de la OIT a lo largo de toda la cadena de proveedores de los productos y servicios contratados” (Vallaeys, 2021: 56). Igualmente, contiene el aspecto de las metodologías de aprendizaje desde la inclusividad no sólo en el trato a la población estudiantil, sino también en el momento de la contratación del personal docente. Por esta razón, la solidaridad es tanto interna (con la población estudiantil y la docente) como externa (con las y los proveedores locales y el ambiente).

El tercer aspecto que debe vigilar el campus, de acuerdo con el modelo Ursula, es la *sostenibilidad*, desde una perspectiva de la ética planetaria, basándose en el monitoreo de la huella ecológica universitaria a partir de todas sus acciones rutinarias administrativas, académicas y de nuevas incorporaciones tecnológicas y de procesos sociales.

Al trabajar conjuntamente la salud, la solidaridad y la sostenibilidad, se conforma una plataforma de la cual se desprenden los 4 ejes básicos de trabajo: I Gestión organizacional, II Formación, III Cognición y IV Participación social, a través de las 12 metas del modelo, con sus respectivos indicadores.

En relación con el tema del servicio de alimentación en las instituciones de educación superior (IES), en el Cuadro 1, Gestión organizacional, se puede observar una selección de indicadores y la respectiva meta a la cual corresponden; se muestran sólo aquellos que se vinculan con la gestión de una cafetería universitaria.

Cuadro 1
Eje 1 Gestión organizacional, meta, indicadores del modelo Ursula
aplicado a la gestión de una cafetería universitaria

<i>Eje 1 Gestión organizacional</i>			
<i>Meta</i>	<i>Nombre</i>	<i>Indicador</i>	<i>Aplicación a la gestión de la cafetería</i>
1	Buen clima laboral y equipo	1.3 Se desarrollan procesos de contratación responsable, inclusive y libre de discriminación.	Evaluación de posibles concesionarios(as), libre de discriminación.
		1.6 Se promueve el voluntariado entre el personal administrativo y docente.	El modelo lo propone extra-muros. En este caso, se propone que la cafetería pueda tener participación con un voluntariado interno, lo que puede minimizar costos de operación y favorecer en mejores precios para la población estudiantil.
2	Campus sostenible	2.1 Se cuenta con Sistema de Gestión Ambiental Integral, que incluye la infraestructura, accesibilidad, agua, energía, compras, alimentación y manejo de residuos.	Idealmente, todo debe considerarse en las instalaciones de una cafetería universitaria, incluyendo la existencia de un huerto escolar agroecológico que provea de hortalizas a la misma.
		2.2 Medición sistemática de la huella ecológica.	En donde se contemplen los insumos y los residuos.
		2.3 Política de compras socialmente responsable enfocada al cumplimiento del cuidado ambiental de la cadena de proveedores(as).	Cada proveedor deberá ser idealmente local y con procesos ecológicos.

Continúa...

<i>Eje 1 Gestión organizacional</i>			
<i>Meta</i>	<i>Nombre</i>	<i>Indicador</i>	<i>Aplicación a la gestión de la cafetería</i>
		2.4 Capacitación ambiental a toda la comunidad universitaria.	Iniciando por el personal interno de las cafeterías, continuar con el personal directivo, académico, administrativo y la población estudiantil.
		2.5 Promoción del voluntariado ambiental en el campus.	La promoción del voluntariado incluye a toda la comunidad que desee apoyar voluntariamente en la cafetería universitaria (diseñando menús, cocinando, cobrando, sirviendo, dando pláticas, etc.).

Basado en la propuesta de Vallaeys, 2021: 114-116.

En el Cuadro 2, dentro del mismo modelo, se muestran las metas que se recuperan del Eje 2 Formación y que se consideran con algunas aplicaciones concretas en cafeterías universitarias, especialmente con el involucramiento de docentes, alumnado y sociedad civil en los retos afines a una cafetería universitaria.

En el Cuadro 3 se da seguimiento al modelo con respecto al Eje 3 Cognición, donde también sólo se contemplan las metas e indicadores que directamente se vinculan con las cafeterías universitarias, aunque se entiende que, de acuerdo con el modelo Ursula, todo está directa e indirectamente involucrado.

Cuadro 2
Eje 2 Formación, meta, indicadores del modelo Ursula aplicado a la gestión de una cafetería universitaria

<i>Eje 2 Formación</i>			
<i>Meta</i>	<i>Nombre</i>	<i>Indicador</i>	<i>Aplicación a la gestión de la cafetería</i>
4	Aprendizaje basado en los desafíos sociales.	4.2 Capacitación al personal docente en la metodología Aprendizaje Basado en Desafíos Sociales y Aprendizaje y Servicio (Batista et al., 2021; Olivares et al., 2018).	La cual involucra al docente y al grupo estudiantil en la identificación, investigación y solución de desafíos en la propia cafetería o en otra de la misma universidad o ajena. El reto culmina con la difusión de los resultados obtenidos.
		4.3 Se cuenta con un inventario de los proyectos sociales vinculados con cada carrera.	Para el caso de las cafeterías, se sugiere que cada carrera, según su especialidad, aporte al proceso de gestión de ellas: desde la administración, las finanzas, el cuidado ambiental, la gastronomía o la nutrición; en la redacción de menús en lenguas indígenas, en diseño de infografías, entre otras.
		4.5 Existe articulación entre los diferentes campus y facultades para abordar los desafíos sociales desde metodologías inter y transdisciplinarias.	Lo que implica no sólo consultar a los especialistas desde la academia; requiere incorporar los saberes de los y las proveedoras locales, de las cocineras tradicionales, de quienes manejan directamente los residuos sólidos, etcétera.

Basado en la propuesta de Vallaeys, 2021: 117.

Cuadro 3
Eje 3 Cognición, meta, indicadores del modelo Ursula aplicado a la gestión de una cafetería universitaria

<i>Eje 3 Cognición</i>			
<i>Meta</i>	<i>Nombre</i>	<i>Indicador</i>	<i>Aplicación a la gestión de la cafetería</i>
8	Investigación en y con la comunidad.	8.1 Existen investigaciones dentro de comunidades y con ellas.	La cafetería es una microcomunidad con necesidades reales y con funciones torales dentro de la universidad que, acompañada dentro del marco de la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible y de la Responsabilidad Social Universitaria, puede representar una gran experiencia didáctica con resultados medibles directamente con los comensales, proveedores y concesionarios.
		8.5 Existen procesos para validar temas de investigación con actores externos (en consenso).	Se requiere que, desde la misma academia e investigación, se apruebe y valore la presencia de actores externos a la academia, que aporten a los procesos reales de la investigación comunitaria, en este caso, cafeterías, donde, de nueva cuenta, se sugiere incorporar a las discusiones y aportaciones a: comensales, proveedores, concesionarios, académicos, artistas y artesanos, etcétera.
9	Producción y difusión de conocimientos útiles.	9.1 Existe divulgación de los resultados de la investigación hacia población no académica.	Las cafeterías pueden ser un espacio de divulgación de la investigación en cualquier tema relacionado con alimentación, desórdenes alimentarios, higiene y manejo de alimentos; enfermedades, manejo de residuos,

Continúa...

<i>Eje 3 Cognición</i>			
<i>Meta</i>	<i>Nombre</i>	<i>Indicador</i>	<i>Aplicación a la gestión de la cafetería</i>
			gastronomía sostenible, dietas, etc., que sirvan al personal de las cafeterías, a las y los comensales y a sus familiares.
		9.4 Medición de los impactos sociales de la investigación.	En el sentido del indicador anterior, se sugiere la medición a través de encuestas de impactos que sirvan de retroalimentación para mejorar todo el proceso, así como la propia metodología de difusión, si ésta no ha tenido impacto.

Basado en la propuesta de Vallaeys, 2021: 121-122.

En el Cuadro 4 se da seguimiento al Eje 4 Participación social, en el cual se engloba la participación de los ejes anteriores, ya con una aportación social interna y externa evidente, dentro de la universidad, de acuerdo con el modelo Ursula. De la misma manera que en los casos anteriores, se desglosan las metas y los indicadores con más vínculo directo al tema de las cafeterías.

Cuadro 4 **Eje 4 Participación social, meta, indicadores del modelo Ursula aplicado a la gestión de una cafetería universitaria**

<i>Eje 4 Participación social</i>			
<i>Meta</i>	<i>Nombre</i>	<i>Indicador</i>	<i>Aplicación a la gestión de la Cafetería</i>
10	Integración de la proyección social con la formación e investigación.	10.1 Existen procesos articuladores que unen a la formación e investigación universitaria con la extensión social solidaria,	La cafetería, al enlazarse con la sociedad local a través de sus proveedores(as), y debido a los impactos que genera directamente a la comunidad de

Continúa...

Eje 4 Participación social			
Meta	Nombre	Indicador	Aplicación a la gestión de la Cafetería
10	Integración de la proyección social con la formación e investigación.	evidente a través de un esfuerzo sostenido.	vida, representa un espacio social cautivo dentro de la propia universidad, lo que permite y facilita investigaciones a corto, mediano y largo plazo con diferentes temáticas que abarcan la educación ambiental, la gastronomía sostenible, los saberes ancestrales culinarios y de siembra, las economías solidarias, la mercadotecnia y la ingeniería de producción para pequeños productores, etcétera.
		10.2 Existe articulación del servicio social, las prácticas profesionales, el aprendizaje basado en desafíos y el voluntariado, tanto en la formación, la investigación, como en la extensión social solidaria.	De nuevo, el espacio social de la cafetería universitaria es un receptáculo obligado para servir a la propia casa y a la comunidad.
11	Proyectos co-creados, duraderos y de impacto.	11.1 Hay proyectos co-creados con comunidades vulnerables con impacto social sostenible duradero.	La población estudiantil con bajos recursos es una población vulnerable a la cual está dirigido, principalmente, el proyecto de cafeterías a nivel interno, además de los productores(as) locales a nivel externo.

Continúa...

Eje 4 Participación social			
Meta	Nombre	Indicador	Aplicación a la gestión de la Cafetería
11	Proyectos co-creados, duraderos y de impacto.	11.4 La universidad fomenta la promoción del emprendimiento para la sostenibilidad financiera de los proyectos sociales.	Este rubro es una gran debilidad dentro de varias universidades mexicanas porque, aparte de lo limitado de los presupuestos para investigación y de la extrema dificultad para validar los gastos, una vez autorizados, el dinero no está pensado para favorecer a la comunidad. Generalmente, la totalidad del presupuesto debe quedar dentro de la universidad en el equipo de investigación. Adicionalmente, es altamente difícil que los y las integrantes del proyecto, puedan recuperar los gastos realizados por la tramitología que implica.

Basado en la propuesta de Vallaeys, 2021: 123-125.

Procesos internos de reeducación del paladar, del sentir y del pensar de los y las comensales

La alimentación no se ha escapado de la colonización del pensamiento y las emociones, dirigidas hacia una marcada preferencia por la comida elevada en grasas, azúcares, harinas blancas, sodio, con escaso valor nutricional y con saborizantes artificiales, que además contienen componentes adictivos, como el glutamato monosódico (Carbonero, 2013; Arteaga, 2012; Becerra et al., 2020). A ello se adiciona la casi nula conciencia sobre la presencia en la comida de agrotóxicos, propios de los

procesos de siembra de hortalizas y frutas, lo que en conjunto convierte a los productos servidos en las cafeterías en un polvorín de enfermedades degenerativas que no sólo desestabilizan el ecosistema humano, sino que la naturaleza en su conjunto queda transgredida:

A decline in soil biodiversity from the intense use of monocrops and fertilizers used in ultra-processed foods causes a fall in ecosystem services such as agroecosystems, forest ecosystems, grassland ecosystems and aquatic ecosystems. This loss of biodiversity negatively affects human welfare along with the environment⁶ (Moreno, 2023: 154).

Sin embargo, la transición de una persona –cuya mente está colonizada por la mercadotecnia de los productos comestibles hiperprocesados– hacia una alimentación sana y sostenible requiere pasar por un periodo preparatorio de desintoxicación visual, auditiva, emocional; y, a la par, por un proceso de reeducación del sentido del gusto, de las papilas gustativas y de los sentidos en general para lograr apreciar los alimentos sugeridos por la LGASS; y aunque resulte un desafío, es posible lograrlo. Sobre todo, si –como indica el modelo Ursula– toda la comunidad universitaria se compromete desde la conciencia de los propios impactos en la salud individual y, en consecuencia, en la salud planetaria. Existen diversos estudios que avalan que el entrenamiento sensorial, a través de la degustación de frutas y verduras en aulas, potencializa el aumento de su consumo (Tande *et al.*, 2014; Williamson *et al.*, 2013). Asimismo, se ha observado –desde la mercadotecnia de los supermercados– que ofrecer pequeñas muestras degustativas del producto potencializa las compras no sólo por el sabor, sino por la explicación que las o los oferentes comparten al consu-

⁶ Traducción personal: “La disminución de la biodiversidad del suelo debido al uso intensivo de monocultivos y fertilizantes utilizados en alimentos ultraprocesados ha provocado una disminución de los servicios ecosistémicos, como los agroecosistemas, los ecosistemas forestales, los ecosistemas de pastizales y los ecosistemas acuáticos. Esta pérdida de biodiversidad afecta negativamente tanto al bienestar humano como al medio ambiente”.

midor, que puede incluir beneficios a la salud, rapidez en su elaboración, bajos costos, pureza de los procesos, etc. En este sentido, las explicaciones también cuentan, como lo complementa el estudio de Tande y colaboradores:

This pilot study is the first to report data gathered by interviewing preschool-aged children individually and directly about their fruit and vegetable identification, preference, and beliefs before and after exposure to novel fruits and vegetables at meals accompanied by nutrition education lessons. When examining the new fruits and vegetables collectively, children's ability to identify them improved⁷ (2014: 6).

Donde las lecciones sobre nutrición complementan los impactos que dejan las pruebas degustativas, directamente, con las frutas y verduras.

Por tal razón, se recomienda que continuamente se invite a proveedores a las cafeterías universitarias a realizar pequeñas degustaciones, acompañadas de comentarios breves sobre los beneficios del producto, sus orígenes, a quiénes beneficia más su compra, etcétera.

¿Cómo hacerlo? Recuperando todas las propuestas del modelo Ursula, que incluyen el voluntariado universitario, las prácticas profesionales, el servicio social y las metodologías de aprendizaje basadas en los desafíos sociales, lo que implicará tener un equipo muy fortalecido para hacer la transición hacia gustos alimentarios más sanos, desde la cercanía con los proveedores, las investigación *in situ*, las degustaciones, las lecciones virtuales y físicas sobre nutrición, educación ambiental, cocina tradicional, etcétera.

⁷ Traducción personal: "Este estudio piloto es el primero en presentar datos recopilados mediante entrevistas individuales y directas a niños en edad preescolar, sobre su identificación, preferencia y creencias acerca de frutas y verduras antes y después de la exposición a nuevas frutas y verduras en comidas, acompañadas de lecciones de educación nutricional. Al examinar las nuevas frutas y verduras en conjunto, la capacidad de los niños para identificarlas mejoró".

Estudios precedentes han mostrado –dentro de la UAEMéx– que las degustaciones con oferentes locales funcionan en la educación de los sentidos de comensales universitarios (estudiantes, docentes y personal administrativo), porque el diálogo entre oferente y comensal tiene un impacto complementario con la degustación, donde ambos impactarán en el consumo futuro del alimento degustado (Vargas y Velázquez, 2025). Adquiere singular importancia la presencia sistemática y regular de estas experiencias gastronómicas donde, al tiempo que se crea una comunidad de consumo consciente, se entrena el sentido del gusto de la población escolar, a tal grado que se modifican sus preferencias de consumo hacia lo local, agroecológico o tradicional.

Conclusiones

La transición inmediata a la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible provocó una crisis de vacío de insumos en las cafeterías universitarias, lo cual mostró una población universitaria (en general, no en particular, porque sí hay varias excepciones) adicta a la comida ultra-procesada, así como una escasa planeación y creatividad de los y las cocienarias de las cafeterías, dado que, al llegar la fecha límite que dio el Gobierno de México para incorporar productos acordes con la nueva alimentación, los tomó desprevenidos.

Se defiende la idea de que es un logro social y político que se hayan quitado los productos chatarra, carentes de valor nutrimental y excedidos en sustancias nocivas para la salud. Sin embargo, se requiere un proceso de transición que fue subestimado, por lo que se sugieren acciones inmediatas para, primeramente, conocer las bondades de la LGAAS, no sólo individuales, sino también planetarias. Asimismo, es importante insistir en el consumo consciente, responsable y crítico, más aún, porque se trata de una comunidad universitaria.

Por otro lado, desde la RSU es vital que la universidad desarrolle una responsabilidad con los proveedores(as) locales y ecológicos, en lugar de fomentar las compras a transnacionales con productos nocivos para la salud.

Se afirma que la presencia de la docencia y la investigación dentro de proyectos sociales es indispensable para generar profesionales comprometidos con su comunidad; más aún, su participación es trascendental para ver a las propias cafeterías universitarias como un compromiso comunitario interno y externo. Estos aspectos son evidentes desde el modelo Ursula, donde co-existen varias alternativas que favorecen la transición sin generar mayores gastos, además de promover la evolución de dichos espacios desde el servicio social, las prácticas profesionales y el voluntariado, donde especialmente este último –que incluye a toda la comunidad– puede generar mayor cohesión social, solidaridad y camaradería, cuando se aporta un trabajo desinteresado en las áreas de mayor disfrute dentro de nuestras cafeterías.

No obstante, también es necesario destacar la metodología de proyectos de aprendizaje basados en desafíos sociales que promueve el modelo Ursula en las diferentes carreras que se cursan en la universidad, y donde las mismas cafeterías universitarias podrían funcionar como laboratorios didácticos con las respectivas aportaciones que se deriven de las diferentes intervenciones.

Finalmente, se agrega que parte de las aportaciones de las prácticas profesionales, del servicio social, del voluntariado y de proyectos de aprendizaje, basados en desafíos sociales, podrán abonar en cualquiera de las fases del proceso que implica la transición a una cafetería saludable y sostenible; incluyendo el necesario re-entrenamiento sensorial para facilitar el cambio de gustos alimentarios, a través de degustación, diálogos de saberes y sabores, pequeñas lecciones sobre nutrición, dietética e incluso movilidad corporal.

La transición hacia cafeterías solidarias, saludables y sostenibles, más que un ajuste normativo, es una oportunidad ética, pedagógica, civilizatoria y de salud. Constituye la construcción de un nuevo paradigma alimentario donde la comunidad universitaria, al integrar la LGAAS y la RSU, se convierte en agente transformador de la cultura alimentaria nacional. Este proceso no sólo dignifica la alimentación del estudiantado, sino que enlaza saberes, recupera economías locales, reeduca los sentidos y restablece la relación entre cuerpo, comunidad y naturaleza.

Alcanzar esta meta implica comprender que la alimentación es un acto educativo y político, una expresión puntual de solidaridad y de respeto a la vida. Sólo así, desde una universidad saludable, solidaria y sostenible, será posible avanzar hacia una soberanía alimentaria que afiance la justicia social, la sostenibilidad ambiental y la ética del cuidado en el corazón de la educación superior.

Referencias

- Aguayo-Téllez, E., y Rodríguez, M. C. (2018). Salud y rendimiento escolar en América Latina: la comida chatarra y una vida sedentaria reducen el aprovechamiento escolar de los niños de 6º grado. En *Economía de la Salud en México* (pp. 55-72). Pearson. <https://pure.udem.mx/ws/portalfiles/portal/14658047/Cap_tulo_3_EAguayo_y_M_Rodr_guez.pdf>.
- Arteaga, M. E. (2012). *Efectos de la dieta alta en glutamato monosódico sobre el peso corporal, la preferencia de sabores y el aprendizaje contextual en ratas*. Tesis de la Licenciatura en Nutrición, Universidad de Querétaro. <<https://ri-ng.uaq.mx/handle/123456789/6574>>.
- Batista, P., Santos, M. L., Silva, T., y Ribeiro-Silva, E. (2021). Aprendizaje basado en desafíos sociales en la formación universitaria: experiencias pedagógicas en Portugal y España. *Estudios Pedagógicos XLVII*, (4), 271-286.
- Becerra, M. E., Padilla J., Padilla, J. G., y Padilla, K. G. (2020). Factores de riesgo a la salud asociados al consumo de aditivos alimenticios. Caso glutamato monosódico. e-Nogsis on line. *Avances de Investigación en Inocuidad de Alimentos*, 3, 1-8.
- Carbonero, M. R. (2013). Glutamato monosódico. La trampa de los alimentos sabrosos. *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, 17, 1863-1876.
- Castañeda, S. (2025). *Optimización de tiempos de espera en cafeterías: diseño de interfaz de usuario y material promocional, dirigido a comunidades universitarias en Guatemala*. Tesis de grado de la Licenciatura

- en Diseño Gráfico de la Facultad de Arquitectura y Diseño de la Universidad del Itsmo.
- Chávez, E. G., Ovalle, G. A., Quintero, J. F., Muñoz, J., Moreno, M. A., y Maldonado, C. H. (2020). Salud bucal, estado nutricio y hábito alimenticio de la población estudiantil de la UAO/UAZ. *Investigación Científica*, 14(2), 162-166. <file:///C:/Users/Hilda/Downloads/Art.saludbucal..pdf>.
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) (2009). *Cafeterías escolares saludables*. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. <<https://www.fao.org/4/am037s/am037s.pdf>>.
- Gallego, J. H. (2023). Los mercados agroecológicos como estrategia para la construcción de propuestas de justicia social en el Eje Cafetero y el norte del Valle del Cauca, Colombia. *Revista Luna Azul*, 57, 8-28. <<https://www.redalyc.org/journal/3217/321779978002/html/>>.
- Garduño, E. G., y Moctezuma, S. (2025). El decrecimiento en la práctica: contribuciones de los mercados agroecológicos a la soberanía alimentaria. El caso del MACJA, México. *Ciencia y Sociedad*, 50(2), 9-24. <<https://doi.org/10.22206/ciso.2025.v50i2.3543>>.
- Gobierno de México (2024). *Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible*. <<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAAS.pdf>>.
- Gobierno de México (2025). *Manual para personas que preparan, distribuyen y venden alimentos en las escuelas*. Gobierno de México, 2ª edición. <<https://vidasaludable.gob.mx/storage/recursos/materiales/Manual-cooperativas.pdf>>.
- Hidalgo, K. P., Jácome, M. P., Núñez, M., y Castillo, A. M. (2023). Malnutrición y alteraciones cardiovasculares: una revisión bibliográfica. *Ciencia Latina. Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 5797-5809. <https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7380>.
- Martí, A., Calvo, C., y Martínez, A. (2021). Consumo de alimentos ultra-procesados y obesidad: una revisión sistemática. *Nutr Hosp*, 38(1), 177-185. DOI: <<https://dx.doi.org/10.20960/nh.03151>>.

- Moreno, J. A. (2023). Environmental and social impacts of agricultural biodiversity degradation from the ultra-processed food industry. *InterNaciones*, 10(24), enero-junio, 161-174. <<https://www.internaciones.cucsh.udg.mx/index.php/inter/article/view/7235/6398>>.
- Olivares, S. L., López, M. V., y Valdez-García, J. E. (2018). Aprendizaje basado en retos: una experiencia de innovación para enfrentar problemas de salud pública. *Revista Educación Médica*, 19(53), 230-237. <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S157518131730178X?via%3Dihub>>.
- Popkin B., P. (2020). El impacto de los alimentos ultraprocesados en la salud. *2030-Alimentación, Agricultura y Desarrollo Rural en América Latina y el Caribe*, (34). FAO.
- Raimann, X. (2011). Obesidad y sus complicaciones. *Revista Médica Clínica. Condes*, 22(1), 20-26. <<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-pdf-S0716864011703893>>.
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (SADR) (2024). *Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible, una revolución alimentaria en México: expertos*. Gobierno de México, comunicado, 5 de junio. <<https://www.gob.mx/agricultura/prensa/ley-general-de-la-alimentacion-adecuada-y-sostenible-una-revolucion-alimentaria-en-mexico-expertos?idiom=es>>.
- Tande, D. L, Niemeier B. S., Hwang, J. H., Stastny, S., Bezbaruah, N., Hektner, J. M., y Habedank, D. (2014). Introducing preschool children to novel fruits and vegetables: A pilot study. *Journal Child Nutrition and Management*, 38(1), 1-8. <<https://schoolnutrition.org/wp-content/uploads/2023/01/Introducing-Preschool-Children-to-Novel-Fruits-and-Vegetables-Spring-2014.pdf>>.
- Toro, M. N., y González, A. T. (2014). *Estrategias de servicio al cliente para las cafeterías de la Pontificia Universidad Javeriana*. Tesis de grado de la Licenciatura en Comunicación Social con énfasis organizacional. PUJ. <<https://apidspace.javeriana.edu.co/server/api/core/bitstreams/dabc0fdf-1aa8-48e1-9dd9-1418872b38ae/content>>.
- Vallaëys, F. (2021). *Manual de Responsabilidad Social Universitaria. El Modelo Ursula. Estrategias, Herramientas, Indicadores*. Universidad

- Tecnológica Universitaria del Estado de Chile. <<https://www.unionursula.org/wp-content/uploads/2021/06/2021-Manual-RSU-Modelo-URSULA-Esp.pdf>>.
- Vargas, H. C., y Velázquez, D. E. (2025). Cafetería ecológica universitaria, un diseño desde los buenos vivires latinos y sostenibilidad occidental. *International Journal of Human Sciences Research*, 5(3), 1-19. <<https://atenaeditora.com.br/catalogo/artigo-revista/cafeteria-ecologica-universitaria-un-diseno-desde-los-buenos-vivires-latinos-y-sostenibilidad-occidental>>.
- Vargas, H., Herrera, F., y Vázquez, J. (2023). Cafeterías universitarias agroecológicas, locales y sostenibles desde la RSU: un aporte a los buenos vivires soberanos. En Vargas, H. y Panchi, V., *Cafeterías sostenibles y alimentación soberana desde la responsabilidad social universitaria*. Comunicación Científica. México. <<https://doi.org/10.52501/cc.147>>.
- Williamson, D. A., Han, H., Johnson, D. J., Martin, C. K., y Newton, R. L. (2013). Modification of the school cafeteria environment can impact childhood nutrition. Results from the Wise Mind and LA Health Studies. *Appetite*, 61(1), 77-84. <[doi:10.1016/j.appet.2012.11.002](https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.11.002)>.

Anexo A. Evaluación de platillo como posibilidad de incorporación a una cafetería universitaria.

Nombre del platillo: “El sabor del rancho” (papas con queso en salsa de chile pasilla)

* Los aspectos que se reconsideraron para su evaluación fueron los siguientes:

1. La presentación del platillo: cazuela de barro.
2. El impacto ambiental de los insumos utilizados: Se presentaron platos de plástico de uso rutinario (no desechables); se usaron cucharas de plástico biodegradable y la oferente se hizo cargo de su recuperación.
3. Adecuación del costo del platillo para la comunidad estudiantil: Sí, con un precio de 30 pesos.
4. Las porciones corresponden al costo del platillo: La participante compartió pruebas con los comensales para degustar; en algunos casos, no fue posible constatar la cantidad precisa y real ofrecida al público, debido a que eran degustaciones. Sin embargo, quienes compraron el platillo opinaron que la porción era adecuada o proporcional al costo.
5. Ingrediente de temporada: El platillo contó con ingredientes de temporada: papas (las cuales se obtuvieron de la cosecha de los productores locales del mercadito), champiñones, queso Cotija (de su producción, dado que la oferente vende productos lácteos como queso, crema y mantequilla, de vacas de libre pastoreo) y chile pasilla.
6. Condiciones de higiene: Con respecto a las condiciones de inocuidad e higiene, no contó con el uso de cofia ni cubrebocas, y tampoco tenía gel antibacterial para ofrecer a los estudiantes y comensales. No obstante, el lugar estaba limpio, la persona con el cabello recogido, su vestimenta limpia, uñas recortadas, además de que la presentación del platillo mostraba orden y limpieza.
7. Amabilidad en la atención: La atención de la proveedora siempre fue amable. Se reconoce su calidad humana y su disponibilidad para atender siempre.
8. Viabilidad: El platillo presentado se considera una opción viable para formar parte de un menú dentro de las cafeterías universitarias.
9. Visualmente aceptable: El platillo fue considerado como visualmente aceptable, ya que fue evaluado desde la presentación en cazuela, las papas, el queso y la salsa integrada.
10. Origen agroecológico de los insumos: El origen de los alimentos para hacer el platillo fue principalmente agroecológico y, gran parte de ellos, obtenidos del mercadito.
11. Porción saciante: Se consideró que la porción individual del platillo es saciante debido a los productos que contiene, como las papas, el queso y los champiñones, y se complementa con tortillas, tostadas o totopos.



CAPÍTULO 3

SOBERANÍA ALIMENTARIA Y LGAAYS: UN ACERCAMIENTO A LA MODIFICACIÓN DE LOS ENTORNOS ALIMENTARIOS UNIVERSITARIOS*

Ana Gabriela Cabrera Rebollo

Introducción

Algunos de los problemas alimentarios que México enfrenta actualmente se reflejan en la prevalencia de condiciones y enfermedades relacionadas con la malnutrición. Pero alimentarse es un proceso complejo cuya modificación requiere estrategias que intervengan en los diferentes componentes de los entornos alimentarios, ya que su conformación es determinante para las decisiones que la población toma sobre su alimentación. En 2024 fue puesta en marcha la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAYS) que busca cambiar la alimentación de la población de

* El presente capítulo se llevó a cabo como parte de una investigación posdoctoral realizada en el Instituto de Estudios sobre la Universidad de la Universidad Autónoma del Estado de México, Programa de Estancias Posdoctorales por México SECIHTI, 2022-2026.

forma integral. Por ello, a través de un acuerdo, impulsó la modificación de los entornos alimentarios escolares de todos los niveles educativos. Las acciones que impulsó incluyen la prohibición de alimentos que presenten el etiquetado de advertencia, al tiempo que promueve la alimentación y los estilos de vida saludables basados principalmente en una perspectiva nutricional. Sin embargo, la ley y el propio acuerdo pretenden cambios de mayor alcance y los entornos alimentarios universitarios cuentan con características que demandan atención integral. En ese sentido, el texto analiza de forma no exhaustiva los cambios en los entornos alimentarios escolares y las estrategias utilizadas, así como la necesidad de replantear estudios desde los entornos alimentarios universitarios, proponiendo la integración de la soberanía alimentaria para impulsar reflexiones y cambios integrales sobre la forma de comer y vivir.

Decidir qué comer no es un proceso meramente individual, pues involucra procesos racionales y no racionales que reflejan contextos, creencias y hasta privilegios que rodean y atraviesan a cada persona. La afirmación o negación de deseos, emociones, gustos y costumbres –además de prácticas y hábitos establecidos por las sociedades y comunidades en las que se está inmerso, con respaldo y validación de instituciones y el conocimiento científico– conforma discursos complejos que promueven ideas y conductas que atraviesan los diferentes espacios y momentos en donde se piensa y ejecuta este acto tan cotidiano (Campos, 2023).

Además, las condiciones en las que se come y sus contradicciones están determinadas por el conjunto de todos los procesos que ocurrieron para que los alimentos hayan sido producidos, adquiridos, transformados y aprovechados. Todos estos procesos son dinámicos y se mantienen en constante movimiento, por lo que hay que reconocer que los cambios de la alimentación con el paso de los años surgen de la interacción de condiciones estructurales, económicas, políticas, socioculturales, geográficas, climáticas y otras, gracias a las cuales se pueden identificar periodos históricos específicos (Rivera *et al.*, 2023).

En cada periodo han cambiado los alimentos que se recomiendan o los que se desalientan, pues también evoluciona el conocimiento sobre

ellos, su composición y su impacto en la salud. Al respecto, las recomendaciones nutricionales –con un fuerte respaldo institucional y estatal– han sido útiles para reforzar ideologías de modernización, higiene y salud, a pesar de no ser siempre acordes, por ejemplo, con el poder adquisitivo de la población (Martínez, 2017).

Los cambios que han ocurrido en México, particularmente desde finales del siglo xx, muestran que la alimentación está empeorando. Diversas investigaciones han visibilizado el impacto negativo en la producción de alimentos debido a la disminución de apoyo y el debilitamiento de los campesinos mexicanos, en contraposición con la adquisición de alimentos producidos en otros países. Esto ha provocado la pérdida de autosuficiencia y ha llevado a condiciones de dependencia alimentaria; además, se está dejando de consumir alimentos frescos y preparaciones que pueden considerarse como tradicionales, y que han sido sustituidos por alimentos producidos por la industria alimentaria –como los ultraprocesados–, relacionados con el aumento de la obesidad y la presencia de enfermedades no transmisibles que afectan seriamente la salud de las personas (Barquera y Arellano, 2024; Carmona *et al.*, 2020; Martínez Espinosa, 2017; Rivera *et al.*, 2023).

Por lo complejas que son las problemáticas de la malnutrición, la educación alimentaria y nutricional se ha planteado como una estrategia donde la escuela es un aliado importante para proporcionar a la población herramientas y conocimientos sobre cómo alimentarse mejor, promoviendo estilos de vida saludable y el desarrollo de mejores hábitos alimentarios (Fuentes y Estrada, 2023); aunque la educación en el tema no necesariamente implica mejoras en la toma de decisiones al comer (Martínez Espinosa, 2017). Esto ocurre porque, desafortunadamente, la educación alimentaria que se promueve con un enfoque preventivo está basada, sobre todo, en indicadores biomédicos que se convierten en parteaguas de la toma de decisiones a nivel nacional e internacional. Así, mientras dicha educación responsabiliza al individuo de su condición a través de discursos que le aconsejan hacer más, pero comer menos o comer mejor, y seguir reglas para vivir y mantener el control, por otro lado, se niegan

las condiciones específicas del entorno alimentario en donde se toman decisiones (Pérez Gil *et al.*, 2021).

Esto genera que las estrategias planteadas deban ser diversas índole, porque ya no basta hacer frente al enfoque exclusivo de controlar lo que se ingiere o las cantidades. Promover sólo una perspectiva biomédica e individualista ha probado no ser suficiente debido a los reduccionismos que supone; más bien, ahora debe hablarse de ambientes o entornos alimentarios (Martínez, 2017).

En México se están llevando a cabo esfuerzos para realizar cambios a la realidad alimentaria del país, cuyas principales transformaciones están ocurriendo a partir de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAYS, 2024). Dichas transformaciones están impactando en los entornos alimentarios, en un primer momento y con acciones concretas, en las escuelas de todos los niveles educativos del país. En este sentido, este texto pretende realizar un análisis no exhaustivo de los cambios del entorno alimentario universitario para plantear las necesidades y posibilidades de trascender las acciones realizadas desde la nutrición, a través de la interacción de las nociones del entorno alimentario y la soberanía alimentaria.

Para ello, este texto inicia con el planteamiento del escenario actual de los problemas alimentarios en México, seguido de una discusión sobre la importancia de abordar los problemas desde los entornos alimentarios, los documentos que son la base actual para generar acciones sobre los entornos alimentarios escolares en México y las condiciones particulares de los entornos alimentarios universitarios. Posteriormente, se discute la necesidad de abordar los problemas alimentarios con planteamientos complementarios desde la soberanía alimentaria, para, finalmente, cerrar el texto con algunas reflexiones a manera de conclusiones.

Los problemas alimentarios en México

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2023 [Ensanut] (Shamah-Levy *et al.*, 2024), en todos los rangos de edad se

reporta la prevalencia de sobrepeso y obesidad¹: 6.7% en los menores de 5 años, 34.2% para el rango de 5 a 11 años, 38.1% en la población de 12 a 19 años, en tanto que los mayores de 20 años alcanzan los porcentajes más preocupantes con prevalencia en 76.2% de la población. Estas condiciones han sido asociadas a una alimentación no saludable en la que se disminuye el consumo de frutas, verduras, cereales, leguminosas y otros alimentos considerados saludables, al tiempo que se aumenta el consumo de productos ultraprocesados –como bebidas azucaradas, frituras, galletas, botanas y otros considerados altos en azúcares, grasas y sodio– cuyo consumo incrementa el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles como la diabetes, la hipertensión y otras enfermedades cardiovasculares (Gobierno de México, 2025; Shamah-Levy *et al.*, 2024; Munguía *et al.*, 2021).

Desde hace años se ha planteado la idea de que en México estamos inmersos en un ambiente obesogénico, lo que ha permitido dar cuenta de que no es una situación individual y que existen condiciones que hacen que el país se encuentre en los primeros lugares de obesidad a nivel mundial, por lo cual se han sugerido algunas posibles soluciones (Martínez Espinosa, 2017; Pérez Gil *et al.*, 2021). Sin embargo, el mismo uso de este término parece invisibilizar la otra cara, porque en México la crisis alimentaria no se refleja únicamente con la obesidad, pues existe población que también experimenta hambre y desnutrición (Carmona *et al.*, 2020). Al respecto, se estima que 44.6% de los hogares del país se encuentran en algún nivel de inseguridad alimentaria, lo que significa que han tenido problemas de acceso a los alimentos, en cantidad y calidad, y donde, en casos severos, esto implica dejar de comer; además, se encontró deficiencia de diversos micronutrientes en los diferentes rangos de edad de la población (Shamah-Levy *et al.*, 2024). Y aunque el propio término de inseguridad alimentaria pareciera implicar sólo la falta de alimentos, también guarda relación con enfermedades no transmisibles y obesidad

¹ Los porcentajes presentados corresponden a la suma de porcentajes de prevalencia de sobrepeso más la prevalencia de obesidad para cada rango de edad.

(Sandoval *et al.*, 2025). Esto muestra la complejidad que existe al abordar la malnutrición y su relación con la salud.

De esta forma, se observa una transición alimentaria, pero también epidemiológica, que se refleja en los altos índices de morbilidad y mortalidad como consecuencia de la mala alimentación de la población (Barquera y Arellano, 2024). Esto no es un problema sólo en México, y es tal la preocupación por las enfermedades no transmisibles a nivel global, que se han incluido como parte de los Objetivo del Desarrollo Sostenible (ODS) número 3, Salud y bienestar, particularmente para la meta 3.4, donde se plantea reducir la mortalidad derivada de estas enfermedades, prevenirlas y tratarlas, además de promover un estado de salud y bienestar (Naciones Unidas [UN] y Comisión Económica para América Latina y el Caribe [Cepal], 2018).

Para contribuir a la prevención y llevar información accesible a la población, en México, desde 2020, se implementó el etiquetado frontal de advertencia que, a través de sellos octagonales colocados en el empaque frontal de los alimentos y bebidas, indica al consumidor la presencia de exceso de calorías, azúcares, sodio, grasas saturadas y grasas trans, complementado con otras leyendas sobre la presencia de cafeína y edulcorantes, para fomentar decisiones saludables (Munguía *et al.*, 2021).

Pero no sólo se ha afectado el etiquetado, sino que la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010, base de la estrategia, también ha contribuido a mejorar los entornos alimentarios al regular la publicidad dirigida a las infancias. Así, debido a las exigencias en el etiquetado, las empresas han reformulado los productos que ofrecen (Munguía, 2021; Salgado *et al.*, 2025). Además, dicha información está siendo reconocida y utilizada por la población; y si bien aún existen áreas de oportunidad en su manejo y comprensión por parte del consumidor, se han reportado impactos positivos en las decisiones alimentarias gracias al etiquetado (Shamah-Levy *et al.*, 2024).

La importancia de los entornos alimentarios

Hablar de entorno alimentario permite complejizar y analizar los contextos donde se toman las decisiones alimentarias. Ello no se restringe a nutrientes, disponibilidad de alimentos y precio, pues también se consideran las condiciones en las que se promocionan los alimentos, sus características, la conveniencia y el beneficio del consumidor, así como sus impactos sociales y ambientales (Downs *et al.*, 2020). Para la LGAAys, el entorno alimentario es: “El determinante de la alimentación de las personas que involucra aspectos físicos, económicos, políticos y socioculturales. Se conforma de aspectos como la disponibilidad, la accesibilidad, la asequibilidad y la aceptabilidad de los alimentos, así como su conveniencia” (2024, Artículo 2, XIII). Así, en el entorno alimentario es donde el consumidor establece vínculos directos² con el sistema que garantiza su abasto y nutrición.

Entonces, la modificación o influencia sobre el entorno alimentario brinda o niega condiciones que determinan qué alimento es posible consumir. Por ello, pueden considerarse entornos alimentarios saludables o no, todo depende de su conformación.

Es importante entender que no existe un solo entorno alimentario, pues los consumidores interactúan con varios de ellos según sus condiciones, y no se puede incidir en todos los entornos de la misma manera. Al respecto, Downs *et al.* (2020) proponen una clasificación básica: los entornos naturales (salvajes y cultivados) y los entornos construidos (mercados informales y mercados formales). Los entornos construidos, especialmente los mercados formales, tienen una mayor regulación y estructura debido al tipo de cadenas de suministro involucradas y el tipo de productos ofrecidos. En este entorno se encuentran los productos ultra-procesados y existe una alta disponibilidad de comida rápida, además de publicidad sobre alimentos que se encuentra en diferentes medios y una

² “We thus defined the food environment as: the consumer interface with the food system that encompasses the availability, affordability, convenience, and desirability of foods” (Downs *et al.*, 2020: 4).

gran cantidad de etiquetados e información nutrimental. No obstante, esto genera también grandes cantidades de empaques, por tanto, basura, además de desperdicio de alimentos y alta demanda de recursos energéticos para mantenerlos y transportarlos, condiciones que afectan tanto nuestra salud como la del ambiente (Downs *et al.*, 2020). Por ello, para hacer frente a los problemas bajo la perspectiva de los entornos alimentarios, se requiere hablar más que de información nutrimental.

Este entorno de mercados formales se conforma de subtipos representados, por ejemplo, con supermercados, restaurantes e instituciones, que es donde precisamente se puede encontrar a las escuelas (Downs *et al.*, 2020). Los entornos en las escuelas son particularmente relevantes por el tiempo que los estudiantes pasan ahí, así como por el potencial impacto a largo plazo que tienen las experiencias educativas en la vida de las infancias y adolescencias (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2022).

Por todo lo aquí establecido, las estrategias para conseguir una alimentación saludable en toda la población son complejas y se tienen que ir realizando poco a poco. En México el etiquetado ha sido útil para intervenir en el entorno alimentario, pero las estrategias no deben detenerse ahí.

Acciones sobre los entornos alimentarios

La Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible (2024) prioriza los derechos a la alimentación, la salud, el medio ambiente y el agua, y busca fomentar la producción de alimentos desde la agroecología, la compra de insumos a productores de pequeña escala, el respaldo a la autodeterminación, el cuidado de la biodiversidad, el impulso y cuidado de elementos bioculturales de la alimentación, así como el fortalecimiento de la autosuficiencia, la seguridad y la soberanía alimentarias. Asimismo, plantea: “Promover la generación de entornos alimentarios sostenibles que propicien el consumo informado de alimentos saludables y nutritivos” (LGAAYS, 2024, Artículo 1, VII).

Esta ley busca mejorar la alimentación de toda la población al incidir en los entornos alimentarios y reconocer el papel que tiene la educación a

nivel informativo-pedagógico, además de que prevé cambios que se están reflejando en los entornos alimentarios de todas las escuelas en México, a través de la expedición del *Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos generales a los que deberán sujetarse la preparación, la distribución y el expendio de los alimentos y bebidas preparados, procesados y a granel, así como el fomento de los estilos de vida saludables en alimentación, dentro de toda escuela del Sistema Educativo Nacional*, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 30 de septiembre de 2024.

En este Acuerdo, y en concordancia con la ley, se establece que las escuelas deben fomentar la adopción de estilos de vida saludables, comprometiendo a las autoridades educativas y llamando a colaborar a otras instituciones y a todos los involucrados en el proceso de preparación, distribución, expendio y consumo de alimentos dentro de los espacios educativos (Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos generales, 2024).

Para lograr lo anterior, una de las primeras acciones fue prohibir la venta de productos con sellos, según el etiquetado frontal de advertencia, lo que significa que dichos productos no pueden ofrecerse ni utilizarse dentro de los espacios escolares, ni siquiera a través de máquinas expendedoras. Estos lineamientos debieron cumplirse de forma obligatoria en todos los niveles educativos desde el 29 de marzo de 2025. Ello generó que la oferta de alimentos en el entorno escolar sufriera modificaciones para empezar a estructurar un entorno alimentario saludable, que será motivo de vigilancia y cuyo incumplimiento puede derivar en sanciones (Gobierno de México, 2025; Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos generales, 2024).

Dentro del acuerdo debe existir capacitación sobre alimentación saludable, nutrición, guías alimentarias, normas oficiales y sobre el propio acuerdo, dirigida a los encargados de los espacios alimentarios, pero también para los docentes, los estudiantes y sus familias, pues aunque se modifique directamente el entorno alimentario escolar, la idea es fomentar hábitos saludables que puedan reproducirse en otros entornos y momentos de la vida. También, se considera el manejo higiénico de alimentos, la promoción del consumo de agua no embotellada, la realización de

campañas informativas, así como la prohibición de publicidad de alimentos de bajo valor nutricional, la incorporación de contenidos en los planes educativos, y la promoción de alimentos naturales, frescos, regionales y de temporada, siempre con una visión integral que respete y considere las variabilidades del contexto que influyen en la preferencia y los hábitos de cada comunidad (Gobierno de México, 2025; Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos generales, 2024).

Para facilitar la comprensión e implementación de lo que se establece en el Acuerdo, se dispone del *Manual para personas que preparan, distribuyen y venden alimentos en las escuelas* (Gobierno de México, 2025); en éste se señalan los alimentos prohibidos y los permitidos, mediante una lista de sugerencias y ejemplos sobre porciones, equivalencias y recetas. Asimismo, se invita a llevar a la práctica las condiciones para promover una alimentación y vida saludables, y se finaliza con recomendaciones sobre sueño, ejercicio, hidratación y el consumo de alimentos de temporada (Gobierno de México, 2025).

La importancia de complementar el conocimiento con las guías alimentarias (Secretaría de Salud [SSA], Instituto Nacional de Salud Pública [INSP], Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2023) reside en que en ellas no sólo se encuentra información sobre el impacto de los alimentos en el ambiente –acompañada de una breve descripción del sistema alimentario–, sino que ofrecen ejemplos de porciones y alimentos y su relación con la salud. Esto último impulsa, sin duda, el consumo de productos locales, de temporada y de aquellos considerados como tradicionales que, consumidos en familia o en compañía, guardan una relación positiva con el fomento de una alimentación saludable y sostenible para todos.

Como puede observarse, existen documentos complementarios que, a pesar de incluir ideas de integración de otros factores que inciden en la alimentación saludable, priorizan los aspectos nutrimentales. Esto se refleja en el *Anexo único, Criterios Técnicos Nutrimentales y de Higiene* (Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos generales, 2024), pues en éste se establece el aporte energético por día y por tiempo de comida,

además del número de porciones por grupo de alimento de acuerdo con la edad y el nivel educativo, condiciones que deberán seguirse para la elaboración y oferta de alimentos. Además, se incluye cómo deben disponerse los desayunos, refrigerios y comidas, así como las características que deben cumplirse aun si los alimentos se preparan en casa, estableciendo con ello condiciones para estandarizar la alimentación escolar.

Una de las dificultades del entorno alimentario escolar considera a los alimentos distribuidos dentro o fuera del espacio, ya sea por compra-venta o por manejo de algún programa social. Incluye los alimentos que los estudiantes llevan desde casa y cualquier otra actividad que se realice y que involucre el contacto con los mismos, así como aprender sobre su manejo o transformación (UNICEF, 2022). Como se ha mencionado, lo establecido en el Acuerdo y la ley tiene efecto en todos los niveles educativos, lo que implica que los espacios de educación superior deban atender los lineamientos.

Las condiciones de los entornos alimentarios universitarios

El entorno alimentario escolar implica que regularmente tanto el tipo de comida como el servicio son planteados para una población cautiva (Soler, 2011); sin embargo, la comunidad universitaria no tiene el mismo nivel de restricciones de tiempo y movimiento que tienen las comunidades de niveles educativos inferiores. Los horarios universitarios suelen ser en su mayoría mixtos, con clases por la mañana y la tarde, donde el consumo en cafeterías suele ocurrir mayormente en las comidas (Martínez-Hernández *et al.*, 2021). Empero, no todos los integrantes de la comunidad universitaria consumen frecuentemente alimentos en las cafeterías, ya que en su mayoría aportan alimentos elaborados desde casa o realizan consumos en establecimientos aledaños a los espacios universitarios; esto por razones económicas, de practicidad y hasta por salud, al considerar que, por ejemplo, los alimentos que aportan desde casa tienen esa cualidad (Martínez-Hernández *et al.*, 2021; Vargas-Cancino *et al.*, 2023; Torres 2023).

Además, el entorno escolar suele ser demandante en cuanto a tiempo, lo que también afecta el consumo de alimentos, pues al dar prioridad al cumplimiento de actividades académicas con estancias prolongadas en dicho espacio, los estudiantes realizan periodos de ayuno, saltándose tiempos de comida, o recurren a los alimentos ultraprocesados por ser considerados convenientes ante las circunstancias, pues no se cuenta con mucho tiempo disponible entre las actividades para alimentarse de una mejor manera (Martínez-Hernández *et al.*, 2021; Torres, 2023).

También, el entorno alimentario debe considerar a los concesionarios y a otras personas responsables de la elaboración y venta de alimentos en las escuelas, porque lo que ofrecen está relacionado con la propia demanda de sus consumidores. Así, sus precios deben tener relación con las condiciones económicas para mantener activo el servicio, como los pagos a trabajadores y el pago de rentas; asimismo, las características del espacio físico con el que cuentan –que varía entre cada escuela–, y los lugares donde pueden adquirir la materia prima y, con ello, estructurar la oferta que tienen en sus espacios (Vargas-Cancino *et al.*, 2023; Torres, 2023).

La Universidad Autónoma del Estado de México hizo del conocimiento público, desde el 12 de febrero de 2025, la suspensión de venta de productos ultraprocesados en todos los espacios universitarios, con efecto del 29 de marzo, según lo establecido en el Acuerdo (UAEMéx, 2025). Pero la medida ha generado opiniones mixtas, ya que, por un lado, se considera positiva la búsqueda de una alimentación saludable (García, 2025) y, por otro, se cuestiona dicha medida debido a que los integrantes de la comunidad se consideran capaces de tomar decisiones sobre su alimentación. No obstante, indican que debería garantizarse, más bien, el acceso a alimentos saludables con precios accesibles, porque aunque los alimentos ultraprocesados no se ofrezcan dentro de las instalaciones, pueden ser adquiridos fuera de ellas (Macedo, 2025).

Así que prohibir los alimentos ultraprocesados en los espacios universitarios es un avance para la alimentación saludable al afectar la disponibilidad de este tipo de productos; sin embargo, esta prohibición no atiende las demás condiciones de consumo alimentario, por lo que las disposiciones del Acuerdo pueden tener menor impacto. Aunque es muy

pronto para tener resultados, resulta evidente la necesidad de estudiar el impacto del Acuerdo en diferentes niveles y condiciones escolares. Su implementación va más allá de una simple prohibición que influye en la participación de los concesionarios dentro de los espacios; pero debe considerarse también la relación con el exterior de los espacios académicos y las condiciones en casa, donde la información no es necesariamente el elemento determinante para tomar decisiones sobre la alimentación.

Es posible notar que el Acuerdo pretende transformar los entornos alimentarios escolares; no obstante, las modificaciones principales se han hecho desde perspectivas nutricionales con la promoción de dietas saludables relacionadas con el consumo calórico, la presencia de nutrientes y el seguimiento de porciones. Por consiguiente, es necesario ir más allá de lo nutrimental para dar cumplimiento a lo establecido en la LGAAys y el Acuerdo.

Por ejemplo, sólo para abordar la seguridad alimentaria –que es considerada dentro de la Ley–, Sandoval *et al.* (2025) proponen un enfoque multidisciplinario que considera la integración de tres enfoques: 1) Salud pública y nutricional, 2) Ingreso disponible y 3) Simbólico-cultural. Esto permitiría un análisis integral no sólo de la seguridad alimentaria, sino de la alimentación en sí misma y de los sistemas que la sustentan. Un enfoque así abarcaría los elementos nutricionales y de salud, pero también los económicos, políticos, socioculturales y hasta los emocionales.

En este sentido, al plantear la complejidad de la alimentación y trascender de lo nutricional, así como las características de los entornos alimentarios universitarios, es pertinente considerar a la universidad como un espacio donde se pueden generar diálogos catalizadores sobre la alimentación, más allá de las preocupaciones biomédicas. Sin embargo, esto requiere un cambio en el qué, cómo, para qué, desde dónde y quiénes transmiten el conocimiento, considerando cómo se reproduce la vida en los espacios universitarios y fuera de ellos, siendo entonces necesario visibilizar diversidades, desigualdades, luchas y retos de las comunidades y de todos aquellos que se ven involucrados o afectados por el sistema alimentario (De Sousa, 2020; Escalona-Aguilar *et al.*, 2015).

Cabe recordar que la LGAAys (2024) considera seguridad y soberanía alimentaria, pero en el Acuerdo parece que éstas se han diluido ante las preocupaciones nutricionales en las escuelas. De esta forma, se considera pertinente entrelazar ambas, para así ampliar la manera de abordar la educación alimentaria, porque de esta forma se pueden promover reflexiones y acciones más profundas que involucran el bienestar de la comunidad en general, la reproducción y el diálogo de saberes tradicionales y científicos, en un contexto de justicia social y ambiental, para así superar el reduccionismo nutricional y económico que hasta el momento se ha impulsado. Porque decidir qué comer o qué no comer debe ir más allá de un conocimiento fragmentado e idealista de una alimentación saludable al alcance de todos; requiere atención a las circunstancias, comprensión y adaptación, además de reflexión constante y participación activa.

¿Por qué hablar de soberanía alimentaria en los entornos alimentarios?

La seguridad alimentaria es un elemento base para la política de salud pública, ya que gracias a sus indicadores se realizan acciones y seguimientos de la población, particularmente sobre hambre, desnutrición, falta de acceso y disponibilidad de alimentos, por lo que está planteada dentro del ODS número 2, Hambre Cero (Sandoval *et al.*, 2025), el cual, dentro de sus metas, considera el acceso a una alimentación sana y sostenible. Pero además plantea la eliminación de la malnutrición, el apoyo y desarrollo de mejores condiciones para productores de alimentos, así como cuidado de la biodiversidad e intervenciones en los mercados agroalimentarios a nivel mundial para controlar los precios que benefician a países o poblaciones vulnerables (UN y Cepal, 2018).

Así, buscar la seguridad alimentaria es dar continuidad al discurso actual de los problemas alimentarios; pero hablar de soberanía alimentaria supone un cambio de paradigma y una postura política sobre la forma de vivir.

La soberanía alimentaria no es una apuesta sencilla porque va más allá de los alimentos y su composición nutricional, interrelacionando

naturaleza, cultura y sociedad al preocuparse por la condición, el mantenimiento y la gestión de tierras, el cuidado de la biodiversidad vegetal y animal, así como por el uso de los bienes comunes; pero también se preocupa por quienes los procuran y los aprovechan, generando ingresos justos a partir de relaciones sociales que promueven colectividad, diversidad, visibilidad, solidaridad, inclusión y pertinencia cultural desde niveles locales. Todo bajo el reconocimiento, respeto y reproducción de saberes que han sido transmitidos de generación en generación, particularmente, en poblaciones indígenas y rurales (Carmona *et al.*, 2020; La Vía Campesina, s. f.; Moctezuma-Pérez y Murguía, 2023).

De esta manera, la soberanía alimentaria permite que el diálogo vire hacia el cuestionamiento del porqué se elige uno u otro alimento, a quién afecta o beneficia, de qué manera forma parte y si es pertinente en el entorno socio-cultural en el que se desarrolla el individuo. Empero, lo más importante es que da cuenta de que los alimentos no son sólo un conjunto de calorías y nutrientes, sino el resultado de sistemas y redes de apoyo e interacción naturaleza-sociedad. Por ello es relevante plantear desde las nociones de entorno alimentario y soberanía alimentaria, porque en ambos el consumidor es clave, pues es él quien toma las decisiones, pero no las toma solo.

En el primer caso, el consumidor es un agente mayormente pasivo que actúa según los cambios en dicho entorno, como un resultado de sus circunstancias; mientras que, en el segundo, el consumidor es un potencial agente de cambio al buscar ejercer su derecho a una vida digna para él y los otros. Así, las nociones no son mutuamente excluyentes, sino complementarias, y en la interacción entre ellas está la posibilidad de hacer cambios duraderos.

Debido a la complejidad ya planteada, la soberanía alimentaria requiere compromisos no sólo de la sociedad civil, de los consumidores y de los productores, sino también del Estado, las políticas públicas y sus programas, de las empresas y otros actores. No obstante, actualmente, la soberanía no se ve como un objetivo alcanzable a corto plazo, debido a que los campesinos han visto debilitadas sus posibilidades para producir alimentos bajo los propios principios que se establecen y que son parte

fundamental de lo que se plantea (Carmona *et al.*, 2020); pero la lucha sigue.

Además, la soberanía alimentaria promueve la recuperación de saberes tradicionales que no se limitan a productos alimenticios, sino que incluyen, por ejemplo, conocimientos de plantas medicinales y herbolaria específicos de las comunidades, porque lo que se procura son las condiciones de vida en relación con las condiciones locales de sus actores (Garduño *et al.*, 2023). Hay que visibilizar las particularidades en la reproducción de la vida de las comunidades para reconocer y comprender las múltiples realidades. A partir de ello, se vuelve necesario trascender los límites de las disciplinas (Escalona-Aguilar *et al.*, 2015). En las cafeterías universitarias, existe la necesidad de atender y considerar el estudio transdisciplinario de la alimentación en la comunidad universitaria (Vargas-Cancino *et al.*, 2023; Moctezuma-Pérez y Murguía, 2023).

Esto no niega las aportaciones de la seguridad alimentaria y la nutrición, por el contrario, las complementa con la soberanía alimentaria para, de esta manera, cuestionar las condiciones en las que se come y, por supuesto, se vive. Entonces el consumidor en el entorno alimentario universitario se convierte en un agente activo que lo cuestiona e intenta modificarlo. De este modo, vincular la universidad con la comunidad al promover espacios de intercambio que generen enfoques participativos y transdisciplinarios sobre la alimentación genera posibilidades para abordar los problemas alimentarios con otras perspectivas. Cambiar nuestra alimentación también implica cambiar la forma de comprender y vivir la vida.

A manera de conclusiones

Los problemas alimentarios en México no son nuevos. Se ha buscado hacerles frente con estrategias que incluyen, por ejemplo, hacer accesible la información nutrimental para que el consumidor pueda tomar mejores decisiones. La preocupación sobre la mala alimentación y sus consecuencias es global, lo que se refleja particularmente en los ODS 2 y 3, pero el enfoque que se le ha dado es mayormente preventivo ligado a la

nutrición. Así, en este texto se ha buscado presentar los cambios recientes relacionados con la alimentación, particularmente desde criterios nutrimentales en los entornos alimentarios escolares. Esto es importante, pero no suficiente para hacer frente a los problemas alimentarios en el país.

La LGAAys es de reciente creación; no obstante, en sus planteamientos existen muchas posibilidades para transformar positivamente la alimentación de la población. Además del análisis de su contenido, requiere un análisis de los resultados que genere su aplicación. La puesta en marcha del Acuerdo también necesita análisis críticos detallados y adecuados a las circunstancias de cada entorno escolar, aunque ya ha generado acciones tangibles. Sin embargo, como se ha mostrado, la prohibición de los productos ultraprocesados es sólo un componente de lo que se plantea; se debe considerar que existen otros elementos, como la capacitación, la divulgación de información, la mejora de la oferta alimentaria en los espacios, la promoción de estilos de vida saludables, el cumplimiento con los criterios nutrimentales y otros aspectos que también deben cumplirse en el marco del Acuerdo.

Asimismo, no debe perderse de vista que existen planteamientos sobre la sostenibilidad, la seguridad y soberanía alimentaria presentes, y que deben ser visibilizados y discutidos en diferentes escenarios.

En conclusión, las acciones implementadas hasta el momento sí han impactado en los entornos alimentarios debido al acceso a la información y la publicidad. En entornos alimentarios escolares ya se ha modificado la disponibilidad de alimentos, pero falta ver el impacto en otros elementos del entorno alimentario, lo que abre posibilidades para seguir explorando el concepto y generar investigaciones desde el mismo.

En el entorno alimentario universitario, pueden surgir espacios de discusión que cuestionen las posibilidades de alimentación bajo características específicas, considerando elementos como el tiempo, el dinero, el espacio y hasta el ritmo de vida universitaria. Ello nos obligaría a plantear soluciones integrales y transdisciplinarias, más allá de controlar la disponibilidad, las porciones o el tipo de alimentos que se consumen. Lo anterior implicaría no sólo estudiar la alimentación en las cafeterías o en la comunidad universitaria en términos de enfermedades no transmisibles,

prevalencia de obesidad y sobrepeso, de consumo de nutrientes o gasto calórico, sino también desde elementos temporales, espaciales, socioculturales, económicos, políticos y ambientales.

Por ello, si se quiere abordar la complejidad del problema, es necesario que la educación alimentaria trascienda la perspectiva biomédica y nutricional. Una manera en la que esto puede ocurrir es educando sobre soberanía alimentaria, ya que, por su amplitud, permite cuestionar no sólo la alimentación, sino las condiciones de vida actual. Así, en los entornos alimentarios universitarios, las decisiones que se tomen requieren intervenciones prácticas y condiciones tangibles, pero también teórico-reflexivas que generen conciencia y condiciones para poner en práctica mejores decisiones de acuerdo con cada realidad.

Referencias

- Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos generales a los que deberán sujetarse la preparación, la distribución y el expendio de los alimentos y bebidas preparados, procesados y a granel, así como el fomento de los estilos de vida saludables en alimentación, dentro de toda escuela del Sistema Educativo Nacional, Secretaría de Educación Pública y Secretaría de Salud. Diario Oficial de la Federación (DOF) (30 de septiembre de 2024) (México).
- Barquera, S., y Arellano, M. (20 de noviembre de 2024). *La transición alimentaria en México: una amenaza para la salud humana y planetaria*. Instituto Nacional de Salud Pública. <<https://www.insp.mx/informacion-relevante/la-transicion-alimentaria-en-mexico-una-amenaza-para-la-salud-humana-y-planetaria>>.
- Campos Salvatierra, V. (2023). *Pensar/comer. Una aproximación filosófica a la alimentación*. Herder.
- Carmona Silva, J. L., Sánchez Flores, L., y Cruz de los Ángeles, J. A. (2020). ¿Es posible una soberanía alimentaria en México? *RICSH. Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*, 9(18), 40-69. <<https://doi.org/10.23913/ricsh.v9i18.210>>.

- De Sousa Santos, B. (2020). Descolonizar la universidad. En B. de Sousa Santos y M. P. Meneses (Eds.), *Conocimientos nacidos en las luchas. Construyendo las epistemologías del Sur* (pp. 501-539). Akal.
- Downs, S. M., Ahmed, S., Fanzo, J., y Herforth, A. (2020). Food environment typology: Advancing an expanded definition, framework, and methodological approach for improved characterization of wild, cultivated and built food environments toward sustainable diets. *Foods*, 9(4), 532. <<https://doi.org/10.3390/foods9040532>>.
- Escalona-Aguilar, M. A., Leal-Ascencio, M. T., Pineda-López, M. R., Ruiz-Cervantes, E. E., y Sánchez-Velásquez, L. R. (2015). El papel de la universidad pública en la soberanía alimentaria. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 20(67), 1215-1231.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2022). *El entorno alimentario escolar*. <<https://www.unicef.org/mexico/media/6826/file/Nota%20Te%CC%81cnica%20Entorno%20Alimentario%20Escolar.pdf>>.
- Fuentes, S., y Estrada, B. (2023). Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021. *Revista Educación*, 47(1), 563-578. <<https://doi.org/10.15517/revedu.v47i1.51724>>.
- García, A. (10 de abril de 2025). Cafeterías de la UAEMéx comienzan a eliminar comida chatarra. *El Sol de Toluca*. <<https://oem.com.mx/elsoldetoluca/local/cafeterias-de-la-uaemex-comienzan-a-eliminar-comida-chatarra-22613075>>.
- Garduño de Jesus, E. G., Vargas Cancino, H. C., y Moctezuma Pérez, S. (2023). *Soberanía alimentaria: una reflexión educativa desde la transdisciplinariedad, la agroecología y los mercados alternativos*. Comunicación Científica. <<https://doi.org/10.52501/cc.061>>.
- Gobierno de México (2025). *Manual para personas que preparan, distribuyen y venden alimentos en las escuelas* (2ª ed.). Secretaría de Educación Pública/Secretaría de Salud/Instituto Mexicano del Seguro Social/Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia/Instituto Nacional de Salud Pública/Fondo de las Naciones Unidas para la

- Infancia. <<https://vidasaludable.gob.mx/storage/recursos/materiales/Manual-cooperativas.pdf>>.
- La Vía Campesina (s. f.). *¿Qué es la soberanía alimentaria?* <<https://viacampesina.org/es/que-es-la-soberania-alimentaria/>>.
- Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAys). Diario Oficial de la Federación (DOF) [17 de abril de 2024] (México).
- Macedo, S. (1º de abril de 2025). Universitarios califican como “absurdo” prohibir alimentos procesados. *La Jornada Estado de México*. <<https://lajornadaestadodemexico.com/universitarios-califican-como-absurdo-prohibir-alimentos-procesados/>>.
- Martínez Espinosa, A. (2017). La consolidación del ambiente obesogénico en México. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo regional*, 27(50). <<http://dx.doi.org/10.24836/es.v27i50.454>>.
- Martínez-Hernández, V. R., Sandoval Copado, J. R., y Aranzana Juarros, M. (2021). Acceso a los alimentos y hábitos alimentarios de jóvenes universitarios, Estado de México. *RESPYN. Revista Salud Pública y Nutrición*, 20(3), 36-45. <<https://doi.org/10.29105/respyn20.3-5>>.
- Moctezuma-Pérez, S., y Murguía Salas, M. V. (2023). La construcción de la soberanía alimentaria desde las cafeterías universitarias. En H. C. Vargas Cancino y V. P. Panchi Vanegas (Coord.), *Cafeterías sostenibles y alimentación soberana desde la responsabilidad social universitaria* (pp. 67-87). Comunicación Científica.
- Munguía, A., Cruz-Casarrubias, C., Nieto, C., Tolentino-Mayo, L., Rodríguez, E., y Barquera, S. (2021). *Etiquetado de advertencia de alimentos y bebidas en México: una estrategia de prevención de obesidad y enfermedades no transmisibles*. Síntesis sobre políticas de salud. Instituto Nacional de Salud Pública. <https://insp.mx/assets/documents/webinars/2021/CINYS_Etiquetado.pdf>.
- Naciones Unidas (UN) y Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal) (2018). *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe. Objetivos, metas e indicadores mundiales*. <<https://repositorio.cepal.org/server/>>

- api/core/bitstreams/cb30a4de-7d87-4e79-8e7a-ad5279038718/content>.
- Pérez Gil Romo, S. E., Romero Juárez, A. G., Candiani Rodríguez, I., y Martínez Pimentel, L. M. (2021). Obesidad en México: un acercamiento a la mirada social en los últimos 16 años. *INTER DISCIPLINA*, 10(26), 91-117. <<https://doi.org/10.22201/ceiich.24485705e.2022.26.80970>>.
- Rivera Núñez, T. A., López Bracamonte, F. M., y García Barrios, L. (2023). No siempre comimos así: los últimos 60 años de la alimentación en México. *Ciencias y Humanidades*, (6), 10-23.
- Salgado, J. C., Pedraza, L. S., Contreras-Manzano, A., Aburto, T. C., Tolentino-Mayo, L., y Barquera, S. (2025). Product reformulation in non-alcoholic beverages and foods after the implementation of front-of-pack warning labels in Mexico. *PLoS Med*, 22(3), e1004533. <<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1004533>>.
- Sandoval Godoy, S. A., Carrasco Fuentes, A. N., y Ortega Vélez, M. I. (2025). Enfoques disciplinarios de la seguridad alimentaria en México: aportes y limitaciones para construir una perspectiva integral. *INTER DISCIPLINA*, 13(35), 153-176. <<https://doi.org/10.22201/ceiich.24485705e.2025.35.85892>>.
- Secretaría de Salud (SSA), Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2023). *Guías alimentarias saludables y sostenibles para la población mexicana 2023*.
- Shamah-Levy, T., Lazcano-Ponce, E. C., Cuevas-Nasu, L., Romero-Martínez, M., Gaona-Pineda, E. B., Gómez-Acosta, L. M., Mendoza-Alvarado, L. R., y Méndez-Gómez-Humarán, I. (2024). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2023. Resultados Nacionales*. Instituto Nacional de Salud Pública.
- Soler, C. (2011). La soberanía alimentaria en las mesas del colegio. *Revista Soberanía Alimentaria, Biodiversidad y Culturas*. Amigos de la tierra. <<https://ddd.uab.cat/record/174185>>.
- Torres Oregón, F. (2023). Universidad pública y alimentación: un camino complejo hacia entornos alimentarios sanos en la comunidad universitaria. *Sociedades y Desigualdades*, 8(15), 117-137. <<https://sociedadesydesigualdades.uaemex.mx/article/view/20747>>.

- UAEMéx (12 de febrero de 2025). *Fomentemos hábitos alimenticios saludables en la UAEMéx* #SomosUAEMéx. [Imagen adjunta] [Publicación de estado]. Facebook. <<https://www.facebook.com/photo/?fbid=1040522551453470&set=a.585925630246500>>.
- Vargas-Cancino, H. C., Herrera Tapia, F., y Vásquez Colorado, J. A. (2023). Cafeterías universitarias agroecológicas, locales y sostenibles desde la RSU: un aporte a los buenos vivires soberanos. En H. C. Vargas Cancino y V. P. Panchi Vanegas (Coord.), *Cafeterías sostenibles y alimentación soberana desde la responsabilidad social universitaria* (pp. 29-65). Comunicación Científica.



CAPÍTULO 4

LA COCINA COMO ESTRATEGIA EDUCATIVA Y TRANSFORMADORA FRENTE A LOS DESAFÍOS PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE

Yazmín Araceli Pérez Hernández

Introducción

La crisis alimentaria se ha convertido en uno de los desafíos más acuciantes de la actualidad. Al referirse a ésta, no sólo se hace alusión al problema del hambre en el mundo, sino también, e incluso más preocupante, a la malnutrición y las enfermedades derivadas de la misma –principalmente, la obesidad y el sobrepeso– como consecuencia de un sistema alimentario industrializado que ya no produce alimentos, sino productos cargados de azúcares, grasas de mala calidad, aditivos, endulcolorantes, entre otras sustancias nocivas para la salud humana y planetaria.

A pesar de sus estragos, estos productos resultan altamente atractivos para los consumidores y las industrias que los producen, debido a sus bajos costos, por ser poco perecederos y tener sabores intensos e hiperpa-

latables.¹ Y hay que agregar el uso de publicidad persuasiva e idílica para ganar adeptos, especialmente entre las infancias y los estudiantes universitarios, quienes muchas veces, por falta de tiempo, recursos y opciones alimenticias, recurren a ellos.

Ante esta problemática, se precisa una educación alimentaria que trascienda el uso de campañas educativas respecto a nutrientes y hábitos saludables, e incorpore otras estrategias experienciales para vincularse con los alimentos. En este tenor, el objetivo de este capítulo es mostrar que la incorporación de la cocina en el ámbito educativo es un espacio de enseñanza-conocimiento, pero también una herramienta de transformación de estereotipos y hábitos, así como una oportunidad de generar activismo y recuperar la soberanía frente a la publicidad mediática de la industria alimentaria.

Para ello, se ha estructurado este escrito en tres apartados. En el primero se aborda la problemática en torno al consumo y la producción de ultraprocesados, así como su impacto en la salud humana y ambiental. Posteriormente, se reflexiona respecto a los factores que influyen en las elecciones de consumo alimentario y en la necesidad de fomentar una educación alimentaria. Finalmente, se propone a la cocina como una herramienta educativa, transformadora y un espacio para generar activismo a través de la enseñanza-aprendizaje de otra forma de alimentación basada en ingredientes libres de explotación animal, los cuales, a su vez, contribuyen a mejorar la salud humana y planetaria.

¹ Los alimentos hiperpalatables son aquellos que combinan altos niveles de grasa, azúcar, sal y carbohidratos, los cuales activan los centros de recompensa del cerebro e impulsan a comer por placer y no por hambre, dificultando los mecanismos de saciedad y regulación del apetito. Estos alimentos ultraprocesados pueden contribuir a la ingesta excesiva, causando riesgos a la salud como la obesidad y la diabetes (Cervilla, 2022).

Ultraprocesados: la otra epidemia del siglo XXI, desafío para una alimentación sostenible

La crisis alimentaria se ha convertido en una de las problemáticas más acuciantes en la actualidad. Esta no es una crisis aislada, sino que está interrelacionada con otras como la ecológica-ambiental, climática, económica, energética, migratoria, campesina, cultural, de salud y de género² (Díaz y Sevilla, 2023; Sánchez, 2021). Lo anterior se debe a una serie de factores vinculados entre sí, como la dependencia del modelo agroalimentario industrial globalizado hacia la industria petroquímica,³ que trae como consecuencia el aumento en el precio de los alimentos en función del incremento en los costos del petróleo y el gas. A su vez, este modelo petrodependiente profundiza la contaminación y degradación de los ecosistemas y la tierra, contribuye a la emisión de gases de efecto invernadero debido a las técnicas utilizadas en la agricultura y la ganadería industrial, así como a la explotación animal y la pérdida de biodiversidad (Díaz y Sevilla, 2023; Whiting, 2022). Estos son sólo algunos ejemplos de los estragos de un modelo alimentario que ha mercantilizado y reemplazado a los alimentos naturales y tradicionales por productos procesados que ocasionan múltiples daños a la salud humana y planetaria.

Por otro lado, el aumento vertiginoso en las cifras de personas en estado de hambre⁴ debido a los remanentes de la pandemia de Covid-19,

² Aunque las mujeres contribuyen significativamente a la seguridad y soberanía alimentaria, enfrentan una serie de desigualdades y restricciones sociales, políticas y económicas como: largas jornadas de trabajo en el campo, aunadas a la doble jornada laboral, además de la falta de acceso al capital y a la tierra que ellas mismas trabajan; e incluso, en algunos lugares, la tradición indica que los varones deben comer primero y los mejores alimentos, lo que las vuelve más propensas a la desnutrición, a diferencia de los hombres (FAO, s. f. a; Uyttewaal, 2015).

³ Para la producción de envases de plástico –que además son de un solo uso–, aditivos, fertilizantes, combustibles (Díaz y Sevilla, 2023; Macari y Calvillo, 2022; Whiting, 2022).

⁴ De acuerdo con el Informe mundial sobre las crisis alimentarias, en 2023 más de 281 millones de personas (lo que representa 21.5% de la población mundial) de 59

la intensificación de los conflictos bélicos en diversos países, el cambio climático, la profundización de las desigualdades y el desperdicio de alimentos (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO], 2024; Díaz y Sevilla, 2023) han hecho que el foco de atención se centre sobre todo en poner fin y crear un mundo libre de hambre, tal como lo propone el Objetivo 2 de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: “El persistente aumento del hambre y la inseguridad alimentaria, impulsado por una compleja interacción de factores, exige atención inmediata y esfuerzos globales coordinados para aliviar este desafío humanitario crítico” (Organización de las Naciones Unidas [ONU], Objetivo 2: Hambre cero, s. f., párrafo 3).

No obstante, esta es sólo una parte de la crisis alimentaria en la que un número significativo de personas a nivel mundial no tienen acceso a alimentos que les proporcionen los nutrientes básicos necesarios; además de que se han sumado otras dos problemáticas relacionadas con la malnutrición que tienen su origen en el consumo de productos poco saludables. Por una parte, la falta de micronutrientes y, por otra, las enfermedades asociadas al consumo de estos productos cargados de azúcares, harinas refinadas, edulcorantes, sodio, aditivos, aceites de mala calidad y grasas hidrogenadas, entre otros ingredientes con escasa o nula presencia de nutrientes, pero que los hacen altamente palatables y capaces de generar adicción al activar sensaciones de recompensa y placer (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016; Sánchez, 2021; Sánchez, 2023; National Institutes of Health [NIH], 2024).

Es tal la magnitud y el impacto de estas dos situaciones derivadas de la malnutrición, que incluso se considera que superan el problema de la hambruna mundial: “[...] Por primera vez en la historia, las otras dos dimensiones de la malnutrición superan de largo a la primera. Hoy en día existen más personas afectadas de mala alimentación en el mundo que de hambre y subnutrición” (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016: 161).

países y territorios padecieron altos niveles de hambre aguda (inseguridad alimentaria), lo que evidencia un aumento de 24 millones con respecto al año anterior a nivel mundial (Red de Información sobre Seguridad Alimentaria, 2024).

Por tanto, no se trata únicamente de paliar el hambre y trabajar para garantizar la seguridad alimentaria, de tal manera que las personas más vulnerables tengan acceso a alimentos suficientes a través de acciones y estrategias aparentemente filantrópicas. Muchas de estas estrategias están cargadas de intereses económicos, publicidad y supuesta responsabilidad social por parte de multinacionales líderes en la producción de ultraprocesados y bebidas azucaradas –como Pepsico, Nestlé, Kellog’s, Danone, Coca Cola, Unilever, entre otras– (Antúnez, 2025; Velázquez y Miranda, 2024). Estos productos no sólo son de mala calidad y próximos a caducar, sino que, lejos de alimentar a las personas, perjudican la salud al contener una gran cantidad de calorías vacías, azúcares, aditivos y grasas hidrogenadas, pues, en primera instancia, no son provenientes de fuentes naturales, seguras, locales, que aporten nutrientes, tal como lo expresa una mujer peruana quien recibe este tipo de donaciones: “Me dan más dulces, lo que me entregan ahora es más chocolate, mucho chocolate a veces, e incluso me dan botes de manjar. O sea, sí está bueno, pero no es un alimento para la gente. No es lo que la gente necesita. Montón de veces me dan caramelo, chicle, galleta. Esto no es lo que va a cocinar la gente” (HE, mujer entrevistada por Rengifo, 2020: 77).

El consumo de alimentos provenientes de fuentes naturales, saludables, con aporte nutrimental y no procesados se ve amenazado y reemplazado por dietas con una alta cantidad de productos ultraprocesados y bebidas azucaradas que además desplaza a las prácticas alimentarias tradicionales. La fácil disponibilidad y la publicidad que los hace atractivos, sobre todo para comensales con estilos de vida apresurados, ha hecho que su consumo vaya en aumento (Organización Panamericana de la Salud [OPS], s. f.). En países como México, que ocupa los primeros lugares en obesidad en Latinoamérica (Alianza por la Salud Alimentaria, 2022), el consumo de éstos se ha duplicado en las últimas décadas:

La OPS reporta que la venta de ultraprocesados y bebidas azucaradas en nuestro país es la más alta en toda América Latina, con una venta de 214 kg de productos y bebidas per cápita [...]. Aproximadamente, 30% –casi un tercio– de la ingesta diaria de energía de los mexicanos viene de estos pro-

ductos. En niñas, niños y adolescentes, este porcentaje es aún más alto con alrededor de 35% de la ingesta diaria (Macari y Calvillo, 2022: 6).

De acuerdo con Macari y Calvillo (2022), lo anterior está vinculado a una dieta con menor diversidad y menor ingesta de micronutrientes que provienen de fuentes naturales como frutas y verduras.

Recientemente, en México, en conjunto con la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible (Diario Oficial de la Federación [DOF], 2024) –entre sus objetivos se encuentra el derecho a una alimentación adecuada, inocua, de calidad nutricional y cantidad suficiente–, se emitió la prohibición de la venta y promoción de comida chatarra en las cooperativas y tiendas escolares, como parte de las estrategias del programa federal “Vida saludable en las escuelas”, para incentivar la salud y el bienestar de los niños, niñas y jóvenes, y como una medida para combatir y prevenir la obesidad infantil y las enfermedades vinculadas con la mala nutrición (Gobierno de México, s. f.). Sin embargo, ante esta aparente medida drástica en la que los intereses de las multinacionales se han visto amenazados, estas empresas no han quedado fuera, sino que se han “comprometido” a colaborar con esta iniciativa a través de acciones como “donar básculas, elaborar materiales para promover la activación física y compartir información derivada de investigaciones científicas sobre alimentación y salud en los planteles escolares” (*La Jornada*, 10 de abril de 2025: 11).

La relación entre el consumo de ultraprocesados y enfermedades cardiovasculares, así como diabetes, obesidad y sobrepeso, e incluso el cáncer (Sánchez, 2021; Sánchez, 2023; Macari y Calvillo, 2022), muestran una realidad evidente:

Los ultraprocesados y las bebidas azucaradas no son necesarios en la alimentación de la población y su consumo no es recomendado por sus daños a la salud. La Gran Industria de Alimentos y Bebidas sigue produciendo y publicitando productos innecesarios en empaques de un solo uso o de muy pocos usos, mientras que nuestra salud, la del planeta y toda la población están pagando los altos costos por su consumo. Para cuidar la salud

y al planeta, es clave restringir y regular estos productos (Macari y Calvillo, 2022: 1).

Los daños que estos productos hacen a la salud han dado lugar a afirmaciones y realidades que visibilizan la magnitud, el impacto y el progreso de éstos, como: “Comer nos enferma, sí. Pero podemos decir más cosas: comer es lo que más nos enferma (magnitud). Comer nos enferma cada vez más (evolución)” (vsF Justicia Alimentaria Global, 2016: 12). Estas verdades se refieren sobre todo a aquellas dietas insanas promovidas por el sistema alimentario global industrializado, el cual ha creado productos artificiales que no podrían ser considerados alimentos porque no provienen de fuentes naturales, sino que, por el contrario, se trata de:

[...] formulaciones industriales a partir de sustancias derivadas de otros alimentos o fabricados sintéticamente con pocos alimentos o ninguno. Se caracterizan por ser altos en grasa saturada, azúcar añadida y/o sodio. A los productos ultraprocesados se les agregan aditivos como colorantes, saborizantes artificiales, edulcorantes, conservadores, emulsionantes, potenciadores sensoriales, entre otros, para hacerlos más atractivos tanto a la vista como al olfato y el paladar (Macari y Calvillo, 2022: 4).

El consumo de productos ultraprocesados y su composición contribuyen y se asocian, principalmente, al incremento del sobrepeso y la obesidad, las cuales se han convertido en un problema de salud pública y global. Lo anterior ha hecho que incluso se hable de nuevos términos como *globesidad* y *transición epidemiológica*⁵ para dimensionar el impacto del capitalismo en las dietas de hoy en día: “[...] la actual fase del capitalismo condiciona el qué y el cómo comemos, así como sus impactos negativos en nuestra salud” (vsF Justicia Alimentaria Global, 2016: 46). Los alcances de estos

⁵ De acuerdo con vsF Justicia Alimentaria Global (2016), esta transición: “[...] hace referencia a la reducción de la mortalidad infecciosa y el incremento de la no infecciosa” (46).

efectos se han convertido también en un desafío para lograr dietas sostenibles y, con ello, mejorar no sólo la salud humana, sino planetaria.

En los últimos años, las dietas saludables y sostenibles hacen alusión a la dimensión humana respecto a la salud, y a que éstas deben ser beneficiosas también para el planeta. De esta forma, la OMS y la FAO (2020) las definen como: “[...] patrones alimentarios que promueven todas las dimensiones de la salud y el bienestar de las personas; tienen una baja presión e impacto ambiental; son accesibles, asequibles, seguras y equitativas, y son culturalmente aceptables” (11). Uno de los objetivos de estas dietas es la reducción del consumo de productos ultraprocesados por los impactos negativos no sólo a la salud, sino también al medioambiente y el planeta (Macari y Calvillo, 2022).

La composición, elaboración y embalaje de estos productos tienen impactos negativos ambientales y planetarios. La basura plástica generada por los envases de un solo uso permanece en el ambiente y tarda en degradarse hasta 450 años (World Wildlife Found [WWF], 2021); muchos de éstos terminan vertiéndose en los océanos y se convierten en una amenaza para los ecosistemas marinos y de agua dulce a nivel mundial. Es tal el aumento en la generación de estos envases, envolturas, botellas etc., que se estima que, de seguir con esta tendencia de consumo, para 2050 podría haber más plásticos en el mar que peces (ONU, 2021).

Asimismo, los plásticos al degradarse generan una gran cantidad de sustancias químicas que podrían ser perjudiciales para el medioambiente y la salud humana, como es el caso particular de los microplásticos, que son absorbidos por los peces y después por los consumidores de éstos (ONU, 2023); también se han encontrado en otros alimentos como sal, té, leche, miel y arroz, así como en agua embotellada, del grifo y en la cerveza (Macari y Calvillo, 2022).

Los daños ambientales de los productos ultraprocesados van más allá de la contaminación por los envases plásticos, ya que para su procesamiento, venta, distribución y transporte se utilizan grandes cantidades de agua, porciones de tierra, energía y combustibles fósiles, contribuyendo a la emisión de gases de efecto invernadero (García et al., 2023). Además

de estas fases, la producción agrícola de sus ingredientes tiene impactos en los ecosistemas y la biodiversidad.

El aceite de palma,⁶ una de las grasas más consumidas a nivel mundial y presente en casi todos los ultraprocesados, no sólo es perjudicial para la salud por su método de refinamiento a altas temperaturas, sino que también está relacionado con la deforestación para crear superficies para el cultivo de palma, y con la extinción de los orangutanes (Sánchez, 2021; Orangutan Foundation International, s. f.).

Como una forma de concientizar a las empresas y a los consumidores, organismos internacionales evidenciaron los alcances del cultivo de palma en el hábitat de estos primates, a través de la creación de un video en el que un pequeño orangután invade la habitación de una niña, generando un caos. El mensaje a través de frases como: “Hay un humano en mi bosque y no sé qué hacer. Destruyó nuestros árboles para construir tu comida y tu champú” (*El Mundo*, 2018: s. p.), fue para generar empatía y conciencia en torno a los alcances en el planeta y en las demás especies, que tienen los productos que se eligen consumir.

El azúcar, otro ingrediente que ha incrementado su consumo en los últimos años, presente en dulcería, repostería, bebidas y lácteos, pero también en el jarabe de maíz de alta fructosa y que se lee en las etiquetas de muchos productos, requiere para su cultivo grandes cantidades de agua; además, agota los nutrientes del suelo con rapidez y sus plantaciones mal planificadas están relacionadas, de igual forma, con la deforestación y la pérdida de hábitats y biodiversidad (Sánchez, 2021).

A pesar de los estragos en la salud humana y planetaria, estos productos son altamente atractivos para los consumidores y las industrias que los producen, por sus bajos costos, ser poco perecederos y con sabores intensos e hiperpalatables. Sin embargo, tal como considera Sánchez (2021): “El precio tremendamente bajo que se suele pagar por una pieza

⁶ El aceite de palma es una grasa vegetal elaborada a partir del fruto de la palma africana, originaria de África Occidental. Actualmente, no sólo está presente en casi todos los productos ultraprocesados: galletas, chocolates, mantequilla de cacahuete, entre otros, sino que también su uso está muy extendido en la cosmética.

de bollería, por un refresco azucarado o por un paquete de galletas es el vivo reflejo de trasladar a nuestras despensas un modelo de consumo con productos de baja calidad nutricional y de malas condiciones laborales” (145), y que de igual forma contribuyen al deterioro ambiental y la explotación de la tierra y de los hábitats de los animales, quienes también habitan este planeta.

Por ello, es necesario adoptar patrones alimentarios y de consumo conscientes, empáticos y soberanos que apuesten por alimentos locales, de temporada y libres de crueldad y explotación humana y animal. Una forma de generar esta transición es a través de la información y, sobre todo, de la educación.

Factores que inciden en las elecciones de consumo alimentario: la necesaria educación alimentaria

Las elecciones de consumo, los gustos, patrones, así como la educación alimentaria de las personas están condicionados por una serie de factores que configuran sus hábitos alimenticios y de vida. Los humanos son seres biopsicosociales, por lo que la alimentación o, de forma más específica, el acto de comer no es sólo una cuestión de supervivencia biológica y de nutrición, sino que es una experiencia sociocultural: “comer no es simplemente ingerir alimentos. Es un acto profundamente sociológico” (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016: 82). Pero también tiene una dimensión emocional, vivencial, de convivencia y de cercanía: “Alrededor de la mesa, pasamos momentos fundamentales de nuestra vida, y una parte central de nuestras conversaciones versan sobre el placer o el sufrimiento relacionado con la comida” (González, 2019: 14).

La alimentación es una parte tan relevante de la vida que incluso se puede considerar intrínseca a las personas; es parte de su cultura, nacionalidad, historia e identidad:

[...] Somos lo que comemos, pero también lo que comimos. [...] comemos lo que conocemos, pero también lo que pensamos y sentimos. [...] comemos en función de lo que somos, de lo que creemos que somos y de lo que queremos ser. [...] el qué comemos, dónde, con quién y cómo lo comemos define, en gran parte, nuestra identidad (Red Educativa por la Sostenibilidad Alimentaria, 2023: 3).

No obstante, pocas veces se reflexiona sobre estos aspectos cotidianos de la comensalidad, debido a que, en la mayoría de los casos, comer se ha convertido en una acción mecanizada asociada inconscientemente a estar frente a una pantalla (Basulto y Cáceres, 2021) que distrae del acto de degustar, sentir y percibir los aromas y sabores de la comida.

Por otra parte, la forma en la que las personas se alimentan tiene que ver con el contexto presente, así como con un trasfondo evolutivo, es decir, con su historia como especie y como humanidad (Basulto y Cáceres, 2021; VSF Justicia Alimentaria Global, 2016). Los factores que influyen en la alimentación van desde la configuración genética de los seres humanos hasta cuestiones circunstanciales, así como la globalización, la cultura y las tradiciones; la religión, el género, el poder adquisitivo, la educación, la salud física, mental y emocional, además de las aspiraciones sociales y las necesidades afectivas (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016). Esta complejidad de elementos, muchos de ellos relacionados, interviene —como se ha mencionado— en la configuración de los patrones alimentarios.

Para comprender cómo es que las personas comen de determinada forma en la actualidad, es necesario reflexionar en torno a algunas situaciones, como el pasado evolutivo de la humanidad, ya que éste se ha visto acompañado de grandes revoluciones alimentarias.⁷ En estos cambios han influido el capitalismo, la urbanización, los movimientos sociales,

⁷ Dentro de estos hitos se encuentran: la domesticación del fuego, el desarrollo de herramientas, la transición de la dieta vegetariana a la omnívora, el surgimiento de la agricultura, la ganadería y, por consecuencia, del sedentarismo; asimismo, pasar de alimentos frescos a industriales y, posteriormente, a globales, procesados e hiperprocesados (Red Educativa por la Sostenibilidad Alimentaria, 2023).

la globalización, el acceso a los *mass media* y el auge de las redes sociales, con consecuencias sociales, biológicas, ecológicas y en la comensalidad, donde se ha pasado de comer en grupos a hacerlo de forma individual, rápida y frente a una pantalla (Basulto y Cáceres, 2021).

Otros factores de índole circunstancial profundamente relacionados son, por una parte, la capacidad adquisitiva, que determina qué tipo de alimentos y de qué calidad se pueden adquirir, ya sean frescos o procesados; y, por otra, el tiempo del que se dispone para prepararlos: “[...] cocinar platos saludables y planificar una buena alimentación también requiere una inversión de tiempo considerable para que se pueda ajustar a nuestro presupuesto” (Red Educativa por la Sostenibilidad Alimentaria, 2023: 9). Sin embargo, los estilos de vida acelerados, enfocados en la productividad excesiva y con pocos tiempos de ocio, hacen que muchas personas tengan poco tiempo para cocinar y opten por el consumo de la *fast food*.

Asimismo, la dimensión emocional desempeña un papel importante en los alimentos que se elige consumir. De acuerdo con Vargas (2025), existe una correlación entre la madurez emocional y optar por una alimentación saludable y sostenible:

[...] entre mayor madurez emocional tenga una persona, mejor será su relación con los alimentos, eligiendo de manera habitual aquellos que contengan más nutrientes, más elementos ecológicos y menos excesos de grasas, azúcares, harinas blancas y conservadores, por tanto, incluirá menos productos hiperprocesados (1).

Respecto a lo anterior, se ha comprobado que existe una relación bidireccional entre el cerebro y el intestino, de tal manera que cuando el cuerpo se encuentra sometido a estrés crónico o a algún desequilibrio emocional recurrente como la ansiedad, se libera cortisol y otras hormonas que hacen que el organismo demande una cantidad extra de alimentos dulces y grasos con una alta carga calórica, pero que generan en el cerebro el efecto recompensa. A este proceso se le conoce como “hambre emocional” (Vital, 2020). Comer como respuesta a las emociones, es un compor-

tamiento que la mayoría de las personas en el contexto actual, en algún punto, han experimentado.

Para las multinacionales de productos procesados, el que se transite por emociones como ansiedad, estrés y depresión es un área de oportunidad, ya que aumenta el consumo de sus productos. De acuerdo con la Red Educativa por la Sostenibilidad Alimentaria:

Las empresas globales de la alimentación industrial conocen las debilidades de la biología humana, cuya genética prehistórica no cuenta con los mecanismos necesarios para frenar el consumo de azúcares y grasas. Además, conocen el ritmo de vida del s. XXI y diseñan productos alimentarios repletos de grasas y azúcares que sacian desequilibrios emocionales y que, literalmente, “no podemos parar de comer/comprar” y, por tanto, siguen engrosando los bolsillos de dichas empresas y deteriorando nuestro estado de salud (y el del planeta) (2013: 12).

Por ello, es necesario ser consciente y reconocer las emociones por las que se está transitando, aprender a gestionarlas a través de actividades lúdicas, de ocio creativo, descanso, arte, entre otras, y salir del círculo vicioso generado al consumir productos ultraprocesados. Éstos “sacian” momentáneamente el hambre emocional, pero crean dependencia y exacerbaban las emociones subyacentes.

De los factores anteriores que influyen en las elecciones de consumo de alimentos, la publicidad de las empresas de alimentos industrializados se ha convertido en uno de los más persuasivos:

[...] nuestro círculo familiar, social y ahora virtual tiene gran parte de responsabilidad en la configuración de nuestros hábitos alimentarios y de vida; sin embargo, en las últimas décadas, hemos dejado este proceso educativo en manos de las *empresas globales de la alimentación industrial* (Red Educativa por la Sostenibilidad Alimentaria, 2023: 16).

En las sociedades actuales, la publicidad es un elemento cotidiano. Los seres humanos de todas las edades viven inmersos en ella y durante toda

su vida son receptores de una diversidad de anuncios publicitarios, de los cuales: “La refinada y muy abundante mercadotecnia de la gran industria alimentaria es una poderosa fuerza sociocultural. Además, esta sofisticadísima mercadotecnia de la industria y distribución alimentaria ha entrado de lleno en el terreno de lo simbólico (publicidad emocional), especialmente la dirigida al público infantil” (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016: 84).

De los medios y canales de difusión publicitaria, el televisivo es el más utilizado por la industria y en el que más se invierte; no obstante, en los últimos años, se ha visto superado por la publicidad digital (Flores, 2024), la cual se filtra entre los sitios que se visitan en internet y las redes sociales. Por otra parte, la población infantil se ha convertido en el grupo más atractivo para los anunciantes,⁸ y en el mercado de consumidores del futuro, sobre todo de la industria alimentaria insana. Entre los productos procesados más publicitados se encuentran: cereales azucarados, refrescos, snacks, confitería y comida rápida. Éstos se promocionan a través de estrategias creativas de animación y ficción con temáticas que resaltan el sabor, la fantasía y la diversión (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016; Basulto y Cáceres, 2021), y que hacen que los niños y niñas asocien su consumo con felicidad y juego.

De esta forma, la publicidad alimentaria dirigida a la población infantil es básicamente de ultraprocesados y alimentos insanos, que promueve el consumo contrario de lo que recomiendan las campañas educativas: “[...] el mensaje predominante que llega al telespectador infantil y juvenil que recibe estos anuncios va justo en la dirección opuesta a una educación alimentaria basada en la dieta equilibrada [...]” (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016: 93).

⁸ De acuerdo con Basulto y Cáceres (2021), los infantes ven una media de 54 anuncios de comida insana por día. Datos anteriores estiman que la población infantil se ve expuesta a 95 anuncios y a aproximadamente 19,000 anuncios por año (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016).

En lo que se refiere a los estudiantes universitarios, se ha identificado que éstos tienden a elevar el consumo e ingesta de ultraprocesados debido a factores como: la falta de tiempo, la carga académica, un presupuesto limitado que debe cubrir diversos gastos, así como por las opciones de alimentación saludable limitadas o rutinarias dentro de las cafeterías. El consumo de estos productos con pocos nutrientes los hace propensos no sólo a la obesidad y el sobrepeso, sino que también repercute en su rendimiento escolar (Gosh y Muley, 2025; Sánchez *et al.*, 2022).

Como se ha visto, los diversos factores, contextos y, sobre todo, las estrategias de la publicidad persuasiva influyen considerablemente en las elecciones alimentarias. Por ello, para lograr transformaciones profundas, se precisa trabajar en políticas públicas que promuevan campañas educativas. El objetivo es proporcionar información respecto a alimentos sanos e insanos para que las personas se concienticen y elijan una alimentación saludable y balanceada. No obstante, estas personas están expuestas, paralelamente, a una serie de anuncios publicitarios de la propia industria alimentaria predominante, que sitúa a estos productos como la opción más accesible en costo y tiempo: “[...] el problema de la mala alimentación es estructural, es un hecho demostrado, y que ni el etiquetado ni el impacto de la publicidad permiten a esa supuesta persona informada consumir una dieta sana, aunque la conozca al dedillo” (VSF Justicia Alimentaria Global, 2016: 139). En este tenor, se requiere fomentar la educación alimentaria que, de manera similar, no se enfoque únicamente en la difusión de información acerca de los alimentos y sus nutrientes, sino que proporcione diversas herramientas para saber elegir con consciencia ética, sostenible y saludable.

La educación alimentaria está enfocada sobre todo al aspecto nutricional para fomentar hábitos saludables (Acción contra el Hambre, 2021; FAO, s. f.b); sin embargo, en el ámbito educativo, es necesario integrar la dimensión experiencial para reforzar el contenido teórico, e ir más allá de la incorporación en la currícula escolar como una materia. Sobre todo, se considera que debe ser vivencial, sentipensarse: “Evidentemente, reformar la alimentación escolar para hacerla más sostenible va más allá de los

alimentos. Debe considerar nuevas formas de entender y sentir la alimentación” (González, 2019: 13).

Entre las diversas estrategias pedagógicas de la educación alimentaria, se propone la creación de huertos escolares y universitarios en los que se involucre al alumnado en su cuidado y mantenimiento; estos funcionarían, además, como un espacio en el que puedan llevarse a cabo diversas dinámicas de contacto con la tierra, la naturaleza y el propio alimento.⁹ También se sugiere la creación de comedores en los que se utilicen materias primas de origen agroecológico, e incluso del propio huerto; se ofrezcan menús con más opciones vegetales y se disminuya la ingesta de alimentos de origen animal. Asimismo, se propone la creación de mercados que promuevan el comercio justo y el consumo consciente, y la preparación de alimentos a través de la cocina educativa, pero transformadora, sostenible, soberana y, en ese sentido, activista.

Cocina: estrategia educativa y transformadora

Se ha visto que las elecciones alimentarias se ven influenciadas por una serie de factores, de los cuales la publicidad persuasiva que emplea la industria alimentaria fomenta el consumo de productos poco saludables. Reeducar las decisiones alimentarias requiere la implicación del sistema educativo en todos sus niveles, además de las políticas públicas que promueven campañas educativas sobre estilos de vida saludables. Por ello, para generar hábitos conscientes, no es suficiente con adquirir conocimientos teóricos y nutrimentales, sino que se precisa poner en práctica estrategias de conexión con los alimentos que evidencien las consecuencias que tienen las elecciones de consumo en la salud humana, así como el impacto a nivel ambiental y planetario.

Una herramienta y estrategia de la educación alimentaria para crear hábitos saludables y contrarrestar el consumo de alimentos insanos es

⁹ Un ejemplo de ello es el Programa Ecosaberes Alimentarios y Encuentro Interior para la Paz y la No-violencia que promueve la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria (RITEISA, s. f.b).

a través de la cocina. Al igual que comer no sólo se refiere al acto de alimentarse para satisfacer una necesidad biológica, cocinar no sólo implica la preparación de los alimentos y su relación con la gastronomía, tal como considera Collado (2022): “La alimentación es una función orgánica del ser humano; sin embargo, no es lo mismo alimentarse que comer, como tampoco es lo mismo cocinar que practicar la gastronomía” (114). Ambos tienen una dimensión mucho más profunda y de vinculación con el entorno: “¿Cómo podemos adquirir un mayor conocimiento en nuestra vida cotidiana, del mundo natural y del peculiar papel que desempeñamos en él? [...] descubrí que también se podían obtener respuestas incluso más interesantes metiéndose sencillamente en la cocina” (Pollan, 2013: 15).

En el ámbito histórico y antropológico, se considera que cocinar es una actividad esencialmente humana, y su descubrimiento –el cual implicó la transición de ingerir los alimentos crudos a cocidos– ha sido tan relevante para la especie que pudo ser una pieza clave en su evolución (Pessacq, 2015). Aunque en la actualidad cada vez se cocina menos y se es más dependiente de comidas preparadas, congeladas y casi listas para ser ingeridas, ésta sigue siendo una actividad muy presente en la cotidianidad de las personas no sólo porque está ligada a la alimentación, sino que, y a diferencia de otras actividades, “Cocinar, sin embargo, es diferente ya que el trabajo o el proceso, tiene un poder emocional o psicológico del cual no podemos o no queremos desprendernos” (Pollan, 2015: 20).

Es innegable la importancia de la cocina en el seno de la cultura y la evolución humana, así como en las sociedades actuales. Además, es un espacio educativo, de experimentación en el que convergen diversas ciencias:

[...] se trata, pues, de un auténtico laboratorio transversal de disciplinas tan variadas como la química, la biología, la botánica, la zoología, la física del calor, la historia de la cultura, la medicina, la educación física, el arte, la nutrición, la farmacopea y otras muchas disciplinas colaterales. Si se aceptan estas premisas, resultará extraña la ausencia de esta disciplina en la mayoría de currículos escolares (Sabido-Codina y Santacana, 2019: 10).

De esta forma, la preparación de cada receta y platillo implica la disolución de fórmulas, reacciones químicas, el cambio de estado y la transformación de la materia prima con el objetivo de convertirla en comestible y apetecible, así como conocer el aporte nutricional de los alimentos. No obstante, existen otros ámbitos en los que la cocina puede ser una estrategia y herramienta potencialmente educativa y transformadora, como para fomentar la igualdad de género, concientizar respecto al desperdicio de comida, elegir alimentarse de forma saludable y adquirir soberanía frente a la publicidad persuasiva de la industria alimentaria.

Respecto a la primera de las propuestas anteriores, la cocina se ha vinculado tradicionalmente con la mujer como un espacio femenino que pertenece al ámbito de lo doméstico y privado, reproduciendo así los estereotipos de género. Mientras que la gastronomía profesional se encuentra dominada mayormente por varones (ONU, 2020).

Dentro de la educación media, hasta hace unos años, en algunas escuelas, las clases de cocina estaban designadas únicamente a las mujeres (esta afirmación se basa en la experiencia propia), en tanto que clases como electricidad o mecánica eran cursadas por hombres. Por tanto, desde la cocina se pueden deconstruir los roles de género a partir de la premisa de que cocinar no es una habilidad exclusivamente femenina, sino humana. Así, se puede educar desde la infancia y no sólo en las escuelas, sino desde el propio hogar, a niños y niñas para transmitir las habilidades y tradiciones culinarias, así como para fomentar una mayor participación de los hombres en las labores alimenticias.

Por otra parte, en cuanto a concientizar en torno al desperdicio de alimentos a nivel mundial, Stuart (2011) sugiere la necesidad de instaurar clases de cocina en las escuelas como una estrategia para reconocer el valor de los alimentos, familiarizarse con su origen y procedencia, su costo y la falta de acceso para muchas personas, así como para conocer su capacidad de transformarlos en comida aun cuando se consideran residuos. A través de la cocina de aprovechamiento, también llamada *trash cooking*, es posible preparar nuevos platillos y recetas a partir de los restos de otros, lo cual supone no sólo un ahorro de recursos y, por tanto, económico, sino que también es una tendencia sostenible.

Así, aprender y enseñar a cocinar desde el máximo aprovechamiento de los ingredientes, es una forma de contrarrestar el desperdicio y despilfarro de los mismos:

[...] ayuda a aprovechar al máximo todo tipo de subproductos que, de otro modo, van directos a la basura, aumentando el derroche global; tal es el caso de la casquería animal y los descartes vegetales. En cambio, si no sabemos cocinar, los consideramos un producto de consumo más, del que desconocemos su origen y su valor: un modo de seguir despilfarrándolos (Sabaté, 2016: s. f.).

De acuerdo con algunos estudios, aprender a cocinar lleva a las personas a tomar conciencia respecto a la necesidad de alimentarse de forma saludable, al conocer los nutrientes que aporta cada alimento y, por tanto, reducir el consumo de productos preparados y procesados (Hartmann et al., 2013). De acuerdo con Hartmann et al. (2013):

[...] las habilidades culinarias pueden ayudar a las personas a cumplir con las recomendaciones nutricionales en su ingesta diaria. Permiten elegir alimentos más saludables. Por lo tanto, es importante enseñar a niños y adolescentes a cocinar y animarlos a desarrollar sus habilidades culinarias (s. f.).

Esta iniciativa también puede llevarse a cabo entre los estudiantes universitarios a través de cursos y talleres en donde aprendan a cocinar platillos sencillos, prácticos, nutritivos, apetecibles y asequibles a su economía; además, como una acción de reconexión con la comida que podría contribuir a una alimentación más saludable que les proporcione un mayor rendimiento escolar.

Finalmente, en la mayoría de las situaciones, existe una desconexión entre el origen y el producto final, en este caso con los alimentos que se consumen. Esto se debe, por un lado, a que la ruta ha cambiado considerablemente: ya no van del campo a la mesa, sino del súper al microondas y de ahí al plato; y, por otro, a que las personas, como se ha visto, están

inmersas en su día a día en publicidad persuasiva de la industria alimentaria. Empero, al aplicar la premisa de que el conocimiento es poder, éste también da soberanía sobre las elecciones de consumo, donde cocinar los propios alimentos desempeña un papel fundamental:

Las personas que cocinan [...] compran unas determinadas calidades, ya que conocen la materia que trabajan. No se conforman con cualquier cosa y casi siempre van más allá de lo que dicen las etiquetas y las triquiñuelas de las empresas para manipular nuestra decisión de compra. Un consumidor formado es un consumidor más independiente y más difícil de engañar (Sabaté, 2016: s. f.).

Las propuestas anteriores evidencian cómo a través de la cocina se puede educar y transformar no sólo hábitos alimenticios y de consumo, sino roles y estereotipos. Asimismo, la cocina también puede ser un espacio de activismo, generador de cambios sociales a través del cual se pueda enseñar y, a la vez, contribuir a mejorar las condiciones de vida de las personas, de los animales y del planeta.

Un ejemplo de ello es la iniciativa llevada a cabo por la Organización No Gubernamental Igualdad Animal, por medio del programa educativo *Love Veg*, en el que algunas universidades de México se abrieron a una propuesta para cocinar platillos con base en plantas y, con ello, fomentar en las nuevas generaciones de universitarios formas de alimentación compasivas y empáticas con los animales, saludables y respetuosas con el planeta (Ramírez, 2024).

Del mismo modo, en la Universidad Autónoma del Estado de México, a través de la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria (RITEISA), se han impartido talleres educativos de alimentación basada en plantas, en diversas facultades, universidades privadas y en la sociedad civil, con el objetivo de preparar y cocinar platillos sostenibles, sencillos, nutritivos y apetecibles que respondan a las necesidades de salud humana y del planeta, a la vez que fomenten el respeto hacia los animales y su dignidad (RITEISA, s. f.a).

Como se ha mencionado, la cocina es un espacio del que emergen propuestas educativas, transformadoras, críticas y activistas. A través de ésta, se promueven la salud, la sostenibilidad, el consumo consciente, pero también la empatía y la compasión hacia otras formas de vida.

Reflexiones finales

La crisis alimentaria es una de las problemáticas más acuciantes; no obstante, ésta no sólo se refiere a paliar la hambruna mundial, sino que actualmente la malnutrición derivada del consumo de productos ultraprocesados se ha convertido en una dimensión incluso más alarmante que el problema del hambre. Por ello, se trata de que las personas tengan acceso a alimentos, pero no a cualquier tipo de alimentos.

La producción de ultraprocesados no sólo representa un desafío de salud, sino también ambiental para alcanzar un sistema alimentario sostenible. A pesar de los estragos de estos productos, resultan altamente atractivos para los consumidores y las industrias que los producen por sus bajos costo, caducidad y sus sabores hiperpalatables; pero, sobre todo, son sus estrategias publicitarias las que muchas veces terminan por persuadir a los consumidores. Así, es necesaria una educación alimentaria que pase de la teoría y las campañas educativas al ámbito experiencial, de tal manera que sea posible incorporar otras formas de comprender y sentir la alimentación.

Una de las estrategias es la cocina como un espacio de experimentación de saberes, sentires, tradiciones, ciencias, pero también como una herramienta pedagógica, de transformación, soberanía y activismo.

Referencias

Acción contra el Hambre (2021). ¿Qué es la educación nutricional y por qué es tan importante? <<https://accioncontraelhambre.org/es/actualidad/que-es-la-educacion-nutricional-que-es-tan-importante>>.

- Alianza por la Salud Alimentaria (2022). *México ocupa el 5º lugar de obesidad en el mundo*. <<https://alianzasalud.org.mx/2022/03/mexico-ocupa-el-5o-lugar-de-obesidad-en-el-mundo/>>.
- Antúñez, M. (2025). Altruismo ultraprocesado. Multinacionales donan comida chatarra a zonas vulnerables de México y Latinoamérica. *Sin embargo*. <<https://www.sinembargo.mx/4604025/multinacionales-donan-comida-chatarra-a-zonas-vulnerables-de-mexico-y-latinoamerica/>>.
- Basulto, J., y Cáceres, J. (2021). *Más vegetales, menos animales*. Debolsillo.
- Cervilla, N. (2022). Entrevista en Canal U publicada en Etiquetado Frontal: Alimentos “hiperpalatables”, ¿por qué son tan ricos y qué riesgos implican? Escuela de Posgrado, Facultad de Ciencias Químicas, Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. <[https://w3.fcq.unc.edu.ar/posgrados/node/4730#:~:text=A%20partir%20de%20la%20nueva,Posgrado%20\(FCQ%2C%20UNC\)>](https://w3.fcq.unc.edu.ar/posgrados/node/4730#:~:text=A%20partir%20de%20la%20nueva,Posgrado%20(FCQ%2C%20UNC)>)>.
- Collado, L. (2022). Gastronomía doméstica. Educar para la sostenibilidad ambiental. En Vargas, H. y Panchi, V. (Coords.), *Consumo responsable. Gastronomía sostenible y soberanía alimentaria*, 103-126. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Diario Oficial de la Federación (DOF) (2024). *Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible*. <https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5723626&fecha=17/04/2024#gsc.tab=0>.
- Díaz, C., y Sevilla, A. (2023). *Menú para la rebelión alimentaria en el campus*. <<https://redalimentacion.org/recurso-educativo/menu-para-la-rebelion-alimentaria-en-el-campus/>>.
- El Mundo* (2018). Un anuncio de Navidad se vuelve viral tras ser vetado en la televisión británica. <<https://www.elmundo.es/f5/comparte/2018/11/15/5bed3ce822601da9738b468d.html>>.
- Florencia, M. (2024). La publicidad digital supera a la televisiva. *Statista*. <<https://es.statista.com/grafico/31654/gasto-mundial-estimado-en-publicidad-en-television-y-video/>>.
- García, S., Pastor, R., Mesquida, M., Álvarez, L., Martínez, M. A., Rubín, García, M., Salas, J., Corella, D., Fitó, M., Martínez, J. A., Sierra, L., Wärnberg, J., Vioque, J., Romaguera, D., López, J., Estruch, L., Tinahones, F.

- et al. (2023). Ultra-processed foods consumption as a promoting factor of greenhouse gas emissions, water, energy, and land use: A longitudinal assessment. *Science of The Total Environment*, 891 (164417), 1-10. <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0048969723030383>>. Doi: <<https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2023.164417>>.
- Gobierno de México (s. f.). *Estrategia vida saludable en las escuelas*. <<https://vidasaludable.gob.mx/#:~:text=Es%20la%20estrategia%20nacional%20impulsada,la%20promoci%C3%B3n%20de%20h%C3%A1bitos%20saludables>>.
- González, L. (2019). Potencial educativo de los comedores sostenibles y saludables. En Esteban A., Fernández, J. L., Kois, C., González, L. (Coords.), *Alimentar el cambio. Guía práctica, experiencias y reflexiones sobre comedores escolares, educativos, sostenibles y saludables*, 11-22. Libros en Acción.
- Gosh, A., y Muley, A. (2025). Ultra-Processed Food Consumption Among College Students and Their Association With Body Composition, Bowel Movements and Menstrual Cycle. *International Journal of Public Health*, 70 (1607712), 1-9. <<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12011617/> Doi: 10.3389/ijph.2025.1607712>.
- Hartmann, C., Dohle, S., y Siegrist, M. (2013). Importance of cooking skills for balanced food choices. *Appetite*, 65, 125-131. <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666313000457?via%3Dihub> Doi: [org/10.1016/j.appet.2013.01.016](https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.01.016)>.
- La Jornada (10 de abril de 2025). *Industrias de alimentos ultraprocesados pactan con la SEP inclusión en la estrategia Vida Saludable*. <<https://www.jornada.com.mx/2025/04/10/politica/011n2pol>>.
- Macari, M., y Calvillo, A. (2022). *Planeta ultraprocesado. Los riesgos a la salud y el medioambiente de los productos ultraprocesados*. Alianza por la Salud Alimentaria.
- National Institutes of Health (NIH) (2024). *La doctora Ashley Gearhardt habla sobre la adicción y los alimentos ultraprocesados*. <<https://salud.nih.gov/recursos-de-salud/nih-noticias-de-salud/la-doctora-ashley-gearhardt-habla-sobre-la-adiccion-y-los>>.

- Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2020). *La desigualdad de género también se combate desde la cocina*. <<https://news.un.org/es/story/2020/03/1470791>>.
- Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2021). *El plástico, que ya ha atragantado nuestros océanos, terminará por asfixiarnos a todos si no actuamos rápidamente*. <<https://news.un.org/es/story/2021/10/1498752>>.
- Organización de las Naciones Unidas [ONU] (s. f.). *Objetivos del Desarrollo Sostenible. Objetivo 2: Poner fin al hambre*. <<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/hunger/>>.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) (2024). *Informe mundial sobre las crisis alimentarias: El hambre aguda sigue en niveles altos persistentes en 59 países, y se calcula que 1 de cada 5 personas necesita medidas urgentes y decisivas*. <<https://www.fao.org/newsroom/detail/global-report-on-food-crises---acute-hunger-remains-persistently-high-in-59-countries-with-1-in-5-people-assessed-in-need-of-critical-urgent-action/es>>.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) (s. f.a). *La mujer rural y el derecho a la alimentación*. <<https://www.fao.org/4/W9990S/w9990s10.htm#:~:text=La%20funci%C3%B3n%20de%20la%20mujer%20en%20la%20seguridad%20alimentaria&text=La%20FAO%20estima%20aproximadamente%20que,principalmente%20para%20el%20consumo%20familiar>>.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), (s. f.b). *Educación alimentaria y nutricional*. <<https://www.fao.org/school-food/areas-work/based-food-nutrition-education/es/>>.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS) (s. f.). *Promoción y publicidad de alimentos ultraprocesados y procesados y bebidas no alcohólicas*. <<https://www.paho.org/es/temas/promocion-publicidad-alimentos-ultraprocesados-procesados-bebidas-no-alcoholicas#:~:text=La%20publicidad%20de%20alimentos%20y%20bebidas%20ultraprocesados%20y%20procesados%20fomenta,la%20obesidad%20y%20las%20ENT>>.

- Orangutan Foundation International (s. f.). *What's wrong with Palm Oil?* <<https://orangutan.org/palmoil/>>.
- Pessacq, R. (2015). *Sobre el comer y el cocinar*. Grafikar.
- Pollan, M. (2013). *Cocinar. Una historia sobre la transformación*. Debate.
- Ramírez, K. (2024). *Love Veg: el reto de hacer crecer la compasión*. <https://igualdadanimal.mx/blog/love-veg-el-reto-de-hacer-crecer-la-compasion/>.
- Red de Información sobre Seguridad Alimentaria (2024). *Informe Mundial sobre las Crisis Alimentarias*. <<https://www.fsinplatform.org/report/global-report-food-crises-2024/>>.
- Red Educativa por la Sostenibilidad Alimentaria (2023).
- Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria (RITEISA) (s. f.a). *Galería de experiencias*. <<https://www.riteisa.org/galerias2.htm>>.
- Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria (RITEISA) (s. f.b). *Ecosaberes*. <<https://www.riteisa.org/galerias2.htm>>.
- Rengifo, G. (2020). Entornos alimentarios en contextos de crisis. *Debate Agrario*, (51), 65-94. <<https://cepes.org.pe/wp-content/uploads/2024/04/DA-51-web-BRICENO-OLLAS-COMUNES-66-95.pdf>>.
- Sabaté, J. (2016). Cinco motivos para reintroducir las clases de cocina en los colegios. *El Diario. Consumo Claro*. <https://www.eldiario.es/consumoclaro/comer/clases-cocina-colegios-escuelas-ninas-ninos_1_3803941.html>.
- Sabido-Cobida, J., y Santacana, J. (2019). *La cocina como herramienta educativa*. Trea.
- Sánchez, A. (2023) *¿Qué pasa con la nutrición?* Paidós.
- Sánchez, A. (2021). *Tu dieta puede salvar el planeta*. Paidós.
- Sánchez, S., Romero, E., González, K., Avelino, S., y Hernández, Z. (2022). Consumo de alimentos ultraprocesados y su relación con el sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios. *UVserva*, (13), 244-252. <<https://uvserva.uv.mx/index.php/Uvserva/article/view/2831>>.
- Stuart, T. (2011). *Despilfarro: el escándalo global de la comida*. Alianza Editorial.

- Uyttewaal, K. (2015). Feminismos y agroecología. Un entrelazamiento esencial. *LEISA, Revista de Agroecología*, 31(4), 5-7. <<https://leisa-al.org/web/revista/volumen-31-numero-04/>>.
- Vargas, C. (2025). Emotions, diet and healthy lifestyles in university students. *International Journal of Human Sciences Research*, 5(2), 1-10. <<https://atenaeditora.com.br/catalogo/artigo-revista/emociones-dieta-y-estilos-de-vida-saludable-en-estudiantes-universitarios>>. DOI: <<https://doi.org/10.22533/at.ed.55852251603>>.
- Velázquez, K., y Miranda, E./ Pop Lab y Ojo Público. (2024). Las dos caras de la filantropía: el costo de las donaciones de productos ultraprocesados. *Pie de Página*. <<https://piedepagina.mx/las-dos-caras-de-la-filantropia-el-costo-de-las-donaciones-de-productos-ultraprocesados/>>.
- Vital, S. (2020). El hambre emocional y su relación con el sobrepeso y la obesidad. *Psic Obesidad*, 10(37), 18-26. <<https://www.revistas.unam.mx/index.php/psic/article/view/80522>>.
- VSF Justicia Alimentaria Global (2016). *Viaje al centro de la alimentación que nos enferma*. <https://justiciaalimentaria.org/wp-content/uploads/2022/01/informe_dameveneno.pdf>.
- Whiting, K. (2022). Así es como están conectadas las crisis alimentaria y energética. *World Economic Forum*. <<https://es.weforum.org/stories/2022/09/asi-es-como-estan-conectadas-las-crisis-alimentaria-y-energetica/>>.
- World Wildlife Found Australia (2021). *The Lifecycle of Plastics*. <<https://www.wwf.org.au/news/blogs/the-lifecycle-of-plastics>>.



CAPÍTULO 5

COMEDORES UNIVERSITARIOS: UNA PROPUESTA ANTROPOLÓGICA PARA LA TRANSFORMACIÓN ALIMENTARIA*

Merit Nefernefer Becerril Tello
Sergio Moctezuma Pérez

Introducción

Los comedores universitarios representan mucho más que simples dispositivos logísticos para la distribución de alimentos. Constituyen espacios vivos en los que se configuran prácticas cotidianas que articulan, de manera compleja, la salud, la cultura, la economía y el territorio. Desde la perspectiva de la antropología de la alimentación, el acto de comer no se reduce a satisfacer necesidades fisiológicas, pues implica recrear vínculos con el entorno, ejercer decisiones éticas sobre el origen y la calidad de los alimentos, y participar en narrativas colectivas que fortalecen la identidad, la memoria social y la permanencia cultural dentro de la comunidad universitaria.

* Este capítulo fue desarrollado gracias al apoyo del Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales de la Universidad Autónoma del Estado de México, durante la estancia posdoctoral realizada en el periodo 2022-2025, y financiado por CONAHCYT.

En el marco de las crisis actuales: alimentaria, ecológica y educativa, que caracterizan al mundo, las universidades están llamadas a desempeñar un papel estratégico en la reconfiguración de los sistemas agroalimentarios. Los comedores universitarios deben convertirse en laboratorios vivos donde confluya la salud, cultura, sostenibilidad, pedagogía y la justicia alimentaria. Por ello, este capítulo plantea una reflexión crítica de las cafeterías como escenarios privilegiados para la transformación alimentaria sustentable, enfatizando el consumo de productos locales y de temporada como estrategia integral que, además de sus beneficios nutricionales, fomenta prácticas éticas, ecológicas y políticamente comprometidas con la comunidad y su territorio.

Estos espacios pedagógicos, desde la antropología de la alimentación, se entienden como lugares de interacción social donde el acto de comer está cargado de significados que influyen en la construcción de identidades, valores y relaciones. Analizarlos implica reconocer que la comida no sólo nutre al cuerpo, sino que también transmite saberes, reproduce o transforma costumbres, y se inscribe en políticas más amplias. En la siguiente sección, se profundiza en los fundamentos teóricos que permiten entender cómo, en contextos universitarios, la alimentación se convierte en un dispositivo educativo que articula salud, cultura y sostenibilidad, e impulsa procesos de soberanía alimentaria y resistencia frente a la homogeneización alimentaria global.

Alimentación, cultura y salud estudiantil

Desde la antropología de la alimentación, el acto de comer va más allá de lo biológico: representa un proceso cultural y simbólico donde converge la identidad, el territorio y la ética del consumo. En el ámbito universitario, la alimentación se debe convertir en un dispositivo de formación que puede reproducir o transformar hábitos. La alta presencia de alimentos ultraprocesados responde a lógicas de mercado que priorizan la eficiencia, pero perjudican la salud y el vínculo territorial. En contraste, una dieta basada en productos frescos y de temporada fortalece tanto el rendimiento académico como el bienestar emocional y digestivo del estudiantado.

La alimentación en contextos universitarios también trasciende su dimensión biológica o funcional; constituye una práctica cargada de significados simbólicos, disputas políticas y resonancias ecológicas propias del entorno estudiantil. Desde la antropología de la alimentación, comer no sólo implica satisfacer necesidades fisiológicas, sino también recrear vínculos con el territorio, ejercer decisiones sobre el origen de los alimentos y participar de narrativas colectivas sobre identidad y permanencia (Mintz, 1996; Fischler, 2011). En este sentido, los comedores universitarios deben comprenderse como espacios formativos capaces de reproducir y transformar hábitos alimentarios, y donde las universidades ejerzan un papel activo en la construcción de sistemas alimentarios justos, sostenibles y culturalmente significativos (Torres, 2022).

Estos espacios, lejos de ser sitios neutros de distribución alimentaria, se convertirían en plataformas educativas que revelen las tensiones entre nutrición hegemónica y saberes tradicionales, permitiendo que el acto de alimentarse se convierta en una experiencia formativa, crítica y contextualizada. Dicha perspectiva interpreta la prevalencia de alimentos ultraprocesados como parte de una lógica global que estandariza gustos y reproduce desigualdades, lo que exige repensar los comedores como espacios de resistencia cultural.

Autores como Luis Alberto Vargas (2000) han señalado que la alimentación debe abordarse desde una perspectiva integral que articule salud, cultura y territorio. Su trabajo en comunidades indígenas y mestizas ha revelado la riqueza de los sistemas alimentarios tradicionales y su potencial para mejorar la calidad de vida. Su enfoque permite pensar los comedores como espacios pedagógicos donde se articulan saberes ancestrales y científicos para fomentar la resiliencia alimentaria local.

Vargas Cetina (2014), desde la antropología interpretativa, advierte que las políticas alimentarias deben considerar las representaciones culturales y las estrategias identitarias de los sujetos, evitando imponer modelos homogéneos de nutrición. Ignorar estas representaciones puede invisibilizar trayectorias culturales diversas y reproducir formas de exclusión epistémica dentro del espacio universitario.

El predominio de alimentos ultraprocesados en comedores universitarios responde a lógicas de mercado que privilegian la eficiencia, el bajo costo y la estandarización del gusto. Sin embargo, múltiples estudios han documentado los efectos negativos de estos productos en la salud de la comunidad estudiantil. Ruiz *et al* (2018) señalan que el consumo habitual de productos industrializados ricos en azúcares, grasas saturadas y aditivos se asocia con fatiga, disminución de la concentración y mayor incidencia de enfermedades crónicas. Por su parte, López-Gil *et al* (2022) observan una correlación entre alimentación chatarra y bajos niveles de rendimiento académico.

Desde la teoría del procesamiento alimentario (Monteiro *et al.*, 2019), los alimentos ultraprocesados se caracterizan por su formulación industrial, escasa presencia de ingredientes naturales y alta densidad energética. Diseñados para seducir el paladar y simplificar el acto de comer, estos productos inducen dinámicas de consumo acelerado, difíciles de regular sin un marco cultural que lo contenga (Fardet y Rock, 2020). Esto configura una relación alimentaria desarraigada que distorsiona el círculo con la naturaleza y con el entorno social, afectando no sólo la salud física, sino también la emocional.

Esta lógica alimentaria, además de afectar la salud física, impacta la microbiota intestinal y la salud mental, como lo demuestran estudios recientes sobre la relación entre dieta y bienestar emocional (Ramos, 2025). En contraste, una alimentación basada en productos frescos, locales y de temporada –como los quelites, maíz criollo y frutas regionales– ofrece energía sostenida, mejor digestión y mayor claridad mental (Universidad Panamericana [UP], 2024; UNIVA, 2024). Además, fortalece la conexión de los estudiantes con su territorio y su cultura alimentaria.

Este cambio alimentario plantea un debate ético sobre la autonomía individual. Mientras Dworkin (2000) define el derecho de los estudiantes a decidir qué consumir, Sunstein y Thaler (2012) proponen estrategias de *nudges* que orienten decisiones saludables sin imponer restricciones, y que deben considerar la diversidad sociocultural del estudiantado para evitar que se conviertan en mecanismos de control camuflados como libertad de elección. En México, políticas como la NOM-051 y los

lineamientos de la Secretaría de Educación Pública (SEP) (2023) refuerzan la necesidad de limitar el acceso a productos con sellos de advertencia nutricional en instituciones educativas, incluyendo universidades.

Desde una perspectiva descolonizadora, autores como Silva (2022) proponen incorporar cotas epistémicas en el diseño curricular y alimentario de las universidades, y reconocer los saberes de comunidades indígenas y afrodescendientes sobre cultivo, preparación y consumo de alimentos. Ello implica cuestionar las bases epistemológicas que sustentan los sistemas alimentarios institucionales y avanzar hacia modelos basados en pluralidad de conocimientos, además de revalorar los sistemas alimentarios tradicionales y una crítica a la hegemonía nutricional occidental.

Un ejemplo claro de la integración de saberes indígenas en los comedores universitarios sería la inclusión de platillos elaborados con maíz criollo, quelites, frijoles nativos y calabaza, preparados con técnicas culinarias tradicionales transmitidas por comunidades campesinas. Estos ingredientes, cultivados bajo prácticas agroecológicas y seleccionados por su valor cultural y nutricional, permiten ofrecer menús que no sólo cumplen con criterios de salud, sino que fortalecen la identidad alimentaria local. Incorporar tamales de hoja de maíz, sopas de hongos silvestres o tortillas nixtamalizadas representa un acto pedagógico y político que conecta territorio, memoria y soberanía alimentaria

Movimientos estudiantiles, como el Frente Alimentario Universitario en la UNAM, han exigido la creación de comedores subsidiados, con alimentos frescos, locales y agroecológicos, gestionados por trabajadores sindicalizados y con participación estudiantil en el diseño de menús (Arnés Prieto *et al.*, 2025). Esta demanda se articula con la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAS, 2024), que obliga a las universidades a promover el consumo de alimentos nutritivos y de origen local.

Impacto cultural de los comedores universitarios: entre memoria, identidad y transformación

Los comedores universitarios, más allá de su función alimentaria, constituyen espacios de producción simbólica donde se configuran prácticas

culturales, narrativas identitarias y memorias colectivas. Desde la antropología de la alimentación en comunidad, se inscriben en un entramado de significados que trasciende lo nutricional y se convierte en una experiencia formativa, emocional y política (Fischler, 2011; Mintz, 1996). En este sentido. Los comedores universitarios pueden ser comprendidos como escenarios de reproducción cultural, donde se negocian valores, se reafirman pertenencias y se disputan sentidos sobre lo que significa alimentarse en un contexto académico.

La cultura alimentaria universitaria no es homogénea ni estática; se encuentra en constante transformación, influida por factores como la migración estudiantil, la diversidad étnica, las trayectorias familiares, las políticas institucionales y las dinámicas del mercado (Torres, 2022). En este cruce de influencias, los comedores se convierten en espacios de encuentro intercultural donde convergen saberes tradicionales, prácticas modernas y discursos nutricionales hegemónicos. Esta diversidad puede generar tensiones, pero también abre posibilidades para el diálogo, la resignificación y la construcción de nuevas formas de convivencia alimentaria.

Desde la perspectiva etnográfica, el comedor universitario puede ser visto como un fragmento de la sociedad en el que se expresan las desigualdades, las resistencias y las aspiraciones de los sujetos. Las elecciones alimentarias, los modos de preparación, los rituales de consumo y las conversaciones que ocurren en torno a la mesa revelan dimensiones profundas de la vida estudiantil (Vargas, 2014). Comer en el comedor no sólo es una acción fisiológica, sino un acto cargado de simbolismo que puede reforzar o cuestionar estructuras sociales, identidades de género, pertenencias territoriales y memoria familiar.

La incorporación de alimentos tradicionales en los menús universitarios –como los tamales, los quelites, el maíz criollo, la sopa de hongos locales– no sólo responde a criterios nutricionales o ecológicos, sino que constituye una estrategia de revaloración cultural (Vargas, 2000; Toledo, 2002). Estos platillos evocan historias, saberes y efectos que vinculan a los estudiantes con sus comunidades de origen, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la autoestima cultural. En este sentido, el comedor se convierte en un espacio de resistencia frente a la homogeneización

alimentaria global, promoviendo la diversidad biocultural como principio pedagógico y político.

Autores como Bell Hooks (2003) han señalado que los espacios educativos deben ser lugares de cuidado, memoria y afirmación identitaria. El comedor universitario, en tanto espacio cotidiano, puede cumplir esta función si se diseña desde una lógica inclusiva, sensible a las experiencias de opresión, exclusión y resiliencia que atraviesan a las y los estudiantes. Reconocer el acto de comer está vinculado a la historia personal, a la identidad cultural y a la emocional, y permite construir comedores más humanos, más justos y más significativos.

El impacto cultural de los comedores también se manifiesta en la dimensión estética de la alimentación. La presentación de los platillos, los colores, los aromas y las texturas configuran una experiencia sensorial que influye en la percepción del alimento y en la disposición emocional del comensal. Incorporar elementos visuales y narrativos que conecten con la cultura local –como vajillas artesanales, decoración con motivos regionales o nombres de platillos en lenguas originarias– puede enriquecer la experiencia alimentaria y fortalecer el vínculo con el territorio (Galindo, 2016).

La expresión de menús diversos, la participación en procesos de co-diseño, la interacción con productores locales y la reflexión sobre el origen de los alimentos pueden transformar las prácticas de consumo de los estudiantes, generando hábitos más conscientes, éticos y sostenibles. Esta transformación no ocurre de manera automática, sino que requiere estrategias pedagógicas que vinculen la alimentación con la cultura, la historia y la política. Desde la perspectiva de las ecologías de saberes, los comedores universitarios pueden ser espacios donde se reconozca la legitimidad de los conocimientos ancestrales, populares y científicos en torno a la alimentación. Esta articulación permite construir una cultura alimentaria plural, crítica y situada, que desafíe la hegemonía nutricional occidental y promueva la soberanía alimentaria como derecho cultural (Santos, 2009; Silva, 2022).

Evaluar el impacto cultural de los comedores universitarios necesita metodologías cualitativas, sensibles a las narrativas estudiantiles, a las

trayectorias alimentarias y a las representaciones simbólicas que circulan en el espacio universitario. Las entrevistas, los diarios alimentarios, los grupos focales y las cartografías efectivas pueden revelar cómo los estudiantes viven, interpretan y transforman su relación con la comida en el contexto universitario (Moctezuma y Murguía, 2023). Esta información es clave para diseñar políticas alimentarias que respondan a las necesidades culturales reales de la comunidad académica.

En suma, el comedor universitario puede ser pensado como un espacio de transformación cultural donde se gesten nuevas formas de habitar la universidad y de relacionarse con el entorno. Esta transformación implica reconocer que la cultura alimentaria no es un acceso, sino un componente central de la vida académica, capaz de incidir en la salud, el aprendizaje y la construcción de comunidades comprometidas con el buen vivir.

Beneficios ambientales de eliminar alimentos procesados en comedores universitarios

La transición hacia menús basados en alimentos frescos y locales tiene beneficios ambientales evidentes. Disminuir el uso de productos ultraprocesados reduce la huella ecológica del comedor, minimiza el uso de plásticos y acorta las cadenas de distribución. Además, fortalece la agrobiodiversidad local y promueve la implementación de prácticas agroecológicas en campus, como compostaje, biojardineras y huertos universitarios. Estos espacios permiten vincular el aprendizaje con el cuidado ambiental y la soberanía alimentaria.

Más allá de la salud individual, la transformación alimentaria en los comedores universitarios tiene implicaciones ambientales profundas. La producción, transporte y empaque de alimentos genera una huella ecológica considerable. Sustituirlos por productos locales y frescos reduce emisiones de gases de efecto invernadero, minimiza el uso de plásticos y fomenta cadenas cortas de suministro (Strasburg *et al.*, 2023). Estas prácticas promueven una economía circular que revitaliza los sistemas productivos locales y descentraliza los existentes.

Un estudio realizado en Uruguay demostró que menos de 10% de los alimentos utilizados en comedores universitarios eran procesados, lo que se redujo en una menor huella hídrica y menor generación de residuos (Strasburg *et al.*, 2023). En este sentido, este ejemplo refuerza la viabilidad operativa de los comedores sustentables como modelos reproducibles en México, especialmente si se articulan con políticas de consumo sustentables, educación ambiental y gestión de residuos sólidos, tríada que reforzaría su permanencia futura. Esta evidencia demuestra que es posible diseñar menús nutritiva y ambientalmente responsables en contextos institucionales.

Además, esta transición fortalece la agrobiodiversidad regional. El consumo de cultivos nativos como el maíz criollo y los quelites promueve prácticas agroalimentarias adaptadas al clima de Toluca, y evita la dependencia de monocultivos intensivos (Tena *et al.*, 2022). También se reduce la generación de residuos sólidos, ya que los alimentos frescos requieren menos procesamiento y embalaje, lo que facilita el compostaje y mejora la gestión de residuos orgánicos en campus universitarios (Amador *et al.*, 2019). Este proceso contribuye a la restauración ecológica en el entorno universitario e incentiva la implementación de huertos del tipo urbano, biojardineras y proyectos de compostaje comunitario, que vinculan directamente la experiencia alimentaria con el aprendizaje ecológico activo. A su vez, se reduce el flujo de desechos plásticos derivados de empaques alimentarios, incidiendo favorablemente en la salud de ecosistemas urbanos, y disminuyendo los costos logísticos asociados a la recolección y disposición final de residuos.

Desde la agroecología, propuesta por De Schutter (2014), la seguridad alimentaria no puede desvincularse de la sustentabilidad ecológica. La alimentación saludable implica condiciones sociales y ambientales que permiten el acceso a alimentos nutritivos, inocuos y culturalmente adecuados. En este sentido, los comedores pueden ser laboratorios vivos para experimentar modelos de restauración colectiva sostenible (De Lucio Fernández, 2019). Transformar estos espacios institucionales en plataformas agroecológicas implica repensar no sólo los menús, sino también las relaciones entre estudiantes, trabajadores, productores locales y gestores

universitarios, promoviendo una cultura de corresponsabilidad ambiental. Desde esta lógica, los comedores dejan de ser dispositivos logísticos y se convierten en escenarios de formación ciudadana, donde el consumo informado se articula con principios de soberanía alimentaria.

El enfoque etnobiológico permite comprender cómo los saberes locales sobre plantas comestibles estacionales, técnicas de cultivo y preparación pueden integrarse en los menús universitarios. La etnobiología, como señala Toledo (2002), revela la estrecha relación entre biodiversidad y cultura, y propone una visión holística de la alimentación como práctica ecológica y simbólica. Incorporar esta perspectiva en el diseño de comedores universitarios permite reconocer los sistemas de conocimiento comunitario como fuentes legítimas para la innovación alimentaria sostenible, y reforzar el diálogo entre disciplinas como la antropología, la agronomía y la nutrición, que pueden ser perfectamente abordadas en el ambiente universitario.

Finalmente, el consumo de alimentos frescos y locales constituye la soberanía alimentaria, entendida como el derecho de los pueblos a definir sus propios sistemas alimentarios. Este principio adquiere una dimensión ecológica al promover circuitos cortos de comercialización –como ya se ha hecho mención durante este trabajo–. Sobre todo, consideramos que, desde una óptica pedagógica, la soberanía alimentaria puede convertirse no sólo en un eje transversal de gestión, sino en una pedagogía viva, capaz de formar conciencias territoriales desde el acto cotidiano de alimentarse, formando generaciones comprometidas con la defensa del territorio, la diversidad biocultural y el buen vivir.

Experiencias latinoamericanas

Diversas universidades en América Latina han desarrollado experiencias innovadoras que permiten imaginar y construir modelos de comedores sustentables, saludables y culturalmente pertinentes. Estas iniciativas se centran en la mejora de los menús y articulan procesos pedagógicos, agroecológicos y comunitarios que resignifican el papel del comedor universitario como espacio de transformación ecosocial.

Como plantea Galindo (2016), abordar la alimentación desde la escuela implica ir más allá de lo nutricional y reconocerla como una práctica social, política y cultural profundamente ligada al contexto local y global. En la Escuela Pedagógica Experimental, ubicada cerca de Bogotá, se observa cómo la escuela puede activar formas de aprendizaje crítico sobre la alimentación, incorporando experiencias vividas, narrativas estudiantiles y tensiones entre culturas alimentarias dominantes y tradicionales. Esta perspectiva refuerza la idea de los comedores universitarios como espacios formativos que generan conciencia crítica sobre consumo, cultura y ambiente, fortaleciendo el vínculo ético-territorial en la comunidad académica.

En Colombia, distintas instituciones de educación superior han vinculado sus comedores con mercados campesinos, huertas universitarias y programas de soberanía alimentaria. La Universidad Nacional de Colombia, por ejemplo, ha promovido procesos de compra pública con organizaciones de pequeños productores, integrando principios de economía solidaria, agroecología y equidad de género. Estas acciones fortalecen los vínculos campo-universidad y permiten que los estudiantes consuman alimentos producidos en su entorno inmediato.

En Montevideo, la Universidad de la República (Udelar) implementó una evaluación del Comedor Universitario N° 2 (CU2), analizando la calidad nutricional de los menús y su impacto medioambiental. El estudio realizado durante 2021 examinó la proporción de alimentos ultraprocesados, frescos y locales, ofreciendo evidencia concreta sobre las ventajas de migrar hacia opciones más saludables y ecológicas. Esta experiencia demuestra no sólo la factibilidad operativa de un comedor sustentable, sino también su potencial para generar diagnósticos rigurosos que puedan guiar políticas institucionales de alimentación responsable.

En Ecuador, la Universidad Tecnológica Equinoccial (UTE) desarrolló un proyecto encaminado a frenar el desperdicio de alimentos y sensibilizar a los estudiantes de Gastronomía y Nutrición sobre el desarrollo sostenible. Este programa fomenta la gestión de conocimiento colaborativo entre academia y comunidad, nutriendo tanto la formación técnica como la ético-ambiental de los participantes (www.ute.edu.ec).

La iniciativa pone de manifiesto la capacidad de los comedores universitarios para trascender su función alimentaria e integrarse como aulas vivas que promuevan la corresponsabilidad y el compromiso con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

En Perú, una investigación reciente propuso alternativas para dar valor agregado a los residuos generados por comedores universitarios, orientadas a la reutilización creativa y el aprovechamiento sostenible. El estudio aborda procesos como compostaje, reciclaje orgánico y transformación de restos en insumos productivos (Castañeda *et al.*, 2023). Este enfoque convierte al comedor universitario en una arena pedagógica para aprender sobre economía circular, consumo responsable y gestión ambiental activa, integrando la alimentación con prácticas de sustentabilidad concreta dentro del campus.

Estas experiencias reflejan los beneficios ambientales descritos previamente, al priorizar cadenas cortas de suministro, minimizar el uso de empaques y reducir significativamente la generación de residuos. La vinculación con productores locales y el consumo de alimentos frescos y de temporada disminuyen la huella de carbono asociada al transporte y fortalecen la agrobiodiversidad regional. Asimismo, la implementación de prácticas como compostaje, aprovechamiento de residuos orgánicos y uso de menús planificados con criterios estacionales contribuye a cerrar ciclos productivos. En conjunto, estos modelos confirman que la sostenibilidad ambiental puede integrarse de manera operativa en la gestión alimentaria universitaria.

Tal como señalan Moctezuma y Murguía (2023), las cafeterías universitarias pueden convertirse en nodos estratégicos para impulsar la soberanía alimentaria cuando se articulan con redes de productores locales, principios agroecológicos y procesos participativos de gestión. Estos espacios, lejos de limitarse a proveer alimentos, pueden funcionar como espacios formativos que fortalecen la cultura alimentaria de la comunidad, promueven el consumo responsable y generan vínculos estables con economías rurales. Dicho enfoque coincide con experiencias en América Latina donde la alimentación institucional se integra en un modelo más amplio de responsabilidad social universitaria, orientado no sólo a cubrir

necesidades nutricionales, sino a incidir en la transformación cultural y ecológica de los campus.

Participación estudiantil y co-diseño alimentario

La transformación de los comedores universitarios hacia modelos más justos y sostenibles requiere decisiones institucionales y una participación activa del estudiantado. La inclusión de voces estudiantiles en el diseño, la implementación y evaluación de políticas alimentarias fortalece el sentido de pertenencia y permite que los comedores se conviertan en espacios para todos. Desde el enfoque de ecologías de saberes (Santos, 2009), el co-diseño alimentario implica reconocer el conocimiento de los estudiantes sobre la cultura alimentaria, nutrición y prácticas de consumo responsable.

Esta perspectiva rechaza la visión tecnocrática del comedor como simple prestador de servicio, y lo redefine como espacio vivo en el que se articulan saberes científicos, populares y ancestrales. Como ejemplo y experiencia, se tomará como referencia el proyecto “Menú Participativo” de la Universidad Autónoma de Querétaro (UAQ, 2023), el cual asegura que los comedores universitarios son en su contexto general laboratorios sociales donde la comunidad estudiantil colabora con nutricionistas, productores locales y trabajadores del servicio, para elaborar menús que respeten las preferencias culturales, restricciones dietéticas y principios de sustentabilidad. Estos procesos de co-diseño no sólo mejoran la calidad de los alimentos, sino que generan aprendizajes transversales en nutrición, gestión comunitaria y soberanía alimentaria.

La participación estudiantil se perfila como una base consolidada entre los mecanismos institucionales –como comités alimentarios–, construyendo campañas de información. Estos espacios permitirían monitorear la calidad nutricional de los alimentos que se ofrecen, proponiendo alternativas, así como denunciar irregularidades. De esta manera, se podría impulsar a los productores locales a través de muestras agroecológicas, la construcción del sistema de trueque y la creación de huertos universitarios

en el campus universitario, resignificando el acto de comer como una práctica colectiva, política y de territorio, y desafiando las estructuras del consumo individualizado.

El acto de comer de muchos jóvenes es un componente emocional vinculado a su historia familiar e identidad cultural, por lo que el comedor universitario se construye como un lugar de cuidado, memoria y afirmación identitaria (Hooks, 2003); construir espacios seguros y horizontales en las instituciones educativas públicas conlleva el reconocimiento de las experiencias de opresión, exclusión y resiliencia que atraviesan las y los estudiantes.

Diseño institucional de comedores sustentables

Para que los comedores universitarios se conviertan en verdaderos motores de transformación, es necesario repensar su diseño institucional desde una lógica integradora que articule salud, cultura, economía solidaria y sustentabilidad. No se trata únicamente de modificar los menús o reducir los productos ultraprocesados, sino de transformar las estructuras de gestión, las prácticas de compra, las relaciones laborales y los vínculos con el entorno. El comedor universitario puede así convertirse en un eje articulador de la transición agroecológica en el campus.

Un modelo institucional coherente debe considerar la creación de equipos interdisciplinarios encargados del diseño alimentario, e integrar a nutriólogos, antropólogos, agrónomos, estudiantes, personal administrativo y representantes de productores locales. Esta estructura colectiva permite elaborar menús con criterios nutricionales y culturales, con base en alimentos de temporada, preferencias culturales y necesidades dietéticas diversas. La inclusión de la comunidad en este proceso asegura una toma de decisiones informada, plural y contextualizada.

Otro elemento clave es el abastecimiento. Para avanzar hacia la soberanía alimentaria institucional, es fundamental establecer alianzas con cooperativas, redes agroecológicas y pequeños productores locales, evitando intermediarios y cadenas comerciales dominadas por grandes corporaciones. Esto permite una planificación alimentaria basada en la

estacionalidad, además de que reduce costos logísticos y fortalece las economías rurales. Asimismo, promueve relaciones solidarias y éticas entre productores y consumidores, alineadas con los principios de comercio justo y economía del bien común.

El comedor sustentable también debe incluir acciones pedagógicas integradas. No basta con ofrecer platillos saludables si no se genera una cultura alimentaria crítica en la comunidad universitaria. La realización de talleres, charlas, ferias de alimentación, visitas a huertos, proyectos de compostaje y campañas educativas puede ampliar la conciencia colectiva sobre la procedencia de los alimentos, su huella ecológica y su dimensión política. Estas actividades hacen que el comedor sea no sólo un espacio de consumo, sino también un aula abierta de formación ciudadana.

Diagnóstico alimentario en universidades

Para que la transformación de los comedores universitarios sea efectiva, es imprescindible contar con un diagnóstico integral de la situación alimentaria en cada institución, que considere tanto los aspectos cuantitativos –como frecuencia de consumo, composición nutricional, costos– como los cualitativos –saberes culturales, percepciones, tensiones identitarias–. La metodología propuesta parte de un enfoque participativo, ecológico y situado que atienda las prácticas alimentarias en su complejidad y diversidad.

El primer paso consiste en realizar un mapeo de actores vinculados al sistema alimentario universitario: estudiantes, proveedores, trabajadores de cocina, directivos, productores locales, entre otros. Este mapeo debe incluir entrevistas semi-estructuradas y grupos focales para identificar necesidades, tensiones y oportunidades. Es fundamental recuperar las voces estudiantiles, particularmente de mujeres, personas indígenas, rurales y de sectores marginados, cuyas experiencias suelen ser invisibilizadas en los diagnósticos convencionales.

Posteriormente, se recomienda aplicar encuestas de consumo alimentario entre el estudiantado, con énfasis en variables como frecuencia de ingesta de alimentos frescos *versus* procesados, conocimiento sobre

etiquetado nutricional, nivel de gasto diario en comida y percepción del comedor universitario. Estos datos permitirán identificar patrones, barreras y disparidades que deben ser atendidos en las políticas alimentarias institucionales.

El diagnóstico debe incorporar también una auditoría de menús, insumos, prácticas de compra y gestión de residuos. Se sugiere evaluar si los alimentos provienen de cadenas locales o industriales, si existen vínculos con productores agroecológicos y cuál es el volumen de residuos orgánicos generados. A partir de esta información, se pueden diseñar intervenciones orientadas a reducir la huella ecológica del comedor, promover circuitos cortos de comercialización y mejorar la calidad nutricional de los platillos ofrecidos.

Reflexiones finales

Los comedores universitarios adquieren un papel estratégico en la transformación de los sistemas alimentarios cuando se conciben como espacios pedagógicos y no únicamente logísticos. La perspectiva antropológica permite comprender que el acto de comer en la universidad es un proceso cultural, político y territorial que trasciende la nutrición. Integrar alimentos locales, frescos y de temporada fortalece la salud física y emocional del estudiantado, promueve el vínculo con el territorio y favorece la sostenibilidad. Esta concepción reconfigura al comedor como un laboratorio vivo de aprendizaje, donde se articulan valores éticos, de justicia alimentaria y corresponsabilidad socioambiental.

La revisión de experiencias en América Latina, así como la propuesta metodológica desarrollada, evidencia que la transformación alimentaria universitaria es técnica y económicamente viable. Los casos de Uruguay, Colombia, Ecuador y Perú demuestran que es posible reducir el consumo de ultraprocesados, vincular la oferta alimentaria con productores locales y desarrollar menús culturalmente pertinentes. Estas experiencias destacan la importancia de la gobernanza participativa y del involucramiento estudiantil en la gestión alimentaria. Asimismo, confirman que la transición hacia modelos sostenibles requiere tanto voluntad institucional

como políticas públicas que respalden y legitimen los cambios en el ámbito universitario.

La dimensión ambiental emerge como un eje transversal en la reconfiguración de los comedores universitarios. La reducción de la huella ecológica, el fortalecimiento de la agrobiodiversidad y la implementación de prácticas agroecológicas se integran de manera natural en un modelo de alimentación sostenible. Incorporar estrategias como compostaje, biojardineras, huertos urbanos y compras locales no sólo disminuye el impacto ambiental, sino que también potencia el valor educativo del comedor. En este sentido, la alimentación institucional se convierte en un vehículo para la educación ambiental práctica, vinculando el consumo cotidiano con la preservación de los ecosistemas y el cuidado del territorio.

Para consolidar comedores universitarios como plataformas vivas de soberanía alimentaria, es indispensable articular salud, cultura y sostenibilidad con mecanismos institucionales sólidos. La creación de consejos alimentarios universitarios, el desarrollo de diagnósticos participativos y la integración de la educación alimentaria en el currículo son pasos clave. Estas acciones requieren superar barreras estructurales como contratos restrictivos, limitaciones presupuestarias y resistencias administrativas. La apuesta es construir un modelo de universidad que asuma la alimentación como un derecho y un bien común, capaz de formar generaciones críticas, comprometidas con el buen vivir y preparadas para enfrentar los desafíos alimentarios y ambientales contemporáneos.

Referencias

- Amador Morera, M., Pérez Méndez, J., y Sandoval Tello, R. (2019). Residuos orgánicos en comedores universitarios: hacia una gestión sustentable. *Revista de Sustentabilidad Urbana*, 15(3), 67-82.
- Arnés Prieto, M., Gómez, L., y Hernández, C. (2025). Comedores universitarios y justicia alimentaria: demandas estudiantiles en la UNAM. *Revista de Estudios Sociales*, 31(1), 55-72.
- Castañeda Chirre, E. T., Alcántara Paredes, R. E., Bernal Valladares, V. F., Muguruza Crispin, N. E., Yovera Saldarriaga, J., Pari Soto, A. R., y More

- López, J. M. (2023). Propuesta y manejo de los residuos del comedor universitario para el aprovechamiento sostenible en Perú. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7(27), 444-453. <<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i27.528>>.
- De Lucio Fernández, J. V. (2019). *Hacia la sostenibilidad alimentaria en los comedores universitarios*. Fundación Vida Sostenible.
- De Schutter, O. (2014). The transformative potential of the right to food. Report of the Special Rapporteur on the right to food, presented to the Human Rights Council, 24 January A/HRC/25/57. United Nations.
- Dworkin, R. (2000). *Sovereign Virtue: The Theory and Practice of Equality*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Fardet, A., y Rock, E. (2020). Ultra processed foods: A new holistic paradigm? *Trends in Food Science & Technology*, 93, 174-184.
- Fischler, C. (2011). *El comensal: por una antropología de la alimentación*. Universidad de Valencia.
- Galindo Ramírez, S. M. (2016). *Experiencias alimentarias y cultura en comunidades rurales de Chiapas*. Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (Unicach).
- Hooks, B. (2003). *Teaching Community: A Pedagogy of Hope*. New York: Routledge.
- Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAS), publicada en México en (2024).
- López-Gil, J. F., Martínez-Vizcaíno, V., Amaro-Gahete, F. J., Medrano, M., Pascual-Morena, C., Álvarez-Bueno, C., y Mesas, A. E. (2022). Nut consumption and academic performance among adolescents: the EHDLA study. *European Journal of Nutrition*, 62(1), 289-298.
- Mintz, S. (1996). *Sweetness and Power: The Place of Sugar in Modern History*. Penguin Books.
- Moctezuma Pérez, S., y Murguía Salas, V. (2023). La construcción de la soberanía alimentaria desde las cafeterías universitarias. En Vargas y Panchi (Coords.), *Cafeterías sostenibles y alimentación soberana* (pp. 67-87).

- Monteiro, C. A., Cannon, G., y Moubarac, J. C. (2019). Ultra processed foods: what they are and how to identify them. *Public Health Nutrition*, 22(5), 936-941.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Organización Panamericana de la Salud (OPS), Programa Mundial de Alimentos (WFP) y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2018). *Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe*. Santiago: FAO.
- Ramos Ríos, A. A. (2025). Consumo de alimentos ultraprocesados y salud digestiva en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina*, 9(3), 18063.
- Ruiz Aquino, J., Hernández Vargas, R., y Gómez Cervantes, M. (2018). Consumo de alimentos chatarra y sus efectos en el rendimiento escolar. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 38(1), 22-28.
- Santos, B. de S. (2009). *Una epistemología del sur: la reinención del conocimiento y la emancipación social*. México: Siglo XXI Editores.
- Secretaría de Educación Pública (SEP) (2023). *Lineamientos generales para el expendio de alimentos saludables en instituciones educativas*. Secretaría de Educación Pública.
- Silva, L. (2022). *Diseño curricular alimentario en universidades: cotas epistémicas e inclusión de saberes indígenas y afrodescendientes*. Enfoques Interculturales de la Educación Superior en América Latina. Bogotá: Editorial Universitaria Intercultural.
- Strasburg, V. J., Prattes, G., Acevedo, B., y Suárez, C. (2023). Calidad nutricional e impacto ambiental en comedores universitarios. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 73(2), 90-105.
- Thaler, R. H., y Sunstein, C. R. (2012). *Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Tena Luis, J., y Ramírez Hernández, C. (2022). Agrobiodiversidad y soberanía alimentaria en el Valle de Toluca. *Estudios Sociales y Ambientales*, 19(2), 33-49.
- Toledo, V. M. (2002). La etnobiología: una ciencia para la sustentabilidad. *Revista Iberoamericana de Ciencia, Tecnología y Sociedad*, 3(1), 7-20.

- Torres Oregón, A. (2022). Alimentación y política: reflexiones desde una universidad pública. *Revista Mexicana de Antropología Alimentaria*, 4(2), 39-48.
- Universidad del Valle de Atemajac (2024).
- Universidad Panamericana (2024). *Guía de alimentación consciente para estudiantes universitarios*. Departamento de Bienestar Universitario.
- Vargas, L. A. (2000). *Antropología médica y alimentación en México*. Instituto de Investigaciones Antropológicas-UNAM.
- Vargas, L. A., y Casillas, L. (2005). *La alimentación de los mayas antiguos*. Fondo de Cultura Económica.
- Vargas Cetina, G. (2014). *Anthropology and the Politics of Representation*. University of Alabama Press.



CAPÍTULO 6

EL DESPERDICIO DE ALIMENTOS EN LOS HOGARES MEXICANOS: PERCEPCIONES Y VALORES ÉTICOS

Maryan Ariadne Cruz-Flores
Angélica Espinoza-Ortega
Humberto Thomé-Ortiz
María del Carmen Hernández-Moreno
Stefany Molina-Castillo
Laura Sánchez-Vega

Introducción

El desperdicio de alimentos está presente en toda la cadena de suministro, desde la producción, la distribución, la comercialización y el consumo, sucesión que trae consigo impactos económicos y afectaciones al ecosistema. Instituciones como la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) buscan soluciones a las que se suman estudios que analizan este fenómeno desde diversos enfoques en distintos países. Sin embargo, en México el desperdicio de alimentos ha sido poco explorado, a pesar de su impacto ambiental y económico, por lo que no

se han abordado a profundidad aspectos como los motivos por los cuales se desperdician alimentos en los hogares. El objetivo de este trabajo fue identificar las percepciones y los valores éticos vinculados al concepto de desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos. El estudio consistió de 386 cuestionarios que se respondieron en línea a través de redes sociales. Se empleó la técnica Libre Asociación de Palabras y se abordaron los aspectos ético-sociales, ambientales, familiares y socioeconómicos que influyen en el desperdicio de alimentos en los hogares. Los datos se analizaron con estadística multivariada. Se identificaron tres grupos de hogares de acuerdo con el tipo de jefatura: “Masculina”, “Mixta” y “Femenina”. De las siete dimensiones asociadas al desperdicio de alimentos las más significativas fueron: “Desechos alimentarios”, “Motivaciones” y “Economía”. Para la jefatura “Masculina”, el desperdicio de alimentos está asociado a la economía; para la jefatura “Mixta”, a motivaciones y hábitos de consumo; mientras que para la jefatura “Femenina”, a la salubridad. Los valores “Social/Ético”, “Económico” y “Ambiental” contribuyen a evitar el desperdicio de alimentos.

El desperdicio de alimentos, una problemática a gran escala

El mundo actual se enfrenta a grandes problemas derivados de los sistemas convencionales de producción de alimentos –su demanda, distribución, elevado consumo, desperdicio y la sobrepoblación–, los cuales afectan el uso de la tierra, el agua, el aire, la energía y otros recursos (ONU [Organización de las Naciones Unidas], 2019). Estos factores generan una presión crítica sobre la capacidad terrestre para sustentar la vida (ONU, 2020).

Entre los aspectos mencionados, el desperdicio alimentario ha tomado relevancia en los últimos años porque la producción de alimentos que se pierde involucra no sólo el uso ineficiente de recursos como el agua, el suelo e insumos productivos, sino que también implica desechos que se generan en las diferentes etapas de la cadena de suministro (Beretta y

Hellweg, 2019; FAO, 2015) –con excesivas emisiones de CO₂–, además de pérdidas en el valor añadido de los alimentos producidos (FAO, 2012).

Es así que, desde hace tiempo, los organismos internacionales han establecido que el desperdicio de alimentos representa un desafío ético-social, económico y ambiental (ONU, 2020; ONU, 2019). Por ello, Producción y consumo responsables forma parte de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030. En este sentido, lo que se busca es disminuir el desperdicio mundial de alimentos por persona, reducir el desperdicio en el comercio minorista y minimizar las pérdidas en las cadenas de producción y suministro (ONU, 2019), para lo cual le corresponde a cada país generar acciones y proponer soluciones a partir de su problemática individual.

En México el costo por el desperdicio de alimentos es de 26 billones de dólares anuales, equivalentes a 2.5% del producto interno bruto. Se establece que 52.4% de los residuos sólidos están compuestos de alimentos que generan 36 millones de toneladas de dióxido de carbono, equiparables a las emisiones anuales de 15.7 millones de vehículos, a lo que hay que agregar las pérdidas de agua que representan 40 billones de metros cúbicos (Semarnat [Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales], 2018).

Las pérdidas de alimentos que podrían evitarse tienen un impacto negativo directo en los ingresos de los agricultores, intermediarios y consumidores en general, a lo largo de toda la cadena productiva (ONU, 2020; ONU, 2019). Sin duda, es un problema global que implica esfuerzos en diversas escalas, sectores y ámbitos, uno de los cuales es el urbano.

Tanto en los países desarrollados como en aquellos en vías de desarrollo, el rápido crecimiento de las grandes ciudades y zonas urbanas incide cada vez más en el medio ambiente; en parte, por la creciente generación de residuos alimentarios en hogares, comercios minoristas y el resto de la cadena de servicios alimentarios (Setti *et al.*, 2018). No obstante, diversos autores establecen que precisamente son las ciudades posicionadas (tecnológica, económica y socialmente) las que pueden ser centros innovadores en la solución al desperdicio alimentario, generando interconexiones entre las entidades públicas, empresariales,

académicas y sociedad civil (CCA, 2019), donde se encuentra el último eslabón de la cadena alimenticia.

Estudios sobre el desperdicio de alimentos

Roodhuyzen *et al.* (2017) mencionan que el desperdicio de alimentos por parte de los consumidores es multicausal y está determinado por sus percepciones, conciencia del problema, normas y actitudes, recursos y oportunidades, disponibilidad de tiempo y dinero, de alimentos de calidad y cantidad adecuada, así como acceso a tecnología. Diversos autores mencionan, además, factores como la edad, el sexo, las habilidades y la experiencia vital (Fox *et al.*, 2017), y otros trabajos han considerado el estudio de la composición demográfica de los hogares, la generación, la estructura familiar y el tamaño de la familia, entre otras variables (Dou y Toth, 2021).

Por su parte, autores como Boulet *et al.* (2021) señalan que los factores culturales también desempeñan un papel importante en el desperdicio de alimentos en los consumidores. En este sentido, la cultura configura normas y valores de una sociedad, que contribuyen en las motivaciones de los individuos para reducir el desperdicio o para generar prácticas para compartir o donar alimentos con el mismo objetivo (Sirola *et al.*, 2019). Por tanto, influye la estructura social, la cual refleja los capitales materiales y simbólicos de una sociedad (Álvarez *et al.*, 2020) y cuyas relaciones o composiciones acentúan dichos comportamientos (Piaget *et al.*, 1977).

De acuerdo con Roodhuyzen *et al.* (2017), existe la capacidad de controlar y cambiar el comportamiento hacia el desperdicio de alimentos mediante la movilización de habilidades, conocimientos y recursos.

Esta problemática, sin duda, tiene que abordarse desde diversos puntos de vista, donde el del consumidor final es esencial. Así, el objetivo de este trabajo de investigación fue identificar las asociaciones y los valores vinculados al concepto de desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos, cuyos resultados compartimos a continuación.

Metodología y procedimiento

La información se recabó en un cuestionario que constó de tres secciones. En la primera se abordó la técnica Libre Asociación de Palabras (LAP), que permite identificar las principales asociaciones sobre un estímulo (Guerrero *et al.*, 2010), mismo que, de acuerdo con lo identificado por Rojas-Rivas *et al.* (2022), puede ser una palabra, una frase, una imagen o un objeto físico. Para ello, se solicitó a los participantes que mencionaran las tres primeras palabras que les venían a la mente con la frase: “Desperdicio de alimentos”.

La segunda sección constó de preguntas cerradas sobre el nivel de importancia que tienen los valores económico, social, ambiental, familiar y religioso para evitar el desperdicio de alimentos (Dou y Toth, 2021; Beretta y Hellweg, 2019; Sirola *et al.*, 2019). Dichas preguntas fueron contestadas en una escala de Likert de 5 puntos (1 = totalmente en desacuerdo a 5 = totalmente de acuerdo) (Davenport *et al.*, 2019). La tercera sección consideró aspectos socioeconómicos y de composición del hogar (Fox *et al.*, 2017).

El cuestionario estuvo dirigido a hogares urbanos del centro de México. Según el INEGI (Instituto Nacional de Estadística y Geografía) (2021), 78% de la población mexicana se encuentra en zonas urbanas. Se contestó en línea a través de la plataforma digital Google Forms, se distribuyó en redes sociales conforme a otros trabajos (Rodgers *et al.*, 2021; Principato *et al.*, 2021) y permaneció disponible del 7 de julio de 2021 al 14 de enero de 2022. Para el tamaño de muestra, se consideró la fórmula de poblaciones infinitas según Hair *et al.* (2010). Se respondieron 389 cuestionarios y se eliminaron aquellos incompletos, por lo que la muestra final fue de 386.

Con la información obtenida, se elaboró una base de datos en Microsoft Excel. Las palabras se agruparon, primero, por sinonimia para formar categorías y, posteriormente, se utilizó el mismo procedimiento para fusionar las categorías en dimensiones (Guerrero *et al.*, 2010). Para evitar la pérdida de información valiosa, se consideraron las categorías y

dimensiones con porcentajes de mención mayores de 2%. Según la revisión de Rojas-Rivas et al. (2022), existen investigaciones que utilizan hasta el 1% de mención en sus agrupaciones; no obstante, dada la relevancia del tema, se incluyó una con 0.7% de mención.

Posteriormente, los hogares se clasificaron de acuerdo con el tipo de jefatura (femenina, mixta y masculina) y se estableció el comportamiento de las dimensiones en ese agrupamiento. Se empleó la prueba de Chi-cuadrada por celda para identificar la fuente de variación en las tablas de contingencia (Sánchez-Vega et al., 2020; Rojas-Rivas et al., 2019) en las dimensiones, el nivel de estudios y las características socioeconómicas conforme el tipo de jefatura, los cuales se realizaron con XLSTAT. En estos análisis se cumplió el supuesto de que al menos 80% de las celdas deben presentar porcentajes igual o mayores a cinco, por lo cual las categorías no fueron analizadas con Chi-cuadrada por celda. Para tener una mejor visualización e interpretación de la información, se realizó un análisis de correspondencia para las dimensiones planteadas.

De los cinco valores considerados en la segunda sección del cuestionario, se obtuvo la mediana y el rango intercuartílico por tipo de jefatura. Para identificar las diferencias estadísticas ($p < 0.05$) entre grupos, se realizaron las pruebas no paramétricas de *Kruskal, Wallis y Mann-Whitney U* (Field, 2013; Hair et al., 2010). Los análisis estadísticos se realizaron con el software SPSS-IBM.

Resultados

Se mencionaron un total de 1,033 palabras que se agruparon en 14 categorías y, después, en siete dimensiones (Tabla 1). La dimensión más mencionada fue “Desechos alimentarios” (39.9%) que concentró seis categorías relacionadas con sobrantes y productos alimenticios específicos considerados como habituales en el desperdicio alimentario en el hogar, así como el “Final del alimento”, siendo la categoría “Desechos” la de mayor mención donde resaltan conceptos como sobrantes y descomposición.

La segunda dimensión fue “Motivaciones” con 20.2% de las menciones que incluyó las categorías de las Emociones (tristeza, egoísmo) y lo Ético/político (hambre, pobreza). Al respecto, Wakefield y Axon (2020) resaltan la importancia de estos aspectos para llevar a cabo prácticas sostenibles en los hogares.

En el mismo sentido, Setti *et al.* (2018), así como Principato *et al.* (2021), refieren que estos factores pueden influir positivamente en los hábitos de consumo dentro del hogar. Sin embargo, Aydin y Yildirim (2020) indican que las actitudes morales tienen un efecto directo en el comportamiento del desperdicio de alimentos, los hábitos alimenticios, de compra y el conocimiento de la conservación de los mismos.

La tercera dimensión fue la noción “Economía” con 13.8% de menciones donde se evocaron las siguientes palabras: dinero, gasto innecesario y pérdidas económicas. Es interesante la poca mención sobre este aspecto, dado que en otros países el tema ha sido ampliamente señalado. Por ejemplo, en estudios realizados en Alemania, Hungría, Túnez, Italia, Países Bajos y España (Principato *et al.*, 2021; Ellison *et al.*, 2019), es importante poner en práctica esta variable para generar concientización, dado que la presumible reducción del gasto en los alimentos puede ser un factor que motive a la mejora de los hábitos de compra.

Tabla 1
Dimensiones y categorías de las palabras asociadas al desperdicio alimenticio

<i>Dimensión</i>	<i>Categoría</i>	<i>Palabras</i>	<i>% de mención</i>
Desechos alimentarios			39.9
	Desecho	Sobrantes, descomposición, descarte, desperdicio, desecho.	25.6
	Alimentos procesados	Alimentos, composta, sopa, salsa, escamocha.	5.5
	Frutas y verduras	Frutas, verduras.	3.9
	Granos y cereales	Pan, tortilla, arroz y semillas.	2.2
	No perecederos	Golosinas, aceite, enlatados, caduco.	2.0
	Origen animal	Carnes, lácteos, huevo.	0.7

Continúa...

<i>Dimensión</i>	<i>Categoría</i>	<i>Palabras</i>	<i>% de mención</i>
Desechos alimentarios			39.9
Motivaciones			20.2
	Ético/político	Hambre, pobreza, desigualdad, sociedad, conciencia.	13.5
	Emociones	Tristeza, egoísmo, enojo, desprecio.	6.7
Economía			13.8
	Economía	Desperdicio de dinero, gasto innecesario, economía, pérdidas, consumismo.	13.8
Alternativas al desperdicio			9.5
	Composta	Compostaje, orgánico, abono, reciclaje, generación de energía.	7.9
	Reúso alimentario	Aprovechamiento, animales, donar.	1.6
Hábitos de consumo			5.7
	Hábitos de consumo	Distribución, hogares, restaurantes, falta de organización, excedentes.	5.7
Salubridad			5.5
	Salubridad	Putrefacción, mal olor, enfermedades, salubridad, plagas.	5.5
Ambiente			4.4
	Preocupación ecológica	Contaminación, ambiente, problema ecológico, mala sustentabilidad.	4.4

El resto de las dimensiones tuvieron menciones menores a 10%. En orden descendente, fueron: “Alternativas al desperdicio” (9.5%), aspecto abordado también por Bravi *et al.* (2020), quienes apuntan que el consumo de sobras, compostaje y reciclaje son opciones para minimizar el desperdicio de alimentos. “Hábitos de consumo” y “Salubridad” también fueron discutidas por Davenport *et al.* (2019) y Barone *et al.* (2019), quienes encontraron que los daños físicos en los alimentos, la inocuidad y la calidad de éstos impulsan la decisión del consumidor para el descarte de comida.

Si bien la metodología de la LAP tiende a dar importancia a la mayor mención, en estos casos la poca referencia también es relevante.

La baja mención (4.4%) a la dimensión “Ambiente” muestra que está poco presente en el subconsciente de los miembros de los hogares estudiados. Esto se alinea con diversos autores que reportan la poca sensibilidad ambiental del sector alimentario para disminuir el desperdicio de alimentos, que tampoco se encuentra en el imaginario de los consumidores (Katt y Meixner, 2020; Aschemann et al., 2019).

Análisis de las asociaciones del desperdicio de alimentos de acuerdo con el tipo de jefatura

El comportamiento de las dimensiones de acuerdo con el tipo de jefatura, masculina, mixta o femenina, tuvo tendencias similares en las proporciones referidas previamente; sin embargo, la prueba de Chi-cuadrada indicó que la jefatura masculina presenta una asociación positiva en la dimensión “Economía” (Tabla 2). Al respecto, autores como Passafaro et al. (2016) han destacado la importancia de la incorporación de los hombres a los hogares en ámbitos sociales específicos.

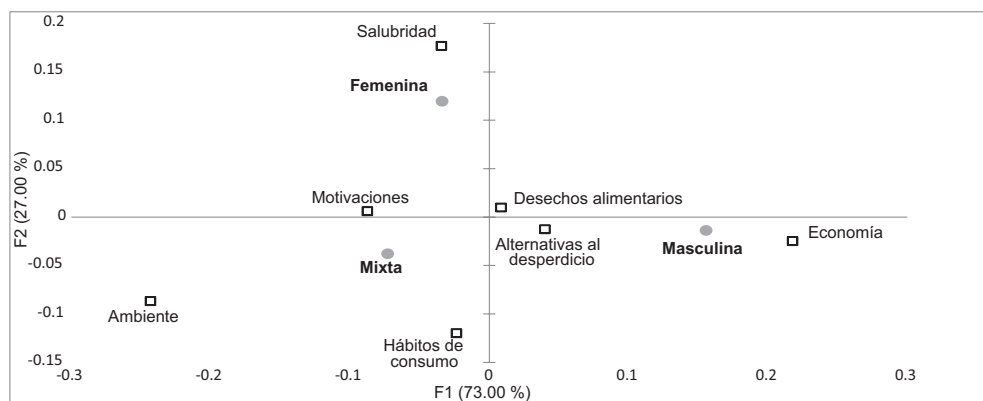
Tabla 2
Porcentaje de mención de las dimensiones asociadas al desperdicio de alimentos por tipo de jefatura

<i>Dimensión</i>	<i>Porcentaje de mención</i>		
	<i>Masculina</i>	<i>Mixta</i>	<i>Femenina</i>
Desechos alimentarios	40.5	39.6	40.8
Motivaciones	17.3	21.4	20.9
Economía	15.6**(+)	9.9	10.2
Alternativas al desperdicio	10.2	9.4	9.2
Hábitos de consumo	7.5	8.3	5.8
Salubridad	6.1	6.2	9.2
Ambiente	2.7	5.3	3.9

Nota: ** $p \leq .05$. Los valores (+) o (-) indican si las frecuencias observadas son mayores o menores que las frecuencias teóricas según la prueba de X² por celda.

El análisis de correspondencia muestra gráficamente el comportamiento de las dimensiones en los tres tipos de hogares (Figura 1).

Figura 1
Análisis de correspondencia de las dimensiones asociadas al desperdicio alimenticio por tipo de jefatura



En la jefatura masculina, se confirma la alta asociación de la dimensión “Economía”, así como la fuerza de la asociación, seguida de “Alternativas al desperdicio”. Sánchez-Vega *et al.* (2020) mencionan que, en una proporción relevante del sector mexicano, el ingreso depende de la jefatura masculina, siendo las mujeres amas de casa quienes cuidan la economía familiar. Ellison *et al.* (2019) exponen que el ahorro de dinero generalmente se ha identificado como el mejor motivador para reducir el desperdicio de alimentos.

En el caso de las jefaturas femeninas, la dimensión “Salubridad” presenta la asociación más alta, así como la fuerza de la asociación. Barone *et al.* (2019) y Davenport *et al.* (2019) identificaron que la salubridad, la inocuidad y la calidad de los alimentos impulsan al no desperdicio. Por su parte, Amirudin y Tommy (2019) señalan que, generalmente, las mujeres son los miembros de la familia a cargo de la administración de alimentos en el hogar y quienes deciden si los alimentos pueden ser consumidos o deben ser desechados.

Respecto a las jefaturas mixtas, la asociación mayor fue con “Motivaciones” y “Hábitos de consumo”, con perspectivas tanto masculinas como femeninas que influyen en las decisiones de los hogares. Existe una preocupación moral sobre dónde acaban los alimentos, como han señalado otros investigadores (Gaiani et al., 2018).

Es interesante resaltar las asociaciones negativas entre las dimensiones “Economía”, “Ambiente” y de “Salubridad” y “Hábitos de consumo”. Asimismo, sobresale que la dimensión “Ambiente” es la más alejada, lo que indica la baja asociación del desperdicio de alimentos con el medio ambiente. Ello ha sido reportado por otros autores como Katt y Meixner (2020), quienes establecen que la relación del desperdicio de alimentos y la preocupación del medio ambiente aún no se encuentra en el imaginario de los consumidores. Un problema adicional es la falta de educación sobre la importancia del tema, lo cual representa una limitante para establecer prácticas sostenibles a nivel doméstico (Wakefield y Axon, 2020).

La dimensión “Desechos alimentarios” se ubica en la parte central del gráfico de la Figura 1 (presentada previamente), y muestra casi el mismo grado de asociación en los tres tipos de hogares; es decir, los alimentos son vistos como algo que puede desperdiciarse, aspecto reportado en otros trabajos (Bravi et al., 2020; Baretta y Hellweg, 2019).

Características socioeconómicas de los hogares

Los tres tipos de hogares clasificados estuvieron compuestos en su mayoría por jefes y jefas de familia con niveles altos de estudio; sin embargo, existen algunos matices. Por ejemplo, en los hogares con jefatura masculina se encuentra la mayor proporción de mujeres con educación básica de los tres grupos. En el caso de los hogares con jefatura mixta, ambos géneros presentan proporción alta de estudios superiores (cerca de 70%). Respecto a los hogares con jefatura femenina, son las jefas de familia (65.3%) quienes tienen el mayor nivel educativo; además, es el grupo con mayor proporción de varones sin estudios (Tabla 3). Otros tra-

bajos también reportan poblaciones cuyo nivel educativo fue alto (Whar-ton et al., 2021). Para el presente trabajo, la forma de recolección de la información influyó en los resultados debido a que las personas con alto nivel educativo tienen mayor acceso a la tecnología. No obstante, las di-ferencias en las proporciones en los tres grupos son un indicador de la in-fluencia en el manejo de los desperdicios alimentarios.

Tabla 3
Nivel de estudios de acuerdo con el tipo de jefatura
en los hogares mexicanos

<i>Nivel de estudios</i>	<i>Tipo de jefatura</i>					
	<i>Masculina n = 112</i>		<i>Mixta n = 199</i>		<i>Femenina n = 75</i>	
	<i>Jefe</i>	<i>Jefa</i>	<i>Jefe</i>	<i>Jefa</i>	<i>Jefe</i>	<i>Jefa</i>
Sin estudios	3.6	5.4	1.0	0.0	30.7	0.0
Básica	17.0	32.1	15.1	13.1	10.7	16.0
Preparatoria/Técnica	31.3	21.4	16.1	18.6	16.0	18.7
Universidad/Posgrado	48.2	41.1	67.8	68.3	42.7	65.3

Nota: Las cifras resaltadas en negritas indican los porcentajes más representativos.

Los hogares en los tres tipos de jefatura –y conforme a los estándares mexicanos– presentan mayor proporción de familias de tamaño me-dio (3 a 4 personas); empero, aún se observan familias grandes e incluso numerosas, de más de seis integrantes, situación opuesta a lo que ocurre en otros países. Por ejemplo, Von Kameke y Fischer (2018) en Alemania y Setti et al. (2018) en Italia trabajaron con familias de 1 a 2 personas y de 3 a 4, respectivamente. El análisis de Chi-cuadrada identificó en los ho-gares con jefatura femenina una asociación positiva en familias chicas ($p<.001$) y negativa en familias numerosas; también, se identificó una

relación positiva en la variable de sin niños, lo que concuerda con lo encontrado por Von Kameke y Fischer (2018) en las asociaciones de mujeres sin hijos o con familias pequeñas. Para el caso de las jefaturas masculinas, la asociación positiva fue familias numerosas ($p < .001$) (Tabla 4).

Tabla 4
Características socioeconómicas según el tipo de jefatura en los hogares mexicanos

<i>Variables</i>	<i>Tipo de jefatura</i>		
	<i>Masculina</i>	<i>Mixto</i>	<i>Femenina</i>
Nivel de ingresos			
Muy bajo (Hasta 10,000)	33.0	29.6	33.3
Bajo (10,001-15,000)	26.8	17.1	21.3
Medio (15,001-30,000)	25.9	29.6	29.3
Alto (Más de 30,000)	14.3	23.6	16.0
Tamaño de la familia			
Chica (1 a 2)	17.0	17.1	32.0***(+)
Mediana (3 a 4)	40.2	47.2	45.3
Grande (5)	16.1	17.6	13.3
Numerosas (6 a 13)	26.8***(+)	18.1	9.3***(-)
Niños en el hogar			
Sin niños	33.0	39.2	56.0***(+)
1 niño	28.6	28.1	22.7
2 niños	20.5	18.6	12.0
3 o más	17.9	14.1	9.3

Nota: *** $p \leq .001$. Los valores (+) o (-) indican si las frecuencias observadas son mayores o menores que las frecuencias teóricas según la prueba de X² por celda.

Valores considerados para evitar el desperdicio de alimentos en los hogares

Como un ejercicio de triangulación de la información, se preguntó de manera directa sobre algunos valores que influyen para evitar el desperdicio de alimentos. Los resultados fueron sorprendentes. En general, se estableció como muy importante lo “Social/Ético”, lo “Económico” y lo “Ambiental”, considerando que en el ejercicio anterior esta última fue una dimensión irrelevante, en menor grado de importancia aparecieron los aspectos familiares y al final los aspectos religiosos.

Retomando el aspecto “Ambiental”, Katt y Meixner (2020) sugieren que es una variable que tiene un efecto positivo y directo sobre el comportamiento de prevención del desperdicio de alimentos, por concientización de la problemática dentro de los hogares que involucra a todos los integrantes de la familia (Filimonau *et al.*, 2020).

Desde el punto de vista sociocultural, se examinó el factor religioso: 95% de la población mexicana está adscrita a un grupo religioso, siendo 85% católicos, donde las mujeres son más devotas. En este escenario, se pensaría que el desperdicio de alimentos puede verse como inaceptable, pero esta variable no fue importante o no se asoció al desperdicio alimentario.

Tabla 5
Aspectos considerados por tipo de jefatura en el desperdicio de alimentos en el hogar de acuerdo con su importancia

<i>Temas</i>	<i>Masculino</i>		<i>Mixto</i>		<i>Femenino</i>		<i>P*</i>
	<i>Mediana</i>	<i>IQR</i>	<i>Mediana</i>	<i>IQR</i>	<i>Mediana</i>	<i>IQR</i>	
Social/Ético	5.0 ^a	1.0	5.0 ^a	1.0	5.0 ^a	1.0	.543
Familiar	4.0 ^a	1.0	3.0 ^a	2.0	3.0 ^a	1.0	.268
Ambiental	5.0 ^a	1.0	5.0 ^a	1.0	5.0 ^a	1.0	.114
Económico	5.0 ^a	1.0	5.0 ^a	1.0	5.0^{ab}	0.0	.049
Religioso	3.0 ^a	3.0	3.0 ^a	3.0	3.0^{ab}	2.3	.010

Notas: IQR (Rango intercuartílico); $P^* < 0.05$ para la prueba de Kruskal-Wallis; ^{a,b} prueba Mann-Whitney U por fila ($p < 0.05$).

No obstante, con el análisis estadístico por tipo de jefatura se identificó que sólo hubo diferencias estadísticas en lo “Económico” y “Religioso” en las jefaturas femeninas (Tabla 5). Al respecto, Amirudin y Tommy (2019) mencionan que las mujeres son los miembros de la familia que generalmente están a cargo de la administración de los alimentos en el hogar, situación que se ve acentuada si además son las jefas de familia, como se puede apreciar en el presente trabajo. Barone et al. (2019) indican que un buen proveedor también ahorra dinero al evitar el desperdicio de alimentos, lo que implica que es consciente del precio (Katt y Meixner, 2020), aspecto que se logra en la cotidianidad de las compras.

Reflexiones finales

En los hogares mexicanos existen siete dimensiones asociadas al desperdicio de alimentos que abarcan desde la naturaleza de los alimentos hasta aspectos emotivos, ético-políticos y económicos como los más relevantes. Dichos conceptos son observados de manera diferente dependiendo del tipo de jefatura de la familia. Hay una asociación positiva mayor en las jefaturas masculinas, en tanto que en las femeninas se vincula más con la salubridad y en las mixtas con las motivaciones. Esto influye en la elección de alimentos y su destino final (como alimento o desperdicio), contribuyendo de forma directa o indirecta a la problemática que circunscribe su práctica doméstica.

Los valores plasmados por la muestra estudiada son un primer esbozo del comportamiento y las conductas que tienen los hogares mexicanos sobre el desperdicio de alimentos y su destino final. También dan cuenta del grado de conciencia sobre esta problemática y las bases que rigen en el interior de las familias para disminuir el desperdicio.

Este estudio aporta datos relevantes para la investigación sobre la disminución del desperdicio de alimentos y puede ser tomado como una fuente de información para crear conciencia en México y países en vías de desarrollo. Es necesario poner especial énfasis en los aspectos ambientales, ya que tanto la dimensión como el valor asociado fueron poco

considerados en los hogares, mientras que para la agenda 2030 es un aspecto fundamental, por lo cual deberá ser considerado en futuros trabajos.

Referencias

- Álvarez, M. E., Badurdeen, F., y Dossou, P. E. (2020). Sustainable consumption by reducing food waste: A review of the current state and directions for future research. *Procedia Manufacturing*, 51, 1791-1798. <<https://doi.org/10.1016/j.promfg.2020.10.249>>.
- Amirudin, N., y Tommy, G. T. H. (2019). Impact of perceived food accessibility on household food waste behaviors: A case of the Klang Valley, Malaysia. *Resources, Conservation & Recycling*, 151, 104335. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.05.011>>.
- Aschemann, W. J., Otterbring, T., De Hooge, I. E., Normann, A., Rohm, H., Almli, V. L., y Oostindjer, M. (2019). Consumer associations about other buyers of suboptimal food-And what it means for food waste avoidance actions. *Food Quality and Preference*, 80, 103808. <<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2019.103808>>.
- Aydin, A. E., y Yildirim, P. (2020). Understanding food waste behavior: The role of morals, habits and knowledge. *Journal of Cleaner Production*, 280(1). <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.124250>>.
- Barone, M. A., Grappi, S., y Romani, S. (2019). "The road to food waste is paved with good intentions": When consumers' goals inhibit the minimization of household food waste. *Resources, Conservation and Recycling*, 149, 97-105. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.05.037>>.
- Beretta, C., y Hellweg, S. (2019). Potential environmental benefits from food waste prevention in the food service sector. *Resources, Conservation and Recycling*, 147, 169-178. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.03.023>>.
- Boulet, M., Hoek, A. C., y Raven, R. (2021). Towards a multi-level framework of household food waste and consumer behaviour: Untangling spaghetti soup. *Appetite*, 156, 104856. <<https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104856>>.

- Bravi, L., Francioni, B., Murmura, F., y Savelli, E. (2020). Factors affecting household food waste among young consumers and actions to prevent it. A comparison among UK, Spain and Italy. *Resources, Conservation & Recycling*, 153, 104586. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.104586>>.
- Comisión para la Cooperación Ambiental (CCA) (2019). *Cuantificación de la pérdida y el desperdicio de alimentos y sus efectos, informe técnico*. Comisión para la Cooperación Ambiental, Montreal, Canadá, 149 pp.
- Davenport, M. I., Qi, D., y Roe, B. E. (2019). Food-related routines, product characteristics, and household food waste in the United States: A refrigerator-based pilot study. *Resources, Conservation and Recycling*, 150, 104440. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.104440>>.
- Dou, Z., y Toth, J. D. (2021). Global primary data on consumer food waste: Rate and characteristics-A review. *Resources, Conservation and Recycling*, 168, 1053323. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2020.105332>>.
- Ellison, B., Savchenko, O., Nikolaus, C. J., y Duff, B. R. L. (2019). Every plate counts: Evaluation of a food waste reduction campaign in a university dining hall. *Resources, Conservation and Recycling*, 144, 276-284. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.01.046>>.
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura) (2012). *Pérdidas y desperdicio de alimentos en el mundo- Alcance, causas y prevención*. <<https://www.fao.org/4/i2697s/i2697s.pdf>>.
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura) (2015). *Diálogo Regional sobre Pérdidas y Desperdicios de Alimentos en América Latina y el Caribe. Conclusiones y recomendaciones*. <<https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/340fd258-f810-468f-81d3-7d934745e5ea/content>>.
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. London: SAGE Publications.
- Filimonau, V., Todorova, E., Mzembe, A., Sauer, L., y Yankholmes, A. (2020). A comparative study of food waste management in full service restaurants of the United Kingdom and the Netherlands. *Journal*

- of *Cleaner Production*, 258, 120775. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.120775>>.
- Fox, D., Ioannidi, E., Sun, Y. T., Jape, V. W., Bawono, W. R., Zhang, S., y Perez-Cueto, F. J. A. (2017). Consumers with high education levels belonging to the millennial generation from Denmark, Greece, Indonesia and Taiwan differ in the level of knowledge on food waste. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 10, 49-54. <<https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2017.11.005>>.
- Gaiani, S., Caldeira, S., Adorno, V., Segrè, A., y Vittuari, M. (2018). Food wasters: Profiling consumers' attitude to waste food in Italy. *Waste Management*, 72, 17-24. <<https://doi.org/10.1016/j.wasman.2017.11.012>>.
- Guerrero, L., Claret, A., Verbeke, W., Enderli, G., Zakowska-Biemans, S., Vanhonacker, F., Issanchou, S., Sajdakowska, M., Słgne, B., Scalvedi, L., Contel, M., y Hersleth, M. (2010). Perception of traditional food products in six European regions using free word association. *Food Quality and Preference*, 21(2), 225-233. <<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2009.06.003>>.
- Hair, J. F., Black, W. C., Tatham, R. L., y Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis*. London: Prentice Hall International.
- INEGI (Instituto Nacional de Estadística y Geografía) (2021). *Cuéntame de México. Población rural y urbana*. <https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/rur_urb>.
- Katt, F., y Meixner, O. (2020). Food waste prevention behavior in the context of hedonic and utilitarian shopping value. *Journal of Cleaner Production*, 273, 122878. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.122878>>.
- ONU (Organización de las Naciones Unidas) (2019). *Strong Population Growth Will Pose a Challenge to Achieving Sustainable Development*. <<https://populationmatters.org/un-sdgs/>>.
- ONU (Organización de las Naciones Unidas) (2020). *Peace, Dignity and Equality on a Healthy Planet, Global Challenges*. <<https://www.un.org/en/articles-by-property-local-category/59098/10994?page=1>>.

- Passafaro, P., Bacciu, A., Caggianelli, I., Castaldi, V., Fucci, E., Ritondale, D., y Trabalzini, E. (2016). Measuring individual skills in household waste recycling: Implications for citizens' education and communication in six urban contexts. *Applied Environmental Education & Communication*, 15(3), 234-246. <<https://doi.org/10.1080/1533015X.2016.1181016>>.
- Piaget, J., Osterrieth, A., Nuttin, J., Bresson, F., Marx, Ch., y Meyer, F. (1977). *Los procesos de adaptación*. Argentina: Nueva Visión.
- Principato, L., Mattia, G., Di Leo, A., y Pratesi, C.A. (2021). The household wasteful behaviour framework: A systematic review of consumer food waste. *Industrial Marketing Management*, 93, 641-649. <<https://doi.org/10.1016/j.indmarman.2020.07.010>>.
- Rodgers, R. F., Lombardo, C., Cerolini, S., Franko, D. L., Omori, M., Linnardon, J., Guillaume, S., Fischer, L., y Fuller-Tyszkiewicz, M. (2021). "Waste not and stay at home" evidence of decreased food waste during the COVID-19 pandemic from the U.S. and Italy. *Appetite*, 160, 105-110. <<https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105110>>.
- Rojas-Rivas, E., Espinoza-Ortega, A., Thomé-Ortiz, H., y Moctezuma-Pérez, S. (2019). Consumers' perception of amaranth in Mexico: A traditional food with characteristics of functional foods. *British Food Journal*, 121(6), 1190-1202. <<https://doi.org/10.1108/BFJ-05-2018-0334>>.
- Rojas-Rivas, E., Espinoza-Ortega, A., Thomé e-Ortiz, H., y Cuffia, F. (2022). More than words! A narrative review of the use of the projective technique of word association in the studies of food consumer behavior: Methodological and theoretical implications. *Food Research International*, 156, 111124, <<https://doi.org/10.1016/j.foodres.2022.111124>>.
- Roodhuyzen, D. M. A., Luning, P. A., Fogliano, V., y Steenbekkers, L. P. A. (2017). Putting together the puzzle of consumer food waste: Towards an integral perspective. *Trends in Food Science & Technology*, 68, 37-50. <<https://doi.org/10.1016/j.tifs.2017.07.009>>.

- Sánchez-Vega, L. P., Espinoza-Ortega, A., Thomé-Ortiz, H., y Moctezuma-Pérez, S. (2020). Perception of traditional foods in societies in transition: The maize tortilla in Mexico. *Journal of Sensory Studies*, 36(2), 1-13. <<https://doi.org/10.1111/joss.12635>>.
- Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (SEMARNAT) (2018). México prepara lineamientos para atender la pérdida y desperdicios de alimentos. Comunicado de prensa No. 096/2018, México.
- Setti, M., Banchelli, F., Falasconi, L., Segrè, A. y Vittuari, M. (2018). Consumers' food cycle and household waste. When behaviors matter. *Journal of Cleaner Production*, 185, 694-706. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2018.03.024>>.
- Sirola, N., Sutinen U-M., Närvänen, E., Mesiranta, N., y Mattila, M. (2019). Mottainai! - A practice theoretical analysis of Japanese consumers' food waste reduction. *Sustainability*, 11(23), 1-14. <<https://doi.org/10.3390/su11236645>>.
- Von Kameke, C., y Fischer, D. (2018). Preventing household food waste via nudging: An exploration of consumer perceptions. *Journal of Cleaner Production*, 184, 32-40. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2018.02.131>>.
- Wakefield, A., y Axon, S. (2020). "I'm a bit of a waster": Identifying the enablers of, and barriers to, sustainable food waste practices. *Journal of Cleaner Production*, 275, 122803. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.122803>>.
- Wharton, C., Vizcaino, M., Berardy, A., y Opejin, A. (2021). Waste watchers: A food waste reduction intervention among households in Arizona. *Resources, Conservation and Recycling*, 164, 105-109. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2020.105109>>.



CAPÍTULO 7

MOTIVOS DEL DESPERDICIO DE ALIMENTOS: UNA CARACTERIZACIÓN DE LOS HOGARES MEXICANOS

Maryan Ariadne Cruz-Flores
Angélica Espinoza-Ortega
Humberto Thomé-Ortiz
María del Carmen Hernández-Moreno
Héctor Yair Fernández-Sánchez
Laura Sánchez-Vega

Introducción

El desperdicio alimentario es una de las prácticas más polémicas en el sistema agroalimentario contemporáneo. En este escenario, donde subsisten la inseguridad alimentaria y la sobreproducción de alimentos, el desperdicio no sólo es una acción concreta, sino también un acto simbólico. Esta relación alimento-desperdicio forma parte de estilos de vida y hábitos de consumo que se han creado a partir de lógicas globales del consumo de alimentos.

Es fundamental abordar el desperdicio de alimentos no sólo como una estadística nacional, sino como un conjunto de prácticas, efectos y asociaciones simbólicas que las personas construyen en torno a sus alimentos cotidianos. Para comprender el desperdicio alimentario, es necesario enfocar su análisis en el núcleo donde se aprende y reproduce su práctica habitual: los hogares. En este espacio de intimidad, el desperdicio alimentario está cargado de sentido, derivado de creencias culturales, ideales de salud o cuidado familiar. En este capítulo se busca, entonces, determinar la percepción que jefes o jefas de familia tienen sobre el desperdicio de alimentos en sus hogares.

Problemas e implicaciones del desperdicio de alimentos

La producción de alimentos *per se* no asegura una distribución global y equitativa (FAO [Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura], 2017). Por diversas razones económicas que limitan el libre acceso al mercado de alimentos, persiste el problema del hambre (Gouttefanjat, 2021); además, la dinámica alimentaria está influenciada por aspectos políticos y sociales que, junto con el económico, provocan problemas pendulares, coexistiendo el hambre y los excesos alimentarios (obesidad, anorexia, etc.) (Ashrabi *et al.*, 2021; ONU, 2019).

El problema alimentario no sólo se da en las formas de producción y consumo, sino también en lo que no se consume o no se utiliza. Organizaciones internacionales establecen que 1.300 millones de toneladas de alimentos se desperdician anualmente en el mundo a lo largo de la cadena de suministro (ONU, 2019). Producir alimentos que no se van a consumir implica emisiones innecesarias de CO₂; y a nivel económico, tiene un impacto negativo directo en los agricultores y los consumidores (FAO, 2017; ONU, 2019). Ello, aunado al crecimiento poblacional, en conjunto con el sistema de producción de alimentos y el consumo insostenible, genera presión (FAO, 2021) sobre los recursos de la tierra, el agua, el aire y la energía, afectando la capacidad del planeta para sostener la vida (ONU, 2020).

La paradoja de las altas tasas de desperdicio de alimentos y la inseguridad alimentaria implica cuestiones éticas/políticas, ambientales y sociales/familiares (Henneman, 2017) que representan un desafío para el desarrollo sostenible global (FAO, 2021), razón por la cual, de los 17 Objetivos de Desarrollo del Milenio, cinco están vinculados a la sostenibilidad del sistema agroalimentario.

Diferencias entre pérdidas y desperdicio de alimentos

Las pérdidas en alimentos son aquellas que se producen en las explotaciones agrícolas, consecuencia de una gestión inadecuada en la recolección y manipulación de los productos, problemas climáticos o complicaciones en la primera fase de comercialización (ONU, 2020).

El desperdicio, por tanto, implica problemas a nivel de almacenamiento, transporte, tiendas y hogares. En los primeros casos (almacenamiento y transporte), el desperdicio se produce debido a problemas de logística, manipulación, infraestructura y envasado, como en el siguiente testimonio: “Almaceno debido a la limitada vida útil de los alimentos, así como a la percepción que tenemos los consumidores en gran medida relacionada con la estética de los productos”. En el hogar el desperdicio se debe a la mala planificación de las compras y las comidas, el tamaño de las porciones servidas, la compra de envases demasiado grandes, la confusión en la lectura de las etiquetas sobre la fecha preferida para el consumo y la fecha de caducidad, así como al almacenamiento inadecuado en el hogar.

La situación agroalimentaria mundial y sus efectos ambientales y económicos han generado conciencia sobre el origen, la pérdida, el uso, el desperdicio (Richter, 2017; Wharton *et al.*, 2021) y la gestión de los alimentos desde la producción hasta el plato del consumidor (Beretta y Hellweg, 2019), con varios estudios en torno al tema a partir de diferentes enfoques y en prácticamente todo el mundo.

Así, se han realizado estudios sobre los consumidores y la cadena de suministro, tomando sólo un eslabón o la cadena completa de un produc-

to específico; también, se ha abordado el sector de la restauración, analizando las medidas de prevención del desperdicio alimentario en Europa (Aschemann *et al.*, 2019), Asia, y en países como China (Li *et al.*, 2020), Malasia (Amirudin y Tommy, 2019), Pakistán (Aamir *et al.*, 2018), Turquía (Coskun y Yetkin, 2020), Irán (Soorani y Ahmadvand, 2019), Rusia (Bollani *et al.*, 2019) y Australia (Benyam, Kinnear y Rolfe, 2018; Boulet, Hoek y Raven, 2021; Kim *et al.*, 2020).

En América se han realizado investigaciones en Brasil (Matzembacher *et al.*, 2020), Ecuador (Montes de Oca, Gil y Ruiz, 2020), Uruguay (Aschemann, Giménez y Ares, 2018) y México (Vargas *et al.*, 2021), siendo más abundantes en Estados Unidos (Davenport, Qi y Roe, 2019; Ellison *et al.*, 2019; Henneman, 2017; Katt y Meixner, 2020; Kavanaugh y Quinlan, 2020; Wakefield y Axon, 2020; Wharton *et al.*, 2021). La mayoría de los estudios están dirigidos a los consumidores y algunos son de carácter multidisciplinar.

Principato (2020) señala que, a pesar del creciente número de investigaciones sobre el tema, aún es difícil concluir los determinantes del desperdicio alimentario por parte de los consumidores, que puedan conducir a una solución; se requieren aproximaciones empíricas que aporten información para comprender el problema y contribuir a mejorar la situación. Por ello, el objetivo de este estudio fue conocer cuál es la percepción del desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos.

Metodología

La información se recabó a través de un cuestionario segmentado en dos partes: en la primera sección del cuestionario, se realizaron preguntas abiertas y cerradas y, al mismo tiempo, se adaptaron los ítems del *Food Choice Questionnaire* (FCQ) (Step toe *et al.*, 1995), desarrollado por Step toe *et al.* (1995), cuya validez ha sido confirmada en múltiples estudios transculturales, además de que su uso es ampliamente reconocido en la literatura científica sobre comportamiento alimentario y psicología del consumidor.

Las variables consideradas para adaptar el FCQ fueron aspectos previos a la compra, durante el consumo y en el post-consumo, tal como lo consideran diversos autores (Amirudin y Tommy, 2019; Boulet, Hoek y Raven, 2021; Li *et al.*, 2020; Woolley, Jellil y Simeone, 2021). Los ítems se respondieron en una escala Likert de cinco puntos (1 = nunca, hasta 5 = siempre) (Davenport y Roe, 2019).

En la segunda sección, se abordaron preguntas sobre las características de los hogares y aspectos socioeconómicos (Aschemann, Giménez y Ares, 2018; Bravi *et al.*, 2020).

El cuestionario se diseñó en la plataforma *Google Forms* y estuvo disponible para los participantes de junio 2021 a enero 2022. Se distribuyó en redes sociales tal como se ha realizado en otros estudios (Bollani *et al.*, 2019; Coskun y Yetkin, 2020; Rodgers *et al.*, 2021; Vargas *et al.*, 2021).

Los cuestionarios fueron dirigidos a personas que desempeñan un rol activo en la compra de alimentos en los hogares urbanos y considerando datos del INEGI (Instituto Nacional de Estadística y Geografía) (2021), en los que 78% de la población mexicana es urbana. El tamaño de la muestra se determinó aplicando la fórmula de poblaciones infinitas según Hair *et al.* (2010).

Los datos se capturaron en una base de datos de Excel y se analizaron con estadística multivariada mediante análisis factorial (Steptoe *et al.*, 1995), considerando como medida de ajuste una medida Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) mayor a 0.8, y la varianza total explicada > 60% (Field, 2009).

Una vez obtenidos los factores, se realizó un análisis de conglomerados para agrupar los hogares según sus características comunes (Steptoe *et al.*, 1995; Field, 2009). Se hicieron pruebas no paramétricas de Kruskal Wallis y Mann-Whitney para determinar diferencias estadísticas ($p < 0,05$) en los factores entre los grupos identificados (Hair *et al.*, 1999; Field, 2009) y, finalmente, los datos se analizaron con el software SPSS-IBM.

Por último, los datos socioeconómicos, la información sobre las características del hogar y la relativa a la cabeza de familia se analizaron con estadísticas descriptivas por grupo identificado seguidas de una prueba de Chi-cuadrado.

Resultados

Factores relacionados con el desperdicio de alimentos

En total se contestaron 389 cuestionarios; una vez filtrados, 386 fueron considerados para el estudio. Se identificaron ocho factores que concentraban 60.88% de la varianza acumulada con un KMO de 0.826. Los factores se denominaron según los ítems que los componen y que se muestran en la Tabla 1.

El Factor 1 se denominó “Prácticas de almacenamiento”, donde se da importancia a la organización y orden de los alimentos almacenados, y se realiza la revisión de los alimentos en la alacena y refrigerador antes de la compra; ello permite elaborar una lista de alimentos necesarios, y en la compra se enfatiza la revisión de las fechas de caducidad en las etiquetas. Estas actitudes fueron reportadas por Davenport y Roe (2019) y Kavanaugh y Quinlan (2020), en ambos casos, con consumidores en E. U., donde encontraron que la verificación frecuente de las etiquetas y las prácticas de almacenamiento de los alimentos refrigerados influye en las características de su calidad, seguridad y uso, reduciendo el desperdicio de alimentos.

En estudios europeos, en Italia Corderoni y Perito (2019) también informaron que los consumidores que leen las etiquetas de los alimentos desechan menos alimentos; en este caso, su interés estaba asociado a los beneficios medioambientales y para la salud. En cuanto a la compra, Williams *et al.* (2020), respecto a consumidores suecos, señalaron que su prioridad es el envase, el tamaño de los productos, así como la información sobre seguridad y almacenamiento. La ONU (2020) mencionó que la confusión en la lectura de las etiquetas –como las fechas de consumo preferente y caducidad–, la compra de envases demasiado grandes, así como el almacenamiento inadecuado en casa, son aspectos que influyen en el desperdicio.

Jribi *et al.* (2020), en un estudio en Túnez, reportaron que en el período de contingencia de la pandemia Covid-19 hubo mayor conciencia sobre el desperdicio; se observó que la organización y el orden de

los alimentos influyeron en la elaboración de una lista, evitando compras innecesarias.

Sobre el Factor 2 “Acciones de prevención”, las variables están relacionadas con la preparación necesaria y suficiente de los alimentos a la hora de cocinar, pero también con la compra de lo estrictamente necesario, aspectos relacionados con la economía.

Estudios realizados en España e Italia señalaron la importancia de la gestión de los alimentos en el hogar y de la planificación de las comidas, así como de las compras basadas en los presupuestos familiares para evitar el desperdicio de alimentos (Bravi *et al.*, 2020). Este último aspecto es una constante mencionada por trabajos con consumidores en Malasia (Amirudin y Tommy, 2021) y Australia (Benyam, Kinnear y Rolfe, 2018), que establecieron como fundamental el papel de la educación en compras para reducir el desperdicio, lo que a su vez se refleja en la economía.

El Factor 3 “Despilfarro” aborda la utilización del exceso de alimentos, que incluye variables relacionadas con los hábitos de compra, el consumo excesivo de alimentos y la adquisición de ofertas de alimentos en el momento de la compra. Al final, este exceso se almacena de forma incorrecta y acaba en el vertedero, aumentando los residuos domésticos. Se ha determinado que las compras impulsivas están relacionadas positivamente con el desperdicio de alimentos (Lahath *et al.*, 2021).

Estas actitudes han sido identificadas en investigaciones en países con situaciones económicas diversas, como Uruguay (Aschemann, Giménez y Ares, 2018), Alemania, Hungría, Países Bajos, España (Van Geffen *et al.* 2020) y Malasia (Amirudin y Tommy, 2021), donde el consumo excesivo en el hogar, restaurantes, entrega de comida y compras de ofertas alimentarias hace que los alimentos acaben en la basura y causen un problema en este aspecto.

Algunos estudios mencionaron que el ahorro se ha identificado generalmente como el mejor motivador para reducir el desperdicio de alimentos en los consumidores (Ellison *et al.*, 2019; Soorani y Ahmadvand, 2019; Katt y Meixner, 2020), y que la escasez fomenta aún más la reflexión sobre las prácticas de desperdicio en el hogar (Rodgers *et al.*, 2021). Otros establecieron que las normas en el hogar, a través del sentimiento de culpa,

pueden generar cambios (Soorani y Ahmadvand, 2019;), como se observó indirectamente durante el período de máxima contingencia en la pandemia Covid-19 (Jribi *et al.*, 2020; Principato *et al.*, 2020; Rodgers *et al.*, 2021; Vargas *et al.*, 2021).

El Factor 4 “Planificación de compras” considera la planificación de menús en el hogar y, a partir de ello, la elaboración de una lista de compras. Durante el período de confinamiento de la pandemia Covid-19, se observó un aumento de estas acciones, lo que repercutió en un menor desperdicio en los hogares (Principato *et al.*, 2020; Woolley, Jellil y Simeone, 2021).

Tabla 1
Factores obtenidos y varianzas correspondientes

Factores	Ítems	% Varianza	% Varianza acumulada
Prácticas de almace- namiento	• Revisamos las fechas de caducidad de los alimentos que están en la alacena.	13.83	13.83
	• En mi hogar, al comprar alimentos empacados, se verifica la fecha de caducidad.		
	• En casa se comprueba continuamente el estado de los alimentos del refrigerador y alacena.		
	• En casa se organizan los productos que van a caducar enfrente de la alacena.		
	• En casa, antes de hacer las compras, revisamos los alimentos existentes en el refrigerador y la alacena.		
	• Al realizar las compras, se eligen alimentos con fecha de caducidad más alejada.		
Acciones de prevención	• Se preparan sólo los alimentos necesarios para una comida.	10.35	24.2
	• Al preparar la comida, se consideran las porciones de acuerdo con cuantos comeremos.		
	• En mi hogar se compran sólo los alimentos que se utilizarán de acuerdo con lo planificado.		
	• Las compras que se realizan se basan sólo en el presupuesto disponible.		

Continúa...

<i>Factores</i>	<i>Ítems</i>	<i>% Varianza</i>	<i>% Varianza acumulada</i>
Despilfarro (<i>Squandering</i>)	• En mi casa la comida se echa a perder porque no se almacena correctamente.	7.41	31.6
	• Se compran alimentos que están en oferta o al 2X1, aunque no se necesiten.		
	• En casa se tiran las sobras de la cazuela o cacerola.		
	• En casa se prepara más comida de la que se consume.		
Planifi- cación de compra	• En mi casa se elabora una lista de los alimentos que se van a comprar. • En casa se planifican los menús por semana y sobre ello se realizan las compras.	7.39	39.0
Reúso alimen- tario	• Si sobra comida cuando comemos fuera de casa, la pedimos para llevar. • Cuando no se consume por completo una comida, se guarda para comerla más tarde o elaborar otras comidas.	7.04	46.04
Reciclaje	• Realizamos composta con los residuos de preparación de la comida. • Las sobras de la comida se dan a las mascotas.	5.57	51.61
Aprove- chamiento de caducos	• Donamos alimentos cuando están a punto de caducar. • En mi hogar se consumen alimentos que han pasado su fecha de caducidad por unos días.	4.71	56.32
Consumo hedónico	• Lo que sobra de comida lo tiramos a la basura. • Compró todos los alimentos que se me antojan.	4.56	60.88

Factor 5 “Reúso alimentario”. La reutilización de alimentos concentra elementos relacionados con el aprovechamiento y la reutilización de las sobras dentro o fuera del hogar para su posterior consumo. La reutilización de alimentos era una práctica cotidiana de la que surgieron muchos platos emblemáticos en distintos países. Estas acciones fueron cayendo en el olvido; los consumidores actuales no son conscientes al desperdiciar ali-

mentos porque no tienen ni idea de cómo reutilizar las sobras (Van Geffen *et al.*, 2020). Sin embargo, otros autores afirman que en los últimos años ha resurgido el interés por la reutilización, por ejemplo, de los excedentes de frutas y verduras (Kim *et al.*, 2020).

El Factor 6 “Reciclaje” incluye hábitos relacionados con el compostaje de residuos alimentarios o utilizados como alimento para mascotas. Este último aspecto es destacable, ya que es poco mencionado en otros trabajos. Por ejemplo, en los hogares rurales de China la alimentación de animales con restos de comida es una práctica habitual que puede ser vista desde dos perspectivas: como una opción para aprovechar los excedentes alimentarios o, en sentido contrario, que fomenta el desperdicio (Li *et al.*, 2020), aunque Tucker y Farrelly (2015) no lo consideraron como tal.

En cuanto al compostaje, se ha documentado el interés de las generaciones más jóvenes. Por ejemplo, en Rusia las personas de la generación millennial, por motivos medioambientales, reutilizan los residuos para la producción de energía (Bollani *et al.*, 2019).

El Factor 7 “Aprovechamiento de caducos” expone comportamientos dirigidos a su donación y al consumo de productos cuya fecha de caducidad ha expirado o está a punto de hacerlo. Estas acciones son generadas por una conciencia ética, tanto social como ambiental (Burlea *et al.*, 2021). Por otro lado, en Pakistán Aamir *et al.* (2018) abordaron el tema de las donaciones con un problema de transparencia, siendo una preocupación porque se desconoce el destino; es decir, si llega a las manos adecuadas o si se utiliza con fines lucrativos. En consecuencia, este tipo de comportamiento es considerado de mediana eficacia para evitar el desperdicio de alimentos (Díaz *et al.*, 2019).

Jeswani, Figueroa y Azapagic (2021) afirmaron que, aunque el desperdicio en la etapa de consumo tiene la mayor contribución e impacto ambiental, la participación de otros eslabones de la cadena de suministro es considerable y también debe ser atendida. Existen estudios desde la perspectiva de los supermercados que identifican cómo los clientes ven los productos cuya fecha de caducidad está próxima (Hartmann, Jahnke

y Hamm, 2021), y en algunos países estos productos se ofrecen a precios reducidos para atraer el interés de los consumidores.

El último factor, el Factor 8 “Consumo hedónico”, se considera un desperdicio de alimentos porque los consumidores no están dispuestos a comer las sobras, ya que su consumo de alimentos es por placer. Estudios realizados en E.U. y Brasil constataron que dejar comida en el plato no es percibido como un desperdicio por parte de los consumidores (Katt y Meixner, 2020; Matzembacher et al., 2020).

Los factores identificados se utilizaron para el análisis de conglomerados y el establecimiento de grupos de hogares con actitudes similares.

Clasificación de los hogares, según la gestión de los residuos de alimentos

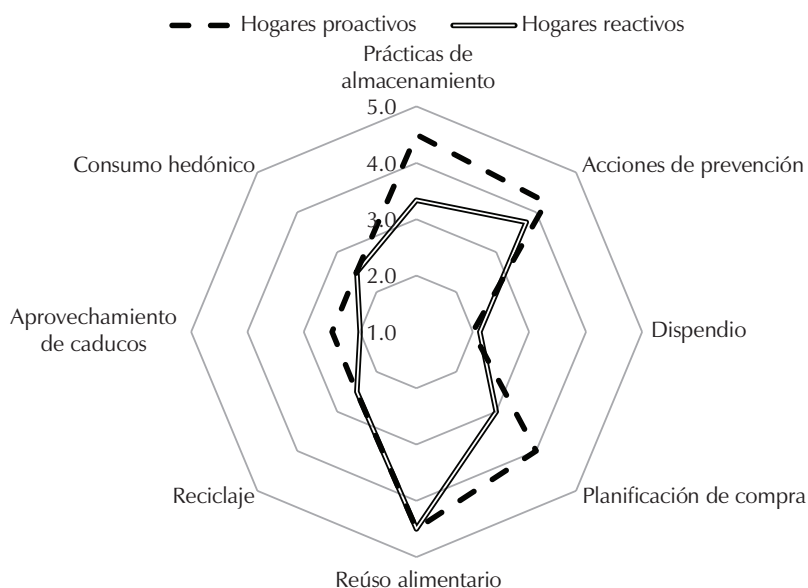
El análisis de conglomerados identificó dos grupos de los hogares según la gestión de los residuos de alimentos (Figura 1). En el presente trabajo, las distinciones para agrupar los hogares fueron “Prácticas de almacenamiento”, “Planificación de compras”, “Uso de alimentos caducados” y “Consumo hedónico”, factores que presentaron diferencias estadísticamente significativas ($p < 0.05$) entre los grupos (Tabla 2); a partir de estas diferencias, los grupos fueron denominados: “Hogares proactivos” y “Hogares reactivos”.

El trabajo de Richter (2017) con consumidores individuales de alimentos identificó tres grupos que fueron denominados “Despilfarradores culpables”, “Despilfarradores intencionales” y “Despilfarradores descuidados”. Funk, Sütterlin y Siegris (2021), al analizar las actitudes de los consumidores hacia el medio ambiente, informaron que de los seis segmentos identificados dos destacaron por sus actitudes cuando redujeron el desperdicio alimentario y los consecuentes proambientales.

El grupo de “Hogares proactivos” representó el grupo más numeroso (54.0% de los casos encuestados) y obtuvo las puntuaciones más altas en todos los factores identificados. Este grupo se distinguió por dar gran

importancia a las “Prácticas de almacenamiento”, la “Reutilización de alimentos”, las “Acciones de prevención” y la “Planificación de compras”; y aunque es menos relevante, también dan cierta importancia al “Uso de alimentos caducados”. El comportamiento de estos hogares está orientado a la prevención del desperdicio en todas las etapas en las que intervienen en la alimentación: desde el hogar en la planificación previa a la compra, durante la compra, en la preparación de los alimentos, hasta el consumo y el posconsumo.

Figura 1
Características de los grupos de hogares de acuerdo con los factores identificados



Nota: Los valores de la escala de Likert son: 1.0) Nunca; 2.0) Casi nunca; 3.0) Algunas veces; 4.0) Casi siempre y 5.0) Siempre.

Algunos autores señalaron que las rutinas de planificación contribuyen indirectamente a la reducción del desperdicio en el hogar (Stancu, Haugaard y Lähteenmäki, 2015); sin embargo, la ONU (2020) apuntó que la planificación es fundamental para evitar el desperdicio de alimentos; la mala planificación de las compras y comidas, así como el exceso en la compra y el tamaño de las porciones, son aspectos que influyen fuertemente en el problema.

Varios estudios mencionaron que los hogares que realizan prácticas creativas de cocina, conservación y uso del refrigerador tienen más éxito en la gestión del desperdicio de alimentos (Principato *et al.*, 2020; Rodgers *et al.*, 2021).

Tabla 2
Análisis comparativo de los grupos
de acuerdo con los factores obtenidos

	<i>Hogares proactivos</i> (<i>n</i> =208)		<i>Hogares reactivos</i> (<i>n</i> =178)		<i>P</i> *
	Mediana	IQR	Mediana	IQR	
Prácticas de almacenamiento	4.5 ^a	.60	3.3 ^b	1	.000
Planificación de compra	4.0 ^a	1.5	3.0 ^b	2.0	.000
Aprovechamiento de caducos	2.5 ^a	1.0	2.0 ^b	1.0	.034
Consumo hedónico	2.5 ^a	1.0	2.5 ^b	1.5	.000
Acciones de prevención	4.3 ^a	.70	3.8 ^a	1.3	.063
Dispendio	2.0 ^a	.70	2.15 ^a	.70	.970
Reúso alimentario	4.5 ^a	1.0	4.5 ^a	1.5	.903
Reciclaje	2.5 ^a	2.0	2.5 ^a	1.6	.099

Nota: NB: IQR, Rango intercuartil; p^2 , Kruskal-Wallis test de valor ($p < 0.05$);^{a,b} Mann-Whitney U prueba por fila ($p < 0.05$).

Los “Hogares reactivos” constituyen 46% de la muestra y sólo dan importancia a las acciones de reutilización y prevención de alimentos. Es decir, no llevan a cabo ninguna planificación y sólo reaccionan ante el desperdicio mientras están directamente involucrados con la comida. Fox *et al.* (2017) establecieron que esta falta de acción puede deberse a la omisión del problema, lo que implica un desconocimiento real de la contribución al desperdicio, y que no los exime del problema porque la planificación y compra están determinadas por actitudes morales y son importantes predictores del desperdicio alimentario (Stefan *et al.*, 2013).

Una vez diferenciados ambos grupos de hogares (según la gestión de los residuos de alimentos), se identificaron sus características sociodemográficas (tablas 3 y 4).

Características sociodemográficas de los grupos identificados

En ambos grupos se reportaron jefaturas múltiples, femeninas y mixtas; aunque no hubo diferencias significativas entre grupos, la mayor proporción de jefaturas mixtas en ambos tipos de hogares es relevante (47% y 50.4%), considerando los aspectos culturales de género que aún prevalecen en México (INEGI, 2021).

Otros autores establecieron que la reducción del desperdicio de alimentos está asociada al aspecto económico (Davenport, Qi y Roe, 2019; Soorani y Ahmadvand, 2019); sin embargo, en el presente trabajo no hubo diferencias para esta variable, a pesar de que en ambos grupos hay una proporción similar de hogares en los cuatro factores de ingreso. Las puntuaciones son ligeramente superiores en el cuartil de ingresos altos para los “Hogares proactivos”; no obstante lo anterior, se establece que la posible reducción en el costo de los alimentos puede ser un factor impulsor para motivar a las personas a mejorar sus hábitos de compra (Leverenz *et al.*, 2019).

Tabla 3
Características sociodemográficas de los hogares
en los grupos identificados

<i>Variable</i>		<i>Hogares proactivos</i>	<i>Hogares reactivos</i>
Tipo de jefatura	Masculina	31.0	31.0
	Mixta	47.0	50.4
	Femenina	21.9	18.6
Cuartil de ingresos	Muy Bajo (Hasta 10,000)	30.3	32.6
	Bajo (10,001-15,000)	21.6	19.7
	Medio (15,001-30,000)	26.5	30.9
	Alto (Más de 30,000)	21.6	16.8
Tamaño de la familia (cuartil)	Chica (1 a 2)	18.8	21.4
	Mediana (3 a 4)	45.7	43.8
	Grande (5)	18.7	13.5
	Numerosas (6 a 13)	16.8	21.3
Número de niños en el hogar	Sin niños	42.3	38.8
	1 niño	42.8	47.7
	3 o más	14.9	13.5

Nota: P = valor de significancia ($p < 0.05$) prueba de Chi cuadrado, donde no existieron diferencias significativas en las variables.

Como se muestra en la Tabla 3, el tamaño de las familias sigue siendo muy diverso en México, situación que también se menciona en estudios realizados en países en desarrollo como Malasia (Amirudin y Tommy, 2019) y Uruguay (Aschemann, Giménez y Ares, 2018). En ambos grupos, la mayor proporción de hogares estaba formada por familias medianas (45.7% y 43.8%, respectivamente); empero, la existencia de familias gran-

des era importante con una proporción ligeramente mayor de familias numerosas en el grupo de “Hogares reactivos”. Leverenz *et al.* (2019) refieren que un mayor número de personas que vive bajo el mismo techo dificulta la reducción del desperdicio de alimentos, debido a la heterogeneidad en los hábitos alimentarios en el hogar.

Las variables de nivel educativo y edad se analizaron por cabeza de familia, independientemente del tipo de cabeza. En cuanto a los rangos de edad, la mayor proporción de hogares en ambos grupos tiene jefes de hogar entre 26 y 45 años, pero con una relación negativa en ese rango de edad en las jefaturas de hogar de “Hogares proactivos”. Otros estudios que incluyen la edad en sus análisis (Fox *et al.*, 2020) hicieron mayor hincapié en el nivel educativo.

Tabla 4
Características sociodemográficas de los hogares
de los grupos identificados

<i>Variable</i>		<i>Hogares proactivos</i> (%) <i>n</i> =208		<i>Hogares reactivos</i> (%) <i>n</i> =178	
		<i>Jefe de familia</i>	<i>Jefa de familia</i>	<i>Jefe de familia</i>	<i>Jefa de familia</i>
Rango de edad	18 a 25	14.0	16.6	20.1	20.2
	26 a 45	55.3*(-)	57.4	55.8	59.7
	46 a 65	28.0	25.4	23.3	19.4
	66 y más	2.7	0.6	0.8	0.7
Nivel educativo	Sin estudios	6.3	1.0***(-)	8.9***(+)	2.2
	Básica	14.9	19.7	14.6	18.5
	Preparatoria/ Técnica	19.7	15.4*(-)	21.3	24.2*(+)
	Universidad/ Posgrado	59.1	63.9	55.1	55.1

Nota: *** * $p \leq .05$. Los valores (+) o (-) indican si las frecuencias observadas son mayores o menores que las frecuencias teóricas, según la prueba de χ^2 por celda.

En ambos grupos, la proporción de estudios universitarios/de posgrado fue alta, como la encontrada por Aschemann (2018). Sin embargo, en los “Hogares proactivos” fue aún mayor en ambas cabezas de familia, con la proporción más alta en las cabezas de familia mujeres (63,9%). El análisis de χ^2 estableció una relación negativa para las jefas de hogar sin estudios en los “Hogares proactivos” y, por el contrario, una relación altamente positiva para las jefas de hogar sin estudios en los “Hogares reactivos”.

La falta de educación sobre residuos funciona como una barrera para establecer prácticas sostenibles a nivel doméstico (Wakefield y Axon, 2020); promover el consumo responsable y la reducción de residuos en los hogares es necesario para un mayor efecto ambiental y económico (Williams *et al.*, 2020). Por ello, se sugieren estrategias específicas de intervención y comunicación para el consumo responsable según las características de los grupos identificados (Funk, Sütterlin y Siegrist, 2021), o dirigidas a los diferentes estratos de la población (Wharton *et al.* 2021; Woolley, Jellil y Simeone, 2021 y Hartmann, Jahnke y Hamm, 2021).

Boulet, Hoek y Raven (2021) propusieron un marco multinivel en el estudio del desperdicio alimentario en el hogar: el micro (individuo), el meso (hogar) y el macro (externo al hogar), ya que su interacción es lo que marca la diferencia en el comportamiento del desperdicio; esto puede ser una estrategia más en la implementación de la formación, el cambio de comportamiento y la concienciación sobre el desperdicio alimentario. Aunque dichas estrategias no son infalibles, otros autores han observado que establecer normas para evitar el desperdicio, en algunos casos, genera un efecto negativo, ya que son percibidas como contrarias a los valores y derechos individuales (Coskun y Yetkin, 2020).

Es ciertamente un debate, pero está establecido que la información puede influir en un mejor comportamiento en la reducción del desperdicio (Neubig *et al.*, 2020). Sin embargo, aún no se ha determinado qué tipo de información es más eficaz y cómo afecta exactamente al comportamiento de los consumidores frente al desperdicio de alimentos (Wakefield y Axon, 2020; Van Gaffen *et al.*, 2020; Boulet, Hoek y Raven, 2021; Burlea *et al.*, 2021, Wharton *et al.*, 2021).

Reflexiones finales

En este capítulo se identificaron las percepciones que influyen en el desperdicio de alimentos en los hogares mexicanos; se observó que se consideran aspectos de prevención antes, durante y después del consumo. Los hogares mexicanos están conscientes de la prevención; sin embargo, se identificaron dos grandes grupos: algunos hogares que realizan acciones muy específicas enfocadas a la planeación y prevención del desperdicio en el hogar, y otros que reaccionan sólo al momento de preparar o consumir los alimentos. No fue posible identificar qué aspectos influyen en estas diferencias, pero el mayor nivel educativo de las amas de casa puede jugar un papel importante, por lo que es necesario analizar esta variable con mayor detalle en futuros trabajos.

Referencias

- Aamir, M., Ahmad, H., Javaid, Q., y Hasan, S. M. (2018). Waste Not, Want Not: A Case Study on Food Waste in Restaurants of Lahore, Pakistan. *Journal Of Food Products Marketing*, 24(5), 591-610. <<https://doi.org/10.1080/10454446.2018.1472695>>.
- Amirudin, N., y Tommy, G. T. H. (2019). Impact of perceived food accessibility on household food waste behaviors: A case of the Klang Valley, Malaysia. *Resources, Conservation & Recycling*, 151 <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.05.011>>.
- Aschemann, W. J. (2018). Consumer perception and preference for sub-optimal food under the emerging practice of expiration date-based pricing in supermarkets. *Food Quality and Preference*, 63, 119-128. <<http://dx.doi.org/10.1016/j.foodqual.2017.08.007>>.
- Aschemann, W. J., Giménez, A., y Ares, G. (2018). ¿Convenience or price orientation? Consumer characteristics influencing food waste behaviour in the context of an emerging country and the impact on future sustainability of the global food sector. *Global Environmental Change*, 49, 85-94. <<https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2018.02.002>>.

- Aschemann, W. J., Otterbring, T., Hooge, I. E., Normann, A., Rohm, H., Almli, V. L., y Oostindjer, M. (2019). Consumer associations about other buyers of suboptimal food-and what it means for food waste avoidance actions. *Food Quality and Preference*, 19. <<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2019.103808>>.
- Ashrabi, A. A., Hasan, M. M., Ahbab, S. C., Dabnichki, P., Ahmed, N, y Es-tiaque, A. A. (2021). Sustainable food waste management model for Bangladesh. *Sustainable Production and Consumption*, 20. <<https://doi.org/10.1016/j.spc.2020.10.022>>.
- Benyam, A., Kinnear, S., y Rolfe, J. (2018). Integrating community perspectives into domestic food waste prevention and diversion policies. *Resources, Conservation & Recycling*, 134. 174-183. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2018.03.019>>.
- Beretta, C., y Hellweg, S. (2019). Potential environmental benefits from food waste prevention in the food service sector. *Resources, Conservation & Recycling*, 147. 169-178. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.03.023>>.
- Bollani, L., Bonadonna, A., y Peira, G. (2019). The Millennials' Concept of Sustainability in the Food Sector. *Sustainability*, 11. <<https://doi.org/10.3390/su11102984>>.
- Boulet, M., Hoek, A. C., y Raven, R. (2021). Towards a multi-level framework of household food waste and consumer Behaviour: Untangling spaghetti soup. *Appetite*, 156. <<https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104856>>.
- Bravi, L., Francioni, B., Murmurs, F., y Savelli, E. (2020). Factors affecting household food waste among young consumers and actions to prevent it. A comparison among UK, Spain, and Italy. *Resources, Conservation & Recycling*, 153, 104586. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.104586>>.
- Burlea, S. A., Ogarca, R. F., Barbu, C. M., Craciun, L., Baloi, I. C., y Mihai, L. S. (2021). The impact of COVID-19 pandemic on food waste Behaviour of young people. *Journal of Cleaner Production*, 294, 126333. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2021.126333>>.

- Coderoni, S., y Perito, M. A. (2019). Sustainable consumption in the circular economy. An analysis of consumers' purchase intentions for waste-to-value food. *Journal Of Cleaner Production*, 252, 119870. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.119870>>.
- Coskun, A., y Yetkin, O. R. M. (2020). ¿What influences consumer food waste behavior in restaurants? An application of the extended theory of planned behavior. *Waste Management*, 117, 170-178. <<https://doi.org/10.1016/j.wasman.2020.08.011>>.
- Davenport, M. I., Qi, D., y Roe, B. E. (2019). Food-related routines, product characteristics, and household food waste in the United States: A refrigerator-based pilot study. *Resources, Conservation & Recycling*, 150. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.104440>>.
- Díaz, R. R., Costa, F. M., López, G. F., y Gil, J. M. (2019). Food waste prevention along the food supply chain: A multi-actor approach to identify effective solutions. *Resources, Conservation & Recycling*, 149, 249-260. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.05.031>>.
- Ellison, B., Savchenko, O., Nikolaus, C. J., y Duff, B. R. L. (2019). Every plate counts: Evaluation of a food waste reduction campaign in a university dining hall. *Resources, Conservation & Recycling*, 144, 276-284. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.01.046>>.
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) (2017). *Food Losses and Waste in Latin America and the Caribbean, Alliances, and Institutions to Build Better Policies*. Food and Agriculture Organization. <<https://www.fao.org/americas/noticias/ver/es/c/239393/>>.
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) (2021). *Soil and Water Conservation in Latin America and the Caribbean, Elementary Resources for Food Security and Ecosystem Services*. Food and Agriculture Organization. <<https://www.fao.org/americas/prioridades/suelo-agua/es/>>.
- Field, D. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS (and sex and drugs and rock 'n' roll)*. SAGE.
- Fox, D., Ioannidi, E., Sun, Y., Jape, V. W., Bawono, W. R., Zhang, S., y Perez-Cueto, F. J. (2017). Consumers with high education levels

- belonging to the millennial generation from Denmark, Greece, Indonesia and Taiwan differ in the level of knowledge on food waste. *International Journal Of Gastronomy And Food Science*, 11, 49-54. <<https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2017.11.005>>.
- Funk, T.; Sütterlin, B., y Siegrist, M. (2021). Consumer segmentation based on Stated environmentally-friendly behavior in the food domain. *Sustainable Production and Consumption*, 25, 173-186. <<https://doi.org/10.1016/j.spc.2020.08.010>>.
- Gouttefanjat, F. (2021). The agri-food system in Mexico: ¿Towards a new metabolic relationship between men and corn? *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 31(58). <<https://doi.org/10.24836/es.v31i58.1167>>.
- Hair, J. F., Black, W. C., Tatham, R. L., y Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis*. Prentice Hall International.
- Hartmann, T., Jahnke, B., y Hamm, U. (2021). Making ugly food beautiful: Consumer barriers to purchase and marketing options for Suboptimal Food at retail level-A systematic review. *Food Quality and Preference*, 90. <<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104179>>.
- Henneman, A. (2017). Motivating consumers to reduce food waste through a “makeover your leftovers” class. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 49(12). <[https://www.jneb.org/article/S1499-4046\(17\)30384-6/pdf](https://www.jneb.org/article/S1499-4046(17)30384-6/pdf)>.
- INEGI (Instituto Nacional de Estadística y Geografía) (2021). *Statistical Directory of Economic Units, National Institute of Statistics and Geography*. Instituto Nacional de Estadística y Geografía en México. <<http://www.beta.inegi.org.mx/app/mapa/denue/>>.
- Jeswani, H. K., Figueroa, T. G., y Azapagic, A. (2021). The extent of food waste generation in the UK and its environmental impacts. *Sustainable Production and Consumption*, 26, 532-547. <<https://doi.org/10.1016/j.spc.2020.12.021>>.
- Jribi, S., Ismail, H. B., Doggui, D., y Debbabi, H. (2020). COVID19 virus outbreak lockdown: ¿What impacts on household food waste? *Environment, Development and Sustainability*, 12. <<https://doi.org/10.1007/s10668-020-00740-y>>.

- Katt, F., y Meixner, O. R. (2020). Food waste prevention behavior in the context of hedonic and utilitarian shopping value. *Journal of Cleaner Production*, 273. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.122878>>.
- Kavanaugh, M., y Quinlan, J. J. (2020). Consumer knowledge and behaviors regarding food date labels and food waste. *Food Control*, 115. <<https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2020.107285>>.
- Kim, J., Rundle, T. S., Knox, K., Burke, K., y Bogomolova, S. (2020). Consumer perspectives on household food waste reduction campaigns. *Journal of Cleaner Production*, 243. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.118608>>.
- Lahath, A., Omar N. A., Ali, M. H., Tsenga, M. L., y Yazid, Z. (2021). Exploring food waste during the COVID-19 pandemic among Malaysian consumers: The effect of social media, neuroticism, and impulse buying on food waste. *Sustain Prod Consum*, 28, 519-531. <<https://doi.org/10.1016/j.spc.2021.06.008>>.
- Leverenz, D., Moussawel, S., Maurer, S., Hafner, G., Schneider, F., Schmidt, T., y Kranert, M. (2019). Quantifying the prevention potential of avoidable food waste in households using a self-reporting approach. *Resources, Conservation & Recycling*, 150. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.104417>>.
- Li, Y., Wang, L., Liu, G., y Cheng, S. (2020). Rural household food waste characteristics and driving factors in China. *Resources Conservation And Recycling*, 164, 105209. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2020.105209>>.
- Matzembacher, D. E., Brancoli, P., Maia, L. M., y Eriksson, M. (2020). Consumer's food waste in different restaurants configuration: A comparison between different levels of incentive and interaction. *Waste Management*, 114, 263-273. <<https://doi.org/10.1016/j.wasman.2020.07.014>>.
- Montes de Oca, M. G. C., Gil, I. S., y Ruiz, M. M. E. (2020). ¿How do green practices and food waste management influence the brand capital of restaurants? *Studies Management*, 36(154), 100-113. <<https://doi.org/10.18046/j.estger.2020.154.3349>>.

- Neubig, C. M., Vranken, L., Roosen, J., Grasso, S., Hieke, S., Knoepfle, S., Macready, A. L., y Masento, N. A. (2020). Action-related information trumps system information: Influencing consumers' intention to reduce food waste. *Journal of Cleaner Production*, 261. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.121126>>.
- ONU (Organización de las Naciones Unidas) (2019). *Strong Population Growth Will Pose a Challenge to Achieving Sustainable Development*. <<https://populationmatters.org/un-sdgs/>>.
- ONU (Organización de las Naciones Unidas) (2020). *Peace, Dignity and Equality on a Healthy Planet, Global Challenges*. <<https://www.un.org/en/articles-by-property-local-category/59098/10994?page=1>>.
- Principato, L., Secondi, L., Cicatiello, C., y Mattia, G. (2020). Caring more about food: the unexpected positive effect of the Covid-19 lockdown on household food management and waste. *Socio-Economic Planning Sciences*, 20. <<https://doi.org/10.1016/j.seps.2020.100953>>.
- Richter, B. (2017). Knowledge an perception of food waste among German consumers. *Journal of Cleaner Production*, 17, 31724. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2017.08.009>>.
- Rodgers, R. F., Lombardo, C., Cerolini, S., Franko, D. L., Omori, M., Linnardon, J., Guillaume, S., Fischer, L., and Fuller, T. M. (2021). "Waste not and stay at home" evidence of decreased food waste during the COVID-19 pandemic from the U.S. and Italy. *Appetite*, 160, 105-110. <<https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105110>>.
- Soorani, F., y Ahmadvand, M. (2019). Determinants of consumers' food management behavior: Applying and extending the theory of planned behavior. *Waste Management*, 98, 151-159. <<https://doi.org/10.1016/j.wasman.2019.08.025>>.
- Stancu, V., Haugaard, P., y Lähteenmäki, L. (2015). Determinants of consumer food waste Behavior: two routes to food waste. *Appetite*, 15(399). <<http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2015.08.025>>.
- Stefan, V., Van HerpenAnd., Tudoran, A. A., y Lähteenmäki, L. (2013). Avoiding food waste by Romanian consumers: The importance of planning and shopping routines. *Food Quality and Preference*, 28, 375-381. <<http://dx.doi.org/10.1016/j.foodqual.2012.11.001>>.

- Steptoe, A., Pollard, T. M. y Wardle, J. (1995). Development of a measure of the motives underlying the selection of food: the food choice questionnaire. *Appetite*, 25, 267-284.
- Tucker, C., y Farrelly, T. (2015). Household food waste: the implications of consumer choice in food from purchase to disposal. *Local Environment*, 21(6), 682-706. <<https://doi.org/10.1080/13549839.2015.1015972>>.
- Van Geffen, L., Van HerpenAnd., Sijtsema, S., y Van Trijp, H. (2020). Food waste as the consequence of competing motivations, lack of opportunities, and insufficient abilities. *Resources, Conservation & Recycling*: X, 5, 100026. <<https://doi.org/10.1016/j.rcrx.2019.100026>>.
- Vargas, L. A., Cicatiello, C., Principate, L., y Secondi, L. (2021). Consumer expenditure, elasticity and value of food waste: A Quadratic Almost Ideal Demand System for evaluating changes in Mexico during COVID-19. *Socio-Economic Planning Sciences*, 38, 1-21. <<https://doi.org/10.1016/j.seps.2021.101065>>.
- Wakefield, A., y Axon, S. (2020). "I'm a bit of a waster": Identifying the enablers of, and barriers to, sustainable food waste practices. *Journal of Cleaner Production*, 275, 122803. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.122803>>.
- Wharton, C., Vizcaino, M., Berardy, A., y Opejin, A. (2021). Waste watchers: A food waste reduction intervention among households in Arizona. *Resources, Conservation & Recycling*, 164, 105-109. <<https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2020.105109>>.
- Williams, H., Lindstrom, A., Trischler, J., Wikstrom, F., y Rowe, Z. (2020). Avoiding food becoming waste in households and the role of packaging in consumers' practices across different food categories. *Journal of Cleaner Production*, 265. <<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.121775>>.
- Woolley, E., Jellil, A., y Simeone, A. (2021). Wasting less food: smart mass customisation of food provision. *Procedia CIRP*, 96, 189-194. <<https://doi.org/10.1016/j.procir.2021.01.073>>.



AUTORES

Lucía Matilde Collado Medina

Doctora en Estudios Turísticos en el área disciplinaria de Construcción de Conocimiento y Formación en Turismo por la UAEM. Catedrática de la Facultad de Turismo y Gastronomía. Profesora Investigadora adscrita al Instituto de Estudios Sobre la Universidad de la UAEM (IESU). Candidata al Sistema Nacional de Investigadores. Integrante del Cuerpo Académico Calidad de Vida y Decrecimiento. Líneas de investigación: Calidad de vida desde una ética no-violenta, social y solidaria; y Soberanía alimentaria, buenos vivires y transdisciplinariedad. Tiene publicaciones relacionadas con la innovación curricular, soberanía alimentaria, producción y consumo ético y responsable de los alimentos, gastronomía sostenible, Carta de la Tierra y sostenibilidad en la educación. Pertenece a la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la cooperación entre universidad y comunidad (riteisa.org). Colabora como docente y es miembro de comités asesores de grado y comités de evaluación para el ingreso en el Programa de Maestría en Ambientes, Sistemas y Gestión de la Educación Multimodal, de la Universidad Nacional Rosario Castellanos, desde el año 2022. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0002-3729-9793>>.

Virginia Pilar Panchi Vanegas

Egresada de la Facultad de Turismo de la Universidad Autónoma del Estado de México. Tiene el grado de Doctora en Humanidades con énfasis en ética por la UAEM y de Maestra en Tecnologías para la Educación y la

Comunicación, obtenido en el ILCE. Es integrante del Cuerpo Académico Calidad de Vida y Decrecimiento, en el que colabora en varios proyectos de investigación, publicaciones y ponencias derivadas, entre ellos: *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria; Cafeterías universitarias como promotoras de soberanía alimentaria. Alternativas desde la responsabilidad social y los buenos vivires. Vivires sostenibles y alimentación digna. Un modelo de cafetería universitaria soberana y, recientemente, Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable, desde los ODS.* Actualmente presta sus servicios como profesor de carrera en el Área de Materiales Digitales de la DECyD, con el seguimiento y la evaluación del diseño de cursos en línea. Desde 2015 a la fecha, ha sido asesor en línea y se desempeña también como tutor y asesor en diversas asignaturas del Bachillerato Universitario en la modalidad a distancia.

Ha colaborado como asesora de diseño instruccional de la Licenciatura en Medios Alternos y Resolución de Conflictos de la Facultad de Derecho, y en la actualidad funge como revisora y asesora de guiones instruccionales, guías didácticas y guías de estudio independiente para los sistemas de enseñanza presencial con mediación tecnológica. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0001-9262-0773>>.

Hilda Carmen Vargas Cancino

Doctora en Humanidades. Colabora en el Instituto de Estudios Sobre la Universidad de la Universidad Autónoma del Estado de México. Autora de libros, capítulos de libros y diversos artículos. Sus líneas de investigación son Ética y calidad de vida, Decrecimiento, No-violencia, transdisciplinariedad, soberanía alimentaria y gastronomía sostenible. Docente en la Facultad de Ciencias de la Conducta desde 1992 en las áreas de Psicología organizacional, así como en posgrado en la Facultad de Humanidades desde 2018, en el área de Ética social. Del 2011 al 2021, coordinó la publicación del boletín mensual Ahimsa en co-edición con la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México. Ha dictado conferencias tanto a nivel nacional como en la Unión Europea. Líder del Cuerpo Académico Calidad de Vida y Decrecimiento. Responsable de la

Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA). Integrante del Sistema Nacional de Investigadores Nivel I. ResearchGate: <https://www.researchgate.net/profile/Hilda_Vargas2>. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0002-5012-9537>>. <<https://scholar.google.com.mx/citations?user=NjhPz80AAAAJ&hl=es>>.

David Eduardo Velázquez Muñoz

Doctor en Educación Permanente y Altos Estudios por el Centro Internacional en Prospectiva y Altos Estudios, S.C. Licenciado en Cirujano Dentista y Maestro en Educación Ambiental. Profesor de Tiempo Completo adscrito a la Facultad de Odontología. Es Investigador Nacional Nivel I, responsable del Plan de Gestión y Educación Ambiental para la Sustentabilidad y de los Huertos Escolares Agroecológicos. Punto Focal de la Carta de la Tierra en la UAEMéx. Jefe de las unidades de aprendizaje de Ética y Sustentabilidad y Educación Ambiental para la Sustentabilidad. Integrante del Cuerpo Académico en Consolidación Calidad de Vida y Decrecimiento, adscrito al Instituto de Estudios Sobre la Universidad. Líneas de investigación: Calidad de vida desde una ética no-violenta, social y solidaria; y Soberanía alimentaria, buenos vivires y transdisciplinarietà. Autor de libros, capítulos de libros y artículos con temas en Educación en consumo ético y agroecológico, Soberanía alimentaria, Educación con la Carta de la Tierra, Consumo consciente y los derechos de la comunidad de la vida. Actualmente es uno de los coordinadores del proyecto internacional Erasmus+, financiado por la Unión Europea: “Profesionalización de la docencia académica para infundir los ODS en las universidades latinoamericanas”. <ORCID: 0000-0003-0818-1099>.

Ana Gabriela Cabrera Rebollo

Doctora en Ciencias Ambientales y Licenciada en Gastronomía por la Universidad Autónoma del Estado de México. Se encuentra en Estancia Posdoctoral SECIHTI con el proyecto “Relación entre alimentación y medicina tradicional mexicana: una perspectiva crítica desde la dieta y sus discursos”. Profesora de la Facultad de Turismo y Gastronomía de la UAEMéx.

Miembro del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores desde 2021, actualmente con nivel I. Forma parte de RELIDESTUR, RIIEG y RITEISA. Sus principales líneas de trabajo están relacionadas con la dieta, soberanía alimentaria, cambios alimentarios y relaciones de poder. Cuenta con diversas publicaciones a nivel nacional e internacional y ha participado en múltiples congresos internacionales. Ha sido dictaminadora de artículos y capítulos de libro para publicaciones nacionales e internacionales, además de evaluadora de proyectos para SECIHTI. Correo electrónico: <agcabrerar@uaemex.mx>. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0001-8642-6958>>.

Yazmín Araceli Pérez Hernández

Doctora en Ética Social, Maestra en Humanidades y Licenciada en Filosofía por la Universidad Autónoma del Estado de México(UAEMéx). Actualmente se encuentra realizando una Estancia Posdoctoral en el Instituto de Estudios Sobre la Universidad. Es integrante del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores del SECIHTI en el nivel candidata. Sus líneas de investigación están orientadas hacia la ética animal, los derechos de los animales, el ecofeminismo y la soberanía alimentaria. Es miembro del Comité de Bioética Hospitalaria del Centro Oncológico Estatal ISSEMYM y de la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA). ORCID: <<https://orcid.org/0009-0007-7991-9990>>. ResearchGate: <<https://www.researchgate.net/profile/Yazmin-Hernandez-6>>.

Merit Nefernefer Becerril Tello

Licenciada en Antropología Social por la Escuela Nacional de Antropología e Historia/ENAH. Maestra en Antropología por el Instituto de Investigaciones Antropológicas/UNAM. Doctora en Ciencias Naturales por el Centro de Investigación en Biodiversidad y Conservación/Universidad Autónoma del Estado de Morelos. Profesora Investigadora Posdoctoral en el Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales de la Universidad Autónoma del Estado de México. Posee más de veinte años de experiencia en investigación transdisciplinaria y cuenta con la distinción de candidata

en el Sistema Nacional de Investigadores. Ha publicado trabajos de autoría única y en coautoría en áreas como etnobiología, antropología de la alimentación y antropología primatológica. Su línea de investigación actual se centra en el estudio de los cambios alimentarios en comunidades de origen indígena, abordados desde la perspectiva de la cocina evolutiva. Examina cómo las transformaciones en la dieta y las prácticas culinarias reflejan procesos de adaptación cultural, memoria colectiva y resiliencia frente a la globalización. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0003-3267-4678>>.

Sergio Moctezuma Pérez

Licenciado en Antropología Social por la Facultad de Antropología de la Universidad Veracruzana. Maestro y Doctor en Antropología Social por la Universidad Iberoamericana, Ciudad de México. Actualmente labora como profesor-investigador en el Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales de la Universidad Autónoma del Estado México. Es profesor en la Maestría y el Doctorado en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales así como en la Maestría en Agroindustria Rural, Desarrollo Territorial y Turismo Agroalimentario, de la cual también es coordinador general desde 2022. Cuenta con diversas publicaciones: libros, capítulos de libros y artículos, enfocadas a la comprensión de los procesos sociales del medio rural de México. Sus líneas de investigación son la Antropología ecológica, Agricultura tradicional y antropología de la alimentación. Es miembro del Sistema Nacional de Investigadores, Nivel I. <<https://orcid.org/0000-0002-0545-4218>>.

Maryan Ariadne Cruz-Flores

Estudiante del doctorado en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales, Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales (ICAR) de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx); Maestra en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales y Médica Veterinaria Zootecnista por la UAEMéx. Ha publicado en *Coffe Science*. Líneas de investigación: Estudios del consumidor. <macruzf001@alumno.uaemex.mx>.

Angélica Espinoza-Ortega

Doctora en Ciencias de la Producción y Salud Animal por la UNAM, Maestra en Desarrollo Rural Regional por Universidad Autónoma Chapingo y Médica Veterinaria Zootecnista por la UAEMéx. Investigadora del Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales (ICAR) de la UAEMéx. Integrante del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores Nivel II y Miembro Titular de la Academia Veterinaria Mexicana. Líneas de investigación: Agroindustria rural, Productos locales, Quesos tradicionales, Gastronomía y percepción del consumo de alimentos locales. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0002-5968-0587>>. Autora de correspondencia (angelica.cihuatl@gmail.com).

Humberto Thomé-Ortiz

Doctor en Ciencias Agrarias por la Universidad Autónoma Chapingo, Maestro en Ciencias en Desarrollo Rural por el Colegio de Postgraduados y Licenciado en Comunicación Social por la Universidad Autónoma Metropolitana. Investigador del Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales (ICAR) de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx). Integrante del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores Nivel II. Líneas de investigación: Antropología de la alimentación, Sociología rural y Turismo agroalimentario. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0002-6714-3490>>.

María del Carmen Hernández-Moreno

Doctora en Sociología. Investigadora del Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo A.C. (CIAD), Hermosillo, Sonora. Miembro del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores. Líneas de investigación: Estudios en sociología y desarrollo rural.

Stefany Molina-Castillo

Doctora en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales, Maestra en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales y Licenciada en Turismo por

la Universidad Autónoma del Estado de México. Posdoctorante en el Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales (ICAR). Docente en el Tecnológico de Estudios Superiores de Villa Guerrero del Tecnológico Nacional de México (TESVG / TecNM). Integrante del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores nivel Candidato. Líneas de investigación: Alimentos locales y de recolección, Saberes tradicionales y Percepción del consumidor. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0002-1054-7603>>.

Laura Sánchez-Vega

Doctora en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales, Maestra en Agroindustria Rural, Desarrollo Territorial y Turismo Agroalimentario y Licenciada en Gastronomía por la Universidad Autónoma del Estado de México. Investigadora nacional perteneciente al Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores Nivel I. Investigadora por México (IIXM) con adscripción al INECOL A.C., CEIBAAS-INECOL. Líneas de investigación: Consumo alimentario, Productos tradicionales, Procesos de patrimonialización, Motivos de consumo, Sellos de calidad y Procesos agroalimentarios agroecológicos. ORCID: <<https://orcid.org/0000-0003-2224-6207>>.

Héctor Yair Fernández-Sánchez

Doctor en Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales. Posdoctorante en el Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales (ICAR) de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx), México. Integrante del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores nivel Candidato. Líneas de investigación: Percepción del consumidor y quesos mexicanos ORCID: <<https://orcid.org/0000-0002-5377-825X>>.

Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa para el consumo responsable se terminó de imprimir el 24 de marzo de 2026, en los talleres de Ediciones y Gráficos Eón, S.A. de C.V., Av. México Coyoacán núm. 421, Col. Xoco, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03330, Ciudad de México. Tel.: 55 5604 1204 <www.edicioneseon.com.mx>. La edición consta de 500 ejemplares.

En las últimas décadas, el consumo alimentario ha cambiado considerablemente, abarcando desde las formas de producción en el campo y los medios de distribución y venta, hasta la transformación, la preparación de la comida y las costumbres sociales para consumirla. La educación en consumo alimentario es una responsabilidad compartida que atraviesa aulas, cocinas, cafeterías y pasillos universitarios. Educar implica cuestionar, entender y descubrir alternativas más sostenibles. Es enseñar a identificar el desperdicio y aprender un mejor uso de los recursos; es formar hábitos responsables para fortalecer la salud, el rendimiento académico y el bienestar comunitario, además de promover compras justas que apoyen a los productores locales y a las economías solidarias. En cada decisión de compra, se puede aprender a valorar el origen, la trayectoria y el impacto de lo consumido. La cafetería universitaria se transforma así en aula viva donde la teoría se aplica en la práctica diaria. De este modo, comer se convierte en un acto político y ético consciente y responsable. Cada ración debe ser motivo de aprendizaje respecto a la nutrición, el impacto ambiental y el respeto al planeta. Este libro invita a la reflexión y a la acción, al fundamentar, con pertinencia, propuestas que van desde la investigación hasta la recopilación de opiniones y puntos de vista de la comunidad. Deseamos que sus páginas motiven elecciones justas y saludables hacia una cultura de consumo alimentario responsable, forjada paso a paso con rigor, decisión y solidaridad.

