



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)



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@edicioneon.com.mx>

<www.edicioneon.com.mx>

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

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
-------------------	-----



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 extramuros. 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...

Eje 3 Cognición			
Meta	Nombre	Indicador	Aplicación a la gestión de la cafetería
			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**

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.	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.



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 transdisciplinariedad. 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.

