

Desarrollo de un programa de alimentación escolar

Esta guía está diseñada para ayudar a los bancos de alimentos a crear, adaptar o expandir programas de alimentación escolar para satisfacer mejor las necesidades de su comunidad.



The **Global**
FoodBanking
Network®

MARZO DE 2023

En alianza con The Global Child Nutrition Foundation

The Global FoodBanking Network (GFN) colabora con la Fundación Global de Nutrición Infantil (Global Child Nutrition Foundation – GCNF) para apoyar la alimentación escolar y otros programas que reducen el hambre infantil y mejoran la nutrición, el acceso a los alimentos, los resultados educativos y la equidad de género. La alianza brinda apoyo técnico a organizaciones de bancos de alimentos en la vanguardia de la lucha contra la inseguridad alimentaria y el hambre en más de 40 países. GFN agradece especialmente a GCNF por su apoyo en la creación de esta guía.

Las recomendaciones de esta guía se basan en investigaciones y una revisión exhaustiva de las publicaciones sobre mejores prácticas para los programas de alimentación escolar.



Fundación Global de Nutrición Infantil

La Fundación Global de Nutrición Infantil (Global Child Nutrition Foundation – GCNF) trabaja con una comunidad dedicada de gobiernos, la sociedad civil y el sector privado para garantizar que el hambre no sea una barrera para el aprendizaje de ningún niño. Juntos abogamos por los programas de alimentación escolar como una poderosa inversión en el capital humano de cada niño; compartimos innovaciones, desafíos y lecciones aprendidas con nuestros pares; y brindamos apoyo mediante la creación de valiosas alianzas y la conexión con recursos para satisfacer las necesidades de los miembros de nuestra red.

The Global FoodBanking Network

The Global FoodBanking Network apoya soluciones comunitarias para aliviar el hambre en más de 40 países. Mientras millones luchan por acceder a suficientes alimentos inocuos y nutritivos, casi un tercio de todos los alimentos producidos se pierden o desperdician. Estamos cambiando eso. Creemos que los bancos de alimentos dirigidos por líderes locales son clave para lograr el Hambre Cero y construir sistemas alimentarios resilientes. Para más información, visite foodbanking.org.

Portada: Una niña que se encuentra bajo cuidado temporal en Solomons Haven, una organización que se ocupa de niños abusados y abandonados, almuerza en Ciudad del Cabo, Sudáfrica. (Foto: The Global FoodBanking Network/Anna Lusty)

El kit de herramientas **Desarrollo de un programa de alimentación escolar** está sujeto a derechos de autor y es propiedad exclusiva de The Global FoodBanking Network (GFN) y no podrá, sin el consentimiento expreso por escrito de GFN, ser reutilizado, editado o duplicado, excepto según sea necesario en el proyecto. El uso de los kits de herramientas de GFN no otorga membresía en GFN ni crea una asociación con GFN, ni el uso de este documento obliga a GFN a participar o apoyar sus esfuerzos para establecer o expandir un programa de alimentación escolar en su comunidad.

© 2023 por The Global FoodBanking Network. Todos los derechos reservados.

En esta guía

Esta guía describe los pasos para diseñar un programa de alimentación escolar exitoso. Ofrece mejores prácticas para que los programas no solo confronten el hambre y la malnutrición infantil, sino que también reduzcan el desperdicio de alimentos, aumenten el uso de recursos locales y creen relaciones sólidas con las partes interesadas.

Introducción 2

PASO 1

Evaluación de necesidades 4

PASO 2

Diseño del programa 10

- Elabore una lista de oportunidades y deficiencias
- Fije objetivos
- Seleccione los programas que implementará

PASO 3

Planificación del programa 15

- Consideraciones clave para planificar un programa
- Documente su plan

PASO 4

Participación de las partes interesadas 19

- Estudiantes
- Padres
- Escuelas
- Donantes, proveedores de alimentos y organizaciones de la sociedad civil
- Gobierno
- Personal y voluntarios
- Productores locales de alimentos y pequeños agricultores

- The Global FoodBanking Network
- Grupos de múltiples partes interesadas

PASO 5

Planificación de menús nutritivos 25

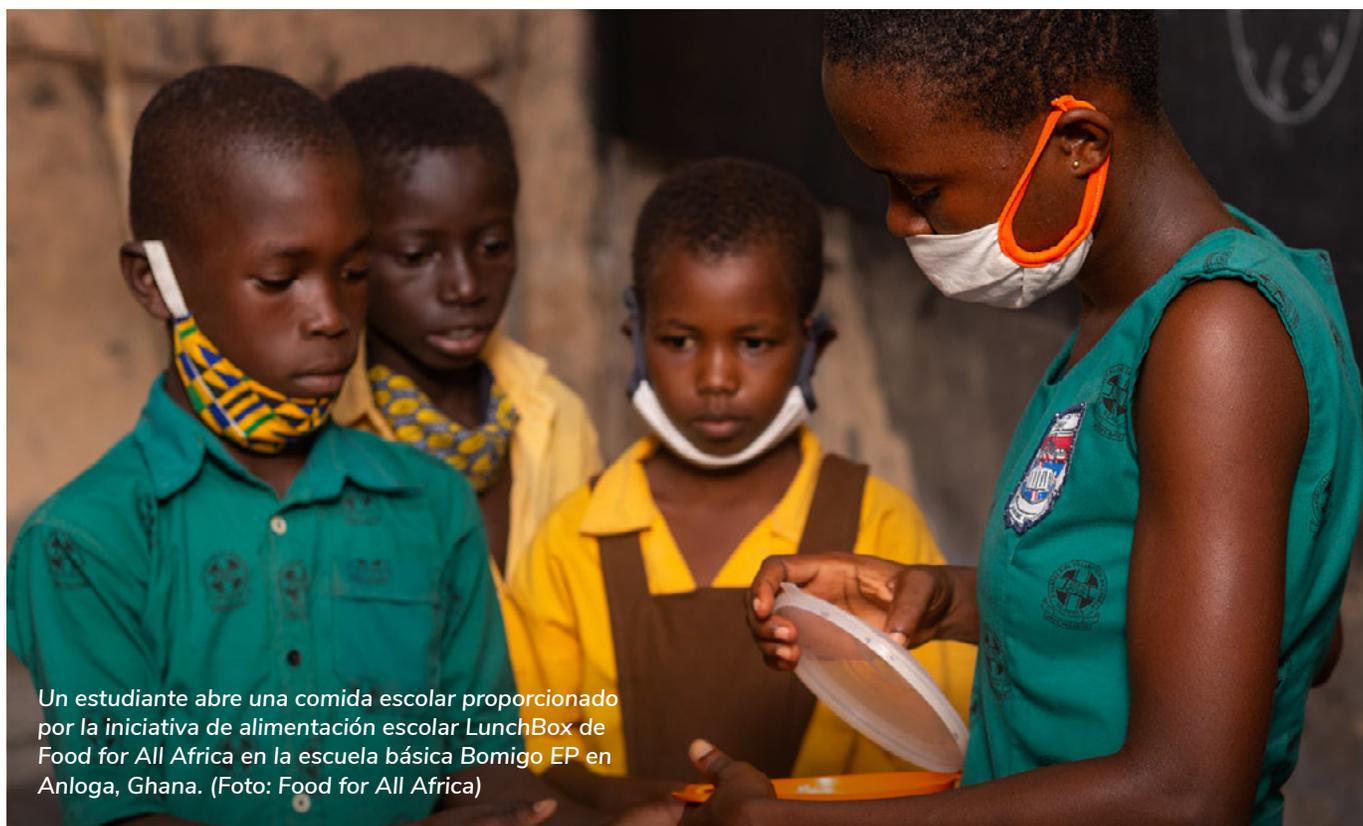
- La importancia de la nutrición
- Establecimiento de una política de nutrición
- Orientación nutricional mundial
- Suministro de grupos de alimentos
- Marketing
- Compra local
- Inocuidad de los alimentos
- Planificación del menú
- Creación de recetas

PASO 6

Monitoreo y evaluación 35

Notas finales 40

Recursos 42



Un estudiante abre una comida escolar proporcionado por la iniciativa de alimentación escolar LunchBox de Food for All Africa en la escuela básica Bomigo EP en Anloga, Ghana. (Foto: Food for All Africa)

Introducción

Los programas de alimentación escolar, una solución revolucionaria

LOS PROGRAMAS DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR (PAE) son una herramienta poderosa para combatir el hambre infantil, que gana impulso y apoyo en todo el mundo a medida que sus múltiples beneficios se hacen evidentes. Además de combatir el hambre, se ha descubierto que los PAE bien planificados mejoran la asistencia y el rendimiento escolar y protegen a los niños de todas las formas de malnutrición, incluida la desnutrición, las deficiencias de micronutrientes y la obesidad infantil. Pueden además apoyar sistemas alimentarios sostenibles, mejorar la igualdad y empoderar a niñas y mujeres. Debido a estos amplios beneficios, los PAE son reconocidos como una

solución revolucionaria para mejorar el acceso a los alimentos y la educación y avanzar hacia muchos de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Los bancos de alimentos ayudan a llenar brechas en los programas de alimentación escolar

UN NÚMERO CRECIENTE de países tienen PAE nacionales, aunque queda mucho por hacer para llegar a todos los niños necesitados. Los bancos de alimentos juegan un papel vital en el apoyo a estos programas nacionales y en llenar brechas donde los esfuerzos nacionales aún no están en marcha o no satisfacen la demanda. Las escuelas ofrecen a los bancos de alimentos una forma directa, estratégica

y escalable de llegar a niños y familias que enfrentan inseguridad alimentaria.

Muchos bancos de alimentos de todo el mundo operan programas específicos contra el hambre infantil, incluida la alimentación escolar. En 2020, los bancos de alimentos y las redes nacionales respaldadas por GFN atendieron a 17,6 millones de niños a través de distribuciones regulares de alimentos, incluidos 38 bancos de alimentos en 35 países que implementaron programas específicos para niños en edad escolar. En 2020, el brote de

COVID-19 puso a millones de niños en riesgo de malnutrición, intensificando la demanda de los bancos de alimentos de todo el mundo.

A través de programas especializados y específicos, los bancos de alimentos pueden llegar a los niños vulnerables para mejorar la nutrición y garantizar que ninguno se quede atrás. Esta guía está diseñada para ayudar a los bancos de alimentos a crear, adaptar o expandir los PAE para satisfacer mejor las necesidades de su comunidad con los recursos que tienen disponibles.

Por qué las comidas escolares



Protegen a los niños de todas las formas de malnutrición



Mejoran la asistencia y el rendimiento escolar



Fortalecen los sistemas alimentarios locales



Aumentan la igualdad de género



Garantizan que los niños sanos, bien alimentados y educados puedan prosperar



Dos niñas reciben una comida a través del programa Familias Trabajadoras "Felices por el Cambio" en alianza con el Banco de Alimentos Quito en Ecuador. (Foto: The Global FoodBanking Network/Ana María Buitron)

Programas de alimentación escolar en todo el mundo

En 2021, la Global Child Nutrition Foundation (GCNF) publicó la Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar©. Esta encuesta, la primera de su tipo, informa sobre programas de alimentación escolar a gran escala de 85 países que llegan a más de 297 millones de niños y tienen un presupuesto combinado estimado de US \$45 mil millones. La encuesta es una herramienta valiosa para planificar su propio programa de alimentación escolar. A lo largo de esta guía, encontrará información útil de la encuesta para ayudar a informar su programa.



Dos niños desayunan en la escuela gracias a la iniciativa Alimentos Saludables para Todos, que atiende a grupos económicamente desfavorecidos, indígenas y otros grupos vulnerables. (Foto: Foodbank WA)

Paso 1: Evaluación de necesidades

EL PRIMER PASO para establecer un PAE sostenible es una evaluación exhaustiva de las necesidades. Esto le permitirá conocer las necesidades nutricionales de los niños en edad escolar, identificar oportunidades de asociación y colaboración, y evaluar programas y recursos existentes para identificar las mayores necesidades y oportunidades. Una buena evaluación le ayudará a identificar dónde actuar, por qué es importante, cómo implementarlo y qué enfoque se necesita.

DATOS DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Los resultados de la [Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF](#) © incluyen 85 informes de países que pueden ayudar a fundamentar su evaluación de necesidades con información completa sobre los programas de alimentación escolar existentes.

Su evaluación de necesidades puede basarse en el análisis de datos a nivel país/región/escuela, así como en conversaciones, entrevistas y encuestas con escuelas, socios y destinatarios potenciales.

Cada banco de alimentos opera en un entorno único, ya sea a nivel nacional, regional o comunitario. El alcance del área de servicio del banco de alimentos determinará el área objetivo para un PAE. A continuación se presentan preguntas clave que proveen categorías e indicadores sugeridos para ayudarlo a planificar su propia evaluación de necesidades.

¿Cuáles son las necesidades prioritarias?

- **Inseguridad alimentaria**—basado en informes de escuelas o datos oficiales según estudios locales de datos vinculados al indicador 2.1.2 de los ODS^{1,2} y reportados en el informe anual *El Estado de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el Mundo*³
- **Bajo peso, sobrepeso y obesidad en la niñez**—medidos usando percentiles de IMC para la edad⁴

- **Deficiencia de micronutrientes**—los nutrientes y parámetros de especial preocupación son la prevalencia de anemia, así como las deficiencias de hierro, vitamina A y zinc
 - **Barreras de acceso a los alimentos**—transporte, falta de almacenamiento en frío, falta de acceso a alimentos frescos, falta de instalaciones para cocinar, estacionalidad de la disponibilidad de alimentos, amenazas a la seguridad
 - **Salud e infección**—frecuencia y tipos de enfermedades comúnmente experimentadas, en particular malaria e infecciones por parásitos; también se debe evaluar la prevalencia de alérgenos e intolerancias alimentarias para determinar las necesidades de planificación del menú
 - **Asistencia a la escuela**—asistencia deficiente; baja matriculación especialmente de niñas
 - **Pobreza**—áreas afectadas por la pobreza que afectan la seguridad alimentaria de los niños
- **Prácticas dietéticas poco saludables**—pueden incluir elementos como saltarse el desayuno, falta de diversidad alimentaria, baja ingesta de frutas y verduras, valor nutricional de los alimentos de consumo común, nutrientes de interés
 - **Conocimientos sobre nutrición**—puede incluir factores como el deseo expreso de aumentar conocimientos sobre nutrición
 - Conocimiento, falta notable de conocimiento sobre prácticas dietéticas saludables, falta de instrucción sobre alimentación y nutrición dentro del currículo escolar
 - **Entorno alimentario escolar**—puede incluir datos como patrones de alimentación típicos de los estudiantes durante la jornada escolar, acceso a alimentos/refrigerios en la escuela, ya sea gratis o en venta, tipo de alimentos disponibles en la escuela, presencia de marketing de alimentos, huerto escolar

Programas escolares complementarios

La Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF © encontró que muchas escuelas alrededor del mundo tienen programas activos de salud y educación que complementan su PAE. Estos incluyen, en orden de frecuencia, programas de salud enfocados en lavado de manos, agua potable, desparasitación, purificación de agua, medición de peso y talla, higiene menstrual, limpieza dental y pruebas de vista y audición.

Los programas de educación complementaria incluyen lecciones sobre nutrición, higiene o salud, huertos escolares, educación física, alimentación y agricultura, prevención del VIH y salud reproductiva.⁵



Tres niños comen bananas proporcionados por una organización comunitaria que recibe alimentos del Banco de Alimentos Cali. (Foto: Asociación de Banco de Alimentos de Colombia)

La información sobre estos indicadores puede basarse en entrevistas, informes y preocupaciones del personal de la escuela, o encuestas con los niños o sus padres. Los datos sobre muchos de los indicadores también pueden encontrarse en estudios locales y nacionales, en informes de literatura gris o en informes globales y sistemas de monitoreo como el Sistema de Información sobre el Panorama Nutricional de la Organización Mundial de la Salud (OMS), perfiles de países de la Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF © mencionada anteriormente. Cuando esté disponible, esta información debe notificarse según la ubicación geográfica para determinar las escuelas objetivo.

¿Cómo satisfacen estas necesidades los programas existentes?

- ¿Existen PAE gubernamentales nacionales y cuáles son sus características y alcance?
- ¿Hay otros PAE en la zona (gestionados por escuelas, iglesias, la sociedad civil, organizaciones de ayuda) y cuáles son sus características y alcance?
- ¿Existen programas escolares de salud y nutrición (incluidos programas de desparasitación, saneamiento y huertos escolares)?
- ¿Existen programas de protección social que lleguen a los padres (como el uso de bancos de alimentos, transferencias de efectivo, raciones de alimentos)?
- ¿Qué barreras han encontrado los programas anteriores?
- ¿Tienen las escuelas algún tipo de programa/currículo de alimentación y nutrición?
- ¿Tienen las escuelas algún tipo de programa complementario de salud o educación (como desparasitación, agua potable, suplementos de micronutrientes, chequeos físicos/iniciativas de exámenes de salud)?

¿Qué política, pautas y regulaciones existentes pueden brindar información al programa?

- ¿Existen pautas/recomendaciones nacionales sobre comidas escolares o alimentos en las escuelas? ¿Existe un contacto relacionado o un comité de partes interesadas con el que pueda comunicarse? ¿Existe un marco de monitoreo disponible?
- ¿Existe un plan/estrategia nacional para la contratación pública?
- ¿Las escuelas seleccionadas tienen su propia política de alimentación y nutrición?
- ¿Qué reglas y reglamentaciones debe seguir el programa (seguridad infantil, inocuidad de los alimentos, privacidad, recolección de datos)?
- ¿Existen pautas y recursos de inocuidad de los alimentos nacionales y locales que pueda utilizar?
- ¿Existen iniciativas nacionales activas de salud infantil, nutrición o agricultura con las que su programa se pueda asociarse o apoyar?
- ¿Qué regulaciones sobre marketing en las escuelas debe apoyar y cumplir el programa?

Estos datos pueden provenir de las escuelas objetivo, los municipios locales o la investigación documental. Las políticas e iniciativas nacionales a menudo se documentan en línea y se pueden encontrar a través de una búsqueda en Internet o comunicándose con los departamentos gubernamentales pertinentes. La base de datos GINA de la OMS también contiene una colección de políticas, acciones y mecanismos de nutrición a nivel nacional que incluyen detalles sobre iniciativas de alimentación escolar.



Un niño disfruta de los alimentos proporcionados como parte de la iniciativa de alimentación escolar LunchBox 2021 de Food for All Africa en la escuela básica Bomigro EP en Anloga, Ghana. (Foto: Food for All Africa)

¿Qué elementos culturales y sociales hay que considerar?

- ¿Qué alimentos producidos localmente se pueden incorporar a su programa?
- ¿Qué consideraciones culturales deben incorporarse (alimentos tradicionales y costumbres alimentarias)?
- ¿Qué factores influyen en las diferencias de género en el acceso a los alimentos?
- ¿Qué factores pueden afectar la disponibilidad de alimentos durante todo el año (condiciones climáticas, cosecha fallida, vacaciones, estacionalidad de los productos)?
- ¿Hay consideraciones religiosas a incorporar (restricciones dietéticas, períodos de ayuno)?

- ¿Hay alguna consideración de seguridad que deba incorporarse?
- ¿Hay comidas tradicionales saludables que pueda incorporar a su programa?
- ¿Hay alimentos que deban evitarse debido a creencias o costumbres?

¿Qué oportunidades existen en el sistema alimentario?

- ¿Cómo es la producción local de alimentos? ¿Hay granjas con las que pueda asociarse? ¿Hay cultivos nutritivos producidos localmente que pueda promover? ¿Hay cultivos excedentes comunes que se puedan utilizar?
- ¿Existe alguna base de datos de precios de los alimentos y composición nutricional que pueda

ayudar con la planificación del menú (ver más en el [paso 5](#))?

- ¿Hay cultivos locales que puedan utilizarse en el suministro de comidas escolares? ¿Están disponibles en su área objetivo? ¿Cuáles son sus propiedades nutricionales?
- ¿Hay cultivos locales que actualmente estén infravalorados pero que satisfagan tanto las preferencias culturales como las necesidades nutricionales?
- ¿Cuál es la disponibilidad y el uso de alimentos fortificados?

¿Qué factores habilitantes existen?

- ¿Hay escuelas que soliciten ayuda?
- ¿Hay iniciativas de alimentación escolar como huertos escolares que podrían complementar su programa?
- ¿Las escuelas seleccionadas ya cuentan con servicios alimentarios?
- ¿Hay oportunidades de asociarse con proveedores de alimentos (para derivar el excedente de productos o distribuir productos saludables)?
- ¿Hay voluntarios dispuestos a ayudar con el programa?

¿Cuál es la capacidad institucional del PAE?

- ¿Qué financiación hay disponible?
- ¿Hay personal y fondos disponibles para la coordinación, ejecución y seguimiento del programa?
- ¿Hay redes y socios existentes, así como socios potenciales que pueden ayudar con la implementación?
- ¿Cuáles son las necesidades de formación del personal (a nivel interno y escolar)?

- Si se planifican servir comidas cocinadas, ¿qué modelo de producción es más factible: (1) un modelo centralizado (cocina grande, similar a una fábrica, con comidas transportadas a las escuelas) o (2) modelo descentralizado (cocinas pequeñas y distribuidas en cada escuela)?
- ¿Es factible preparar comidas inocuas y nutritivas? ¿Existen las instalaciones y el equipo necesarios para la preparación de alimentos, como refrigeración, hornos y estufas, disponibles en las escuelas o en otro lugar con transporte seguro a las escuelas?
- ¿Es factible transportar y servir alimentos a los estudiantes de manera segura? ¿Hay baños, María, utensilios de servicio, platos, tazones, cubiertos y material para envasar alimentos?

¿Quiénes son los grupos de interés?

(ver más en el [paso 4](#))

- Aliados gubernamentales en salud, educación y agricultura
- Comité directivo multisectorial nacional/regional de comidas escolares/unidad de gestión de comidas escolares
- Socios de la industria alimentaria
- Escuelas y sus redes (asociaciones de padres y maestros, grupos de padres, grupos de estudiantes, grupos religiosos)
- Agricultores y productores de alimentos locales
- Grupos de voluntarios
- Socios de transporte
- Fuentes de financiación potenciales y confirmadas para apoyar al programa
- Organizaciones de la sociedad civil
- Organizaciones internacionales/nacionales de ayuda/desarrollo

La evaluación de necesidades es a menudo la primera etapa de interacción con las partes interesadas previstas. Es una gran herramienta para crear alianzas y maximizar el impacto.

Los indicadores anteriores son sugerencias generalizadas. Puede adaptar la evaluación de necesidades a su entorno específico. Incluso si escuelas específicas se comunican con usted con una necesidad identificada, es una buena

idea realizar al menos una breve evaluación de necesidades para documentar las necesidades y la información de referencia.

Su evaluación de necesidades es a menudo la primera etapa de interacción con las partes interesadas previstas. Además de aportar información para la planificación de su programa, es una gran herramienta para crear alianzas y maximizar el impacto. Es también una oportunidad para obtener datos de referencia para el monitoreo y evaluación de su programa (paso 6).



Una niña escoge fruta con la ayuda de empleados del Centro de Niñez y Adolescencia en São Paulo, Brasil. (Foto: The Global FoodBanking Network/Carlos Macedo)

Paso 2: Diseño del programa

AHORA ES EL MOMENTO de traducir los resultados de su evaluación de necesidades en un plan de acción. Los PAE funcionan mejor cuando su propósito es claro y basado en las necesidades identificadas.

Los PAE integrales buscan:

- Abordar la malnutrición en todas sus formas
- Distribuir alimentos uniformemente nutritivos en un horario confiable
- Se concentran en alimentos producidos localmente
- Maximizan las alianzas y la colaboración

A continuación, se muestran tres pasos que lo ayudarán a elegir el diseño adecuado para su PAE. Como referencia, en la sección “[Recursos](#)” se incluye una selección de bancos de alimentos de todo el mundo que tienen PAE activos. GFN puede ayudarlo a ponerse en contacto con estos programas para obtener más información.

Elabore una lista de oportunidades y deficiencias

CON LOS RESULTADOS de su evaluación de necesidades a la mano, es buena idea elaborar una lista de prioridades para responder a las necesidades identificadas con sus recursos y capacidad existentes.

Su evaluación de necesidades también puede descubrir la necesidad o el potencial de programas complementarios en las escuelas a las que se dirige. Esto podría incluir un programa de desparasitación si hay altas tasas de infección, el suministro de agua potable en las escuelas o la construcción de un huerto escolar.

Particularmente al comenzar un nuevo programa, es importante mantenerse dentro del alcance de sus objetivos y evitar desparramar demasiado sus recursos. Para satisfacer las necesidades identificadas, es buena idea comunicarse con

Ejemplo de una lista de deficiencias y oportunidades

 Necesidades prioritarias	 Oportunidades
Tres escuelas quedan fuera del área del PAE nacional y los maestros informan que muchos niños no traen comida a la escuela	Proporcionar una comida al mediodía tres días a la semana para los niños que asisten a estas escuelas
Los agricultores locales reportan una alta tasa de desperdicio de mangos	Incorporar platos de mango en el programa de comidas
Aproximadamente el 80 por ciento de los estudiantes son musulmanes y requieren dietas halal	Asóciese con los agricultores locales para proporcionar alimentos para estas comidas El banco de alimentos recibe una donación periódica de legumbres
Las escuelas solo tienen instalaciones básicas de cocina	La Cruz Roja dispone de financiación para equipar las escuelas con instalaciones de cocinar Un aliado existente del banco de alimentos tiene una gran cocina disponible para la preparación de comidas
Las niñas de la región muestran: <ul style="list-style-type: none"> • Tasas más bajas de asistencia a la escuela • Altos niveles de inseguridad • Altas tasas de anemia 	El banco de alimentos tiene una alianza existente con un fabricante de cereales que ofrece cereales de desayuno enriquecidos con hierro
Las escuelas tienen un espacio mínimo en la cocina y no tienen una fuente de refrigeración	Una organización asociada cercana tiene una gran cocina disponible, y hay voluntarios disponibles para cocinar y transportar las comidas de manera segura a la escuela
El alto número de estudiantes y los fondos limitados significan que la provisión de comidas completas al mediodía no es factible	Un agricultor local está dispuesto a donar fruta que se puede proporcionar como refrigerio a media mañana

organizaciones aliadas que ayuden a implementar programas complementarios a su PAE. Pueden encontrar más detalles sobre esto en la sección de “Donantes, proveedores de alimentos y organizaciones de la sociedad civil” en el [Paso 4: Participación de partes interesadas](#).

Establecimiento de objetivos

EL OBJETIVO GENERAL de los programas de alimentación para la niñez es que los bancos de alimentos ayuden a brindar acceso a los alimentos a los niños donde aún no existe, o fortalecerlo donde existe.

Los PAE bien diseñados traducen los hallazgos de su evaluación de necesidades en objetivos específicos.

Los objetivos pueden centrarse en la nutrición, la protección social, el medio ambiente, la educación o la participación de la comunidad para adaptarse al alcance de su programa.

Los documentos de política nacional, estatal o escolar que identificó en su evaluación de necesidades pueden tener objetivos y metas que también puede apoyar. Los objetivos son una guía para su programa.

Los objetivos determinan su diseño, implementación y evaluación y, cuando son bien planificados, garantizan el máximo impacto.

A continuación, se muestran algunos ejemplos de los objetivos del programa:

- **Protección social**—brindar apoyo alimentario a los niños necesitados, apoyar a los PAE del gobierno, apoyar a los productores locales de alimentos, contribuir a alcanzar el ODS 2 para acabar con el hambre y lograr la seguridad alimentaria.
- **Nutrición**—proporcionar una comida al día, reducir la prevalencia del bajo peso, proporcionar alimentos saludables y sostenibles, aumentar la ingesta de frutas, mejorar la diversidad alimentaria, mejorar la calidad de la dieta, prevenir la obesidad infantil, contribuir a alcanzar el ODS 3 para garantizar una vida sana y el bienestar de todos.
- **Medio ambiente**—aumentar el uso de alimentos de origen local, obtener el 30 por ciento de los alimentos de los pequeños agricultores locales,

aumentar la biodiversidad de las dietas de los niños, reducir el desperdicio de alimentos, minimizar el desperdicio de envases, contribuir al logro del ODS 12 para garantizar patrones de producción y consumo sostenibles.

- **Educación**—mejorar la asistencia a la escuela, mejorar la asistencia de las niñas, mejorar los conocimientos sobre nutrición, mejorar el rendimiento escolar, contribuir a alcanzar el ODS 4 para garantizar una educación de calidad, inclusiva y equitativa.

Una vez que haya seleccionado los temas generales para sus objetivos, conviértalos en objetivos SMART [por sus siglas en inglés: objetivos inteligentes]. Esto significa que deberían ser:

- Específicos
- Medibles

- Alcanzables
- Relevantes y realistas
- Transparentes y de duración determinada

Ejemplos de objetivos SMART



Objetivo SMART para combatir la malnutrición

Proporcionar el 20 por ciento de las necesidades de energía, proteínas y hierro de los niños y una porción de fruta tres días a la semana durante un año.



Objetivo SMART para mejorar la asistencia

Aumentar la asistencia de niñas de 6 a 10 años en un 20 por ciento dentro de los seis meses posteriores a la implementación.

Objetivos del programa de alimentación escolar en todo el mundo

Los resultados de la Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF © muestran que el 93 por ciento de los PAE globales incluían metas educativas, el 88 por ciento tenía metas de nutrición o salud, el 73 por ciento tenía como objetivo servir como un sistema de protección social, el 35 por ciento incluía metas agrícolas, y el 25 por ciento incluyó el objetivo de prevenir o mitigar la obesidad. Estos resultados destacan el fuerte enfoque educativo y nutricional de los PAE, así como la necesidad de que los PAE cumplan una doble función en los objetivos de nutrición, abordando tanto la desnutrición como el sobrepeso/obesidad y, al mismo tiempo, aprovechar su potencial para fortalecer la agricultura local.⁵

Un grupo de niñas recibe kits de desayuno de FoodCycle Indonesia para celebrar el Día Mundial de la Alimentación 2020 en Bekasi, Indonesia. (Foto: The Global FoodBanking Network/Dody Kusuma)



Seleccione el programa que implementará

PUEDA ELEGIR apoyar o desarrollar muchos tipos diferentes de PAE. Determinar cuál es la mejor opción para su banco de alimentos requiere

que coincidan las necesidades y oportunidades prioritarias que haya identificado y los objetivos que establezca con los recursos que tiene disponibles. Se puede adaptar una amplia gama de enfoques de programas a su situación y a los resultados de la evaluación de necesidades. A continuación se proporcionan ejemplos comunes de programas de asistencia alimentaria y de alimentación escolar.

Formas comunes de comidas y programas de asistencia alimentaria en escuelas

Diseño del programa	Ventajas para los bancos de alimentos
<p>Apoyar un programa nacional existente Su evaluación de necesidades puede revelar que la mejor acción es respaldar un PAE existente. Esto podría ser mediante la provisión de ingredientes adicionales o mediante el establecimiento de uno de los programas enumerados aquí para apoyar la nutrición adicional para los niños. Los PAE nacionales son programas administrados por el gobierno que adoptan muchas formas diferentes. Los ejemplos incluyen la provisión de una comida al mediodía, un programa de desayuno o la provisión de refrigerios listos para comer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mejora la cohesión, la cobertura, la recopilación de datos y el impacto de los programas nacionales. • Maximiza las alianzas. • Reduce los requisitos administrativos al proporcionar un plan de programa claro, estructuras de informes y cobertura legal para trabajar en escuelas que se cuentan dentro de las estructuras de programas existentes. • Permite adaptar el diseño del programa de un banco de alimentos para complementar mejor el programa nacional y satisfacer las necesidades de niños y adolescentes.
<p>Programa de desayuno escolar Proporciona desayuno a los niños antes de que comiencen las clases. Los programas llegan a todos los niños, se dirigen a una selección de grupos de edad o se ejecutan como un servicio opcional para que los niños comiencen el día nutridos y listos para aprender.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En la mayoría de los casos, requiere menos recursos que los programas de almuerzo en cuanto al equipo de cocina, la preparación de alimentos y la dotación de personal. • Puede usar recetas fácilmente estandarizadas para opciones de desayuno e ingredientes con una vida útil prolongada que son ricos en fibra, lo que permite una previsión del programa sin problemas y una entrega constante. • Se puede adaptar fácilmente para incluir frutas y verduras de temporada cuando estén disponibles. • Puede incluir muchas opciones de desayuno, como cereales, panes y leche, que se pueden fortificar con hierro, vitaminas B y A, ayudando a combatir las deficiencias comunes de micronutrientes en niños y adolescentes. • Brinda oportunidades para que los aliados de la industria alimentaria donen alimentos nutritivos para el desayuno.
<p>Programa de refrigerios escolares Proporciona a los niños un refrigerio nutritivo durante el día escolar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Minimiza la necesidad de preparación de alimentos, utensilios y personal. • Puede incluir refrigerios listos para comer que a menudo tienen una vida útil prolongada y están fortificados con nutrientes importantes. • Puede incluir refrigerios nutritivos producidos localmente, como galletas integrales con queso, así como frutas y verduras. • Puede fomentar conductas alimentarias saludables al incluir refrigerios que no sean altos en calorías, ácidos grasos saturados o trans, azúcares o sodio.

continúa en la próxima página

Diseño del programa	Ventajas para los bancos de alimentos
<p>Programa de almuerzos escolares Forma tradicional de PAE que proporciona una comida al mediodía a los niños durante el día escolar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Requiere instalaciones de preparación de alimentos (ya sea centralizadas o basadas en escuelas) y personal, creando oportunidades de empleo local. • Crea oportunidades para la donación de alimentos de muchos proveedores de alimentos diferentes, incluidos productores locales y pequeños agricultores.
<p>Programa de alimentos escolares cultivados localmente (HGSF) Crea cadenas de valor para los productores locales y promueve alimentos saludables y sostenibles al vincular a los productores de alimentos locales con los PAE.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalece las alianzas con las partes interesadas locales. • Amplía los beneficios de los PAE para llegar a las comunidades locales, en particular a los pequeños agricultores y a las familias rurales de bajos ingresos. • Trabaja hacia la transformación sostenible del sistema alimentario al acortar las cadenas de suministro y garantizar que las comidas escolares den prioridad a los alimentos frescos y nutritivos apropiados para los climas locales.
<p>Programa de refrigerios/comidas después de la escuela Proporciona a los niños refrigerios, una comida cocinada o una cena para llevar a casa después de que termina la jornada escolar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite orientar los programas a niños y adolescentes que padecen inseguridad alimentaria en el hogar. • Crea un espacio o actividad segura donde puedan participar los niños y adolescentes. • Crea oportunidades para colaborar con el gobierno local y los programas extracurriculares dirigidos por ONGs.
<p>Programa de mochilas/fin de semana Se centra en proporcionar a los niños y sus familias raciones para llevar a casa durante el fin de semana cuando no hay acceso a las comidas escolares. Algunos programas también ofrecen comidas presenciales durante el fin de semana.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite la focalización de los programas en niños, adolescentes y familias de hogares con inseguridad alimentaria. • Amplía los beneficiarios del programa a los hogares y garantiza que los niños y adolescentes no pasen hambre durante el fin de semana, creando además un incentivo para asistir a la escuela. • Fomenta la participación de los padres y las comunidades.
<p>Programa de verano/vacaciones Proporciona comidas o refrigerios durante las vacaciones de verano para llenar un vacío cuando los niños no tienen acceso a la alimentación escolar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite orientar los programas a niños y adolescentes que padecen inseguridad alimentaria en el hogar. • Crea oportunidades para colaborar con el gobierno local y los programas dirigidos por ONGs para llegar a los niños y adolescentes fuera de la escuela.
<p>Despensa escolar Mantiene un suministro de alimentos básicos en la escuela, garantizando su disponibilidad gratuita para los estudiantes y sus familias cuando los necesiten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite orientar los programas a niños y adolescentes que padecen inseguridad alimentaria en el hogar. • Fortalece la participación de los padres y las comunidades tanto con el banco de alimentos como con las escuelas. • Elimina la necesidad de instalaciones de preparación de alimentos y personal intensivo. • Utiliza elementos de larga vida útil, lo que permite una previsión del programa sin problemas y una entrega constante. • Puede incluir frutas y verduras de temporada cuando estén disponibles. • Brinda oportunidades para que los aliados de la industria alimentaria donen productos nutritivos.
<p>Apoyo de emergencia Apoya la provisión y entrega de alimentos a los niños en edad escolar cuando las escuelas están cerradas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Satisface una necesidad vital de proteger a los niños de todas las formas de malnutrición durante tiempos de emergencia. • Crea nuevas oportunidades para colaborar con ONGs y organizaciones de ayuda internacional.



Una niña come una galleta proporcionada por Aso Desarrollo Lucha de los Pobres en Quito, Ecuador. (Foto: The Global FoodBanking Network/Ana María Buitro)

Paso 3: Planificación del programa

UNA VEZ QUE HAYA establecido sus objetivos y decidido el diseño de un programa, es hora de comenzar a planificar los elementos logísticos del mismo.

Consideraciones clave para planificar un programa

1. Regularidad y programación

La regularidad y la fiabilidad son pilares centrales de los PAE. Los programas deben funcionar con regularidad para los mismos niños para garantizar que puedan depender de ellos como fuente de alimento. Su PAE también debe proporcionar un estándar constante de alimentos nutritivos ([paso 5](#)). Esto ayuda a los programas a maximizar su potencial de mejorar los resultados educativos y proteger a los niños de la malnutrición.

El calendario del programa dependerá del tipo de PAE que elija y los recursos que tenga disponibles.

Por ejemplo, puede ser un desayuno todos los días escolares, un almuerzo al mediodía todos los lunes y miércoles, o un programa de mochila todos los viernes antes del fin de semana. Es importante que este cronograma se implemente con regularidad y se comunique a todas las partes interesadas.

Implementar un PAE es una inversión sustancial y es probable que su programa pase por un período de refinamiento y mejora cuando se implemente por primera vez. Algunos bancos de alimentos primero realizan una prueba piloto de al menos seis meses antes de pasar a la implementación completa. Dentro de su plan de programa, es importante identificar un tiempo específico de compromiso para su piloto o PAE que considere la duración de los fondos y recursos disponibles.

2. Cobertura y segmentación

La ubicación de su programa dependerá de su área objetivo, las necesidades de los niños dentro de esa área, la voluntad de las escuelas para participar

en el programa y las consideraciones logísticas (financiamiento, transporte e instalaciones para la preparación de alimentos). Una vez que defina su área objetivo, puede calcular cuántos niños asisten a la escuela o programa con el que se asociará. Luego compare esto con sus recursos de financiamiento y entrega de alimentos para determinar la cantidad de niños a los que puede llegar su programa.

En la mayoría de las circunstancias, las limitaciones de recursos y financiación hacen que sea imposible llegar a todos los niños. Por tanto, la focalización es un paso clave en la planificación de programas. Dependiendo del contexto y los recursos disponibles, es posible que deba limitar el alcance de su programa a ciertas escuelas dentro de su área o a ciertos niños dentro de sus escuelas. Esto puede ser determinado por los resultados de su evaluación de necesidades, así como por conversaciones en profundidad con maestros y grupos de padres. Para lograr resultados sostenidos en nutrición y educación, es importante que atienda a los mismos

Para lograr resultados sostenidos en nutrición y educación, es importante que los mismos niños puedan depender de su programa de manera constante.

niños para que puedan confiar en su programa de manera constante en lugar de rotar los niños a los que asiste. Es una buena idea dirigirse a los grupos de niños más vulnerables a la inseguridad alimentaria en lugar de a los niños individualmente para evitar cualquier estigma asociado con el programa. Los programas pueden asistir aulas, géneros o grupos etarios específicos. Algunos programas también operan sin cita previa, como los clubes de desayuno a los que los niños pueden elegir asistir antes de la escuela. Es importante establecer criterios objetivos y transparentes para la participación en su programa y asegurarse de que estén incluidos en toda la documentación del programa.

3. Permisos

Una vez que haya identificado las escuelas y los niños a los que espera llegar, es importante obtener

todos los permisos necesarios. Esto podría incluir permisos del ministerio de educación, el municipio local, los directores de las escuelas y los padres de los niños que participarán. Sus contactos en la administración de la escuela y en los PAE nacionales son una buena manera de averiguar qué permisos son necesarios. Los permisos deben documentarse y archivarlos para garantizar el cumplimiento con las leyes de seguridad infantil. Si planea tomar fotografías de los niños para los informes a los donantes o para promover su programa para la recaudación de fondos, debe solicitar un permiso firmado de los padres para poder usar las fotos.

4. Adquisición de alimentos

La adquisición de alimentos para su programa puede provenir de donaciones pasivas/regulares a su banco de alimentos, de donaciones estratégicas/específicas para el programa de los aliados de la industria alimentaria o mediante compras. Asegurar el funcionamiento del programa requiere fuentes confiables de alimentos y el cumplimiento de su política de nutrición del programa (paso 5). Los PAE han adoptado una variedad de enfoques para garantizar esto, desde hacer campañas para la donación de alimentos específicos en los supermercados hasta asociarse con productores de alimentos locales para recoger los cultivos excedentes y con aliados de la industria para el suministro de alimentos. Para mantener la constancia, firme contratos con los donantes para garantizar el suministro regular de alimentos y contribuciones financieras, así como buenos canales de comunicación para garantizar que cualquier interrupción se identifique con anticipación.

5. Logística de preparación y servicio de alimentos

La necesidad de instalaciones para la preparación de alimentos dependerá del diseño de su programa, aunque algunas consideraciones clave son la disponibilidad de agua limpia para beber y preparar alimentos; áreas de almacenamiento y preparación; instalaciones para cocinar que cumplan con los requisitos de la inocuidad de los alimentos; implementos de limpieza; y equipo y utensilios para el servicio de alimentos. Es posible que pueda

conseguir aliados que contribuyan a los costos de las instalaciones básicas para cocinar, incluyendo la compra o la donación de refrigeradores, mesas, estufas eficientes, combustible, facturas de electricidad, refrigeradores/congeladores que funcionan con energía solar, utensilios de cocina y baño maría. Tener una lista de las necesidades de su cocina es una buena manera de ayudar a guiar las contribuciones.

6. Arreglos presupuestarios y financieros

Determine los costos iniciales únicos y los costos continuos del programa. Debe considerar personal, transporte/combustible, infraestructura, capacitación, alimentos, artículos de limpieza, utensilios de servicio, impresión de documentos y electricidad. Se debe documentar la fuente de financiación, los cronogramas de pagos entrantes y salientes y la gestión de los arreglos financieros.

7. Necesidades de personal

Para una buena gobernanza y coordinación, establezca roles y responsabilidades claros y documentados, que pueden incluir diseño de menú y elaboración de recetas, procuración de alimentos, gestión financiera, gestión de alianzas, búsqueda de financiación y promoción del programa, monitoreo y evaluación, inspecciones, coordinación con las escuelas, preparación de alimentos, transporte y participación de las partes interesadas. El paso 4 tiene más información sobre la participación de las partes interesadas.

8. Capacidad de la fuerza laboral

Antes de comenzar el programa, asegúrese de que todas las partes interesadas estén alineadas y tengan la información y los recursos que necesitan. Esto probablemente requerirá sesiones informativas y capacitación. La tabla a la derecha proporciona una lista no exhaustiva de las necesidades potenciales de capacidad de las partes interesadas.

9. Procedimiento de reclamación

Es posible que durante el transcurso de su PAE reciba quejas de socios, padres, niños o miembros de la comunidad. La participación adecuada y regular

de las partes interesadas es una buena medida preventiva, aunque también es importante planificar un procedimiento y establecer un punto de contacto para investigar y responder a las quejas.

10. Participación de las partes interesadas (paso 4)

Necesidades potenciales de capacidad de las partes interesadas

 Partes interesadas	 Necesidades de capacidad
Maestros	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento/capacitación en nutrición • Cómo comunicar y enseñar conceptos de nutrición
Estudiantes	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento nutricional • Cómo interactuar con/informar al PAE
Padres	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilización sobre la importancia de la nutrición, identificación de desafíos y oportunidades para mejorarla • Cómo interactuar con/ informar al PAE • Oportunidades de colaboración • Contribución de recetas
Personal/voluntarios de preparación y servicio de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento nutricional • Capacitación en seguridad alimentaria • Elaboración de recetas y menús • Capacitación en manipulación, preparación y servicio de alimentos
Agricultores/productores locales de alimentos para comidas escolares	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento nutricional • Capacitación en inocuidad de los alimentos • Conocimiento logístico de la operación, frecuencia y alcance del PAE
Donantes/aliados	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimientos sobre nutrición, específicamente los objetivos y la política de nutrición de su programa • Conocimiento logístico de la operación, frecuencia y alcance del PAE • Restricciones de marketing • Resultados del monitoreo y evaluación

11. Monitoreo y evaluación (paso 6)

12. Protocolos de emergencia

La pandemia mundial de COVID-19 ha revelado el riesgo que representan las emergencias de salud pública y el cierre de escuelas para los PAE y la nutrición de los niños. GFN y GCNF se han asociado para crear *Respuesta a una Emergencia: Guía para bancos de alimentos y programas de alimentación escolar*. GFN recomienda que incorpore protocolos de emergencia en la planificación de su PAE para permitir una adaptación rápida en caso de emergencia.

Documente su plan

Ahora que tiene un plan, recuerde anotar todo. La creación de un manual del programa es esencial para garantizar una operación uniforme, una coordinación eficiente y una alineación universal con el plan del programa por parte de todas las partes interesadas. También es una herramienta de comunicación clave para compartir con nuevos aliados, organismos gubernamentales y donantes

potenciales. Algunos componentes esenciales para incluir en la guía del programa son:

- Objetivos del programa
- Diseño y cronograma del programa
- Detalles de la ubicación
- Número y focalización de estudiantes
- Fuentes de alimentos y cronogramas de compra/donación
- Política de nutrición y su aplicación (paso 5)
- Necesidades y planes de infraestructura y el cronograma para su mantenimiento
- Preparación/servicio/transporte/entrega de comidas
- Partes interesadas, alianzas y donantes (paso 4) y calendario de participación/comunicación
- Disposiciones de personal y voluntarios y delegación de tareas, incluyendo contratos y procedimientos de pago/reembolso
- Presupuesto y gestión financiera
- Procedimiento de reclamación
- Procedimiento de monitoreo y evaluación (paso 6)



Niños comen un refrigerio nutritivo proporcionado por el programa de Intervención para Mejorar la Educación para Estudiantes con Inseguridad Alimentaria (EDUFOOD) del Lagos Food Bank Initiative en Lagos, Nigeria. (Foto: Iniciativa del Banco de Alimentos de Lagos)



Una niña recibe una comida en el comedor social Yiza Ekhaya en Ciudad del Cabo, Sudáfrica. (Foto: The Global FoodBanking Network/Anna Lusty)

Paso 4: Participación de las partes interesadas

LA PARTICIPACIÓN DE LAS PARTES INTERESADAS es un elemento crucial para el éxito de los PAE. Su PAE puede llegar e involucrar a una amplia gama de partes interesadas que desempeñan roles muy diferentes e importantes. Algunas partes interesadas clave incluyen:

- Los estudiantes que reciben e informan al PAE
- Padres que se benefician del PAE o contribuyen al mismo
- Los maestros y el personal de la escuela que a menudo trabajan en el PAE y lo apoyan
- Donantes que aportan alimentos o financian el PAE
- Organizaciones gubernamentales o de la sociedad civil que pueden asociarse con el PAE u operar programas que usted planea apoyar
- Su fuerza laboral y grupos de voluntarios que apoyan la operación del PAE

Sus necesidades evolucionarán a medida que su programa se desarrolle desde la planificación hasta la implementación y el seguimiento.

A continuación se muestra un conjunto de ideas y consideraciones para la participación efectiva de las partes interesadas. La consulta con estudiantes, padres y escuelas en el diseño inicial de su programa ayuda a garantizar un enfoque de abajo hacia arriba que se adapte mejor a las necesidades de los estudiantes.

Para asegurar una participación sostenida, programe un cronograma regular para contactar a las partes interesadas y registre este cronograma en su plan de programa. Los posibles enfoques incluyen programar reuniones mensuales, establecer plataformas o procesos de comunicación regulares y difundir informes de implementación.

Estudiantes

COMO DESTINATARIOS DE LOS PAE, los estudiantes son partes interesadas vitales. Los PAE de todo el mundo, incluidos los dirigidos por bancos de alimentos, utilizan formas creativas para involucrar a los niños y adolescentes en el diseño y la mejora de los PAE. Las ideas incluyen realizar sesiones de lluvia de

Los PAE de todo el mundo utilizan maneras creativas de involucrar a los niños y adolescentes en el diseño y la mejora de sus programas.

ideas con los estudiantes para planificar programas, realizar encuestas, organizar sesiones de prueba de sabor para nuevas recetas y verificar que los niños disfrutaran del programa y lo aceptan. Programas como el Programa Nacional de Alimentación Escolar de Brasil (PNAE) incluso utilizan aplicaciones en teléfonos móviles para captar comentarios continuos de los niños que reciben comidas escolares.

Las escuelas también pueden tener programas complementarios como planes de estudio sobre alimentación y nutrición o huertos escolares. Estos brindan excelentes oportunidades para colaborar e involucrar a los estudiantes.

Padres

LOS PADRES SON UN VALIOSO recurso para los Programas de Alimentación Escolar (PAE). Ellos pueden participar de muchas formas diferentes, incluyendo identificar necesidades prioritarias, ofrecer conexiones con los pequeños agricultores, informar el diseño del programa, ofrecer recetas y ofrecerse de voluntarios para el programa. Identificar maneras para conectarse con los padres debe ser una prioridad dentro de sus actividades de evaluación de necesidades y determinación del alcance. Las escuelas son un recurso clave para esto y pueden conectarlo con grupos de padres. Invitar a los padres a las sesiones de planificación e información es una excelente manera de obtener

apoyo. También es importante comunicar el diseño del programa, el cronograma, la política de nutrición y los avances de la ejecución con los padres por medio de sesiones de información, material escrito o una combinación de ambos. Actividades tales como concursos de recetas son una excelente manera de obtener su opinión y fortalecer su programa. A medida que avanza el programa, se deberían obtener los comentarios de los padres también como una estrategia de monitoreo y evaluación.

Escuelas

ES BUENA IDEA acercarse lo antes posible a las escuelas potenciales con las que espera trabajar. Esto debería ser durante su evaluación de necesidades una vez identificadas las escuelas que podrían beneficiarse de algún tipo de PAE. Las escuelas pueden desempeñar muchos roles diferentes y participar en muchos niveles diferentes en su programa, desde simplemente servir como una plataforma para ofrecer el programa hasta preparar e implementar el PAE. Determine un punto de contacto clave dentro de las escuelas con las que está trabajando, ya sea el director o un maestro muy dedicado. El personal de la escuela puede ayudar a establecer conexiones con grupos de padres para obtener apoyo e informar tanto la evaluación de necesidades como el diseño del programa.

Las claves del éxito con las escuelas incluyen establecer expectativas claras, incluirlas en sus planes de monitoreo y evaluación, y programar reuniones periódicas para promover buenas relaciones. Tener un contrato o memorando de entendimiento firmado con las escuelas garantiza que ambas partes estén alineadas en cuanto a los servicios, procedimientos y responsabilidades conjuntas del PAE.

Donantes, proveedores de alimentos y organizaciones de la sociedad civil

LAS ORGANIZACIONES DONANTES (tanto económicas como en especie) y los proveedores de alimentos son partes interesadas cruciales para los PAE. Los bancos

de alimentos pueden adoptar muchos enfoques diferentes para colaborar con ellos. Esto incluye establecer contribuciones regulares de productos alimenticios específicos tales como leche o cereales saludables para el desayuno para proporcionar programas de desayuno escolar, desarrollar relaciones con productores locales de frutas y verduras para comprar o recoger excedentes de productos, solicitar la donación de ciertos productos alimenticios en los grandes supermercados y obtener una donación económica o de recursos única o donaciones periódicas. Su política de nutrición (paso 5) será una herramienta clave en las relaciones con las partes interesadas para evitar conflictos de intereses y prevenir influencias negativas en el entorno alimentario escolar.

Tener un contrato o memorando de entendimiento firmado con los donantes y aliados garantiza que ambas partes estén alineadas con respecto a los servicios, procedimientos y responsabilidades conjuntas del PAE. Una vez implementado, es importante establecer contacto regularmente con sus donantes para garantizar un suministro constante de

alimentos y la identificación temprana de problemas de suministro. Identificar un punto de contacto clave dentro de su banco de alimentos y la organización donante es un buen paso en la gestión de relaciones. Luego, puede organizar reuniones periódicas y actualizaciones para informar los resultados del monitoreo y evaluación y definir estrategias para expandir el programa o diversificar productos.

Muchos PAE se asocian con otras organizaciones de la sociedad civil (OSC) para la preparación de alimentos, la ejecución de programas o la implementación de programas complementarios tales como desparasitación o agua y saneamiento. Las OSC pueden incluir organizaciones formales locales, grupos comunitarios activos y partes interesadas no gubernamentales. Si participan en la preparación y entrega de alimentos, se los debe consultar en el desarrollo y cumplimiento de su política de nutrición y estrategias de monitoreo y evaluación.

Los PAE han sido identificados por las Naciones Unidas (ONU) como una acción prioritaria para el desarrollo sostenible y la transformación del sistema alimentario.

Oportunidades para las mujeres alrededor del mundo

La Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF © reveló las múltiples oportunidades que los PAE están creando para las mujeres en todo el mundo. Por ejemplo, el tipo de empleo más común creado por los PAE es para cocineros y preparadores de alimentos, y el 78 por ciento de estos roles son ocupados por mujeres. El 67 por ciento de los programas informó de su enfoque en la creación de puestos de trabajo u oportunidades de aprendizaje para las mujeres.⁵

Una madre y su hijo posan con un kit de alimentos proporcionado por Lagos Food Bank Initiative en Lagos, Nigeria. (Foto: Lagos Food Bank Initiative)



Muchas agencias de la ONU trabajan en el área de alimentación escolar y han desarrollado un inventario de las acciones de las agencias. Puede usar el [Inventario de Nutrición Escolar de UNSCN](#) para identificar a qué agencia contactar para asistencia técnica u oportunidades de colaboración.⁶

Si su evaluación de necesidades identificó una necesidad u oportunidad de programas complementarios como educación nutricional, desparasitación, agua potable o huertos escolares, puede buscar ONG locales, nacionales e internacionales, departamentos gubernamentales y agencias de la ONU para ayudar a implementarlos. Esto variará según el tipo de programa y las iniciativas existentes en el país. Por ejemplo, Save the Children trabaja en una serie de programas relacionados con la salud en las escuelas; los ministerios nacionales de salud y la OMS están trabajando en iniciativas de desparasitación y medición infantil como parte de las “Escuelas Promotoras de la Salud”; UNICEF y las ONG dedicadas al agua, saneamiento e higiene están

trabajando en el suministro de agua potable; y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) y ONGs como Helen Keller International están trabajando en iniciativas de huertos escolares. Los posibles programas complementarios se detallan en la guía de Evaluación FRESH que fue desarrollada por las agencias activas en estos programas.⁷

Gobierno

SI EXISTE UN PAE DEL GOBIERNO NACIONAL, cada país tendrá una estructura única de contactos del gobierno involucrados en la provisión de alimentos escolares. A menudo, el punto de contacto central está en el ministerio de educación o salud, y puede haber un comité multisectorial activo supervisando el programa PAE. Si su país no tiene un programa nacional de alimentación escolar, el ministerio de educación sigue siendo un actor importante con el que trabajar para asegurarse de que su programa



Tres niños desayunan en la escuela en la Ciudad de Guatemala, Guatemala. (Foto: Banco de Alimentos de Guatemala)

se ajuste a las regulaciones escolares. Dependiendo de su contexto, considere también comunicarse con las autoridades locales y las juntas escolares del distrito. Las escuelas con las que trabaja pueden proporcionar orientación y puntos de contacto.

Personal y voluntarios

DEPENDIENDO del diseño y plan de su programa, podrían tener trabajadores remunerados y voluntarios para apoyar su ejecución. Muchos programas trabajan con grupos de voluntarios de padres, iglesias y comunidades existentes para ayudar en la preparación y entrega de alimentos. Esta es una excelente manera de fortalecer los lazos con la comunidad y promover una mayor responsabilidad sobre el programa. Es importante mantener a los trabajadores remunerados y voluntarios comprometidos y empoderados asignando responsabilidades claras, pidiendo sus opiniones periódicamente e incluyéndolos siempre que sea posible en los procesos de toma de decisiones. Involucrarlos en la planificación del programa y tener protocolos claros y escritos para la ejecución del mismo también puede ayudar a mejorar la ejecución y agilizar procesos, reduciendo la carga de trabajo de los voluntarios. Como se detalla en la sección “Capacidad de la fuerza laboral” arriba, las necesidades de capacitación de su fuerza laboral deben considerarse antes de la implementación, incluyendo capacitación sobre protocolos de nutrición e inocuidad de los alimentos. En muchos lugares, los programas PAE compensan a los trabajadores voluntarios proporcionándoles sus comidas. A menudo, los voluntarios tienen las mejores ideas para el programa, ya que ellos cocinan las recetas e interactúan cara a cara con los estudiantes cuando entregan las comidas. Es importante reconocer e incorporar estas perspectivas para el desarrollo y modificaciones del programa.

Muchos PAE han utilizado enfoques innovadores para crear oportunidades de empleo e ingresos para las mujeres. Con frecuencia, esto representa una proporción relativamente pequeña del presupuesto del programa, pero tiene un enorme potencial para promover la igualdad de género y la reducción

de la pobreza. Los ejemplos incluyen el programa de alimentación escolar Osun de Nigeria, que se asoció con UNICEF para empoderar a más de 3.000 mujeres a través de capacitación y empleo como proveedoras de catering. El conectar los PAE con los proveedores locales también puede empoderar a las mujeres al crear ingresos regulares para los pequeños agricultores, una gran parte de los cuales a menudo son mujeres.^{8,9} En Guatemala, un proyecto piloto busca crear igualdad de oportunidades de empleo animando a las agricultoras a que abastezcan el PAE nacional. La ley exige que el PAE obtenga el 50 por ciento de los alimentos de los pequeños agricultores.¹⁰

Productores locales de alimentos y pequeños agricultores

LOS PROGRAMAS DE ALIMENTOS ESCOLARES CULTIVADOS LOCALMENTE (HGSF) han ganado popularidad en todo el mundo, particularmente en América del Sur y África. Además de ofrecer los beneficios educativos y nutricionales de los PAE tradicionales, los programas HGSF extienden estos beneficios a los productores de alimentos locales y pequeños agricultores al garantizar que los PAE compren una parte de sus alimentos de fuentes locales. Esto crea ingresos confiables para los productores locales y los pequeños agricultores, ayuda a aliviar

Los programas de alimentos escolares cultivados localmente extienden los beneficios de los PAE a los productores de alimentos locales y a los pequeños agricultores al garantizar que una parte de los alimentos se compren de fuentes locales.

la pobreza, fortalece los sistemas alimentarios locales para reducir el impacto ambiental y mejora la biodiversidad de los alimentos nutritivos que se sirven en los PAE. Muchos bancos de alimentos también están utilizando estrategias innovadoras para reducir el desperdicio de alimentos al asociarse con productores de alimentos y agricultores locales para reutilizar el excedente de productos. Para

lograr los muchos beneficios de usar alimentos locales en su programa, se requiere una planificación minuciosa, una búsqueda de los proveedores potenciales y un involucramiento temprano con los productores de alimentos locales. Muchos PAE también trabajan para aumentar la capacidad de los pequeños agricultores para proporcionar al PAE de manera confiable a través de capacitación y talleres. El Marco de recursos de alimentos escolares cultivados localmente, recopilado por expertos y organizaciones internacionales que trabajan para implementar programas exitosos, es una guía completa para desarrollar programas HGSF y trabajar con pequeños agricultores.¹¹

The Global FoodBanking Network

GFN PUEDE SERVIR como un actor de apoyo para su PAE a través de subvenciones financieras para

implementar los PAE; orientación técnica formal; alianzas con otras organizaciones; y una red de conocimiento y aprendizaje para compartir lecciones aprendidas y mejores prácticas con otros bancos de alimentos.

Grupos de múltiples partes interesadas

DEPENDIENDO del tamaño y la visión de su programa, puede ser beneficioso formar un grupo de trabajo con múltiples partes interesadas. Este grupo puede ayudar a diseñar e implementar su programa. Al formalizar el grupo, puede asegurarse de que se consulte a todas las partes interesadas relevantes y se les brinde la oportunidad de aportar sus opiniones sobre el programa.

Una nutricionista prepara una gran comida en la Asociación Casa de Acolhimento Lar Maanaim en Guarujá, São Paulo, Brasil. (Foto: The Global FoodBanking Network/Carlos Macedo)



Paso 5: Planificación de menús nutritivos

La importancia de la nutrición

NINGÚN PAÍS ES INMUNE al cargo de la malnutrición. Cuando se considere reducir la malnutrición a través de un PAE, es importante tener en cuenta todas las formas de malnutrición, incluida la desnutrición, las deficiencias de micronutrientes, y el sobrepeso y la obesidad. Los PAE son una herramienta única y poderosa para enfrentar la malnutrición, ya que pueden cumplir una triple función, atacando las tres formas de malnutrición al mismo tiempo.¹²

En el pasado, el enfoque único en alimentar a los niños (sin considerar factores tales como la calidad y la diversidad alimentaria) resultó en que algunos PAE contribuyeron sin querer a patrones de alimentación

poco saludables y obesidad infantil. Hoy en día sabemos que los PAE bien planeados pueden prevenir la obesidad infantil y establecer hábitos alimentarios saludables de por vida.

La prevención de la desnutrición y las deficiencias de micronutrientes dentro de los PAE les brinda a los niños la nutrición que necesitan para un crecimiento saludable, ayuda a protegerlos de enfermedades y les da la energía para aprender y prosperar.

La prevención del sobrepeso y la obesidad dentro de los PAE ayuda a crear patrones alimentarios saludables y protege a los niños de consecuencias de salud a largo plazo, como la obesidad, la diabetes tipo 2, las enfermedades cardíacas y algunas formas de cáncer.

La carga mundial de malnutrición en niños en edad escolar (de 5 a 19 años)

BAJO PESO

75 millones de niñas y **117 millones** de niños sufren de bajo peso moderado a grave¹³

SOBREPESO/OBESO

213 millones de niños tienen sobrepeso y otros **50 millones de niñas** y **74 millones de niños** son obesos¹³

ANEMIA

269 millones de niños padecen anemia¹⁴ (medido en niños menores de 5 años)

Implementación de una política de nutrición

UNA POLÍTICA DE NUTRICIÓN SÓLIDA puede ayudarlo a lograr sus objetivos de nutrición, garantizar la entrega de comidas nutritivas, involucrar a las partes interesadas de manera constante y evitar conflictos de interés. Si bien el objetivo principal de nutrición de su programa dependerá de los resultados de la evaluación de necesidades, incluir medidas para atacar todas las formas de malnutrición en su política de nutrición es una buena práctica.

Beneficios de una política nutricional

- Ofrece claridad y coherencia en la definición de su programa de una comida escolar nutritiva
- Es una guía para las decisiones de compra y distribución del personal del banco de alimentos
- Proporciona una herramienta de comunicación clara para los aliados, incluidas las escuelas, los padres y niños en el programa, y aquellos que buscan colaborar y contribuir al programa
- Garantiza que su programación se alinee con los objetivos de nutrición y seguimiento
- Garantiza uniformidad en la entrega de alimentos nutritivos y la memoria institucional en caso de cambios de personal

Mejores prácticas en políticas de nutrición

No existe una solución única para todos para establecer su política de nutrición, ya que debe alinearse con los objetivos, la composición y el contexto del programa en el que está trabajando. Sin embargo, existen algunas mejores prácticas que puede aplicar al establecer su política de nutrición.

- Si su evaluación de necesidades identificó alguna política de nutrición nacional, estatal o escolar pertinente a su(s) escuela(s), estas deben aplicarse e incorporarse a su política de nutrición.
- Las Guías alimentarias basadas en alimentos (GABA) de su país deben informar y dar forma a su política nutricional. Las GABA suelen proporcionar un asesoramiento claro y culturalmente apropiado sobre qué grupos de alimentos deben incluirse y cuáles deben restringirse. Los alimentos que deben restringirse en cantidad son, por lo general, los que tienen un alto contenido de grasas saturadas, azúcar agregada y sal. La orientación actual sobre nutrición y alimentación de la FAO y la OMS que se pueden aplicar a su política de nutrición, si fuera apropiado, se encuentra en las páginas 28-30. La mayoría de las GABA a nivel de país también se ajustan a esta orientación.
- Los PAE son solo una de las formas de abordar la malnutrición en las escuelas y deberían complementar actividades más amplias para crear entornos alimentarios escolares saludables. Por ejemplo, su política de nutrición puede promover el suministro de agua limpia y restringir la comercialización y venta de alimentos y bebidas con alto contenido de grasas saturadas, azúcar agregada o sal.
- Su política de nutrición se desarrolla mejor en consulta con el personal interno del banco de alimentos y los destinatarios del programa (personal de la escuela, padres, niños) para garantizar su viabilidad y apoyo. Obtener el apoyo de un nutricionista también es una excelente manera de garantizar que la política de nutrición esté basada en la evidencia y sea práctica.

Contenido de una política de nutrición

Una vez que haya desarrollado su política de nutrición, es importante documentarla y compartirla con todas las partes interesadas. Debe ser integral y puede incluir los siguientes elementos:

- **Justificación**—incluidas las necesidades nutricionales de los estudiantes y los objetivos de su programa
- **Método de desarrollo**—incluidos los procedimientos de investigación, consulta, alianzas y aprobación emprendidos para desarrollar la política
- **Estándares de nutrición en los que se basa la política**—incluidos los estándares o políticas globales, nacionales, regionales o escolares
- **Principios básicos de su política**—por ejemplo, alimentos que serán priorizados o no, o prohibidos en su PAE; estándares de compra vinculados con la composición de nutrientes; nivel mínimo y máximo de nutrientes en las comidas/refrigerios que se sirven; regulaciones de marketing; protocolos de inocuidad de los alimentos; y criterios para alimentos de origen local

Dietas saludables sostenibles

De acuerdo con los Principios Rectores de Dietas Saludables Sostenibles publicados por la FAO y la OMS, las dietas saludables sostenibles son “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”.¹⁸ Entre los principios rectores específicos se encuentran los siguientes. Las dietas saludables sostenibles:

- Están basadas en una gran variedad de alimentos no procesados o mínimamente procesados balanceados entre los grupos de alimentos al mismo tiempo que restringen alimentos y bebidas altamente procesados.
- Incluyen cereales integrales, legumbres, frutos secos así como frutas y verduras variadas en abundancia (sin incluir papas, batatas, yuca y otros tubérculos).
- Puede incluir cantidades moderadas de huevos, lácteos, aves y pescado y pequeñas cantidades de carne roja.
- Incluyen agua potable limpia y segura como líquido de preferencia.
- Son adecuados (alcanzan pero no exceden las necesidades) en energía y nutrientes para el crecimiento y el desarrollo y para satisfacer las necesidades de una vida activa y saludable a lo largo del ciclo de vida.
- Contienen niveles mínimos, o ninguno si es posible, de patógenos, toxinas o cualquier otro agente que causan enfermedades transmitidas por los alimentos.
- Preservan la biodiversidad, incluida la de los cultivos, el ganado, los alimentos derivados de los bosques y los recursos genéticos acuáticos, y evitan la caza y la pesca excesivas.
- Minimizan el uso de antibióticos y hormonas en la producción de alimentos.
- Minimizan el uso de plásticos y sus derivados en el empaque de alimentos.



Niños posan para una foto en una organización que recibe alimentos de un banco de alimentos local en Magdalena, Colombia. (Foto: Asociación de Banco de Alimentos de Colombia)

- Reducen la pérdida y el desperdicio de alimentos.
- Son accesibles y deseables.
- Evitan repercusiones negativas relacionadas con el género, especialmente con respecto a la distribución del tiempo (por ejemplo, para comprar y preparar alimentos, agua y adquisición de combustible).¹⁸

Muchos países están trabajando ahora para incorporar la sostenibilidad en sus guías alimentarias basadas en alimentos. Los PAE pueden desempeñar un papel importante al aplicar estos principios. Por ejemplo, cada vez más países están implementando programas de alimentos escolares cultivados localmente (HGSF), que compran alimentos localmente para fortalecer las cadenas de suministro locales, mejorar la diversidad y la biodiversidad de los alimentos, aliviar la pobreza y combatir la malnutrición. El Marco de recursos para los programas de alimentos escolares cultivados localmente es una guía exhaustiva para desarrollar programas HGSF publicada por el Programa Mundial de Alimentos (PMA) y la FAO.¹¹ Los elementos de los programas de HGSF también se integran a lo largo de esta guía, como el enfoque en el uso de cultivos locales y la conexión con los agricultores.

- **Monitoreo y evaluación de la política de nutrición**— incluidos los indicadores que medirá y la frecuencia con que los medirá
- **Punto de contacto**—el contacto relacionado específicamente con la política de nutrición, por ejemplo, el/la nutricionista de su banco de alimentos o el coordinador del programa

Si bien esta información está destinada a orientar la política de nutrición de su PAE, también puede ayudarlo a establecer una política de nutrición general para su banco de alimentos a fin de guiar las decisiones sobre la procuración y distribución de alimentos.

El siguiente resumen de la orientación global sobre alimentos y nutrientes puede ayudarlos a informar su política de nutrición.

Orientación global sobre nutrición

HAY MUCHOS DOCUMENTOS de orientación global disponibles. La OMS ha simplificado los principios básicos de las dietas saludables en estos cinco puntos:¹⁵⁻¹⁷

1. Limitar la ingesta de azúcares libres.
2. Cambiar el consumo de grasas de grasas saturadas a grasas no saturadas y eliminar las

grasas trans producidas industrialmente.

3. Limitar el consumo de sodio y asegurarse de que la sal esté yodada.
4. Incrementar el consumo de cereales integrales, verduras, frutas, frutos secos y legumbres.
5. Garantizar la disponibilidad de agua potable segura y gratuita.

La FAO y la OMS también han avanzado hacia la promoción de dietas saludables sostenibles para garantizar que las medidas para promover la salud de las personas también protejan la salud del planeta (ver más abajo).

Pautas de nutrientes

Las Tablas 1 y 2 muestran las necesidades diarias de nutrientes para niños en edad escolar según lo recomendado por la FAO y el PMA, y pueden ayudar a orientar los objetivos de nutrientes de su PAE. La ingesta recomendada de macro y micronutrientes puede variar según el país, por lo que también es importante revisar las guías alimentarias nacionales de su país. La energía y la proteína son esenciales para prevenir la desnutrición, mientras que limitar las grasas saturadas y el azúcar es clave para prevenir un consumo excesivo y promover patrones alimentarios saludables. Una dieta deficiente en micronutrientes—especialmente hierro, vitamina A, yodo, zinc y calcio—puede impedir el aprendizaje y el crecimiento de los niños.

Tabla 1

Ingesta diaria recomendada estimada de energía y macronutrientes para escolares y adolescentes¹¹

NIVEL DE EDUCACIÓN	EDAD (años de edad)	ENERGÍA (kcal) ^[a]	PROTEÍNA (10–15% de energía)(g)	GRASA (15–30% de energía)(g)
Preprimaria	3–6	1,300	33–49	22–43
Primaria	6–12	1,850	46–69	35–62
Secundaria inferior	12–16	2,600	65–98	44–88

[a] Basado en el promedio de los requerimientos diarios de niños y niñas.

Fuente: Datos de la FAO, la OMS y la ONU, *Necesidades humanas de energía: Informe de una Consulta de Expertos Conjunta FAO/OMS/ONU*, Serie de Informes Técnicos sobre Alimentación y Nutrición (Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, Organización Mundial de la Salud y Universidad de las Naciones Unidas, 2001), <http://www.fao.org/3/a-y5686e.pdf>; R. Bhatia, *Orientación operativa para planificación de menú* (Londres: Partnership for Child Development, 2013).

Tabla 2

Ingestas diarias recomendadas estimadas de micronutrientes para niños y adolescentes^[a]¹¹

EDAD (años de edad)	VITAMINA A (µg RE) ^[b]	HIERRO, SEGÚN LA BIODISPONIBILIDAD (mg) ^[c]		YODO (µg)	CALCIO (mg)
		BAJO ^[d]	MUY BAJO ^[e]		
1-3	400	5,8	11,6	90	500
4-6	450	6,3	12,6	90	600
7-9	500	8,9	17,8	120 ^[h]	700
10-16	600	31,9 ^[f] , 16,7 ^[g]	63,7 ^[f] , 33,4 ^[g]	150 ^[i]	1,300

[a] Promedio de requerimientos diarios de niños y niñas.

[b] µg RE = µg de retinol equivalente; 1 mg de retinol = 1 RE.

[c] El hierro es especialmente importante para las adolescentes que tienen un mayor riesgo de anemia. Su programa podría tratar esto con alimentos ricos en hierro tales como carne, legumbres como frijoles rojos o soja y productos de cereales fortificados. La biodisponibilidad es baja (10 por ciento) en los países en desarrollo y muy baja (5 por ciento) en los países en desarrollo donde las dietas son bajas en carne.¹¹ Puede haber variaciones nacionales en la biodisponibilidad, por lo que se recomienda que revise las directrices nacionales de su país.

[d] Biodisponibilidad del 10 por ciento en países en desarrollo.

[e] Biodisponibilidad del 5 por ciento para dietas con bajo consumo de carne en países en desarrollo.

[f] Niñas de 11 a 17 años.

[g] Niños de 11 a 17 años.

[h] Niños y niñas de 6 a 12 años.

[i] Niños y niñas de 13 a 18 años.

Datos de: Datos de FAO y OMS, Consulta de expertos en necesidades humanas de vitaminas y minerales (Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación y Organización Mundial de la Salud, 2004).

La Tabla 3 muestra la contribución recomendada de las comidas escolares a la ingesta diaria de nutrientes según la duración de la jornada escolar. En la práctica, hay mucha variación en estos objetivos según el contexto y los recursos disponibles para un PAE. El análisis global ha demostrado que la mayoría de los PAE buscan ofrecer el 30 por ciento de las calorías diarias durante la comida del mediodía/almuerzo y entre el 20 y el 25 por ciento para los refrigerios y el desayuno. Los objetivos de proteínas se establecen comúnmente entre el 20 y el 30 por ciento de los requerimientos diarios totales en el almuerzo.¹⁹ El hierro, la vitamina A y el zinc se establecen en el 30 por ciento de los requerimientos diarios en el almuerzo.¹⁹ Además, para evitar un consumo excesivo, se recomienda que no más del 10 por ciento de la energía total provenga de grasas saturadas o azúcar.^{16,18,20}

Grupos de alimentos

ES PROBABLE QUE LAS GABA de su país se centre en los objetivos de los grupos de alimentos para garantizar que los diferentes grupos de población alcancen sus requerimientos nutricionales diarios. Algunos ejemplos de guías basadas en grupos de alimentos para su política de nutrición incluyen:

- Cada comida debe consistir de diferentes alimentos de por lo menos cuatro grupos.¹¹
- Las bebidas con azúcar agregada no deben incluirse en las comidas escolares.
- Debe incorporar granos integrales siempre que sea posible, tal como el pan de trigo integral.
- Se deben ofrecer frutas tres veces por semana y verduras diariamente.
- Solo se debe utilizar sal yodada.

Tabla 3

Proporción general de requerimientos diarios de macro y micronutrientes a proporcionar durante la jornada escolar¹¹

TIEMPO QUE EL NIÑO PASA EN LA ESCUELA	PROPORCIÓN DEL TOTAL DE REQUERIMIENTOS DIARIOS DE NUTRIENTES QUE PODRÍA CUMPLIR LOS PAE(%) ^[a]	ALIMENTOS QUE SE PODRÍAN OFRECER PARA CUMPLIR CON LOS REQUERIMIENTOS DE NUTRIENTES (solo sugerencia)
Medio día	30–45	Una comida
Día completo	60–75	Una comida y dos refrigerios, o dos comidas
Internado	100	Tres comidas y dos refrigerios

[a] Todos los menús escolares con un objetivo consciente de la nutrición deben proporcionar alimentos saludables y diversos.

Origen de los datos: Datos de WFP, *School Feeding Handbook* (Nueva York: Red interinstitucional para la educación en situaciones de emergencia (INEE), 2000), https://inee.org/system/files/resources/doc_1_89_School_Feeding_Handbook.pdf; R. Bhatia, *Orientación operativa para planificación de menú* (Londres: Partnership for Child Development, 2013).

Marketing

LOS NIÑOS SON especialmente vulnerables a la comercialización de productos alimenticios y bebidas. Hoy en día están expuestos a más marketing que nunca, la mayoría para productos con alto contenido de grasas saturadas, azúcares libres o sal. Estos anuncios pueden influir sobre sus preferencias y hábitos alimentarios. Para protegerlos de los riesgos para la salud asociados con el sobrepeso y la obesidad infantil y para promover opciones de dieta saludables, las escuelas no deben permitir marketing de alimentos y bebidas con alto contenido de grasas saturadas, azúcares libres y sal.²¹ Se recomienda que su política de nutrición indique explícitamente qué marketing está o no permitido. Esto puede tener un impacto en las relaciones con los donantes si la donación de alimentos se realiza con la condición de que se utilicen materiales de marketing, tales como anuncios o instalaciones de cocina y refrigeración de marca en la implementación del programa.

Compras locales

PRIORIZAR LAS COMPRAS locales ayuda a fortalecer los sistemas alimentarios locales, prevenir el

desperdicio de alimentos y proteger la soberanía alimentaria. Algunos PAE estipulan, por ejemplo, que “el 30 por ciento de los alimentos que se sirven deben provenir de proveedores locales” o “todas las frutas y verduras que se sirven deben venir de productores locales”. Un mayor enfoque en la sostenibilidad ambiental y el empoderamiento de los pequeños agricultores nacionales como parte de los PAE ha demostrado beneficios de nutrición, incluido un mayor consumo de alimentos frescos y nutritivos y una mayor diversidad alimentaria que con las donaciones extranjeras en especie.^{5,11}

Inocuidad de los alimentos

LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS es fundamental para lograr los objetivos de su programa y garantizar la seguridad de los niños a los que atiende. Las enfermedades transmitidas por los alimentos y las intoxicaciones son amenazas importantes para la salud infantil, en particular los que ya padecen malnutrición.

Las consideraciones de la inocuidad de los alimentos y la higiene, desde la procuración y el almacenamiento hasta la preparación y el servicio de los alimentos, deben incorporarse en su política de nutrición, procedimientos estandarizados, capacitación del personal y protocolos de monitoreo

y evaluación. Los elementos específicos de inocuidad de los alimentos de su programa deben determinarse con un enfoque basado en los riesgos y su contexto para aplicar los estándares nacionales a las necesidades de su propio PAE.

Sus protocolos de inocuidad de los alimentos deben cubrir las cinco claves para alimentos más inocuos:²²

- Mantenga la limpieza
- Separe los alimentos crudos y cocinados
- Cocine completamente
- Mantenga los alimentos a temperaturas seguras
- Use agua y materias primas seguras

Los protocolos de inocuidad de los alimentos también deben tomar en consideración las intolerancias y los alérgenos alimentarios, guiados por su evaluación de necesidades y traducidos en la planificación de su menú.

Planificación del menú

LA PLANIFICACIÓN DEL MENÚ ES UNA PARTE CLAVE

del desarrollo del programa que ayuda a planear los costos, prever las compras y distribuir de manera consistente para satisfacer las necesidades nutricionales de los niños de una manera atractiva.

Las consideraciones clave para la planificación del menú incluyen la disponibilidad de alimentos, la nutrición, los gustos de los niños y lo que no les gusta, la disponibilidad local de productos, el costo, la variedad y los alimentos y prácticas culturalmente apropiados.

Para garantizar la variedad y proporcionar alimentos deseables y nutritivos, la mayoría de los PAE planifican ciclos de menú de dos a cuatro semanas de acuerdo a la estación. Puede encontrar una selección de herramientas y ejemplos de menús de los PAE en la sección “[Recursos](#)”.

Una niña sostiene un kit de desayuno proporcionado por FoodCycle Indonesia para celebrar el Día Mundial de la Alimentación en Tangerang, Indonesia. (Foto: The Global FoodBanking Network/Dody Kusuma)



En la tabla 4 se muestra un ejemplo de cómo puede traducir las GABA en la planificación del menú y sugerencias para el tamaño de porciones.¹¹

Herramientas de planificación de menús

Existen varias organizaciones que han desarrollado herramientas y programas de software para ayudarlo a traducir los requerimientos de grupos de alimentos y nutrientes en menús y recetas o para calcular el contenido de nutrientes de las recetas.¹¹

- **Modelos de perfil de nutrientes de la OMS:** Desarrollados para diferentes regiones, estos modelos proporcionan criterios basados en nutrientes para categorías de alimentos que no deben comercializarse. También pueden ayudarlo a determinar qué alimentos se deben restringir y excluir de los PAE. Ver “[Recursos](#)” al final de este kit de herramientas para encontrar el enlace al modelo de perfil de nutrientes de su región.

Tabla 4

Ejemplo de cómo aplicar las GABA como herramienta de planificación de comidas

GRUPOS DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	TAMAÑO PROMEDIO DE LA PORCIÓN ^{[a]23}	NÚMERO MÍNIMA DE PORCIONES POR ALMUERZO DIARIO ^[b]			
			Preescolar	5 a 10 años	11 a 14 años	15 a 18 años
Frutas	Todas las frutas enteras, incluyendo fresco, congelado y enlatado fruta sin grasa, azúcar o sal agregado. Énfasis en frutas de origen local.	Una porción es 80g/ 3 onzas/1 manzana o naranja/1 taza de fruta picada	½ porción	½ porción	½ porción	1 porción
Verduras	Todas las verduras frescas, incluidas las de color verde oscuro, rojo, naranja y otras verduras. Puede incluir congelado y opciones enlatadas sin agregar grasa, azúcar o sal. Énfasis en verduras de origen local.	Una porción es 80g/3 onzas/ 1 zanahoria o tomate/½ taza de verduras cocidas o 1 taza de vegetales de hoja verde	1 porción	1 porción	1½ porción	1½ porción
Granos y verduras con almidón	Panes, pastas, arroces, productos de cereales y almidón como papas y tubérculos. Apuntar a que al menos la mitad de cereales sean de grano entero.	Una porción es 1 rebanada de pan/ ½ taza de arroz, pasta, quinua, o avena cocida/ 120 calorías (500kJ)	1 porción	1 porción	2 porciones	2 porciones

Tabla 4 (continuación)

Ejemplo de cómo aplicar las GABA como herramienta de planificación de comidas

GRUPOS DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	TAMAÑO PROMEDIO DE LA PORCIÓN ^{[a]23}	NÚMERO MÍNIMO DE PORCIONES POR ALMUERZO DIARIO ^[b]			
			Preescolar	5 a 10 años	11 a 14 años	15 a 18 años
Alimentos proteicos	Carne, mariscos, huevos, nueces, semillas, productos de soya, guisantes, frijoles y lentejas	Una porción es 1 taza de legumbres/ 30g de nueces/ 80g de carne cocida/100g de pescado cocido/ 2 huevos/120 calorías (500kj)	½ porción	½ porción	1 porción	1½ porción
Productos lácteos	Leche, yogur, queso y alternativas sin lactosa/a base de plantas	Una porción es 1 taza de leche/ 40g de queso/ ¾ taza de yogur	½ porción	1 porción	1 porción	1 porción
			OBJETIVOS DE NUTRIENTES (por almuerzo escolar)^[b]			
Calorías mín.-máx. (kcal)			390–580	555–830	780–1,170	780–1,170
Grasa saturada (g)	Menos del 10% de energía total		<6	<8	<12	<12
Azúcar (g)	Menos del 10% de energía total		<13	<18	<26	<28
Sodio (g)	Use solo sal yodada		<0,3	≤0,8	≤1	≤1
Hierro (g)			>2,4	>2,5	>12,4	>12,4
Vitamina A	(µg RE)		>100	>180	>200	>240

[a] Existe una brecha global en los datos de los tamaños de las porciones sugeridas y la cantidad de porciones diarias recomendadas para los niños. Se ofrecen ejemplos de tamaños de porciones basados en las GABA de EE. UU. y Australia. Se recomienda que consulte las GABA de su país para determinar el tamaño de la porción y la cantidad de porciones recomendadas por día/comida.

[b] Estas no son recomendaciones oficiales sino estimaciones basadas en ejemplos de los tamaños de las porciones. Se adaptan a las necesidades energéticas de los niños en edad escolar. Es probable que los tamaños de las porciones, los grupos de alimentos y las recomendaciones varíen según las GABA de su país.

- **Tablas de composición de alimentos:** Proporcione los valores nutricionales de los alimentos comunes. La FAO tiene una base de datos internacional de tablas de composición de alimentos.
- **NutVal:** Calcula el contenido de nutrientes de las comidas y cómo se comparan con los requerimientos.
- **El planificador de comidas escolares:** Creado para el PAE nacional de Ghana y adaptable a otros sitios.
- **Herramienta para calcular costo de dieta:** Desarrollado por Save the Children UK y de uso en todo el mundo para analizar alimentos locales y calcular combinaciones óptimas para cumplir con los requerimientos nutricionales.
- **Optifood:** Analiza los alimentos frente a los requerimientos nutricionales para especificar la combinación de alimentos locales de menor costo que cumplirá o se acercará lo más posible a satisfacer las necesidades de nutrientes de los grupos objetivos.
- **School Menu Planner PLUS del PMA:** Una solución digital para optimizar las comidas escolares haciéndolas más nutritivas, rentables y de origen local.

Los enlaces a todos estos se pueden encontrar en la sección de “Recursos” al final de este kit de herramientas.

Desarrollo de recetas

Lista de verificación para el desarrollo de recetas

Al seleccionar sus recetas, es una buena idea asegurarse de:

- La receta está completa e incluye una lista completa de ingredientes, pasos de preparación fáciles de seguir, estimaciones de tiempo y cantidad de porciones.
- La lista de ingredientes se da en medidas métricas y domésticas.
- Los ingredientes están alineados con su política nutricional.

- Se maximiza el uso de frutas y verduras de temporada y de origen local, si el obtenerlos localmente es uno de los objetivos de su programa.
- Las recetas proporcionan información clara sobre los alérgenos para ayudar a las escuelas y los servicios de catering a trabajar con estudiantes con alergias e intolerancias (esto incluye huevos, lactosa, pescado, crustáceos, moluscos, maní, nueces de árbol, semillas de sésamo, cereales que contienen gluten, soja).
- La receta da detalles sobre el tamaño de las porciones de carbohidratos, verduras, frutas, fuentes de proteínas y lácteos de acuerdo con las GABA de su país.

Ideas para el desarrollo de recetas

- Los grupos de padres pueden ser de gran utilidad para el desarrollo de recetas para su programa.
- Los estudiantes son excelentes catadores de sabor. Probar nuevas recetas con un grupo de estudiantes es una excelente manera de verificar su idoneidad.
- Puede que exista un libro de recetas de comidas escolares en su país. El PMA elaboró una variedad de libros de cocina de comidas escolares con sus aliados en muchos países.
- Los concursos de recetas son una excelente manera de involucrar a la comunidad y desarrollar una base de datos de recetas.
- Hay muchos eventos y días nacionales e internacionales que celebran ciertos alimentos y culturas/tradiciones alimentarias. Puede ser divertido incorporarlos a su PAE con recetas temáticas como una adición especial a su programa.



Estudiantes reciben una comida del Banco de Alimentos de Guatemala en la Ciudad de Guatemala. (Foto: Banco de Alimentos de Guatemala)

Paso 6: Monitoreo y evaluación

EL MONITOREO Y EVALUACIÓN RUTINARIO (M&E) es importante para hacer un seguimiento del estado de implementación y si el programa está cumpliendo con sus objetivos. M&E ayuda a identificar temprano los desafíos, las necesidades y las oportunidades para mejorar el programa. Además, la información se puede utilizar como una herramienta poderosa para promover su PAE.

Su marco de M&E debería desarrollarse durante la etapa de planificación del programa, y los resultados de la evaluación de necesidades pueden ayudar a informar sus datos para la línea de base.

Pasos para desarrollar su marco de M&E

- **Desarrollar indicadores de productos:** Estos indicadores rastrean el avance del programa para llevar a cabo las tareas/actividades específicas.

Los ejemplos incluyen la cantidad de comidas servidas, número de niños que asisten, el contenido de calorías y nutrientes de las comidas entregadas, la cantidad de porciones de frutas y verduras entregadas, la proporción de alimentos provenientes de productores locales, etc.

- **Desarrollo de indicadores de resultados:** Estos indicadores deben estar vinculados a sus objetivos y pueden incluir recuentos acumulativos de los indicadores de resultados, así como indicadores relacionados con los resultados/cambios que espera después de implementar las actividades del proyecto. Los ejemplos incluyen la prevalencia de la malnutrición (vea la página 36 para consideraciones especiales de medidas antropométricas), asistencia y desempeño escolar, y los ingresos de los agricultores locales que suministran alimentos a su PAE. Para permitir el reconocimiento e incorporación del impacto de su programa dentro de las iniciativas de PAE nacionales y globales, alinee sus indicadores con

los de su PAE nacional y la lista de iniciativas/ informes de monitoreo global que encontrará a partir de la página 37.

- **Planifique los protocolos de recopilación de datos:** Para que coincida con las necesidades de informes de su proyecto, planifique los métodos de recopilación de datos y el cronograma. Para los indicadores de productos, esto podría incluir listas de verificación diarias que registren la cantidad de comidas servidas y su valor nutricional tomado de los detalles de la receta. Los indicadores de resultados pueden calcularse a intervalos más prolongados, por ejemplo, semestral o anualmente. Es importante delegar claramente las responsabilidades y proporcionar instrucciones y procesos claros para recopilar datos, tales como

el registro diario en papel, la entrada de datos y el análisis.

- **Gestión de datos:** Asegúrese de tener un plan claro para manejar, almacenar y cotejar los datos de indicadores que recopila de manera segura. Esto debe cumplir con las regulaciones nacionales de protección de datos.
- **Obtenga los permisos relevantes:** Es esencial obtener la aprobación de las partes interesadas para su plan de M&E. En particular si se recopilan datos sobre niños (por ejemplo, encuestas, datos antropométricos), deben obtener y documentar el permiso de padres y tutores. El almacenamiento y uso de datos debe cumplir con las normas de protección de datos de su país.



Dos niños comen bananas en Mwamko Children's Home, una organización comunitaria en Nairobi, Kenia que recibe alimentos de Food Banking Kenya. (Foto: The Global FoodBanking Network/ Brian Otieno)

Toma de medidas antropométricas de los estudiantes

Promover una nutrición saludable y prevenir tanto el bajo peso como el sobrepeso/obesidad son objetivos clave de los PAE. Si bien medir los cambios en la altura y el peso de los niños puede proporcionar datos muy útiles sobre el impacto del programa, es algo muy delicado que requiere una consideración cuidadosa.

Si su programa medirá la altura y el peso de los niños, garantice un entorno seguro y comprensivo y evite las connotaciones negativas para el niño. La capacitación especializada puede ayudar a garantizar que se implementen salvaguardas. Garantice la transparencia y claridad para los estudiantes y los padres sobre cómo se utilizarán los datos, ya sea solo con fines programáticos y de vigilancia o para la detección y el seguimiento individualizado.²⁴

Si se detectan casos graves de malnutrición y su programa tiene la capacidad de referir al niño a una clínica de salud para obtener más apoyo, asegúrese

de que esto se comunique a los padres desde el principio. Es posible que las escuelas con las que está trabajando ya tengan un programa interno o dirigido por aliados para medir la altura y el peso de los niños. En este caso, sería beneficioso compartir información en lugar de duplicar el procedimiento.

Hay muchas otras formas de medir el avance y el impacto sin tomar las medidas antropométricas de los estudiantes. Las medidas alternativas incluyen el monitoreo de la diversidad alimentaria, la cantidad de macro o micronutrientes proporcionados, el contenido de grasas saturadas y azúcar, y las porciones de frutas y verduras en las comidas.

Note: No se recomienda adaptar la implementación del PAE en función de las medidas de altura o peso de cada niño.

- **Establecimiento de circuitos de feedback:** Incorpore ciclos de feedback en su programa para que todas las partes interesadas, incluidos los estudiantes, los padres, las escuelas, el personal de ejecución del programa y los donantes, puedan ofrecer feedback sobre el programa y actualizar al coordinador del mismo. Por ejemplo, el personal del programa puede necesitar modificar una receta o cambiar el menú según la disponibilidad local de alimentos. Un mecanismo de feedback establecido (que podría ser tan sencillo como un correo electrónico) puede ayudar a facilitarlo.
- Otra idea es enviar encuestas periódicamente a las partes interesadas o realizar consultas grupales o individuales para recopilar información sobre el programa, cómo está cumpliendo sus objetivos y posibles modificaciones para mejorar su ejecución. Muchos programas también evalúan periódicamente su propia eficacia teniendo un representante que analiza los procesos, desde la obtención de alimentos hasta la limpieza después de que comen los estudiantes. Estos ciclos de feedback deben planificarse como parte de sus protocolos de recopilación de datos.
- **Compartir datos:** Los resultados del monitoreo se deben compartir y discutir con las escuelas participantes y los donantes. Esto ayudará a fortalecer la conexión y la colaboración. Junto con la escuela, puede establecer un sistema regular para difundir el avance con los padres y estudiantes. Esto, combinado con los resultados en situ, puede alimentar un sentido de entusiasmo. Los gobiernos y organizaciones del sector privado quieren ver logros basados en evidencia para justificar su apoyo.
- Las organizaciones donantes también quieren saber cómo se gasta su dinero y qué tipo de impacto ha tenido. Compartir el éxito de su programa puede atraer más fondos.
- **Proceso para registrar lecciones aprendidas:** A pesar de los mejores esfuerzos, es inevitable que haya errores o componentes del programa que no funcionen a la perfección. La resolución de problemas para responder a estas situaciones es una valiosa experiencia de aprendizaje. Al mismo tiempo, otros aspectos de un programa

pueden tener más éxito de lo esperado y pueden replicarse o ampliarse. Todos estos valiosos aprendizajes deben documentarse.

- **Celebrar el éxito:** Es importante celebrar los éxitos de su programa y compartirlos con sus partes interesadas. Documentar los éxitos en función de los resultados de su M&E crea una herramienta de promoción inestimable para atraer nuevas escuelas, aliados y donantes.

Mecanismos globales de monitoreo

ESTA SECCIÓN ENUMERA iniciativas clave de monitoreo global que recopilan datos a nivel de país sobre los PAE y pueden darle información para su elección de indicadores y ciclos de informes. Hay muchos indicadores superpuestos entre estos esfuerzos globales. Alinear los indicadores de su programa con los mismos es una excelente manera de contribuir al conjunto de datos globales y aumentar la probabilidad de que su programa y los indicadores de monitoreo concuerden con las iniciativas gubernamentales. Junto con cada iniciativa se enumera una selección de indicadores para su consideración.

Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF ©⁵

La Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF © se realiza cada dos o tres años y tiene como objetivo obtener información sobre el alcance de los PAE, la participación del gobierno, el compromiso de la agricultura y el sector privado, la nutrición, la educación y el género. Los indicadores utilizados en la encuesta incluyen:

- Número de niños matriculados en escuelas y que reciben beneficios del PAE
- Cobertura, duración, diseño y enfoque de los objetivos del PAE (por ejemplo, cumplir con metas de nutrición o reducir la obesidad)
- Beneficiarios del programa (por edad y sexo)
- Reglamentos rectores (políticas y

reglamentaciones del PAE, la nutrición, la inocuidad de los alimentos y la agricultura)

- Presupuesto y fuentes de financiamiento
- Infraestructura (por ejemplo, electricidad, agua potable, espacios para comer, cafeterías y cocinas)
- Grupos de alimentos servidos/prohibidos/restringidos dentro del PAE y diversidad de grupos de alimentos servidos
- Fuente de los alimentos que se sirven (comprados en el país o donaciones extranjeras/nacionales en especie)
- Financiamiento (p.ej., gobierno, donantes internacionales, sector privado) y gastos (p.ej., costos de alimentos, manipulación/almacenamiento/transporte, costos fijos)
- Gestión (gobierno nacional, regional, local, organización civil, donante internacional)
- Componentes nutricionales de los PAE (objetivos, participación de nutricionistas, alimentos enriquecidos, capacitación en nutrición para el personal, uso de suplementos de micronutrientes, uso de alimentos biofortificados)
- Medidas específicas de obesidad (prevalencia de sobrepeso/obesidad, esfuerzos para abordar la obesidad mediante educación nutricional, normas nutricionales, restricciones alimentarias)
- Programas complementarios (p.ej., lavado de manos, agua potable, desparasitación, purificación de agua, higiene menstrual, higiene dental, huertos escolares)
- Esfuerzos para reducir el desperdicio de alimentos y envases
- Participación de los agricultores y el sector privado
- Composición del personal

Orientación FRESH para el monitoreo y evaluación de los programas de salud escolar⁷

Recursos Focalizados para la Salud Escolar Eficaz (Focusing Resources on Effective School Health – FRESH) es un marco intersectorial y una alianza global. La orientación de M&E de FRESH

proporciona un menú de más de 250 indicadores relacionados con la salud escolar extraídos en gran parte de las guías de M&E existentes y organizados por tema de salud (o área temática):

- Política nacional de nutrición escolar y estándares curriculares para la educación para la salud con enfoque en la nutrición
- Escuelas con una política/pauta/regla escrita sobre el tipo de alimentos proporcionados en las comidas escolares
- Almacenamiento y/o preparación de alimentos para minimizar el riesgo de transmisión de enfermedades y los requisitos de que el personal de preparación de alimentos siga las *Cinco Claves para Alimentos más Seguros*
- Dieta saludable y currículo centrado en nutrición y conocimiento de los estudiantes sobre nutrición
- Suministro de suplementos de micronutrientes/comidas escolares
- Provisión planificada y entregada de kilocalorías y micronutrientes
- Costo de la comida escolar por niño por año
- Comportamientos alimentarios de los niños (ingesta de frutas, verduras, bebidas carbonatadas, calorías, micronutrientes)
- Impacto en el estado nutricional (IMC para la edad, sobrepeso/obesidad, deficiencias de micronutrientes)

Indicadores complementarios del programa:

- Salud bucal (consumo de alimentos y bebidas azucarados en la escuela)
- Saneamiento e higiene (acceso a agua potable para estudiantes)
- Parásitos (cobertura del programa de desparasitación y prácticas preventivas)

Revisión global de las políticas nutricionales²⁵

La *Revisión global de las políticas nutricionales de la OMS* se publica cada cinco años e incluye una sección dedicada a los programas escolares de nutrición y salud que informa sobre el avance global y regional hacia los siguientes parámetros:

- Estándares/política sobre tipos de alimentos y bebidas disponibles en las escuelas
- Nutrición en el currículo escolar
- Instalaciones de cocina higiénicas y un entorno de alimentación limpio
- Suministro de comidas escolares
- Programa de frutas y verduras en las escuelas
- Programa de consumo de leche en las escuelas
- Distribución de raciones para llevar a casa
- Monitoreo del crecimiento de los niños en las escuelas
- Huertos escolares

Encuesta Mundial de Salud Escolar²⁶

La Encuesta Mundial de Salud Escolar (Global School-Based Student Health Survey – GSHS) de la OMS mide los factores de riesgo y los factores de protección relacionados con las enfermedades

no transmisibles mediante cuestionarios auto administrados a adolescentes de 13 a 17 años. Los campos relacionados con la dieta en el cuestionario incluyen:

- Frecuencia de consumo de desayuno
- Razones para saltarse el desayuno
- Con qué frecuencia se ofreció desayuno/almuerzo en la escuela
- Frecuencia de ingesta de leche/productos lácteos, refrescos carbonatados, frutas, jugos de frutas, verduras, alimentos salados, alimentos ricos en grasas, alimentos/productos dietéticos o menos alimentos con la intención de perder peso

Parámetros adicionales para considerar en sus mediciones:

- Número y tipos de alianzas
- Tipos y montos de donaciones
- Capacitaciones de personal realizadas

Notas finales

1. Naciones Unidas, "United Nations Global SDG Indicators Database", consultado el 17 de septiembre de 2021, <https://unstats.un.org/sdgs/indicators/database>.
2. Naciones Unidas, División de Estadística, "SDG Indicator Metadata", última modificación en febrero de 2021, <https://unstats.un.org/sdgs/metadata/files/Metadata-02-01-02.pdf>.
3. FAO et al., *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2020* (Roma: FAO, FIDA, UNICEF, PMA y OMS, 2020), <https://doi.org/10.4060/ca9692en>.
4. OMS, "BMI-for-Age (5-19 Years)", growth reference data (Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2007), <https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years/indicators/bmi-for-age>.
5. GCNF, *School Meal Programs Around the World* (Seattle: Global Child Nutrition Foundation, 2021), https://survey.gcnf.org/?_ga=2.180791143.1728789797.1621853569-53157049.1621853569.
6. UNSCN, *School Nutrition: An Inventory of the United Nations System Global Guidance, Resources and Tools on School Nutrition*, (Roma: United Nations System Standing Committee on Nutrition, 2020), <https://www.unscn.org/uploads/web/file/School-Inventario-de-nutrición-Oct-2020.pdf>.
7. FRESH Monitoring and Evaluation Coordinating Group, *Monitoring and Evaluation Guidance for School Health Programs: Thematic Indicators* (París: UNESCO, 2014), https://healtheducationresources.unesco.org/sites/default/files/resources/FRESH_M%26E_THEMATIC_INDICATORS.pdf.
8. Carmen Burbano de Lara, "School Feeding: A Unique Platform to Address Gender Inequalities", ONEWORLD No Hunger, 23 de septiembre de 2020, <https://www.weltohungers.org/full-article/school-feeding.html>.
9. Olakunle Oladipo, "A School Feeding Programme for Women's Empowerment in Nigeria", *socialprotection.org* (blog), 12 de noviembre de 2018, <https://socialprotection.org/discover/blog/school-feeding-programme-women%E2%80%99s-empowerment-nigeria>.
10. Camila De Ferrari Piazza, Viviana Perego y Katie Kennedy Freeman, "Promover la seguridad alimentaria de los niños y empoderar a las agricultoras, un día escolar a la vez", *blogs del Banco Mundial*, 28 de enero de 2020, <https://blogs.worldbank.org/es/latinamerica/promover-la-seguridad-alimentaria-de-los-ninos-y-empoderar-las-agricultoras-un-dia>.
11. FAO y PMA, *Home-Grown School Feeding Resource Framework: Technical Document* (Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación y Programa Mundial de Alimentos, 2018), <https://www.wfp.org/publications/home-grown-school-feeding-resource-framework>. Desarrollado conjuntamente por el Programa Mundial de Alimentos (PMA), la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola (FIDA), New Partnership for Africa's Development (NEPAD), Fundación Global de Nutrición Infantil (GCNF), Partnership for Child Development (PCD) en el Imperial College de Londres y el WFP Centro de Excelencia contra el Hambre en Brasil (WFP CoE).
12. Corinna Hawkes et al., "Double-Duty Actions: Seizing Programme and Policy Opportunities to Address Malnutrition in All Its Forms", *The Lancet* 395, no. 10218 (2020): 142–55, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)32506-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)32506-1).
13. NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC), "Worldwide Trends in Body-Mass Index, Underweight, Overweight, and Obesity from 1975 to 2016: A Pooled Analysis of 2416 Population-Based Measurement Studies in 128.9 Million Children, Adolescents, and Adults", *The Lancet* 390, no. 10113 (2017): 2627–42, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3).
14. OMS, "WHO Global Anemia Estimates, 2021 Edition", Organización Mundial de la Salud, consultado el 17 de septiembre de 2021, https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children.
15. OMS, *Action Framework for Developing and Implementing Public Food Procurement and Service Policies for a Healthy Diet* (Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2021), <https://www.who.int/publications/i/item/9789240018341>.

16. OMS, "Healthy Diet", Fact Sheet No. 394, Organización Mundial de la Salud, última modificación en agosto de 2018, <https://www.who.int/publications/m/item/healthy-diet-factsheet394>.
17. OMS, "Healthy Diet", Organización Mundial de la Salud, 29 de abril de 2020, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>.
18. FAO y OMS, *Sustainable Healthy Diets: Guiding Principles* (Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación y Organización Mundial de la Salud, 2019), <http://www.fao.org/3/ca6640en/ca6640en.pdf>.
19. FAO, *Nutrition Guidelines and Standards for School Meals: A Report from 33 Low and Middle-Income Countries* (Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, 2019), <http://www.fao.org/3/ca2773en/CA2773EN.pdf>.
20. OMS, *Guideline: Sugars Intake for Adults and Children* (Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2015), <https://www.who.int/publications/i/item/9789241549028>.
21. OMS, *Set of Recommendations on the Marketing of Food and Non-Alcoholic Beverages to Children* (Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2010), https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44416/9789241500210_eng.pdf?sequence=1.
22. OMS, *Five Keys to Safer Food Manual* (Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2006), https://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual_keys.pdf.
23. US Department of Health and Human Services and US Department of Agriculture, *2015–2020 Dietary Guidelines for Americans*, 8th ed. (Washington, DC: HHS y USDA, diciembre de 2015), <http://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines>; "What Is a Serve of Vegetables?" Australian Government, última modificación el 27 de julio de 2015, <https://www.eatforhealth.gov.au/food-essentials/how-much-do-we-need-each-day/serve-sizes>.
24. Allison J. Nihiser et al., "Body Mass Index Measurement in Schools", *Journal of School Health* 77, no. 10 (2007): 651–71, <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2007.00249.x>.
25. OMS, *Global Nutrition Policy Review 2016–2017: Country Progress in Creating Enabling Policy Environments for Promoting Healthy Diets and Nutrition* (Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2018), <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514873>.
26. OMS, "Global School-Based Student Health Survey (GSHS)", Organización Mundial de la Salud, consultado el 17 de septiembre de 2021, <http://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/en>.
27. "Schools", Who We Help, Foodbank, <https://www.foodbank.org.au/homepage/who-we-help/schools/?state=wa>.
28. Katia de Fatima Vilela et al., "Implementation of the National School Nourishment Program in the Brazilian Federal Institution of Education of Bahia State", *Ciência Rural* 49, no. 9 (2019): 1–11, <https://doi.org/10.1590/0103-8478cr20190105>.
29. Ministério de Cidadania, "Programa Banco de Alimentos", Gobierno Federal de Brasil, consultado el 17 de septiembre de 2021, <https://www.gov.br/cidadania/pt-br/acao-a-informacao/carta-de-servicos/desenvolvimento-social/inclusao-social-e-produtiva-rural/programa-banco-de-alimentos>.
30. "Feeding Programs", Food for All Africa, consultado el 24 de noviembre de 2021, <https://www.foodforallafrika.com/feeding-programs>.
31. The Global FoodBanking Network, "Food Banks in Latin America Partner with and Serve Indigenous Communities to Alleviate Hunger", *The Global FoodBanking Network* (blog), 5 de agosto de 2021, <https://www.foodbanking.org/food-banks-in-latin-america-partner-with-and-serve-indigenous-communities-to-alleviate-hunger>.
32. "EDUFOOD", Education, Lagos Food Bank Initiative, <https://lagosfoodbank.org/project/edufood>.

Recursos

Ejemplos de países y herramientas

EN SU INFORME *Healthy Nations Start with Healthy Children*, The Global FoodBanking Network compiló estudios de casos de los PAE dirigidos por bancos de alimentos de Australia, Canadá, Colombia, Ecuador, México, Sudáfrica y el Reino Unido.

Los [informes de países de la encuesta global de la GCNF](#) proporcionan datos valiosos sobre el alcance y la composición de los PAE nacionales.

Australia

Food Bank Western Australia ejecuta una serie de iniciativas escolares. Estos incluyen School Fruit Van, Food Sensations (un programa de educación nutricional) y un programa de desayuno escolar. Su sitio web contiene una gran cantidad de información sobre estos programas, incluido un [School Breakfast Program Toolkit](#).²⁷

Brasil

El Programa Nacional de Alimentación Escolar de Brasil (PNAE)²⁸ llega a más de 40 millones de niños en las escuelas públicas de todo el país y es el programa de HGSF más grande del mundo. El programa está integrado en la ley nacional, que estipula que las comidas deben ser aprobadas por nutricionistas y que al menos el 30 por ciento de los alimentos deben comprarse de los pequeños agricultores locales. Los bancos de alimentos se destacan como un socio clave del programa para apoyar la logística y ejecución del PNAE.²⁹ La Red Nacional de Bancos de Alimentos [Mesa Brasil-SESC](#), recolecta excedentes de alimentos de productores rurales, mayoristas y minoristas y los redistribuye a instituciones sociales.

Ghana

La [Lunchbox School Feeding Initiative](#) de Food for All Africa proporciona un almuerzo caliente diario a los niños en las escuelas que no cuentan con el apoyo del PAE del gobierno. Food for All Africa construye cocinas en el lugar y ofrece talleres de cocina y nutrición para las madres de los estudiantes. Se contrata luego a las mejores cocineras como chefs de cocina y a otras como supervisoras. A cada mujer se le paga un salario mensual.³⁰

Guatemala

En Guatemala, el banco de alimentos Desarrollo en Movimiento (DEM) administra el programa [DEMos Desayunos Escolares](#), que junto con aliados de la industria alimentaria y agricultores ofrece desayunos escolares a niños de 2 a 12 años. DEM también llevó a cabo amplias iniciativas de capacitación de personal sobre el servicio a las poblaciones indígenas, lo que permite adaptar la ejecución del programa para llegar a las poblaciones indígenas vulnerables con prácticas y necesidades dietéticas únicas.³¹ El programa complementa la Ley de Alimentación Escolar de Guatemala aprobada en 2017, que garantiza una comida escolar a los niños en escuelas primarias públicas. El programa de DEM llena el vacío apoyando a dos escuelas privadas no incluidas en el programa de comidas escolares del gobierno.¹⁰

Nigeria

Lagos Food Bank Initiative dirige la [Intervención para Mejorar la Educación para Estudiantes con Inseguridad Alimentaria \(EDUFOOD\)](#). Este programa tiene como objetivo proporcionar comidas nutritivas a estudiantes subalimentados y con inseguridad alimentaria que asisten a escuelas privadas de bajo costo en comunidades de bajos ingresos.³² El costo del programa, las oportunidades de participación y los indicadores de resultados se describen en el sitio web del banco de alimentos.

Desarrollo de un programa de alimentación escolar

- FAO y PMA. *Home-Grown School Feeding Resource Framework*. Reúne la orientación y los recursos disponibles de una variedad de actores internacionales para establecer programas de HGSE.
- AUDA-NEPAD [Agencia para el desarrollo de la Unión Africana-Nueva Alianza para el Desarrollo de África]. *Home-Grown School Meal Handbook*. Detalla las lecciones de la implementación de los programas de HGSE en África.
- FoodCorps. *Program Guide*. Proporciona una guía completa de Food Corps, con sede en EE. UU., diseñada para ayudar a crear programas escolares de alimentación y nutrición, que incluyen comidas escolares, huertos y sesiones en el aula.
- Saskatchewan Alliance for Youth and Community Well-being (SAYCW). Proporciona **herramientas y recursos** (disponible en inglés y francés) para

planificar iniciativas de alimentación y nutrición en las escuelas.

Evaluación de necesidades

- FAO y PMA. *Home-Grown School Feeding Resource Framework*. Módulo 2: Evaluación de la capacidad y Anexo 1: Realización de un análisis de contexto.
- Fundación Global de Nutrición Infantil. 2010. *Kit de herramientas para la alimentación escolar*.

Pautas nutricionales

- FAO. Guías alimentarias basadas en alimentos. Proporciona una **base de datos** de guías alimentarias por país.
- Feeding America. *Nutrition in Food Banking Toolkit*. Incluye una guía y un curso en línea para ayudar en el desarrollo de políticas de nutrición.



Voluntarios en Hua Hin, Tailandia, distribuyen productos horneados y bebidas a los niños en una escuela local. (Foto: Scholars of Sustenance Thailand)

- Healthy Eating Research. *Nutrition Guidelines for Ranking Charitable Food*. Proporciona cantidades específicos de nutrientes sugeridos para los grupos de alimentos, clasificando los alimentos como “elija con frecuencia”, “elija a veces” y “elija rara vez”.
- OMS. *Public Food Procurement and Service Policies for a Healthy Diet*. Proporciona un “marco de acción” para desarrollar políticas públicas de servicios y compras de alimentos saludables. Incluye orientación sobre el desarrollo, implementación, monitoreo de cumplimiento y evaluación de las políticas. Está destinado a los responsables de la formulación de políticas gubernamentales, pero puede ser un recurso útil cuando piense en el desarrollo de políticas para su PAE.
- OMS Euro. 2006. *Food and Nutrition Policy for Schools*. Ofrece recomendaciones para que las escuelas promuevan la buena salud a través de la educación y la buena nutrición.
- Departamentos de Educación, Salud, Servicios Sociales y Seguridad Pública y la Agencia de Salud Pública, Reino Unido. *School Food: Top Marks – Nutritional Standards for School Lunches: A Guide for Implementation*. Muestra un ejemplo de un documento de normas/políticas de nutrición para un PAE en el Reino Unido.
- OMS. Modelos regionales de perfiles de nutrientes. Los perfiles de nutrientes proporcionan una herramienta para clasificar los productos alimenticios y bebidas de acuerdo con su composición de nutrientes para ayudar a controlar la comercialización de los mismos. África, Américas, Europa, Mediterráneo Oriental, Pacífico Occidental y Sudeste de Asia.

Inocuidad de los alimentos

- OMS. 2006. *Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos*. Este manual de capacitación se puede adaptar al entorno escolar e incluye afiches y formularios de evaluación.
- Coalición Nacional para los Alimentos Inocuos en Escuelas. *Food-Safe Schools: Needs Assessment*

and Planning Guide. Esta guía ayuda a las escuelas a revisar y mejorar sus políticas y prácticas de inocuidad de los alimentos.

Planificación del menú

- FAO. *Tablas y bases de datos de composición de alimentos*. Esta base de datos internacional proporciona los valores nutricionales de alimentos comunes.
- *NutVal*. Calcula el contenido de nutrientes de las comidas y los compara con los requisitos de nutrientes.

Las siguientes herramientas de planificación de menús aún no están disponibles en línea, pero puede comunicarse con las instituciones si está interesado en usarlas para su programa.

- Imperial College London. *The School Meals Planner*. Desarrollado para el PAE nacional de Ghana y adaptable a otros entornos.
- Save the Children UK. *Cost of the Diet Tool*. Aplicado en todo el mundo para analizar alimentos locales y calcular combinaciones óptimas para cumplir con los requisitos nutricionales.
- OMS. *Optifood*. Analiza el valor nutricional de las dietas locales y recomienda una combinación de alimentos que satisfaga las necesidades de nutrientes de los grupos objetivo lo mejor posible y al menor costo.
- PMA. *School Menu Planner PLUS*. Software que ayuda a las escuelas a diseñar planes de comidas rentables que cumplen con los requisitos nutricionales utilizando alimentos de origen local.

Desarrollo del menú

- The Lunch Box, Tools for School Food Change. Estas herramientas proporcionan una amplia gama de recetas (que podrían adaptarse a su contexto cultural) y una guía sobre cómo planificar los ciclos del menú. *Colección de recetas escolares y Elaboración del menú.*

- Gobiernos federal y estatales de los EE. UU. Ejemplos de aplicación de las GABA a la planificación de menús. [USDA, Washington, Florida](#).

Monitoreo y evaluación

- Fundación Global de Nutrición Infantil. [Encuesta Global de los Programas de Alimentación Escolar de GCNF ©](#). Proporciona una base de datos de referencia de los programas de alimentación escolar en muchos países del mundo.
- Alianza FRESH, 2014. [FRESH Monitoring and Evaluation Guidance for School Health Programs](#). Este documento proporciona indicadores temáticos para una variedad de proyectos de salud escolar. El capítulo 3 proporciona indicadores para la alimentación escolar y otros programas de alimentación y nutrición.
- Centers for Disease Control and Prevention. [Body Mass Index \(BMI\) Measurement in Schools](#). Proporciona orientación y consideraciones sobre si incluir el IMC/mediciones antropométricas en su programa y qué salvaguardas implementar para reducir el riesgo de consecuencias negativas para los niños.
- OMS. [BMI-for-Age Cutoffs \(5-19 Years\)](#). Proporciona estándares de referencia para las categorías de IMC.

- OMS. [Overweight and Obesity in School-Age Children and Adolescents](#). Base de datos global.

Programas complementarios

- OMS. [Nutrition Friendly Schools Initiative](#), incluida la última *revisión de evidencia*. En 2006, la OMS y sus socios lanzaron la Nutrition Friendly Schools Initiative (NFSI) como marco para garantizar que los programas de alimentación escolar se centren en una mejor nutrición para abordar los problemas de salud derivados de la desnutrición y el sobrepeso/obesidad. Este documento revisa los cinco componentes y los 26 criterios esenciales del NFSI.
- FAO. [Entornos alimentarios y alimentación escolar saludables](#). Este recurso analiza la importancia de un entorno alimentario saludable en la escuela, incluidos los espacios, la infraestructura y las condiciones dentro y alrededor de la escuela donde hay alimentos disponibles.
- RDP de Laos. [School Community Manual: Implementing Hygiene Activities in Early Childhood Education](#). Este manual describe una variedad de programas complementarios que podrían implementarse para fomentar entornos escolares saludables.