

El Sol del Bajío

Evitar el consumo de comida chatarra tardará generaciones: Investigadora

José Sánchez, 21 de marzo de 2025

Celaya, Gto.- Tardarán varios ciclos escolares para acabar con los malos hábitos de alimentación con comida chatarra en las escuelas, porque **depende** no solo de las normas dentro del plantel, y de los comerciantes fuera de las instituciones, sino **de la cultura familiar,** que es el punto de partida de una buena o pésima nutrición.

Así lo informó la **doctora Ana Laura Gallardo Gutiérrez, Investigadora de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM),** quien recientemente **impartió una cátedra** a la comunidad estudiantil de la **Universidad Pedagógica Nacional UPN 112.**

En entrevista dijo que “el **programa de prohibir la venta de alimento chatarra** en los planteles de educación básica inició hace un par de semanas, denominado “**Vida Saludable**”, y serán varias acciones **para la prevención de la salud,** no venta de comida chatarra en las escuelas”.

Sin embargo, consideró que **habrá serios problemas** para que la teoría pase a la práctica, porque dentro y fuera de las escuelas **hay factores que complicarán la situación.**

“La intención es que junto con **los programas de prevención** al interior del plantel, la **sensibilización y el conocimiento fomentado de maestros a los alumnos,** cuando salgan los niños del plantel, **no consuman comida chatarra en la calle y tampoco en la casa**”, expuso.

Reconoció que **los maestros no pueden evitar** que los alumnos compren comida chatarra saliendo del plantel, pero lo que **sí se puede hacer** en el salón es **entregar herramientas de conocimientos** para que cuando salgan, puedan enfrentar con buenas decisiones la situación.

“En casa es lo mismo, porque son **los padres de familia los primeros en tener malos hábitos**, con el refresco de cola, las papas, las frituras y poca fruta y verduras”, dijo.

Reconoció que son **largos procesos de cambio social**, y un **decreto no puede marcar el cambio de un día para el otro**, porque la **cultura social está en constante movimiento**, y malos o buenos hábitos alimenticios o de cualquier tipo pasan de generación en generación.

Ahondó que el **problema no sólo está dentro de la escuela**, fuera del plantel o en las casas, sino **que también es el sistema** el que, por medio de **publicidad, fomenta el consumo de comida chatarra**, el refresco de cola, los dulces, los llamados chetos que pintan los dedos y la boca.

“**Necesita ser regulado toda la situación mediática**, porque son **productos que dañan la salud**, y no se anuncian como tales, sino al contrario, como **el refresco de cola que se anuncia en contextos de Navidad y familias unidas y felices**, cuando **en silencio está dañando**”, explicó.

Enfatizó que, como todo **proceso, necesita su tiempo y su maduración**, en donde **la escuela debe entrarle**, así como los **padres de familias, y las mismas autoridades o gobierno** para regular estos alimentos chatarras que, como **el cigarro, tardó mucho tiempo en que desapareciera como anuncios**, y todavía hay gente que fuma, sabiendo que les dañará los pulmones.