ENTORNOS ESCOLARES SALUDABLES

Ministerio de Educación, Cultura, Ciencia y Tecnología

Ministerio de Salud y Desarrollo Social

Presidencia de la Nación

GUÍA DE ENTORNOS ESCOLARES SALUDABLES

Recomendaciones para la implementación de políticas de prevención de sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes en instituciones educativas.

Versión preliminar.

El presente documento fue impreso gracias al apoyo de UNICEF Argentina.

AUTORIDADES

Presidente de la Nación
Ing. Mauricio Macri

Ministra de Salud y Desarrollo Social
Dra. Carolina Stanley

Secretario de Gobierno de Salud
Prof. Dr. Adolfo Rubinstein

Secretario de Promoción de la Salud, Prevención y Control de Riesgos
Dr. Mario Kaler

Subsecretario de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad
Dr. Daniel Espinosa

Directora Nacional de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades Crónicas No Transmisibles
Dra. Verónica Irene Schoj

Directora Nacional de Maternidad, Infancia y Adolescencia
Dra. Diana Fariña

Ministro de Educación, Cultura, Ciencia y Tecnología
Dr. Alejandro Oscar Finocchiaro

Secretario de Gestión Educativa
Lic. Oscar Mauricio Ghillione

Secretaria de Innovación y Calidad Educativa
Sra. María de las Mercedes Miguel

Directora Nacional de Políticas Socioeducativas
Dra. María Silvia Pace

Unidad de Coordinación General
Lic. Manuel Rodrigo Vidal

Instituto Nacional de Formación Docente
Lic. Cecilia Veleda

Instituto Nacional de Educación Tecnológica
Lic. Leandro Gastón Goroyesky

EQUIPO DE TRABAJO

Secretaría de Gobierno de Salud. Ministerio de Salud y Desarrollo Social.

Elaboración y redacción
Mg. Verónica Risso Patrón
Dra. Gabriela De Roia
Lic. Evelyn Gitz
Lic. Eliana Hansen
Lic. Agostina Falduto
Lic. Daniela Sanchez
Lic. Nair Abrodos
Lic. Gabriela Flores
Lic. Fernanda Miccoli
Prof. Anibal Giménez
Lic. Mariel Miguez
Tec. Sandra Imbelloni
Dra. Anabella Valle Ruidiaz
Dra. Gabriela Codarini
Dra. Débora Lev
Lic. Alicia Nores
Lic. Angeles Andreachio
Lic. Gabriela Figueroa
Dr. Enrique Abeyá Gilardon
Lic. Ignacio Drake

Revisión de contenidos
Dra. Verónica Irene Schoj

Edición
Tec. Facundo Miranda

Ministerio de Educación, Cultura, Ciencia y Tecnología

Elaboración y redacción
Lic. Cristina Lovari
Prof. Alicia Iacovino
Prof. Pablo Juncos
Lic. Marisol Tolis
Dra. Cecilia Veleda

ÍNDICE

Introducción 6

Metodología de trabajo 7

Fundamentación para la intervención en materia de prevención de sobrepeso y obesidad en el ámbito escolar 7

Situación epidemiológica de los escolares en Argentina 9

Recomendaciones internacionales para promover entornos escolares saludables 10

Marco normativo sobre entornos escolares en Argentina e iniciativas recientes para impulsar la agenda 11

Recomendaciones para la elaboración de normativa que regule entornos escolares saludables para prevenir el sobrepeso y la obesidad 12

Conclusiones 20

Apéndice 1 21

Apéndice 2 22

Apéndice 3 24

Bibliografía 25

INTRODUCCIÓN

El sobrepeso y la obesidad en niños, niñas y adolescentes (NNyA) así como en adultos, es una epidemia en aumento que está tomando proporciones alarmantes en todo el mundo y representa uno de los principales problemas de salud pública que requiere respuestas de los Estados en forma urgente[1].

El sobrepeso y la obesidad muestran una curva ascendente especialmente preocupante en NNyA, en quienes el crecimiento es más acelerado que en personas adultas. El sobrepeso y la obesidad afectan tanto la salud psico-física inmediata de NNyA, como el nivel educativo que pueden alcanzar y su calidad de vida. Asimismo, los NNyA con sobrepeso y obesidad tienen mayores probabilidades de seguir siendo personas obesas en la edad adulta y presentan mayor riesgo de sufrir enfermedades no transmisibles (ENT), como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer[2]. Más información detallada sobre la evolución de la epidemia de obesidad en NNyA a nivel internacional y en Argentina, así como su impacto en la salud y en la economía de los países se desarrolló en el reciente informe publicado por la Secretaria de Gobierno de Salud en colaboración con UNICEF[3]. En dicho informe se analizaron el peso y la talla de NNyA de 0 a 18 años que accedieron a la atención del sistema público de salud del país y se concluyó que en Argentina, en sintonía con la reconocida "transición nutricional" global, el sobrepeso y la obesidad en NNyA representa la forma más prevalente de malnutrición. Esto se evidencia en el hecho de que entre los más de 3 millones de NNyA atendidos en el sector público del sistema de salud argentino en 2016, 31,1% tenían malnutrición por exceso (sobrepeso y obesidad) y 8,1% malnutrición por carencia (bajo peso).

En la actualidad, y como consecuencia de numerosos cambios sociales, culturales y económicos, como por ejemplo los cambios en los modelos de producción de alimentos, su disponibilidad, asequibilidad, comercialización y marketing, así como por la escasa práctica de actividad física, los NNyA crecen y se desarrollan a menudo en entornos obesogénicos. Un entorno obesogénico es aquel que fomenta el consumo excesivo de kilocalorías y nutrientes críticos como azúcares, grasas y sodio, además de ofrecer múltiples barreras para el desarrollo de actividad física y fomentar el comportamiento sedentario[4]. Así, la falta de regulación que promueva entornos más saludables, ha favorecido en las últimas décadas al crecimiento del sobrepeso y la obesidad. Las respuestas conductuales y biológicas de NNyA ante un entorno obesogénico pueden estar determinadas por procesos anteriores incluso a su nacimiento, lo que empuja a un número cada vez mayor de NNyA hacia la obesidad, si siguen una alimentación de baja calidad nutricional y no realizan la actividad física recomendada[1].

Existen pruebas convincentes de que la publicidad y la comercialización de alimentos y bebidas con alto contenido de sodio, grasas, azúcares y kilocalorías, pero deficientes en micronutrientes, pueden repercutir en las preferencias alimentarias, el comportamiento de compra y el consumo de NNyA. La comercialización y provisión en las escuelas de alimentos y bebidas con altos niveles de azúcar, grasa, sal y bajo valor nutricional, también influyen en los patrones y hábitos de consumo en niños y niñas[5, 6, 7, 8].

La prevención y el tratamiento de la obesidad exige un enfoque intersectorial e intergubernamental y en el que las políticas de todos los sectores tengan en cuenta sistemáticamente la salud, eviten los efectos sanitarios nocivos y, por tanto, mejoren la salud de la población y la equidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y otros organismos internacionales han publicado en los últimos años, numerosos documentos que, en base a evidencia científica, establecen un conjunto de medidas para regular los entornos obesogénicos y los productos, de modo de fomentar hábitos saludables y así detener el crecimiento de esta epidemia[2, 9, 10]. Dentro de estas medidas recomendadas, una que resulta clave y que cuenta con alto consenso a nivel internacional es la regulación de los entornos escolares para promover la nutrición adecuada y la actividad física.

Sólo a través de una serie de medidas (intervención multicomponente) de demostrada eficacia que aborde integralmente aspectos nutricionales y de actividad física en las instituciones escolares, se conseguirán las transformaciones necesarias para fomentar hábitos saludables y mejorar los patrones de conducta de NNyA.

El objetivo del presente documento es establecer un conjunto de recomendaciones que, basadas en las mejores evidencias científicas disponibles, constituyan los estándares para guiar el proceso de sanción de leyes e implementación de programas efectivos, para transformar los entornos obesogénicos en entornos escolares saludables. Estos estándares están dirigidos a legisladores y decisores políticos tanto del nivel nacional como provincial y municipal así como también a organizaciones académicas y de la sociedad civil que trabajen en la temática.

METODOLOGÍA DE TRABAJO

La Guía de Entornos Escolares Saludables ha sido elaborada por el Programa de Alimentación Saludable y Prevención de Obesidad y el Programa Nacional de Lucha contra el Sedentarismo, ambos dependientes de la Dirección Nacional de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades Crónicas No transmisibles. Las recomendaciones en materia de alimentación en el entorno escolar fueron discutidas en el marco de la Comisión Nacional de Alimentación Saludable y Prevención de Obesidad, órgano intersectorial creado formalmente por Resolución Ministerial 732/2016 (artículo 3), coordinado por dicha Dirección y en colaboración con la Dirección Nacional de Maternidad e Infancia y Adolescencia, e integrada por otros organismos gubernamentales, ONG's, sociedades científicas, actores académicos, la industria de alimentos y organismos internacionales. Cada representante que participó de la mesa de trabajo realizó declaración de sus conflictos de interés personales e institucionales (ver *apéndice 1*).

Se realizó una revisión bibliográfica del tema en Junio de 2017 y mesas de discusión e intercambio durante el segundo semestre del mismo año. A partir de esas discusiones se elaboró un documento preliminar que resumía los estándares y recomendaciones acerca de la temática, basados en evidencia científica.

Durante el año 2018 y principios de 2019, en el marco de la constitución de la mesa interministerial que comenzó para la creación del Plan Nacional de Prevención del Sobrepeso y la Obesidad en Niños, Niñas y Adolescentes, la Secretaria de Gobierno de Salud consensuó el documento final con los Ministerios de Educación, Cultura, Ciencia y Tecnología, y Desarrollo Social.

FUNDAMENTACIÓN PARA LA INTERVENCIÓN EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN EL ÁMBITO ESCOLAR

El derecho a la salud constituye uno de los derechos fundamentales. En este sentido, la protección de este derecho depende no sólo de la educación individual y de las prácticas de consumo y hábitos de vida de las personas, sino también y fundamentalmente de las características del entorno y la comunidad donde esas personas nacen, viven y se desarrollan. Así, la educación es una herramienta fundamental y necesaria, pero no suficiente para transformar los hábitos y brindar igualdad de oportunidades, si no se logra modificar los entornos.

Por la cantidad de horas que NNyA permanecen en las escuelas, los entornos educativos constituyen un ámbito propicio para promover la adopción de un estilo de vida saludable. Además las preferencias alimentarias y los patrones de conducta de niños y niñas se desarrollan a edades muy tempranas y suelen persistir a lo largo de la vida, por lo que la escuela brinda un escenario ideal de intervención[11, 12, 13].

Existe un conjunto de fundamentos para justificar las intervenciones en el ámbito escolar que, por un lado se basan en la perspectiva de los derechos de NNyA a desarrollarse y crecer en un ambiente saludable y seguro, y por el otro en la evidencia científica disponible que ha demostrado la efectividad de las intervenciones escolares para modificar los entornos obesogénicos y mejorar los patrones de conducta de NNyA.

En cuanto a la perspectiva de protección de derechos, la escuela desempeña una importante función en la vida de NNyA, por ser el lugar de enseñanza, desarrollo y socialización. La educación deberá estar encaminada a desarrollar la personalidad, las actitudes y la capacidad mental y física de NNyA hasta el máximo de sus posibilidades. En este sentido, la Observación General Nº 1 del "Comité de los Derechos del Niño" sobre los propósitos de la educación se afirma que la educación también debe tener por objeto velar para que "*ningún niño termine su escolaridad sin contar con los elementos básicos que le permitan hacer frente a las dificultades con las que previsiblemente topará en su camino*"[14].

La Convención de los Derechos de NNyA define en los artículos 13 a 17 los derechos civiles y las libertades de NNyA, que son esenciales para garantizar el derecho a la salud y el desarrollo de NNyA. El artículo 17 establece que "*el niño tenga acceso a información y material procedentes de diversas fuentes nacionales e internacionales, en especial la información y el material que tengan por finalidad promover su bienestar social, espiritual y moral y su salud física y mental*" e insta a los Estados Partes a proteger a NNyA contra la información que sea dañosa a su salud y desarrollo.

Los gobiernos desempeñan un papel fundamental para garantizar estos derechos en NNyA y propiciar el cumplimiento de la Convención de los Derechos de NNyA adoptada por Argentina a través de la ley 26.061 en el año 2005. Así, el marco normativo vigente brinda un contexto apropiado para justificar la sanción de normas

e implementación de políticas que transformen los entornos escolares obesogénicos en entornos saludables.

En este sentido, dichas políticas promueven el fortalecimiento al interior de los ámbitos educativos en pos de generar las condiciones favorables para que NNyA adquieran el conocimiento y las destrezas que les permitan cuidar y mejorar su salud, la de sus familias y comunidades, a través de los principios de la promoción de la salud en los espacios donde las personas aprenden, disfrutan, conviven y trabajan.

En cuanto a la evidencia científica disponible que ha demostrado la efectividad de las intervenciones escolares para modificar hábitos en NNyA y prevenir la obesidad, la misma es consistente y brinda un marco adecuado para guiar las intervenciones.

Es claro que cuando se interviene en la niñez, se pueden reducir factores de riesgo modificables causales de obesidad[15, 16]. La evidencia ha demostrado que las intervenciones en las escuelas son efectivas para prevenir la obesidad, especialmente cuando son integrales y comprehensivas (es decir que incluyen un conjunto de medidas simultáneas) y cuando se sostienen en el tiempo[17, 18, 19, 20]. Como contrapartida, la puesta en marcha de intervenciones aisladas, por ejemplos dirigidas al kiosco escolar, sin contemplar la integralidad del entorno escolar (el comedor, el acceso al agua segura y gratuita, la educación alimentaria, la educación física, etc.) ha demostrado ser inefectiva.

En relación a la oferta de alimentos en las escuelas, la evidencia muestra que el ofrecimiento continuo de alimentos nutritivos y saludables (como frutas y hortalizas) mejora los patrones de preferencia y consumo de NNyA[21, 22, 23]. En igual sentido, está demostrado que las políticas escolares que eliminan la oferta de alimentos altos en grasas, azúcares y sal han sido útiles para evitar las influencias externas negativas en las preferencias alimentarias[24].

La evidencia muestra que un conjunto de medidas pueden aumentar la práctica de actividad física en la escuela. Entre estas medidas se recomienda el aumento de las clases de educación física en la currícula, el desarrollo de otras actividades curriculares y extra curriculares como la promoción de recreos activos. También promover la actividad física extra escolar ha demostrado ser útil para contribuir a aumentar la actividad física de los niños y niñas y a reducir su comportamiento sedentario[25].

La educación física es el medio más efectivo para dotar a NNyA de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida[26, 27, 28]. Resulta fundamental entonces, elevar el estatus educativo de la Educación Física como área de conocimiento que transmite aspectos de la cultura que la sociedad considera valiosos y como una asignatura indispensable en un sistema educativo equilibrado[29]. Las prácticas corporales saludables que se desarrollan en las clases de Educación Física buscan generar hábitos que no sólo se traducen en adaptaciones orgánicas, morfológicas y funcionales, sino que los beneficios obtenidos también aportan al logro de una mejor relación con el propio cuerpo, que amplía las posibilidades de expresión, comunicación e interacción con otras personas; una mayor disponibilidad para desenvolverse en el entorno físico y social; o la "sensación de bienestar" producida al disfrutar de la práctica de distintas actividades[30].

Los beneficios asociados con la implementación integral de entornos escolares saludables incluyen:

- Mantenimiento y mejora de la salud y el bienestar de los integrantes de la comunidad educativa.
- Reducción de los factores de riesgo de ENT asociados a un régimen alimentario poco saludable y la insuficiente actividad física mediante una acción de salud pública esencial y medidas de promoción de la salud y prevención de la morbilidad.
- Promoción de la autoeficacia percibida de NNyA para que crean y confíen en su habilidad para realizar un determinado comportamiento más saludable.
- Aumento de la satisfacción de todas las personas que integran la institución por sentirse cuidadas por ésta.
- Mejora del desempeño académico de NNyA.
- Motivación, compromiso y desarrollo de un sentido de pertenencia.
- Promoción de la conciencia y educación de NNyA acerca de la influencia de la alimentación en la salud, de los beneficios de un régimen alimentario saludable y de la práctica de actividad física, así como del potencial positivo de las intervenciones de prevención.
- Naturalización y adopción cultural de hábitos saludables por la continuidad de permanencia en un entorno promotor de este estilo de vida y su continuidad en el entorno familiar y comunidad de pertenencia.

SITUACIÓN EPIDEMIOLÓGICA DE LOS ESCOLARES EN ARGENTINA

En el año 2007 se implementó por primera vez en el país la Encuesta Mundial de Salud Escolar (EMSE)[31] que evalúa factores de riesgo en adolescentes. Se aplicó sobre estudiantes del país de entre 13 y 15 años. Dicha encuesta mostró que el 19% de los estudiantes presentaba sobrepeso y un 2,6% obesidad. En el año 2012 se repitió la encuesta y los datos no fueron alentadores: respecto de la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los estudiantes, las cifras se elevaron a 22,7% y 5,9% respectivamente[32].

En cuanto al consumo de frutas y verduras los datos de la EMSE 2007 muestran que el 14,4% de los estudiantes dijo haber comido 5 o más veces al día frutas y verduras en los últimos 30 días, mientras que la misma consulta en la EMSE 2012 eleva el porcentaje a 17,6%. El escaso consumo de frutas y verduras desde la adolescencia es un hábito que parece instalarse con cifras aún más alarmantes en la edad adulta. La Tercera Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR)[33] del año 2013 muestra que tan solo el 4,9% de los mayores de 18 años tienen este hábito diario.

Respecto del consumo de bebidas azucaradas, el 46,9% de los estudiantes las consumió dos o más veces por día durante los últimos 30 días, según datos de la EMSE 2012.

Un estudio realizado por el Programa Nacional de Salud Escolar (PROSANE)[34] en 2019, describe las variaciones de datos antropométricos en una cohorte retrospectiva de 10.961 niños y niñas que fueron controlados en 1° grado (2012) y 6° grado (2017). Los resultados muestran que el sobrepeso aumentó de 21,1% a 26,6% y la obesidad, de 14,5% a 22,7%.

Además, los datos recabados por el Programa SUMAR[35] durante el año 2016, indican que entre NNyA que se encuentran bajo la cobertura del programa, el 31,1% tenía sobrepeso y obesidad.

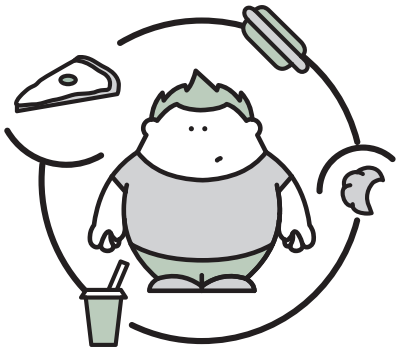
Por otro lado, en escuelas secundarias se analizaron aspectos referidos a la oferta de alimentos en los kioscos y comedores (EMSE 2012). Se observó que:

- En un 80,2% de los establecimientos observados había al menos un kiosco.
- Los alimentos disponibles eran, en su mayoría: Sándwiches de embutidos (jamón, salame, mortadela, etc.), snacks (papas fritas, chizitos, palitos, maní, etc.), galletas saladas y dulces con y sin relleno, barritas de cereal, alfajores/budines/bizcochuelos, helados, caramelos/chupetines/chicles, gaseosas regulares, agua saborizada con y sin gas, jugos de fruta envasados.
- 8 de cada 10 escuelas observadas ofrecían gaseosas azucaradas en los kioscos dentro de la institución.
- En más de la mitad de los kioscos (58,6%) había carteles o publicidades de gaseosas.
- El 90,9% de los establecimientos contaban con agua segura, pero sólo el 5,6% de las escuelas incluidas contaba con bebederos en los patios o dispensers de agua segura gratuita.
- El 81% de los adolescentes es inactivo, es decir, no realizó actividad física acorde a lo recomendado por la OMS (al menos 60 minutos de actividad física moderada o vigorosa todos los días de la semana), (el 78,8% de los varones, 87,6% de las mujeres son insuficientemente activos).
- El 50,3% de los encuestados declaró pasar al menos 3 hs diarias sentado, sin contar las horas que pasan sentados en las clases, que de por si se dictan en posición sedente (el comportamiento sedentario es mayor en mujeres 53,4% que en varones 47,1%)
- Sólo en 1 de cada 4 escuelas se dictan 3 o más clases semanales de actividad física y en la mitad de las escuelas se ofrecen actividades extracurriculares.

La Secretaría de Gobierno de Salud ha desarrollado recientemente la Tercera Encuesta Mundial de Salud Escolar, cuyo trabajo de campo finalizó a fines de 2018 y sus resultados estarán disponibles a mediados de 2019. Esta encuesta, se desarrolló en colaboración con UNICEF, UNESCO y ONUSIDA y contó con la asistencia técnica del Centro de Control de Enfermedades de los Estados Unidos de América (CDC) y la Organización Panamericana de la Salud en Argentina, así como también contó con la colaboración con el Ministerio de Educación y Cultura de la Nación y las jurisdicciones provinciales para poder concretar su desarrollo.

Asimismo, la Secretaría de Gobierno de Salud finalizó la Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2) en marzo de 2019 y sus resultados están previstos para el segundo semestre de 2019.

La información proveniente de ambas encuestas será fundamental para guiar el proceso de elaboración, implementación y evaluación de políticas para mejorar los entornos escolares y prevenir la obesidad en NNyA.



RECOMENDACIONES INTERNACIONALES PARA PROMOVER ENTORNOS ESCOLARES SALUDABLES

La OMS define entornos saludables como aquellos que *"apoyan la salud y ofrecen a las personas protección frente a las amenazas para la salud, permitiéndoles ampliar sus capacidades y desarrollar autonomía respecto a la salud. Comprenden los lugares donde viven las personas, su comunidad local, el hogar, los sitios de estudio, los lugares de trabajo y el esparcimiento, incluyendo el acceso a los recursos sanitarios y las oportunidades para su empoderamiento"*[36].

Un entorno saludable alude a un ámbito de la vida que carece o presenta factores de riesgos controlados y prevenibles, e incluye factores promotores de la salud y el bienestar. Los entornos saludables son el marco para identificar los factores protectores (físicos y sociales) y comprender como éstos contribuyen a la salud, la calidad de vida y el desarrollo humano sostenible y sustentable.

En este sentido, desde el marco normativo nacional e internacional, se entiende a la escuela como un marco favorable para asegurar la igualdad de oportunidades, la plena participación y la construcción de ciudadanía, para el pleno uso de sus derechos, constituyéndose en un paso esencial para avanzar hacia sociedades más inclusivas y democráticas.

Las Escuelas Saludables son una línea de acción dentro de la estrategia más amplia de Entornos Saludables, que incluye intervenciones en el entorno para promover y mejorar la salud a nivel poblacional. Se define como "Escuela Saludable" a aquel establecimiento educativo que realiza acciones sostenidas en el tiempo destinadas a promover y facilitar un estilo de vida saludable en la comunidad educativa. Estas acciones son principalmente intervenciones en el entorno y con su comunidad, específicas para los principales factores de riesgo de ENT: consumo de tabaco, alimentación inadecuada e insuficiente actividad física.

Para la promoción de una nutrición saludable en la escuela, la OMS recomienda:[1, 37, 38]

- Establecer regulaciones para las comidas que se ofrecen en las escuelas, o para los alimentos y las bebidas que se venden en ellas, cumplan con las directrices sobre una nutrición sana.
- Eliminar en entornos escolares el suministro o la venta de alimentos no saludables como las bebidas azucaradas y los alimentos de alto contenido calórico y bajo valor nutricional.
- Garantizar el acceso a agua potable en las escuelas y los centros deportivos.
- Exigir que se incluyan actividades educativas sobre nutrición y salud en el plan de estudios básico de las escuelas.
- Mejorar los conocimientos básicos y competencias padres, madres y cuidadores en materia de nutrición.
- Ofrecer clases sobre preparación de alimentos a niños y niñas, sus padres, madres y cuidadores.
- Desarrollar la currícula de nutrición y educación alimentaria en colaboración entre los sectores de salud y educación. Capacitar docentes e integrar la educación en nutrición en los contenidos nucleares.
- Usar los jardines y las huertas de la escuela como instrumento para concientizar a niños y niñas sobre el origen de los alimentos.
- Fomentar la participación de madres y padres y de la comunidad en las actividades educativas.

En cuanto a la promoción de la actividad física en la escuela, la OMS sugiere:

- Acumular un mínimo de 60 minutos de actividad física moderada o vigorosa todos los días de la semana.
- Ofrecer clases de actividad física u otro tipo de actividad que estimule el movimiento de manera diaria con actividades variadas adaptadas a las necesidades, intereses y capacidades del máximo número de estudiantes.
- Ofrecer actividades extracurriculares que estimulen el movimiento, a través de la articulación con el espacio extraescolar y la comunidad alentar la utilización de medios de transporte no motorizados para acudir a la escuela y a otras actividades sociales.
- Ofrecer acceso a los estudiantes y a la comunidad a instalaciones adecuadas para la práctica de actividades físicas.
- Alentar a estudiantes, profesores, madres, padres y demás miembros de la comunidad para que realicen actividades físicas.

MARCO NORMATIVO SOBRE ENTORNOS ESCOLARES EN ARGENTINA E INICIATIVAS RECIENTES PARA IMPULSAR LA AGENDA

En la Argentina existen programas que abordan la problemática de la nutrición en la población en edad escolar, como el Programa Nacional de Salud Escolar (PROSANE) y el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria, del Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación.

Por otro lado, la regulación existente a nivel nacional y en la mayoría de las provincias, si bien tratan algunos puntos del entorno escolar, no lo hacen de modo integral considerando las recomendaciones internacionales y evidencia científica disponible. Tales son los casos de la Ley de Trastornos Alimentarios (N°26.396/2008) a nivel nacional, y de las múltiples leyes y resoluciones vigentes que han sido sancionadas en la mayoría de las provincias que, o bien se circunscriben a regular los kioscos escolares, o a promover la educación alimentaria en las escuelas, o a garantizar la prevención y tratamiento de la obesidad en niños y niñas en el sistema de salud.

Los múltiples esfuerzos a lo largo y a lo ancho del país, denotan que el tema se encuentra instalado en la agenda política y pone en evidencia un gran interés por la temática en los decisores políticos tanto del nivel nacional como provincial por lo que el contexto brinda una gran oportunidad para mejorar los marcos regulatorios y trabajar mancomunadamente para fortalecer las políticas de entornos escolares.

A partir de Agosto de 2018, desde la Secretaría de Gobierno de Salud se impulsó junto con otros Ministerios y áreas de gobierno (como Desarrollo Social, Educación y Agroindustria), el Plan Nacional de Prevención del Sobrepeso y la Obesidad en Niños, Niñas y Adolescentes, que involucra a diferentes Ministerios Nacionales y a las jurisdicciones provinciales, para elaborar propuestas regulatorias y políticas públicas a fin de avanzar en la temática y detener la malnutrición en todas sus formas, con especial foco en la epidemia de sobrepeso y obesidad en NNyA. El plan nacional, cuyo lanzamiento está previsto para el primer semestre de 2019, propone asimismo la conformación de un consejo asesor integrado por organismos internacionales como UNICEF, OPS y FAO, y actores no gubernamentales como organizaciones sociales y académicas y el sector privado, para dar un mayor alcance y lograr el impacto sanitario buscado.

RECOMENDACIONES PARA LA ELABORACIÓN DE NORMATIVA QUE REGULE ENTORNOS ESCOLARES SALUDABLES PARA PREVENIR EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

Recomendaciones generales

Se requiere de una regulación de carácter vinculante que incluya los siguientes criterios y /o principios principales:

- Defender los derechos de NNyA: estos principios deben alinearse conforme con la Convención de los Derechos del Niño de las Naciones Unidas y la declaración de Roma sobre Seguridad Alimentaria Mundial, los cuales defienden los derechos de NNyA a una alimentación adecuada, saludable y nutritiva.
- Proveer protección sustancial a NNyA: son particularmente vulnerables a la explotación comercial y las regulaciones sobre publicidad y mercadeo deben ser lo suficientemente robustas como para proveer un alto grado de protección. La protección de NNyA es responsabilidad de todos los sectores sociales: madres, padres, gobiernos, sociedad civil y el sector privado.
- Elaborar, sancionar y reglamentar leyes, normativas, disposiciones provinciales y municipales integrales, de acuerdo a la organización jurídica y política de cada jurisdicción, y con metas claras y control de su aplicación por parte del Estado.
- Cumplir con las normativas provinciales o municipales (en caso de no existir en la jurisdicción) referidas a las áreas de elaboración de alimentos, infraestructura y equipamiento de los espacios destinados a cocina, teniendo en cuenta la estructura y matrícula del comedor.
- Determinar órganos de aplicación conjuntos entre los Ministerios de Educación y Ministerio de Salud en las jurisdicciones. Es de suma importancia la articulación interministerial.
- Establecer claramente régimen de sanciones en el cuerpo de la ley.

Recomendaciones específicas para la elaboración de normativa de entornos escolares

1. **ALIMENTACIÓN SALUDABLE**
2. **ESCUELA FÍSICAMENTE ACTIVA**

ALIMENTACIÓN SALUDABLE

El Ministerio de Salud de la Nación publicó en el año 2016 una actualización de las "Guías Alimentarias para la Población Argentina" (GAPA)[39], que fueron elaboradas a partir de un exhaustivo diagnóstico de la situación de salud de la población, la disponibilidad de alimentos, el consumo y las costumbres de elección de los mismos.

Las GAPA representan una herramienta importante para el diseño e implementación de políticas alimentarias y en la estrategia educativo - nutricional destinada a la población sana en general, mayor de 2 años de edad.

Las mismas reúnen los conocimientos y avances científicos (sobre requerimientos nutricionales y composición de alimentos) a fin de facilitar la selección de un perfil de alimentación más saludable en la población.

A su vez, en el año 2018 se publicó una actualización del Manual para la implementación de las GAPA, el cual ha sido diseñado como una herramienta educativa y multiplicadora para personas que cumplen o puedan cumplir con una tarea de replicación y/o educación alimentaria: integrantes de los equipos de salud (agentes sanitarios, promotores de salud, médicos, enfermeros, trabajadores sociales, psicólogos, nutricionistas, entre otros); comunidad educativa (para lograr implementar recomendaciones e integrar contenidos en la currícula escolar), equipos de desarrollo social a través de promotores de programas sociales, y/o comunitarios, referentes de comedores escolares y comunitarios, ONGs, entre otros[40].

La alimentación escolar debe ser planificada siguiendo las recomendaciones de las GAPA.

Lineamientos generales para la implementación de estrategias de entornos escolares saludables

Lineamientos para el comedor escolar (criterios nutricionales, comensalidad); para la educación alimentaria; referidos a la infraestructura escolar; a la publicidad y a la venta de alimentos y bebidas dentro de los establecimientos escolares.

Establecer criterios nutricionales en la alimentación escolar

Entendiendo los criterios nutricionales como las pautas a seguir para cumplir con las recomendaciones establecidas.

Recomendaciones

- Planificar la alimentación escolar siguiendo las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA).
- Ofrecer comidas estructuradas (desayuno, almuerzo y/o merienda), con la adecuación nutricional correspondiente y en base a recomendaciones energéticas y de micro y macronutrientes por grupo etario. (Ver *apéndice 2* del presente documento).
- Confeccionar los menús desde los programas y jurisdicciones correspondientes, bajo la supervisión de profesionales matriculados en Nutrición.
- Ofrecer agua segura como única bebida durante la jornada.
- Garantizar la opción de alimentos libres de gluten, certificados correctamente "SIN TACC", brindando capacitación a los cocineros en las prácticas de elaboración a fines de evitar la contaminación cruzada y garantizar el cuidado de NNyA celíacos.
- Incluir alimentos tradicionales según región en la alimentación escolar. Evaluar la frecuencia y tipo de alimentos a proveer respetando la diversidad cultural y los recursos locales. Se recomienda una frecuencia semanal de por lo menos un alimento de este tipo. La evaluación deberá ser realizada por cada equipo técnico provincial.
- Fomentar la realización de huertas escolares.
- Priorizar la compra de alimentos frescos y naturales producidos localmente por pequeños productores/agricultores familiares y la elaboración de las comidas con productos naturales o mínimamente procesados.
- Evitar frituras prefiriendo otros métodos de cocción: hervido, a la plancha, al horno.
- Incluir fruta como postre, preferentemente fresca.

Regular la venta de alimentos y bebidas al interior de los establecimientos educativos de todos los niveles y modalidades

Sobre la venta de alimentos y bebidas (en los casos en que haya kiosco básico, buffet o cantina).

Recomendaciones

- Garantizar que se brinde DE MANERA EXCLUSIVA, una oferta de alimentos y bebidas saludables, que incluya productos de buena calidad nutricional, priorizando aquellos naturales o mínimamente procesados y eliminar la venta de alimentos y bebidas con altos niveles de nutrientes críticos (azúcar, sodio o grasas saturadas), establecidos en base a un Perfil de Nutrientes.
- Otra forma de garantizar que se brinde DE MANERA EXCLUSIVA una oferta de alimentos y bebidas saludables, es eliminando de la oferta escolar los alimentos del grupo 6 (alimentos opcionales de las GAPA) que son los alimentos y bebidas con altos niveles de procesamiento, bajo valor nutricional y contenido elevado de nutrientes críticos como azúcar, grasa y sodio. Para ello se recomienda seguir los lineamientos contemplados en el *apéndice 3* del presente documento.
- Eliminar la venta de bebidas azucaradas en los establecimientos escolares.
- Eliminar la venta de golosinas y snacks en los establecimientos escolares.
- Difundir mensajes que promuevan el consumo de alimentos saludables en la escuela.
- Generar acuerdos para la compra al por mayor, dentro de las posibilidades de cada región, con industrias, cooperativas de tamberos o microemprendedores locales, a los fines de ofrecer frutas, verduras, leche, yogur, queso y otros productos a un precio de mayor accesibilidad.
- Generar acuerdos con comercios habilitados en la elaboración de alimentos, por ejemplo panaderías, a los fines de facilitar productos fraccionados y envasados de alimentos saludables.
- Capacitar a los encargados de la concesión de los kioscos en:
  - Alimentación saludable.
  - Rotulado nutricional.
  - Criterios recomendados para la comercialización de productos en el kiosco escolar.
  - Higiene y manipulación de alimentos.
  - Estrategias de comunicación, promoción y exhibición de alimentos saludables.
- Instalar cerca del kiosco carteles coloridos con mensajes saludables.

Establecer estándares para los comedores, cantinas y buffetes saludables

Existen algunas recomendaciones relacionadas con el sector de elaboración y servicio de alimentos.

Recomendaciones

- Los comedores escolares deben poseer el espacio, equipamientos y personal para proporcionar comidas realizadas con alimentos naturales o frescos adecuados tanto desde el punto de vista nutricional (criterios de equilibrio y de variedad) como desde el punto de vista higiénico y organoléptico (aspecto, textura, color, olor, sabor).
- Deben ser un espacio de promoción de hábitos y comportamientos adecuados en relación a la ingesta de alimentos, motivando a que NNyA aprendan que el acto de comer no sólo satisface la sensación de hambre sino que es una manera de comunicarse con sus compañeros/as, una forma de cuidar su salud, un momento de socializar y una ocasión para compartir, facilitando la convivencia y el compañerismo.
- Debe informar periódicamente de la programación del menú a la familia con el objeto de que se pueda completar, en lo posible, la ingesta diaria recomendada de NNyA.
- Evitar el agregado de sal a las comidas y no colocar el salero o sobres de sal en la mesa.
- Controlar la cantidad y el tamaño de las porciones servidas. Respetar la sensación de saciedad de NNyA, aún cuando no haya terminado de comer la totalidad del plato.
- Servir agua segura (exclusivamente) para acompañar las comidas.

Capacitar a cocineros/as y ayudantes de cocina

Entendiéndose a los/as cocineros/as y ayudantes de cocina como el personal encargado de la producción y el servicio de alimentos.

Recomendaciones

- Deben contar con libreta sanitaria al día.
- Deben ser capacitados anualmente en temáticas como:
  - Buenas Prácticas de higiene, manipulación y conservación de alimentos, incluidos los peligros de la contaminación cruzada.
  - Rotulado de alimentos utilizados en preparaciones dentro de la institución.
  - Técnicas de lavado de frutas y verduras.
  - Recetas variadas con técnicas de cocción saludable, que incluyan verduras y frutas de acuerdo a la estación del año.
  - Dosificación de porciones según grupo etario.
  - Importancia de la reducción de la ingesta de sal en los comensales.
  - Importancia de la oferta gratuita de agua.

Garantizar el acceso al agua segura

El agua segura es aquella que por su condición y tratamiento no contiene gérmenes ni sustancias tóxicas que puedan afectar la salud de las personas. El uso de agua segura ayuda a prevenir enfermedades diarreicas y el síndrome urémico hemolítico.

Recomendaciones

- Garantizar el acceso al agua segura y gratuita a través de bebederos o dispensadores.
- Usar el agua segura para beber, hacer hielo, lavar alimentos, hacer infusiones, lavarse los dientes, cocinar.

Beber

Hacer hielo

Lavar alimentos

Hacer infusiones

Lavarse los dientes

Cocinar

- Guardar el agua en bidones limpios y con tapa, preferentemente de plástico, que tengan un pico o boca que permita sacar el agua sin introducir recipientes o vasijas que la puedan contaminar.
- Los depósitos de almacenamiento deben estar en lugares donde el agua no pueda ser alterada, lejos del contacto del suelo y fuera del alcance de animales.
- Al vaciarse totalmente, desinfectar los depósitos con lavandina y luego enjuagarlos con agua segura antes de llenarlos otra vez.
- Limpiar el recipiente y cambiar el agua regularmente.

Recomendaciones para tratar el agua no segura

Opción A) Colocar 2 gotas de lavandina por cada litro de agua, y dejarla reposar 30 minutos antes de consumirla.

Opción B) Hervir el agua hasta que salgan burbujas durante 3 minutos, y esperar a que se enfríe para consumirla. Si el agua tiene sedimentos, antes de potabilizarla filtrarla a través de una tela limpia, para retirarle las impurezas visibles.

Garantizar una infraestructura escolar que facilite el acceso a una alimentación saludable

Las instalaciones de las escuelas son un factor clave para que la implementación de políticas de alimentación saludable y actividad física sean exitosas. Estas instalaciones incluyen el edificio de la escuela, las aulas, las instalaciones recreativas y deportivas, y los alrededores de la escuela. Al mejorar las instalaciones escolares, los tomadores de decisiones estimularán a NNyA a que aprovechen activamente los períodos de receso.

Recomendaciones

- Realizar controles bacteriológicos, microbiológicos y químicos, con frecuencia semestral en tanques, agua de bebida y canillas/picos de consumo.
- Garantizar un espacio seguro y cómodo para la extracción y conservación de leche materna, destinado a las trabajadoras de la institución que se encuentren en período de lactancia, a las madres que llevan a sus bebés a nivel inicial y para las estudiantes en el nivel secundario.
- Contar con bebederos con agua segura a la altura de niños y niñas. Los bebederos deben estar fuera de los baños, en los patios y espacios comunes abiertos.
- Disponer de espacios que cumplan las normativas provinciales y nacionales en las áreas de elaboración y manejo de alimentos, teniendo en cuenta la infraestructura y equipamiento de los espacios.
- Disponer de espacios físicos exclusivos y accesibles para el consumo de las comidas, con equipamiento y dimensiones adecuadas para ese fin. Estos espacios no deberán ser aulas y deben estar equipados con mesas y sillas suficientes para la matrícula del comedor, con la provisión completa de utensilios para la comida de acuerdo a las habilidades motrices de los niños, niñas, y adolescentes.

Promover hábitos saludables de comensalidad

La comensalidad refiere, entre otras cosas, a la posibilidad de compartir el momento de las comidas con otros, ideal para el encuentro y el diálogo.

Dado que el horario de la comida es un hecho social y pedagógico importante, es fundamental que NNyA tengan el tiempo suficiente para realizarla.

Recomendaciones

- Garantizar que el tiempo destinado a las comidas escolares tenga una duración mínima de 20 minutos para desayunos y meriendas y 30 minutos para almuerzos.

- Las instituciones deben prever el acompañamiento y cuidado de NNyA por parte de docentes durante desayunos, almuerzos y meriendas,. entendiendo que el horario de comidas es una oportunidad para la educación alimentaria.
- Se debe contemplar además en la organización escolar un tiempo previo al almuerzo para garantizar el lavado de manos y posterior para promover el cepillado de dientes.
- Se debe promover que los alimentos y/o bebidas aportados por las familias de NNyA para ser consumidos cotidianamente y en eventos especiales (festejos, salidas educativas, etc) se guíen por los lineamientos de una alimentación saludable.

Implementar una estrategia de Educación Alimentaria y Nutricional

La Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) consiste en una variedad de estrategias educativas, implementadas en distintos niveles, que tienen como objetivo ayudar a las personas a lograr mejoras sostenibles en sus prácticas alimentarias. Va más allá de proveer información, y busca partir de las aspiraciones de las personas para mantener una vida saludable, conociendo más acerca de su alimentación. Para eso, indaga sobre las necesidades que tienen las personas y qué factores influyen en su alimentación. Involucra a todas las personas que pueden ayudar u obstaculizar un cambio favorable. Puede influenciar a tomadores de decisión, como directores, directoras en las escuelas, para implementar proyectos que promuevan alimentación saludable. Además estas estrategias buscan empoderar a las personas para que tomen el control de su propia alimentación y salud, abogando por mejoras en el ambiente alimentario, para favorecer opciones más saludables.

Recomendaciones

- Contar con Programas de EAN en el ámbito escolar, articulando contenidos de distintas áreas curriculares.
- A fin de garantizar lo recomendado en el punto precedente, se deben establecer contenidos curriculares mínimos, carga horaria, y estudiarse la incorporación de éstos a través de materias específicas o como contenido de materias ya existentes.
- Capacitar en EAN a docentes, padres, madres, NNyA y al personal de cocina en temáticas relacionadas con manipulación y conservación de alimentos.
- Realizar actividades de EAN, capacitaciones y talleres, destinados al personal de los jardines maternales en materia de recepción, almacenamiento, manipulación y administración de la leche materna, así como también en el fomento, apoyo y sostén de la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de vida del bebé y continuada (hasta los dos años).
- Propiciar la realización de instancias institucionales y sistematizadas entre los equipos directivos escolares, equipos de orientación escolar o interdisciplinarios escolares y equipos del ámbito de la salud a nivel local, para consolidar una planificación de las acciones antes mencionadas, así como trabajo preventivo y oportuno ante situaciones que afecten la salud de estudiantes.

Garantizar que la escuela sea un espacio libre de publicidad promoción y patrocinio de alimentos y bebidas

La publicidad (televisiva, digital, gráfica, en vía pública, en envases de alimentos, entre otros) influye especialmente en las preferencias alimentarias y las pautas de consumo de la población infantil, centrándose, por lo general, en productos ultraprocesados y con alto contenido de azúcar, grasas o sal. Asimismo, la promoción de estos productos recurre a una amplia gama de estrategias de comercialización como concursos, sorteos, patrocinio de eventos, entre otros, con el objetivo de captar el interés y mantener la fidelidad de NNyA a una marca.

La OMS recomienda que los lugares donde se reúnen NNyA, incluidas las escuelas, deben estar libres de toda forma de publicidad de alimentos y bebidas, ya que NNyA son vulnerables a las publicidades de alimentos de baja calidad nutricional, y no se corresponden con los alimentos recomendados para una alimentación saludable, lo cual puede tener un gran impacto en la obesidad infantil[41, 42].

Recomendaciones

- Eliminar toda forma de publicidad, promoción y patrocinio de productos, marcas y/o empresas de alimentos y bebidas en el interior de la escuela, entre ellas, a modo enunciativo:
  - Publicidad en afiches, carteles y letreros, en revistas de la escuela.
  - Auspicios de materiales escolares y equipamiento (máquinas expendedoras, heladeras).
  - Entrega gratuita de muestras de productos alimentarios y bebidas.
  - Exhibiciones de marcas en las partes laterales y frontales de las máquinas expendedoras.
  - Patrocinio de eventos (obras de teatro, recreos activos, charlas educativas, becas) y torneos deportivos.
  - Propuestas enmarcadas en campañas de “responsabilidad social empresaria” con presencia de nombres y/o logos de productos y empresas.

Promover la lactancia materna en la escuela

La existencia de un "espacio amigo de la lactancia materna" en las escuelas implica un sector privado e higiénico, dotado de las comodidades mínimas y necesarias para que las mujeres en periodo de lactancia puedan extraerse leche.

Entendiendo que los entornos saludables deberán serlo para toda la comunidad educativa:

Recomendaciones

- Se recomienda impulsar estrategias que promuevan la lactancia materna a las mujeres en período de lactancia que asistan, trabajen y/o estudien en las instituciones educativas.
- Se recomienda la creación de Espacios Amigos de la Lactancia Materna.
- En los jardines maternales, será fundamental la adecuada conservación y manipulación de la leche materna provista por las madres para la alimentación de sus hijos/as durante la jornada escolar.

ESCUELA FÍSICAMENTE ACTIVA

La institución escolar es el actor institucional más importante en la promoción de actividad física en la niñez y adolescencia. En este contexto la escuela debe facilitar el acceso a la práctica de actividad física, ya sea en el ámbito formal como no formal, con estrategias orientadas a alcanzar las recomendaciones mundiales sobre la práctica de actividad física e instalar hábitos saludables y activos, incorporando estas temáticas en la formación docente, garantizando accesibilidad y seguridad en los espacios y con una mirada de inclusión.

Garantizar una adecuada cantidad y calidad de actividad física en el Ámbito Escolar

Las actividades escolares que forman parte del proyecto institucional de la escuela pueden subdividirse en actividades curriculares y extracurriculares.

Áreas / Espacios / Actividades Curriculares

Se consideran actividades curriculares a todos los espacios destinados al desarrollo de las distintas asignaturas que conforman el sistema educativo formal.

Entre los diversos espacios se encuentra la Educación Física que tiene como contenido central las prácticas corporales en estrecha relación con la Actividad Física.

A su vez se encuentran otros espacios curriculares correspondientes a las demás asignaturas que promueven en su desarrollo un comportamiento sedente.

Recomendaciones

- Se sugiere que el dictado de la materia educación física sea obligatoria en todos los niveles educativos[26]. Se recomienda, además, que alcance una carga de 3 (tres) estímulos semanales de 60 (sesenta) minutos Como mínimo se espera que la escuela ofrezca 2 (dos) estímulos de 60 (sesenta) minutos semanales[27, 43]. Se refiere al tiempo real de aprendizaje en educación física solamente y no deberá tener en cuenta el tiempo dedicado al cambio de ropa ni al desplazamiento hasta instalaciones concretas, ni tampoco el tiempo dedicado a otros temas como, por ejemplo, la salud y no será posible reagrupar el tiempo en un único día[28].
- El docente a cargo de la materia de educación física deberá tener título de profesor de educación física.
- Desincentivar la solicitud de Apto Físico para la participación en clases de educación física y aquellas actividades o prácticas corporales extracurriculares. Esta exigencia, que aplican numerosas instituciones del país se encuentra desaconsejada dado que no se basa en recomendaciones científicas y constituye una barrera para el desarrollo de actividad física por parte de niños y niñas.[44, 45, 46, 47].
- Debe incluirse la evaluación de las dimensiones de la aptitud física relacionadas con la salud, al menos una vez al año.
- Generar las condiciones necesarias para garantizar el desarrollo de las clases de Educación Física.
- En cuanto a los espacios curriculares de otras asignaturas, se recomienda que cada 40 (cuarenta) minutos que NNyA pasan sentados en las aulas, interrumpan su comportamiento sedentario y desarrollen "pausas activas" durante 5 (cinco) minutos. Estas pausas implican interrumpir la posición sedentaria, y ponerse de pie, o hacer una breve actividad de intensidad leve o moderada, que puede realizarse dentro o fuera del aula
- Dentro del abordaje de los contenidos se sugiere incluir la temática de actividad física y su relación con la salud, ya sea de manera teórica, práctica o ambas.
- Se sugiere incluir dentro del abordaje didáctico recursos que faciliten el movimiento dentro de la clase y disminuyan el comportamiento sedentario prolongado.

Áreas / Espacios / Actividades Extracurriculares

En este apartado se describen las actividades que, si bien son organizadas por la institución, respondiendo a su proyecto institucional, se desarrollan en un formato diferente al habitual como ser en horarios extendidos, jornadas especiales, celebración de efemérides, entre otros.

Dentro de este grupo es posible reconocer los "recreos físicamente activos", entre otras propuestas extracurriculares especiales como excurisones, viajes, campamentos, que pueden facilitar la práctica de actividad física.

Recomendaciones

- La escuela deberá encontrar estrategias para que los recreos sean "recreos físicamente activos" en los cuales se pueda garantizar el movimiento. Se sugiere que las actividades sean elegidas voluntariamente por NNyA, y sólo en los casos dónde las características de la escuela no lo permitan incluir propuestas guiadas/ dirigidas por docentes.
- Incluir dentro de los proyectos institucionales, temáticas como la educación vial que promuevan el aprendizaje de habilidades a favor del transporte activo.
- Que la escuela facilite el acceso a propuestas de actividad física en el medio natural como salidas, caminatas, campamentos y otros.

Promover la actividad física en el Ámbito Extraescolar

Respecto a las actividades que se dan dentro del marco extraescolar, fuera del horario de clases, el objetivo es promover el desarrollo de alianzas entre las escuelas y organizaciones, clubes deportivos comunitarios para potenciar la utilización del tiempo libre de NNyA en la promoción de la práctica de un estilo de vida saludable y activo a lo largo de la vida.

Recomendaciones

- Se sugiere que la escuela promueva una "Escuela Abierta" y amiga de la actividad física y el deporte poniendo a disposición sus instalaciones para incorporar propuestas educativas de actividad física y deporte en la escuela y fuera del horario de clases.
- Se sugiere que la escuela brinde información completa sobre las actividades físicas y deportivas que se realizan de manera gratuita en los centros vecinos.
- Se sugiere que la escuela articule con profesionales de los centros vecinos para que hagan demostraciones sobre las ofertas de actividades físicas y deportivas.
- Se sugiere que la escuela busque estrategias para facilitar el acceso de NNyA a la participación en propuestas de actividades físicas y deportivas en centros vecinos cuando estas ocurran inmediatamente antes o después del horario de clases (facilitar senderos seguros con docentes, poner a disposición transporte, otros).
- Se sugiere realizar eventos de participación conjunta donde el centro pueda visibilizar dentro de la escuela la totalidad de la propuesta hacia la comunidad.

Promover un enfoque inclusivo para el desarrollo de actividad física en NNyA.

Se trata de que la escuela tenga una mirada orientada a la diversificación de la oferta educativa y la personalización de las experiencias comunes de aprendizaje con el fin de lograr el mayor grado posible de participación de todos los estudiantes, sin perder de vista las necesidades de diversos grupos. En este enfoque se incluye a NNyA con discapacidad, de diverso sexo y género, la multiculturalidad y la vulnerabilidad de diversa índole. La escuela debe garantizar que la educación física sea obligatoria para NNyA con discapacidad y debe impartirse en condiciones de igualdad en cuanto a cantidad, calidad y contenido[48].

Recomendaciones

- La escuela debe garantizar la accesibilidad, flexibilidad y adaptabilidad de las currículas para permitir la inclusión de alumnos con discapacidad, de diverso sexo y género, y de grupos minoritarios o especiales.
- La escuela debe garantizar, en todos los estudiantes, que estos espacios promuevan los valores básicos de la educación física, como el respeto, la tolerancia, el juego limpio y la cooperación.
- La escuela debe buscar estrategias para resolver los problemas relacionados con una inadecuada disposición de infraestructuras adecuadas e instalaciones, equipos y material didáctico y de aprendizaje que sirvan como apoyo para NNyA con discapacidad.
- La escuela debe garantizar que profesores de educación física estén profesionalmente calificados y sean capaces de incluir con éxito a NNyA con discapacidad y cuando sea necesario, disponer de apoyo de otros actores o recursos.
- Nunca debe utilizarse como sanción hacia un NNyA la prohibición de la práctica de actividad física, educación física o deporte en cualquiera de los ámbitos.

Fomentar la formación docente

La formación docente está dirigida tanto a las carreras de grado (profesorados) como a los posgrados, en la formación continua y situada, para docentes de educación física como para los de otras materias, directivos y tomadores de decisiones en el ámbito escolar.

Recomendaciones

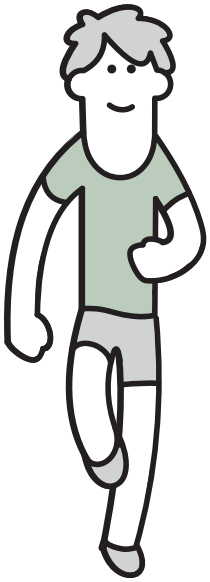
- Continuar impulsando a través de las entidades de gobierno competentes espacios de formación docente en aspectos relacionados con la promoción de la actividad física en el ámbito escolar, asumiendo la responsabilidad de la coordinación y liderazgo destinado a elevar y salvaguardar las normas y desarrollando sistemas de acreditación que garanticen la adecuada preparación, experiencia y calificación, así como un desempeño docente de calidad y ética profesional.
- En cuanto a la formación inicial de docentes, se sugiere incluir en la formación de los profesorados tanto para futuros/as profesores de educación física como aquellos de todas las materias contenidos que les permitan pensar una escuela físicamente activa, impartiendo una práctica de actividad física de calidad, con una mirada de respeto de los derechos humanos, los principios de la educación inclusiva y en conformidad con las normas de nacionales y provinciales.
- Se debe estimular desde la escuela la formación continua de docentes a través del puntaje docente.
- La escuela debe incluir las temáticas de actividad física y salud dentro de las jornadas de capacitación docente, obligatoria, estructurada, periódica, como un elemento central de cualquier estrategia pública para la promoción de políticas de actividad física en el entorno escolar.

Garantizar las Instalaciones, el equipamientos y los recursos para alcanzar el desarrollo de actividad física de calidad

Se requiere de instalaciones, equipamiento y recursos materiales para garantizar el acceso igualitario a NNyA a la práctica de una actividad segura y eficaz, ya sea durante las actividades propuestas en el ámbito formal como en el no formal, siendo en este punto de vital importancia la vinculación con el entorno.

Recomendaciones

- La escuela debe formular políticas y estrategias dentro del proyecto institucional para garantizar infraestructuras adecuadas, equipamiento y recursos suficientes para promover la práctica de actividad física segura y eficaz con un enfoque de inclusión, sean estas propuestas del ámbito formal y no formal.
- Cuando no sea posible contar con recursos propios, la escuela deberá formar alianzas con las organizaciones deportivas comunitarias para extenderse al uso de instalaciones comunitarias para reducir costos y alentar a jóvenes en la práctica extracurricular de deporte y actividad física, fuera del horario escolar. Puede ser un proceso bidireccional, garantizando que las instalaciones de la escuela se pongan a disposición de la comunidad por las tardes y los fines de semana.
- En áreas sometidas a condiciones climáticas extremas, la escuela debe proporcionar instalaciones adecuadas para reducir la cancelación de clases de educación física o evitar la adecuación constante de los contenidos priorizando la seguridad por sobre la eficacia.
- Se sugiere realizar alianzas con los sectores del trasporte para garantizar el acceso seguro de las calles, bicisendas y senderos seguros para que NNyA puedan desplazarse desde y hacia la escuela de manera activa.
- La escuela debe adecuar los espacios para facilitar el transporte activo, con guardabicicletas, lockers para guardar equipamiento y descargar peso de material escolar.
- La escuela debe garantizar que en los horarios destinados a las propuestas escolares de actividad física, las instalaciones no deben destinarse a otros fines (como exámenes, muestras escolares, otros). Cuando sea inevitable deben hacerse esfuerzos para disponer de instalaciones alternativas apropiadas.



CONCLUSIONES

Actualmente muchos/as NNyA crecen en entornos obesogénicos favoreciendo de esa manera el sobrepeso y la obesidad. La salud de NNyA está fuertemente condicionada por el entorno en el que se desarrollan. La institución educativa es un escenario privilegiado para promover la salud y el desarrollo de una alimentación y estilos de vida saludables, dado que la escuela desempeña una importante función en la vida de NNyA, por ser el lugar de enseñanza, desarrollo y socialización. La educación deberá entonces, estar encaminada a desarrollar la personalidad, las actitudes y la capacidad mental y física hasta el máximo de sus posibilidades. Por todo esto, se considera fundamental propiciar los entornos escolares saludables a través de regulación y otras políticas públicas.

La regulación de los entornos escolares debe ser integral para lograr el objetivo buscado. La evidencia científica ha demostrado que la educación es necesaria pero no suficiente si no se acompaña de una modificación comprehensiva del entorno institucional, como por ejemplo de los comedores, kioscos, provisión de actividad física de calidad, a través de normas o regulaciones que se implementen de manera efectiva.

Garantizar entornos escolares saludables constituye una obligación del Estado y una oportunidad de articulación con actores sociales, académicos, que pueden contribuir a fortalecer los objetivos y los logros.

Sólo puede alcanzarse a través de una articulación intersectorial de diferentes actores del gobierno como los sectores de Salud, Educación, Desarrollo Social y otros, y a través de un proceso continuo que garantice la sostenibilidad en la implementación y monitoreo de las medidas.

APÉNDICE 1

DECLARACIÓN DE CONFLICTOS DE INTERÉS DE LAS INSTITUCIONES PARTICIPANTES DE LA MESA DE TRABAJO

INSTITUCIÓN	DECLARAN CONFLICTO DE INTERÉS
Programa Nutricional. Ministerio de Salud GCBA	No
Unicef	No
Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO)	No
Sociedad Argentina de Pediatría (SAP)	Si
Centro de estudios Sobre Nutrición Infantil (CESNI)	Si
Fundación Interamericana del Corazón (FIC)	No
Sociedad Argentina de Nutrición (SAN)	Si
Federación Argentina de Graduados en Nutrición (FAGRAN)	Si
Centro de Estudios sobre Políticas y Economía de la Alimentación (CEPEA)	Si
Centro de Estudios de Estado y Sociedad (CEDES)	No
Coordinadora de las Industrias de Productos Alimenticios (COPAL)	Si
Federación Nacional de Operadores de Mercados Frutihortícolas de la República Argentina (FENAOMFRA)	No presentó declaración
Consumidores Libres	No
Sociedad Argentina de Obesidad y Trastornos Alimentarios (SAOTA)	No
Asociación de Escuelas Universitarias de Nutrición de la República Argentina (ASENURA)	No
Universidad Torcuato Di Tella	No
Centro de Investigaciones Sobre Problemáticas Alimentarias Nutricionales (CISPAN)	No

APÉNDICE 2

RECOMENDACIONES NUTRICIONALES PARA COMEDORES ESCOLARES

Las siguientes recomendaciones nutricionales, deberán ser supervisadas periódicamente por licenciados/as en Nutrición pertenecientes al programa de comedores escolares de la jurisdicción local. Estas recomendaciones se enmarcan en el apartado de criterios nutricionales de comedores, cantinas y bufetes del documento de entornos escolares.

Es indispensable que estas recomendaciones sean adaptadas a las necesidades según grupo etario, contemplando las diferencias respecto a metas por comida (desayuno, almuerzo y/o merienda). Además se sugiere la adaptación alimentaria respetando la diversidad cultural y los recursos locales de cada región del país.

CRITERIOS NUTRICIONALES

Teniendo en cuenta los criterios nutricionales recomendados por FAGRAN 2013, y a su vez por FAO 2004 y los pesos en percentilo 50 según edad de las tablas de referencia OMS 2006, se reevaluó la utilización del promedio energético para todos los grupos etarios, ya que las necesidades energéticas en un grupo de edad tan amplio varían de manera significativa. Se considera importante poder realizar ajustes a fin de no favorecer desfasajes nutricionales que conlleven a la malnutrición.

Se han dividido en seis grupos etarios, para realizar los ajustes calóricos y hacer viable su implementación. Los grupos etarios junto con sus necesidades energéticas, de macro y micronutrientes, quedaron conformados de la siguiente manera:

Recomendaciones de macro y micronutrientes según grupo etario y momento de comida.

Rango etario	Comida	Energía (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas totales (g)	Grasas saturadas (g)	Calcio (mg)	Vit C (mg)	Vit A (mg)	Hierro (mg)	Fibra (g)	Sodio (mg)
3 a 5	Desayuno/ Merienda	200 - 250	6	≤ 6,5	≤ 2	200	7,5	150	1	4	Hasta 150
	Almuerzo/ Cena	375 - 450	9 - 10	≤ 11	≤ 3,5	200			3	7,5 - 12,5	Hasta 300
	Merienda reforzada	250 - 300	6,5 - 7,5	≤ 7,5	≤ 2,5	200			2	5	Hasta 150
6 a 8	Desayuno/ Merienda	250 - 300	7	≤.7,5	≤ 2,5	200	12,5	200	1	4	Hasta 200
	Almuerzo/ Cena	450 - 550	10 - 11	≤ 12	≤ 4	200			3,5	7,5 - 12,5	Hasta 300
	Merienda reforzada	300 - 400	7,5 - 8,5	≤ 8,5	≤ 3	200			2	5	Hasta 200
9 a 10	Desayuno/ Merienda	300 - 350	8	≤ 8,5	≤ 3	250	22,5	300	1,5	4	Hasta 250
	Almuerzo/ Cena	550 - 650	11 - 12	≤ 13	≤ 4	300			2,5	7,5 - 12,5	Hasta 400
	Merienda reforzada	350 - 450	8,5 - 9,5	≤ 9,5	≤ 3	250			2	5	Hasta 250
11 a 13	Desayuno/ Merienda	350 - 450	9	≤ 9,5	≤ 3	250	22,5	300	1,5	4	Hasta 250
	Almuerzo/ Cena	650 - 800	12 - 13	≤ 15	≤ 5	300			2,5	7,5 - 12,5	Hasta 400
	Merienda reforzada	450 - 550	9,5 - 10,5	≤ 10,5	≤ 3,5	250			2	5	Hasta 250
14 a 16	Desayuno/ Merienda	400 - 550	11	≤ 10,5	≤ 3,5	250	35	300	1,5	4	Hasta 250
	Almuerzo/ Cena	850 - 1000	14 - 15	≤ 18	≤ 6	300			4	7,5 - 12,5	Hasta 400
	Merienda reforzada	550 - 700	11 - 12	≤ 12	≤ 4	250			2	5	Hasta 250
16 a 18	Desayuno/ Merienda	450 - 600	12	≤ 12	≤ 4	250	35	300	1,5	4	Hasta 250
	Almuerzo/ Cena	900 - 1050	15 - 16	≤ 20	≤ 6,5	300			4	7,5 - 12,5	Hasta 400
	Merienda reforzada	600 - 750	12 - 14	≤ 14	≤ 4,5	250			2	5	Hasta 250

Incluir agua segura como bebida disponible y exclusiva en todos los momentos de las comidas y durante el resto del horario escolar.

Frecuencia de consumo de alimentos

Recomendación

Desayuno/Merienda:

- Leche / yogur / quesos : todos los días.
- Cereales y derivados: todos los días. Pan, cereales de desayuno sin agregado de azúcar.
- Frutas: todos los días, preferentemente frescas y de estación.

Almuerzo:

- Frutas: todos los días, preferentemente frescas y de estación.
- Verduras crudas y/o cocidas: todos los días, preferentemente de estación.
- Leche y quesos: mínimo 2-3 veces por semana. Se sugiere realizar preparaciones con leche y/o queso para cumplir con las recomendaciones de calcio.
- Carnes: al menos 3 veces por semana para contribuir a la recomendación de 1 porción diaria de carne (incluyendo almuerzo y cena). Incluir variedad de carnes rojas y blancas quitando la grasa visible. En lo posible, incluir pescado al menos 1 vez por semana. Huevo: hasta 1 vez por día y en reemplazo de la carne, no más de 1 vez por semana.
- Cereales y legumbres: 2-3 veces por semana. Variedad de cereales como ser fideos, polenta, arroz, harina de trigo o sémola, avena, quínoa, etc. y legumbres: lentejas, garbanzos, porotos, arvejas, etc.
- Aceites y grasas: utilizar aceite crudo como condimento y evitar la fritura como método de cocción.
- Agua segura como única bebida durante los almuerzos.

Además se sugiere:

- Incluir alimentos tradicionales o regionales (autóctonos o introducidos) en la alimentación escolar. Se recomienda frecuencia semanal de al menos un alimento de este tipo.
- Fomentar la realización de huertas, favoreciendo de esta manera el autoabastecimiento de alimentos, hierbas frescas para condimentar las comidas y/o preparaciones y el uso de semillas locales.
- Aprovechar la cáscara o pulpa de las frutas para elaborar caldos caseros de frutas, en lugar de jugos industriales, para saborizar el agua segura.
- Limitar el exceso de sal agregada a las comidas.

Fuentes

- Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina.
- Federación Argentina de Graduados En Nutrición (FAGRAN). Conclusiones de la reunión nacional alimentación escolar 2013.
- FAO Food and Nutrition Technical Report.
- Report of a Joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation. Series N°1. Rome: Food and Agriculture Organization, 2004.

APÉNDICE 3

RECOMENDACIÓN DE ALIMENTOS PARA KIOSCOS ESCOLARES SEGÚN GUÍAS ALIMENTARIAS PARA LA POBLACIÓN ARGENTINA

Los kioscos en Argentina ofrecen variedad de alimentos de todo tipo. Muchos de éstos contienen cantidades elevadas de azúcares, grasas y/o sal. Siendo el kiosco escolar uno de los componentes a trabajar para el logro de un entorno escolar saludable, deben seleccionarse qué alimentos se pueden ofrecer y cuáles se deben restringir para la venta.

El Programa Nacional de Alimentación Saludable y Prevención de la Obesidad de la Secretaria de Gobierno de Salud, elaboró criterios que permiten diferenciar aquellos alimentos que se consideran adecuados para integrar un kiosco escolar teniendo en cuenta las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA).

En la gráfica de la alimentación diaria de las GAPA se presentan los diferentes grupos de alimentos que se recomiendan consumir diariamente y aquellos que se desalientan consumir diariamente. Teniendo en cuenta estos grupos, se prioriza que los alimentos a ofrecer en el kiosco escolar sean los que forman parte de los grupos 1 al 5 de la gráfica, dejando el grupo 6 (color rojo) de "alimentos de consumo opcional" como alimentos para consumir ocasionalmente y fuera de la escuela.

Tabla de alimentos recomendados para kioscos y productos/alimentos/bebidas no recomendados.

RECOMENDADOS	NO RECOMENDADOS
Frutas frescas / ensalada de frutas / jugos de fruta exprimida / licuados de fruta y agua o fruta y leche. Preferentemente sin azúcar agregado	Golosinas: chupetines, caramelos, mielcitas, chocolates, bombones, alfajores, alfajores de arroz, obleas de arroz, turrones, barras de cereal industriales, maní con chocolate, garrapiñada, puflitos, gomitas
Galletitas simples (sin relleno)	
Galletas de arroz	
Barra de cereal, preferentemente casera	Postres industrializados: helados, postres lácteos, gelatinas, flan industrial, licuado industrial
Pochoclos, preferentemente sin agregado de azúcar o sal	
Bizcochuelo sin rellenar y sin cobertura, magdalenas sin rellenar y sin cobertura	Galletitas rellenas, galletitas saladas tipo snacks: galletitas snacks sabor longaniza calabresa, con queso; galletitas snacks sabor parmesano con queso; galletitas snacks sabor jamón con queso; galletitas snacks sabor pizza. Pan de grasa, bizcochos de grasa, bizcochos agridulces, grisines, brownie, pasta frola, tartas dulces, tortas, facturas, galletitas de panadería, cereales azucarados
Cereales inflados: maíz, trigo, quinoa, etc.	
Jugos envasados "100% jugo de fruta"	
Leche sola o con cacao (Preferentemente no leche chocolatada envasada/industrializada)	
Yogures	Snacks: papas fritas, palitos, tostaditas saborizadas, nachos, chizitos, batatas fritas, remolachas fritas, otros productos de copetín similares
Agua con y/o sin gas	
Infusiones: té, mate cocido, café, hierbas	
Verduras frescas, por ejemplo, ensaladas (en caso de buffet-cantina). Recordar que papa, batata, choclo y mandioca no son considerados verduras	Sopas/caldos en sobre o concentrado
Sándwiches de pan blanco o negro (sin aderezos) con relleno de verduras/queso/huevo/pollo sin piel/carnes rojas (quitar grasa visible)/ hamburguesas caseras/milanesas cocidas sin fritura/atún/jurel/caballa	Fiambres, embutidos, hamburguesas industriales, prefritos de carnes/verduras/soja/papa, salchichas, picadillo, paté, otros
	Alimentos fritos
Pizza/Tartas/empanadas de verduras/queso/huevo/pollo sin piel/carnes rojas (quitar grasa visible)/atún/jurel/caballa. Fainá	Aderezos: mayonesa, mostaza, kétchup, salsa golf, salsa de soja, salsa barbacoa, otros
Frutas secas sin sal ni azúcar agregado	Bebidas industriales: gaseosas, jugos en polvo diluidos, jugos envasados, bebidas azucaradas gasificadas o sin gas. Bebidas saborizadas industriales, batidos a base de crema, bebidas energizantes
Frutas desecadas	
Semillas sin sal ni azúcar agregado	

BIBLIOGRAFÍA

1 Organización Mundial de la Salud, Informe de la Comisión para acabar con la obesidad infantil, 24 de marzo de 2016. Disponible en: http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA69/A69_8-sp.pdf

2 Organización Panamericana de la salud, Organización Mundial de la salud. 2014. Plan de acción para la Prevención del Sobrepeso y la Obesidad en la niñez y la adolescencia. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000719cnt-2015-11_plan-of-action-child-obesity-spa.pdf

3 Secretaría de Gobierno de Salud. Sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes según datos del primer nivel de atención en la Argentina. 2018. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001387cnt-2019-01_sobrepeso-y-obesidad.pdf

4 Coalición nacional para prevenir la obesidad infantil en niños, niñas y adolescentes "Entornos escolares saludables. Recomendaciones para promover políticas escolares que prevengan la obesidad infantil en la Argentina". 2018.
Disponible en: https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org.argentina/files/2018-11/SALUD_1811_entornos_escolares.pdf

5 Nutrition-friendly schools initiative, Part I: NFSI Framework. Ginebra, World Health Organization, 2007.

6 Pizzi MA, Vroman K. Childhood obesity: effects on children's participation, mental health, and psycho-social development. Occup Ther Health Care. 2013;27:99-112.

7 Chriqui JF, Pickel M, Story M. Influence of school competitive food and beverage policies on obesity, consumption, and availability: a systematic review. JAMA Pediatr 2014; 168: 279–86.

8 Larson N, Story M. Are 'Competitive Foods' Sold At School Making Our Children Fat? Health Affairs, 29, no.3 (2010):430- 435.

9 Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD). Obesity update 2017. Disponible en https://www.oecd.org/els/health-systems/Obesity-Update-2017.pdf

10 Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, Organización Panamericana de la salud, Organización Mundial de la salud. Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional 2016. Disponible en: http://www.fao.org/3/a-i6747s.pdf

11 Hawkes C, Smith TG, Jewell J, Wardle J, Hammond RA, Friel S, et al. Smart food policies for obesity prevention. The Lancet. 2015;385(9985):2410-21.

12 Heelan KA, Bartee RT, Nihiser A, Sherry B. Healthier school environment leads to decreases in childhood obesity: the Kearney Nebraska story. Childhood Obesity. 2015;11(5):600-7.

13 Welker E, Lott M, Story M. The school food environment and obesity prevention: progress over the last decade. Current obesity reports. 2016;5(2):145-55.

14 UNICEF. Observaciones Generales del Comité de los Derechos del Niño. México, 2014. Disponible en: https://www.unicef.org/ecuador/UNICEF-ObservacionesGeneralesDelComiteDeLosDerechosDelNino-WEB.pdf

15 Hanson M, Gluckman P. Developmental origins of noncommunicable disease: population and public health implications. The American journal of clinical nutrition. 2011;94(6 Suppl):1754S-8S.

16 World Health Organization. Consideration of the evidence on childhood obesity for the Commission on Ending Childhood Obesity: report of the ad hoc working group on science and evidence for ending childhood obesity. [Internet]. Geneva, Switzerland.: World Health Organization; c2016; [citado 11 oct 2017]. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/206549/1/9789241565332_eng.pdf

17 Verstraeten R, Roberfroid D, Lachat C, Leroy JL, Holdsworth M, Maes L, et al. Effectiveness of preventive school-based obesity interventions in low-and middle-income countries: a systematic review. The American journal of clinical nutrition. 2012:ajcn. 035378.

18 Copeland KC, Zeitler P, Geffner M, Guandalini C, Higgins J, Hirst K, et al. Characteristics of adolescents and youth with recent-onset type 2 diabetes: the TODAY cohort at baseline. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism. 2011;96(1):159-67.

19 Khambalia AZ, Dickinson S, Hardy LL, Gill T, Baur LA. A synthesis of existing systematic reviews and meta- analyses of school-based behavioural interventions for controlling and preventing obesity. Obes Rev. 2012 Mar;13(3):214-33.

20 Gonzalez-Suarez C1, Worley A, Grimmer-Somers K, Dones V. School-based interventions on childhood obesity: a meta-analysis. Am J Prev Med. 2009 Nov;37(5):418-27

21 de Sa J, Lock K. Will European agricultural policy for school fruit and vegetables improve public health? A review of school fruit and vegetable programmes. Eur J Public Health. 2008 Dec;18(6):558-68.

22 Reinaerts E, Crutzen R, Candel M, De Vries NK, De Nooijer J Increasing fruit and vegetable intake among children: comparing long-term effects of a free distribution and a multicomponent program. Health Educ Res 2008; 23: 987–96.

23 Evans CE, Christian MS, Cleghorn CL, Greenwood DC, Cade JE. Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to improve daily fruit and vegetable intake in children aged 5 to 12 y. Am J Clin Nutr 2012; 96: 889–901.

24 Larson N, Story M. Are 'Competitive Foods' Sold At School Making Our Children Fat? Health Affairs, 29, no.3 (2010):430-435

25 McKenzie TL, Sallis JF, Prochaska JJ, Conway TL, Marshall SJ, Rosengard P. Evaluation of a two-year middle-school physical education intervention: M-SPAN. Medicine & Science in Sports & Exercise. 2004;36(8):1382-8.

26 UNESCO (2013). Declaración de Berlín 2013: Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte 2015 Coalición nacional para prevenir la obesidad infantil en niños, niñas y adolescentes (2018).

27 Organización de los Estados Iberoamericanos. Metas Educativas 2021. [Internet]. Madrid, España: Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura; c2010; [citado 8 oct 2017]. Disponible en: http://www.oei.es/historico/metas2021/libro.htm

28 UNESCO (2015). Educación Física de Calidad: Guía para los responsables políticos. SBN 978-92-3-300012-4.

29 Kirk, D. (1990). Educación Física y Curriculum. Servei de Publicacions. Universitat de Valencia.

30 Moraccino M, (2010). Educación Física Argenmex: temas y posiciones. La Plata: Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacionalde La Plata, 2010. ISBN 978-950-34-0672-4. Disponible en http://www.argenmex.fahce.unlp.edu.ar

31 Ministerio de Salud de la Nación, Encuesta Mundial de Salud Escolar, Argentina, 2007. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000004cnt-encuesta-mundial-salud-escolar_2007.pdf

32 Ministerio de Salud de la Nación, Encuesta Mundial de Salud Escolar, Argentina, 2007. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000004cnt-encuesta-mundial-salud-escolar_2007.pdf

33 Ministerio de Salud de la Nación, Tercera Encuesta Nacional de Factores de Riesgo para Enfermedades no Transmisibles, Argentina, 2013. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000544cnt-2015_09_04_encuesta_nacional_factores_riesgo.pdf

34 Programa Nacional de Salud Escolar, Situación de niños, niñas y adolescentes en Argentina, 2019. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001405cnt-Valoracin-antropomtrica-inicio-y-al-finalizar-ciclo-educacin-primaria-Argentina-07-03-2019.pdf

35 Ministerio de Salud y Desarrollo Social. Secretaria de Gobierno de Salud. Sobrepeso y Obesidad en niños, niñas y adolescentes según datos del primer nivel de atención en la Argentina. 2018. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001387cnt-2019-01_sobrepeso-y-obesidad.pdf

36 Organización Mundial de la Salud. Promoción de la Salud: Glosario. 1998. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/WHO_HPR_HEP_98.1_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

37 Organización Mundial de la Salud - Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Disponible en: http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_schools/es/

38 Report of the Commission of ending chilhood obesity: implementation Plan. WHO 2017 https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/259349/WHO-NMH-PND-ECHO-17.1-eng.pdf?sequence=1

39 Ministerio de Salud de la Nación, Guías Alimentarias para la Población Argentina, Argentina 2016. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000817cnt-2016-04_Guia_Alimentaria_completa_web.pdf

40 Secretaría de Gobierno de la Nación, Manual para la aplicación de las guías alimentarias para la población argentina, Argentina 2018. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001011cnt-2018-12_manual-aplicacion_guias-alimentarias-poblacion-argentina.pdf

41 OMS. “Conjunto de recomendaciones sobre la promoción de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigida a los niños”. Ginebra. OMS. 2010. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44422/1/9789243500218_spa.pdf

42 OPS. “Recomendaciones de la Consulta de Expertos de la Organización Panamericana de la Salud sobre la promoción y publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigida a los niños en la Región de las Américas”. Washington. OPS, 2011. Disponible en: https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/Experts-Food-Marketing-to-Children-(SPA).pdf

43 Parlamento Europeo, Comisión de Cultura y Educación. Informe sobre la función del deporte en la educación. [Internet]. c2007;[citado 10 ene de 2018]. Disponible en: http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?pubRef=-//EP//TEXT+REPORT+A6-2007-0415+0+DOC+XML+V0//ES

44 Rodday AM et al. Electrocardiogram screening for disorders that cause sudden cardiac death in asymptomatic children: a meta-analysis. Pediatrics 2012 Apr;129(4):e999-1010. doi: 10.1542/peds.2011-0643. Epub 2012 Mar 5.

45 Harmon KG et al. The effectiveness of screening history, physical exam, and ECG to detect potentially lethal cardiac disorders in athletes: a systematic review/meta-analysis. J Electrocardiol. 2015 May-Jun;48(3):329-38. doi: 10.1016/j.jelectrocard.2015.02.001. Epub 2015 Feb 8.

46 Schmehil C et al. Cardiac screening to prevent sudden death in young athletes. TranslPediatr 2017;6(3):199-206.

47 World Health Organization (WHO). School policy framework. Implementation of the Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. ISBN 978 92 4 159686 2. (2008).

48 UNESCO (2008). “La educación inclusiva: el camino hacia el futuro.” Conferencia internacional de educación Ginebra. (pag.8-9). http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/Policy_Dialogue/48th_ICE/CONFINTED_48_Inf_2__Spanish.pdf

República Argentina
argentina.gob.ar/salud
Av. 9 de Julio 1925. CABA.

Secretaría de
Gobierno de Salud

Ministerio de Salud y Desarrollo Social
Presidencia de la Nación