

## Hábitos saludables y entornos familiar y escolar en adolescentes escolarizados

Esta investigación se enmarca en el Proyecto MEESA – Mejorando los entornos escolares para la salud en Argentina. Centro de Estudios de Estado y Sociedad (CEDES). Con financiamiento del MinCyT, Global Alliance for Chronic Diseases (GACD). BID 3772-OC/AR.

### Introducción

Las cifras del exceso de peso en la población escolar argentina son alarmantes. Según la Encuesta Mundial de Salud Escolar (EMSE) del año 2012 (MSAL, 2012; Ferrante et al, 2014), la prevalencia de sobrepeso en estudiantes de 13 a 15 años fue 22,7%, mientras que la de prevalencia de obesidad fue de 5,9%. Esto significa que casi un tercio de los/as estudiantes tenía exceso de peso al momento del relevamiento. Factores como un mayor consumo y una mayor oferta de alimentos ultraprocesados con alto contenido de sal, grasas y azúcares libres, bebidas azucaradas, un bajo consumo de frutas y una reducción progresiva de la actividad física, contribuyen al desarrollo de esta epidemia (Rennie et al, 2005). La obesidad en la infancia aumenta las probabilidades de ser obeso en la edad adulta <sup>3</sup>, además el consumo de ciertos productos ultraprocesados durante esta etapa se ha asociado directamente con el exceso de peso en la adultez <sup>4,5</sup>.

Los entornos escolares son sumamente importantes porque durante la infancia se instauran hábitos alimentarios que -correctos o no- pueden mantenerse a lo largo de toda la vida (Chriqui et al, 2014). Los comedores y las cantinas en las escuelas desempeñan un papel clave en la educación alimentaria ya que, en el acto de comer, se configuran aprendizajes de normas, actitudes de cuidado de uno mismo y espacios de socialización. Por este motivo, es importante que los niños y niñas cuenten con modelos adecuados que favorezcan su desarrollo saludable. Según la EMSE, el 80,2% de las escuelas contaban con al menos un kiosco, y que la gran mayoría de éstos (91,4%), ofrecía productos que por sus características nutricionales no están recomendados en esta población y solo el 5,6% de las escuelas observadas contaban con bebederos en los patios o dispensers de agua, representando entornos obesogénicos<sup>1</sup>.

Para disminuir la prevalencia de obesidad y sobrepeso se debe no solo tener en cuenta las conductas saludables y no saludables individuales asociadas a ellos como la dieta y la actividad física, sino también considerar sus determinantes sociales, los cuales son múltiples y pertenecen a distintas escalas de organización que van desde el entorno inmediato como el hogar, hasta la escuela o el barrio (Diez Roux, 2004). Numerosos estudios en adolescentes han hallado una relación entre el nivel socioeconómico (NSE) del hogar y conductas vinculadas a la obesidad y sobrepeso, con mayor prevalencia de alimentación menos saludable e inactividad en aquellos de menor NSE (Hanson, 2007). Cierta evidencia indica que estas inequidades se están ampliando, en consonancia con la creciente desigualdad económica (Elgar et al, 2015). La reducción de estas inequidades contribuiría a la reducción en las inequidades en salud en la adultez.

---

<sup>1</sup> Se define como entorno obesogénico aquel que fomenta la ingesta calórica elevada y el sedentarismo. Se tienen en cuenta los alimentos disponibles, asequibles, accesibles y promocionados; las oportunidades para practicar una actividad física; y las normas sociales en relación con la alimentación y la actividad física. OMS. Informe de la Comisión para acabar con la Obesidad Infantil. 2016. Disponible en [www.who.int/end-childhoodobesity/publications/echo-report/es](http://www.who.int/end-childhoodobesity/publications/echo-report/es)

En este escenario se plantea caracterizar una muestra de adolescentes asistentes a escuelas de nivel medio del Municipio de Almirante Brown en relación a los hábitos saludables de los estudiantes y las particularidades de los entornos escolares. Particularmente se desea determinar si existe asociación entre conductas saludables (realización de actividad física y consumo de frutas) y no saludables (consumo de bebidas azucaradas) con: 1) el NSE a distintas escalas (familiar y de la escuela, y 2) la presencia de entornos obesogénicos en la escuela.

#### Metodología

Mediante un muestreo estratificado bietápico se seleccionaron seis (6) escuelas de nivel medio del municipio de Almirante Brown, una escuela por estrato. Los 6 estratos se definieron según nivel socioeconómico bajo, medio y alto y gestión pública y privada. Se validó la propuesta con autoridades educativas del municipio y autoridades escolares de cada establecimiento, se adecuó el cuestionario y se aplicó a 1085 estudiantes de 1° y 2° año de secundario, con una tasa de respuesta del 81,15%. Además, se realizaron 30 entrevistas (individuales y grupales), a 43 actores de la comunidad educativa.

#### Variables

##### Variables Respuesta

Se analizaron tres variables respuesta:

- realización de actividad física al menos 2 horas por semana (“Actividad física”). En la base está af\_hasta2h 0/1 (hay que invertirla)
- consumo de frutas 2 o más veces por día (“Consumo de Frutas”) fruta
- consumo de al menos una bebida azucarada por día (“Consumo de Bebidas Azucaradas”) beb\_azuc

##### Variables Predictoras

Como variable indicadora de NSE del hogar se empleó:

- el nivel educativo parental: se utilizó el nivel educativo máximo alcanzado por cualquiera de los padres/tutores, que se categorizó como “Bajo” (primario incompleto o completo), “Medio” (secundario incompleto o completo) y “Alto” (terciario/universitario incompleto o completo), más una categoría No sabe/no contesta. parent\_ed4 (1: bajo, 2 medio, 3 alto, 4 NS/NC)
- Escala de afluencia familiar (FAS): es un índice que refleja los recursos materiales familiares (cantidad de autos, pc, vacaciones y posesión o no de habitación propia) (Currie et al 2008, Pérez 2021). Rango: 0 a 9. Se clasificó en bajo (score=0,1,2), medio (score=3,4,5) o alto (score=6,7,8) fas3
- NSE autopercebido: escala cualitativa de 1 a 10 (cuanto mayor el puntaje, mayor el NSE autopercebido) ses\_auto
- Estrato de la escuela. Escuela

Para caracterizar el entorno escolar se efectuó un relevamiento en cada institución y entrevista a autoridades. Se relevó también el área alrededor de las escuelas para relevar la oferta publicitaria de alimentos y bebidas. Ver anexo al final del archivo

##### Variables de control

Edad

Género

conectividad escolar (rango 1 a 5, cuanto mayor, mayor es la conectividad) conectiv\_i

Salud autopercebida, escala 1-5. salud\_auto

Una descriptiva de la encuesta:

## Bibliografía

Chriqui JF, Pickel M, Story M. Influence of school competitive food and beverage policies on obesity, consumption, and availability: a systematic review. *JAMA pediatrics*. 2014 Mar;168(3):279-86. PubMed PMID: 24473632.

Currie, C., Molcho, M., Boyce, W., Holstein, B., Torsheim, T., & Richter, M. (2008). Researching health inequalities in adolescents: The development of the Health Behaviour in School-Aged Children

Diez Roux, A.V.: The Study of Group-Level Factors in Epidemiology : Rethinking Variables, Study Designs , and Analytical Approaches 26, 104–111 (2004). <https://doi.org/10.1093/epirev/mxh006>

Elgar, F.J., Pfortner, T.K., Moor, I., De Clercq, B., Stevens, G.W., Currie, C.: Socioeconomic inequalities in adolescent health 2002–2010: a time-series analysis of 34 countries participating in the health behaviour in school-aged children study. *The Lancet* 385(9982), 2088–2095 (2015)

Ferrante D, Linetzky B, Ponce M, Goldberg L, Konfino J, Laspiur S. Prevalence of overweight, obesity, physical activity and tobacco use in Argentine youth: Global School-Based Student Health Survey and Global Youth Tobacco Survey, 2007-2012. *Archivos argentinos de pediatria*. 2014 Dec;112(6):496-503. PubMed PMID: 25362906.

Hanson, M.D., Chen, E.: Socioeconomic status and health behaviors in adolescence: a review of the literature. *Journal of behavioral medicine* 30(3), 263 (2007)

Hawkes C. The worldwide battle against soft drinks in schools. *American journal of preventive medicine*. 2010 Apr;38(4):457-61. PubMed PMID: 20307815.

Ministerio de Salud de la Nación. Segunda Encuesta Mundial de Salud Escolar 2012. Buenos Aires 2014.

Nissinen K, Mikkilä V, Mannisto S, Lahti-Koski M, Rasanen L, Viikari J, et al. Sweets and sugar-sweetened soft drink intake in childhood in relation to adult BMI and overweight. The Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *Public health nutrition*. 2009 Nov;12(11):2018-26. PubMed PMID: 19476678.

Pan American Health Organization. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas 2015. Available from: [http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7698/9789275318645\\_esp.pdf](http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7698/9789275318645_esp.pdf).

Pérez, A., Thrasher, A., Monzón, J. C., Arillo-Santillán, E., Barnoya, J., & Mejía, R. (2021). La escala de afluencia familiar en la investigación sobre inequidades sociales en salud en adolescentes latinoamericanos. *salud pública de México*, 63(2), 201-210.

Rennie, K.L., Johnson, L., Jebb, S.A.: Behavioural determinants of obesity. *Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism* 19(3), 343–358 (2005)

## **ANEXO**

### **ENTORNOS ESCOLARES**

#### **Estrato alto-público**

##### **Infraestructura edilicia y acceso a servicios**

La escuela Media Nro. 11 funciona en un edificio histórico inaugurado en 1874. Fue el primer edificio público construido en la localidad. Cuenta con dos plantas de aulas y oficinas en el perímetro de un gran patio central con canchas deportivas. También tiene patios semicubiertos que forman las galerías y hacia el final de uno de los laterales cuenta con un gran salón de usos múltiples con escenario que funciona a la vez como teatro y polideportivo.

La institución se encuentra ubicada en el centro de la localidad, dispone de acceso a agua, electricidad y gas natural, aunque les entrevistados advierten que la provisión de agua tiene déficits importantes durante todo el año, especialmente en verano, que es cuando más sufren cortes del suministro por jornadas completas.

Cuenta con una localización cubierta donde funciona un kiosco y buffet y dispone de mesas con capacidad para 40 personas aproximadamente. No se identifican bebederos disponibles en los espacios comunes; únicamente se encuentran canillas en baños de mujeres y varones que es de donde extraen los estudiantes para el consumo habitual y durante las clases de educación física.

Durante la tarde y el horario vespertino funcionan otras instituciones, la escuela nro. 13 y un Centro de Educación Física (CEF).

En cuanto al estado de conservación e higiene de las instalaciones, les entrevistados resaltan problemas de limpieza, principalmente en baños y vestuarios. Desde el centro de estudiantes en particular, se alerta sobre la suciedad en cielo rasos y paredes que dejan las palomas en gran parte del edificio.

#### **Kiosko**

El kiosco o buffet se encuentra bajo un contrato a dos años estipulado con la asociación cooperadora. La oferta es amplia en productos no saludables: snacks, galletitas, golosinas, bebidas azucaradas y algunas tartas o empanadas y sándwiches; carece de oferta de alimentos saludables. Los entrevistados coinciden en que la oferta en general es cara, no cuenta con opciones saludables y que cada vez notan menor consumo por parte de los estudiantes, dada la situación económica de sus hogares.

#### **Estrato alto - privado**

##### **Infraestructura edilicia y acceso a servicios**

El colegio funciona en un edificio propio, restaurado y construido en diferentes etapas en dos módulos principales. En el frente del lote se despliega una construcción moderna en tres plantas, hacia el centro, una construcción antigua rodeada por aulas laterales conformado dos sectores de patios.

La institución se encuentra ubicada en el centro de la localidad, dispone de acceso a agua, electricidad y gas natural, de acceso regular y sin déficits importantes durante todo el año.

Hacia la parte posterior, cuenta con una localización cubierta donde funciona un kiosco y comedor con mesas para unas 50 personas aproximadamente.

Se identifican dos dispensers de agua para consumo de docentes y estudiantes.

En general, el estado de conservación e higiene de las instalaciones es muy bueno.

#### **kiosco y comedor**

Se encuentra tercerizado bajo un contrato de tres años de duración con la comisión propietaria. Expresan les entrevistados que la selección de la empresa concesionaria se basó principalmente en la calidad de los alimentos y el servicio que ofrece. La empresa concesionaria actual resultó ganadora por cumplir con este requisito y acreditar más de 10 años de trayectoria en colegios y clubes deportivos.

La parte de kiosco tiene una oferta amplia y variada, contiene alimentos saludables como ensaladas de frutas, frutas, diferentes sándwiches vegetarianos, y también productos no saludables como: snacks, galletitas, golosinas y bebidas azucaradas, entre otros.

La misma concesión ofrece el servicio de comedor con dos opciones: menú diario o servicio de vianda. En la opción comedor aproximadamente 100 estudiantes consumen a diario el menú, el cual se comunica mensualmente por cuaderno de comunicaciones digital (blending).

El servicio de vianda consiste en mantener la cadena de refrigeración del almuerzo que estudiantes traen desde sus casas que luego se calienta y se sirve en la mesa.

En cuanto a la definición del menú, la premisa que comunican es que sea variado y saludable. La comisión propietaria del colegio no tiene injerencia en el perfil del menú, aunque según expresan entrevistados, fueron varias las oportunidades en que solicitaron que se dejara de vender golosinas

### **Estrato medio – público**

#### **Infraestructura edilicia y acceso a servicios**

La escuela no cuenta ni con el desayuno ni con la merienda que proporciona el Servicio Alimentario Escolar (SAE). Tampoco funciona allí un comedor ni hay un espacio puntual para que coman los alumnos o los profesores. Según la vicedirectora, esto se debe a la falta de espacio.

#### **El kiosco escolar**

El único espacio que ofrece alimentos es el kiosco escolar. El gerenciamiento del kiosco se hace a través de una licitación. El que presenta la mejor oferta gana la licitación por dos años. Según la Vicedirectora, el último año se reacondicionó el espacio para que el kiosco pudiera tener horno y piletta que le permitieran la preparación de más alimentos manteniendo las normas de higiene. El espacio cuenta con heladera y freezer.

EL kiosco ofrecía los típicos productos de un comercio de ese estilo. Golosinas, gaseosas y snacks. También algunas comidas más elaboradas, más que nada para el profesorado. Se señaló que en algún momento se intentó incorporar al kiosco la venta de ensaladas, pero que se suspendió por falta de demanda.

Mencionaron que vendían también ensaladas de fruta, pero al momento de la observación no había.

### **Estrato medio - privado**

#### **INFRAESTRUCTURA EDILICIA Y ACCESO A SERVICIOS**

El establecimiento cuenta con acceso a todos los servicios básicos (agua potable, luz, gas natural). El nivel secundario no cuenta con un espacio interno para la realización de actividad física, por lo que los estudiantes deben trasladarse a las instalaciones del club 9 de Julio ubicado en Adrogué, a unas 20 cuadras de la escuela.

La institución no recibe el Servicio Alimentario Escolar, pero igualmente ofrece mate cocido durante el invierno. Esta práctica fue implementada durante muchos años ante la necesidad de brindarles un refuerzo alimentario a estudiantes con dificultades económicas y, aunque esta situación ya no es la imperante en la población que asiste, siguen ofreciendo la infusión caliente porque es muy popular entre los estudiantes. Según nos cuentan, ya es una tradición y todos llevan sus tazas térmicas cuando empieza el frío.

#### **El kiosco escolar**

Actualmente, el único espacio que ofrece alimentos es el kiosco-buffet. Hace 3 años está a cargo de dos personas con experiencia en el rubro en el ámbito escolar. Este cambio fue motorizado por la cúpula directiva, frente a la preocupación que les generaba la anterior concesión por múltiples motivos: servicio deficitario y escasa oferta, altos precios, casos detectados de mercadería vencida, falta de higiene y mala atención. En conjunto

con la Comisión Directiva, decidieron no renovar la concesión y buscar nuevas alternativas estableciendo como criterio de elegibilidad que la oferta sea accesible y variada, incluyendo alimentos saludables. Tras evaluar algunas postulaciones, optaron por la propuesta que aún tiene la concesión del kiosco.

El vínculo entre la Comisión Directiva y el Buffet es fluido. Desde la Comisión se puede solicitar que se incorporen alimentos y los responsables del kiosco lo respetan. Se aprecia que ambos actores comparten un interés común por mejorar la alimentación de la población estudiantil. Sin embargo, se identifica como principal medida, el reemplazo de productos ultraprocesados por alimentos caseros, sin considerar estándares sobre dietas saludables y consumos recomendados, más allá del tipo de procesamiento.

### **Estrato bajo-público**

#### **INFRAESTRUCTURA EDILICIA Y ACCESO A SERVICIOS**

La escuela ofrece el servicio de desayuno y merienda reforzados que les provee el Servicio Alimentario Escolar (SAE). Actualmente no funciona un comedor, ni tiene capacidad edilicia para albergar uno. Solo cuentan con una pequeña habitación y un anafe de donación donde el personal auxiliar prepara las infusiones calientes como té o mate cocido. Tampoco disponen de heladera para mantener frescos las viandas que les traen desde el SAE, por lo que utilizan prestada la heladera del kiosco escolar.

Las viandas del SAE sólo las reparten a estudiantes de los turnos mañana y tarde. Aun así, las raciones no alcanzan para cubrir la matrícula, ya que reciben 567 viandas para cerca de 800 estudiantes. Dada la situación, y conociendo que hay distintas necesidades entre los estudiantes y sus familias, disponen lo que reciben diariamente en una mesa en el pasillo central de la escuela durante los recreos. Así, el servicio funciona bajo la modalidad de autoservicio, tomando cada quien lo que necesita.

Entre la oferta alimentaria se identifican las infusiones calientes, los “picnics” -como lo denominan los actores al bizcochuelo con dulce de leche bañado en chocolate de la marca “picnic”- turrone, alfajores, sándwiches de embutidos y en algunas ocasiones, reciben frutas y yogur. Es importante destacar que, dadas las restricciones edilicias que tienen en la escuela, todo lo que reciben viene envasado y se debe consumir con la mano, de pie o en el aula.

El SAE está dirigido a NNyA en situación de vulnerabilidad social, escolarizados en escuelas públicas de la provincia, y tiene por objetivo garantizar una cobertura nutricional uniforme. En PBA, depende del Ministerio Provincial de Desarrollo Social y del Ministerio Provincial de Educación. Mientras que el primero, tiene la función de controlar el servicio, capacitar al personal y financiar las partidas presupuestarias, el segundo proporciona los recursos humanos para el servicio. En 2018, a través de convenios y como prueba piloto, la Provincia transfirió la administración del SAE directamente a 26 municipios a fin de mejorar el abordaje territorial. Almirante Brown, es uno de los partidos que ejecuta el servicio de manera descentralizada.

A partir de este cambio de gestión, la comunicación entre las escuelas y el SAE es a través de una aplicación. Por ese medio pueden hacer reclamos, solicitar utensilios, pedir cambios de menú, etc. Según comentaron las autoridades, ante la demanda de ampliar el cupo para poder cubrir la matrícula, desde la gestión municipal del servicio respondieron que la provincia no aumentó los fondos para habilitar más cupos.

#### **El kiosco escolar**

Otro espacio que ofrece alimentos es el kiosco escolar. El servicio está tercerizado y funciona a partir de un acuerdo con la cooperadora escolar. Desde hace cuatro años está a cargo de la misma responsable que trabaja en un conjunto con una persona más. El espacio cuenta con un microondas, una cocina y una heladera y ofrece menús elaborados, ensaladas y comidas rápidas como pizzas, empanadas, tartas, tostados, medialunas con jamón y queso. Fuera de la producción propia, en este espacio se ofrecen los productos habituales de un kiosco: snacks, galletitas dulces y saladas, golosinas, gaseosas y jugos. En una de nuestras visitas a la institución, pudimos

observar que los helados eran lo más consumido por los estudiantes durante los recreos.

En el kiosco funciona también un servicio de buffet. Como la normativa no exige ni orienta sobre lo que debería ofrecerse, ni existen acuerdos con las autoridades escolares sobre el menú, esta decisión recae en sus responsables.

A pesar de la gestión independiente de este espacio, en esta escuela es posible encontrar un menú diario variado, que incluye distintos tipos de carnes, verduras y frutas. Sin embargo, por sus costos, solo es accesible para los docentes y muy pocos estudiantes. El precio es el criterio privilegiado de las compras:

“Los chicos van a lo que pueden compartir. El paquete de galletitas más barato y que entren más galletitas. Eso es lo que consumen. Eligen lo que pueden pagar [...] En este lugar, en esta zona juega mucho, mucho lo económico. No es que los chicos no quieren. Los chicos quieren una ensalada de frutas, pero entre una ensalada de frutas y un pebete, eligen el pebete porque los llena más. [...] Yo creo que más allá de que los chicos tienen ese hábito de comer más chatarra, es una cuestión de restricción económica, porque comerlo te lo comen si le pones la tarta de verduras, el tema es que la tarta tiene otro costo que no tiene la galletita.” (Responsable del kiosco)

### **Estrato bajo – privado**

#### **Infraestructura edilicia y acceso a servicios**

La escuela no cuenta con servicio de desayuno ni de merienda para las/os alumna/os. Tampoco funciona allí un comedor ni hay un espacio específico para que las/os alumnas/os puedan comer. En varias oportunidades la dirección de la escuela señaló que la mayor deficiencia de la institución es la falta de espacio para que las/os estudiantes tengan un sitio “*donde sentarse y comer tranquilos*”.

#### **El kiosco escolar**

Se cuenta con un kiosco/buffet que no depende directamente de la escuela. Este servicio está tercerizado y la escuela sólo cobra un alquiler por el espacio que ocupa; es una concesión y el kiosco como espacio no se encuentra declarado frente a los planos de la escuela. Hace 8 años que el kiosco está a cargo de una familia de la escuela. Trabajan principalmente vendiendo productos a las/os alumnas/os y al personal de la escuela durante los recreos.

La Dirección de la escuela no tiene control ni injerencia de ningún tipo sobre la comida que se vende allí. En cuanto a la oferta, venden tortilla de papas, pebetes y medialunas rellenas de jamón y queso, conos de papas fritas, sándwiches de milanesa, tortas, snacks, galletitas y golosinas, bebidas e infusiones. También señalan haber incorporado en el último año algunas opciones más saludables como ensalada de frutas, ensaladas y gelatina.

### **PUBLICIDADES DE ALIMENTOS Y BEBIDAS**

Se relevó la publicidad de alimentos y bebidas en la vía pública en un área de 300 metros alrededor de las seis instituciones educativas seleccionadas en el municipio de Almirante Brown.

Los productos publicitados fueron clasificados como saludables (según la OMS) o no saludables

<b>Id</b>	<b>Estrato</b>	<b>Cant. avisos</b>	<b>Cant. productos</b>	<b>% productos no saludables</b>
1	Alto - público	67	77	91

2	Alto - privado	36	45	91
3	Medio – público	20	21	90
4	Medio – privado	5	6	100
5	Bajo -público	12	14	71
6	Bajo - privado	29	33	97
		169	196	