

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS JURIDICAS Y SOCIALES**



**CREAR UNA LEY QUE REGULE LA VENTA DE ALIMENTOS DENTRO
DE LOS CENTROS EDUCATIVOS EN GUATEMALA**

MARÍA MAGDALENA FUENTES MORALES

GUATEMALA, SEPTIEMBRE DE 2017

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y SOCIALES**

**CREAR UNA LEY QUE REGULE LA VENTA DE ALIMENTOS DENTRO
DE LOS CENTROS EDUCATIVOS EN GUATEMALA**

TESIS

Presentada a la Honorable Junta Directiva

de la

Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales

de la

Universidad de San Carlos de Guatemala

Por

MARÍA MAGDALENA FUENTES MORALES

Previo a conferírsele el grado académico de

LICENCIADA EN CIENCIAS JURÍDICAS Y SOCIALES

Guatemala, septiembre de 2017

**HONORABLE JUNTA DIRECTIVA
DE LA
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y SOCIALES
DE LA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

DECANO:	Lic. Gustavo Bonilla
VOCAL I:	Lic. Luis Rodolfo Polanco Gil
VOCAL II:	Licda. Rosario Gil Pérez
VOCAL III:	Lic. Juan José Bolaños Mejía
VOCAL IV:	Br. Jonathan Josué Mayorga Urrutia
VOCAL V:	Br. Fredy Noé Orellana Orellana
SECRETARIO:	Lic. Fernando Antonio Chacón Urizar

RAZÓN: “Únicamente el autor es el responsable de las doctrinas sustentadas y contenido de la tesis”. (Artículo 43 del Normativo para la Elaboración de Tesis de Licenciatura en Ciencias Jurídicas y Sociales y del Examen General Público).



USAC

TRICENTENARIA

Universidad de San Carlos de Guatemala



Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Unidad de Asesoría de Tesis. Ciudad de Guatemala,
09 de noviembre de 2015.

Atentamente pase al (a) Profesional, LUIS FELIPE GODOY MORALES
_____, para que proceda a asesorar el trabajo de tesis del (a) estudiante
MARÍA MAGDALENA FUENTES MORALES, con carné 200619713,
intitulado CREAR UNA LEY QUE REGULE LA VENTA DE ALIMENTOS DENTRO DE LOS CENTROS
EDUCATIVOS EN GUATEMALA.

Hago de su conocimiento que está facultado (a) para recomendar al (a) estudiante, la modificación del bosquejo preliminar de temas, las fuentes de consulta originalmente contempladas; así como, el título de tesis propuesto.

El dictamen correspondiente se debe emitir en un plazo no mayor de 90 días continuos a partir de concluida la investigación, en este debe hacer constar su opinión respecto del contenido científico y técnico de la tesis, la metodología y técnicas de investigación utilizadas, la redacción, los cuadros estadísticos si fueren necesarios, la contribución científica de la misma, la conclusión discursiva, y la bibliografía utilizada, si aprueba o desaprueba el trabajo de investigación. Expresamente declarará que no es pariente del (a) estudiante dentro de los grados de ley y otras consideraciones que estime pertinentes.

Adjunto encontrará el plan de tesis respectivo.


DR. BONERCE AMILCAR MEJIA ORELLANA
Jefe(a) de la Unidad de Asesoría de Tesis

Fecha de recepción 29/04/2016 f)


Asesor(a)
(Firma y Sello)

Licenciado
Luis Felipe Godoy Morales
Abogado y Notario

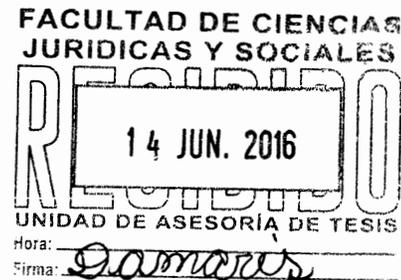


Lic. Luis Felipe Godoy Morales
Abogado y Notario
Barrio San Sebastián, Chiquimulilla, Santa Rosa.



Chiquimulilla, Santa Rosa, 03 de junio de 2016

Licenciado:
Fredy Orellana Martínez
Jefe de la Unidad de Asesoría de Tesis
Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales
Universidad de San Carlos de Guatemala
Presente.



Estimado Licenciado:

Tengo el honor de dirigirme a usted con el objeto de informarle que en cumplimiento de lo dispuesto en la providencia de fecha nueve de noviembre de dos mil quince, procedí a asesorar el trabajo de tesis de la bachiller María Magdalena Fuentes Morales, titulado: **“CREAR UNA LEY QUE REGULE LA VENTA DE ALIMENTOS DENTRO DE LOS CENTROS EDUCATIVOS EN GUATEMALA”**, dicha asesoría se realizó de la siguiente forma:

1. Se instruyó a la estudiante a realizar una investigación objetiva y actualizada del tema, siendo en consecuencia el contenido final de la tesis de carácter técnico científico.
2. Se asesoró a la estudiante para que utilizara los métodos y técnicas adecuadas con el objeto de obtener una información cierta y valedera, habiendo utilizado los métodos deductivo, inductivo y descriptivo, así como las técnicas: bibliográfica y documental las que de conformidad con mi opinión fueron aplicadas adecuadamente.
3. El presente trabajo contribuye científicamente en gran manera, al establecer la importancia que se merece la creación de una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala, pues de alguna manera buscar garantizar el desarrollo tanto físico, social e intelectual de los estudiantes que son el futuro de Guatemala.



4. Con respecto a la redacción que se sigue en el contenido de la presente investigación, con la asesoría brindada, la bibliografía que se ha consultado es la adecuada y la conclusión discursiva tiene congruencia con el contenido del tema elaborado.

Por los motivos anteriormente expuestos, le informo el trabajo de tesis de mérito, cumple con los requisitos regulados en el Artículo 31 del Normativo para la Elaboración de Tesis de Licenciatura en Ciencias Jurídicas y Sociales y del Examen General Público, y en consecuencia apruebo el trabajo de investigación, para los efectos subsiguientes.

Declaro expresamente que no existe ningún parentesco entre la estudiante y mi persona.

Sin otro particular me suscribo de usted, con respeto y estima.

Atentamente,


Lic. Luis Felipe Godoy Morales
Abogado y Notario
Colegiado No. 6213
Asesor de tesis
Licenciado
Luis Felipe Godoy Morales
Abogado y Notario



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



DECANATO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y SOCIALES. Guatemala, 21 de abril de 2017.

Con vista en los dictámenes que anteceden, se autoriza la impresión del trabajo de tesis de la estudiante MARÍA MAGDALENA FUENTES MORALES, titulado CREAR UNA LEY QUE REGULE LA VENTA DE ALIMENTOS DENTRO DE LOS CENTROS EDUCATIVOS EN GUATEMALA. Artículos: 31, 33 y 34 del Normativo para la Elaboración de Tesis de Licenciatura en Ciencias Jurídicas y Sociales y del Examen General Público.

RFOM/srrs.








DEDICATORIA

A DIOS:

Por darme la vida, la sabiduría y el entendimiento necesario para ordenar mis ideas y permitirme alcanzar un triunfo más, y por ser la fuente de inspiración y el guía de mi vida.

A MIS PADRES:

Ceferina Morales Pineda y Magdaleno Fuentes Ávila (Q.E.P.D.), por su paciencia, ejemplos, comprensión y lucha para poder sacarme adelante, a ustedes les debo la vida y este logro.

A MI HIJO:

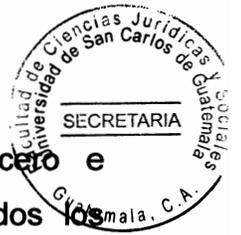
Jorge Alexy Arévalo Fuentes, con mucho amor por ser un hijo ejemplar, por estar siempre en mis luchas y brindarme su apoyo en cada momento y ser la fuente de inspiración y la persona que me da fuerzas para seguir adelante.

A MIS HERMANOS:

Antonio y Magdaleno (Q.E.P.D.), Mercedes, Enrique, Arturo, y Joaquín, por su apoyo incondicional, su compañía y amor, esperando ser un ejemplo para ellos.

A MI FAMILIA EN GENERAL:

Por el apoyo y cariño especial brindado.



A MIS AMIGOS:

Por su amistad y cariño sincero e incondicional, así como por todos los buenos momentos compartidos, en especial a Greis Santos, Aracely Morales, Katty Gudiel y Rocío Sierra.

A MIS CATEDRÁTICOS:

Por ser mi guía, por trasladarme sus enseñanzas y por formar parte de mi formación profesional.

A GUATEMALA:

Por ser el país que me vio nacer y ser mi patria querida.

A MI UNIVERSIDAD:

A mi tricentenaria Universidad de San Carlos, por ser mi casa de estudios, en la que pude llenarme de conocimientos y por cobijarme durante todos estos años que he necesitado para cumplir con uno de mis sueños de toda la vida.



PRESENTACIÓN

La investigación es de tipo cualitativa, en cuanto a la importancia de la adecuada alimentación de los estudiantes, que es el fin primordial de la creación de una ley que regule todo en cuanto a la venta de alimentos en los establecimientos educativos.

El estudio de la investigación corresponde al derecho constitucional y al derecho de la salud, siendo estos derechos de suma importancia pues el Estado de Guatemala debe de velar como lo establece la Constitución Política de la República de Guatemala por la salud de los habitantes de Guatemala y tomando en cuenta que la edad escolar es fundamental para el desarrollo del ser humano y debe de recibir una adecuada alimentación para su buen rendimiento. La investigación se realizó a partir del mes de septiembre del año 2015, en el municipio de Taxisco, departamento de Santa Rosa para la obtención de datos informativos; problema que abarca a toda la República de Guatemala.

Por lo tanto, el objeto del presente estudio fue establecer la necesidad de crear una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala.

Los sujetos de estudio en la presente investigación son: el Estado de Guatemala quien debe garantizar la salud de sus habitantes y los estudiantes que consumen los alimentos que están a la venta en las tiendas escolares. El aporte académico versa sobre el estudio de control de los tipos de alimentos que son puestos a la venta en los diferentes centros educativos del país.



HIPÓTESIS

Con la creación de una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala, se controlará y velará que los alimentos que se vendan en los establecimientos educativos de Guatemala sean idóneos para el buen desarrollo físico, mental y académico de los estudiantes, logrando de esta manera que el Estado cumpla con la garantía de velar por la salud de los habitantes de Guatemala.



COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS

El método deductivo se utilizó para la comprobación de la hipótesis en cuanto al análisis realizado sobre el tema, por lo que se comprueba: 1) Que el cuidado de la salud y la vida son intrínsecos a la existencia humana, por lo que estos aspectos no pueden desligarse de un proceso educativo de calidad, de manera que esta ley vendría a fortalecer los procesos escolares de educación para una vida saludable y así facilitar la adquisición y el fortalecimiento de los valores, actitudes, habilidades y competencias relacionadas con la capacidad de las personas para cuidar de su propia salud, optar y mantener estilos de vida saludables y contribuir activa y creativamente a la construcción de ambientes más favorables a la salud y la calidad de vida de todas las personas; 2) Se comprobó con observaciones en diferentes establecimientos educativos tanto públicos como privados del municipio de Taxisco, departamento de Santa Rosa, donde la venta de alimentos conlleva una serie de comida denominada chatarra, la cual carece de nutrientes y en algunos establecimientos se observó que se necesita mejorar la higiene en la tienda escolar.

En consecuencia a lo investigado se comprueba que la hipótesis es correcta, por lo que es necesario la creación de una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala.



ÍNDICE

Introducción.....	i
-------------------	---

CAPÍTULO I

1. Derecho a la salud.....	1
1.1. Definición de salud.....	3
1.2. La salud como un derecho constitucional.....	4
1.3. La salud como un derecho inherente a la persona humana.....	6
1.4. La salud como política de Estado.....	8
1.5. Instituciones encargadas de velar por la salud.....	8
1.5.1. Gobierno de Guatemala.....	9
1.5.2. Organización Mundial de la Salud (OMS).....	10
1.5.3. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social.....	11
1.5.4. Consejo Nacional de Salud.....	13
1.5.5. Dirección de Atención y Asistencia al Consumidor (DIACO).....	13
1.6. Instrumentos Internacionales que velan por el derecho a la salud.....	15
1.6.1. Declaración Universal de Derechos Humanos.....	15
1.6.2. Convención sobre los Derechos del Niño.....	16
1.6.3. Declaración de los Derechos del Niño.....	17

CAPÍTULO II

2. Alimentación saludable.....	19
2.1. Objetivos de una alimentación saludable.....	20
2.2. Características de una alimentación saludable.....	20
2.2.1. Variada.....	21
2.2.2. Equilibrada y adecuada.....	21
2.2.3. Saludable e inocua.....	22

2.3. Hábitos para una alimentación saludable.....	22
2.3.1. Hábitos de higiene.....	23
2.3.2. Manipulación de alimentos.....	24
2.3.3. Actividad física.....	24
2.3.4. Alimento saludable.....	25
2.4. Nutrientes.....	26
2.4.1. Nutrientes mayores.....	26
2.4.2. Nutrientes menores.....	27
2.5. Beneficios de una alimentación saludable.....	28
2.6. Alimentación del niño en edad escolar.....	28
2.7. Crecimiento y desarrollo del niño en edad escolar.....	30
2.7.1. Desarrollo cognoscitivo.....	31
2.7.2. Rendimiento escolar.....	32

CAPÍTULO III

3. Establecimientos educativos de Guatemala.....	35
3.1. Subsistema de educación escolar.....	35
3.1.1. Educación pre-primaria.....	36
3.1.2. Educación primaria.....	37
3.1.3. Educación básica.....	38
3.1.4. Ciclo diversificado.....	39
3.2. Subsistema de educación extra-escolar o paralela.....	39
3.3. Educación pública.....	40
3.4. Educación privada.....	41
3.5. Tiendas escolares.....	43
3.5.1. Objetivos formativos.....	44
3.5.2. Objetivos informativos.....	44
3.5.3. Objetivos económicos.....	45

3.5.4. Alimentos para la venta en las tiendas escolares.....	46
3.5.5. Alimentos no saludables para la venta.....	47
3.5.6. Regulación legal de las tiendas escolares.....	48

CAPÍTULO IV

4. Análisis de la necesidad de crear una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala.....	51
4.1. Consecuencias por la falta de control en la venta de alimentos y su regulación legal en los establecimientos educativos.....	56
4.2. Objetivos de la regulación y control de la venta de alimentos en los establecimientos educativos.....	59
4.2.1. Mejorar la alimentación de los estudiantes.....	59
4.2.2. Control sobre la higiene en la tienda escolar.....	60
4.2.3. Garantizar la salud de los estudiantes.....	60
4.2.4. Rendimiento escolar.....	61
4.3. Recomendaciones para la protección y control de la salud.....	62
CONCLUSIÓN DISCURSIVA.....	65
BIBLIOGRAFÍA.....	67



INTRODUCCIÓN

El derecho a la salud es fundamental para el desarrollo de todo un país, por lo que la Constitución Política de la República de Guatemala en sus Artículos 93 al 96 hace énfasis de la importancia que el Estado vele y promueva la salud, específicamente el Artículo 96 de la citada norma establece: Que es deber del Estado controlar la calidad de los productos alimenticios, farmacéuticos, químicos y de todos aquellos que puedan afectar la salud de los que habitan en el país. Actualmente, existe un alto índice en los niños de edad escolar el consumo de comida rápida (hamburguesas, pizzas, bolsitas de golosinas, dulces, gaseosas, jugos enlatados, etc.), cuya principal característica es su facilidad o nula necesidad de preparación, alto grado de saciedad y son alimentos altamente ricos en grasas, azúcares, sal y condimentos artificiales. Esta selección de alimentos se ve influenciada por menor supervisión familiar de los alimentos y bebidas que ingiere el niño, adolescente y joven específicamente en las tiendas escolares de los establecimientos educativos.

El objetivo general de la investigación consistió en dar a conocer la necesidad de crear una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala, si bien es cierto la Constitución Política de la República de Guatemala y el Código de Salud, establecen las normas generales sobre las obligaciones del Estado, Ministerio de Salud y Asistencia Social y demás instituciones encargadas de velar por la salud de los habitantes de Guatemala. Estableciendo que es necesaria una norma específica para controlar y ejecutar sanciones a los establecimientos educativos que proporcionen a los estudiantes alimentos exentos de nutrientes que pueden afectar a la salud de los escolares y a la vez un deterioro en su desarrollo físico y mental.

La hipótesis de la investigación afirma que es necesario crear una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala; para llevar un mejor control acerca de los alimentos que se vendan en los establecimientos educativos de Guatemala y de esta manera garantizar que los alimentos sean idóneos para el buen desarrollo físico, mental y académico de los estudiantes.

La presente investigación se divide en cuatro capítulos: el primer capítulo, se refiere al derecho a la salud, salud y los órganos encargados de velar por la calidad de salud de los habitantes de Guatemala; el segundo capítulo, a los establecimientos educativos, su funcionamiento, ordenamiento y control en cuanto a la salud de los estudiantes; el tercer capítulo, sobre las tiendas escolares, su funcionamiento, regulación, características, higiene, etc.; el cuarto capítulo, presenta un análisis sobre la necesidad de crear una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala.

Se utilizaron diferentes métodos para investigar los alcances de la investigación y estos son los siguientes: deductivo, inductivo, científico y descriptivo; también se hizo uso de varias técnicas de investigación como lo son: observación, bibliográfica y documental.

Su importancia radica en que los centros educativos o escuelas, son los espacios propios para el desarrollo de acciones de promoción de la salud y prevención de las enfermedades, permiten además la construcción de entornos favorables a la salud y desarrollo de acciones integrales que redundan en la formación de la personalidad de los niños, niñas y adolescentes, de tal manera se lograría esto y mucho más con la creación de la ley reguladora de la venta de alimentos en los establecimientos educativos de Guatemala.

La motivación a realizar esta investigación se dio al observar la situación nutricional actual en la que se encuentran la mayoría de estudiantes de nivel primario, algunos padres al darles dinero para la refacción escolar no cuentan con el control de los alimentos que sus hijos consumen, por el poco control que existe por parte del Estado de Guatemala la mayoría de tiendas escolares no se preocupan por poner a la venta refacciones con alimentos sanos, de lo contrario lo que se vende en gran cantidad es la comida chatarra o golosinas que no aportan nutrientes, afectando al desempeño escolar y nutricional de los estudiantes.

CAPÍTULO I



1. Derecho a la salud

El derecho a la salud obliga a los Estados a generar condiciones en las cuales todos puedan vivir lo más saludablemente posible. Esas condiciones comprenden la disponibilidad garantizada de servicios de salud, condiciones de trabajo saludable y seguro, vivienda adecuada y alimentos nutritivos.

El derecho a la salud no sólo abarca la atención de salud oportuna y apropiada, sino también los principales factores determinantes de la salud, como el acceso al agua limpia potable y a condiciones sanitarias adecuadas, el suministro adecuado de alimentos sanos, una nutrición adecuada, una vivienda adecuada, condiciones sanas en el trabajo y el medio ambiente y acceso a la educación e información sobre cuestiones relacionadas con la salud.

Al igual que todos los derechos humanos, el derecho a la salud impone a los estados tres tipos de obligaciones:

- Respetar: exige abstenerse de injerirse en el disfrute del derecho a la salud.
- Proteger: requiere adoptar medidas para impedir que terceros interfieran en el disfrute del derecho a la salud.
- Cumplir: requiere adoptar medidas positivas para dar plena efectividad al derecho a la salud.



El derecho a la salud está consagrado en numerosos tratados internacionales regionales de derechos humanos y en las constituciones de países de todo el mundo.

Partiendo desde un punto de vista sociológico se estima que: “ El derecho es la regla de la conducta impuesta a los individuos que viven en sociedad, regla cuyo respeto se considera, por una sociedad y en un momento dado, como garantía del interés común, cuya violación produce contra el autor de dicha violación una reacción colectiva”.¹

En tal sentido que el derecho a la Salud es considerado una garantía para la sociedad, que debe ser brindada por el Estado a todos los habitantes de la Republica.

El derecho a la salud fue establecido primero por la Constitución de la Organización Mundial de la Salud OMS (1946) que estipula: “El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano...”

El derecho a la salud se refiere a que la persona tiene como condición innata, el derecho a gozar de un medio ambiente adecuado para la preservación de su salud, el acceso a una atención integral de salud, el respeto a su concepto del proceso salud - enfermedad y a su cosmovisión.

Este derecho es inalienable, y es aplicable a todas las personas sin importar su condición social, económica, cultural o racial.

¹ Ossorio, Manuel. **Diccionario de ciencias jurídicas, políticas y sociales**. Pág. 293.



1.1. Definición de salud

“La salud es definida como el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. La cita procede del Preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud, que fue adoptada por la Conferencia Sanitaria Internacional.

La definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS) constituyó en su momento un trascendental avance de conceptos. En efecto, sustituyó a la varias veces milenaria idea de considerar la salud en términos de ausencia de las alteraciones orgánicas agrupadas bajo el término genérico de "enfermedad" y la reemplazó por la visión del "bienestar" tanto en el campo físico, es decir orgánico, como en dos complementarios cuya trascendencia se reconoció de modo explícito por primera vez: el de las funciones mentales y el de las relaciones con la sociedad.

Sin embargo, resulta evidente que la definición se centra en los individuos de la especie humana y solo es aplicable totalmente a ellos; concebida para el propósito específico de estimular actitudes y esfuerzos de las Naciones en busca de mejores condiciones de vida para todos sus integrantes, cumplió muy bien la tarea de mostrar cómo eran de amplias y complejas las necesidades de todos los seres humanos, pero en ningún caso tuvo la pretensión de abarcar a la totalidad de los seres vivos del planeta.

La definición parte del concepto de que la vida es indispensable para poder hablar de salud y que ésta es un estado, no una propiedad o condición de los entes en quienes se



comprueba. Como estado que ocurre en entes vivos, participa de la complejidad de ellos y realiza sin cesar los cambios y ajustes acordes con los procesos vitales.

La definición que la OMS muestra es la siguiente: salud es un estado vital, dinámico y complejo, caracterizado por el adecuado (homeostásico) funcionamiento interno y la relación plena y ordenada con el ambiente.

La salud es un recurso para la vida diaria, no el objetivo de la vida. Se trata de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales, así como las aptitudes físicas.

Se concibe como la posibilidad que tiene una persona de gozar de una armonía biopsicosocial, en interacción dinámica con el medio en el cual vive.

1.2. La salud como un derecho constitucional

La salud es reconocida constitucionalmente como un derecho social, es decir, al que tienen acceso todos y cada uno de los habitantes de la República de Guatemala sin discriminación alguna, pudiendo utilizar numerosos recursos legales para ello y que además de su fundamento constitucional, está consagrado en varios tratados internacionales de derechos humanos.

La Constitución Política de la República de Guatemala en el Artículo 93 regula con respecto al derecho a la salud lo siguiente: "Derecho a la salud. El goce de la salud es derecho fundamental del ser humano, sin discriminación alguna."



Con gran amplitud la Constitución Política de la Republica de Guatemala reconoce el derecho a la salud y a la protección de la salud, por el que todo ser humano pueda disfrutar de un equilibrio biológico y social que constituya un estado de bienestar en relación con el medio que lo rodea, implica el poder tener acceso a los servicios que permitan el mantenimiento o la restitución del bienestar físico, mental y social.

Este derecho, como otros, pertenece a todos los habitantes de la República como mencionaba con anterioridad, a los que se garantiza la igualdad en las condiciones básicas para el ejercicio de los mismos.

Constituye la prerrogativa de las personas de disfrutar de oportunidades y facilidades para lograr su bienestar físico, mental y social.

Corresponde al Estado la responsabilidad de garantizar el pleno ejercicio de este derecho, lo que implica que el Estado debe tomar medidas adecuadas para la protección de la salud individual y colectiva y que se pongan al alcance de todos, los servicios necesarios para satisfacer las necesidades básicas. Implica, también, que se adopten las providencias adecuadas para que los habitantes puedan ejercer este derecho y colaborar en la solución de los problemas de la salud general.

El Artículo 94 de la Constitución Política de la República de Guatemala establece: "Obligación del Estado, sobre salud y asistencia social. El Estado velará por la salud y la asistencia social de todos los habitantes. Desarrollará, a través de sus instituciones, acciones de prevención, promoción, recuperación, rehabilitación, coordinación y las



complementarias pertinentes a fin de procurarles el más completo bienestar físico, mental y social.”

1.3. La salud como un derecho inherente a la persona humana

Se ha considerado que el derecho a la salud reviste amplia importancia desde el punto de vista constitucional y tiene amplia vinculación con el derecho a la vida; considerado el mismo como uno de los primeros derechos naturales de la persona humana el cual es garantizado por la Constitución Política de la República de Guatemala.

El Artículo tres de la Constitución Política de la República de Guatemala, regula: Derecho a la vida: “El Estado garantiza y protege la vida humana desde su concepción, así como la integridad y la seguridad de la persona.”

Es importante analizar que la Carta Magna en el Título II regula lo relativo a los derechos humanos, ubica el derecho a la salud dentro de los mismos. Se entiende por derechos humanos el conjunto de derechos vinculados con la dignidad de la persona y reconocidos como legítimos por la comunidad internacional.

Les corresponden en condiciones de igualdad a todos los seres humanos, por su propia naturaleza humana, desde la concepción en el seno materno, hasta el momento mismo de la muerte.

Son inherentes a la persona y no nacen de una concesión de la sociedad política, sino que deben ser garantizados y consagrados por ésta.



Se debe enfatizar que la salud es un derecho inherente a la persona humana, por ende es el rol fundamental del Estado, como promotor y gestor de las políticas y acciones, proteger la dignidad de la persona humana como eje central, asegurando el bienestar de todos sus habitantes.

En virtud de que la Constitución Política de la República reconoce que el goce de la salud es un derecho fundamental del ser humano sin discriminación alguna y reconociendo asimismo que la salud de los habitantes de la nación es un bien público el Decreto número 90-97 del Congreso de la República de Guatemala, Código de Salud hace referencia en el Artículo uno, del Libro I, el derecho a la salud.

El Artículo 1 de la Constitución Política de la República de Guatemala, regula: Del Derecho a la Salud. Todos los habitantes de la República tienen derecho a la prevención, promoción, recuperación y rehabilitación de su salud sin discriminación alguna.

La salud tiene la característica de ser por un lado un derecho en sí mismo y por el otro, ser condición habilitante para el ejercicio de otros derechos.

En ningún otro derecho como en la salud se observa la interdependencia entre los derechos tan claramente como en éste, ya que a la vez, la salud depende de otros derechos. Por lo tanto, el derecho a la salud debe entenderse como un derecho al disfrute de toda una gama de facilidades, bienes, servicios y condiciones necesarios para alcanzar el más alto nivel posible de salud al que tienen derecho los habitantes de un Estado.



El Código de Salud en el Artículo dos define a la salud como un producto social resultante de la interacción entre el nivel de desarrollo del país, las condiciones de vida de las poblaciones y la participación social, a nivel individual y colectivo, a fin de procurar a los habitantes del país el más completo bienestar físico, mental y social.

1.4. La salud como política de Estado

El Estado de Guatemala, a través del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, formula las políticas relativas a la salud y hace cumplir el régimen jurídico relativo a la salud preventiva y curativa; las acciones de protección, promoción, recuperación y rehabilitación de la salud física y mental de los habitantes del país y a la preservación higiénica del medio ambiente.

Debe efectuar la orientación y coordinación de la cooperación técnica y financiera en salud, velar por el cumplimiento de los tratados y convenios internacionales relacionados con la salud, en casos de emergencias por epidemias y desastres naturales.

1.5. Instituciones encargadas de velar por la salud

Según lo establecido en la Constitución Política de la República de Guatemala la salud es un derecho fundamental y es un principio constitucional, motivo por el cual es responsabilidad del Estado no solo establecer las políticas tendientes a conservar un eficiente sistema de salud pública, sino también velar por el estricto cumplimiento de las normas jurídicas que regulan la salud, siendo el gobierno de turno el obligado a ejercer



esas funciones y coordinar con diversas las instituciones nacionales e internacionales que están obligadas a velar por el estricto cumplimiento de dicho principio constitucional.

1.5.1. Gobierno de Guatemala

El gobierno de Guatemala es responsable de proteger a su población contra los peligros a la salud, debiendo velar por la misma, para lo cual desarrollará acciones de prevención, promoción, recuperación, rehabilitación, coordinación a fin de procurar el más completo bienestar físico, mental y social, tal y como lo regula el Artículo 94 de la Constitución Política de la República de Guatemala.

Una de las atribuciones fundamentales de los gobiernos es el establecimiento, a través del marco legislativo de leyes, normas y reglamentos fundamentales para la protección de la salud, evitar el fraude, facilitar el comercio de alimentos y la conformación de una infraestructura eficaz de control de la inocuidad de los alimentos.

El gobierno debe explicar cuál es la función de los consumidores y de los organismos que protegen su salud y promover la participación activa de las organizaciones de consumidores en la formulación de políticas y reglamentos alimentarios nacionales e internacionales, para aumentar así el nivel de transparencia y compromiso. La formación de recursos humanos, ya sea preparando capacitadores o capacitando directamente a operadores o gestores de sistemas de control de la calidad e inocuidad de los alimentos es un cometido que el Estado debe emprender conjuntamente con los otros agentes de la cadena de alimentos.



Con el fin de promover de manera satisfactoria la calidad e inocuidad de los alimentos que se ponen a disposición de los consumidores en los establecimientos de alimentos preparados (restaurantes, cafeterías, comedores, etc.), el Estado debe fomentar la aplicación de sistemas de certificación, a fin de estimular a los productores a cumplir con las normas establecidas. El hecho que se otorgue una certificación, da lugar a una forma de competencia por la salud entre los fabricantes de productos alimenticios similares, cuyo efecto derivado es la observación de la legislación.

1.5.2. Organización Mundial de la Salud (OMS)

Es el organismo de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) especializado en gestionar políticas de prevención, promoción e intervención en salud a nivel mundial. Inicialmente fue organizada por el Consejo Económico y Social de las Naciones Unidas que impulsó la redacción de los primeros estatutos de la OMS. El trabajo cotidiano de la OMS es realizado por la Secretaría, que está formada por un personal de 5000 entre sanitarios trabajando en las jefaturas, en las seis oficinas regionales y en los países.

La primera reunión de la OMS tuvo lugar en Ginebra, en 1948. La OMS realiza, además, diversas campañas relacionadas con la salud, como por ejemplo para el aumento del consumo de frutas y verduras en el mundo, o para reducir el uso del tabaco. Según la OMS: "La salud es el estado de completo bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedad".²

² OMS. Glosario de promoción de la salud. Pág. 10.



1.5.3. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social

El Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, en adelante denominado el Ministerio de Salud, de conformidad con lo que establece el Artículo dos del Reglamento Orgánico Interno del Ministerio de Salud, tiene a su cargo la rectoría del sector salud, así como la administración de los recursos financieros que el Estado asigna para brindar la atención integral de la salud a la población aplicando para el efecto los principios de eficacia, eficiencia, equidad, solidaridad y subsidiaridad.

Además, tiene entre otras funciones velar por la salud y la asistencia social de todos los habitantes y por lo tanto debe desarrollar acciones de prevención, promoción, recuperación, rehabilitación, coordinación y las complementarias pertinentes, a fin de procurarles el más completo bienestar físico, mental y social a todos los habitantes de la República de Guatemala.

El Código de Salud, en el Artículo 130, regula: “El Ministerio de Salud y otras instituciones de manera coordinada desarrollan las funciones siguientes: Al Ministerio de Salud le corresponden las de prevención y control en las etapas de procesamiento, distribución, transporte y comercialización de alimentos procesados de toda clase, nacionales o importados, incluyendo el otorgamiento de la licencia sanitaria para la apertura de los establecimientos... Asimismo, es responsable del otorgamiento de la licencia sanitaria y el control sanitario para los expendios de alimentos no procesados.”



El Acuerdo gubernativo 115-99 del Reglamento Orgánico del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, regula en el Artículo 25: “Las Direcciones Generales del Ministerio de Salud son dependencias técnico-normativas encargadas de normar, dirigir, supervisar, monitorear y evaluar los programas y servicios que son ejecutados por los distintos establecimientos institucionales y comunitarios...”

El Artículo 29 del Acuerdo gubernativo 115-99 del Reglamento Orgánico del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, indica: “La Dirección General de Regulación, Vigilancia y Control de la Salud... en coordinación con la Dirección del Sistema Integral de Atención en Salud, efectúan el control de la calidad del cumplimiento de las normas en forma periódica.

El Acuerdo gubernativo 969-99 del Reglamento para la inocuidad de los alimentos, regula en el Artículo 8: “...El Ministerio de Salud por conducto del Departamento de Regulación y Control de Alimentos, en adelante el Departamento y el Laboratorio Nacional de Salud, ambas dependencias de la Dirección General de Regulación, Vigilancia y Control de la Salud...coordinarán el Programa Nacional de Control de Alimentos, entre sí y con otras dependencias involucradas.”

El Artículo 9 del Acuerdo gubernativo 969-99 del Reglamento para la inocuidad de los alimentos, regula: “Las Áreas de Salud, el Departamento y el Laboratorio Nacional de Salud del Ministerio de Salud... coordinarán la ejecución de las actividades contempladas en el Programa Nacional de Control de alimentos, con unidades técnicas, municipalidades y otros entes oficiales y privados que considere convenientes.”



El Artículo 11 del Acuerdo gubernativo 969-99 del Reglamento para la inocuidad de los alimentos, regula: “El ámbito de responsabilidad y de competencia en materia de control de calidad e inocuidad de los alimentos, corresponde a las instituciones señaladas en el artículo 130 del Código de Salud.”

La inocuidad de los alimentos es un factor muy importante que debe tomarse en cuenta en toda institución que vela por la salud, pues depende en gran medida de la calidad de los alimentos que se producen, expenden y consumen en la República de Guatemala, la salud de sus habitantes.

1.5.4. Consejo Nacional de Salud

Es el órgano asesor del sector adscrito al Ministerio de Salud, encargado de promover mecanismos de coordinación entre las instituciones que conforman el sector, para asegura la eficiencia de todas las acciones que se realicen en cuanto a mejorar la salud de los habitantes. Además, el consejo debe asesorar al Ministerio de Salud, en la formulación y evaluación de políticas y estrategias y en el desarrollo de planes nacionales de salud de carácter sectorial e institucional.

1.5.5. Dirección de Atención y Asistencia al Consumidor (DIACO)

Es la dependencia del Ministerio de Economía que goza de independencia funcional y técnica con competencia en todo el territorio nacional. El Decreto número 06-2003 Ley de Protección al Consumidor y Usuario de conformidad con el Artículo uno tiene por objeto, entre otros, el defender los derechos de los consumidores.



El Artículo cuatro de la norma citada regula lo relativo a derechos de los consumidores y usuarios, dentro de los cuales en la literal a) se encuentra la protección a su vida, salud y seguridad en la adquisición, consumo y uso de bienes y servicios.

Mediante este Decreto se creó la Dirección de Atención y Asistencia al consumidor (DIACO), como una dependencia del Ministerio de Economía que goza de independencia funcional y técnica con competencia en todo el territorio nacional, según está regulado en el Artículo 53 de dicha norma.

La competencia de la DIACO es más amplia en relación a la del Ministerio de Salud, en virtud de que la primera interviene en caso de algún reclamo por parte de los consumidores por existir un hecho que atente contra sus derechos como tales, cualquiera que éste sea.

En este supuesto la DIACO, resolverá el caso buscando la satisfacción de un interés en particular (a favor del denunciante), luego de que se cumpla con el procedimiento administrativo que para el efecto se encuentra regulado en la ley de la materia.

Mientras que en caso de denuncia de los consumidores que observen que en cualquier establecimiento de alimentos preparados no se cumple con normas higiénico-sanitarias, los inspectores de saneamiento como parte del personal técnico de los centros de salud, proceden a la práctica de una inspección sanitaria con el objeto de evitar que la salud de toda una colectividad se vea afectada ya que éste es un derecho constitucional que están obligados a proteger.



1.6. Instrumentos internacionales que velan por el derecho a la salud

“En la hipótesis que no exista norma expresa de carácter legislativo o reglamentario que prohíba determinada conducta lesiva a la salud humana o al medio ambiente, ¿podría sostenerse que dicha acción cae dentro del principio que todo lo no prohibido está permitido?”³

En Guatemala tanto el Código de Salud, como la Constitución Política de la República de Guatemala regulan el Derecho a la Salud, además, existen varios acuerdos e instrumentos internacionales que velan por este derecho. A continuación algunos de ellas.

1.6.1. Declaración Universal de Derechos Humanos

Fue adoptada y proclamada por la Asamblea General de las Naciones Unidas, en su resolución 217 A (III) del 10 de diciembre de 1948.

En lo que se refiere al derecho a la salud y nutrición, en el Artículo 25 se encuentra claramente definido que cada persona debe tener un nivel de vida adecuado y principalmente a aspectos de bienestar, alimentación y en la asistencia necesaria en caso de enfermedad. Al mismo tiempo, se define como grupos de riesgo a las madres embarazadas, a las que están en periodo de lactancia, y a los niños incluso antes de su nacimiento, ya que requieren de cuidados y asistencia especiales.

³ Gordillo, Agustín Alberto y otros. **Derechos Humanos**. Pág. 1.



1.6.2. Convención sobre los Derechos del Niño

Desde la Convención sobre los Derechos del Niño, aprobada por la Asamblea de la Organización de las Naciones Unidas, el 20 de noviembre de 1989, Niño, se define como:

“Un ser humano menor de 18 años de edad....”

Los Artículos del 24 al 27 de esta Convención expresan el derecho que tiene el niño a disfrutar del más alto nivel de salud, para su desarrollo físico, mental, espiritual, moral y social; a tener una atención y tratamiento adecuados y a la aplicación de medidas que contribuyan a su rehabilitación.

Asimismo, se pone de manifiesto la responsabilidad que tiene el estado para asegurar que esto se cumpla mediante la adopción de medidas para: asegurar que toda la población y en especial los padres y los niños adquieran los conocimientos básicos sobre, la salud y la nutrición de los niños, las ventajas de la lactancia materna, la prevención de accidentes, la higiene y el saneamiento ambiental.

También, se especifica el derecho que tienen los niños y la responsabilidad que tiene el Estado para que todos ellos gocen de los beneficios del Seguro social, de conformidad con la legislación nacional.

En esta convención se declara a los padres de familia o encargados como los responsables de proporcionar al niño, de acuerdo a sus posibilidades, las condiciones de vida mínima, necesarias para su desarrollo integral.

1.6.3. Declaración de los Derechos del Niño

Esta declaración fue proclamada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1959. En ella, se establecieron 10 principios de los cuales, los números 2, 4 y 8 hacen referencia a los aspectos de salud y nutrición de que debe gozar el niño.

La declaración pone especial énfasis en los siguientes elementos, indispensables para un desarrollo físico, mental, moral, espiritual y social adecuado:

- La protección, atención especial así como la prioridad de atención en los servicios de salud y de socorro.
- El derecho a gozar de los beneficios de la seguridad social.
- Atención y cuidados especiales a la madre y a su niño durante el embarazo y después del parto.
- El derecho a disfrutar de vivienda, alimentación recreo y servicios médicos adecuados.





CAPÍTULO II

2. Alimentación saludable

Alimentación saludable es el conjunto de alimentos que cubren todas las necesidades de energía y nutrientes del cuerpo, los cuales permiten mantener un estado nutricional normal, ayudan a que el cuerpo funcione adecuadamente y a mantenerse sano.

De acuerdo a lo anterior, es importante mencionar que la alimentación saludable es vital en todas las etapas de la vida, pero esencialmente en la etapa de desarrollo infantil, en donde una alimentación saludable es significativamente importante para el crecimiento, el desarrollo físico e intelectual, cubrir necesidades de nutrientes y crear hábitos alimentarios (el papel de los padres y la familia es fundamental en esta etapa) que permanecerán en las demás etapas de la vida.

La alimentación en un sentido amplio, define la salud, el crecimiento y el desarrollo de las personas y debe contener una cantidad suficiente de los diferentes macro y micro nutrientes para cubrir la mayoría de las necesidades fisiológicas.

Estas necesidades se hayan influenciadas por distintos factores como el género, la edad, el estado fisiológico (embarazo, lactancia, crecimiento), la composición corporal, la actividad física y las características específicas de cada individuo. Se debe recordar que el papel que juega la alimentación en el niño es sumamente importante, pues al alimentarse no solamente introduce alimentos y nutrientes al cuerpo, también se

comunica, experimenta, aprende, juega, comparte, etc., por lo que es indispensable que se elija que la alimentación sea saludable, pero que también sea divertida en donde los niños sean los actores principales. La imaginación es el ingrediente perfecto para fomentar en ellos la selección adecuada de alimentos.

2.1. Objetivos de una alimentación saludable

- a) Asegurar un beneficio global de las recomendaciones dietéticas diarias.
- b) Aportar una cantidad suficiente de calorías diariamente, que permita llevar a cabo los procesos metabólicos y físicos necesarios.
- c) Suministrar suficientes nutrientes proteínicos que regeneren y regulen todos los sistemas y tejidos.
- d) Favorecer la obtención y mantenimiento de un peso ideal.
- e) Aportar un equilibrio nutricional adecuado entre un 45-65% de carbohidratos, 20-35% de grasas y un 10-20% de proteínas de alto valor biológico.
- f) Reducir el riesgo de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación.

2.2. Características de una alimentación saludable

La alimentación es un proceso voluntario a través del cual las personas se proporcionan sustancias aptas para el consumo, las modifica partiéndolas, cocinándolas,



introduciéndolas en la boca, masticándolas y deglutiéndolas. Es a partir de este momento que acaba la alimentación y empieza la nutrición, que es un proceso inconsciente e involuntario en el que se recibe, transforma y utilizan las sustancias nutritivas (sustancias químicas más simples) que contienen los alimentos. Por este motivo, es importante determinar las características de una alimentación saludable.

“Para una alimentación saludable, es fundamental tener en cuenta las recomendaciones de las Guías Alimentarias y realizar como mínimo cinco comidas al día: Desayuno, Media mañana, Almuerzo, Merienda y Cena”.⁴

2.2.1. Variada

No existe ningún alimento que contenga todos los nutrientes esenciales, es por ello la necesidad de un aporte diario y variado de todos los grupos de alimentos en las proporciones adecuadas, para cubrir las necesidades fisiológicas de nuestro organismo.

2.2.2. Equilibrada y adecuada

Las proporciones de los alimentos elegidos deben modificarse para favorecer la variedad alimentaria de modo que la alimentación responda a las necesidades nutricionales de cada persona con sus características y circunstancias particulares.

⁴ Serafín, Patricia. **Manual de alimentación escolar saludable**. Pág. 13.



2.2.3. Saludable e inocua

Una alimentación sana incluye los conceptos de variedad, equilibrio y adecuación junto con las características de un estilo de vida saludable.

Asimismo, debe reunir los criterios de preparación con higiene y calidad. Para ello, deben mantenerse estándares de higiene y calidad desde la adquisición de los alimentos hasta que son entregados para el consumo.

Una alimentación saludable es aquella que permite el crecimiento y desarrollo del niño, el mantenimiento de la salud, la actividad y creatividad del adulto, así como la supervivencia y el confort en el anciano.

Además, el término saludable se relaciona con una alimentación que favorece y posibilita el buen estado de salud y que disminuye el riesgo de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación.

2.3. Hábitos para una alimentación saludable

“Se pueden definir como los hábitos adquiridos a lo largo de la vida que influyen en nuestra alimentación. Llevar una dieta equilibrada, variada y suficiente acompañada de la práctica de ejercicio físico es la fórmula perfecta para estar sanos. Una dieta variada



debe incluir alimentos de todos los grupos y en cantidades suficientes para cubrir nuestras necesidades energéticas y nutritivas”.⁵

2.3.1. Hábitos de higiene

“El aseo es una virtud, y se adquiere practicándolo en forma cotidiana. Se puede definir como la repetición de acciones de limpieza en la persona, atuendos y entorno (casa, animales domésticos con los que se convive, muebles, etcétera) respetando los recursos, o sea sin derrochar agua, ni usando productos que puedan dañar el medio ambiente, con el fin de preservar la salud”.⁶

Lavarse las manos con agua y jabón antes de comer, luego de viajar o de salir de compras, o de tocar dinero; bañarse en forma diaria, lavarse los dientes luego de ingerir alimentos, son hábitos de higiene personal, que se adquieren desde la más temprana infancia, en el núcleo familiar y se refuerzan o reeducan en la escuela.

Mantener limpios los utensilios de uso personal y los que se usan en la cocina, las toallas, la ropa de cama, los animales que conviven con nosotros, los sanitarios, complementan este saludable hábito, que no consiste en usar agua en exceso, sino solo la necesaria. En lugares públicos, y como responsabilidad del Estado, o de sus dueños si son empresas privadas, el cuidado de la higiene es un servicio esencial (por ejemplo en cines,

⁵ Victoria Galarza. **Hábitos alimentarios saludables**. Pág. 4.

⁶ <http://deconceptos.com/ciencias-sociales/habitos-de-higiene> (consultado 16/03/2016).



escuelas, hospitales, consultorios), pues puede poner en peligro la salud de la población por ser fuentes importantes de contagio, especialmente en el sector de baños. Proveer de agua potable es un servicio esencial que el Estado debe cumplir.

2.3.2. Manipulación de alimentos

Es de hacer notar que la causa principal de la contaminación de alimentos es la falta de higiene en la manipulación de los mismos. Las personas encargadas de esta labor juegan un papel importante con sus actitudes para corregir esta situación, esto hace que el manipulador practique reglas básicas que tienen que ver con su estado de salud, su higiene personal, su vestimenta y sus hábitos durante la manipulación de los alimentos.

La correcta presentación y los hábitos higiénicos además de ayudar a prevenir las enfermedades, dan una sensación de seguridad al consumidor y en el caso de negocios de comida, significan un atractivo para el cliente.

2.3.3. Actividad física

A nivel mundial, los índices de mortalidad y discapacidad atribuidos a las enfermedades crónicas no transmisibles, son cada día más grandes con tendencia a aumentar en los países en vía de desarrollo, presentando una mayor incidencia en personas jóvenes. A esto, se asocia la inactividad física que junto a las constantes innovaciones tecnológicas, en un mundo donde la globalización cobra su lugar, haciendo cada día más fácil y ágil el



desarrollo de distintas actividades cotidianas, originando una sociedad con principios sedentarios. La actividad física es un factor determinante del gasto de energía y por tanto del equilibrio energético y control de peso, además reduce el riesgo relacionado con enfermedades cardiovasculares, diabetes, y presenta ventajas considerables con otras enfermedades, en especial las asociadas con la obesidad. Se recomienda que las personas se mantengan activas durante toda la vida. La meta en relación con la actividad física se centra en mantener un peso corporal saludable, la recomendación para los niños y adolescentes, es de un total de una hora diaria de ejercicio de intensidad moderada, la cual está basada en cálculos del equilibrio energético y en un análisis de los numerosos trabajos publicados acerca de la relación entre el peso corporal y la actividad física.

2.3.4. Alimento saludable

“Un alimento saludable es aquel que carece de algún ingrediente, o no lo contiene en grandes cantidades, que pueda generar alguna enfermedad degenerativa cuando su consumo se repite”.⁷

Además, son aquellos que por su composición igual o por el particular proceso de su fabricación, se distinguen de los productos de consumo corriente. Son apropiados para el objetivo nutritivo señalado y se comercializan, indicando que responden a dicho objetivo.

⁷ https://es.wikipedia.org/wiki/Alimento_saludable. Consultado (20/02/2016)



Alimento: sustancia o producto de carácter natural o artificial apta para el consumo humano. Es cualquier sustancia que aporta la materia y la energía necesarias para realizar nuestras funciones vitales (OMS).

2.4. Nutrientes

Son componentes químicos de los alimentos, que se pueden utilizar una vez se han ingerido y absorbido. Comprenden los factores dietéticos de carácter orgánico e inorgánico contenidos en los alimentos y que tienen una función específica en el organismo (OMS).

Existen dos clases de nutrientes: nutrientes mayores (macronutrientes) y nutrientes menores (micronutrientes).

2.4.1. Nutrientes mayores

El Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, en las Guías Alimentarias para Guatemala, establece que son aquellos que el cuerpo necesita en mayores cantidades siendo éstos carbohidratos, proteínas y grasas, y los enumera de la siguiente manera.

1. **Carbohidratos:** son los que proporcionan al organismo energía, indispensable para el funcionamiento y desarrollo de las actividades diarias, como por ejemplo: caminar, trabajar y estudiar. Los alimentos fuentes de carbohidratos son: granos, cereales, papa, pan, yuca, plátano, azúcar, miel, etcétera.



2. **Proteínas:** su función principal es la formación de todos los tejidos en el organismo, por ejemplo: músculos, cabello, piel y uñas, entre otros. Además, son necesarios para el crecimiento adecuado. Las proteínas pueden ser de origen:

- **Animal:** entre ellas están todo tipo de carnes, leche y huevos.
- **Vegetal:** frijoles, soya, así como las mezclas de harinas (Incaparina y otras similares).

3. **Grasas:** son una fuente concentrada de energía. Son constituyentes de la pared celular, ayudan a la formación de hormonas y membranas, útiles para la absorción de las vitaminas liposolubles. Las grasas pueden ser de origen:

- **Animal:** como la manteca de cerdo, crema, mantequilla, etcétera.
- **Vegetal:** aceites y margarina.

2.4.2. Nutrientes menores

El Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, en las Guías Alimentarias para Guatemala, los define como aquellos que el cuerpo necesita en menores cantidades siendo éstos: vitaminas y minerales, y los enumera de la siguiente manera.

1. **Vitaminas:** ayudan a regular las diferentes funciones del organismo. El cuerpo humano sólo las necesita en pequeñas cantidades, pero si no se consumen, afectan la salud del individuo. Las vitaminas se encuentran en pequeñas cantidades en casi

todos los alimentos, principalmente en frutas, hierbas, verduras y productos de origen animal.

2. **Minerales:** al igual que las vitaminas, los minerales se necesitan en pequeñas cantidades. Estos forman parte de los tejidos y participan en funciones específicas del organismo. Los minerales también están presentes en pequeñas cantidades en muchos alimentos, especialmente en los de origen animal.

2.5. Beneficios de una alimentación saludable

Diego Bellido, en su revista médica universitaria establece: el cuerpo humano se renueva constantemente. Cada momento del día, los componentes básicos del cuerpo se desgastan y son reemplazados por nuevos tejidos y componentes bioquímicos. Alrededor del 98% del cuerpo se rehace de esta manera cada año. Las materias primas que el cuerpo utiliza para reconstruirse proceden casi exclusivamente de los alimentos. Esto significa, que el cuerpo está compuesto esencialmente, por lo que se ha comido durante el último año. Desde esta perspectiva, es fácil apreciar el impacto que la dieta tiene en la salud y bienestar.

2.6. Alimentación del niño en edad escolar

La edad escolar va desde los siete a los catorce años de edad. Es una etapa que se caracteriza por la influencia del ambiente escolar: autoridades escolares, maestros, compañeros, tienda escolar, recreos, juegos y deportes, en la alimentación y hábitos alimentarios de los niños. En la etapa escolar suele haber un incremento normal en el



apetito del niño, ya que empiezan a aprender acerca de los alimentos disponibles en la comunidad y practican deportes; ambos factores contribuyen a estimular su apetito.

En esta edad el niño ya tiene mayor independencia con respecto a lo que come. Es común que consuma alimentos fuera de casa y si se le da dinero para la refacción, tiene acceso a la tienda escolar que a menudo ofrece alimentos poco nutritivos.

Para mejorar esta situación, se debe dar orientación para realizar una buena compra de alimentos. Si se toma en cuenta la opinión y preferencia de los niños en la preparación de las comidas y refrigerios, es seguro que ellos mostrarán una actitud más favorable hacia:

- Los buenos hábitos alimentarios,
- El consumo de alimentos nutritivos; y
- Los buenos hábitos de higiene.

Las necesidades nutricionales de los niños en edad escolar están determinadas por la continuación de su crecimiento, la intensa actividad física que desarrolla en esta etapa, el mantenimiento de la resistencia a infecciones y la acumulación de la reserva de nutrientes para la etapa de adolescencia.

Los nutrimentos que merecen especial atención en esta etapa, son las proteínas, el hierro, el yodo, la vitamina A, la vitamina E y las vitaminas del complejo B.



Hasta la edad de 10 a 11 años, las necesidades nutricionales son iguales para niños y niñas; de allí en adelante, aumentan los requerimientos energéticos en varones; pero para toda la vida se mantienen los principios de balance y variedad.

2.7. Crecimiento y desarrollo del niño en edad escolar

“El crecimiento y desarrollo del niño se caracteriza por una secuencia ordenada de eventos cronológicos, de numerosos detalles en su expresión física y cognoscitiva, y por la gran variabilidad de resultados en cuanto a la capacidad física y funcional del individuo”.⁸

Los niños en edad escolar generalmente tienen habilidades motrices fuertes y fluidas. Sin embargo, su coordinación (en especial ojo-mano), resistencia, equilibrio y capacidades físicas varían.

Las destrezas motrices finas también varían ampliamente. Estas destrezas pueden afectar la capacidad del niño para escribir en forma pulcra, vestirse de forma adecuada y realizar ciertas tareas domésticas, como tender la cama o lavar los platos.

Habrán diferencias considerables en estatura, peso y tipo físico (contextura) entre los niños de este rango de edad. Es importante recordar que los antecedentes genéticos, al igual que la nutrición y el ejercicio, pueden afectar el crecimiento de un niño.

⁸ Daza, Carlos. **Nutrición infantil y rendimiento escolar**. Pág. 93.



Existe amplia documentación sobre las relaciones entre crecimiento físico, desarrollo cognoscitivo y estado emocional, como sucede en la pubertad, cuando se alcanza en forma muy temprana o más tardía de lo esperado para la edad cronológica respectiva.

Son conocidos los trastornos psicológicos y de comportamiento que puede experimentar el niño, ya sea en una u otra de las anteriores circunstancias, durante este período crítico de la vida. Los niños en edad escolar son muy activos. Ellos necesitan actividad física y aprobación de sus compañeros y desean intentar comportamientos más osados y aventureros.

2.7.1. Desarrollo cognoscitivo

Las ideas que se tenían sobre la acción letal de la desnutrición en época temprana de la vida y su efecto en el desarrollo del cerebro, evolucionaron considerablemente desde mediados de la década de 1960.

Hasta esa época, se temía que la desnutrición sufrida durante ciertos períodos sensitivos de la vida, sobre todo al comienzo del desarrollo del niño, produciría cambios irreversibles en el cerebro, acompañados probablemente de retardo mental y trastornos en las funciones cerebrales. Se sabe ahora, que la mayoría de los cambios en el crecimiento de las estructuras cerebrales eventualmente se recuperan en alguna medida, aunque perduran alteraciones en el hipocampo y el cerebelo. Investigaciones recientes han documentado que estos cambios en la función neural receptora del cerebro son producto



de episodios tempranos de malnutrición energético-proteica. El rango de vulnerabilidad por edad, de los efectos de la desnutrición a largo plazo, puede ser mucho mayor de lo que se había sospechado y aún se desconoce el nivel mínimo de desnutrición (déficit de ingesta de alimentos) que es necesaria para producir estas alteraciones de largo plazo.

Gran parte de los estudios sobre desnutrición y retardo mental, se han realizado en niños de edad preescolar, al reconocerse el papel esencial de la nutrición en el crecimiento y desarrollo físico del niño.

2.7.2. Rendimiento escolar

Los niños de edad escolar no presentan, en general, una morbilidad elevada por causa de la desnutrición. Han pasado los años de mayor riesgo en la primera infancia. La velocidad de crecimiento es más lenta que en los primeros cinco años de vida y son capaces de consumir todos los alimentos que componen la dieta familiar.

De ordinario, han adquirido un alto nivel de inmunidad, por lo menos contra algunas de las infecciones y parasitosis más comunes.

Sin embargo, los escolares de familias de bajos ingresos están a menudo mal alimentados y presentan signos de malnutrición, incluyendo índices antropométricos por debajo de los promedios nacionales, con baja talla o insuficiencia ponderal para la estatura y poca grasa subcutánea, aunque sin síntomas suficientes para justificar su asistencia a un servicio de salud.



En síntesis, aunque no hay datos experimentales concretos sobre la relación de la nutrición con el rendimiento intelectual del niño escolar, sí se puede decir enfáticamente que la desnutrición en los primeros años de vida puede afectar el comportamiento y el rendimiento del niño en esta etapa de su vida.

Se ha sugerido que, en comparación con sus compañeros bien nutridos, el niño mal alimentado casi siempre es indiferente, apático, desatento, con una capacidad limitada para comprender y retener hechos y con frecuencia se ausenta de la escuela. Todo ello, se refleja en el proceso de aprendizaje y en el rendimiento escolar. Este déficit contribuye a que las tasas de repitencia y deserción escolar sean altas, lo que limita la oportunidad de que este niño desnutrido pueda tener una vida sana y productiva en su etapa adulta.





CAPÍTULO III

3. Establecimientos educativos de Guatemala

“Los centros educativos son establecimientos de carácter público, privado o por cooperativa, a través de los cuales se ejecutan los procesos de educación escolar. El fundamento para los centros públicos, privados o por cooperativas son los artículos desde el 19 al 27 de la respectiva ley. Estos centros están integrados por los educandos, los padres de familia, los educadores y el personal técnico, administrativo y de servicio”.⁹

Ahora bien, el sistema de educación nacional se conforma por dos subsistemas de acuerdo al Artículo 6, de la Ley de Educación Nacional, Decreto legislativo 12-91, así:

- Subsistema de educación escolar.
- Subsistema de educación extra-escolar o paralela.

3.1. Subsistema de educación escolar

“Para la realización del proceso educativo, en los establecimientos escolares, está organizado en niveles, ciclos, grados y etapas en educación acelerada para adultos, con programas estructurados en los currículos establecidos y los que se establezcan, en

⁹ https://es.wikipedia.org/wiki/Sistema_educativo_de_Guatemala#Centros_educativos (consultado:16/03/2016)



forma flexible, gradual y progresiva para hacer efectivos los fines de la educación nacional".¹⁰

- Primer nivel: educación inicial.
- Segundo nivel: educación pre-primaria (párvulos 1, 2, y 3).
- Tercer nivel: educación primaria (primero al sexto grado y educación acelerada para adultos de la primera a la cuarta etapa).
- Cuarto nivel: educación media (ciclo de educación básica y de educación diversificada).

3.1.1. Educación pre-primaria

Este nivel constitucionalmente no es obligatorio, pero igualmente se imparte en tres modalidades: 1) la modalidad parvularia, 2) la pre-primaria bilingüe y 3) pre-primaria acelerada. Las dos primeras están conformadas por un ciclo de 3 años, donde la promoción es automática entre los años. La única diferencia entre estas dos modalidades es que la primera se da en castellano, sin importar el idioma materno del estudiante y la segunda se desarrolla en el idioma materno del estudiante y se enfoca en desarrollar la interculturalidad. La tercera modalidad, es una alternativa para aquellos niños que no cursaron ninguna de las dos primeras modalidades, usualmente los niños más pobres, y se imparte en 35 días. El objetivo de este nivel, es desarrollar el adiestramiento necesario para ingresar a primero primaria cómo también habilidades de socialización.

¹⁰ <http://www.mineduc.gob.gt/portal/index.asp> (consultado 16/03/2016)



El Artículo 22, Acuerdo ministerial 1171-2010, regula: los estudiantes son promovidos automáticamente, pasan al siguiente nivel (primero primaria) al cumplir, como mínimo, 6 años con 6 meses al iniciar el período lectivo.

3.1.2. Educación primaria

La educación primaria es obligatoria para la población entre 7 y 14 años, está conformada por dos ciclos. El primero, es de educación fundamental; y el segundo, de educación complementaria. Los contenidos que se imparten en primaria están regidos por el Currículo Nacional Base (CNB), que define un 80% de lo que se debe de impartir a nivel nacional, el otro 20% corresponde a los contenidos locales y regionales.

El CNB define las áreas y subáreas, como las competencias que los estudiantes deben alcanzar por ciclo y grado. Finalmente, también presenta propuestas de indicadores de logro que permiten observar si el estudiante ha alcanzado las competencias por grado.

Ciclo de educación fundamental:

1°. Primaria.

2°. Primaria.

3°. Primaria.



Ciclo de educación complementaria:

4°. Primaria.

5°. Primaria.

6°. Primaria.

La aprobación de las áreas y subáreas es si los estudiantes logran una nota mínima de 60 puntos de 100 y la promoción entre cada grado se da si el estudiante logra aprobar todas las áreas y subáreas que recibió en el grado. En la primaria como en la pre-primaria existe un profesor de grado, que imparte la mayoría de las áreas y subáreas, las únicas áreas que pueden tener un profesor diferente son: educación musical, educación física.

3.1.3. Educación básica

La educación básica abarca lo que es la educación secundaria o también llamado ciclo de cultura general básica, incluyendo los grados de:

1°. Básico.

2°. Básico.

3°. Básico.

También, se le llama educación media. Una vez finalizada la etapa de educación básica se continúa con el ciclo diversificado.



3.1.4. Ciclo diversificado

El ciclo del diversificado o como se le conoce en Guatemala: carrera, dependiendo de la misma puede durar dos o tres años los grados son:

4°. Diversificado.

5°. Diversificado.

6°. Diversificado.

Las carreras que más se estudian en Guatemala son:

Magisterio.

Perito Contador.

Bachillerato en Ciencias y Letras.

Bachillerato en Computación.

Secretariado.

Administración de Empresas.

3.2. Subsistema de educación extra-escolar o paralela

El subsistema de educación extra-escolar o paralela, es una forma de realización del proceso educativo, que el Estado y las instituciones proporcionan a la población que ha



estado excluida o no ha tenido acceso a la educación escolar y a las que habiéndola tenido desea ampliarlas.

La educación extra-escolar o paralela, tiene las características siguientes:

- a) Es una modalidad de entrega educacional enmarcada en principios didáctico-pedagógicos.
- b) No está sujeta a un orden rígido de grados, edades ni a un sistema inflexible de conocimientos.
- c) Capacita al educando en el desarrollo de habilidades y destrezas, hacia nuevos intereses personales, laborales, sociales, culturales y académicos.

3.3. Educación pública

Se denomina educación pública al sistema nacional educativo de cada país, que está gestionado por la administración pública y sostenida con los impuestos. Por lo general, comprende la planificación, supervisión o ejecución directa de planes de estudio y educación escolarizada de diversos niveles académicos siendo preeminente la realización de los niveles que la norma jurídica considere obligatorios, consistiendo por lo general en la educación primaria, no obstante, ello no excluye a niveles preescolares o superiores que no se consideren obligatorios. El objetivo de la educación pública es la accesibilidad de toda la población a la educación y generar niveles de instrucción deseables para la obtención de una ventaja competitiva.



Regularmente, la educación pública queda a cargo del gobierno, quien llega a proporcionar la planta física y docente, y hasta materiales didácticos, para la realización de los estudios y por tal motivo generalmente existen entidades de la administración pública, relacionados con el sistema educativo tales como los departamentos o Ministerios de Educación. Estos están encargados de organizar y controlar los servicios educativos de cada país. La educación pública se ofrece a los niños del público en general por el gobierno, ya sea nacional, regional o local, siempre por una institución de gobierno civil, y pagado; en todo o en parte, por los impuestos.

El término se aplica generalmente a la educación básica, la educación primaria y secundaria o bien a todo el sistema comprendido entre kindergarten y el último curso de la educación secundaria. También, se aplica a la educación post-secundaria, educación superior, o las universidades, colegios, escuelas técnicas que reciben ayudas públicas.

3.4. Educación privada

Educación o enseñanza privada es la educación que, a diferencia de la educación pública (dirigida por instituciones públicas), se produce en una institución educativa dirigida mediante la iniciativa privada (como una escuela privada, un colegio privado o una universidad privada); o bien mediante la dirección de un preceptor o institutriz particular, costado por la propia familia. Estos colegios son habitualmente de pago, pero en algunos sistemas educativos la educación privada también puede ser, en algunos casos, total o parcialmente subvencionada con fondos públicos, como ocurre en la llamada escuela concertada. En otros casos, incluye la



posibilidad de acceso a cierto número de estudiantes con recursos económicos insuficientes mediante algún sistema de becas.

“El derecho a la educación es un derecho fundamental, ya que sin él el acceso a otros derechos queda enormemente dificultado. Los poderes públicos no sólo deben reconocer la libertad educativa de todo ser humano sino que además han de promoverla, protegerla y asegurarla, aportando las ayudas financieras necesarias para alcanzar este objetivo”.¹¹

El término "educación pública" no es sinónimo de "enseñanza pública". La educación pública se puede proporcionar en el hogar, que emplea a profesores visitantes, la supervisión de los profesores y/o aprendizaje a distancia.

En algunos países, como Alemania, las iglesias o asociaciones privadas pueden hacer funcionar sus escuelas de acuerdo a sus propios principios, siempre y cuando cumplan con ciertos requisitos del Estado. Cuando se cumplen los requisitos, especialmente en el ámbito de los programas escolares, las escuelas podrán optar a recibir financiación estatal. Luego se tratan y financieramente para la acreditación como parte del sistema de educación pública, a pesar de que tomar decisiones sobre la contratación y la política de la escuela (no contratación de los ateos, por ejemplo), que el Estado no podría hacerse.

Los que apoyan la educación pública afirman que es necesaria debido a la necesidad en la sociedad moderna para mejorar las capacidades en torno a la lectura, escritura y cálculo matemático de sus ciudadanos. Sin embargo, algunos argumentan que la

¹¹ LLorent Bedmar, Vicente *El cheque escolar y la escuela en casa*, revista de educación. Pág. 248.



educación estaría mejor administrada por el sector privado, ya que la inversión de esta podría incrementar las facilidades en cuanto a tecnología de sus estudiantes.

3.5. Tiendas escolares

La tienda escolar, es un servicio educativo que se da a todo el alumnado en los centros educativos autorizado. Este lo usa bien por necesidad de escolarización o por el deseo de utilización de la comunidad educativa y promover buenos hábitos de alimentación, pero sin apartarse de los objetivos, plantificados. El servicio de tienda escolar debe entenderse como un servicio educativo que complementa la labor del centro docente desarrollando hábitos y actitudes saludables en el alumnado en relación con la nutrición, lo que garantiza una dieta sana y equilibrada. La tienda escolar contribuye así a favorecer la salud de los escolares en la etapa de sus vidas de mayor crecimiento y necesidades tanto físicas como intelectuales y fomenta el compañerismo y las actitudes de respeto y tolerancia hacia alumnos y alumnas pertenecientes a colectivos con peculiaridades alimenticias propias. La tienda escolar se establecerá dentro de los planteles, en áreas que no afecten la prestación del servicio educativo. En cada institución educativa podrá funcionar una tienda escolar. Las donaciones en especie recibidas por la institución educativa para su comercialización en la tienda escolar, que puedan ser consumibles, se venderán al responsable de la tienda escolar y los recursos que se obtengan formarán parte de los ingresos escolares. Los ingresos que se obtengan de la operación de la tienda escolar se destinarán para establecer un mecanismo permanente de financiamiento para cubrir las necesidades de la institución educativa.



Según lo plantea el Ministerio de Educación en el Acuerdo ministerial número 1088, la tienda escolar es una de las múltiples actividades que pueden efectuarse en la escuela para contribuir al desarrollo integral del niño, facilitándole actuar inteligentemente con experiencias constructivas de su medio.

Fundamentalmente, los objetivos de esta actividad escolar son formativos, informativos y económicos.

3.5.1. Objetivos formativos

- Crear y fomentar en el niño el sentimiento de cooperación, honradez y respeto.
- Crear en el niño hábitos de higiene, como base de una buena salud personal y de la comunidad.
- Proporcionar al educando experiencias de organización en el desarrollo de su personalidad.
- Habilitar al niño para que le dé un uso adecuado a los valores materiales.

3.5.2. Objetivos informativos

- Que el alumno aprenda a seleccionar los alimentos útiles al organismo.
- Que aprenda la importancia de los alimentos en la conservación de la salud.
- Que conozca los mercados y otros lugares de expendio y consumo de la localidad.
- Que sepa aprovechar los productos propios de la región.



3.5.3. Objetivos económicos

- Que el alumno adquiriera destreza en el uso de la moneda.
- Que comprenda la importancia del valor adquisitivo del dinero.
- Que adquiriera un concepto adecuado de lo que es “ganancia” y el mejor uso que se le puede dar a la misma.

Los objetivos planteados pueden ampliarse según la iniciativa del maestro y deben tenerse presentes durante todo el desarrollo de la actividad.

Cada una de las actividades a que da lugar la tienda escolar, debe relacionarse con los contenidos programáticos correspondientes, debiéndose por lo tanto, orientar a los programas de estudio vigentes.

Idealmente, las tiendas escolares son establecimientos creados con la finalidad de ofrecerle al estudiante la oportunidad de adquirir alimentos o productos de alto valor nutritivo, mejorando así sus hábitos alimentarios y de consumo.

Sin embargo, la calidad nutricional de los alimentos que actualmente en ella se ofrecen es deficiente y las opciones disponibles no tienen un balance adecuado de nutrientes.

Creados con este objetivo, estos establecimientos se convierten en laboratorios, donde el estudiante practica los conocimientos que sobre alimentación y nutrición se imparte en las aulas escolares.



3.5.4. Alimentos para la venta en las tiendas escolares

Los alimentos seleccionados para su venta en establecimientos educativos deben poseer características de un alimento saludable y a la vez características organolépticas que permitan identificar si el alimento es o no adecuado para su consumo, si es de buena calidad nutricional y es inocuo.

“Si una escuela decide vender comida con un valor nutritivo limitado, no debe venderla durante el día escolar. Para que un alimento se considere aprobado para su venta dentro de un centro educativo, deben considerarse las características de porciones individuales, tales como que su aporte calórico no sea mayor a 210 calorías, no debe sobrepasar un 30% de calorías provenientes de grasas, menos del 10% de calorías totales pueden derivar de grasas saturadas y trans, con respecto al azúcar no debe ser mayor a 35% del peso del alimento en azúcar refinada que no está naturalmente en frutas, verduras o productos lácteos. Ese es el caso de los alimentos nutritivos”.¹²

Diversos estudios han demostrado que el consumo de alimentos está determinado por el entorno donde el individuo y las comunidades se desenvuelven; la familia, instituciones educativas, empleo, condiciones económicas, cultura y las políticas públicas son factores que influyen en este aspecto.

Publicaciones internacionales han reportado disponibilidad de alimentos con baja calidad nutricional y alto contenido energético en tiendas escolares de establecimientos

¹² Condado de Elkhart. **Alimentos saludables en escuelas**. Pág. 6.



educativos, lo cual afecta en el desarrollo de los escolares, en su salud y por ende en su rendimiento escolar también.

Lo ideal es que en los centros educativos se promuevan conductas de estilos de vida saludable para que los estudiantes logren identificar y escoger alimentos nutritivos y adecuados para su salud y desarrollo. En estas conductas juegan un papel importante las tiendas escolares ya que son en ellas donde lamentablemente se encuentran opciones de alimentos poco saludables y el alumno se ve obligado a consumirlos. Es por esto que tanto directores y maestros junto con la persona encargada de las tiendas escolares se reúnan y determinen que clase de alimentos se venderán en la tienda y brindar la opción a los alumnos a poder contar en sus tiendas escolares con alimentos saludables también. Se sugiere que para que en una escuela se cuente con una tienda escolar saludable haya en venta frutas, jugos naturales, verduras en ensaladas, panes y comida casera. Como estrategia para promover las tiendas escolares saludables, dentro de las aulas se pueden organizar días donde los alumnos, maestros y padres de familia promuevan el consumo de alimentos saludables.

3.5.5. Alimentos no saludables para la venta

Los alimentos no saludables son identificados según características propias del mismo, como un contenido alto en azúcar o sal, grasas saturadas y trans, aditivos químicos y normalmente son deficientes en vitaminas y minerales. Los alimentos energéticamente densos caen en esta categoría. Estos son alimentos no saludables cuando llegan a ser



parte de la alimentación diaria, ya que pueden favorecer la aparición de obesidad y deficiencia de micronutrientes.

Corresponde al responsable de la tienda escolar, expender alimentos de valor nutritivo e higiénicamente preparado, comercializar, en su caso, otros productos que se relacionen con la actividad escolar y ofertar los productos más baratos o a igual precio que los ofrecidos en el mercado común.

“La Organización Mundial de la Salud ha recomendado no realizar publicidad de alimentos no saludables dirigida a niños/as, ya que esta sería una influencia negativa en los hábitos y la salud de niños y niñas”.¹³

Una refacción escolar no saludable, da como resultado a niños y adolescentes con poca capacidad de atención y memoria; se les observa débiles, con sueño e irritables, dando como resultado un bajo rendimiento académico.

3.5.6. Regulación legal de las tiendas escolares

El Artículo 1 del Reglamento de tiendas escolares Acuerdo ministerial número 1088 regula: “La tienda escolar es una de las múltiples actividades que pueden efectuarse en la escuela, para contribuir al desarrollo integral del niño, facilitándole actuar inteligentemente en experiencias constructivas de su medio”.

¹³ Maurer, Tomas. **Guía de kioscos y colaciones saludables**. Pág. 11.



El Artículo 20 del Reglamento de tiendas escolares Acuerdo ministerial número 1088 regula: “La compra de productos para la venta de la tienda escolar, se hará siempre bajo la dirección y responsabilidad del maestro encargado de la referida actividad”.

Esto significa que el maestro responsable o encargado de la compra de los productos para la venta debe velar que estos sean saludables y aptos para el consumo, para garantizar una refacción escolar saludable.

El Artículo 21 del Reglamento de tiendas escolares Acuerdo ministerial número 1088 regula: “Los miembros del personal responsables de la organización y funcionamiento de la tienda escolar, pondrán especial empeño en la pureza, limpieza, calidad y buenas condiciones de los productos a expender, debiendo descartarse aquellos productos de procedencia dudosa”.

La calidad de los productos a vender en una tienda escolar es de suma importancia, por lo tanto según lo establecido en el Artículo anteriormente citado, es deber especial de los responsables controlar la calidad de los alimentos.

El Artículo 22 del Reglamento de tiendas escolares Acuerdo ministerial número 1088 regula: “La tienda escolar que no se ajusta en su organización y funcionamiento a lo prescrito en el presente Reglamento, será suspendida por el supervisor respectivo, quien notificará lo resuelto a la dirección de educación preprimaria y primaria urbana para los correspondientes efectos”.



Si bien es cierto se establece como sanción la suspensión de la tienda escolar que no cumpla con lo prescrito en el Reglamento, esto no es la solución, por lo tanto el Estado debe desarrollar estrategias o políticas para fortalecer el control de la venta de alimentos en los establecimientos Educativos y concientizar a los padres de familia a incentivar a sus hijos a tener una alimentación saludable, porque de nada sirve que los establecimientos ofrezcan a la venta alimentos saludables, si los mismos alumnos no gustan de estos.

El Acuerdo ministerial número 1088, Reglamento de Tiendas Escolares el cual tiene como objetivo contribuir con el desarrollo del propio establecimiento y con la educación formativa, informativa y económica del estudiante, de tal manera que sea productivo, y colectivo, tanto dentro del establecimiento, como en el hogar, pero no establece una regulación específica de los productos que se pueden o no vender en las tiendas escolares y además es inaplicable en muchos establecimientos educativos tanto públicos como privados, ya sea porque desconocen del acuerdo, o desobediencia del mismo.



CAPÍTULO IV

4. Análisis de la necesidad de crear una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala

Guatemala es un país con un índice muy alto de desnutrición infantil, esto se debe a diversas causas entre las cuales se pueden mencionar: la extrema pobreza, la falta de conocimiento de cómo llevar una vida saludable, y la falta de una ley que regule los lineamientos de los alimentos que deben ser vendidos para el consumo, específicamente por los niños de edad escolar. Está comprobado que en la mayoría de los establecimientos educativos tanto públicos como privados, se venden productos conocidos como comida chatarra, los cuales carecen de elementos nutritivos y por lo tanto esto ocasiona que los escolares durante su estancia en los establecimientos educativos no se alimenten sanamente; y por consiguiente, no rinden de manera correcta en sus estudios; por lo que es necesario que se cree la ley que regule los productos alimenticios que deben ser vendidos en las tiendas escolares de la República, para así garantizar un mejor desarrollo físico, social y emocional de los escolares, cumpliendo así el Estado con la obligación de velar por la salud de los habitantes de Guatemala.

La etapa escolar constituye un período estable de crecimiento y desarrollo físico e intelectual, donde una alimentación saludable es la base de una correcta educación nutricional, pues es donde empiezan a asentarse los hábitos alimentarios, que se harán resistentes a cambios en la edad adulta. La escuela y la tienda escolar, constituyen el marco idóneo para poner en práctica los conocimientos teóricos aprendidos y desechar



aquellas conductas erróneas sobre alimentación. Para educar a escolares en la adquisición de buenos hábitos alimentarios, se debe trabajar desde varios ámbitos tanto en la escuela como en la familia.

Durante la etapa escolar, es importante que los niños, y las niñas dispongan de alimentos saludables que les brinden todos los nutrientes que ellos necesitan para tener energía y así realizar sus actividades escolares satisfactoriamente.

La tienda escolar es muy importante para los niños, ya que durante el recreo ellos consumen los alimentos que en estas se ofrecen.

Al hablar de la tienda escolar se debe recordar que la mayoría de los padres no tienen idea de qué se les ofrece a sus hijos durante su estancia en la escuela de lunes a viernes; esto lleva a pensar en la cantidad de niños y niñas con sobrepeso y desnutrición en las escuelas, ya sea por exceso de calorías vacías o simplemente por el hecho de no contar con los nutrientes necesarios. Aunado a todos estos inconvenientes, se debe tener presente que los niños forman sus hábitos alimentarios formados desde sus hogares.

Al momento de llevar a los niños a la escuela se debe averiguar qué es lo que se les ofrece y estar pendiente de la correcta nutrición del escolar, ya que de ello depende su desempeño mental y físico en todas las actividades del día.

Nunca es demasiado pronto para fomentar hábitos de alimentación saludable en los niños y las niñas. Al darles opciones, ellos aprenden a ser independientes, pero es importante asegurar que estas opciones garanticen una alimentación sana que redunde en beneficio



de la salud integral del estudiante. Por ello, las tiendas escolares pueden ser el lugar ideal para vender y fomentar el consumo de alimentos sanos.

Los niños pasan una cantidad significativa de tiempo en la escuela, por lo que la alimentación disponible en la escuela es importante para una vida saludable, porque la influencia de la escuela continúa hasta la edad adulta.

“Dado que el desayuno es una de las principales comidas del día y debería cubrir el 25% de las necesidades nutritivas, su omisión o la ingesta de un desayuno insuficiente o deficiente, puede repercutir en las actividades físicas e intelectuales de los adolescentes como disminución de la atención y del rendimiento académico, especialmente en las primeras horas de clase”.¹⁴

Si los escolares aprenden tempranamente a comer bien, a tener hábitos alimentarios saludables y a llevar un estilo de vida activo, seguramente cuando sean mayores estarán más sanos y será más difícil que desarrollen enfermedades crónicas degenerativas como: obesidad, enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo II, ciertos tipos de cáncer, etc.

Además, será más probable que de adultos mantengan hábitos de vida adecuados, continúen realizando actividad física y deporte.

El compromiso de los adultos es orientar con el ejemplo, por ello en la medida que se fomenten los estilos de vida saludables y se oferten alimentos sanos desde los primeros

¹⁴ Aguilar, Victorina. **Relación entre la calidad del desayuno y el rendimiento académico de escolares.** Pág.384.



años de vida, se contribuirá a tener hombres y mujeres más saludables y productivas en el mañana.

Existe suficiente evidencia científica que afirma que una adecuada salud y nutrición impactan positivamente en los indicadores de matrícula, retención y promoción escolar, reduciendo la deserción.

Es por ello, que la inversión en materia de alimentación y nutrición contribuye a crear conocimientos, habilidades y motivación para adoptar buenos hábitos alimentarios y estilos de vida saludables, para construir una base sólida de salud.

La escuela primaria, es el medio ideal para educar en salud y nutrición, ya que los niños y niñas son captados a temprana edad, cuando sus hábitos aún pueden ser fácilmente formados y para ellos el aprendizaje es fácil, ameno, interesante, colorido y demostrativo.

La infancia es un período clave en la vida de una persona y es de suma importancia tener una buena alimentación para lograr el adecuado desarrollo y crecimiento del organismo.

Las tiendas escolares son espacios adecuados para la formación de valores positivos de nutrición y para el consumo de alimentos saludables y nutritivos, si se cumple con las orientaciones mínimas de higiene y nutrición.

A través de las tiendas escolares, se debe promover el rescate del uso de alimentos disponibles en cada una de las diferentes regiones del país, enfatizando su valor nutritivo.



Asimismo, es un espacio que permite informar sobre los beneficios de una buena alimentación, las normas básicas de una buena alimentación, la selección de alimentos nutritivos y sanos, las consecuencias en la salud producto de malos hábitos alimentarios.

Es importante la institucionalización de una ley que permita regular el funcionamiento de las tiendas escolares, incluyendo aspectos administrativos y de organización, definición de opciones saludables y nutritivas para la venta y definir lineamientos básicos y sencillos sobre higiene y manipulación de alimentos.

La importancia de la creación de esta ley radica, en que actualmente existen centros educativos que no cuentan con reglamentos o normativos internos que regulen la venta de alimentos en las tiendas escolares y esto influye en el índice de niños con bajo rendimiento escolar, pues un niño que no lleva una alimentación adecuada no rinde ni física, ni mentalmente, y es fundamental la refacción que ellos puedan consumir durante su estancia en los establecimientos educativos pues les ayuda a tener energías para adquirir conocimientos a diario.

El Estado de Guatemala está obligado a establecer las medidas necesarias para garantizar la salud de sus habitantes, en este caso a los niños de edad escolar, que son los años donde una persona necesita llevar una alimentación adecuada por la carga académica que recibe todos los días.



4.1. Consecuencias por la falta de control en la venta de alimentos y su regulación legal en los establecimientos educativos

La consecuencia más relevante por la falta de control en la venta de alimentos y su regulación legal específica son enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) que se originan por la ingestión de alimentos infectados con agentes contaminantes en cantidades suficientes para afectar la salud del consumidor, sean sólidos naturales, preparados, o bebidas simples como el agua, los alimentos pueden originar dolencias provocadas por bacterias, virus, hongos, parásitos o componentes químicos, que se encuentran en su interior.

Los síntomas varían entre los diversos factores que pueden incidir de acuerdo al tipo de contaminación, así como también según la cantidad del alimento contaminado consumido. Los signos más comunes son diarreas y vómitos, pero también se pueden presentar: dolores abdominales, dolor de cabeza, fiebre, síntomas neurológicos, visión doble, ojos hinchados, dificultades renales, etc.

Sin embargo, existen malestares provocados por los alimentos que no se consideran ETA, como las alergias que se manifiestan a los mariscos y pescados, o a la leche, por ejemplo. Para algunas personas, la mayoría de las ETA puede representar enfermedades pasajeras, que sólo duran un par de días y sin ningún tipo de complicación. Pero, en ciertos casos, las ETA pueden llegar a ser muy severas, dejar graves secuelas o incluso hasta provocar la muerte en personas susceptibles como son los niños, los ancianos, las mujeres embarazadas y las personas con las defensas bajas.



Las enfermedades transmitidas por alimentos pueden manifestarse a través de:

- Infecciones: son enfermedades que resultan de la ingestión de alimentos que contienen microorganismos vivos perjudiciales.
- Intoxicaciones: son las ETA producidas por la ingestión de toxinas formadas en tejidos de plantas o animales, o de productos metabólicos de microorganismos en los alimentos, o por sustancias químicas que se incorporan a ellos de modo accidental, incidental o intencional desde su producción hasta su consumo. Ocurren cuando las toxinas o venenos de bacterias o mohos están presentes en el alimento ingerido. Estas toxinas generalmente no poseen olor o sabor y son capaces de causar enfermedades después que el microorganismo es eliminado. Algunas toxinas pueden estar presentes de manera natural en el alimento, como en el caso de ciertos hongos y animales como el pez globo.

Toxi-infección causada por alimentos: es una enfermedad que resulta de la ingestión de alimentos con una cierta cantidad de microorganismos causantes de enfermedades, los cuales son capaces de producir o liberar toxinas una vez que son ingeridos. Ejemplos: cólera.

Un brote de ETA sucede cuando dos o más personas sufren una enfermedad similar, después de ingerir un mismo alimento, y los análisis epidemiológicos o de laboratorio, lo señalan como el origen de ese malestar.



Mientras que, un caso de ETA se produce cuando una sola persona se ha enfermado después del consumo de alimentos contaminados, según lo hayan determinado los análisis epidemiológicos o de laboratorio.

“Para paliar el problema de las enfermedades transmitidas por los alimentos es necesaria la participación continua de todos los sectores involucrados, esto es, las autoridades gubernamentales, los propietarios agroindustriales, los operarios dedicados a estas actividades y los consumidores. La adopción de medidas prácticas en los propios negocios relativas a las innovaciones técnicas de los procesos, en los modelos de organización productiva, en la gestión administrativa, en la inversión para el mejoramiento de la infraestructura de trabajo, entre otras acciones, sin duda ayudarán positivamente a mejorar la operatividad de la empresa”.¹⁵

De acuerdo con la información sobre la ocurrencia de ETA en las Américas, los riesgos que rodean a la inocuidad alimentaria plantean una preocupación evidente para la salud pública, que además de afectar las condiciones de salud de la población general, tienen un impacto directo en actividades como el turismo y el comercio de alimentos, que se encuentran en expansión.

Una acción a la que los países también deben comprometerse es la de mantener el esfuerzo para garantizar la inocuidad tanto de los alimentos que son destinados a la exportación, como aquellos que se asignan al consumo interno, con el firme objetivo de

¹⁵ Koper Gisela. **Enfermedades transmitidas por alimentos y su impacto socioeconómico**. Pág. 6.



AL INSTITUCION DE INVESTIGACIONES Y ESTADISTICAS DE GUATEMALA

lograr la equidad de acceso a alimentos sanos y aptos para el consumo. Según datos de estadísticas practicadas a nivel mundial, el lugar donde se originan más casos de ETA, es en la vivienda (37%).

Por eso, el papel de las comunidades, y especialmente el de cada persona, cobra un valor fundamental en la tarea de prevenir las enfermedades que son transmitidas por los alimentos.

4.2. Objetivos de la regulación y control de la venta de alimentos en los establecimientos educativos

Los objetivos de la regulación y control de la venta de alimentos en los establecimientos educativos son los siguientes: a) Mejorar la alimentación de los estudiantes; b) Control sobre la higiene en la tienda escolar; c) Garantizar la salud de los estudiantes y d) Rendimiento escolar.

4.2.1. Mejorar la alimentación de los estudiantes

La correcta aplicación de la ley permitirá a los estudiantes adquirir y por lo tanto consumir alimentos sanos y nutritivos, lo que producirá una mejor alimentación en los mismos. Un establecimiento educativo que cuente con una tienda escolar en la que se vendan alimentos sanos y aptos para la nutrición de los niños es fundamental y necesario para el buen desarrollo físico y emocional de los estudiantes, pues la edad escolar es la ideal de adquirir alimentos que sean sanos y por lo tanto garantizar una buena nutrición en los escolares.



4.2.2. Control sobre la higiene en la tienda escolar

Claramente una ley tiene más carácter imperativo que un normativo interno o acuerdo ministerial que no sustenta lo suficiente para aplicar medidas de control de higiene en las tiendas escolares de los establecimientos tanto públicos como privados, se puede incidir que existen actualmente tiendas escolares que no cuentan con una licencia sanitaria correspondiente y que por ley deben poseer para poder vender productos alimenticios a los estudiantes.

Por lo tanto, la ley reguladora de la venta de alimentos en las tiendas escolares proveerá un mejor control en la higiene de las mismas, para garantizar de esta manera que los alimentos que se vendan no solo sean sanos sino que también sean inocuos y manipulados con la correcta higiene.

La manipulación de los alimentos que son expendidos en las tiendas escolares es de suma importancia, si los alimentos estén preparados correctamente serán efectivos para la salud de los estudiantes.

4.2.3. Garantizar la salud de los estudiantes

La profundidad o el objetivo fundamental de la ley reguladora de la venta de alimentos en las tiendas escolares consiste en garantizar la salud a los estudiantes de edad escolar, pues si los estudiantes no gozan de una refacción saludable, están propensos a sufrir de desnutrición o deficiencia física y emocional, por lo que un estricto control en la venta de los alimentos vendrá a garantizar una vida saludable a los estudiantes.



Como es obligación del Estado a través del Ministerio de Salud y Asistencia Social, promover y garantizar el pleno goce de los derechos de los guatemaltecos, en este caso los estudiantes de edad escolar que muchas veces, llegan a los establecimientos educativos sin desayunar y la única esperanza es alimentarse en la hora de recreo con lo que ofrecen las tiendas escolares, y como quedó establecido es el caso que en muchos establecimientos no venden alimentos saludables, sino más bien todo lo contrario venden alimentos considerados como comida chatarra que no aportan nutrientes al organismo, sino que pueden producir enfermedades o desnutrición.

4.2.4. Rendimiento escolar

El rendimiento escolar es alcanzar un nivel educativo eficiente, donde el estudiante puede demostrar sus capacidades cognitivas, conceptuales, aptitudinales, procedimentales y actitudinales.

De manera que si los estudiantes tienen una alimentación saludable, por consiguiente estarán más concentrados a la hora de recibir clases, lo que garantiza un rendimiento escolar adecuado para que el estudiante se desarrolle física, emocional y académicamente, por lo que la relación de la salud es estrella en cuanto al derecho de educación, porque no se puede exigir a un estudiante un buen rendimiento escolar, cuando no cuenta con una alimentación saludable. Por lo tanto, otro de los objetivos de la ley reguladora de la venta de alimentos en las tiendas escolares, es mejorar el rendimiento escolar de los estudiantes, teniendo de base la alimentación saludable que es el objetivo principal.



4.3. Recomendaciones para la protección y control de la salud

Una de las responsabilidades de las autoridades encargadas de velar por la salud es ofrecer a los consumidores información pertinente en materia de inocuidad de los alimentos. El nivel de instrucción relativamente bajo de gran parte de la población en los países en desarrollo constituye un obstáculo importante a la participación de los consumidores en las actividades de control de alimentos, en virtud de dicha circunstancia cabe proponer la práctica de las siguientes medidas preventivas:

- Promover la producción, abastecimiento y comercialización de alimentos inocuos, nutritivos y de calidad.
- Contar con un sistema eficaz de registro e inspección para vigilancia y control sanitario de los establecimientos de alimentos.
- Promover, en los manipuladores de alimentos el ejercicio de prácticas higiénicas en la manipulación, preparación y expendio de alimentos.
- Promover el uso de tecnologías de bajo costo para mejorar los aspectos sanitarios en los establecimientos para reducir los riesgos de contaminación de los alimentos que se expenden en ellos.
- Vigilar la calidad sanitaria de los alimentos y los aspectos relacionados con prácticas engañosas (fraude), lo cual no necesariamente implica la implementación de un complejo laboratorio de análisis de alimentos.



- Informar y educar a los consumidores, para que así sea posible sensibilizarlos acerca de la importancia de la calidad e inocuidad de los alimentos.
- Crear una ley que impida las prácticas fraudulentas en dichos establecimientos y proteger a los consumidores, promoviendo al mismo tiempo el comercio y la actividad económica.
- En el ámbito nacional, se deben crear cuerpos normativos que regulen sistemas nacionales de control de alimentos que sean sensibles y permitan afrontar con éxito los desafíos que se le plantean al país en materia de alimentos.

Estas normas jurídicas que desarrollen los sistemas de control deben ser eficaces, y dichos sistemas deben contar con apoyo financiero suficiente y una dotación adecuada de recursos y personal capacitado que garantice que los alimentos que llegan a los consumidores reúnen las condiciones necesarias para asegurar su inocuidad y calidad.

Es necesario que ese sistema de control sea práctico, eficiente y eficaz en la supervisión, la vigilancia y los costos. Las anteriores medidas, deben fomentar la educación y la investigación con miras a determinar y afrontar la evolución de nuevas tecnologías y los cambios en las necesidades de los consumidores, respondiendo y adaptándose a ellos.

Junto con estas actividades, pueden desempeñar también una función decisiva recogiendo y difundiendo a todas las partes interesadas, de manera oportuna y eficaz, toda la información pertinente para asegurar la inocuidad de los alimentos. Las normas que se creen deben basarse en el análisis de riesgo.



Es el Estado a través de las instituciones responsables del control de los alimentos quien debe facilitar el desarrollo y la utilización del análisis de riesgos, creando un entorno favorable a la interacción de los elementos del análisis de riesgos y a la participación de todos los interesados en un proceso abierto y transparente.

En relación a los sistemas de control de alimentos, los gobiernos son responsables de proteger a su población contra los peligros para la salud y los fraudes comerciales en el sector alimentario.

Así pues, todos los suministros de alimentos han de protegerse para garantizar cierto grado de calidad e inocuidad, lo cual se logra mediante los sistemas de control de alimentos.

La responsabilidad de estos sistemas, en la mayor parte de los países, recae en más de una institución por lo cual la cooperación y coordinación es fundamental.



CONCLUSIÓN DISCURSIVA

La presente investigación pretende determinar la necesidad que existe de crear una ley que regule la venta de alimentos dentro de los centros educativos en Guatemala, porque de esta manera se fortalecerá la obligación del Estado de velar por la salud, en este caso de los estudiantes, acerca del producto que consume en la tienda escolar, los nutrientes que contienen estos y si los locales que utilizan para la venta de estos productos cumplen con las exigencias higiénicas para garantizar a los estudiantes productos alimenticios libres de contaminación. Cumpliendo así el Estado con la obligación de velar por la salud de los habitantes de Guatemala.

La tienda escolar es lugar importante dentro de los centros educativos por todas las actividades que en ella se realizan, por lo tanto lleva esta investigación la importancia que cuando el estudiante adquiera el producto de la tienda, conozca lo que está consumiendo, calidad de su valor nutritivo, el grado de higiene y su valor adquisitivo.

La Constitución Política de la República de Guatemala y el Decreto 90-97 Código de Salud rigen estrictamente la obligación del Estado de velar por la salud de la población de Guatemala. Sin embargo, es necesario crear leyes en materia educativa en conjunto con el Ministerio de Salud, sobre el funcionamiento de las tiendas escolares, es indispensable establecer que los tipos de alimentos que venden en estas tiendas sean de beneficio a la población estudiantil, como también si las instalaciones donde funciona la tienda escolar reúne las condiciones higiénicas.





BIBLIOGRAFÍA

AGUILAR, Victorina. **Relación entre la calidad del desayuno y el rendimiento académico de escolares**, XI edición, España, Ed. Universidad de Alcalá, 2007.

CONDADO DE ELKHART. **Alimentos saludables en escuelas**, primer folleto iniciativa contra la obesidad, Estados Unidos de América, Editorial Established, 2009.

DAZA, Carlos Hernán. **Nutrición infantil y rendimiento escolar**. Volumen 28 No. 2, Colombia, Editorial Colombia Médica, 1997.

GALARZA, Victoria. **Hábitos alimentarios saludables**, Madrid España, Editorial Disk papel, 2008.

GORDILLO, Agustín Alberto. **Derechos humanos**. Edición 6ª, Buenos Aires Argentina, Editorial Fundación del Derecho Administrativo, 2007.

<http://deconceptos.com/ciencias-sociales/habitos-de-higiene> (consultado 16/03/2016)

<http://www.mineduc.gob.gt/portal/index.asp> (consultado 16/03/2016)

https://es.wikipedia.org/wiki/Alimento_saludable. Consultado (20/02/2016)

https://es.wikipedia.org/wiki/Sistema_educativo_de_Guatemala#Centros_educativos (consultado 16/03/2016)

KOPER, Gisela. **Enfermedades transmitidas por alimentos y su impacto socioeconómico**. Informe No.6, Roma, Editorial Cadmo Rosell, 2009.



LLORENT, Vicente. **Libre elección de educación obligatoria en el ámbito de la unión Europea: el cheque escolar y la escuela en casa**, revista de educación No. 335, Sevilla España, editorial Universidad de Sevilla. 2004.

MAURER, Tomas. **Guía de kioscos saludables y colaciones saludables**, primera edición, Chile, editorial Ministerio de Salud Pública de Chile, 2009.

OMS. **Glosario promoción de la salud**. Primera edición, Ginebra Suiza, Editorial Subdirección General de Epidemiología, promoción y educación para la salud, 1998.

OSSORIO, Manuel. **Diccionario de ciencias jurídicas, políticas y sociales**. Edición 30, Buenos Aires Argentina, Editorial Heliasta, 2004.

SERAFIN, Patricia. **Manual de alimentación escolar saludable**, Paraguay, 2012.

Legislación:

Constitución Política de la República de Guatemala. Asamblea Nacional Constituyente, 1986.

Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. Asamblea General de Organización de las Naciones Unidas, 1976.

Convención Americana sobre Derechos Humanos. Ratificado por el Congreso de la República de Guatemala, Decreto 6-78, 1978.

Declaración Universal de Derechos Humanos. 1948.

Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos. Ratificado por el Congreso de la República de Guatemala, Decreto 9-92, 1992.

Código de Salud. Decreto Legislativo 90-97, del Congreso de la República de Guatemala, 1997.



Ley de Educación Nacional, Decreto Legislativo 12-91 del Congreso de la República de Guatemala, 1991.

Reglamento para la Inocuidad de los Alimentos. Presidente de la República, Acuerdo Gubernativo 969-99, 1999.

Reglamento Orgánico Interno del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. Presidente de la República, Acuerdo gubernativo 115-99, 1999

Acuerdo Ministerial No. 1,088: **Reglamento de Tiendas Escolares.** MINEDUC, Guatemala, 1966.