

SUFICIENTE

Guatemala:

**Nuestra Alimentación,
Nuestra Voz**



¿De qué se trata?

World Vision viene desarrollando la iniciativa denominada *Investigación sobre alimentación escolar dirigida por niños y niñas*, un esfuerzo único que busca garantizar que las voces de los niños y niñas sean el centro en la elaboración de los programas de alimentación escolar. En 13 países, niños y niñas asumieron el liderazgo para hacer preguntas, recopilar historias y compartir lo que más les interesa sobre la alimentación escolar. Exploraron las causas fundamentales, deficiencias y posibles soluciones, siempre desde la perspectiva de sus experiencias vividas en las escuelas.

El estudio utilizó métodos cualitativos y cuantitativos, incluyendo entrevistas semiestructuradas, grupos de discusión y encuestas. Los datos recopilados por los niños y niñas investigadores se analizaron temáticamente, reflejando las prioridades y perspectivas de sus pares.

En Guatemala, esta investigación dirigida por niños y niñas forma parte de la campaña **SUFICIENTE** de World Vision, que amplifica la voz de los niños y niñas en las iniciativas de incidencia a nivel nacional, regional y mundial. Al escuchar a los niños y niñas y conocer directamente sus experiencias, esta iniciativa pone de relieve no solo los retos a los que se enfrentan los niños y niñas en Guatemala, sino también sus aspiraciones a un futuro en el que todos los niños y niñas puedan prosperar y disfrutar de comidas nutritivas en la escuela.



Quiénes somos

En Guatemala, nos unimos como estudiantes para alzar nuestra voz sobre lo que nos gusta y lo que no nos gusta de la alimentación que recibimos en la escuela. **Sabemos que una buena alimentación nos ayuda a crecer, mantenernos sanos y concentrarnos en nuestros estudios.** Pero no mucha gente nos pregunta qué pensamos sobre las comidas que nos dan. Por eso hicimos esta investigación: para compartir nuestras experiencias y nuestras ideas sobre cómo podemos mejorar las cosas.

En esta investigación participaron 64 estudiantes: 32 niñas, 25 niños y siete que se identificaron de otra manera. Tenemos entre 11 y 17 años y venimos de diferentes escuelas, pero todos estamos de acuerdo en que la comida que recibimos en la escuela marca la diferencia en nuestro día.

Qué encontramos

Cuando preguntamos a los estudiantes ¿pregunta, porque a menudo lo que se describe como “nutritivo”, como las loncheras, no parece fresco ni saludable. Para nosotros, **la comida nutritiva significa verduras frescas, cereales, legumbres, arroz, tortillas, tamalitos, huevos y carne, el tipo de alimentos que nos ayudan a sentirnos fuertes y preparados para aprender.**

También hablamos de cómo nos sentimos cuando recibimos la comida. La mayoría de nosotros dijimos que nos sentimos bien tratados y seguros con las personas que preparan la comida. Sin embargo, algunos estudiantes mencionaron que los que sirven a veces pueden parecer serios o impacientes, lo que hace que la experiencia sea menos agradable.

¿Alguien nos está escuchando?

Una cosa que nos llamó la atención es que a la mayoría de nosotros no nos piden nuestra opinión sobre los menús escolares. Solo unos pocos estudiantes dijeron que en su colegio les preguntan qué piensan. La mayoría sentimos que simplemente tenemos que comer lo que nos dan, nos guste o no.

Incluso, cuando nos preguntamos si las comidas escolares deberían cambiar, la mitad de nosotros dijo que deberían mejorar. Algunos incluso dijeron que deberían cambiar por completo. Muchos de nosotros dijimos que **la comida no es muy balanceada, es demasiado repetitiva o carece de sabor y aderezo.** Otros dijeron que las raciones a veces son demasiado pequeñas o que la comida tiene demasiada grasa o azúcar.

Nuestras ideas para lograr el cambio

Cuando hablamos sobre cómo se podría mejorar la alimentación escolar, todos tuvimos ideas. Muchos estudiantes dijeron que quieren que **los menús cambien más a menudo e incluyan más variedad**. Queremos raciones más grandes, para no pasar hambre. Nos gustaría que hubiera más cereales, frutas, verduras y proteínas. Algunos estudiantes dijeron que les encantaría que hubiera platos típicos locales, como enchiladas o pollo con arroz.

También queremos que la comida sea preparada y servida con cuidado. Es importante que la comida esté bien cocinada, con buen aderezo y que no tenga demasiada grasa. La higiene también es importante: las cocinas, platos y utensilios deben estar siempre limpios.

Muchos de nosotros creemos que **las escuelas deberían pedirnos nuestra opinión más a menudo, por ejemplo, con buzones de sugerencias donde podamos compartir nuestras ideas.** Sabemos que no es fácil dar de comer a tantos niños y niñas, pero creemos que escucharnos puede ayudar a mejorar la alimentación escolar para todos.



© World Vision

Qué esperamos

Sabemos que **para muchos estudiantes, la alimentación escolar no es simplemente algo pequeño, es nuestro derecho y, a veces, la única comida completa que tenemos en todo el día.** Esperamos que, al compartir nuestras opiniones, las personas que toman las decisiones nos escuchen y ayuden a que la alimentación escolar sea más saludable, sabrosa y suficiente para todos los niños y niñas.

La alimentación escolar es una parte importante de nuestras vidas: influye en cómo nos sentimos, cómo aprendemos y cómo crecemos. **Queremos alimentos que nos den energía, que sean buenos para nuestra salud y que nos ayuden a concentrarnos en clase.** Deben ser frescos, sabrosos y servidos con respeto.

Pero igual de importante es que queremos participar en el debate. **Al tomarse el tiempo de escucharnos, los decisores pueden tomar decisiones que reflejan realmente lo que necesitamos los estudiantes.**

Nuestras voces importan. Nuestra alimentación importa. Nuestro futuro importa.

- Niños y niñas investigadores de Guatemala

Agradecimientos

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a los niños y niñas investigadores de Guatemala por sus valiosos comentarios y aportes innovadores. Sus opiniones y recomendaciones han sido fundamentales para la elaboración de este informe.

Agradecemos especialmente a: **Dr. Patricio Cuevas-Parra, Mario Stephano**

Curación de informe: **Eoin O'Keeffe**

Corrección y edición: **Helen Shipman**

Diseño: **Carol Homsí**

Foto de portada: © **World Vision / Gloria Díaz**

Para más información sobre esta publicación, contactar a: mario_stephano@wvi.org

Para más información sobre Alimentación Escolar de World Vision, visite nuestra página de [SUFICIENTE Alimentación Escolar](#).

© **WORLD VISION INTERNATIONAL 2025**. Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida en ninguna forma sin el permiso previo del editor, salvo breves extractos en reseñas.

World Vision es una organización cristiana mundial de ayuda humanitaria, desarrollo y defensa de los derechos de niños, niñas, familias y comunidades para superar la pobreza y la injusticia. World Vision sirve a todas las personas, independientemente de su religión, raza, etnia o género. World Vision lleva a cabo esfuerzos humanitarios que salvan vidas con la inversión de numerosos socios, entre ellos donantes institucionales, organizaciones religiosas, empresas y gobiernos.

SALVAGUARDIA DE NIÑOS, NIÑAS Y ADULTOS

En cumplimiento de la Política de Salvaguardia de World Vision, los protocolos sobre recopilación de datos y el Código de Conducta institucional, World Vision se aseguró de tener una participación segura y ética de niñas y niños. Los recopiladores de datos fueron capacitados sobre cómo realizar entrevistas de manera ética y segura. Los niños y niñas recibieron orientación sobre la posibilidad de retirarse del proceso de entrevista en cualquier momento. Asimismo, se obtuvo el consentimiento informado para todas las fotografías incluidas en este informe.



© World Vision