

World Vision 

SUFICIENTE

**La alimentación
escolar en
nuestras
palabras**

**Eligiendo
nuestro
futuro**





© World Vision

Tabla de contenido

Resumen ejecutivo	3
¿Qué pasaría si realmente nos escucharan?	4
Introducción	5
Satisfacción de los niños y niñas sobre la alimentación escolar	8
Aprendizaje, energía, asistencia escolar, y salud	10
Platos limpios, espacios seguros	12
Las voces de los niños y niñas en la mesa	13
Si pudiéramos cambiar las comidas...	14
Nuestras voces importan. Nuestra alimentación escolar importa. Nuestro futuro importa.	17
Anexo	18



© World Vision

Resumen ejecutivo

A lo largo de 13 países, un total de 1,235 compartieron sus experiencias sobre la alimentación escolar con niños y niñas investigadores. Sus voces transmitieron un mensaje claro: **la alimentación escolar nos importa muchísimo**. La alimentación escolar puede marcar la diferencia entre tener hambre o poder concentrarse en clase, entre abandonar los estudios o permanecer en clases, entre ser ignorados o ser escuchados.

Los niños y niñas destacaron las fortalezas de los programas de alimentación escolar, así como sus deficiencias. Muchos indicaron cuánto valoraban esas comidas porque les dan energía y favorecen su aprendizaje, mientras que otros señalaron que las comidas eran repetitivas, insuficientes o preparadas de forma poco higiénica. Expresaron que desean raciones más grandes, más variedad, cocinas más seguras y más oportunidades en las que sean consultados. En el Líbano, donde no existe un programa nacional de alimentación escolar, los niños y niñas hablaron del hambre, el cansancio y la deserción escolar, pero también imaginaron una realidad diferente: comidas calientes y saludables servidas con dignidad, escuelas que nutren tanto el cuerpo como la mente y un sistema que defiende su derecho a la educación.

Lo más resaltante es que los niños y niñas no son receptores pasivos, sino agentes de cambio que pueden ofrecer soluciones concretas. Ellos consideran que la alimentación escolar no es solo alimento, sino una vía para el aprendizaje, la salud, la participación y para pertenecer. Para muchos, la alimentación escolar es la razón por la que asisten a la escuela y la razón por la que permanecen en ella.

Escuchar sus voces no es solo una cuestión de respeto, sino también de hacer que los programas funcionen mejor. Cuando los niños y niñas ayudan a dar forma a la alimentación escolar, estos programas pueden nutrirles hoy y ayudarles a asegurar su futuro.

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

En nombre de los 1,235 niños y niñas que participaron en esta investigación

¿Qué pasaría si realmente nos escucharan?

Por Giselle, niña investigadora y delegada, 15 años, Brasil

La investigación descrita en este informe fue realizada por niños, niñas y jóvenes como yo, con el fin de demostrar que nuestros años escolares realmente determinan nuestro futuro. Cuando los gobiernos se preocupan por los niños, niñas y jóvenes, **nos dan esperanza y fuerza para seguir luchando por un futuro más hermoso que el presente.**

Más de 1,000 niños y niñas de 13 países se reunieron para compartir experiencias que pueden parecer sencillas, incluso ordinarias, pero que realmente son importantes para nosotros. A través de esta investigación, queríamos hablar en nombre de nuestros compañeros y compañeras y mostrar por qué la alimentación escolar es importante. La alimentación escolar no solo sirve para que los niños y niñas tengan suficiente comida, sino también porque una alimentación nutritiva, de alta calidad y preparada de forma higiénica, puede tener un impacto impresionante en nuestro aprendizaje.

Cuando la alimentación escolar es nutritiva, los estudiantes desarrollamos hábitos alimenticios más saludables y sentimos que nuestras opiniones y nuestro bienestar importan. Cuando la alimentación escolar es insuficiente, no solo aparece el hambre, también la desigualdad se hace más visible.

Aunque algunos países, como el mío, Brasil, han logrado reducir el hambre, todavía nos queda mucho por luchar. Garantizar que todos los niños y niñas tengan el mismo acceso a la alimentación escolar de calidad es más que una política, es un acto de respeto y un compromiso con nuestro futuro.

Nuestra investigación muestra que los niños y niñas no solo queremos señalar los problemas. **Queremos ser parte de la solución.** Queremos trabajar junto a los adultos, compartir nuestras ideas y transformar la alimentación escolar en un derecho cotidiano que fortalezca nuestros cuerpos y nuestra confianza.

Por eso, para mí, formar parte de esta lucha, que es tan grande y, sin embargo, tan personal para cada estudiante, es un honor. Hablar sobre esta causa también significa llamar a otros a actuar. Cada etapa de la vida da forma a lo que viene después.

Por eso, para nosotros, la alimentación escolar significa mucho más que un plato de comida servido a la hora del almuerzo. Es dignidad, seguridad y esperanza para el futuro.

Recuerden, queremos que se nos escuche, queremos que se nos cuide y queremos que se nos trate con respeto como ciudadanos de hoy, no solo del futuro.

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



© World Vision



© World Vision

Introducción

La alimentación escolar es una de las pocas cosas que une a millones de niños y niñas de todo el mundo, sin importar de dónde vengan. Para algunos, la alimentación escolar es un complemento importante; para otros, es la única comida adecuada del día. Pero la alimentación escolar nunca se reduce solo a la comida: es un salvavidas fundamental que brinda a niños y niñas la oportunidad de aprender, mantenerse saludables, sentirse seguros y tener esperanza en el futuro.

Hoy en día, cientos de millones de niños y niñas de todo el mundo reciben alimentación escolar. Pero las cifras no lo dicen todo. Para comprender realmente por qué es importante la alimentación escolar, **necesitamos escuchar a los propios niños y niñas.**

Este estudio de investigación, dirigido por niños y niñas, recoge sus propias experiencias y demuestra por qué escucharlos es clave para desarrollar programas de alimentación escolar más fuertes. Aunque estas iniciativas están pensadas para ellos, sus opiniones rara vez se toman en cuenta al momento de diseñarlas. Son los adultos quienes deciden qué, cuándo y dónde comen, sin preguntarles si las raciones son suficientes, sabrosas, nutritivas o incluso agradables.

Este informe recopila las experiencias de niños y niñas de 13 países: Brasil, Camboya, República Dominicana, Ghana, Guatemala, Indonesia, Líbano, Malawi, Perú, Ruanda, Sri Lanka, Zambia y Zimbabue. En cada uno de estos países, los niños y niñas realizaron su propia investigación sobre la alimentación escolar, diseñando las preguntas, conversando con sus pares, recopilando datos y reflexionando sobre sus hallazgos.

El propósito de este informe es sencillo: **reunir las voces de los niños y niñas y garantizar que sean escuchadas en los espacios de decisión que realmente importan.** No es solo un registro de lo que dijeron, sino también una herramienta para influir en el cambio. Al compartir sus opiniones, este informe busca fortalecer la defensa de esta causa a nivel mundial, incluida la Cumbre Mundial sobre Alimentación Escolar de 2025 en Brasil, para que las perspectivas de los niños y niñas den forma a los compromisos del futuro. Además, el informe ofrece a los gobiernos, las escuelas y los socios locales información para mejorar el acceso, la calidad, la seguridad y la sostenibilidad de los programas de alimentación escolar.

Esta investigación se enmarca en la campaña SUFICIENTE de World Vision, que hace un llamado urgente a poner fin al hambre y la malnutrición infantil en todo el mundo. La campaña resalta cómo soluciones prácticas y comprobadas pueden transformar la vida cotidiana de niños y niñas y contribuir a construir un futuro en el que todos tengan acceso a alimentos nutritivos para prosperar.



¿Por qué una investigación dirigida por niños y niñas?

Este informe no ha sido escrito para hablar sobre niños y niñas; **ha sido escrito con ellos y por ellos**. El estudio de investigación fue dirigido por niños y niñas investigadores de entre 12 y 17 años que consultaron a otros niños y niñas desde la edad de tres años y contó con el apoyo del personal y voluntarios de World Vision. Los niños y niñas investigadores diseñaron sus propias preguntas, realizaron las entrevistas, moderaron los debates, analizaron los datos y reflexionaron sobre los resultados. Su liderazgo confiere al estudio de investigación su verdadero valor, ya que los resultados reflejan sus realidades y no las suposiciones de los adultos.

La investigación es realmente importante porque:



Los niños y niñas representan una gran parte de la sociedad: en muchos de los países incluidos en este estudio, casi la mitad de la población es menor de 18 años. Sus perspectivas no solo son pertinentes, sino esenciales para dar forma a programas que afectan a sociedades enteras.



Los niños y niñas se encuentran entre los más vulnerables al hambre y la malnutrición: los estómagos vacíos dificultan el aprendizaje, el crecimiento y la salud. Estos efectos pueden durar toda la vida, por eso las opiniones de los niños y niñas sobre la alimentación escolar son muy importantes.



Los niños y niñas suelen quedar excluidos: con frecuencia se les deja fuera de las decisiones que afectan sus vidas. En los foros nacionales e internacionales se habla a menudo de los niños y niñas, pero rara vez se les invita a participar de forma significativa en los procesos de toma de decisiones.



Los niños y niñas aportan ideas auténticas: sus puntos de vista revelan lo que realmente funciona, lo que no funciona y lo que hay que cambiar, perspectivas que los adultos pueden pasar por alto. Su retroalimentación da lugar a intervenciones más receptivas, culturalmente adecuadas y eficaces que satisfacen mejor sus necesidades.

“Es importante que nos escuchen, porque somos nosotros los que comemos la comida”. (Niño, 15 años, Guatemala)



Los niños y niñas son agentes del cambio: no solo ponen en relieve los problemas, sino que proponen soluciones prácticas, influyen en sus pares y en los adultos y movilizan a las comunidades. Sus recomendaciones se basan en sus experiencias vividas, lo que las hace realistas y eficaces.

La investigación dirigida por los niños y niñas es más que una metodología: **se trata de compartir el poder con los niños y niñas**. Al reconocerlos como titulares de derechos y expertos en sus propias vidas, la investigación dirigida por niños y niñas hace que la participación sea significativa y genera evidencia que refleja las realidades cotidianas de los niños y niñas.

Para World Vision, la investigación dirigida por niños y niñas fortalece la defensa de sus derechos al aportar evidencia de primera mano que ayuda a informar los procesos nacionales y globales. Al poner en el centro las perspectivas de los niños y niñas, este estudio de investigación muestra que los programas de alimentación escolar serían más exitosos y los esfuerzos por erradicar el hambre y la malnutrición infantil más alcanzables si estos se desarrollan con *ellos y no solamente para ellos*.



Qué es lo que los niños y niñas dijeron sobre la alimentación escolar

En los 13 países, los niños y niñas expresaron tanto su satisfacción como su frustración con respecto a la alimentación escolar. En conjunto, sus opiniones reflejan una imagen compleja, llena de aprecio, pero también de desafíos que deben ser escuchados:



Satisfacción: el 59 % de los niños y niñas calificó positivamente las comidas (buenas o muy buenas), mientras que el 38 % las calificó negativamente (aceptables o malas). Esto demuestra que, aunque valoran la alimentación escolar, otros se sienten decepcionados, usualmente debido a raciones demasiado pequeñas, menús repetitivos o mala calidad de los alimentos.



Participación: Muchos niños y niñas indicaron que rara vez se les consulta sobre la alimentación escolar y que, incluso cuando comparten sus opiniones, los adultos no los escuchan. No obstante, aproximadamente 7 de cada 10 dijeron que desean participar en las decisiones sobre la alimentación escolar.

Estos hallazgos preparan el escenario para las historias que relataremos. Demuestran que la alimentación escolar es importante para la salud, el aprendizaje y la dignidad de los niños y niñas, y que los niños y niñas quieren ayudar en el diseño y gestión de los programas.



© World Vision

Satisfacción de los niños y niñas sobre la alimentación escolar

Los niños y niñas investigadores comenzaron con una pregunta sencilla: ¿Te gustan las comidas que se sirven en la escuela? Muchos respondieron que sí. Describieron sentirse felices cuando les servían las comidas y contentos de poder contar con una comida cada día.

“Me siento feliz cuando como en la escuela, porque no tengo que pasar hambre”. (Niña, 12, Camboya)

Sus palabras reflejan aquello que muchos niños y niñas expresaron: saber que al menos una comida cada día está garantizada. Este sentido de seguridad hizo que la escuela se convirtiera no solo en un lugar de aprendizaje, sino también en un espacio donde se sienten cuidados y alimentados. Los niños y niñas de Indonesia describieron sentimientos similares y expresaron su agradecimiento por el programa de alimentación nutritiva gratuita, que, en su opinión, les proporcionaba alimentos saludables y variados, lo que demuestra que un diseño cuidadoso y unos menús variados pueden hacer que las comidas sean más agradables. En Zambia, casi todos los niños y niñas afirmaron disfrutar de la alimentación escolar. El 99 % dijo que eran buenas o muy buenas. **Para muchos, la comida no solo era sabrosa, sino también un motivo de orgullo para ellos.**



“Cuando comemos en la escuela, tenemos fuerzas para continuar con nuestras lecciones”. (Niño, 13, Malawi)

Sin embargo, no todos están satisfechos con su alimentación escolar. Algunos indicaron que las comidas eran demasiado repetitivas, muy sencillas o, simplemente, que no eran de su agrado. Un grupo de estudiantes brasileños expresó una opinión recurrente: que la comida era a menudo “solo pasable”, algo que tenían que “aguantar” en lugar de disfrutar. Otros manifestaron que al final se trataba de elegir entre el sabor y el hambre.



“Algunas veces, la comida es buena, pero algunas veces no tiene sabor. Como porque tengo hambre.” (Niña, 14, República Dominicana)

Las palabras de esta niña resaltan que la alimentación escolar no siempre se trata de disfrutar, sino de llenar el estómago vacío. En Sri Lanka, los niños y niñas más pequeños que reciben alimentación escolar dijeron que **para ellos esa era la comida más importante del día**. Los estudiantes mayores que no se beneficiaban del programa comentaron lo útil que sería que también se les incluyera.

La satisfacción respecto al tamaño de las raciones fue otro tema que se debatió en muchos países. Para algunos la comida era buena, pero simplemente no era suficiente.



“Las comidas no son suficientes para nosotros. Queremos raciones más grandes”. (Niño, 15, Zimbabue)

Para los niños y niñas que dependen en gran medida de la alimentación escolar, haber almorzado y todavía tener hambre les impedía beneficiarse plenamente del programa. **El hambre no solo les hacía sentir incómodos, sino que también dificultaba su aprendizaje.**

Estos testimonios revelan que la satisfacción no se puede dar por sentada. Para algunos niños y niñas, la alimentación escolar les provee comodidad, energía y una razón para seguir asistiendo a la escuela. Para otros, la variedad limitada o las raciones pequeñas reducen su impacto. Lo que la investigación demuestra claramente es que todos los niños y niñas tienen una opinión sobre la comida que comen y están dispuestos a compartirla.





© World Vision

Aprendizaje, energía, asistencia escolar, y salud

En los 13 países participantes, los niños y niñas repitieron una y otra vez que la alimentación escolar les ayudaba a concentrarse y permanecer en clase. El hambre los distrae y les dificulta aprender, pero con el estómago lleno, muchos contaron que sienten la energía suficiente para seguir estudiando.

“Cuando comemos en la escuela, no nos da sueño en clase.” (Niña, 13, Ghana)

Esto refleja lo que muchos niños y niñas saben por experiencia propia: **el hambre dificulta el aprendizaje**, mientras que una alimentación escolar diaria no solo llena el estómago vacío, sino que también favorece el aprendizaje y el desarrollo. En Indonesia, los estudiantes destacaron que la alimentación escolar proporciona a los niños y niñas la energía que tanto necesitan para concentrarse durante las largas horas de clases, mientras que los estudiantes de Zambia hicieron hincapié en que la alimentación escolar mejora el rendimiento académico, ya que reduce el hambre de los niños y niñas, y les permite concentrarse mejor y obtener mejores calificaciones.

En varios países, los niños y niñas relacionaron la alimentación escolar directamente con su capacidad para permanecer en las clases. Comer algo a mediodía les daba energía para seguir aprendiendo y reducía la necesidad de salir temprano de la escuela para buscar algo que comer. En Ruanda, los niños y niñas señalaron que, antes de que se proporcionara la alimentación escolar, algunos estudiantes salían de la escuela para buscar comida o faltaban a clase. Sin embargo, **ahora los niños y niñas permanecen en la escuela.**

“Por las comidas, nos quedamos en la escuela todo el día”. (Niño, 15, Ruanda)

En el Líbano, donde la alimentación escolar se limita a unas pocas escuelas públicas que dependen de la financiación de donantes, **los niños y niñas subrayaron que la alimentación escolar diaria podría transformar su educación.** Muchos niños y niñas dijeron que llegan a la escuela sin desayunar, les cuesta concentrarse y, a veces, abandonan los estudios para trabajar solo para poder comer.



© World Vision

“Pasamos como ocho horas en la escuela. ¿Te imaginas pasar ocho horas con hambre? Eso no está bien, ¿verdad? Eso debería ser parte de la responsabilidad de la escuela. Dime, ¿de quién es la responsabilidad?” (Niña, 15, Líbano)

También explicaron que, sin la alimentación escolar, la hora del almuerzo a menudo los hacía sentir excluidos. A menudo, solo hay refrigerios poco saludables y caros que se venden en los quioscos, y si no se cuenta con los recursos, no hay más opción que pasar hambre. Algunos explicaron que esta diferencia daba lugar al acoso escolar.

“Los niños y niñas que tienen algo para comer usualmente se burlan de los que no tienen.” (Niño, 14, Líbano)

Al mismo tiempo, otros expresaron su preocupación por el hecho de que, cuando no había alimentación disponible, la asistencia a la escuela disminuía rápidamente. Por ejemplo, en Zimbabue, los estudiantes dijeron que la falta o la reducción de las comidas hacía que algunos compañeros dejaran de ir a la escuela. Esto pone en evidencia la importancia de la alimentación escolar, no solo para el aprendizaje individual, sino también para mantener a grupos enteros de niños y niñas participando en la educación.

Para muchos niños y niñas, **la alimentación escolar no solo representa nutrición, sino educación en sí.** La alimentación escolar es la razón por la que los niños y niñas van a la escuela y la razón por la que permanecen en ella.



© World Vision

Platos limpios, espacios seguros

En cada uno de los países donde se llevó a cabo la investigación, los niños y niñas resaltaron que la alimentación escolar no solo es una cuestión de sabor y cantidad, sino también de salubridad. Quieren tener la confianza de que lo que comen está en buenas condiciones y no les hará enfermar.

En Malawi, los niños y niñas más pequeños y sus cuidadores agradecieron que las cocinas de las escuelas fueran seguras e higiénicas, lo que les garantizaba que las comidas favorecían su salud en lugar de ponerla en riesgo. Del mismo modo, en Camboya, los estudiantes indicaron que confiaban en las comidas porque las cocinas estaban limpias y la comida estaba bien preparada.

“Nuestra cocina está limpia, entonces la comida es buena y segura.”
(Niña, Camboya)

Sin embargo, en muchos países, **los niños y niñas hablaron sobre las malas condiciones de las cocinas y los comedores.** En Ruanda y Zimbabue, por ejemplo, los estudiantes describieron que, en ocasiones, la comida se preparaba o se servía en entornos poco higiénicos. Del mismo modo, en Perú, un niño comentó que, en algunas ocasiones, algunos se habían enfermado después de consumir alimentos que no se habían almacenado correctamente.



“A veces, la comida no se almacena bien y hace que nos enfermemos”.
(Niño, Perú)



Los niños y niñas también se mostraron preocupados respecto a dónde y cómo comían. En algunas escuelas, la falta de comedores adecuados, de utensilios suficientes o de medidas de higiene hizo que la hora de la comida fuera menos cómoda y menos digna. En los lugares donde las escuelas dispusieron de comedores seguros y bien organizados, los niños y niñas se sintieron más respetados y valorados.

“Las comidas son buenas, pero algunas veces no hay platos ni jabón para lavar nuestras manos.” (Estudiante, Zambia)

Los niños y niñas libaneses, la mayoría de los cuales no reciben alimentación escolar, imaginaron cómo sería una provisión digna: una cocina limpia, platos libaneses calientes como lentejas, estofado con arroz y sopa, y un comedor brillante donde todos puedan comer. Esta visión demuestra que, incluso en contextos sin alimentación escolar, **los niños y niñas tienen expectativas claras en cuanto a seguridad, higiene y dignidad.** En conjunto, estas reflexiones muestran que para ellos la seguridad y la limpieza no son detalles menores. Para los niños y niñas, estas cualidades son fundamentales para que una comida escolar sea aceptable. Cuando se toma en serio la higiene, ellos se sienten seguros y respetados.

Las voces de los niños y niñas en la mesa

Uno de los mensajes más contundentes de la investigación fue que los niños y niñas quieren ser escuchados. En la mayoría de los países, afirmaron que casi nunca se les pedía su opinión sobre la alimentación que reciben a diario en la escuela. Las decisiones sobre los menús, la preparación y la calidad solían tomarlas los adultos sin consultar las impresiones de los estudiantes.

En Guatemala, la gran mayoría de los niños y niñas afirmaron que no se les pedía retroalimentación, a pesar de que eran ellos quienes comían la comida. En Ghana, manifestaron que, aunque los profesores y los padres a veces conversaban sobre la alimentación escolar, las voces de ellos quedaban excluidas.

“Es importante que nos escuchen, porque somos nosotros los que comemos la comida.” (Niño, 15, Guatemala)



En Malawi, los cuidadores de niños y niñas de entre 3 y 5 años también afirmaron que se debería consultar a las familias y colaborar con las escuelas para mejorar la alimentación escolar.

En Ruanda, sin embargo, muchos niños y niñas dijeron que se les preguntaba regularmente sobre la alimentación escolar. Esto les hacía sentir respetados y les daba la confianza necesaria para compartir sus opiniones con profesores, padres y directores de las escuelas. Para ellos, **que se les escuche es una parte importante para sentirse reconocidos, incluidos y valorados**. En otros países, algunos niños y niñas dijeron que se les invitaba a compartir sus ideas, pero se trataba de excepciones. En Camboya, por ejemplo, algunos estudiantes dijeron que los profesores les preguntaban ocasionalmente si la comida era buena o suficiente, aunque esto no siempre daba lugar a cambios.

Lo que quedó claro es que los niños y niñas iban más allá de la simple descripción de los problemas y, en cambio, querían hablar de soluciones. Muchos tenían ideas prácticas, desde introducir una mayor variedad en las comidas hasta mejorar la limpieza de las cocinas o involucrar a los estudiantes en el servicio y monitoreo de las normas. Querían ser participantes activos, no receptores pasivos.

En el Líbano, los niños y niñas fueron aún más lejos y redactaron una carta abierta dirigida a los ministros de Educación y Enseñanza Superior, Salud Pública y Asuntos Sociales. Sus peticiones fueron concretas: alimentación para todos los estudiantes, menús nutritivos con frutas y frutos secos, platos culturalmente apropiados, participación de los estudiantes en la planificación de los menús y quioscos asequibles cuando las comidas no pudieran ser gratuitas. Esta iniciativa demuestra que **los niños y niñas no solo quieren que se les escuche, sino que están dispuestos a interactuar directamente con los responsables políticos**.

Los niños y niñas reconocieron que ser escuchados les hacía sentirse valorados. Cuando se ignoraban sus opiniones, algunos percibían que no se tomaba en serio su bienestar. Por el contrario, cuando los adultos les preguntaban, se sentían respetados y más motivados en la escuela.

El proyecto de investigación fue un poderoso ejemplo de lo que puede ser una participación significativa. Al diseñar preguntas, entrevistar a sus pares y analizar los resultados, los niños y niñas investigadores demostraron **cómo los niños y niñas pueden tomar la iniciativa cuando se les da la oportunidad de hacerlo**. Su trabajo demuestra que la participación no solo es posible, sino esencial para garantizar que los programas de alimentación escolar respondan a sus necesidades reales.



© World Vision

Si pudiéramos cambiar las comidas...

Cuando se les preguntó qué cambiarían de la alimentación escolar, los niños y niñas tuvieron muchas ideas sobre en qué están fallando los programas y cómo se puede mejorar. La petición más común fue que las raciones fueran más grandes. En Zimbabwe, muchos dijeron que la comida se acababa demasiado rápido y les dejaba con hambre.

“Las comidas no son suficientes para nosotros. Queremos porciones más grandes.” (Niño, 15, Zimbabwe)



© World Vision

La segunda petición más habitual fue la de una mayor variedad. Los niños y niñas de Brasil y Camboya dijeron que la comida solía ser repetitiva, lo que hacía que las comidas fueran algo que había que aguantar en lugar de disfrutar. Pidieron menús más variados, con fruta, verdura y recetas diferentes para romper con la monotonía. En Zambia, quieren más variedad y mejor calidad.

La limpieza y seguridad fueron otro tema importante. Los estudiantes sugirieron un mejor almacenamiento, cocinas más limpias y áreas de preparación más seguras. En varios países, los niños y niñas dijeron estar dispuestos a participar en el monitoreo de la higiene para poder confiar en que la comida era segura. En Zambia, los niños y niñas también solicitaron mejoras simples pero importantes, como contar con jabón para lavarse las manos, así como con platos y espacios designados para comer.

“Estamos contentos con la comida, pero necesitamos un lugar adecuado para sentarnos y comer”. (Estudiante, Zambia)



Los niños y niñas también querían un mayor involucramiento de las familias y las comunidades. En Malawi, los cuidadores dijeron que deberían colaborar más estrechamente con las escuelas, tanto para preparar la comida como para garantizar que los niños y niñas más pequeños reciban una buena atención durante las comidas. En Zimbabue y Ghana, los niños y niñas sugirieron que los padres o los miembros de la comunidad puedan ayudar a cocinar o apoyar el programa de alimentación escolar.

En el Líbano, los niños y niñas reclaman un cambio en el sistema que lleva décadas funcionando para que su derecho a la alimentación forme parte de su derecho a la educación. Indicaron que, sin un programa de alimentación escolar, el hambre socava su salud, su aprendizaje y su dignidad, mientras que una simple comida podría transformar no solo las aulas, sino comunidades enteras. Como explicó una niña investigadora:

“¿Sabías que una escuela es como una versión en miniatura de una comunidad? Desde los estudiantes hasta sus padres, pasando por los profesores y todo el personal administrativo. Imagina que una escuela empieza a marcar la diferencia en la vida de un niño, en su nutrición, su educación y sus habilidades. Ese cambio se extiende a las familias. Y si otras escuelas hacen lo mismo, ¿no estaríamos transformando comunidades enteras?” (Niña, 15 años, Líbano).



Los niños y niñas del Líbano y de Sri Lanka destacaron la necesidad de una mayor inclusión en la alimentación escolar. El contraste fue especialmente evidente en Sri Lanka: **los estudiantes de primaria que recibían alimentación hablaron de lo esencial que era, mientras que los estudiantes de secundaria que no la recibían querían ser incluidos.**

“Solo recibimos alimentación hasta la escuela primaria, pero los niños y niñas mayores también vienen a la escuela con hambre”. (Alumno de secundaria, Sri Lanka)

Los niños y niñas del Líbano también expresaron su frustración por la falta de rendición de cuentas:

“Los padres dicen que no pueden. La administración dice que no puede. El Gobierno dice que no puede. Entonces, ¿quién puede? ¿Simplemente perdemos nuestra educación, nuestra salud y nuestro futuro?” (Niña, 14, Líbano)



© World Vision

Para los niños y niñas del Líbano, el mensaje es claro. La alimentación escolar es algo más que simple comida: es sinónimo de equidad, dignidad y esperanza. Sus voces desafían a los líderes a poner en marcha un programa que fomente el aprendizaje e impulse el cambio en todo el país.

Por último, muchos niños y niñas de los 13 países destacaron la necesidad de que sus propias voces sean escuchadas. Más allá de oportunidades externas puntuales, como este proyecto de investigación, **querían formas continuas de compartir opiniones y dar forma a sus programas de alimentación escolar.** En Camboya, por ejemplo, una niña describió la frustración que sienten cuando se les pide su opinión, solo para que después sus sugerencias sean ignoradas.

“A veces los profesores nos preguntan si la comida es buena, pero después no cambia nada.” (Niña, 13, Camboya)

Estas recomendaciones muestran que los niños y niñas no solo son capaces de identificar los problemas, sino que también están deseosos de ser parte de las soluciones. **Sus ideas son prácticas, realistas y se basan en sus experiencias cotidianas.** Si los adultos escucharan sus voces, la alimentación escolar podría convertirse en algo más que un simple servicio que se les da; podría ser una alianza construida junto con ellos.



© World Vision



Nuestras voces importan.

Nuestra alimentación escolar importa.

Nuestro futuro importa.

Este informe existe gracias a los 1,235 niños y niñas que decidieron tomar el liderazgo, hacer preguntas y compartir sus verdades. Estamos profundamente agradecidos por su valentía, creatividad y visión. Sus voces nos instan a garantizar que sus perspectivas estén presentes y tengan peso a la hora de dar forma a la alimentación escolar reflejando dignidad, salud y esperanza.



© World Vision

Metodología

Se capacitó y apoyó a los niños y niñas investigadores para que llevaran a cabo investigaciones sobre la alimentación escolar en 13 países. Ellos **adaptaron las preguntas de la investigación** a sus propios contextos, asegurándose de que fueran entendibles y pertinentes para sus pares. Mediante encuestas, grupos de discusión y entrevistas, exploraron las opiniones de los niños y niñas sobre la alimentación escolar. En la mayoría de los países, la atención se centró en los niños y niñas en edad escolar, de entre 8 y 18 años.

El estudio contó con la participación de **1,235 niños y niñas (61 % niños, 37 % niñas) y 111 cuidadores**. Los participantes procedieron de entornos rurales y urbanos e incluyeron a niños y niñas con discapacidades, lo que garantizó la representación de una amplia gama de perspectivas.

En **Malawi**, se consultó a niños y niñas pequeños de entre **3 y 5 años** en centros de desarrollo de primera infancia, de una manera adaptada a ellos, con la participación paralela de sus padres y cuidadores.

En **Sri Lanka**, los niños y niñas investigadores consultaron a estudiantes más pequeños que reciben alimentación escolar y a estudiantes mayores que no la reciben, para ofrecer una doble perspectiva.

En **Zambia**, una muestra de 128 niños y niñas de 10 distritos proporcionó una visión más amplia a nivel nacional.

En el **Líbano**, el único país de este estudio que no cuenta con un programa nacional de alimentación escolar, los niños y niñas investigadores documentaron cómo se siente estudiar en una escuela que no ofrece alimentación: hambre, fatiga, acoso y deserción escolar. Esto proporciona una línea de base sólida para comprender por qué la alimentación escolar es importante en todo el mundo.

Todas las actividades se llevaron a cabo siguiendo las normas de salvaguardia de la niñez y los principios éticos de World Vision. Los niños y niñas dieron su consentimiento informado, la participación fue voluntaria y las sesiones se realizaron en entornos seguros y propicios.

Debido a que los estudios fueron diseñados y dirigidos por niños y niñas y que combinaron datos cualitativos y cuantitativos, no siempre fue posible agrupar los hallazgos de manera uniforme en todos los países. El informe utilizó un análisis temático para identificar los temas clave en los 13 países, prestando especial atención a destacar las prioridades y narrativas de los niños y niñas y respetando las voces y los contextos únicos de cada país. Este enfoque no solo generó datos valiosos, sino que también brindó a los niños y niñas la oportunidad de actuar como investigadores, dando forma al proceso y dirigiendo el análisis.

Agradecimientos

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a los niños y niñas investigadores 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

Informe preparado por: Eóin O'Keeffe

Corrección y edición: Helen Shipman

Diagramación: Diana De León

Foto de portada: © World Vision / Samila de Souza

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.

