

**ACUERDO POR EL QUE SE ESTABLECEN LOS LINEAMIENTOS GENERALES PARA FOMENTAR EN LOS EDUCANDOS Y SU FAMILIA EL CONSUMO DE ALIMENTOS CON ALTO VALOR NUTRICIONAL, EL CUAL SE EXPIDE CON FUNDAMENTO EN LOS ARTÍCULOS 14 FRACCIÓN XXXII Y 140 FRACCIÓN VIII DE LA LEY DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE JALISCO; ARTÍCULO 8 FRACCIÓN V, DEL REGLAMENTO INTERIOR DE LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE JALISCO Y DEL ARTÍCULO 4 FRACCIÓN XXXIV, DEL REGLAMENTO INTERIOR DE LA SECRETARÍA DE SALUD DEL ESTADO DE JALISCO.**

**CONSIDERANDO QUE:**

1. A partir de la reforma a la Ley de Educación del Estado de Jalisco, publicada el pasado 23 de enero de 2007, corresponde a la Secretaría de Educación del Estado en coordinación con la Secretaría de Salud, implementar programas que fomenten en los educandos y su familia, el consumo de alimentos con alto valor nutricional, así como establecer lineamientos generales para evitar la venta de alimentos con bajo o nulo valor nutricional en las tiendas escolares y, en general en los espacios donde se expenden alimentos en las instituciones de nivel básico. Así mismo corresponde, realizar las inspecciones necesarias a fin de vigilar el cumplimiento de las disposiciones relativas.
2. A efecto de dar cumplimiento a lo establecido en la Ley, los suscritos acordamos llevar a cabo reuniones de trabajo y solicitar opiniones especializadas en la materia y con la colaboración del Comité de la Vigilancia y Control de la Obesidad Infantil, y tomando como base la Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, relativa a los servicios básicos de salud, promoción y educación para la salud en materia alimentaria, elaborar los lineamientos generales que permitan lograr una adecuada alimentación en los escolares del Estado de Jalisco.
3. Preocupados por la salud integral de los escolares, reconocemos como uno de los puntos primordiales a abordar el aspecto nutricional, ya que es por medio de los alimentos como el ser humano adquiere las sustancias requeridas para vivir, crecer y desarrollarse.

4. Desafortunadamente se puede señalar que en nuestra sociedad se ha fomentado el consumo de comida baja en valor nutricional, la aplicación de pocos hábitos higiénicos en la ingesta de alimentos, así como el descuido en el balance y proporción de las comidas que se ingieren. Dichas conductas provocan que dentro de los planteles escolares, los alumnos presenten vulnerabilidad a esta problemática de las alteraciones en la conducta alimentaria, que repercuten de forma determinante en su crecimiento, desarrollo y aprendizaje.
5. Por lo anterior, se emite el presente acuerdo con el propósito de transmitir y difundir a los educandos, padres de familia y a los encargados de la operación de los Centros de Atención y Servicios de la Secretaría de Educación, las recomendaciones para el consumo de alimentos dentro de los planteles escolares.

#### **ACUERDO POR EL QUE SE ESTABLECEN LOS LINEAMIENTOS GENERALES PARA FOMENTAR EN LOS EDUCANDOS Y SU FAMILIA EL CONSUMO DE ALIMENTOS CON ALTO VALOR NUTRICIONAL**

**PRIMERO.-** Los presentes lineamientos generales proporcionan las recomendaciones básicas tendientes a desarrollar habilidades, actitudes y prácticas relacionadas con la alimentación, para favorecer la adopción de una dieta correcta e inducir comportamientos para cuidar la salud individual, familiar y colectiva.

**SEGUNDO.-** Se recomienda a los educandos y padres de familia, disminuir el consumo de alimentos con alta carga de glucosa, alto contenido de sodio y grasas.

**TERCERO.-** Se sugiere llevar a cabo acciones que aumenten la actividad física para fortalecer una cultura de movimiento, a fin de evitar el sedentarismo cotidiano.

**CUARTO.-** Se recomienda a los padres de familia, asegurarse de que sus hijos realicen el desayuno antes de iniciar la actividad educativa y laboral.

**QUINTO.-** Se sugiere proporcionar a sus hijos un refrigerio saludable en donde asegure la inclusión de agua potable, frutas de la

temporada, ensalada de verduras o preferir en dado caso, alimentos naturales, sin que éste sustituya a la comida principal.

**SEXTO.-** Los Centros de Atención y Servicios de la Secretaría de Educación Jalisco, deberán ofertar bebidas como: agua natural, leche pasteurizada, ya sea descremada o entera, jugos de fruta natural, agua de frutas de la temporada o yogurt natural. Se recomienda que los productos gaseosos sean de preferencia de fruta y en presentación pequeña; frutas y verduras la cuales deberán estar previamente desinfectadas y con una adecuada conservación; cereales y tubérculos como productos a base de harinas integrales y con bajo contenido en azúcar, se sugiere que los productos como papas, cacahuates o los elaborados a base de maíz o de harina de trigo, sean cocidos o tostados y en dado caso que se utilicen fritos, se podrán consumir en cantidades pequeñas y esporádicamente; leguminosas como frijol, lenteja, haba, garbanzo, deberán estar cocidos o en guisos; alimentos de origen animal, deberán seleccionarse con bajo contenido en grasa y de preferencia cocidos y asados.

En relación a los alimentos industrializados, deberán proporcionarse en presentaciones pequeñas y acompañados con verduras cocidas o crudas.

Se recomienda que los productos con alto contenido calórico sean ingeridos en pequeñas porciones y de preferencia supervisado por un adulto, por lo que se sugiere que sean consumidos en sus hogares.

**SÉPTIMO.-** Se recomienda a los padres de familia que la alimentación en el hogar sea completa es decir, que tenga todos los nutrimentos; equilibrada, que los nutrimentos guarden las proporciones apropiadas entre sí; inocua que su consumo habitual no implique riesgos para la salud; suficiente, que cubra las necesidades de todos los nutrimentos; variada que incluya diferentes alimentos de cada grupo en las comidas como verduras y frutas, cereales y tubérculos, leguminosas y alimentos de origen animal, y de igual forma que sea adecuada o sea, que esté acorde con los gustos y la cultura de quien los consume y ajustada a sus recursos económicos.

**OCTAVO.-** Considerando lo previsto en el artículo anterior, se recomienda ingerir lo siguiente en las porciones que para cada rango de edad corresponda para obtener una sana alimentación:

I. Consumir verduras y frutas de preferencia crudas, regionales y de la estación, mismos que son fuente de carotenos, de vitamina A y C, de ácido fólico y de fibra dietética y dan color y textura a los platillos, así como de otras vitaminas y nutrimentos inorgánicos tales como:

a) Carotenos:

Verduras: chiles secos, hojas de chaya, chipilín, zanahorias, quelites, jitomate, miltomate, acelga, tomatillo, espinaca, berros, romeritos, verdolagas, nopales, huazontles, calabaza amarilla, aguacate.

Frutas: tejocote, mango, chabacano, melón, mandarina, marañón, plátano macho, ciruela, guayaba, plátano tabasco, mamey, higo, zarzamora, guanábana, papaya.

b) Vitamina A y C:

Verduras principalmente crudas: chile poblano, hojas de chaya, chile, col de Bruselas, pimiento rojo, coliflor, brócoli, miltomate, chile seco, habas verdes, tomatillo, huazontle.

Frutas: guayaba, marañón, nanche, kiwi, zapote negro, mango, limón, mandarina, papaya, fresa, toronja, naranja, tejocote, melón.

c) Acido Fólico:

Verduras: berro, espinaca, lechuga, espárrago, betabel, acelga, alcachofas, brócoli, coliflor, chícharo, poro, aguacate, col, elote.

Frutas: naranja y plátano.

d) Fibra dietética:

Verduras de preferencia crudas y con cáscara: brócoli, colecitas de Bruselas, col, zanahoria, coliflor, elote, chícharos, espinacas, nopales, acelgas, huazontles, verdolagas y berros.

Frutas de preferencia crudas y con cáscara: chabacano, plátano, moras, dátiles, higos, guayaba, naranja y toronja en gajos, pera, manzana, mango y tamarindo.

II. Cereales de preferencia integrales o sus derivados, ya que aportan fibra dietética y energía tales como: tortilla y otros productos elaborados con maíz nixtamalizado, cebada, salvado, harinas integrales, avena, pan y cereales integrales.

- III. Frijoles en su amplia variedad y la diversificación con otras leguminosas como lentejas, habas, garbanzos y arvejas por su contenido de fibra y proteínas.
- IV. Carne blanca, pescado, aves asadas por su bajo contenido de grasa saturada, y de preferencia, consumir el pollo sin piel.
- V. Combinar alimentos fuente de vitamina C con alimentos que contengan hierro como:
  - a) Alimentos de origen animal: hígado, moronga, carne de res seca, carnes rojas, huevo, mariscos.
  - b) Leguminosas: frijol, lenteja, habas, garbanzos secos, alverjón, soya.
  - c) Verduras: chiles secos, calabacita, acelgas, espinacas, verdolagas, huazontles, quelites, hojas de chaya, tomatillo, chile poblano, hongos, coles de Bruselas.
  - d) Cereales: productos elaborados con harinas adicionados.
  - e) Otros: frutas secas, cacahuates y nueces.
- VI. Consumir alimentos que sean fuentes de calcio tales como:
  - a) Cereales: tortillas y productos elaborados con maíz nixtamalizado.
  - b) Alimentos de origen animal: queso, leche, yogurt, acociles, sardinas, charales, boquerones.

**NOVENO.-** Se implementarán de manera coordinada programas que fomenten en los educandos y su familia, el consumo de alimentos con alto valor nutricional, así como los alimentos de alto contenido calórico que deban consumirse en pequeñas proporciones.

**DÉCIMO.-** A efecto de que se difundan dichos programas, deberán elaborarse dípticos, trípticos o carteles, mismos que contendrán las recomendaciones que para cada edad corresponda, lo anterior para tener una buena alimentación, los cuales serán distribuidos al inicio del ciclo escolar, por conducto de la estructura educativa que al efecto determine la Secretaría de Educación.

**DÉCIMO PRIMERO.-** Con el objeto de involucrar a la población en general, se implementarán mecanismos de participación social, con el fin de recabar sugerencias para fortalecer la cultura de una alimentación saludable, las cuales se recibirán por conducto del Centro de Atención y Servicios de la Escuela y serán remitidas a la Coordinación de Educación Básica de la Secretaría de Educación para estudiar su viabilidad, previa opinión técnica especializada de la Secretaría de Salud.

**DÉCIMO SEGUNDO.-** Se impartirán de manera coordinada cursos de capacitación a todos los directamente involucrados, como padres de familia, responsables de los Centros de Atención y Servicios y directivos, mismos que se realizarán en la Zona Metropolitana de Guadalajara y en las regiones del Estado que defina la Secretaría de Educación.

**DÉCIMO TERCERO.-** Con la finalidad de supervisar el cumplimiento de estos lineamientos, la Dirección de los Centros y Servicios y la de Participación Social de la Secretaría de Educación, con la coadyuvancia del personal especializado de la Secretaría de Salud, realizarán las inspecciones aleatorias correspondientes.

### **TRANSITORIO**

**ÚNICO.-** El Presente Acuerdo entrará en vigor a partir de su publicación en el Periódico Oficial "El Estado de Jalisco".

Dado en Guadalajara, Jalisco a los once días del mes de julio de dos mil siete.

SECRETARIO DE EDUCACIÓN

SECRETARIO DE SALUD

**FIRMADO**

**FIRMADO**

**LIC. MIGUEL ÁNGEL  
MARTÍNEZ ESPINOSA**

**DR. ALFONSO GUTIÉRREZ  
CARRANZA**