

## Estrategias de conservación de alimentos naturales en el entorno escolar

### *Natural Food Preservation Strategies in the School Environment*

**Mgs. Cristian Stalyn Vargas Lima**

Independiente  
christian\_vargazlima@hotmail.com  
<https://orcid.org/0009-0001-6538-3212>  
Nueva Loja-Ecuador

**Lcda. Jannet Maribel Núñez Baicilla**

Unidad educativa Ricaurte  
jannet.nunez@educacion.gob.ec  
<https://orcid.org/0009-0000-5773-1398>  
Bolívar-Ecuador

**Mgs. Carmen de Lourdes Jiménez Guanga**

Colegio Manuela Cañizares  
carmenl.jimenez@docentes.educacion.gob.ec  
<https://orcid.org/0009-0001-1024-4522>  
Quito-Ecuador

**Mgs. Yolanda Jacqueline Navarro Perugachi**

Unidad Educativa Manuela Cañizares  
yolanda.navarro@docentes.ec  
<https://orcid.org/0009-0001-5976-0448>  
Pichicha-Ecuador

**Mgs. Merly Areni Arroyo Esmeralda**

Unidad Educativa Cañaverl Del Naranjo  
merly.arroyo@educacion.gob.ec  
<https://orcid.org/0009-0001-0511-4547>  
Chone – Ecuador

**Mgs. Haydee Marlene Anchapaxi Centeno**

Unidad Educativa Jorge Mantilla Ortega  
haydee.anchapaxi@educacion.gob.ec  
<https://orcid.org/0009-0004-5771-8707>  
Quito-Ecuador

#### **Formato de citación APA**

Vargas, C., Núñez, J., Jiménez, C., Navarro, Y., Arroyo, M. & Anchapaxi, H. (2026). *Estrategias de conservación de alimentos naturales en el entorno escolar*. Revista REG, Vol. 5 (Nº. 2), p. 1003 - 1018.

#### **INTELIGENCIA COLECTIVA**

**Vol. 5 (Nº.2). abril – junio 2026.**

**ISSN: 3073-1259**

Fecha de recepción: 30-04-2026

Fecha de aceptación :05-05-2026

Fecha de publicación:30-06-2026



## RESUMEN

El estudio analizó las estrategias de conservación de alimentos naturales en estudiantes de 3ero de Educación General Básica en una institución fiscal de Cotopaxi. Se aplicó un enfoque cuantitativo descriptivo con una muestra de 60 estudiantes, utilizando observación y encuestas para evaluar prácticas de higiene, métodos de almacenamiento y hábitos de consumo. Los resultados analizados evidencian numéricamente que, aunque existe una tendencia favorable en el uso de recipientes correctos y prácticas básicas respecto a un buen higiene, estas no se mantienen constantemente por todos los alumnos; pues el nivel de conocimiento se encuentra ubicado en un promedio medio, lo que limita la adecuada y correcta aplicación de técnicas de conservación de alimentos. Aunque se observa que existe una inclinación positiva en consumo de alimentos naturales, aún existen irregularidades en cuanto a hábitos de higiene. De la misma manera, la manipulación inadecuada constituye otro factor de riesgo imperante. Como conclusión final, se analiza la necesidad de fortalecer la educación en alimentos naturales, hábitos constantes e involucramiento familiar a miras de adecuar una mejor conservación de alimentos en aulas de clases.

**PALABRAS CLAVE:** conservación de alimentos, seguridad alimentaria, higiene, alimentos saludables, alumnos.



---

**ABSTRACT**

The study analyzed strategies for preserving natural foods among 3rd grade students in Basic General Education at a public school in Cotopaxi. A quantitative descriptive approach was applied with a sample of 60 students, using observation and surveys to examine hygiene practices, storage methods, and consumption habits. The findings reveal that, although many students demonstrate appropriate hygiene and use of containers, these practices are not consistently maintained. For this reason, the level of knowledge that is generally moderate, that limits the adequate application of food preservation methods. While there is a favorable tendency toward the consumption of natural aliments, irregular patterns are still evident. The results can also highlight that improper handling remains a risk factor affecting food safety in class. In final conclusion, it is requeriment to strengthen food education, promote consistent healthy habits, and encourage active family involvement to obtain food preservation practices.

**KEYWORDS:** food preservation, hygiene, food safety, healthy eating, pupils.



## INTRODUCCIÓN

La conservación de alimentos naturales en el entorno escolar constituye un aspecto principal para garantizar una salud de calidad y bienestar social en la comunidad educativa. En contextos donde niños y adolescentes pasan gran parte de su tiempo en instituciones educativas, resulta imprescindible asegurar que los alimentos consumidos mantengan sus propiedades nutricionales y estén libres de contaminantes (Araneda, 2024).

La promoción de hábitos alimentarios saludables se vincula desde edades iniciales, donde el adecuado manejo de alimentos permite prevenir enfermedades transmitidas por alimentos, lo que fortalece sistemas de salud preventiva tanto en el ámbito educativo como en el entorno social. La oportuna aplicación de estrategias de conservación de alimentos es una clave significativa en la planificación de la alimentación escolar de toda institución.

Hoy en día surgen estilos de vida y patrones de consumo cambiantes, por lo que surgen nuevos desafíos en seguridad alimentaria según lo menciona Fuentes (2023). El auge de consumo en alimentos procesados, grasas saturados y productos con alto nivel de azúcar o demasiada sal, en comparación a una reducción significativa por consumir alimentos naturales han causado una latente necesidad de revalorizar nuevas y modernas prácticas tradicionales de conservación por alimentos que sean saludables y revitalicen la energía de los niños desde sus inicios de aprendizaje.

Las estrategias de conservación en alimentos recomendada incluyen prácticas seguras que garanticen la verdadera inocuidad de los alimentos naturales, como lavado de manos antes y después de cada comida, uso de recipientes limpios y secados utilizando desinfectantes y fundas herméticas que permitan evitar la contaminación, en cuanto al almacenamiento correcto incluye proteger los alimentos del polvo y temperatura térmica.

La utilización de técnicas correctas de refrigeración, deshidratación y métodos naturales, aumentan notablemente la vida útil de los alimentos naturales en calidad y duración. La escuela es un espacio clave para educar en el uso ético, responsable y correcto de recursos alimentarios y analizar su importancia, es así como se fomenta conciencia humanitaria sobre la importancia de tener una alimentación equilibrada.

Es importante refrigerar alimentos perecibles, así como evitar que sean expuestos prolongadamente a temperaturas ambiente. Otras estrategias de conservación incluyen separación de alimentos crudos de los que están cocidos, revisión de fechas de expiración y caducidad, así como consumo oportuno de alimentos para prevenir su descomposición. La higiene del entorno es otro

punto importante, como brindar limpieza profunda de superficies, áreas de cocina y utensilios utilizados, junto con una educación continua respecto a prácticas seguras de manipulación.

Las estrategias de conservación deben contemplar aspectos técnicos, pero también educativos y multiculturales, lo que contempla a todos los miembros de una institución como son: estudiantes, personal docente y administrativo quienes deben capacitarse en técnicas de conservación y correcta manipulación de alimentos (García & Hurtado, 2022).

Entre las prácticas comunes se citan: Tiempo de lavado correcto, formas de almacenamiento en condiciones óptimas de temperatura y verificación de fechas de caducidad. La integración de estos conocimientos en el currículo escolar permite desarrollar competencias relacionadas con la salud y la responsabilidad social. De esta manera, se promueve una cultura preventiva que impacta positivamente en la calidad de vida de la comunidad educativa.

Por otra parte, la implementación de estrategias de conservación contribuye a la reducción del desperdicio de alimentos dentro de las instituciones educativas. El manejo inadecuado de los alimentos suele generar pérdidas significativas, afectando tanto el aspecto económico como el ambiental (Gil, 2020).

Al aplicar técnicas adecuadas de conservación, se optimiza el uso de los recursos disponibles y se promueve una cultura de sostenibilidad; alineado a objetivos de desarrollo sostenible, relacionados en el fomento de un consumo responsable de nuestros ciudadanos, donde la escuela se posiciona como un agente regulador de nuevas normativas de seguridad alimentaria y promoción de prácticas ecológicas sostenibles.

Es un factor importante el contexto geográfico y climático de ubicación de cada institución educativa, ya que influye directamente en la conservación de alimentos naturales. Por ejemplo, en regiones cálidas o Costeras, debido a altas temperaturas de calor, existe una gran probabilidad de descomposición rápida de los alimentos lo que representa un reto constante.

Por tal motivo, es necesario adaptar estrategias de conservación en función de las condiciones locales, a través de tecnologías accesibles según Hernández (2022). La aplicación de propuestas novedosas e innovadoras como sistemas modernos de refrigeración y uso de envases o fundas herméticas que logren mayor duración del alimento conservado a temperatura y calidad de propiedades energéticas, son mecanismos efectivos de conservación necesarios para gestionar una educación alimentaria sobresaliente para una sociedad más saludable física y emocionalmente.

El fomento de una educación alimentaria debe extenderse al hogar y a toda una comunidad. La implementación de charlas, mini talleres, campañas con carteles digitales, difusión digital y

actividades prácticas, consolidan este nuevo conocimiento hacia nuevos paradigmas de conservación de alimentos saludables, cuyo enfoque participativo favorece la apropiación de consumo de alimentos nutritivos mejorando la salud de los habitantes y reduciendo enfermedades cardiovasculares, de colesterol, diabetes juvenil y obesidad.

La aplicación correcta y exitosa de estrategias de conservación de alimentos naturales impacto en la salud nacional, pero también educa a niños y jóvenes a alimentarse saludablemente comiendo sano, con una dieta equilibrada en nutrientes para su óptimo desarrollo físico, reemplazando snacks, dulces y golosinas que son perjudiciales a la postre al causar enfermedades degenerativas. Dichas prácticas son el arma necesaria para fomentar una cultura basada en valores como cuidado del ambiente, solidaridad y responsabilidad según UNICEF (2023).

La educación en este ámbito contribuye a formar ciudadanos conscientes y comprometidos con su entorno. En consecuencia, las estrategias de conservación de alimentos se convierten en una herramienta pedagógica valiosa para la construcción de una sociedad más saludable y sostenible.

Es fundamental incorporar marketing digital para difundir dichas estrategias, donde las (TIC) son una herramienta imprescindible para llegar a un mayor número de personas en una comunidad escolar (Lugmaña, 2025). El uso de herramientas digitales, aplicaciones móviles y recursos multimedia interactivos permiten acceder a información científica, libros digitales y folletos informativos sobre prácticas seguras respecto a manipulación y formas de almacenamiento, adicional, permiten desarrollar programas innovadores o campañas motivadoras que involucren a estudiantes activamente en su aprendizaje significativo.

### **MÉTODOS MATERIALES**

El estudio se realizó en la Institución Fiscal Cotopaxi, en el nivel de Educación General Básica, con estudiantes de tercer grado (3ero EGB) de los paralelos A, B y C, cada uno con 20 niños. Se aplicó enfoque cuantitativo descriptivo con el propósito de analizar profundamente las estrategias de conservación de alimentos naturales necesarias a aplicarse en la institución. Los datos se obtuvieron de una observación sistematizada y encuestas dirigidas a niños de básica, considerando variables como: hábitos de higiene, formas de almacenamiento y consumo.

El muestro por conveniencia fue dirigido a 60 estudiantes, correspondientes a los paralelos A1 hasta C1 de 3ero. De Básica, adicional, se contó adicional con la participación activa de docentes de la institución, quienes aportaron información relevante. Los datos se organizaron mediante tablas de frecuencia con uso de figuras estadísticas, lo que facilitó la investigación al identificar tendencias

de comportamiento por usar prácticas de conservación en alimentos dentro de la institución analizada.

### ANÁLISIS DE RESULTADOS

En la Tabla 1 se detalla la frecuencia de prácticas básicas de higiene en la manipulación de alimentos por parte de los estudiantes de 3ero EGB, considerando aspectos como el lavado de manos, uso de recipientes limpios y cuidado en el consumo.

**Tabla 1.** Frecuencia de prácticas de higiene en manipulación de alimentos

Indicador	Siempre	A veces	Nunca	Total
Lavado de manos	30	20	10	60
Uso de recipientes limpios	28	22	10	60
Evita compartir alimentos	25	25	10	60
Lava frutas antes de comer	27	23	10	60

Los resultados muestran que, aunque una parte importante de los estudiantes aplica prácticas adecuadas de higiene, aún existe un grupo significativo que lo hace de manera ocasional o inadecuada, lo que evidencia la necesidad de reforzar hábitos saludables en el entorno escolar. En la Tabla 2 se presentan los datos relacionados con las formas de almacenamiento de alimentos naturales que utilizan los estudiantes en la escuela.

**Tabla 2.** Formas de almacenamiento de alimentos naturales

Indicador	Siempre	A veces	Nunca	Total
Uso de loncheras adecuadas	32	18	10	60
Uso de envases herméticos	26	24	10	60
Conservación en frío	20	30	10	60
Protección contra el polvo	29	21	10	60

Se observa que la mayoría de los estudiantes utiliza loncheras adecuadas, sin embargo, el uso de técnicas más específicas como la conservación en frío es limitado, lo que puede afectar la calidad de los alimentos.

En la Tabla 3 se analiza el conocimiento sobre conservación de alimentos naturales en los estudiantes.

**Tabla 3.** Conservación de alimentos en estudiantes

Indicador	Alto	Medio	Bajo	Total
Conocimiento general	20	25	15	60
Identificación de alimentos sanos	22	23	15	60
Reconocimiento de riesgos	18	27	15	60
Uso de técnicas básicas	19	26	15	60

Los datos reflejan un nivel medio de conocimiento predominante, lo cual sugiere la necesidad de fortalecer la educación alimentaria desde edades tempranas.

En la Tabla 4 se muestran los hábitos de consumo de alimentos naturales en el entorno escolar.

**Tabla 4.** Hábitos de consumo alimentos naturales

Indicador	Siempre	A veces	Nunca	Total
Consumo de frutas	28	22	10	60
Consumo de vegetales	20	30	10	60
Evita comida procesada	18	32	10	60
Preferencia por alimentos sanos	25	25	10	60

Se evidencia que el consumo de frutas es más frecuente que el de vegetales, mientras que la preferencia por alimentos saludables aún no es totalmente consistente (Mieles & Párraga, 2025).

En la Tabla 5 se detallan las condiciones del entorno escolar para la conservación de alimentos.

**Tabla 5.** Condiciones del entorno escolar

Indicador	Adecuado	Regular	Inadecuado	Total
Limpieza del aula	30	20	10	60
Espacios de almacenamiento	25	25	10	60
Acceso a agua	35	15	10	60
Control de higiene	28	22	10	60

Los resultados muestran condiciones generalmente adecuadas, aunque existen áreas que requieren mejora, especialmente en almacenamiento. En la Tabla 6 se presenta la frecuencia de capacitación en temas de alimentación.

**Tabla 6.** Frecuencia de capacitación

Indicador	Sí	No	A veces	Total
Charlas educativas	20	20	20	60
Talleres prácticos	15	25	20	60
Actividades participativas	18	22	20	60
Uso de recursos didácticos	22	18	20	60

Se observa una distribución equilibrada, lo que indica que las actividades educativas aún no son constantes.

En la Tabla 7 se analizan los factores que afectan la conservación de alimentos.

**Tabla 7.** Factores que afectan conservación de alimentos.

Indicador	Alto	Medio	Bajo	Total
Temperatura	30	20	10	60
Tiempo de exposición	28	22	10	60
Manipulación	25	25	10	60
Contaminación	27	23	10	60

Se identifica que la temperatura y el tiempo son factores críticos que influyen directamente en la conservación de alimentos. En la Tabla 8 se describen las prácticas familiares relacionadas con la conservación.

**Tabla 8** Buenas Prácticas en el hogar de conservación.

Indicador	Siempre	Ocasionalmente	Nunca	Total
Técnica de Refrigeración en casa	30	20	10	60
Uso de envases térmicos	35	15	10	60
Limpieza de cocina	34	16	10	60
Supervisión parental	27	21	11	60

Se pudo evidenciar que en el hogar de cada encuestado existen mejores prácticas de conservación, lo que influye favorablemente. En la Tabla 9 se muestran los principales riesgos de una mala conservación de alimentos.

**Tabla 9.** Riesgos obtenidos por una mala conservación.

Indicador aplicado	Alto	Medio	Bajo	Total
Enfermedades crónicas	29	21	10	60
Contaminación ambiental	30	21	9	60
Pérdida de nutrientes y vitaminas	26	24	10	60
Deterioro del alimento	26	24	10	60

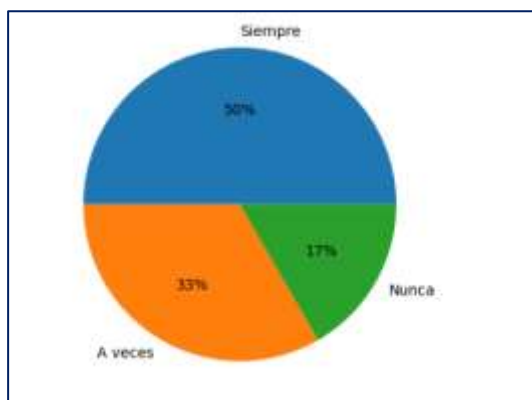
Los datos numéricos reflejan que existen altos riesgos cuando no se aplican estrategias de conservación adecuadas. En la Tabla N. 10 se presentan posibles propuestas.

**Tabla 10.** Propuestas de mejora presentadas

Indicador aplicado	Elevado	Nivel Medio	Mínimo	Total
Educación alimenticia	36	14	10	60
Implementación de políticas	29	19	12	60
Participación de padres	27	23	10	60
Uso de TICS	26	23	11	60

Se determina que la educación alimenticia y aplicación de políticas sobre higiene y manipulación adecuada son principales estrategias de conservación.

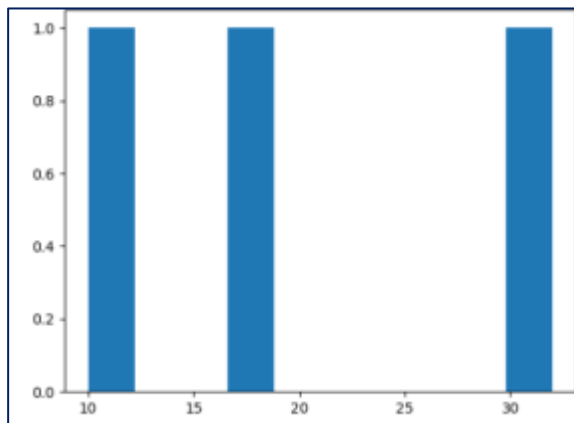
**Figura 1.** Porcentaje de prácticas de higiene en manipulación de alimentos



En la figura 1 se observa que el 50% de los estudiantes siempre aplica prácticas adecuadas de higiene, mientras que el 33% lo hace ocasionalmente y un 17% nunca lo realiza.

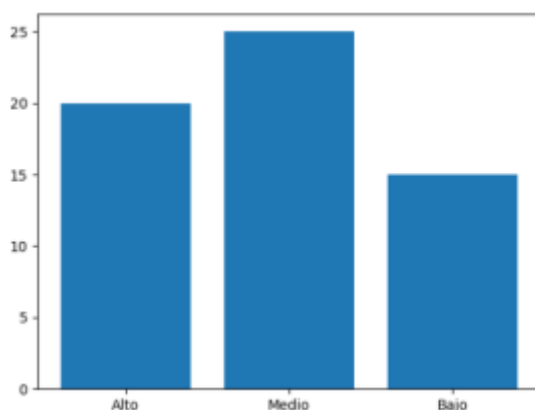
Estos datos evidencian que, aunque existe una base positiva en los hábitos, aún un 50% presenta inconsistencias que pueden afectar la adecuada conservación de los alimentos en el entorno escolar.

**Figura 2.** Uso de técnicas de almacenamiento



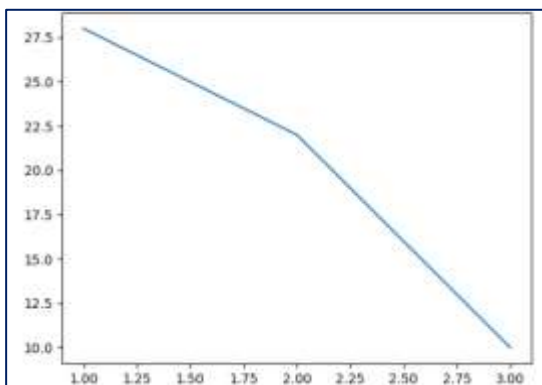
El histograma muestra que la mayor concentración de estudiantes se ubica en la categoría de uso frecuente de técnicas adecuadas (32 estudiantes), seguido por un grupo intermedio de 18 estudiantes. En tanto que, 10 alumnos presentan baja aplicabilidad, esto significa que existe desigualdad en cuanto a una correcta adopción de estrategias en conservación.

**Figura 3.** Nivel de conocimiento



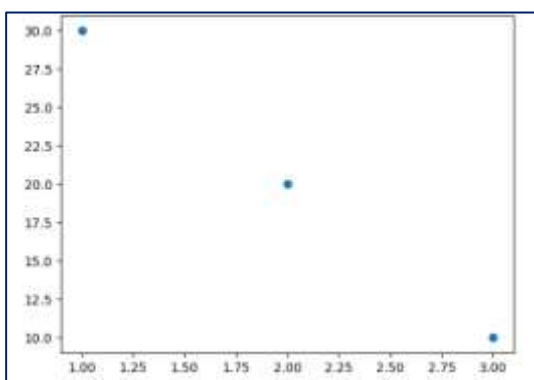
En la figura N. 3 se puede evidenciar que un 42% de encuestados tiene un nivel intermedio de conocimiento en lo que respecta a conservación adecuada de alimentos, luego un 33% con nivel elevado y por último, un 25% con nivel mínimo, esto significa, que la mayoría requiere un refuerzo educativo a través de una campaña masiva digital y presencial en mini talleres que les permita mejorar sus competencias en este ámbito.

**Figura 4.** Prácticas de consumo existentes



El gráfico de líneas visualiza que 28 encuestados tienen un consumo permanente de alimentos naturales, en tanto que 22 tienen variaciones numéricas y 10 personas tienen bajo consumo. Esto permite analizar que, aunque existe una tendencia positiva favorable, aún no se consolida un hábito de frecuencia uniforme en todos los alumnos.

**Figura 5.** Nivel de Relación variables: manipulación y contaminación



La figura N. 5 demuestra que existe una correlación directa entre variables como manipulación inadecuada y contaminación de alimentos, esto se ve reflejado en 30 casos con elevado nivel de incidencia, lo que confirma que existen factores humanos que influyen progresivamente en la conservación de dichos alimentos según Ministerio de Educación del Ecuador (2020).

Las evidencias gráficas revelan que, aunque existen prácticas adecuadas en conservación de alimentos, aún hay falencias respecto a conocimiento, aplicación de hábitos diaria y control de factores claves de riesgo, lo que resalta una necesidad específica de fortalecer estrategias didácticas y prácticas educativas dentro del entorno del niño.

**Tabla 11.** Síntesis general de resultados sobre conservación de alimentos

Categoría	Alto	Medio	Bajo	Total
Prácticas de higiene	30	20	10	60

<b>Almacenamiento adecuado</b>	32	18	10	60
<b>Nivel de conocimiento</b>	20	25	15	60
<b>Hábitos de consumo</b>	28	22	10	60

La Tabla 11 resume los principales hallazgos, evidenciando que las prácticas de higiene y almacenamiento presentan niveles relativamente altos, mientras que el conocimiento y los hábitos de consumo muestran predominio en niveles medios. Esto confirma la importancia de implementar acciones educativas integrales que fortalezcan la conservación de alimentos naturales en el entorno escolar.

**Tabla 12.** Evaluación integral de estrategias de conservación de alimentos naturales

<b>Categoría</b>	<b>Muy adecuado</b>	<b>Adecuado</b>	<b>Regular</b>	<b>Deficiente</b>	<b>Total</b>
<b>Higiene en manipulación</b>	25	20	10	5	60
<b>Uso de envases adecuados</b>	28	18	9	5	60
<b>Conservación en frío</b>	20	22	12	6	60
<b>Conocimiento del estudiante</b>	18	25	12	5	60
<b>Supervisión docente</b>	26	20	9	5	60

Los resultados reflejan que la mayoría de los indicadores se concentran en niveles “adecuado” y “muy adecuado”, especialmente en aspectos como el uso de envases y la supervisión docente. Sin embargo, se evidencian debilidades en la conservación en frío y en el nivel de conocimiento de los estudiantes, donde aún existen porcentajes en niveles regulares y deficientes.

En conjunto, estos hallazgos permiten concluir que, si bien existen avances en la aplicación de estrategias de conservación de alimentos naturales en el entorno escolar, es necesario fortalecer los procesos educativos y el control de prácticas para lograr una mejora integral y sostenida (Moyano, 2021)

## DISCUSIÓN

Las prácticas de higiene en lo que es manipulación de alimentos muestran una tendencia de comportamiento favorable, el 50% de encuestados indicó realizarlas frecuentemente, en tanto un 33% lo hace de forma ocasional comparado con un 17% que nunca aplica dichas prácticas (Almanza, 2024).

Aunque existe bases iniciales de conocimientos y hábitos alimenticios, cerca de la mitad no mantiene prácticas constantes sino ocasionales. Dicha variabilidad incide directamente en la gestión eficiente de calidad de alimentos consumidos y factores de riesgo a obtener enfermedades derivadas de mala alimentación, lo que evidencia reforzar procesos formativos en seguridad e higiene alimentaria.

El 53% en su mayoría aplica técnicas de almacenamiento ya que se utiliza recipientes adecuados, un 30% de los alumnos lo hace a veces y 17% en un bajo porcentaje, aunque persiste una tendencia positiva, hay limitaciones en cuanto a factores económicos ya que muchas familias no

disponen de recursos económicos para adquirir mejores refrigeradores, además existe falta de tiempo, hábitos por dejar los alimentos a temperatura ambiente sin considerar que deben ser refrigerados para que dure su calidad de nutrientes.

El 42% se ubica en un nivel intermedio, 33% en nivel elevado y 25% en nivel mínimo, en lo que respecta al nivel de conocimiento sobre conservación de alimentos naturales, esta tendencia demuestra que se posee conocimientos básicos, pero no suficientes para garantizar buenas prácticas alimenticias según Muñoz De la Cruz & Huamán (2025). La presencia de un 25% de la muestra representa un nivel bajo crítico, por lo que es necesario una correcta aplicación de medidas preventivas y estrategias efectivas más contextualizadas.

Los hábitos de consumo de alimentos naturales, representan un 47% permanente, 37% presenta variaciones mínimas y 16% bajo consumo, esto significa que, aunque existe una inclinación positiva hacia prácticas saludables nutritivas, no se ha propiciado un hábito uniforme en todos los niños de básica. Dicha irregularidad de consumo puede influenciarse a factores familiares o culturales, lo que sugiere la importancia de integrar a la familia en procesos de enseñanza.

Finalmente, un 50% muestra alta incidencia en problemas de manipulación y, por ende, contaminación rápida de alimentos (Muñoz, 2024). En términos globales, se evidencia una necesidad imperante de establecer acciones innovadoras educativas referentes a mejorar condiciones de almacenamiento seguro y sin riesgo con participación activa que garantice una educación alimentaria sostenible.

## CONCLUSIONES

La investigación evidencia que las prácticas de conservación de alimentos naturales en el entorno escolar presentan avances significativos, especialmente en aspectos relacionados con la higiene y el uso de recipientes adecuados. Los datos numéricos y estadísticos demuestran que existen uso de prácticas alimentarias y conocimientos básicos, pero no son permanentes debido a una falta de cultura, capacitación y difusión, lo que limita su efectividad (Ruiz, 2024).

El grado de conocimiento a nivel formativo de los alumnos es básico e insuficiente para garantizar una oportuna conservación de sus alimentos por sí solos, cuya situación incide en la gestión de calidad de los alimentos que se descomponen antes de tiempo y pueden generar riesgos para la salud, lo que evidencia la importancia de proponer campañas de socialización, integrar contenidos en educación alimentaria durante todo el proceso.

Entre los alimentos naturales a temperatura ambiente tienen una duración promedio de 4 a 8 horas, entre ellos podemos citar frutas, lácteos, verduras, y preparaciones que son caseras. Sin embargo, con técnicas de refrigeración y estrategias de conservación pueden durar hasta 3 días, por lo que su descomposición es más lenta con una mejor calidad de nutrientes.

Finalmente, los resultados permiten determinar que los factores de riesgo, como la manipulación inadecuada y las condiciones de almacenamiento, continúan siendo determinantes en la conservación de los alimentos. A pesar de las condiciones relativamente adecuadas del entorno escolar, la falta de uniformidad en las prácticas y hábitos limita el logro de una seguridad alimentaria integral, lo que demanda acciones coordinadas entre la institución educativa, los estudiantes y las familias.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almanza-Cruz, O. (2024). Efecto de una intervención nutricional en escolares. *Nutrición Hospitalaria*.  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112024000800005&script=sci\\_arttext](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112024000800005&script=sci_arttext)
- Araneda-Flores, J. (2024). Ambiente alimentario alrededor de establecimientos educacionales. *Revista Chilena de Nutrición*, 51(6), 446–452. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v51n6/0717-7518-rchnut-51-06-0446.pdf>
- Fuentes, S. (2023). Alimentación escolar y educación alimentaria: límites y alcances. *Revista Costarricense de Salud Pública*. [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-26442023000100588&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-26442023000100588&script=sci_arttext)
- García, Y. A., & Hurtado, B. (2022). La huerta escolar como medio pedagógico para fortalecer la cultura ambiental en primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 11705-11729  
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4223>
- Gil, K. (2020). Seguridad alimentaria, comedores escolares y COVID-19. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 33(1), 80–90. [https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S0798-07522020000100080&script=sci\\_arttext](https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S0798-07522020000100080&script=sci_arttext)
- Hernández, S. (2022). La alimentación escolar: una aproximación desde la investigación educativa. *Revista de Salud Pública*. [https://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75502022000100305&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75502022000100305&script=sci_arttext)
- Lugmaña, E. M. C. (2025). *Influencia que tienen los hábitos alimenticios en el rendimiento*. Estudios y Perspectivas. <https://doi.org/10.61384/r.c.a..v5i1.1032>
- Mieles, G., & Párraga, S. (2025). *Alimentación saludable y rendimiento académico en estudiantes*. Ciencia Latina. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i1.16544](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.16544)
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2020). *Reglamento de barens escolares*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2023/02/Acuerdo-Interministerial-No-00007-2020.pdf>
- Moyano, D. (2021). Análisis de la intervención de la política de comedores escolares. *Salud Colectiva*, 16. <https://www.scielosp.org/article/scol/2020.v16/e2636/>

Muñoz De la Cruz, L. A., & Huamán-Salazar, N. (2025). *Conocimientos sobre loncheras saludables en preescolares*. Revista Española de Nutrición Comunitaria. [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-24-0042.\\_Final.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-24-0042._Final.pdf)

Muñoz González, R. (2024). Determinantes de los sistemas alimentario-nutricionales. *Revista Cubana de Salud Pública*. [https://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202024000300287&script=sci\\_arttext](https://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202024000300287&script=sci_arttext)

Ruiz-Arregui, L. (2024). Huerto escolar integrado como modelo de promoción para promover una alimentación saludable. *Salud Pública de México*. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0016-38132024000500010&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0016-38132024000500010&script=sci_arttext)

Sifontes, Y. (2023). Guías alimentarias y sostenibilidad en salud pública. *Anales Venezolanos de Nutrición*. [https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S0798-07522023000200083&script=sci\\_arttext](https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S0798-07522023000200083&script=sci_arttext)

UNICEF. (2023). *Alimentación saludable en las escuelas*. <https://www.unicef.org/argentina/media/26271/file>

**CONFLICTO DE INTERÉS:**

*Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles*

**FINANCIAMIENTO**

*No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.*

**NOTA:**

*El artículo no es producto de una publicación anterior.*

