



TEMA 5: Alimentación saludable y reducción del desperdicio alimentario.

1. Alimentación saludable y reducción del desperdicio alimentario.

Diversos estudios científicos, como el encargado por la Comisión Europea en 2012 ([Behavioural Climate Change Mitigation Options. Domain Report Housing](#)), concluyen que, de entre los diversos ámbitos (movilidad, vivienda, alimentación...) en los que como ciudadanos podemos rebajar nuestra huella de carbono (es decir, la cantidad de emisiones de CO₂ que, directa o indirectamente, generamos con nuestra actividad), la adopción de un consumo de alimentos responsable y una dieta sostenible es la opción que muestra un mayor potencial de reducción de emisiones de CO₂. Es un campo en el que, además, los centros escolares tienen mucho que decir y hacer, dado que tienen la capacidad tanto de abordar el aprendizaje sobre hábitos alimentarios como de disminuir el [desperdicio de alimentos que se produce en el desayuno y en el servicio de comedor](#).

1.1 Algunas definiciones previas para entender la línea de actuación.

La alimentación sostenible y saludable es un aspecto muy relevante de un estilo de vida responsable. Algunos conceptos de interés asociados a este ámbito son los siguientes:

- **DESPILFARRO ALIMENTARIO:** hablamos de despilfarro de alimentos cuando estos, pese a que son seguros y conservan su valor como recurso nutritivo, se descartan o se destinan a usos distintos de la alimentación humana o animal, a lo largo de toda la cadena alimentaria. Nos referimos a: restos de alimentos preparados o cocinados que se devuelven de la mesa, productos rechazados porque no cumplen con los estándares de tamaño o aspecto visual, así como comida en buen estado (fresca, transformada o envasada) que acaba de forma prematura en el contenedor sin haber llegado a las cocinas. En cuanto a los productos que ni siquiera salen de la explotación agraria y se reincorporan al suelo o son compostados in-situ, se catalogan como "pérdidas alimentarias".

Según datos de la Comisión Europea, entre un 30% y un 50% de toda la comida sana y comestible acaba convertida en residuo. Un estudio, publicado en el año 2013 por la Confederación Española de Cooperativas de Consumidores y Usuarios (HISPACOP) y avalado por el Instituto Nacional de Consumo (INC), advertía que en los hogares se desperdicia de media 1,3 kg/semana, lo que supone que cada año se tiran 1,5 millones de toneladas de alimentos aptos para el consumo.

Para evitar este enorme despilfarro, se requiere el compromiso de todos los actores de la cadena alimentaria, desde los productores, distribuidores, comercializadores, restauradores hasta los consumidores finales.

- **ALIMENTOS DE TEMPORADA:** alimentos que son consumidos de acuerdo con el ciclo natural de la producción de cercanía, es decir se consumen en la estación del año en que se producen. Al llegar a nuestras mesas en su estado óptimo de maduración, sus propiedades nutritivas y organolépticas están intactas.

La oferta de frutas y verduras de temporada en nuestro país es suficientemente amplia como para no tener que depender de alimentos producidos a grandes distancias o que han sido sometidos a procesos de almacenamiento y conservación que requieren un gran consumo energético. En la actualidad, hay variedad de guías y otros recursos de cocina de temporada, que pueden ser de utilidad para [preparar los menús escolares](#).

[Recursos prácticos del Programa "Alimentar el cambio":](#)

[Guía "La alimentación saludable en la etapa escolar. Edición 2020"](#)



- **PRODUCCIÓN LOCAL:** se refiere a aquellos alimentos producidos relativamente cerca de donde se consumen -también son conocidos como alimentos km0 o de proximidad- reduciendo así la necesidad de transporte, distribución y almacenamiento, lo que se traduce en una disminución de las emisiones de CO₂ por kg de alimento. Además, la producción local favorece la actividad agrícola local, dinamiza la economía y contribuye a la conservación de la biodiversidad agrícola autóctona.
- **PRODUCCIÓN ECOLÓGICA:** modelo productivo que utiliza técnicas respetuosas con el medio ambiente para la obtención de alimentos, apostando por el cuidado y mejora del suelo, como elemento básico de la fertilidad agrícola, la mejora de la biodiversidad, la producción extensiva, la menor mecanización y el rechazo de productos de síntesis química, como fertilizantes, plaguicidas, etc.

Los productos ecológicos son buenos para la salud de las personas y para la tierra de cultivo pero no tienen por qué tener un impacto positivo en otros ámbitos. De hecho, en los supermercados cada vez es más frecuente encontrar alimentos ecológicos procedentes de países lejanos o sobre-envasados y que, por lo tanto, cuentan con una huella de carbono muy alta.

Los productos de agricultura ecológica están avalados por entidades que realizan el control y la certificación de la autenticidad de los mismos. Cada país tiene su organismo de control, normalmente dependiente del departamento/ministerio de agricultura y la Unión Europea armoniza los diferentes sistemas certificadores nacionales.



Este logotipo es el genérico para toda Europa e indica que un determinado alimento ha sido producido de acuerdo con determinadas técnicas agrarias sostenibles medioambientalmente.

- **AGROECOLOGÍA:** Es una ciencia, un conjunto de prácticas y un movimiento social que considera la agricultura desde una perspectiva holística y busca un beneficio integral desde diferentes perspectivas: social, económica, ecológica, política y cultural. Aplica principios de producción y consumo sostenible, por ejemplo: la cercanía y el consumo de temporada para reducir el gasto en transporte y energía; el cuidado del suelo, el agua y la biodiversidad, evitando biocidas y fertilizantes sintéticos; la reducción de embalajes; o el fomento de la economía rural y la remuneración justa por el trabajo.

Mientras que los productos ecológicos son fácilmente reconocibles gracias a su conocido sello, los [productos agroecológicos](#), que tratan no solo de ser respetuosos con la tierra y la salud sino también ser justos con los trabajadores y reducir su huella de carbono, no cuentan, por el momento, con un etiquetado reconocibile.

- **COCINA DE APROVECHAMIENTO:** modalidad de cocina que se apoya en el aprovechamiento de los restos de alimentos cocinados para elaborar nuevas recetas sabrosas y equilibradas nutricionalmente, como es el caso de la utilización de las sobras del puchero para elaborar croquetas. Es una práctica ancestral en España, por lo que contamos con múltiples recetas tradicionales
- **DIETA CLIMARIANA:** propone [luchar contra el cambio climático desde la mesa](#), eligiendo aquellos alimentos que contribuyan a reducir las emisiones de CO₂ y tengan un menor impacto ambiental. Para ello, prioriza el consumo de frutas, verduras, semillas y legumbres; incluye alimentos de origen animal en proporciones mínimas; y aboga por productos locales, de temporada y ecológicos, cuya producción y consumo implican menor generación de residuos y optimización de los recursos.

Reflexión: uno de los aspectos más polémicos de la dieta climariana tiene que ver con la reducción del consumo de carne. [La huella ecológica de la producción de carne](#), especialmente de carne roja, es muy elevada en comparación con otras fuentes de proteínas.



TEMA 5: Alimentación saludable y reducción del desperdicio alimentario.

En España, según datos de 2021 del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, comemos casi 50 kilos de carne por persona al año, más del doble de lo que recomiendan la OMS -21 kilos- y la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) -25 kilos-. Así pues, hay razones de salud, más allá de las climáticas, para plantearse hacer un consumo más equilibrado y responsable de los productos cárnicos.

Una propuesta, que enraíza en la tradición de la dieta mediterránea, es alternar la fuente de proteínas de calidad, incorporando más legumbres a nuestro menú, las cuales no solo son interesantes desde un punto de vista nutricional sino que además contribuyen a regenerar los suelos agrícolas.

1.2. La alimentación responsable y la lucha contra el desperdicio alimentario como estrategias para hacer frente al cambio climático.

La alimentación y el cambio climático son dos elementos estrechamente relacionados, pues el clima, y los impactos con él relacionados -sequías, plagas...-, afecta de manera directa a los cultivos y a la disponibilidad de alimentos, mientras que nuestros hábitos alimentarios inciden a su vez sobre el cambio climático. Por ello, adoptar un modelo de consumo responsable y luchar contra el desperdicio de alimentos son dos líneas de acción muy sólidas para hacer frente al cambio climático en la vida cotidiana.

Todos los alimentos necesitan tierra, agua y energía para su producción y transformación, siendo los alimentos de origen animal los que más recursos consumen y más emisiones generan.

Según datos de la FAO, la mitad de toda la tierra habitable (es decir, sin incluir glaciares y tierras estériles -desiertos, playas o rocas expuestas-) se utiliza para la agricultura.

Si sumamos el suelo destinado al pastoreo con el dedicado al cultivo de forrajes para el ganado, resulta que la ganadería acapara el 77% de las tierras agrícolas a nivel mundial. El aumento constante del consumo de carne está detrás de la expansión agrícola, una transformación del uso del suelo que alimenta el cambio climático y destruye los hábitats naturales amenazando la biodiversidad.

Sin embargo, aunque el ganado ocupa la mayor parte de las tierras agrícolas del mundo, solo produce el 18% de las calorías mundiales y el 37% de las proteínas totales. Un argumento muy consistente en favor de adoptar dietas más basadas en vegetales y que incluyan cantidades moderadas de proteínas de origen animal, cambio que también puede promoverse desde los centros educativos y comedores escolares.

Por otro lado, también hay que señalar el problema del enorme desperdicio alimentario que se produce en todo el mundo.

Casi un 30% de la superficie agrícola mundial se emplea actualmente para producir alimentos que finalmente se pierden o desperdician.



Entre los alimentos que más se desperdician se encuentran las frutas, hortalizas y verduras, seguidas de los derivados lácteos. Una situación que tiene su reflejo en los centros escolares, donde se estima que el volumen del desperdicio oscila entre 60 y 100 gramos por alumno y comida. Puede no parecer gran cosa, pero si tenemos en cuenta que se trata de algo que se produce a diario en miles de comedores con cientos de miles de usuarios, el problema adquiere magnitudes considerables. Según el ["Estudio piloto para la medición y reducción del desperdicio de alimentos en comedores escolares"](#) del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, considerando que unos 770.519 alumnos almuerzan habitualmente en el colegio y un desperdicio de unos 100 g. diarios de alimento, en todo el curso académico (9 meses, 20 días por mes) el total ascendería a 14.000 toneladas métricas. Para contribuir a la solución de este debemos aplicar la misma lógica, es decir, pequeñas acciones pero repetidas masivamente y a diario.

Como vemos, trabajar contra el cambio climático a través de la alimentación es un objetivo que deberían acoger los centros escolares. Para ello, podemos plantearnos una acción pedagógica hacia toda la comunidad educativa (personal docente y no docente, alumnado y familias) y además incluir los principios de la dieta climariana en los menús escolares, con los siguientes objetivos:

- Apoyar la producción local, ecológica y sostenible de distintas maneras: incluyendo estos criterios de compra para los servicios de comedor escolar, aportando información y sugerencias a las familias, y adoptando buenas prácticas para el uso eficiente de la energía en la cocina.
- Luchar contra el despilfarro de alimentos, poniendo en valor el coste real de su producción, reduciendo al máximo el desperdicio y controlando que los residuos se gestionan de forma adecuada, tanto los orgánicos como los envases asociados.
- Promover una cultura gastronómica alineada con la reducción de emisiones y la protección de la biodiversidad, apostando por una dieta variada, de temporada y producción sostenible y de cercanía, con proporción moderada de proteína animal y que recupere la tradición de la cocina de aprovechamiento.

Recordamos que los requisitos de una dieta climariana están relacionados con:

- *Consumir productos de temporada, de producción cercana y, en la medida de lo posible, ecológica.*
- *Equilibrar adecuadamente la proporción de alimentos de origen vegetal –que debe ser mayoritaria- y animal.*
- *Adoptar buenas prácticas para el uso eficiente de la energía en la cocina.*
- *Aprovechar los restos de comida para elaborar otras recetas.*



TEMA 5: Alimentación saludable y reducción del desperdicio alimentario.

2. Ideas para mejorar la alimentación y reducir del despilfarro alimentario.

La mejora de la alimentación es una cuestión fundamental en el desarrollo del alumnado. El tema tiene, por supuesto, implicaciones nutricionales, teniendo en cuenta que la [obesidad infantil](#) es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI y que España es uno de los países más afectados -es el segundo con mayor prevalencia de sobrepeso y el sexto en obesidad según un estudio de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que abarca a 33 países europeos-. Pero, más allá de esto, la alimentación es un ámbito desde el que abordar cuestiones como el consumo responsable o la participación en las labores domésticas.

Son muchos los centros escolares que trabajan en esta línea con iniciativas de todo tipo, principalmente de carácter organizativo, de visibilidad de buenos hábitos y, por supuesto, educativo. Veamos algunas de ellas:

2.1. Cambios en la gestión del comedor.

Como hemos visto, desde los comedores escolares se puede trabajar contra el cambio climático desde la confección de menús más saludables, de menor impacto ambiental y con mayor proporción de productos locales. En esta línea destaca el proyecto "[Alimentando otros modelos](#)", pionero en la Comunidad de Madrid, que desde el curso 2013/14 ha transformado los comedores escolares de los tres centros de la Fundación FUHEM a través de cambios en el conjunto de la comunidad educativa: alumnado, profesorado, personal de sala y cocina, familias e incluso otros actores del barrio donde se localizan los colegios. El proyecto actúa con tres objetivos:

- Convertir el comedor escolar en un comedor ecológico y saludable.
- Crear grupos de consumo agroecológico entre familias, profesorado y personal del colegio.
- Educar a toda la comunidad educativa en un modelo alimentario agroecológico.

Cuando las administraciones se implican en estas transformaciones, el impacto de las acciones se multiplica. Ejemplo de ello es el programa "Ecomedores de Canarias", que el Gobierno de Canarias lanzó como piloto en 2013 y hoy está ampliamente consolidado, con 116 comedores y 111 productores/as vinculados en las siete islas. Se basa en la incorporación de productos ecológicos, frescos, locales y de temporada en los menús de los centros escolares, sociosanitarios y de restauración colectiva en Canarias. El programa coordina la distribución a nivel insular y regional, para asegurar el suministro de producto a los centros con las adecuadas condiciones de calidad, y todo ello a un precio justo fijado anualmente por los productores.

Recuerda que para la confección de menús sostenibles y saludables, puedes recurrir a las fichas:

- **Medida:** Definición de menús climarianos
- **Medida:** Inclusión de criterios de sostenibilidad en contratos públicos de servicio de comedor
- **Medida:** Inclusión de criterios de sostenibilidad en contratos privados de servicio de comedor



TEMA 5: Alimentación saludable y reducción del desperdicio alimentario.

2.2. Actuar contra el desperdicio.

Otra línea de acción debe orientarse a luchar contra el despilfarro alimentario y reducir la producción de residuos, con acciones tan valiosas como la auditoría para la medición y reducción del desperdicio de alimentos en comedores escolares llevada a cabo en el marco de la estrategia "[Más alimento, menos desperdicio](#)" del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, en la que participó, entre otras, la Escuela Jungfrau (Badalona).

Los resultados de esta auditoría permitieron extraer interesantes conclusiones y recomendaciones, muchas de ellas relacionadas con la planificación de cantidades y gestión de los menús, por ejemplo:

- Supervisión diaria de los pedidos.
- Limitar la cantidad de pan.
- Permitir escoger entre dos opciones de primer plato y dos de segundo (en la ESO).
- Utilizar cazometría por edad para servir.
- Dar opción a escoger entre dos formatos de ración.
- Ofrecer la fruta pelada a los pequeños y hacer macedonia si el aspecto de la fruta no es impecable.
- Restringir la posibilidad de repetir hasta haberse acabado toda la bandeja.

Por su parte, desde hace varios años, el colectivo Teachers for future Spain viene promoviendo su programa [«Recreos Residuos Cero»](#) que motiva al alumnado para que sus almuerzos o meriendas no generen residuo o, al menos, el mínimo posible. Para ello, ofrecen múltiples recomendaciones y recursos educativos.

2.3. Dar visibilidad a nuestras iniciativas

El proyecto de eco-comedor del [C.E.I.P. Gómez Moreno \(Granada\)](#) nació hace casi dos décadas de la mano del AMPA, que decidió hacerse cargo de la gestión del comedor escolar, iniciando un proceso que tiene un enfoque integral en torno a cuatro ejes:

- Alimentación sana, cercana y sostenible
- Incorporación de hábitos en la familia
- Actividad física y deporte
- Difusión-participación-comunicación

No solo está considerado uno de los principales activos de salud de su comunidad local, sino que ejerce una importante labor divulgativa a través de actividades de comunicación, como libros de recetas, boletines, talleres y jornadas, entre muchas otras, lo que les ha servido para implicar a las familias en su programa educativo.

En la tarea de divulgación, hoy por hoy, las redes sociales juegan un papel principal, como bien saben desde el [C.E.I.P. Asunción Pañart Montaner \(Ainsa, Huesca\)](#), gracias a su cuenta de [Facebook "comedor escolar ecológico del C.E.I.P. de Ainsa"](#).

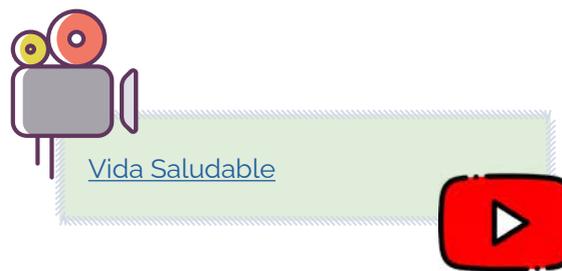


C.E.I.P. de Ainsa



TEMA 5: Alimentación saludable y reducción del desperdicio alimentario.

Otro recurso de comunicación interesante lo constituyen los videos. El realizado por el [C.E.I.P. Fernando Baixauli Chornet \(Sedaví, Valencia\)](#) ha superado las 9000 visualizaciones con su canción sobre alimentación saludable.



C.E.I.P. Fernando Baixauli Chornet (Sedaví, Valencia)

2.4. El trabajo educativo en todas las acciones

[Cambiar los hábitos en relación con la alimentación y adoptar una cultura gastronómica saludable y sostenible](#) no es sencillo, requiere de un trabajo educativo continuado, que debe atravesar todas las iniciativas y cambios que se emprendan desde el centro escolar.

Un ejemplo de ello nos lo ofrece el proyecto ["Menús sostenibles, planeta saludable: transitar hacia una soberanía alimentaria en las escuelas infantiles madrileñas como camino hacia los ODS"](#) que Garúa Cooperativa y CERAI desarrollan en 18 escuelas infantiles 0-3 años de la Red Municipal del Ayuntamiento de Madrid. Su web facilita una gran variedad de propuestas y recursos educativos.

También la ["Guía didáctica: Alimentando otros modelos: comedores escolares ecológicos y soberanía alimentaria"](#), elaborada dentro del proyecto de comedores ecológicos de la FUHEM, facilita itinerarios formativos con actividades diseñadas para todos los ciclos de primaria y 1º y 2º curso de la ESO.

Se puede empezar a trabajar desde las edades más tempranas con actividades muy sencillas. Por ejemplo a través de **talleres de "cocina para peques"**, que buscan implicarles en las preparaciones y presentarlas de manera atractiva, jugando con la estética de los platos, como en el caso de las recetas con formas de animales del *C.E.I.P. LA VILLA (Cuéllar, Segovia)* o los talleres de creación de utensilios para evitar los residuos de los desayunos, que nos proponen desde el *C.E.E. Eloy Camino (Albacete)*, donde han realizado un taller para confeccionar sus propios porta-bocadillos con retales de tela, junto con las familias, con el fin de reducir el uso de papel de aluminio y film, uno de los principales focos de residuos en el centro. En respuesta a otro de los residuos habituales, los briks de zumos, el *C.E.I.P. Miguel Hernández (La Roda, Albacete)* se planteó la reducción del consumo de azúcares a través de la limitación del número de "zumos envasados" a consumir a lo largo de la semana. Para ello, llevaron a cabo el seguimiento de cada alumno con un indicador muy especial, un cartel con forma de racimo de uvas, donde cada día libre de zumos envasados se colocaba una pegatina, mostrando de forma muy visual el avance hacia la reducción de este tipo de envases en el centro.

Avanzar hacia otro tipo de objetivos más complejos, como la introducción de menús en línea con una dieta climariana o los cambios en la gestión para acabar con el despilfarro alimentario en el centro escolar, requiere de un proceso gradual y un trabajo de participación que vaya logrando el consenso de todos los actores implicados (centro, proveedores, personal de cocina, alumnado, familias...). Algunas ideas para ello:

- Haz participe al alumnado del proceso de preparación de la comida, por ejemplo, organizando una visita a la cocina del centro para que conozca cómo se cocinan los alimentos del menú.
- Emplea el huerto escolar como recurso educativo; es un recurso útil para destacar el valor nutricional de los vegetales.
- Monitoriza y analiza los residuos orgánicos y los envases generados en el centro para conocer su volumen, aplicar medidas para su reducción y darles el tratamiento adecuado.



- Incorpora la alimentación sostenible como contenido transversal al currículum escolar según edades y etapas con contenidos atractivos y prácticos.
- Implica a las familias,
- Mapea el entorno del barrio en busca de comercios que faciliten compra a granel o productos ecológicos y agroecológicos de proximidad. (**Medida: Mapeado de comercios locales saludables, sostenibles y circulares**)
- Informa al alumnado de los alimentos de temporada.
- Para mejorar la implicación de la comunidad escolar, podemos comenzar por la creación de una comisión mixta de comedor (**Medida: Creación de comisión mixta de comedor**)
- Finalmente, es esencial incorporar a las familias en el proceso con actividades diversas como, por ejemplo, recetarios populares o de cocina de aprovechamiento.

ACTIVIDADES PARA REALIZAR EN FAMILIA:

- **Medida: Seguimiento familiar de alimentos**
- **Medida: Aprendizaje de hábitos saludables**
- **Medida: Conocimiento del eco-etiquetado**
- **Medida: Adoptar medidas para un consumo responsable**

ACTIVIDAD DE INVESTIGACIÓN-ACCIÓN:

Por otro lado, podemos potenciar el autodescubrimiento e investigación:

Ejemplo de actividad práctica:

- [Ficha: Dónde compras](#)
- [Ficha: Recetas tradicionales de cocina de aprovechamiento](#)



EXPERIMENTOS Y TALLERES:

Por otro lado, podemos potenciar el compromiso con otras medidas desde el juego y la experimentación científica, por ejemplo, a través de las siguientes actividades:

Ejemplo de actividad práctica:

- [Ficha: El comesano](#)
- [Ficha: Carne de calidad](#)
- [Ficha: alimentos circulares](#)





TEMA 5: Alimentación saludable y reducción del desperdicio alimentario.

Link o enlaces del tema:

- Behavioural Climate Change Mitigation Options in the Housing Domain: https://climate.ec.europa.eu/system/files/2016-11/housing_report_en.pdf
- Despilfarro en comedores escolares "Cualquier cantidad es mucha": <https://despilfarroalimentario.org/despilfarro-en-comedores-escolares-cualquier-cantidad-es-mucha/>
- Recursos prácticos del Programa "Alimentar el cambio": <https://alimentarelcambio.es/calendario-de-verduras-frutas-y-hortalizas-de-temporada-y-de-produccion-nacional/>
- Guía "La alimentación saludable en la etapa escolar. Edición 2020": https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacion_etapa_escolar.pdf
- ¿Sabes cómo diferenciar agroecológico de ecológico? LA OSA te lo cuenta: <https://laosa.coop/blog/diferencias-productos-agroecologicos-de-ecologico/>
- Climarianos, reducetarianos, regenerivos... El planeta dicta la dieta: <https://www.lavanguardia.com/vida/20230206/8730574/tendencias-alimentacion-climarianos-reducetarianos-regenivos-planeta-dicta-dieta.html>
- Consumir menos carne reduce la huella ecológica: https://www.nationalgeographic.com.es/ciencia/consumir-menos-carne-reduce-huella-ecologica_8975
- ¿Cuánta carne consumen los españoles y de dónde procede?: <https://www.lavanguardia.com/comer/al-dia/20220118/7994439/que-tipos-kilos-carne-consumen-espanoles.html>
- Estudio piloto para la medición y reducción del desperdicio de alimentos en comedores escolares: https://www.aragon.es/documents/20127/674325/AUDITORIA_DESPERDICIO_COMEDORES_ESCOLARES_2016.pdf/dd8d7271-4a40-9983-1e85-7e6ee44cab68
- Obesidad en la población infantil en España y factores asociados: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000500007#B6
- Estrategia "Más alimento, menos desperdicio": <https://www.lavanguardia.com/comer/al-dia/20220118/7994439/que-tipos-kilos-carne-consumen-espanoles.html>
- Estudio piloto para la MEDICIÓN y REDUCCIÓN del DESPERDICIO de ALIMENTOS en COMEDORES ESCOLARES Auditoría de autoevaluación: https://www.aragon.es/documents/20127/674325/AUDITORIA_DESPERDICIO_COMEDORES_ESCOLARES_2016.pdf/dd8d7271-4a40-9983-1e85-7e6ee44cab68
- Proyecto educativo de Eco-Comedor del Gómez Moreno: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/premios/2019/Proyecto_eco_comedor.pdf
- "Comedor escolar ecológico del C.E.I.P. de Aínsa": <https://www.facebook.com/people/Comedor-escolar-ecol%C3%B3gico-del-CEIP-de-A%C3%ADnsa/100069905722402>
- C.E.I.P. Fernando Baixauli Chornet (Sedaví, Valencia) "canción sobre alimentación saludable": <https://www.youtube.com/watch?v=RHu3yUloyEc>

Ideas para mejorar la alimentación y reducir del despilfarro alimentario.

- Obesidad en la población infantil en España y factores asociados: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000500007#B6



Cambios en la gestión del comedor

- Alimentando otros modelos: <https://www.fuhem.es/comedores-escolares-ecologicos/>
- Ecocomedores de Canarias: <https://www.ecocomedoresdecanarias.com/>

Actuar contra el desperdicio

- Estrategia "Más alimento, menos desperdicio": https://www.miteco.gob.es/images/es/resestrategiadesperdicio_tcm30-178822.pdf
- Estudio piloto para la MEDICIÓN y REDUCCIÓN del DESPERDICIO de ALIMENTOS en COMEDORES ESCOLARES Auditoria de autoevaluación: https://www.aragon.es/documents/20127/674325/AUDITORIA_DESPERDICIO_COMEDORES_ESCOLARES_2016.pdf/dd8d7271-4a40-9983-1e85-7e6ee44cab68
- Recreos Residuos Cero: <https://teachersforfuturepain.org/que-hacemos/recreos-residuo-cero/>

Dar visibilidad a nuestras iniciativas

- Proyecto educativo de Eco-Comedor del Gómez Moreno: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/premios/2019/Proyecto_eco_comedor.pdf
- Comedor escolar ecológico del C.E.I.P. de Aínsa": <https://www.facebook.com/people/Comedor-escolar-ecol%C3%B3gico-del-CEIP-de-A%C3%ADnsa/100069905722402/>
- C.E.I.P. Fernando Baixauli Chornet (Sedaví, Valencia): <https://www.youtube.com/watch?v=RHu3yUloyEc>

El trabajo educativo en todas las acciones

- Guía didáctica: Alimentando otros modelos: comedores escolares ecológicos y soberanía alimentaria" <https://blogs.fuhem.es/alimentarotrosmodelos/wp-content/uploads/sites/236/2016/08/guia-didactica-versic3b3n-caixa.pdf>
- Proyecto Alimentar el cambio: <http://alimentarelcambio.es/msps/>