

Clase social y adolescencia. Los discursos docentes ante los hábitos alimentarios en la educación secundaria

Guadalupe Ramos Truchero

Universidad de Valladolid, España ✉ 

Jesús Rivera Navarro

Universidad de Salamanca, España ✉ 

Raquel Vidal Blanco

Universidad de Salamanca, España ✉ 

<https://dx.doi.org/10.5209/poso.103460>

Envío 18 junio 2025 • Aceptación 22 enero 2026

Resumen: Los y las adolescentes son un grupo vulnerable con relación a los estilos de vida no saludables, y en concreto, a la alimentación. Los centros educativos son destacados entornos alimentarios que determinan sus hábitos alimentarios y sus docentes son testigos directos de sus prácticas alimentarias durante las jornadas escolares. El objetivo de este trabajo es conocer los discursos sociales que los y las docentes de centros educativos que pertenecen a barrios de diferente nivel socioeconómico de las ciudades de Madrid y Bilbao tienen sobre el entorno alimentario que rodea a los y las adolescentes. Este trabajo se basa en la realización de 12 grupos de discusión realizados a docentes de institutos públicos y privados-concertados en ambas ciudades. Los resultados muestran que los y las adolescentes practican una alimentación no saludable, independientemente del nivel socioeconómico del barrio donde se ubique el centro educativo o sus familias. La edad de los adolescentes marca las opciones de elegir o no alimentos menos saludables al limitar o posibilitar la salida del centro a comprar el almuerzo. Las malas elecciones alimentarias no se justifican por la disponibilidad económica para escoger alimentos saludables y caros sino porque su paladar prefiere los sabores los alimentos insanos y de fácil consumo. También muestran a las familias como agentes de socialización alimentaria ausentes y responsables de una pérdida de control sobre los hábitos alimentarios de los hijos/as que termina por afectar a las jornadas escolares por los efectos de las escasas horas de sueño, de no desayunar o por los mareos y la soledad no deseada.

Palabras clave: adolescentes; hábitos alimentarios; alimentación saludable; entorno alimentario; educación alimentaria; clase social.

^{EN} Social class and adolescence: Teachers' perspectives on food habits in secondary education

Abstract: Teenagers as a group are vulnerable to making unhealthy lifestyle choices, specifically with respect to food habits. Education centres are important food environments that affect eating habits and the teaching staff witness teenagers' habits at first hand during the time that they are in school. This research set out to find the social discourses shared by teaching staff about teenagers' food environment at educational centres across a range of socio-economic levels in different neighbourhoods of Madrid and Bilbao. The study is based on twelve focus groups carried out with teachers at public and semi-private secondary schools in the two cities. The results reveal teenagers follow unhealthy eating habits regardless of the socio-economic level of the neighbourhood where their school is located or of their families. The age of the adolescents influences how far they are able to choose less healthy foods, as it determines whether they can leave school to buy lunch. Their poor food choices are explained not by a lack of financial means to purchase healthy and expensive foods, but because their palates prefer the flavours of unhealthy and easily consumed foods. As agents of food socialisation, families are viewed as absent and responsible for losing control over their children's habits with respect to health, and this ends up affecting the school day, as observed by teachers (insufficient sleep, skipping breakfast, dizziness, and loneliness).

Keywords: adolescents; teenagers; eating habits; healthy food; social determinants; food environment; food education; social class.

Sumario: 1. Introducción. 2. La alimentación de los y las adolescentes y el papel de los y las docentes. 3. Metodología. 4. Resultados. 5. Discusión. 6. Conclusiones. 7. Bibliografía.

Como citar: Ramos Truchero, G.; Rivera Navarro, J. y Vidal Blanco, R. (2026). Clase social y adolescencia. Los discursos docentes ante los hábitos alimentarios en la educación secundaria. *Polít. Soc. (Madr.)* 63(2), E103460, <https://dx.doi.org/10.5209/poso.103460>

Agradecimientos. Este trabajo fue financiado por el proyecto “Alimentación y desigualdad en adolescentes: un estudio cualitativo en centros educativos de Madrid y Bilbao (ADA)”

(PID2020-113537RB-I00), financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación de España. Los autores agradecen a todos los centros de secundaria que participaron en este estudio.

1. Introducción

La atención y el cuidado hacia la adolescencia es una preocupación cada vez mayor de nuestras sociedades (Sanz Gimeno y Blanco Iglesias, 2022). El temor de las familias y agentes educativos a su forma de afrontar ciertos aspectos de su vida, y la idea de que no están preparados para la vida adulta es una constante, especialmente en el mundo adulto. La alimentación es un ámbito más de esa preocupación (Moreno-Maldonado *et al.*, 2019).

Las ciudades se constituyen en entornos no saludables para muchas personas, especialmente para los grupos vulnerables y con pocos recursos materiales. De esta forma, los entornos urbanos no saludables determinan, en gran medida, la dieta de sus habitantes. Los/as adolescentes se consideran un grupo vulnerable en relación a los estilos de vida, y en concreto a la alimentación (Santaliestra-Pasías *et al.*, 2013). Este colectivo está más expuesto que otros a la publicidad y las estrategias de mercado tanto de productos como de establecimientos de alimentación, derivando en una tendencia hacia el consumo de productos alimenticios no saludables (Harris y Bargh, 2009). Esta vulnerabilidad aumenta a medida que se desciende en el gradiente social, es decir, los y las adolescentes que pertenecen a las clases sociales más desfavorecidas van a tener una tendencia a comer peor que aquellos que viven en barrios más pudientes (Stephens *et al.*, 2015). En España, las cifras nos indican que el porcentaje de adolescentes entre 11 y 18 años con exceso de peso es del 17,5%, mayor en los chicos (20,5 %) que en las chicas (14,4 %) (Moreno *et al.*, 2020), siendo aquellos que pertenecen a grupos más desfavorecidos quienes muestran mayores prevalencias, aunque no se señalan cifras concretas (Alto Comisionado para la Lucha contra la Pobreza Infantil, 2019).

Los centros educativos son espacios destacados para el aprendizaje alimentario y la socialización alimentaria (Atie Guidalli *et al.*, 2011). La desigualdad en salud, y la desigualdad en la forma de alimentarse, también se hace presente en los centros educativos. De esta forma, hay estudios que destacan que, en los colegios e institutos ubicados en los barrios más desfavorecidos, hay más tiendas de alimentos que venden productos no saludables que en los colegios e institutos de los barrios de mayor nivel socioeconómico (Díez *et al.*, 2019). Por otro lado, en estos centros educativos se detectan, de una manera bastante tangible, las carencias y las necesidades de los/as adolescentes en relación a los hábitos de alimentación saludables.

Docentes y educadores tienen un destacado papel como observadores del estilo de vida de los y las adolescentes, ya que, diariamente, son testigos directos de sus prácticas alimentarias durante las jornadas escolares, así como, también, mediante las conversaciones cotidianas o del trabajo académico que mantienen con ellos (Gavidia Catalán, 2009). No obstante, no hay que olvidar que las normas y valores educativos formales proyectadas desde la escuela siempre pueden generar ciertas resistencias de los jóvenes más alejados de la cultura escolar, rechazando la inculcación de la alimentación saludable (Willis, 2017). En cualquier caso, su visión ayuda a entender el comportamiento alimentario de los y las adolescentes de forma diferente a como es observada por los progenitores o los propios jóvenes, involucrándolos significativamente en la construcción del discurso social sobre la alimentación saludable en la adolescencia.

Por ello, el objetivo principal de este trabajo es conocer los discursos sociales que los y las docentes de centros educativos, que pertenecen a barrios de diferente nivel socioeconómico de Madrid y Bilbao, tienen del entorno alimentario que rodea a los y las estudiantes adolescentes. En este sentido, interesa comparar si hay diferencias y similitudes en el discurso social de los y las docentes de centros de diferentes niveles socioeconómicos (bajo, medio o alto).

2. La alimentación de los y las adolescentes y el papel de los y las docentes

2.1. Los hábitos alimentarios de los/las adolescentes

La adolescencia es una etapa de grandes cambios a nivel físico, psicológico y comportamental, de forma que también los requerimientos nutricionales son más elevados (Das *et al.*, 2017). La alimentación saludable, junto a otros hábitos como la actividad física, juega un papel muy importante durante la adolescencia. De ella depende un desarrollo óptimo y la prevención de enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, la obesidad, o las enfermedades cardiovasculares en la adultez e incluso antes (Norris *et al.*, 2022). El exceso de peso afecta a un 34% de los niños y adolescentes españoles entre 9 y 18 años, y la obesidad a un 11,6% (Aranceta-Bartrina *et al.*, 2020).

En cuanto a la distribución de comidas, aunque el desayuno se considera una de las principales comidas, la Encuesta Nacional de Salud de España de 2011-2012 (INE, 2013) y Encuesta Nacional de Salud de

2017 (INE, 2018), refleja una pérdida del hábito de desayunar a partir de los 15 años. Son los jóvenes entre 15 y 24 años, el grupo de edad que más manifiesta no desayunar nada o no soler hacerlo con un 7,98% (INE, 2013), mientras que es menos habitual saltarse el desayuno entre los más pequeños (INE, 2018).

El nivel socioeconómico de la familia es el factor que más se ha relacionado con la dieta saludable de los menores, observándose un claro gradiente: a mayor nivel socioeconómico y nivel de estudios más altos de los padres, mejor calidad de la dieta (Desbouys *et al.*, 2020). En este sentido, los y las adolescentes de hogares con bajo nivel socioeconómico consumen más comida rápida, bebidas azucaradas, y suelen saltarse el desayuno con mayor frecuencia (Miqueleiz *et al.*, 2014). Del mismo modo, el consumo de alimentos saludables es más frecuente en las familias con mayor nivel de ingresos (67 % de los menores consumen frutas a diario y 60% comen verduras, 4 o más días/semana) frente a las familias del tramo de ingresos más bajo (51% y 45%, respectivamente), señalándose como una clara relación entre la obesidad adolescente y el estatus socioeconómico familiar (Alto Comisionado para la Pobreza Infantil, 2019).

La comprensión de las prácticas alimentarias de las familias con bajos ingresos y su papel ante la alimentación filial es una destacada línea de investigación. Fielding-Singh (2021) muestra cómo las familias más pobres priorizan los alimentos saciantes y las preferencias de hijos ante la posibilidad de rechazo a las opciones sanas y con riesgo de desperdicio. Daniel (2020) observa que la permisividad de los progenitores pobres a la comida “chatarra” se debe a que estos consideran que es uno de los pocos caprichos que pueden ofrecer a sus hijos. Bowen *et al.* (2020) mostraron que para las familias con bajos ingresos ofrecer una alimentación saludable no es una prioridad ante otras preocupaciones mayores que les rodea. No solo porque tengan menos recursos económicos para gastar en una alimentación mejor, sino también porque cuentan con unas condiciones laborales precarias que no favorecen la disponibilidad de tiempo para comprar y cocinar, tomar decisiones cuidadosas, calculadas o informadas, o enseñar a los hijos a desarrollar el gusto por los alimentos saludables (Martín Criado, 2008; Cairns, *et al.*, 2013; Cairns y Johnston, 2015).

Más allá de la clase social de las familias, la responsabilidad familiar ante la alimentación de los menores puede relacionarse con el proceso de *desfamiliarización* de la alimentación que experimentan las sociedades europeas (Murcott, 1982). Esto supone la pérdida de la familia como referente alimentario a favor de nuevos grupos que “deciden” qué comer y cómo hacerlo, pero también se considera una consecuencia de una individualización de las normas alimentarias que atravesaría a todos los grupos sociales (Ficshler, 1979). A esto le acompaña un crecimiento generalizado de las comidas fuera del hogar frente a la doméstica en todas las sociedades (Warde *et al.*, 2007). En consecuencia, la preocupación por los efectos que esta *desestructuración alimentaria* puede tener en el desarrollo de conductas alimentarias no saludables entre la población se extiende a los y las adolescentes (Gallegos *et al.*, 2011). En este sentido, se señala que la alimentación en España sigue teniendo un fuerte vínculo familiar en las comidas principales (comida y cena), cuyo eje es la persona que compra y cocina para otros en la familia, mientras que las comidas secundarias (almuerzos y meriendas, *tentempiés*) estarían *desfamiliarizadas* (Díaz Méndez y García Espejo, 2018).

La literatura evidencia que los y las adolescentes obtienen alimentos de entornos diferentes y variados (Tyrrell *et al.*, 2017; Wills *et al.*, 2019). Aunque consumen comida casera, muchos de los alimentos proceden de compras fuera del hogar, cuyas consecuencias nutricionales son peores (Tyrrell *et al.*, 2017). Sus principales fuentes alimentarias son establecimientos de comida rápida o panaderías, así como en tiendas de conveniencia o máquinas expendedoras dentro del entorno educativo, cuyos alimentos son ricos en grasas y tienen una mayor densidad energética procedente del azúcar.

El nivel socioeconómico del centro también influye sobre las prácticas alimentarias que los y las adolescentes realizan durante las horas libres del recreo y almuerzo. Wills *et al.*, (2019) observan que el 90% de los jóvenes de escuelas desfavorecidas salían regularmente a la hora del almuerzo a comprar comida y bebida que ellos consideran “mejores”, en comparación con cuatro de cada diez alumnos de los centros menos desfavorecidos. El sabor, los ingredientes y la publicidad son los factores que los y las adolescentes de escuelas de bajo o medio nivel socioeconómico más destacaban influirles en sus compras alimentarias, mientras que el factor salud solo se menciona entre los estudiantes de una escuela de nivel socioeconómico alto.

3. Metodología

El estudio, que presentamos en este trabajo, se encuadra en un proyecto “Alimentación y desigualdad en adolescentes: un estudio cualitativo en centros educativos de Madrid y Bilbao (ADA)” (PID2020-113537RB-I00). El proyecto se llevó a cabo en las ciudades de Madrid y Bilbao en una selección de 12 centros de educación secundaria (6 por ciudad) ubicados en 10 barrios de distintos niveles socioeconómicos (5 por ciudad).

Este estudio se ciñe a los resultados obtenidos de 12 grupos de discusión (GD) a docentes de 12 centros educativos de Educación secundaria de Madrid y Bilbao ubicados en barrios de diferente nivel socioeconómico de ambas ciudades (4 por cada nivel socioeconómico). Esto es, con bajo nivel socioeconómico: 2 centros en Madrid y 2 en Bilbao; de nivel medio: 2 centros en Madrid y 2 en Bilbao y de nivel alto: 2 centros en Madrid y 2 en Bilbao (Ver Tabla 1). El objetivo de estos GD fue recoger las percepciones colectivas de los docentes sobre los comportamientos alimentarios durante la adolescencia de los estudiantes de secundaria. Estos resultados forman parte de una información cualitativa más amplia obtenida en el trabajo de campo del proyecto mencionado, realizado entre abril de 2022 y febrero de 2024.

Tabla 1. Grupos de discusión a docentes en Institutos/centros educativos según nivel socioeconómico del barrio en Madrid y Bilbao

Grupo de discusión	Barrio	Nivel socioeconómico del barrio	Ciudad
GD2	La Concepción	Medio	Madrid
GD4	Entrevías	Bajo	Madrid
GD5	<i>Iralabarri</i>	Bajo	Bilbao
GD11	Nueva España	Alto	Madrid
GD12	El Viso	Alto	Madrid
GD13	Entrevías	Bajo	Madrid
GD14	El Pilar	Medio	Madrid
GD18	<i>Indautxu</i>	Alto	Bilbao
GD19	<i>Santutxu</i>	Medio	Bilbao
GD20	<i>Txurdinaga</i>	Medio	Bilbao
GD22	<i>Indautxu</i>	Alto	Bilbao
GD23	<i>Otxarkoaga</i>	Bajo	Bilbao

Fuente: elaboración propia.

La elección de Madrid y Bilbao se debe a que ambos entornos urbanos fueron los escogidos para el proyecto. Ambas ciudades representan dos dinámicas urbanas muy diferenciadas. Madrid representa una gran ciudad europea y es un municipio con una población de poco más de tres millones de habitantes. Bilbao es una ciudad de tamaño medio, con una población registrada de casi 350.000 personas. Hay que señalar que las dos ciudades ya habían sido objeto de estudio en investigaciones cualitativas previas sobre desigualdad en salud en entornos urbanos por parte de los miembros del equipo del proyecto, siendo contextos conocidos previamente por los investigadores (Rivera-Navarro *et al.*, 2019; Gravina *et al.*, 2021).

Para la selección de barrios y centros educativos estudiados, utilizamos un método de estudio de caso cualitativo, que seguía el paradigma interpretativo/constructivista para buscar múltiples perspectivas. Este consiste en el diseño de un estudio de caso combinado con un método de análisis de teoría fundamentada que permite la exploración en profundidad de los factores del comportamiento alimentario dentro del contexto (Lauckner *et al.*, 2022). La selección de los barrios se realizó en base a varios pasos.

1) Clasificación de todos los barrios de Madrid ($n = 131$) y Bilbao ($n = 40$) según su nivel socioeconómico. Utilizamos indicadores relacionados con el desempleo, el empleo temporal y a tiempo parcial, el nivel educativo, los residentes nacidos en el extranjero, las familias monoparentales y los ingresos del hogar. Estos datos estaban disponibles en la página web del Ayuntamiento de Madrid (Ayuntamiento de Madrid, 2021) y de Bilbao (Ayuntamiento de Bilbao, 2021), a partir de sus bases de datos secundarias.

2) Para la construcción de un índice de clasificación socioeconómica estandarizamos cada indicador mediante puntuaciones Z, lo que permitió comparar datos que tienen diferentes unidades de medida o escalas; y realizamos una adición lineal no ponderada obteniendo una puntuación para cada barrio. A continuación, estratificamos los barrios de Madrid y Bilbao en *terciles*. El primer *tercil* incluye barrios con un nivel socioeconómico alto, el segundo *tercil* incluye barrios con un nivel socioeconómico medio y el tercer *tercil* incluye barrios con nivel socioeconómico bajo. Este tipo de estandarización se explica detalladamente en un trabajo anterior (Rivera-Navarro *et al.*, 2023).

3) Se preseleccionaron 13 barrios según su nivel socioeconómico en Madrid y 8 en Bilbao para asegurar tener el máximo número posible de escuelas como población diana. De los 13 barrios preseleccionados en Madrid, finalmente 5 fueron seleccionados para el estudio cualitativo: 1 para el nivel socioeconómico bajo; 2 para el nivel socioeconómico medio; 2 para el nivel socioeconómico alto. En el caso de Bilbao, de los 8 barrios preseleccionados, 5 fueron seleccionados para este estudio de caso: 2 para el nivel socioeconómico bajo; 2 para el nivel socioeconómico medio; y 1 para el nivel socioeconómico alto. Un total de 10 barrios en las dos ciudades fueron seleccionados en función de los centros educativos de secundaria que desearon participar en el estudio (muestra de conveniencia), asegurando que cada nivel socioeconómico tuviera representación.

Por otro lado, para la selección de los centros educativos, en primer lugar, se escogieron al menos dos centros educativos de secundaria por barrio entre todas las escuelas dispuestas a participar en la muestra de conveniencia. Posteriormente, una agencia de investigación de mercado contactó con todos los centros educativos a través de sus directores. Estos últimos fueron quienes reclutaron a los y las docentes participantes, de acuerdo con los perfiles requeridos. Esta selección se basó en la antigüedad en el centro y la impartición de asignaturas en 4º de ESO, 1º y 2º de Bachillerato. Los GD fueron realizados por los propios investigadores, permitiendo la observación directa de los institutos y de su entorno alimentario durante la realización del trabajo de campo, tomado notas de las observaciones para complementar la información obtenida. Todas las sesiones tuvieron lugar en las instalaciones del centro. Los GD estuvieron formados por entre 5 y 8 participantes y duraron unos 50 minutos. Somos conscientes de que el tiempo mínimo que debe durar un grupo de discusión es de 60 minutos (máximo 120 minutos), pero las limitaciones de tiempo que teníamos para hacer el trabajo de campo no nos permitían cumplir con esta norma. Del mismo modo, otra

limitación metodológica insalvable fue que los docentes de los centros investigados se conociesen, dado que los institutos han sido la unidad de estudio para la investigación del proyecto marco.

Comenzamos cada sesión de GD preguntando a los participantes cómo describirían el barrio donde se ubica el centro de educación secundaria y el propio centro. Esta pregunta inicial nos permitió contextualizar el lugar donde íbamos a estudiar las conductas alimentarias de los y las adolescentes. Desarrollamos una guía común para los GD.

Las grabaciones de audio de cada GD fueron transcritas por especialistas. Todas las citas que se muestran a continuación son afirmaciones literales. Las citas incluyen el número de GD del colectivo de profesores y el nivel socioeconómico al que pertenecía cada centro de educación secundaria (por ejemplo: GD2, nivel socioeconómico alto, ciudad).

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad del País Vasco (12/12/2023, Referencia: M10_2021_315). Se obtuvo el consentimiento informado por escrito de todos los participantes. La participación en los GD fue voluntaria y no se ofrecieron compensaciones individuales. Sin embargo, cada centro recibió un vale de 100 € para la compra de libros como muestra de agradecimiento por su colaboración.

Los autores emplearon las estrategias de codificación de la teoría fundamentada (*Grounded Theory*), incluyendo codificación abierta, codificación axial y codificación selectiva (Corbin y Strauss, 2015), para analizar las transcripciones de los GD. Para ello utilizamos el software de análisis cualitativo MAXQDA (vs. 2022).

4. Resultados

4.1. Percepción generalizada de malos hábitos alimentarios en los y las adolescentes

En los discursos extraídos de los GD de los y las docentes reina un discurso hegemónico que considera que los hábitos alimentarios de los y las adolescentes no son saludables y que toman decisiones alimentarias inadecuadas en su día a día, independientemente del nivel socioeconómico del centro donde estudien. Una idea común entre docentes es que los y las adolescentes carecen de autocontrol y límite sobre la comida o lo que deben de comer, bien sea por falta de conocimiento o por falta de voluntad. En este sentido, hay una percepción generalizada de que los y las adolescentes requieren de vigilancia constante sobre lo que comen y sus hábitos alimentarios.

M: Pero más los chavales que... ¿no tenéis la sensación de que los que se van fuera..., cuando se empiezan a ir fuera, como que no se saben controlar?, y yo lo veo mucho con la bolsa de patatas.

Cl: Sí.

L: Sí (GD2, nivel medio, Madrid).

Uno de los primeros signos más preocupantes sobre los hábitos alimentarios para los y las docentes es que los estudiantes acuden a los centros sin desayunar. Es un hecho común manifestado en todos los tipos de centros y de estudiantes sin distinción, y que los propios docentes miran con asombro, ya que entienden que el desayuno es fundamental para su desarrollo, salud y rendimiento. Apurar las horas de sueño es la principal razón por la que creen que no desayunan; el motivo es que se duerme poco debido al uso excesivo de pantallas y de las redes sociales durante la noche. Para ellos predominan en los y las estudiantes unos horarios locos y desordenados que no se ajustan a la jornada escolar.

La ausencia del desayuno se observa, especialmente, entre los estudiantes más mayores (16-18 años), a quienes consideran que las familias les dan una mayor autonomía sobre sus decisiones alimentarias. Como consecuencia, relatan que muchos sufren habituales episodios de mareos que suceden durante la jornada escolar atribuidos a esa falta de desayuno y de horas de sueño.

a: Es a lo que me refería yo, que vienen sin desayunar muchas veces, pero en ese sentido, igual es que han cenado una mierda y vienen sin desayunar y luego nos dan los mareos y luego tengo que hacer un examen y no puedo, luego no puedo hacer gimnasia o sea... (GD19, nivel medio, Bilbao).

5: ¿Muchos? más de 50% diría que no desayunan.

2: Ni desayunan.

4: Porque se levanta con el tiempo justo, no por otra cosa, o sea... se levantan, prefieren estar 10 minutos más en la cama, a estar los 10 minutos desayunando o los 15 minutos desayunando.

1: Eso es totalmente cierto. No suelen desayunar muchos de ellos. De hecho, tienen educación física a primera hora y siempre vienen diciendo: "No he desayunado, profe". (GD14, nivel medio, Madrid).

Llama la atención como en el caso de los centros de Madrid ubicados en barrios de nivel socioeconómico medios y altos, los problemas de descanso y los "horarios locos" de comidas de los y las adolescentes son atribuidos a los propios horarios que establecen los centros escolares, tanto para el inicio de la jornada como para su final. Los y las docentes consideran que estos horarios escolares pueden ser demasiado rígidos para los estudiantes y no tienen en cuenta el desarrollo o las necesidades de esta etapa vital.

O: Es que entran muy temprano. A las 8:20 empiezan las clases, es muy temprano. ¿A qué hora se tendría que levantar un alumno que vive como a una media hora para desayunar en casa? Es que, hablamos de que se levante antes de las 7 de la mañana.

O: O a las 7 de la mañana.

2: Además, los trayectos aquí son muy, muy largos.

O: Son largos. Vienen en el metro. Muchos entonces vienen y..., yo muchos me los encuentro en el metro y es un trayecto de una media hora, entonces tienes que salir de casa a las 7:30, más o menos, para llegar puntual. Entonces tendrían que levantarse muy temprano (GD12, nivel alto, Madrid).

El entorno alimentario escolar adquiere un destacado protagonismo y es considerado fundamental para entender las prácticas alimentarias de los y las adolescentes. Especialmente, porque los y las docentes observan que el almuerzo suele comprarse y no se elabora en casa. El hábito de no desayunar hace que el almuerzo (*tentempie-hamaiketako*), durante el recreo de media mañana, sea una de las comidas importantes, por ser la primera del día. Estas pequeñas compras se hacen dentro del centro, si hay cafetería/cantina, o en los establecimientos y bares próximos al instituto. No obstante, es la edad de los estudiantes el factor que determina el hecho de salir durante la jornada escolar a comprar su almuerzo —los estudiantes de la ESO no suelen contar con permiso para salir del centro, mientras que los de Bachillerato sí lo tienen—. Por ello, tienden a ser los más mayores los más propensos a comprar su *tentempié* en las tiendas cercanas y, por ello, para el profesorado son estos quienes tienen mayor riesgo de comer peor o de escoger alimentos inadecuados. Los más pequeños, en cambio, tienden a traer su comida de casa o a comprar dentro del centro, si hay opción.

P: Yo creo que sí que hay una clara diferencia hasta segundo de la ESO, que son los que no pueden salir del patio, que vienen como con su pequeño picnic y frutos secos, alguna fruta o algún montadito pequeño, que, que es algo que está elaborado y pensado para un fin. Y a partir de tercero de la ESO, que ya pueden salir, eh... por decir una cifra, el 90% no trae nada de casa, lo compran fuera y claro, lo compran fuera en un chino y es, galguería, entonces yo creo que es un cambio bestial eso (GD2, nivel medio, Madrid).

4.2. ¿Por qué comen mal los adolescentes?

Ante una descripción generalizada de unas prácticas alimentarias no saludables en los y las estudiantes adolescentes, los y las docentes desvelan dos discursos diferenciados que vienen a explicar y justificar las razones que ellos consideran que hacen a los y las adolescentes no comer de manera saludable.

4.2.1. El discurso de la irresponsabilidad de los y las adolescentes: “los adolescentes comen mal, aunque tengan delante las mejores opciones alimentarias”

El discurso de irresponsabilidad de los jóvenes ante la alimentación viene marcado por considerar al adolescente responsable de sus decisiones, aunque marcada por una actitud imprudente hacia su salud y una falta de control sobre sus impulsos. Este discurso se construye a partir de una serie de ideas y razonamientos de los docentes. Una de las primeras cuestiones que sostienen este discurso es que les gusta y prefieren la comida *fast food*, snacks ultraprocesados o dulces, frente a otras opciones alimentarias saludables. Aquí también se plantea que, contrariamente a lo que se piensa, sus malas elecciones alimentarias no estarían justificadas por el bajo precio de este tipo de alimentos o por el hecho de que cuenten con menos dinero durante esta edad. Para muchos, se trata simplemente de que su paladar prefiere estos sabores frente a los alimentos más saludables o no procesados.

En nuestro estudio, especialmente, entre los y las docentes de centros educativos de barrios de nivel socioeconómico medio y alto, predomina como causa disponer de dinero; es decir, se señala que se consumen más productos no saludables porque los y las adolescentes tienen dinero para comprarlos: “casi todos tienen tarjeta [...], no hay un problema monetario” (GD11, nivel alto, Madrid). En cambio, en los centros de barrios de menor nivel socioeconómico la no disponibilidad de dinero se considera una causa importante, en este caso, porque los alimentos insanos se consideran opciones baratas.

Sa: Yo creo que los adolescentes consumen mucho, pues eso, McDonald's, Burger King y kebab y así, porque yo les oigo hablar en plan como no sé, pues igual llega el viernes y venga, el viernes vamos a ir a cenar ahí. O sea, les oyes hablar de que van a cenar a esos sitios, es barato, pues igual que comen-tábamos antes del dinero de que igual no van en metro y bajan andando porque no tienen dinero, pues también me voy al Burger King porque es lo barato.

G: Pero realmente no es mucho más barato que otros sitios, pero sí que lo identifican como algo barato y que encima les gusta (GD19, nivel medio, Bilbao).

Algunos docentes, incluso, llegan a normalizar las malas prácticas alimentarias pues las consideran un rasgo propio y habitual de los jóvenes durante esta etapa vital. Entienden que la alimentación no es una cuestión prioritaria en sus vidas y en su tiempo.

Co: Y su mentalidad.

Cr: Hombre y yo creo que a esa edad te gastas el dinero en chorradas [...].

L: No es su prioridad.

Co: Exactamente (ríe).

P: Y ya luego lo que me sobre me lo gasto en otra cosa (GD2, nivel medio, Madrid).

Los y las docentes afirman que los y las adolescentes saben bien qué es comer de manera saludable y consideran que su comportamiento alimentario no se debe al desconocimiento de los hábitos alimentos saludables, pues relatan que, en el día a día, los estudiantes dan muestras de conocer bien qué es la alimentación saludable porque reciben formación alimentaria a través de distintas asignaturas y mediante los diferentes programas institucionales que se aplican en los centros educativos.

6: Pues a ver, la teoría muy esencial.

1: Sí, la teoría se la saben mucho.

6: Porque estuvimos con educación física haciendo, mi tutoría, hace... 2º A, hace dos semanas en el centro de salud con el enfermero. Y vamos, solo le faltó al enfermero ponerles una medalla porque se lo sabían todo, las cinco comidas, lo de... todo se lo sabían, pero luego, les ves en el bar y están con una bolsa de gusanitos así.

5: O chuches.

6: Pero la teoría se la saben. O sea, saben lo que es bueno y lo que es malo y lo que es sano (GD14, nivel medio, Madrid).

4.2.2. El discurso exculpador: “Comen mal porque lo que se les ofrece es *mierda*” y para las familias la alimentación no es una prioridad

Opuestamente, se muestra un discurso que atribuye la generalizada mala alimentación de los jóvenes a factores externos que influyen en sus elecciones alimentarias, que les exculpan de su responsabilidad. Entre estos factores, el entorno alimentario de los centros escolares donde se instalan estratégicamente los establecimientos que ofertan una alimentación insana y ofrecen pocas alternativas a los estudiantes, precisamente, para atraerles.

A: Yo creo que estos chicos y estas chicas comen lo que les pones delante, o sea, si tú les pones una mierda de bolsa de no sé qué, se la comen, pero si les pones, como nos pasó, cuando nos trajeron la fruta,

M: La fruta desaparecía.

A: La fruta desaparecía.

V: Es verdad, a mí eso me sorprendió.

A: Tuvimos un programa que nos regalaban fruta, plátanos, manzanas... y las dejábamos en unas cajas al lado de jefatura de estudios, y desaparecía, pero es que se las llevaban a su casa en las mochilas.

M: Sí, y en el recreo los veías comiendo

V: Y la comían, que yo pensaba, “uy, esto ni lo van a tocar, fruta no lo van a querer”, y todo lo contrario.

A: Que a lo mejor comen mierda porque lo que les ponemos delante es mierda. Claro, a ver, si es que ellos son niños, si te ponen un..., entre un Donuts y una... tal, ¿qué vas a elegir? pues el Donuts, pero si tú como adulto les pones... ¿no?

(GD13, nivel bajo, Madrid).

Con relación al discurso anterior, se recurre a la idea de que la oferta de alimentos accesibles para ellos está elaborada a base de ingredientes o sustancias destinadas a engancharles a su consumo mediante sabores basados en colorantes o aditivos alimentarios, lo que para estos docentes justificaría la comentada preferencia por los alimentos procesados, que hacen adictivos a los paladares “pocos formados” de los estudiantes.

A: Sí, pero porque es hábito, estás acostumbrado a comer dulce ese azúcar que está hecho para que tú lo consumas. Pero no es ni porque digas, tema precio, porque yo creo que es más barata una manzana que un paquete de

[galletas] Oreó (GD19, nivel medio, Bilbao).

4: Y ellos pueden elegir. Pueden elegir entre comer pan y tortilla o comer gusanitos. Y eligen gusanitos porque son adictivos, claro (GD14, nivel medio, Madrid).

Las familias y la falta de control sobre la alimentación de los hijos es otro de los factores exculpatorios de los inadecuados hábitos alimentarios de la adolescencia. Los docentes, de todos los centros educativos, relatan una predominante ausencia de los progenitores por razones profesionales y laborales en las decisiones alimentarias y tiempo de las comidas. Este alejamiento se considera una causa destacada que impediría controlar y vigilar la alimentación adolescente. Pero también se refieren a la irresponsabilidad de los progenitores por ofrecer a sus hijos alimentos considerados no saludables y que, en muchas ocasiones, manifiestan que se utilizan como un “premio”. También se presenta como consecuencia de una relajación en las exigencias familiares a la alimentación ante la creencia de que esa vigilancia es ya ejercida por los

centros educativos. Describen una idea central de que las familias “no quieren pelear”, según sus propias palabras, y tratan de evitar conflictos ante las reiteradas negaciones de los hijos a la comida saludable; sobre todo, para referirse a las familias con bajos ingresos.

G: Que es barata y, que... cómo les gusta. También es verdad que hay [chasquido], a ver no digo en todos los casos, pero, en una gran mayoría, hay como la sensación de no querer pelear porque no te quieres comer esto entonces, ¿qué pasa?, que el niño to' los días quiere macarrones pues que coma macarrones y ya está porque sé que se los va a comer.

R: Claro.

G: Y si le dejo el brócoli y el pescado me lo va a tirar a la basura entonces, pues le dejo eso, como no estoy en casa [refiriéndose a los padres]...

R: Claro, no controlo.

G: Pues, ya está.

M: Sí, es muy tentador el decir le doy algo que le gusta.

R: Que le gusta y así me quito de...

M: Y, además, la preparación porque además no tengo tiempo porque además estoy...

G: Claro, eso es.

M: Esta comida rápida pues es... socorrida.

G: Microondas y fuera, claro (GD4, nivel bajo, Madrid).

Se plantea también la pérdida de la costumbre de comer en familia, en favor de formas solitarias de comer derivadas de un ocio individualizado que habitualmente hacen durante las cenas, donde cada uno come por su cuenta frente a una pantalla de ordenador o de TV; todos estos hechos conllevarían, para los/as docentes, una falta de control sobre lo que comen los y las adolescentes, derivando en un predominio de la comida fácil y rápida, y la pérdida de la comida familiar como un gesto más de descontrol sobre la alimentación saludable.

A2: El entorno social de las familias de aquí, te diría que es un buen entorno social, son familias que en teoría deberían tener posibilidades, ¿no?

G: No todos, eh, pero algunos yo creo están así. Claro, es normal ahora, es una pena, pero son así y con esta edad están comiendo en su habitación no con su familia en la mesa.

A2: Es muy posible, es muy posible. Si le sumas que tienen recursos económicos, a eso le sumas pues bueno, pues familias muy ocupadas también laboralmente, con sus negocios, sus empresas lo que sea. Es posible que haya menos control sobre...

E: Lo mismo hasta están solos a esas horas y no se van a poner ellos a cocinarse y se toman cualquier cosa (GD11, nivel alto, Madrid).

Los y las docentes de los centros educativos en barrios de nivel bajo y medio tienden a comprender esta falta de control familiar sobre la alimentación por el hecho de tener bajos ingresos y, en consecuencia, de tener otras prioridades a la alimentación saludable de los hijos/as. En los casos más extremos, se relatan situaciones de adolescentes solos que, ante la ausencia de los progenitores trabajadores, preparan la comida para ellos y sus hermanos, y asumen responsabilidades en el hogar.

2: No todos, no todos, o sea porque a veces hablas con ellos y te dicen “no es que mi madre trabaja por la noche”, “es que mi madre limpia oficinas por la noche, mientras no está abierto”, “no es que mi padre es portero de un garaje por la noche”. Yo creo que no todos. Incluso cuando se levantan, algunos se tienen que levantar solos porque su madre ya se ha ido a trabajar o su padre. Es un, es un barrio, como hemos dicho al principio, humilde de gente en trabajos precarios, y además de precarios pues, pues mal pagados. (GD14, nivel medio, Madrid).

A:[...], también tenemos muchos niños que son autónomos...

Su: Que se cocinan ellos

A: Que saben cocinar desde que tenían 9 años porque han cocinado, porque sus madres o son internas o...

Su: Tienen horarios tan extensos de trabajo que tienen que cocinarse.

V: Yo de eso también he visto muchísimos.

A: Y tenemos niños que cocinan desde los 9 años.

V: Niñas que desde tempranas edades ya están metidas en la cocina y niñas, sobre todo niñas, y se encargan de hacerle la comida a sus hermanos.

S: Y del resto de tareas de la casa.

V: Y las tareas de la casa, por supuesto.

S: Muchos (GD13, nivel bajo, Madrid).

Pero esta falta de control familiar sobre la alimentación de los hijos/as también se manifiesta en los centros educativos de los barrios con nivel socioeconómico más alto. Sus docentes destacan la soledad no deseada que viven muchos de sus estudiantes debido a las profesiones, negocios y viajes de los progenitores, entendiendo que ese control alimentario está cubierto por el personal de servicio doméstico.

A2: Me da la sensación de que no es el modelo y posiblemente esa libertad de cada uno de comer lo que da la gana, cuándo y cómo pues [...], porque hay muchos padres viajando, otros viven en otro país, son familias... [...]. Yo creo que ahí, o sea, no creo que se queden solos en la casa y ellos se tengan que hacer la comida, pedir una... cena. Yo creo que ahí sí hay un control o cuidadora o padres o algo.

A: Sí, la mayoría tienen cocineras...

A2: Sí, muchos tienen eso, servicios externos trabajando en casa casi seguro.

E: Entonces creo que ahí sí hay un cierto control (GD11, nivel alto, Madrid).

5. Discusión

Este trabajo investiga el discurso sobre los hábitos alimentarios de los y las adolescentes a través de la percepción de los y las docentes de secundaria. Los resultados demuestran que los profesores son destacados observadores de los hábitos alimentarios adolescentes y revelan cómo estos construyen un discurso social particular sobre la alimentación saludable adolescente. Uno de los principales hallazgos de este trabajo es la percepción generalizada de que los adolescentes practican una alimentación no saludable, independientemente del nivel socioeconómico del barrio donde se ubique el centro educativo y de las familias. Entienden que el/la adolescente carece de autocontrol en sus decisiones alimentarias frente a un entorno alimentario poco favorable a un consumo saludable, requiriendo de una vigilancia permanente sobre lo que cotidianamente comen.

Esta afirmación se muestra en varias apreciaciones. Una de ellas es la ausencia del hábito de desayunar en casa con tiempo suficiente para comer algo elaborado, tal y como mostraban los datos de las ENS 20011-2012 y 2017 (INE, 2013; INE, 2018), y que se atribuye al desorden horario por el abuso de las pantallas durante la noche (Lebrusán *et al.*, 2022). Otra es la pérdida de costumbre de los y las adolescentes de llevar almuerzo-*hamaiketako* preparado en casa para comer en el tiempo de recreo, lo cual hace que la mayoría lo compre en el entorno alimentario escolar con una oferta considerada poco saludable por el tipo de tiendas, lo que aumenta el riesgo de escoger alimentos insanos (Tyrrell *et al.*, 2017; Wills *et al.*, 2019). Estos establecimientos tienden a ser bazares donde se vende todo tipo de productos, incluidos ultramarinos, especialmente, en el caso de Madrid. Pero también son panaderías, pastelerías, bares, pequeñas tiendas con la comida que a ellos les gusta. Por lo que observan los y las docentes, estas compras consisten básicamente en una ingesta diaria de chucherías o porquerías (bolsas de *snacks* y aperitivos, distintos tipos de bollería y dulces), bebidas azucaradas, *paninnis*, bocadillos calientes. A ello se suma la apreciación de consumir todo tipo de comida rápida (*fast food*) durante su tiempo de ocio —fines de semana o tiempo libre—, donde además de hamburguesas y pizzas, están los *kebabs* como tipo de comida habitual entre ellos.

No obstante, los y las docentes ven la edad como un factor de protección, a la vez que de riesgo ante la alimentación no saludable, ya que los estudiantes a medida que van siendo mayores, se les va retirando el control familiar sobre la alimentación y se les concede mayor autonomía personal (Mansouri *et al.*, 2021). Algo que también observan en el control que ejercen los centros educativos (a partir de 3º ESO permiten salir del centro a comprar o dejan de comer en el comedor escolar).

Es precisamente en esta cuestión sobre quiénes son los responsables de controlar y corregir las elecciones alimentarias de los jóvenes donde se centra la discusión y donde se plantean las razones por las que los y las adolescentes no comerían de forma saludable. ¿Son los adolescentes los responsables de su propia alimentación o tienen que ser las instituciones educativas o las familias? Uno de los discursos atribuye la responsabilidad directamente a los estudiantes, que hemos denominado *discurso de la irresponsabilidad*. En este, los y las docentes vienen a culpar a los propios jóvenes de unos hábitos y prácticas alimentarias no saludables. Por un lado, porque piensan que conocen bien qué es una alimentación saludable y saben lo que esta requiere. Han ido adquiriendo formación alimentaria desde los centros educativos de manera transversal de forma directa o indirecta (Garrido-Fernández *et al.*, 2020). Por otro lado, consideran que el consumo de comida rápida, de ultraprocesados y dulces, es un hábito inherente a su edad. Estos alimentos o comidas forman parte de su gusto, su estilo de vida, su manera de relacionarse, a la vez que los establecimientos donde se adquieren son para ellos espacios cómodos y comunes, tal y como Burningham y Venn (2022) mostraron en el estudio de las prácticas alimentarias de los jóvenes urbanos de Londres. Además, creen que este consumo no saludable se ve favorecido por el hecho de que, en mayor o menor medida, los estudiantes disponen de un presupuesto económico para su ocio. Este es un factor muy destacado entre los y las docentes de institutos de nivel socioeconómico alto; contrariamente a la idea extendida de que los y las adolescentes de bajo nivel socioeconómico consumen más comida ultraprocesada barata por disponer de menos dinero (Miqueleiz *et al.*, 2014; Desbouys *et al.*, 2020).

El otro discurso presente entre los profesores es el que consiste en excusar a los y las adolescentes de sus malas prácticas alimentarias, atribuyéndose a factores ajenos a ellos. Lo hemos denominado *discurso exculpatorio*. En este se señala, por un lado, al entorno alimentario de los centros educativos donde están instalados bares y bazares con una oferta basada en alimentos calóricos, dulces y procesados (Rahilly *et al.*, 2024). Sin embargo, llama la atención que los y las docentes en sus discursos apenas mencionen la oferta alimentaria de las cantinas o a las máquinas expendedoras de sus centros, pues, tal y como los investigadores han observado en las visitas del trabajo de campo, estas son una réplica de la oferta alimentaria de los establecimientos cercanos en la mayoría de los institutos. Esto nos lleva a reflexionar sobre el alcance que pueden tener las intervenciones en los entornos alimentarios escolares. Nos referimos a las medidas que

con relativo éxito han adoptado Inglaterra o Irlanda para regular la instalación de los establecimientos de *take away* próximos a las escuelas y crear “zonas de exclusión” de alimentación no saludable (Hassan *et al.*, 2024). O, en España, sobre los efectos que en el futuro tendrá el recién aprobado real decreto del gobierno para prohibir la venta de bebidas azucaradas, energéticas y bollería industrial en los centros educativos¹. Este discurso también achaca a la disponibilidad de dinero de los y las adolescentes parte de la culpa de que los adolescentes no se adhieran a una alimentación saludable. Sin embargo, en un sentido contrario, pues, en este discurso, se atribuye a la falta de dinero propio en esta etapa, independientemente del nivel socioeconómico de las familias, lo que les condicionaría a comprar y consumir comida barata e insana. Finalmente, se plantea la influencia que ejerce la industria alimentaria sobre la alimentación adolescente a través de los ingredientes y aditivos que utiliza. Detrás de esta idea se intuye un discurso social recurrente de acusar a la industria agroalimentaria de manipular y concentrar cantidades de azúcar, sal y grasas para elaborar productos alimentarios con capacidad adictiva y con efectos nocivos a largo plazo para la salud (Tisser *et al.*, 2025).

Una atención especial merece la mirada que los y las docentes en sus discursos muestran de las familias y del juicio que establecen sobre el papel y responsabilidad de estas en la alimentación de los jóvenes. Un señalamiento que entendemos que forma parte del recelo y la desconfianza del profesorado a las familias en el ámbito educativo (Miranda Giro y Andrés Cabello, 2016). Básicamente, los y las docentes en todos los centros educativos manifiestan una predominante ausencia de los progenitores y escaso tiempo con los hijos debido a las responsabilidades laborales. Para los docentes, las familias son las principales responsables de enseñar e introducir a los hijos en los hábitos alimentarios saludables, así como de vigilar y corregirlos cuando no los tienen. En general, comparten la creencia de que el acompañamiento y la convivencia en las comidas familiares favorecen que los y las adolescentes tengan una alimentación saludable (de la Torre *et al.*, 2021). Esto demuestra que los y las docentes tienen una idea de la familia basada en un estándar de prácticas alimentarias saludables que, de alguna manera, contribuye a presionar a las familias hacia un ideal alimentario que no es fácil de alcanzar para cualquier tipo de familia (Bowen *et al.*, 2020). Por ello, manifiestan que la tónica general que observan es que los padres renuncian a ejercer esa responsabilidad y control, evitando la “pelea” y los conflictos de manera general, siendo la cuestión alimentaria uno de los asuntos con menor peso y sobre el que más relajarían su control. Esto justificaría las muestras sobre la pérdida del hábito de desayunar, de preparar en casa un almuerzo saludable u ofrecer alimentos no saludables como premio.

Es interesante señalar algunos matices que hemos observado en los discursos docentes. Estos tienden a mencionar en mayor medida las situaciones de bajo grado de responsabilidad alimentaria y vigilancia al referirse a las familias con menos recursos y a comprender esta dejación de funciones en estas familias. Esta observación coincide con las lógicas de las familias de bajos ingresos de priorizar la saciedad en las elecciones alimentarias (Fielding-Singh, 2021) o de ser negligente a la hora de proporcionar alimentos ultra-procesados a los menores como premio (Daniel, 2020). Sin embargo, se muestran menos complacientes ante las familias de nivel socioeconómico alto, donde las malas prácticas alimentarias adolescentes también obedecerían a los compromisos laborales y falta de tiempo de los progenitores.

6. Conclusiones

Este estudio aporta la mirada que los y las docentes de la educación secundaria tienen sobre los hábitos alimentarios de los y las adolescentes que estudian en institutos de las ciudades de Madrid y Bilbao, cuyo valor reside en ser uno de los colectivos que más de cerca observa a los y las adolescentes. A través de la información obtenida de doce grupos de discusión, mostramos que los discursos de los y las docentes son un reflejo de una preocupación general por la salud adolescente y sus prácticas alimentarias. Unas prácticas no saludables que son generalizadas entre los y las adolescentes, aunque, dependiendo del nivel socioeconómico de los centros educativos y las familias, los factores que determinan dichas prácticas cambian y no responden del todo al nivel socioeconómico de los centros educativos y de las familias. Entre los factores de estas malas prácticas alimentarias, destacamos: las exigencias laborales de los progenitores, que hacen que no tengan una vigilancia y corrección directa sobre lo que comen sus hijos; unos entornos alimentarios no saludables alrededor de los institutos y la influencia de la industria alimentaria y su marketing. Un hecho que mostraría el relativo peso del contexto socioeconómico para explicar ciertos comportamientos alimentarios de la población adolescente, porque tanto las familias como los centros educativos son incapaces de ejercer un control alimentario ante el estilo de vida adolescente y la influencia ejercida por un entorno alimentario sin regular. Ante esta situación, los y las docentes se presentan a sí mismos y a los centros educativos como “refugios alimentarios” frente a las amenazas de los entornos alimentarios escolares y la falta de supervisión de las familias sobre lo que comen sus hijos/as, abanderando la preocupación por inculcar una alimentación saludable a los y las adolescentes. Una cuestión que no termina de implantarse, al menos a corto y medio plazo.

Finalizamos señalando que este trabajo solo muestra la visión docente sobre la alimentación saludable en la adolescencia. Nuestro propósito es seguir investigando sobre esta cuestión y contrarrestar esta mirada particular con los discursos de las familias y de los propios adolescentes.

¹ Nos referimos al Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos, que entrará en vigor pasados 12 meses de su aprobación con el objetivo de que durante este periodo los distintos agentes pueden adaptarse a sus requerimientos de la nueva norma. BOE, n° 92, de 16 de abril de 2025, Disponible en <https://www.boe.es/eli/es/rd/2025/04/15/315>.

7. Bibliografía

- Alto Comisionado para la Lucha contra la Pobreza Infantil (2019): *Obesidad infantil y desigualdad de la renta*. Disponible en: <https://www.comisionadopobrezainfantil.gob.es/es/db013-obesidad-infantil-y-desigualdad> [Consulta: 15 de febrero de 2025].
- Aranceta-Bartrina, J., M. Ganzo-Citores y C. Pérez-Rodrigo (2020): "Prevalence of overweight, obesity and abdominal obesity in the Spanish population aged 3 to 24 years. The ENPE study", *Revista Española de Cardiología*, 73(4), pp. 290-299. <https://doi.org/10.1016/j.rec.2019.07.023>
- Atie Guidalli, B., J. Contreras y E. Zafra (2011): "Comer en la escuela y sus circunstancias: aprendizaje, cultura y salud", *Zainak*, 34, pp. 61-74.
- Ayuntamiento de Madrid (2021): Base de datos del ayuntamiento de Madrid. Disponible en: <http://www-2.munimadrid.es/CSE6/jsps/menuBancoDatos.jsp>. [Consulta: 11 de octubre de 2021].
- Ayuntamiento de Bilbao (2021): Base de datos del Ayuntamiento de Bilbao. Disponible en: <https://www.bilbaoekintza.eus/conocenos/areas-de-accion/observatorio>. [Consulta: 04 de noviembre de 2021].
- Bowen, S., J. Brenton y S. Elliott (2020): *Pressure Cooker: Why home cooking won't solve our problems and what we can do about it*, Oxford, Oxford University Press.
- Burningham, K. y S Venn (2021): "Two quid, chicken and chips, done: understanding what makes for young people's sense of living well in the city through the lens of fast food consumption", *Local Environment*, 27(1), pp. 80-96. <https://doi.org/10.1080/13549839.2021.2001797>
- Cairns, K., J. Johnston y N. MacKendrick (2013): "Feeding the 'organic child': Mothering through ethical consumption", *Journal of Consumer Culture*, 13(2), pp. 97-118. <https://doi.org/10.1177/1469540513480162>
- Cairns, K. y J. Johnston (2015): *Food and femininity*, Nueva York, Bloomsbury Publishing.
- Corbin, J. y A. Strauss (2015): *Fundamentos de la investigación cualitativa*, Nueva York, SAGE.
- Daniel, C. (2020): "Is healthy eating too expensive?: How low-income parents evaluate the cost of food", *Social Science & Medicine*, 248, 112823. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.112823>
- Das, J. K., R. A. Salam, K. L. Thornburg, A. M. Prentice, Z. S. Campisi, Z. S. Lassi, B. Koletzko y Z. A. Bhutta (2017): "Nutrition in adolescents: physiology, metabolism, and nutritional needs", *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1393(1), pp. 21-33. <https://doi.org/10.1111/nyas.13330>
- Desbouys, L., C. Méjean, S. De Henauw y K. Castetbon (2020): "Socio-economic and cultural disparities in diet among adolescents and young adults: a systematic review", *Public Health Nutrition*, 23(5), pp. 843-860. <https://doi.org/10.1017/S1368980019002362>
- Díaz Méndez, C. e I. García Espejo (2018): "Homogeneidad y fragmentación en los hábitos alimentarios de los españoles. Una respuesta a través del análisis de los horarios, las relaciones y las normas alimentarias", *Revista Internacional de Sociología*, 76(3), e102. <https://doi.org/10.3989/ris.2018.76.3.17360>
- Díez, J., A. Cebrecos, A. Rapela, L. Borrell, U. Bilal y M. Franco (2019): "Socioeconomic inequalities in the retail food environment around schools in a southern European context", *Nutrients*, 11(7), 1511. <https://doi.org/10.3390/nu1107151>.
- Ficshler, C. (1979): "Gastro-nomie et gastro-anomie", *Communications*, 31(1), pp.189-210.
- Fielding-Singh, P. (2021): *How the Other Half Eats: The Untold Story of Food and Inequality in America*, Nueva York, Little, Brown Spark.
- Gallegos, D., S. Dziurawiec, F. Fozdar y L. Abernethie (2011): "Adolescent experiences of family meals in Australia", *Journal of Sociology*, 47, pp. 234-260. <https://doi.org/10.1177/1440783310386>
- Garrido-Fernández, A., F. M. García-Padilla, J.L. Sánchez-Ramos, J. Gómez-Salgado y E. Sosa-Cordobés (2020): "The family as an actor in high school students' eating habits: a qualitative research study", *Foods*, 9(4), p. 419. <https://doi.org/10.3390/foods9040419>
- Gavidia Catalán, V. (2009): "El profesorado ante la educación y promoción de la salud en la escuela", *Didáctica de las ciencias experimentales y sociales*, 23, pp. 171-180. <https://turia.uv.es/index.php/dces/article/view/2409/1954>
- Gravina L., A. Jauregi, I. Fernández-Aedo, J. Díez, J. Gittelsohn, U. Colón-Ramos y M. Franco (2021): "Residents' insights on their local food environment and dietary behaviors: a cross-city comparison using photovoice in Spain", *International Journal Environmental Research Public Health*, 18, 10134. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910134>
- Harris, J. L. y J. A. Bargh (2009): "Television viewing and unhealthy diet: implications for children and media interventions", *Health Communication*, 24(7), pp. 660-673. <https://doi.org/10.1080/10410230903242267>
- Hassan, S., C. Thompson, J. Adams, M. Chang, D. Derbyshire, M. Keeble, B. Liu, O.T. Mytton, J. Rahilly, B. Savory, R. Smith, M. White, T. Burgoine y S. Cummins (2024): "The adoption and implementation of local government planning policy to manage hot food takeaways near schools in England: A qualitative process evaluation", *Social Science & Medicine*, 362, 117431. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117431>
- Instituto Nacional de Estadística (INE) (2013): *Encuesta Nacional de Salud de España 2011-2012*. Disponible en: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176783&menu=resultados&idp=1254735573175 [Consulta: 10 de julio 2024].
- Instituto Nacional de Estadística (INE)(2018): *Encuesta Nacional de Salud de España 2017*. Disponible en: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176783&menu=resultados&idp=1254735573175 [Consulta: 14 de agosto 2024]
- Lauckner H, M. Paterson y T. R. Krupa (2012): "Using constructivist case study methodology to understand community development processes: proposed methodological questions to guide the research process", *The Quality Report*, 17, pp. 1-22. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2012.1790>

- Lebrusán, I., K. P. Larrañaga y M. M. Monguí Monsalve (2022): "La digitalización como oportunidad para el desarrollo de la ciudadanía en la infancia y la adolescencia", *Política y Sociedad*, 59(3), 75974. <https://doi.org/10.5209/poso.81906>
- Mansouri T. H., A. M. Il Gregory, R. A. Barich, L. A. Hatzinger, L. A. Leone y J. L. Temple (2021): "An ecological perspective of food choice and eating autonomy among adolescents", *Frontiers in Psychology*, 12, 654139. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.654139>
- Miqueleiz, E., L., Lostao, P. Ortega, J. M. Santos, P. Astasio y E. Regidor (2014): "Patrón socioeconómico en la alimentación no saludable en niños y adolescentes en España", *Atención Primaria*, 46(8), pp. 433-439. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2013.05.010>
- Miranda Giró, M. y S. Andrés Cabello (2016): "Instalados en la queja: el profesorado ante la participación de las familias en las escuelas", *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 9(3). pp. 334-345. <http://dx.doi.org/10.7203/RASE.9.3.8982>
- Martín Criado, E. (2008): "El valor de la buena madre. Oficio de ama de casa, alimentación y salud entre las mujeres de clases populares", *Revista Española de Sociología*, (4). pp. 93-118. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/64944>
- Moreno-Maldonado, C., P. Ramos, C. Moreno y F. Rivera (2019): "Direct and indirect influences of objective socioeconomic position on adolescent health: The mediating roles of subjective socioeconomic status and lifestyles", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9), 1637. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091637>
- Moreno C., P. Ramos, F. Rivera, A. Jiménez-Iglesias, I. García-Moya, I. Sánchez-Queija, C. Moreno-Maldonado, C. Paniagua, A. Villafuerte-Díaz, E. Ciria-Barreiro, A. Morgan y E. Leal-López (2020). *Informe técnico de los resultados obtenidos por el Estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) 2018 en España*. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/saludJovenes/estudioHBSC/home.htm> [Consulta: 12 de febrero de 2025].
- Murcott, A. (1982): "On the social significance of the 'cooked dinner' in South Wales", *Social Sciences Information*, 2, pp. 677-696.
- Norris, S. A., E. A. Frongillo, M. M. Black, Y. Dong, C. Fall, M. Lampl, A. D. Liese, M. Naguib, A. Prentice, T. Rochat, C. B. Stephensen, C.B Tinago, K. A. Ward, S. V. Wrottesley y G. C. Patton (2022): "Nutrition in adolescent growth and development", *The Lancet*, 399(10320), pp. 172-184. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01590-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01590-7)
- Rahilly, J., A. Williams, M. Chang, S. Cummins, D. Derbyshire, S. Hassan, Y. Huang, M. Keeble, B. Liu, A. Medina-Lara, O. Mytton, B. Savory y A. Schiff (2024): "Changes in the number and outcome of takeaway food outlet planning applications in response to adoption of management zones around schools in England: A time series analysis", *Health & Place*, 87, 103237. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2024.103237>
- Santaliestra-Pasías, A. M., J. P. Rey-López y L. A. Moreno Aznar (2013): "Obesity and sedentarism in children and adolescents: what should be done?" *Nutrición Hospitalaria*, 5: 99-104. <https://doi.org/10.3305/nh.2013.28.sup5.6924>
- Stephens, L. D., S. A. McNaughton, D. Crawford y K. Ball (2015): "Nutrition promotion approaches preferred by Australian adolescents attending schools in disadvantaged neighbourhoods: A qualitative study", *BMC Pediatrics*, 15, 61. <https://doi.org/10.1186/s12887-015-0379-7>
- Rivera-Navarro J, M. Franco, P. Conde Espejo, M. Sandín Vázquez, M. Gutiérrez Sastrea, A. Cebrecos, A. Sainz Muñoz y J. Gittelsohn (2019): "Understanding urban health inequalities: methods and design of the Heart Health Hoods Qualitative Project", *Gaceta Sanitaria*, 33, pp. 517-522. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2018.07.010>
- Rivera-Navarro, J., González-Salgado, I. L., Ramos-Truchero, G., Gravina, L., Díez, J., Caballero, S. y Franco, M. (2023). "Factors influencing dietary inequalities among adolescents in Madrid and Bilbao: a qualitative research project", *Gaceta Sanitaria*, 37, 102325. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2023.102325>
- Sánchez Rodríguez, L., C. Fernández-Escobar, E. Ordaz Castillo y M. A. Royo-Bordonada (2022): "Adherencia a la dieta mediterránea y su asociación con factores sociodemográficos y antropométricos en adolescentes de Madrid", *Revista Española de Salud Pública*, e202210076. <https://ojs.sanidad.gob.es/index.php/resp/article/view/288>
- Sanz Gimeno A. y J. Blanco Iglesias (2022): "La población infantil y adolescente en España. Dinámicas demográficas recientes", *Política y Sociedad*, 59(3), e79877. <https://doi.org/10.5209/poso.79877>
- Tessier, A. J., F. Wang, A. A. Korat, A. H. Eliassen, J. Chavarro, F. Grodstein, Li, L. Liang, W. C. Willett, Q. Sun, M. J. Stampfer, F. B. Hu y Marta Guasch-Ferré (2025): "Optimal dietary patterns for healthy aging", *Nature Medicine*, 31(3). <https://doi.org/10.1038/s41591-025-03570-5>
- Torre-Moral, de la A., S. Fàbregues, A. Bach-Faig, A. Fornieles-Deu, F. X. Medina, A. Aguilar-Martínez y D. Sánchez-Carracedo (2021): "Family Meals, Conviviality, and the Mediterranean Diet among Families with Adolescents", *International Journal Environmental Research Public Health*, 18(5):2499. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052499>
- Tyrrell, R. L., F. Greenhalgh, S. Hodgson, W. J. Wills, J.C. Mathers, A. J. Adamson y A. A. Lake (2017): "Food environments of young people: linking individual behaviour to environmental context", *Journal of Public Health*, 39 (1), pp. 95-104. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdw019>
- Warde, A., S. Cheng, W. Olsen y D. Southerton (2007): "Changes in the practice of eating: a comparative analysis of time-use", *Acta Sociológica*, 50 (4), pp. 363-385. <https://doi.org/10.1177/0001699307083>

- Wills, W., G. Danesi, A. B. Kapetanaki y L. Hamilton (2019): "Socio-economic factors, the food environment and lunchtime food purchasing by young people at Secondary school", *International Journal of Environmental Research Public Health*, 16(9), 1605. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091605>
- Willis, P. (2017): *Aprendiendo a trabajar. Cómo los chicos de clase obrera consiguen trabajos de clase obrera*, Madrid, Akal.

