

DERECHO A LA ALIMENTACIÓN ADECUADA DE LOS UNIVERSITARIOS (ANALOGÍA DE LOS UNIVERSITARIOS GOURMET)

Reyna Lara, Mauricio ¹

RESUMEN

Este artículo destaca la importancia de una alimentación adecuada como derecho humano, especialmente en la juventud universitaria. Propone alternativas metodológicas en el ámbito jurídico y de transparencia en las políticas públicas relacionadas con este derecho. Ante la crisis alimentaria vinculada al acceso a alimentos de calidad, se subraya la responsabilidad de la industria alimentaria en cumplir con estándares nutricionales que favorezcan el desarrollo físico y emocional de los universitarios. México, en 2024, se posiciona como referente en América Latina en el reconocimiento del derecho a la alimentación digna; el texto busca contribuir a la formación educativa de los estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) con respecto a este derecho, ofreciendo un modelo metodológico que pueda ser replicable en otras universidades del país y del mundo.

Palabras claves: Derecho a la alimentación, alimentación adecuada, juventud universitaria, calidad nutricional, transparencia en políticas públicas, derecho humano

THE RIGHT TO ADEQUATE FOOD FOR UNIVERSITY STUDENTS (AN ANALOGY OF GOURMET STUDENTS)

ABSTRACT

This article highlights the importance of adequate nutrition as a human right, particularly among university students. It proposes methodological alternatives within the legal framework and transparency of public policies related to this right. In light of the current food crisis and limited access to quality food, the food industry is called upon to meet nutritional standards that support the physical and emotional well-being of students. In 2024, Mexico emerges as a leading example in Latin America for recognizing the right to food as essential to a dignified life; the article aims to contribute to the educational development of students at the National Autonomous University of Mexico (UNAM) regarding this right, offering a methodological model that can be replicated in other universities nationally and internationally.

Keywords: Right to food, adequate nutrition, university students, nutritional quality, transparency in public policy, human rights.

¹ Universidad Nacional Autónoma de México

Introducción

La alimentación es un pilar fundamental para la supervivencia humana. Contar con alimentos adecuados y de calidad, acordes a nuestras necesidades fisiológicas, es esencial para mantener la salud y el bienestar. Sin embargo, existen factores que dificultan el acceso a una alimentación completa, los cuales abordaremos a continuación con el objetivo de identificarlos y plantear soluciones.

- **La información nutricional inadecuada para los universitarios sobre su alimentación.** La FAO actualizó en 2025 sus talleres gratuitos de *microaprendizaje* sobre nutrición y Agenda 2030, disponibles en su Academia en Línea. Están dirigidos a universitarios y buscan fortalecer su capacidad para elaborar Informes Nacionales Voluntarios (INV) y contribuir a la transformación de los sistemas agroalimentarios y al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO], 2025a).
- **La venta de productos alimentarios inaccesibles a la comunidad universitaria.** La FAO ofrece asistencia técnica y orientaciones a las instituciones públicas con el objetivo de impulsar la transformación de los sistemas agroalimentarios mediante estrategias colaborativas que mejoren su capacidad de innovar y adaptarse ante retos como la inseguridad alimentaria, el cambio climático y la degradación de los recursos naturales (FAO, 2025b).
- **La producción industrial de los alimentos nutricionales.** El Servicio de Apoyo de la FAO para los ODS ofrece acceso a conocimientos, recursos y experiencia especializada para respaldar a los Estados Miembros y otros actores en la implementación de la Agenda 2030, promoviendo la transformación de los sistemas agroalimentarios a nivel mundial con el fin de cumplir los 17 ODS (FAO, 2023).
- **La distribución inadecuada en los puntos de venta de los productos alimentarios de calidad.** Se deben fortalecer las capacidades de pequeños productores y pymes optimizando sus modelos de negocio para ofrecer alimentos nutritivos a los mercados locales, bajo principios de sostenibilidad (FAO, 2025c).
- **La conciencia social sobre el problema de obesidad y sobrepeso en los adolescentes.** La obesidad aumenta el riesgo de enfermedades como diabetes tipo 2, problemas cardíacos y ciertos tipos de cáncer, además de afectar la calidad de vida al interferir con el sueño y la movilidad. Su diagnóstico se basa en el índice de masa corporal (IMC), complementado con otras medidas como el perímetro de cintura (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024).
- **Acciones comunes entre universitarios para contener el problema de salud pública.** Implica reconocer el impacto de sus decisiones, desde una perspectiva ética y personal, entendiendo cómo pueden afectar tanto su bienestar como el de sus seres queridos. La formación ciudadana en salud preventiva e integral debe comenzar con el conocimiento y la aceptación de la propia identidad durante la adolescencia, lo que permite desarrollar una conciencia crítica sobre las problemáticas que también afectan a su entorno familiar y comunitario (Reyna Lara, 2023).

Entre los factores sociales que favorecen la conciencia social sobre los problemas alimentarios, destaca el reconocimiento del derecho a la información nutricional. Para abordar esta problemática, es fundamental que los universitarios tengan acceso a datos claros, adecuados y oportunos sobre los valores nutricionales necesarios para una alimentación saludable, considerando además la infraestructura disponible en sus universidades.

Para ello se requieren campañas educativas permanentes que fomenten la conciencia ciudadana, utilizando un lenguaje accesible y adaptado a los distintos niveles educativos universitarios, como sucede en la UNAM, desde el nivel medio superior hasta el posgrado.

Problemática para convertirse en un derecho alimentario

El derecho a recibir información sobre una alimentación adecuada está ligado a otros derechos fundamentales, reconocidos internacionalmente. La Declaración Universal de Derechos Humanos (1948) establece en su artículo 25 el derecho a un nivel de vida adecuado, incluyendo la alimentación. De forma complementaria, el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966), en su artículo 11, reconoce el derecho a estar protegido contra el hambre y a acceder a una alimentación suficiente y nutritiva. Además, el Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1999), en su Observación General N° 12, señala que este derecho implica también el acceso a información nutricional pertinente y debe garantizarse a todas las personas para que puedan ejercer plenamente sus demás derechos. Por ello, los Estados parte tienen la obligación de asegurar una alimentación básica, segura y adecuada para todos.

Las políticas públicas deben orientarse a cumplir con los objetivos esenciales (garantizar información, infraestructura y estructura adecuadas) que aseguren a la población protección contra el hambre y el acceso a una alimentación adecuada, mediante la participación de los sectores público, privado y social, en cumplimiento del derecho a la alimentación.

Incluso en contextos donde el Estado enfrenta serias limitaciones de recursos deben aplicarse medidas que garanticen el derecho a una alimentación adecuada. Si el Estado no puede cumplir con esta responsabilidad por causas ajenas a su control, está obligado a demostrarlo y a evidenciar que no ha logrado obtener apoyo internacional para garantizar la disponibilidad y accesibilidad de los alimentos necesarios (CDESC, 1999).

La Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible decretada por el Congreso de los Estados Unidos Mexicanos (2024), establece que la información nutricional debe ser clara, accesible y comprensible para toda la comunidad universitaria. Se propone usar materiales digitales con apoyo de TIC para explicar los beneficios de una alimentación adecuada, e incluir advertencias visibles en productos con exceso de sodio, azúcares o grasas saturadas.

El Congreso de los Estados Unidos Mexicanos (2024), también establece, en el artículo 18 de la misma ley, que las autoridades educativas del Sistema Nacional de Educación deben coordinarse de manera transversal con el Sistema Nacional de Salud para promover programas, acciones y campañas de información nutricional, industrial y agroecológica orientadas a una vida saludable. Estos programas deben de incluir, al menos, contenidos mínimos de referencia que garanticen su efectividad, tales son:

I. El significado de alimentación adecuada; II. La pertinencia cultural, ecológica, económica y social del consumo regular de alimentos locales; III. El fomento al consumo y producción local de alimentos, mediante la promoción de huertos comunitarios; IV. La forma de leer e interpretar las etiquetas e información nutrimental de los productos; V. Los tipos de alimentos y bebidas, sus contenidos y las cantidades que pueden llegar a afectar la salud, así como las consecuencias prácticas de ese daño en el individuo y la comunidad; VI. La orientación nutricional para la preparación de dietas nutritivas, suficientes, sostenibles y de calidad de acuerdo con el contexto y requerimientos de la persona; VII. La promoción del consumo de productos naturales, y VIII. La importancia de la educación y activación física para el logro de una vida saludable. (Congreso de los Estados Unidos Mexicanos, 2024, p. 8)

El etiquetado obligatorio de alimentos debe incluir:

- Lista de ingredientes
- Información sobre el valor nutricional
- Presencia de alérgenos
- Fecha de caducidad o consumo preferente
- Datos sobre el origen del producto y sus procesos de elaboración (transgénico, orgánico, etc.)
- Publicidad alimentaria: debe estar regulada para evitar la desinformación o la publicidad engañosa, especialmente en productos dirigidos a la infancia.
- Derecho del consumidor: diversas constituciones y leyes de protección al consumidor reconocen el derecho a recibir información veraz, clara y completa sobre los productos alimenticios.

Obligaciones del Estado

Las obligaciones del Estado comprenden la necesidad de entender los elementos que los constituyen. Como señalaba Jorge Jellinek, en su libro *Teoría del Estado*, estos elementos son: territorio, población y gobierno. En la actualidad, esta comprensión se ha ampliado al incluir también el poder, la democracia y el derecho. Estos seis elementos en su conjunto permiten asumir las obligaciones estatales respecto al derecho a una alimentación adecuada. En este sentido, se establece que:

Los Estados son los principales responsables de garantizar la seguridad alimentaria y la nutrición, de hacer realidad progresivamente el derecho a una alimentación adecuada y de respetar, proteger y cumplir con los derechos humanos de todos los individuos, particularmente los más vulnerables. Como parte de su función de garantizar la seguridad alimentaria y la nutrición, los Estados deberían dejar claras sus expectativas de que las empresas domiciliadas en su territorio o jurisdicción respeten los derechos humanos en todas sus operaciones mediante la aprobación de reglamentos que garanticen que su realización sea coherente con los Principios. (Comité de Seguridad Alimentaria Mundial [CSA], 2014, p. 29)

Desde una perspectiva nacional, el Estado debe cumplir sus obligaciones en materia de derecho alimentario conforme a estándares internacionales, bajo 3 principios fundamentales:

- Respetar: El Estado no debe interferir con el acceso a información nutricional. Artículos 19 al 22 de la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible (LGAAS), Congreso de los Estados Unidos Mexicanos (2024).

- Proteger: Impedir que terceros, como las empresas, suministren información falsa o confusa. Esto implica la vigilancia estatal sobre la industrialización y etiquetado de alimentos. Ley General de Salud (LGS) por la Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión (2024).
- Garantizar: Es responsabilidad del Estado promover políticas públicas de educación nutricional y garantizar el acceso transparente a la información. ACUERDO publicado el 30 de noviembre de 2024, que establece los Lineamientos generales para la preparación, distribución y expendio de alimentos y bebidas en escuelas del Sistema Educativo Nacional, así como el fomento de estilos de vida saludables:

Que el 23 de mayo 2023, el Estado Mexicano se integró a la Coalición Global de Alimentación Escolar de la Cumbre de Sistemas Alimentarios de Naciones Unidas, haciendo compromisos de categoría política, de promoción y de asesoría técnica, destacando el compromiso al 2030 de promover la alimentación nutritiva, suficiente y de calidad, así como la integración de alimentos regionales en los programas gubernamentales de alimentación escolar, y aquellas acciones de gobierno que inciden en su operación a nivel nacional. (Secretaría de Gobernación, 2024, p. 27)

En este mismo acuerdo enuncia principios rectores como: sostenibilidad, progresividad, ausencia de conflictos de intereses, garantía del interés superior de niñas, niños (menores de 12 años) y adolescentes (de 12 a menos de 18 años), en concordancia con el artículo 5 de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA) de la Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión (2014).

También se reconocen los principios de respeto y pertinencia cultural, social, étnica y biológica; la enseñanza; la participación de la comunidad educativa; la promoción del consumo de productos provenientes de la agricultura local, regional y familiar; los determinantes sociales de la salud; la equidad e inclusión; y el enfoque integral.

Estos principios deben prevalecer en las acciones que garantizan los instrumentos jurídicos de derechos, como lo establece la *Convención sobre los Derechos del Niño (1989)* en su artículo 24, que vincula la salud infantil y adolescente con la educación nutricional, al más alto nivel posible y de manera progresiva (UNICEF, 2006, p. 19-20). Este compromiso con el derecho alimentario, entendido como un derecho humano, ha sido respaldado por el *Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*, en su Observación General número 3 (1990), párrafo 9, al señalar:

La expresión “progresiva efectividad” se usa con frecuencia para describir la intención de esta frase. El concepto de progresiva efectividad constituye un reconocimiento del hecho de que la plena efectividad de todos los derechos económicos, sociales y culturales en general no podrá lograrse en un breve período de tiempo. (p. 3)

Por lo tanto, la legalidad y normatividad del derecho alimentario debe apegarse a las normas, directrices y códigos de prácticas internacionales promovidas por el *Codex Alimentarius*, que establece estándares para la seguridad y etiquetado de alimentos a nivel internacional. El *Codex Alimentarius* es una recopilación de normas y textos internacionales sobre alimentos, cuyo propósito es proteger la salud del consumidor y promover prácticas comerciales justas. Su publicación busca orientar la elaboración de definiciones y requisitos armonizados, con el fin de facilitar el comercio internacional de alimentos (FAO y OMS, 2021).

Principio de Transparencia Alimentaria en los Universitarios

Este principio está presente en múltiples legislaciones y tratados internacionales, y exige la seguridad alimentaria mundial, documento que contempla a los usuarios en las universidades:

Los valores generales que se incluyen en todos los Principios y que los enmarcan son la dignidad de todas las personas, la equidad, la ausencia de discriminación, la igualdad de género, la consulta y la participación, la justicia social, el Estado de derecho, la transparencia, la rendición de cuentas y la mejora continuada. Los Principios se fundamentan en el concepto de “no hacer daño”, aplicable tanto a las acciones intencionadas como a la falta de acción o a las omisiones. (CSA, 2014, p. 5)

Son 10 principios fundamentales para llevar a la práctica; 1. Construir la seguridad alimentaria y la nutrición, 2. Contribuir al desarrollo económico sostenible e inclusivo, 3. Fomentar la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres, 4. Potenciar la participación y el empoderamiento de los jóvenes, 5. Respetar la tenencia de la tierra, la pesca, los bosques y el agua, 6. Conservar los recursos naturales y contribuir a la adaptación al cambio climático y a la mitigación de sus efectos, 7. Respetar el patrimonio cultural y los conocimientos tradicionales, 8. Promover sistemas productivos seguros y saludables, 9. Incorporar estructuras de gobernanza, procesos y mecanismos de reclamación inclusivos y accesibles, y 10. Examinar las repercusiones y garantizar la rendición de cuentas y la transparencia.

La investigación constante, con inclusión de la generación, la recopilación, el análisis y la difusión de datos, es determinante para la mejora continuada de la inversión responsable en la agricultura y los sistemas alimentarios. Las organizaciones de investigación, las universidades y las organizaciones o los programas de extensión tienen un papel clave que desempeñar en la facilitación del intercambio de conocimientos y el desarrollo de capacidades, en particular para fomentar la inversión de los pequeños productores en aras de la seguridad alimentaria y la nutrición. (CSA, 2014, p. 13)

El involucramiento en la aplicación de las funciones y los principios de las universidades, como es el caso de la UNAM, debe ser conjunto: autoridades, docentes, investigadores, trabajadores, comunidad universitaria y proveedores autorizados de las facultades y escuelas, para lograr la resiliencia nutricional. La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2024 es la referencia sobre el consumo de alimentos y el estado de salud de los mexicanos. Es el referente para implementar y practicar las políticas públicas en salud (Instituto Nacional de Salud Pública [INSP], 2024).

La transparencia también debe estar observada desde su cadena alimentaria: desde la producción hasta el consumo.

Un elemento para considerar es la globalización. Los mercados agroalimentarios están cada vez más interconexionados, ampliando la gama de productos y con disponibilidad a lo largo de todo el año, estructurándose a través de cadenas y redes alimentarias, que tratan de proveer al consumidor los alimentos en condiciones adecuadas. (Britz et al., 2023, p. 40)

Existe la obligación de los proveedores de alimentos (productores, fabricantes, distribuidores) de brindar información trazable, verificable y accesible sobre:

- Procesos de producción.
- Uso de pesticidas o sustancias químicas.

- Tratamientos postcosecha.
- Presencia de organismos genéticamente modificados (OGM).

Es improbable que las universidades logren sus objetivos nutricionales si las dietas saludables continúan siendo inaccesibles debido a su alto costo. En 2022, América Latina y el Caribe registraron el costo promedio más alto del mundo para una dieta saludable, alcanzando los 4.56 dólares PPA diarios por persona, lo que dificulta el acceso a alimentos nutritivos para muchos estudiantes, especialmente aquellos de bajos ingresos. Además, la educación alimentaria desempeña un papel crucial en la formación de hábitos saludables entre los universitarios. No se trata solo de proporcionar información, sino de fomentar una educación activa que capacite a los estudiantes para tomar decisiones informadas sobre su alimentación. Esta educación es esencial para prevenir enfermedades no transmisibles como la obesidad, la diabetes y los trastornos alimenticios, que están en aumento entre la población joven (FAO, 2024).

Miles de millones de personas siguen careciendo de acceso a alimentos nutritivos, inocuos y suficientes. Sin embargo, los progresos registrados en muchos países infunden esperanza en que es posible volver al camino hacia la erradicación del hambre y la malnutrición. Con objeto de poner en práctica las políticas, inversiones y leyes necesarias para invertir las actuales tendencias del hambre, la inseguridad alimentaria y la malnutrición será preciso financiar debidamente la seguridad alimentaria y la nutrición. (FAO et al., 2024, p.1)

El etiquetado frontal en productos representa un avance en la normatividad sanitaria, pero requiere supervisión y verificación. Es esencial que los programas educativos incluyan contenidos sobre los riesgos del consumo excesivo de estos productos, con indicadores medibles. La UNAM, a través de la Comisión del Seguimiento de Operación de las Concesiones para la Prestación del Servicio de Alimentos y Bebidas no Alcohólicas (COSOC), ha implementado medidas para promover una alimentación saludable, como un menú universitario nutritivo diseñado por expertos. No obstante, aún es necesario mejorar su difusión y aceptación entre los estudiantes.

Los aspectos de vigilancia sanitaria deben ser constantes y en todos los puntos de venta sobre alimentos.

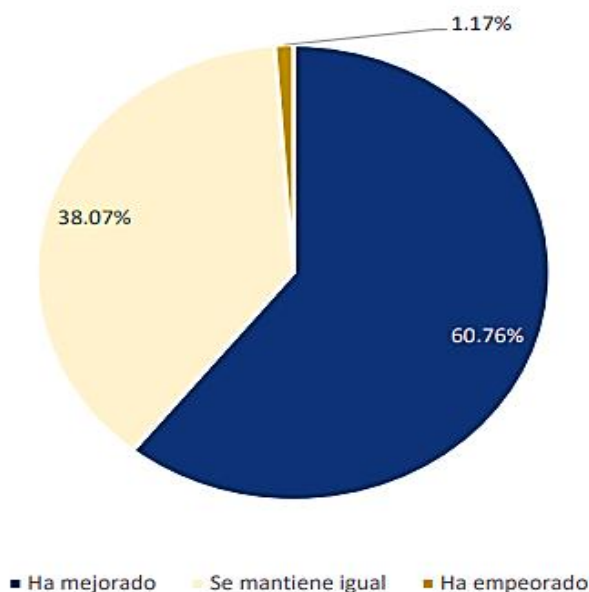
De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año, cerca de 600 millones de personas en el mundo - 1 de cada 10, enferma tras haber consumido alimentos contaminados, y más de 400 000 mueren como causa de las enfermedades transmitidas por los alimentos. (Organización Mundial de Sanidad Animal [OMSA], 2022, p. 4)

Las sanciones administrativas para los proveedores deben ir desde la rescisión contractual hasta la indemnización o reparación de daño económico y/o moral. Las sanciones civiles o penales que puedan resultar por el incumplimiento a los objetivos de la calidad de los alimentos deben estar de manifiesto enunciativo al contratarse los servicios en los proveedores. La regulación jurídica de la industria de los alimentos en México se ha complementado con diversas normas, como la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 1917), la Ley General de Salud (1984), el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Control Sanitario de Actividades (1988), la Ley de Infraestructura de la Calidad (2020) y la Ley Federal de Protección al Consumidor (1992), todas publicadas por la Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión.

La UNAM ha tenido ya por más de 10 años un programa de Apoyo Nutricional para los estudiantes que soliciten el beneficio de apoyo-beca; hoy en día se ofrecen más de 10 mil beneficios por convocatoria, a lo largo de todos sus planteles de escuelas y facultades que cuentan con un comedor o espacio necesario para otorgar los alimentos. Son de dos a tres convocatorias al año. El beneficio de apoyo-beca se otorga con el objetivo de apoyar a los estudiantes que particularmente no cuentan con la posibilidad de otro beneficio de beca y que tengan preferentemente un promedio menor a 8.

Figura 1

Impacto académico en promedio escolar, a partir de la pertenencia del Programa de Apoyo Nutricional

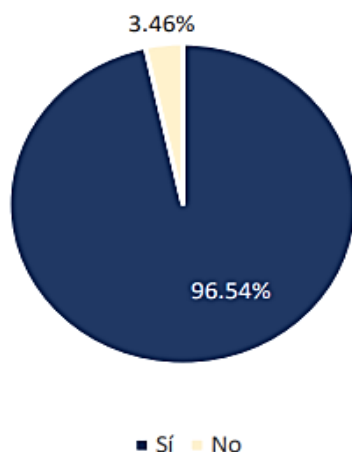


Nota. Tomado de *Encuesta de evaluación: Programa de Apoyo Nutricional 2024-2* (p. 19), por la DGOAE, UNAM.

Derivado de los beneficios otorgados, una vez concluida la vigencia de la beca, se realiza una encuesta de satisfacción para poder conocer el grado de satisfacción respecto al proceso de la beca y los alimentos. En el año 2024, se llevó a cabo la “Encuesta de evaluación: Programa de Apoyo Nutricional 2024-2” por la Dirección General de Orientación y Atención Educativa de la UNAM, en colaboración con la Fundación UNAM. En dicha encuesta, una de las preguntas relacionadas con el servicio y la calidad de los alimentos fue respondida de la siguiente manera:

Figura 2

Solicitud de reingreso al Programa de Apoyo Nutricional



Nota. Tomado de *Encuesta de evaluación: Programa de Apoyo Nutricional 2024-2* (p. 20), por la DGOAE, UNAM.

Estos resultados proporcionan una orientación intuitiva para identificar la calidad de los alimentos. Sin embargo, la supervisión a los comedores se realiza de manera constante por la autoridad sanitaria de la universidad. La venta de los productos no saludables o menos saludables aún está disponible para el consumidor, quien tiene la libertad de elegir la compra e ingesta. La gran labor que se ha venido realizando es fomentar una comunicación social más activa mediante redes sociales o el periódico oficial de la propia Universidad Nacional Autónoma de México.

Conclusiones

El etiquetado frontal de productos es un avance importante en la normatividad sanitaria, pero debe ir acompañado de supervisión efectiva y verificación aleatoria. Asimismo, es fundamental que los programas educativos incluyan contenidos sobre los riesgos del consumo excesivo de productos etiquetados, con indicadores metodológicos que permitan medir su impacto. La formación ciudadana desde el ámbito universitario juega un papel clave en la construcción de hábitos alimentarios informados.

En este sentido, la UNAM, a través de la COSOC, ha implementado medidas para fomentar una alimentación saludable en su comunidad. Entre ellas destaca la propuesta de un menú universitario nutritivo, elaborado por expertos en nutrición. Aunque esta iniciativa ha sido innovadora, aún enfrenta desafíos en su difusión y en la aceptación por parte de los comensales universitarios, lo que limita su efectividad.

Más allá del entorno académico, es urgente una colaboración social amplia que impulse una conciencia alimentaria desde la familia, el gobierno y la sociedad civil. México ha buscado alinear su legislación con estándares internacionales, promoviendo políticas públicas en salud y educación. Sin embargo, la obesidad y el sobrepeso juvenil siguen siendo problemas graves de salud pública. Por ello, es prioritario garantizar el acceso a información clara y comprensible sobre el derecho a una alimentación adecuada, que permita a las nuevas generaciones llevar una vida saludable y equilibrada.

Referencias

- Britz, J., Dias, R. y De Felipe, I. (2023). Transparencia y eficiencia en la cadena de valor alimentaria. *Distribución y consumo* 3, 39-46. https://www.mercasa.es/wp-content/uploads/2023/10/DYC_175_06_Transparencia-y-eficiencia-en-la-cadena-de-valor-alimentaria_compressed.pdf
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (1917). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. (Última reforma publicada DOF 15-04-2025). Diario Oficial de la Federación. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf>
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (1984). *Ley General de la Salud*. (Última reforma publicada DOF 07-06-2024). Diario Oficial de la Federación. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGS.pdf>
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (1988). *Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Control Sanitario de Actividades, Establecimientos, Productos y Servicios*. (Última reforma publicada DOF 28-12-2004). Diario Oficial de la Federación. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MCSAEPS_281204.pdf
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (1992). *Ley Federal de Protección al Consumidor*. (Última reforma publicada DOF 12-04-2019). Diario Oficial de la Federación. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFPC.pdf>
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2014). *Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes*. (Última reforma publicada DOF 24-12-2024). Diario Oficial de la Federación. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA.pdf?utm_cmp_rs=Nota%20Enlae%20Editorial
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2020). *Ley de Infraestructura de la Calidad*. Diario Oficial de la Federación. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LICal_010720.pdf
- Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. (1990). *Observación general núm. 3: La índole de las obligaciones de los Estados Partes (párrafo 1 del artículo 2 del Pacto)*. Naciones Unidas. <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2001/1452.pdf>
- Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. (1999). *Observación general núm. 12: El derecho a una alimentación adecuada*. Naciones Unidas. <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2001/1450.pdf>
- Comité de Seguridad Alimentaria Mundial. (2014). *Principios para la inversión responsable en la agricultura y los sistemas alimentarios*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/a5473764-5e32-4988-a6c4-4383f59a0292/content>
- Congreso de los Estados Unidos Mexicanos. (2024). *Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible*. Diario Oficial de la Federación. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAAS.pdf>
- Dirección General de Orientación y Atención Educativa. (2024). *Encuesta de Evaluación: Programa de Apoyo Nutricional 2024-2*. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- DGOAE, UNAM. (30 de abril de 2025). *Analogía de los Universitarios Gourmet* [Video]. <https://youtu.be/VTAFKvx7IYc>

- FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. (2024). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2024: Financiación para acabar con el hambre, la inseguridad alimentaria y la malnutrición en todas sus formas*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. <https://www.fao.org/fsnforum/es/resources/fao-flagships/state-food-security-and-nutrition-world-2024>
- Instituto Nacional de Salud Pública. (2024). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2024*. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2024/index.php>
- Naciones Unidas. (1948). *La Declaración Universal de los Derechos Humanos*. <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Naciones Unidas. (1966). *Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-economic-social-and-cultural-rights>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y Organización Mundial de la Salud. (2021). *Acerca del Codex*. <https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/about-codex/es/#c453333>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2023). *Sustainable Development Goals Helpdesk*. <https://www.fao.org/sustainable-development-goals-helpdesk/en>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2025a). *NEW FAO ELEARNING COURSE: The 2030 Agenda Follow-Up and Review*. <https://www.fao.org/sustainable-development-goals-helpdesk/transform/news-detail/new-fao-elearning-course-the-2030-agenda-follow-up-and-review/en>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2025b). *Sistemas Agroalimentarios*. <https://www.fao.org/food-systems/news/news-detail/qu%C3%ADa-para-la-colaboraci%C3%B3n-multiactor-en-los-sistemas-agroalimentarios/es>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2025c). *Transform through action*. <https://www.fao.org/sustainable-development-goals-helpdesk/transform/en>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Obesidad y sobrepeso*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organización Mundial de Sanidad Animal. (2022). *Seguridad Sanitaria de los Alimentos*. <https://www.woah.org/es/que-hacemos/iniciativas-mundiales/seguridad-sanitaria-de-los-alimentos/>
- Reyna Lara, M. (2023). El Derecho a la Salud en la Formación Ciudadana de los Jóvenes. En G. Álvarez-Díaz de León y M. Reyna-Lara (Coord.), *La Formación Ciudadana en la Salud de los Jóvenes* (pp. 26-48). Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial de la UNAM. <https://www.becarios.unam.mx/Portal2018/wp-content/uploads/2023/09/La-Formacion-Ciudadana-en-la-Salud-aviso-13.09.2023.pdf>
- Secretaría de Gobernación. (2024). *Lineamientos generales a los que deberán sujetarse la preparación, la distribución y el expendio de los alimentos y bebidas preparados, procesados y a granel, así como el fomento de los estilos de vida saludables en alimentación, dentro de toda escuela del Sistema Educativo Nacional*. Diario Oficial de la Federación. https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5740005&fecha=30/09/2024#gsc.tab=0
- UNICEF. (2006). *Convención sobre los Derechos del Niño*. UNICEF Comité Español. <https://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>