

El espacio comedor también educa

Evidencias y propuestas para un mediodía universal, gratuito y equitativo

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030
POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

educo
educar cura

Título: El espacio comedor también educa. Evidencias y propuestas para un mediodía universal, gratuito y equitativo

© Educo (2026)

Se permite la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento siempre que se mencione la fuente y se haga sin fines comerciales.

Coordinación: Jon San Vicente

Producción: Equipo de investigación social

Corrección: Judit Escales

Diseño: Judit Suñol

Fotografías: Archivo de Educo

Depósito legal: B 22542-2026

Las fotografías utilizadas en este documento solo son ilustrativas y en ningún caso se puede deducir que reflejan el contenido.

Para más información sobre los temas tratados en este documento, póngase en contacto con: **educo@educo.org**

Financiado por:



Contenido

Carta de la directora general 4

Resumen ejecutivo 6

Introducción 8

¿Quién puede sentarse a la mesa? 10
- Necesitar ayuda no siempre significa recibirla 12
- El comedor que no señala 14
- Cuando el acceso deja de depender de la renta 18
- Buena práctica: CEIP Francisco Fatou (Madrid) 21

¿Puede comer en el cole cambiar el rendimiento académico? 22
- Importa cuánto cambia el acceso 22
- Matemáticas 23
- Lectura y lengua 24
- Concentración y atención 25
- Por qué podría ocurrir 27
- Una mirada a la vida adulta 28
- Buena práctica: CEIP Plácido Domingo (Madrid) 29

¿Puede el comedor escolar proteger frente a la inseguridad alimentaria? 30
- Una realidad que no afecta a todas las familias por igual 31
- El comedor también sostiene el presupuesto del hogar 35
- Cuando una ayuda permite sentarse a la mesa 37

El comedor también se vive 38
- Tiempo, espacio y ruido 38
- La comida que se come 40
- Estar en compañía 41
- Quien nos cuida mientras comemos 43
- Buena práctica: CEIP Manuel Canela (Sevilla) 46

¿Pueden decidir niñas, niños y adolescentes sobre el comedor? 48
- Elegir también forma parte de la experiencia 48
- Buena práctica: CEIP Fray Bartolomé de las Casas (Sevilla) 51

Conclusiones y recomendaciones 52
- Que nadie quede fuera 55
- Que recibir una ayuda no señale a nadie 56
- Una comida al día, de verdad 56
- Que el mediodía sea tiempo educativo 57
- Que se les pregunte 58
- Datos, seguimiento y evaluación 59

Carta de la directora general

En Educo defendemos que el comedor escolar y el espacio de mediodía forma parte del derecho a la educación y, por lo tanto, debe ser accesible a toda la infancia, independientemente de su situación económica. No solo porque le permite obtener una comida nutritiva y completa, que para algunos es difícil de tener en casa. O porque facilita la conciliación familiar. También porque es un espacio de aprendizaje, bienestar, protección y participación si cuenta con los recursos adecuados. Y porque reduce las desigualdades y contribuye a romper el círculo de la pobreza infantil que afecta a 1 de cada 3 niños y niñas en nuestro país.

Lo vemos en los colegios donde trabajamos y donde ofrecemos becas comedor, cuando hablamos con personal educativo, con familias e incluso con los propios niños y niñas. Lo demuestran nuestras investigaciones y, ahora también, los estudios académicos que hemos analizado para este informe.

Este informe respalda algo que en Educo llevamos años defendiendo: el comedor escolar es una herramienta poderosa para garantizar derechos, reducir desigualdades y mejorar las oportunidades educativas de la infancia. Pero confirma también algo igual de importante: **avanzar hacia un comedor escolar universal y gratuito no es una utopía. Es una meta alcanzable cuando existe voluntad política y compromiso social**.

Hasta ahora, gran parte de nuestro trabajo de análisis se había centrado en la realidad española. Con esta investigación **ampliamos la mirada** para aprender de lo que muestran los estudios académicos y conocer las decisiones, políticas y modelos que están transformando la vida de millones de niños y niñas en distintos lugares del mundo. Los aprendizajes que recoge nos permiten reforzar nuestras propuestas y seguir impulsando cambios con las administraciones para conseguir un comedor escolar universal y gratuito. Porque cuando garantizamos que todos los niños y niñas comparten una mesa, una comida y un espacio educativo de calidad, no solo estamos mejorando su presente: estamos construyendo **una sociedad más justa, más cohesionada y con más oportunidades** para todos y todas. Ese es el horizonte que este informe nos invita a imaginar, pero, sobre todo, a hacer realidad.



Pilar Orenes, directora general de Educo


educ
education he

Resumen ejecutivo

El comedor escolar es mucho más que una comida durante la jornada. Así lo muestran tanto nuestras investigaciones en España como la evidencia científica internacional. El comedor puede contribuir a mejorar la seguridad alimentaria, aliviar parte de la presión económica que soportan algunas familias y favorecer determinados resultados educativos. Sin embargo, estos beneficios no dependen únicamente de que exista una plaza en el comedor, sino que también importan las condiciones de acceso y la forma en que se organiza y se vive este espacio.

Para profundizar en estos aspectos, hemos realizado una revisión sistemática de la evidencia científica disponible sobre el comedor escolar, que reúne 45 publicaciones correspondientes a investigaciones desarrolladas en diez países de la OCDE. A partir de esta revisión, hemos identificado seis conclusiones principales.

Necesitar el comedor no siempre significa poder acceder a él. La falta de plazas, el coste, los criterios para obtener una ayuda o los trámites administrativos pueden dejar fuera a parte del alumnado que lo necesita. La evidencia revisada muestra que los modelos gratuitos y universales pueden reducir algunas de estas barreras y favorecer un acceso más equitativo, evitando que la situación económica de las familias o los requisitos para obtener una beca o ayuda condicionen la posibilidad de utilizar el comedor.

Pero las barreras no son únicamente económicas o administrativas. La forma en que se conceden y gestionan las becas o ayudas también puede influir en la experiencia del alumnado. Cuando recibir una prestación hace visible la situación económica familiar, pueden aparecer situaciones de estigma o señalamiento. En este sentido, la **gratuidad universal puede contribuir a reducir estas diferencias y favorecer una experiencia más inclusiva.**

Los beneficios del comedor afectan también a la alimentación de las familias. De los nueve estudios de la revisión que analizaron la seguridad alimentaria, ocho identificaron algún resultado favorable, uno no encontró efectos y ninguno observó efectos negativos. Estos resultados apuntan a que las comidas escolares pueden contribuir a reducir determinadas situaciones de inseguridad alimentaria, tanto por los alimentos

que proporcionan durante la jornada como por el ahorro que suponen para los hogares.

La educación es otra de las dimensiones en las que se han observado resultados favorables. Nueve de los diez estudios que analizaron el rendimiento académico encontraron mejoras, sobre todo en matemáticas, lengua y lectura. Aunque los resultados varían según los programas y los indicadores evaluados, algunas investigaciones sugieren que los beneficios pueden ser mayores entre el alumnado que anteriormente no tenía acceso al comedor.

Ahora bien, garantizar una comida no significa que todos sus beneficios se produzcan automáticamente. La experiencia del alumnado también importa. El tiempo disponible para comer, la organización de los turnos, las características de los espacios, las relaciones entre iguales y el acompañamiento adulto son aspectos que pueden favorecer o limitar los beneficios del comedor escolar. Por tanto, se trata de prestar también atención a cómo se organiza y se desarrolla el tiempo que pasan en este lugar.

Hay, además, una dimensión que ha recibido mucha menos atención en la investigación: la participación infantil. Sabemos más sobre quién accede al comedor, qué alimentos consume o qué resultados obtiene que sobre las oportunidades que tienen niñas, niños y adolescentes de participar en las decisiones que afectan a este espacio. Los estudios disponibles y las investigaciones de Educo muestran la importancia que el alumnado concede a poder expresar sus opiniones, ser escuchado e influir en aspectos de un entorno que forma parte de su día a día.

En conjunto, la evidencia apunta a una idea sencilla: **el debate sobre los comedores escolares no puede reducirse únicamente a una cuestión de alimentación. También trata de acceso, equidad, educación, bienestar y participación.** Por ello, Educo propone avanzar hacia un comedor escolar universal y gratuito y reforzar las condiciones que contribuyen a todo ello. La cuestión no es solo quién puede sentarse a la mesa, sino también qué encuentra cuando llega a ella.



Introducción

Cada día, **2,6 millones de niñas, niños y adolescentes utilizan el comedor escolar en España.** Son cuatro de cada diez estudiantes. Para todas ellas y ellos, el mediodía forma parte de la experiencia escolar. Allí se come, pero también se aprende, se descansa, se convive, se construyen relaciones y se comparte tiempo con otras personas.

Sin embargo, en Educo llevamos años denunciando que **no todo el alumnado tiene las mismas posibilidades de estar allí**. A través de múltiples informes hemos puesto encima de la mesa las barreras que existen. El centro puede no disponer de comedor, y eso ocurre sobre todo en secundaria, donde **solo el 18,44 % de los centros públicos que imparten ESO disponen de uno**. Donde hay, las plazas pueden no dar para todos. Y cuando hay plaza queda el precio: para una familia con dos hijos situados en el umbral de riesgo de pobreza, el comedor de ambos supone al menos el 7,6 % de los ingresos del año. Las ayudas y becas existen precisamente para eso, pero no siempre llegan. De hecho, **1,2 millones de niñas, niños y adolescentes en situación de vulnerabilidad quedan fuera de las ayudas o becas.**

Preguntarse si el acceso al comedor es equitativo es imprescindible, pero no suficiente para comprender su papel en la vida escolar. También importa qué aporta este espacio y cómo se vive. Interesa saber si comer en la escuela cambia algo de lo que ocurre en el aula, hasta qué punto contribuye a la educación y a reducir la inseguridad alimentaria o qué condiciones favorecen que la experiencia sea positiva para el alumnado. También importa la calidad de la comida, el tiempo disponible para comer, las características del espacio, las relaciones que se producen durante el mediodía, el papel de las personas adultas y las oportunidades de participación de niñas, niños y adolescentes.

En otras palabras, **el comedor escolar no es solamente una cuestión de alimentación. También es una cuestión de acceso, equidad, educación, bienestar y participación.**

Con este informe queremos complementar nuestra experiencia y nuestros análisis sobre el comedor escolar con una **revisión sistemática de la evidencia disponible en países de la OCDE**. En total, se han revisado 45 publicaciones correspondientes a 38 estudios realizados en Estados Unidos, Reino Unido, Dinamarca, Corea del Sur, Grecia, Noruega, Nueva Zelanda, Portugal, Finlandia y Suecia.[1] Aunque ninguno de los estudios incluidos analiza directamente el caso español, se pueden identificar patrones y extraer aprendizajes para el debate sobre los comedores escolares en España.

1 Nota metodológica: la revisión sigue la declaración PRISMA 2020, con evaluación del riesgo de sesgo mediante ROBINS-I y RoB 2 para los estudios cuantitativos y la lista JBI para los cualitativos, y valoración de la certeza de la evidencia con GRADE y GRADE-CERQual.

La revisión internacional constituye el punto de partida del informe, pero no el único material. Se complementa con **datos propios de Educo**, ejemplos de **políticas desarrolladas en otros países** y **buenas prácticas de centros educativos** impulsadas en España que permiten acercar estas cuestiones a la realidad cotidiana de los comedores escolares.

El recorrido comienza con una pregunta básica: **quién puede sentarse a la mesa**. El primer capítulo analiza las barreras que condicionan el acceso al comedor escolar y qué ocurre cuando este depende del precio, de una plaza disponible, de una ayuda económica o de un trámite administrativo. También examina cómo se vive la experiencia de recibir una ayuda y qué cambia cuando la comida se ofrece gratuitamente a todo el alumnado.

Los dos capítulos siguientes se centran en lo que el comedor puede aportar más allá del acceso. El segundo examina **la relación entre los programas de comedor escolar y los distintos resultados académicos**. A partir de la evidencia disponible, se analiza si disponer de una comida durante la jornada escolar influye en aspectos como el rendimiento académico, la asistencia, la concentración o el comportamiento en el aula. El tercer capítulo aborda **la seguridad alimentaria** y explora hasta qué punto los programas de comedor escolar reducen las dificultades para acceder a una alimentación y alivian la presión económica que soportan las familias.

Una vez abiertas estas cuestiones, el cuarto capítulo se adentra en la experiencia cotidiana del comedor. **Analiza la comida que llega al plato, el tiempo disponible para comer, las características del espacio, las relaciones entre iguales y el acompañamiento adulto**. Buena parte de la evidencia disponible sobre estos aspectos procede de investigaciones cualitativas que permiten comprender cómo vive el alumnado este tiempo y qué factores influyen en esa experiencia.

El quinto capítulo aborda una dimensión menos estudiada que las anteriores: **la participación infantil**. La revisión muestra que sabemos mucho más sobre quién accede al comedor, qué come o qué resultados obtiene que sobre hasta qué punto el alumnado puede opinar, elegir o participar en las decisiones que afectan a este espacio cotidiano.

El informe termina con un apartado de conclusiones y recomendaciones, donde se sintetizan los principales hallazgos de la revisión y se proponen líneas de actuación para avanzar hacia comedores escolares más accesibles, equitativos y de calidad.

Cómo leer este informe

En estas páginas conviven tres materiales de orígenes diferentes. El texto principal recoge los resultados de la revisión sistemática. Los recuadros marcados como datos propios presentan los resultados de nuestras encuestas a familias y a niñas, niños y adolescentes, que describen lo que ocurre en España. Y las buenas prácticas de centros educativos españoles sirven para ver cómo se concreta todo esto en un espacio de mediodía real.

¿Quién puede sentarse a la mesa?

Ni todos los centros tienen comedor ni todo el alumnado puede acceder a él

Antes de preguntarnos qué efectos pueden aportar los programas de comedor escolar, es necesario plantearse quién puede asistir a ellos. Sus posibles beneficios, ya sean de alimentación, aprendizaje, bienestar o participación, solo llegan a quien consigue acceder a él. Por eso, la primera pregunta es también la más básica: **quién puede sentarse a la mesa**.

Querer asistir al comedor escolar no garantiza poder hacerlo. El acceso depende de que el centro disponga de comedor, de que existan plazas suficientes, de que la familia pueda asumir el precio o de que cumpla los requisitos necesarios para recibir una ayuda, entre otros.

Este capítulo analiza las barreras que condicionan quién puede asistir al comedor escolar y qué ocurre cuando el acceso depende del precio, de los requisitos administrativos o de la disponibilidad de plazas. También examina cómo se viven las ayudas y qué cambia cuando el acceso se ofrece gratuitamente a todo el alumnado.



En Educo sabemos que...

Radiografía del acceso al comedor escolar en España[2]

Desde Educo sabemos que 2,6 millones de estudiantes utilizan el comedor escolar en España, cerca de cuatro de cada diez. Sin embargo, **la necesidad no garantiza el acceso.** La posibilidad de utilizar el comedor depende también de la disponibilidad de este, de las plazas existentes, del precio o de las becas o ayudas disponibles.

La disponibilidad es una primera barrera. En la escuela pública, aproximadamente **la mitad del alumnado de Primaria asiste al comedor, frente al 3 % del alumnado de ESO.** Esta diferencia se produce, entre otros motivos, en un contexto en el que **solo el 18,44 % de los centros públicos con Educación Secundaria Obligatoria dispone de comedor escolar.**

El precio constituye una segunda barrera. En un hogar formado por dos personas adultas y dos menores de 14 años situado en el umbral de riesgo de pobreza, **el comedor de ambos hijos puede representar al menos el 7,6 % de los ingresos anuales de la familia.**[3]

Las ayudas deberían reducir esta presión económica. Sin embargo, **las becas y ayudas de comedor llegan al 15,3 % del alumnado,** mientras que **el 33,8 % de los menores de 18 años vive en riesgo de pobreza o exclusión social (AROPE).** A partir de estos datos, **Educo estima que alrededor de 1,2 millones de estudiantes en situación de vulnerabilidad quedan fuera del sistema de becas o ayudas de comedor.**

Además, incluso cuando se concede una ayuda, esta no siempre cubre la totalidad del coste. De media, **las becas financian el 69 % del precio del comedor,** por lo que una parte relevante del gasto continúa recayendo sobre las familias.

A su vez, los datos de Educo muestran un amplio consenso social sobre la necesidad de ampliar el acceso. Concretamente, **el 80 % de las familias se muestra absolutamente de acuerdo con que todos los centros de Primaria deberían disponer de comedor** y el **77,6 %** con que debería haber plaza para todo el alumnado que quisiera.[4]

2 Salvo indicación contraria, los datos proceden de Educo (2026), Vuelta al cole, ¿vuelta al comedor? Informe sobre el acceso al comedor escolar en España 2026. Los datos sobre AROPE proceden del INE (2026).

3 Estimación realizada a partir del umbral de riesgo de pobreza (INE, 2026) para un hogar formado por dos personas adultas y dos menores de 14 años (25.662,8 euros anuales), un precio medio del comedor escolar de 5,57 euros por día y 175 días lectivos. El coste anual estimado para cada estudiante asciende a 974,75 euros.

4 Educo (2022). Datos propios a partir de una encuesta a 3.499 familias sobre el comedor escolar.

Necesitar ayuda no siempre significa recibirla

Las becas y ayudas no llegan a todas las familias que las necesitan

Las becas y ayudas de comedor buscan reducir el coste para las familias y que niñas, niños y adolescentes tengan las mismas oportunidades de acceso. Sin embargo, **necesitar apoyo económico no garantiza recibirlo**. La evidencia muestra que hay familias que, aun necesitándolo, se quedan fuera de las ayudas.

Cuando esto ocurre, las familias deben asumir el precio del comedor si quieren que sus hijas e hijos asistan. **Para algunas, eso significa recortar otros gastos del hogar. Para otras, puede significar renunciar al comedor.**



Una investigación realizada con 133 familias de bajos ingresos en Portugal, Noruega y Reino Unido mostraba que niñas y niños podían quedar excluidos de las ayudas al comedor por distintos motivos. En algunos casos, los ingresos familiares superaban los umbrales establecidos. En otros, las familias tenían dificultades para completar los trámites o presentar la documentación requerida dentro del plazo. El estudio también recoge situaciones en las que la situación administrativa de familias migrantes podía impedir el acceso a las prestaciones necesarias para acceder al comedor escolar gratuito.[5]

Por ejemplo, en Reino Unido, el acceso a los comedores escolares gratuitos estaba vinculado a la percepción de determinadas prestaciones sociales. Esto dejaba fuera a algunos hogares con ingresos bajos que no cumplían este requisito. Una estimación de 2012 calculaba que alrededor de **uno de cada tres estudiantes que vivían por debajo del umbral de pobreza relativa no tenía derecho a comidas gratuitas porque su familia no recibía las prestaciones exigidas**.[6]

5 O'Connell, R., Brannen, J., Ramos, V., Skuland, S. y Truninger, M. (2022). School meals as a resource for low-income families in three European countries: a comparative case approach. *European Societies*, 24(3), 251–282.

6 Estimación de Royston et al. (2012), citada en O'Connell, R., Brannen, J., Ramos, V., Skuland, S. y Truninger, M. (2022). School meals as a resource for low-income families in three European countries: a comparative case approach. *European Societies*, 24(3), 251–282.

En Educo sabemos que...

España: solicitar una beca y quedar fuera

Datos propios de Educo que complementan la revisión sistemática.[7]

Lo que cuentan las familias

En la encuesta a familias de Educo, el 74,5 % de quienes respondieron a la pregunta sobre la denegación de la ayuda dijo que no se la habían concedido por superar el límite de renta. **Entre las familias de nivel socioeconómico bajo, esta seguía siendo la razón más frecuente, con un 52 %.**

Para otras familias, el problema llegó antes de solicitar la ayuda. Entre quienes contestaron sobre las dificultades para pedirla, el 9,7 % no sabía cómo hacerlo y al 4,2 % se le pasó el plazo. En conjunto, son el 13,9 %. Entre las familias de nivel socioeconómico bajo, la cifra sube al 16,7 %, aproximadamente una de cada seis.

Lo que recuerda el alumnado

En la encuesta de Educo a jóvenes de 12 a 18 años, **el 39,6 % de quienes recordaban compañeras o compañeros que no asistían al comedor durante la Primaria señaló que no podían pagarlo o no disponían de beca.**[8]

Las dificultades tampoco se producen únicamente a nivel familiar. En algunos programas, el acceso a la gratuidad depende también de cómo se identifica a la población que necesita apoyo.

Por ejemplo, el programa estadounidense *Community Eligibility Provision* (CEP) ofrece desayuno y almuerzo gratuitos a todo el alumnado de los centros participantes, sin solicitudes individuales. Para saber si un centro puede participar y cuánto se le reembolsa, se usa el porcentaje de alumnado identificado mediante determinados programas o situaciones reconocidas. Un estudio en cerca de 1.900 centros de Carolina del Norte observó que

7 Encuesta a familias de Educo de 2022. La pregunta sobre solicitud recoge 3.499 respuestas.

8 Encuesta de Educo realizada en mayo de 2025 a jóvenes de 12 a 18 años a 1.603 niñas, niños y adolescentes. Pregunta condicional sobre motivos percibidos de no asistencia de compañeros durante Primaria. Esta respuesta refleja la interpretación del propio alumnado.

los centros con mayor presencia de alumnado de familias migrantes y minorías lingüísticas tendían a registrar porcentajes más bajos de alumnado identificado administrativamente para acceder al programa.[9]

Esto importa porque ese porcentaje decide si el centro puede ofrecer comida gratuita a todo el alumnado y cuánta financiación recibe. **Un centro con pocos alumnos identificados puede quedarse por debajo del mínimo para participar o recibir menos dinero por comida**.[10]

Las dificultades tampoco terminan cuando se reconoce el derecho, porque tenerlo y usarlo son cosas distintas. Una estimación estadounidense situaba entre **el 20 % y el 55 % la proporción de alumnado con derecho a comidas gratuitas que finalmente no participaba**. Los autores que recogen esta cifra apuntan al estigma y a los trámites de solicitud como barreras importantes.[11]

En conjunto, la evidencia muestra **que necesitar una ayuda no garantiza recibirla, y tener derecho a ella tampoco garantiza usarla**. Por eso conviene mirar más allá de los criterios de acceso: importa cómo se recibe la ayuda y qué supone usarla, que es lo que aborda el siguiente apartado.

El comedor que no señala

Las ayudas al comedor pueden estigmatizar al alumnado dependiendo de cómo se den

Recibir una beca o una ayuda de comedor no siempre significa usarla con discreción. Que te limiten lo que puedes elegir o cualquier otra diferencia visible puede dejar claro ante sus compañeras y compañeros quién recibe apoyo y quién no. **El trámite para conceder una ayuda puede ser discreto, pero la experiencia de usarla no siempre lo es**.

Comer sin quedar señalado

La experiencia no depende solo de tener la ayuda, sino también de **la forma en que se organiza y se entrega.** La investigación con familias de bajos ingresos en Portugal, Reino Unido y Noruega permite observar cómo se vive esto en la práctica.[12] Para profundizar en la comparación, los autores seleccionaron distintos casos familiares que ilustran experiencias muy distintas del comedor escolar.

9 Dalane (2025), «The Impact of Community Eligibility Provision on Multilingual Learner Outcomes», *Journal of Research on Educational Effectiveness* 18(3).

10 En el periodo estudiado, el mínimo para participar en el CEP era del 40 % de alumnado identificado. Además, por debajo del 62,5 %, una parte de las comidas se reembolsaba a una tarifa inferior a la correspondiente a comidas gratuitas. Un porcentaje menor de alumnado reconocido podía, por tanto, dificultar la entrada o aumentar la financiación adicional necesaria para sostener el servicio.

11 Marcus, M. y Yewell, K. G. (2022). The effect of free school meals on household food purchases: Evidence from the Community Eligibility Provision. Journal of Health Economics, 84, 102646. El intervalo del 20%–55% se presenta en la introducción como una estimación de contexto, no como un resultado propio del estudio ni como una estimación obtenida por esta revisión.

12 O'Connell, R., Brannen, J., Ramos, V., Skuland, S. y Truninger, M. (2022). School meals as a resource for low-income families in three European countries: a comparative case approach. European Societies, 24(3), 251–282.



En Londres, Maddy, de 16 años, recibía comida escolar gratuita. Su instituto utilizaba un sistema de pago sin efectivo, diseñado para no identificar a quienes recibían la ayuda. Sin embargo, **las restricciones sobre lo que podía elegir seguían delatando que era beneficiaria**. Un día eligió un bocadillo grande porque tenía hambre, y en la caja, una trabajadora le indicó delante de otras personas que no podía llevárselo porque recibía comida gratuita.

> **"Me dio muchísima vergüenza, porque había gente esperando detrás de mí. [...] Ahora solo cojo lo que sé que puedo llevarme sin problemas [...] un bocadillo pequeño y un zumo."** [13]

En Lisboa, Alexia, de 14 años, vivía con su madre y cuatro hermanos. Tanto ella como su hermana recibían una comida gratuita. En la entrevista explicaba que no percibía diferencias entre quienes recibían la ayuda y quienes no. En este caso era habitual tener comidas gratuitas o subvencionadas, y eso ayudaba a que recibirlas no se viera como algo estigmatizante.

Las dos adolescentes tenían comidas gratuitas, pero las vivían de forma muy distinta. Alexia no percibía ninguna diferencia con quienes no recibían ayuda. Maddy, en cambio, se sintió señalada y no pudo escoger algo a lo que otras y otros compañeros sin ayuda sí accedían. **Los efectos de una ayuda dependen también de cómo se aplica y de hasta qué punto distingue en público a quien la recibe**.

Esto tiene consecuencias, porque sentir vergüenza de comer en el comedor se asocia con asistir menos. Así lo muestra una encuesta a 1.066 estudiantes de ocho estados de Estados Unidos: **quienes declaraban sentir vergüenza comían en el comedor un 11 % menos veces que quienes no la sentían**. Entre el alumnado con derecho a comida gratuita o a precio reducido, la diferencia llegaba al 20 %. [14]

13 O'Connell y colegas (2022), p. 271. Traducción propia de dos fragmentos del testimonio de Maddy.

14 Orta-Aleman, D., Zuercher, M. D., Chapman, L. E., Schwartz, M. B., French, C. D., Patel, A. I., Ritchie, L., Cohen, J. y Gosliner, W. (2026). Universal School Meal Policies and Perceived Stigma: Quantitative Evidence From Eight US States. Journal of School Health.

Los autores apuntan que su origen no es el mismo en todos los casos. Para el alumnado de familias con menos ingresos, que lo vean comiendo una comida gratuita puede revelar la situación económica de su familia, y algunos adolescentes prefieren saltarse la comida antes que exponerse a esa etiqueta.

Estos resultados sugieren que la gratuidad, por sí sola, no garantiza que el alumnado pueda utilizar el comedor sin sentirse señalado. Reducir el estigma depende también de cómo se organiza y de si deja a la vista la situación económica del hogar.

La forma en la que se implementan las ayudas puede influir en la sensación de señalamiento de quien las recibe.

Cuando los sistemas hacen visible quién accede a la ayuda, una medida de protección puede convertirse en una experiencia estigmatizante para parte del alumnado.

Garantizar el acceso es importante, pero también lo es asegurar que ese derecho pueda ejercerse sin que niñas, niños y adolescentes queden identificados ante sus compañeras y compañeros.

Precisamente por ello, el análisis no puede detenerse en quién recibe la ayuda, también hay que entender cómo se vive usarla. De eso trata el siguiente apartado.

Cómo se recibe la ayuda

No todas las formas de recibir apoyo se viven igual

El señalamiento no aparece solo cuando el alumnado recibe una comida gratuita. **También puede surgir antes, en el proceso por el que las familias reciben la beca o ayuda.**

Una investigación en Grecia comparó dos formas de apoyo alimentario de valor económico equivalente. Asignó al azar 34 centros de zonas vulnerables: en 17, el alumnado recibía una comida al día en la escuela, y en los otros 17, las familias recibían un vale mensual para comprar alimentos en el supermercado. Después se celebraron treinta grupos de discusión con familias, personal educativo y equipos directivos para conocer cómo se había vivido cada modalidad.[15]

15 Dalma, A. et al. (2018). Daily distribution of free healthy school meals or food-voucher intervention? Perceptions and attitudes of parents and educators.

Aunque el apoyo económico era similar, las experiencias fueron distintas. Donde se repartía comida, el programa se percibía principalmente como una iniciativa de alimentación saludable abierta a todo el alumnado. **Donde se repartían vales, la ayuda se asociaba claramente con la necesidad económica.**

La diferencia se notaba sobre todo al recoger los vales. Algunas familias contaron que participar no les resultaba agradable y que se sentían incómodas. Además, el estudio recoge algo más grave: **las familias con más dificultades económicas eran las que dejaban de participar o pedían a otras familias o a amistades que recogieran el vale en su nombre**.

En cambio, cuando todo el alumnado recibía la misma comida en el centro, **las diferencias económicas resultaban menos visibles**. Algunas familias se negaron al principio a que sus hijas e hijos participaran, por prejuicios sociales. Cambiaron de opinión cuando fueron las propias niñas y niños quienes se lo pidieron, al sentirse excluidos viendo que sus compañeras y compañeros sí participaban. Todas las familias de esos centros declararon que las diferencias sociales dentro del centro se habían suavizado.

Además, cada modalidad protegía a alguien distinto: **la comida servida en el centro aliviaba la inseguridad alimentaria de niñas y niños, y el vale, la del hogar**. La primera garantizaba una comida al día. El segundo se usaba sobre todo para comprar alimentos paras las comidas familiares.

Los resultados sugieren que el importe de la ayuda no es el único elemento relevante. También cuenta la forma en que se entrega y las experiencias que genera en quien la recibe.

Estos estudios apuntan a una misma idea: no señalar es algo más que tramitar la ayuda con discreción.

Exige que usarla no obligue a explicar la situación económica del hogar, no identifique públicamente a quien la recibe y no genere diferencias visibles dentro del comedor.

Una vía para reducir estas diferencias es ofrecer la comida a todo el alumnado, que es lo que se analiza a continuación.

Cuando el acceso deja de depender de la renta

La gratuidad universal reduce barreras económicas, administrativas y sociales

Hasta aquí hemos visto que el acceso al comedor puede quedar limitado por el precio, los requisitos administrativos o las condiciones necesarias para recibir una ayuda. También que usar una beca o ayuda puede hacer visible la situación económica del hogar.

Algunas políticas intentan cambiar estas condiciones ofreciendo comida gratuita a todo el alumnado de un centro, **sin que cada familia tenga que solicitar una ayuda ni demostrar su nivel de renta**. Un ejemplo es el piloto de comidas escolares gratuitas universales que se puso en marcha en 2020 en dos centros de secundaria de Londres.[16]

Estudiantes, familias y personal educativo coincidían en las entrevistas en que el programa garantizaba el acceso a una comida durante la jornada escolar, se percibía que reducía la inseguridad alimentaria y que apoyaba a los hogares con recursos limitados que no llegaban a los umbrales de ayudas. También coincidían en que **la comprobación de ingresos y la carga psicológica de solicitar la ayuda y la demostración de la situación económica eran problemáticas**.[17] Lo explicaba así una persona del equipo docente:

> **"Sabes que eres un niño que recibe una ayuda y eso inevitablemente tiene algún tipo de impacto psicológico en los jóvenes [...]. Quizás decir que tenían que mendigar sea ir demasiado lejos, pero sí tenían que rellenar un formulario para demostrar que eran tan pobres que el Estado tenía que hacerse cargo de su comida. Quiero decir, eso no puede ayudar."**[18]

Uno de los cambios más visibles fue que **más alumnado empezó a asistir al comedor**. En uno de los institutos, los almuerzos servidos al mes pasaron de 2.218 en enero de 2020 a 4.379 en marzo de 2022. En el otro, aumentaron de 1.314 a 1.707. También subió la participación

16 Carlisle, V. R., Jessiman, P. E., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Leonard, N., Robinson, M., Strong, S. y Kidger, J. (2023). A Mixed Methods, Quasi-Experimental Evaluation Exploring the Impact of a Secondary School Universal Free School Meals Intervention Pilot. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6).

17 Ibíd.

18 Ibíd.

del alumnado que ya tenía derecho a comidas gratuitas: entre noviembre de 2019 y noviembre de 2021 pasó del 55 % al 78 % en uno de los centros y del 74 % al 79 % en el otro.[19]

El personal educativo relacionaba este aumento con la eliminación del coste, con menos estigma y con la desaparición de algunas barreras administrativas. El testimonio de un estudiante muestra qué podía significar el cambio:

> **"Hay gente que me pide dinero, si puedo comprarles algo. A veces no tengo dinero, pero si tengo dinero, seguro que les compro. Cuando cambiaron la comida a gratuita, todo el mundo tuvo la oportunidad de conseguir comida. Todo el mundo tenía que comer, no irse a casa con hambre."**[20]

Los estudios cuantitativos también apuntan en la misma dirección. En Estados Unidos, la adopción de la *Community Eligibility Provision* (CEP), que ofrece desayuno y almuerzo gratuitos a todo el alumnado del centro, se asoció con **doce o trece almuerzos más por estudiante y año, en torno a un 12 % más**. Ese aumento se registró incluso en distritos donde la mayoría del alumnado ya tenía derecho a comida gratuita.[21] La gratuidad universal no se limitó a cambiar quién pagaba comidas que ya se consumían, sino que también aumentó el número de almuerzos servidos.

Las dos medidas no son idénticas ni responden al mismo modelo administrativo. El CEP es una vía concreta para que determinados centros puedan ofrecer comidas gratuitas de forma universal, mientras que el UFM extiende almuerzo gratuito a todo el alumnado. Sin embargo, comparten la relevancia de que la comida deja de depender de una solicitud individual vinculadas a los ingresos del hogar.

19 Jessiman, P. E., Carlisle, V. R., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Robinson, M., Strong, S., & Kidger, J. (2023). A qualitative process evaluation of universal free school meal provision in two London secondary schools. BMC Public Health, 23(1), 300.

20 Carlisle, V. R., Jessiman, P. E., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Leonard, N., Robinson, M., Strong, S. y Kidger, J. (2023). A Mixed Methods, Quasi-Experimental Evaluation Exploring the Impact of a Secondary School Universal Free School Meals Intervention Pilot. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6).

21 Ruffini, K. (2022). Universal access to free school meals and student achievement: Evidence from the Community Eligibility Provision. Journal of Human Resources, 57(3).

Un estudio realizado en Nueva York encontró un patrón parecido. Tras la adopción de las comidas universales, la asistencia al comedor aumentó alrededor de once puntos porcentuales entre el alumnado que nunca había sido identificado como elegible para comidas gratuitas o a precio reducido. **Entre quienes sí habían sido elegibles en algún momento del periodo analizado, el aumento fue de 5,4 puntos porcentuales**.[22]

Aunque los estudios utilizan medidas diferentes y proceden de contextos distintos, apuntan en una misma dirección: **cuando el acceso deja de depender de la renta familiar o de la obtención de una ayuda individual, aumenta la asistencia al comedor escolar y, por ende, a todos sus beneficios.**

El incremento fue especialmente relevante en el desayuno, donde se sirvieron alrededor de 20 desayunos más por alumno y año, un **38 %** más que antes de la implantación.

La universalidad no elimina por sí sola todas las desigualdades ni todos los mecanismos de estigmatización. Sin embargo, la evidencia revisada sugiere que la gratuidad universal puede reducir parte de las barreras económicas, administrativas y sociales que limitan el acceso al comedor.

Garantizar el acceso efectivo al comedor escolar exige ir más allá de identificar quién lo necesita.

La evidencia revisada sugiere que la gratuidad universal puede reducir barreras económicas, administrativas y sociales que limitan la participación, especialmente cuando las ayudas focalizadas hacen visible quién las recibe. Por ello, la universalidad debe considerarse una opción prioritaria para asegurar que el comedor sea un recurso escolar accesible y no una prestación estigmatizante.

22 Sus cifras miden cosas distintas. Uno cuenta almuerzos adicionales por estudiante y año y el otro estima cambios en la participación individual. No deben sumarse ni interpretarse como una magnitud común. Tampoco permiten anticipar un incremento equivalente en España, donde la disponibilidad de comedores, los precios, las ayudas y la organización de la jornada son diferentes.

Buena práctica: CEIP Francisco Fatou (Madrid)

Cuando acceder al comedor significa acceder a oportunidades

El caso del **CEIP Francisco Fatou**, situado en Madrid, muestra cómo una medida aparentemente sencilla puede tener un profundo impacto educativo, social y comunitario. La experiencia parte de una pregunta fundamental: ¿qué ocurre cuando algunos niños y niñas no pueden participar plenamente en el espacio comedor y en las actividades que lo acompañan?

Hasta el curso 2023-2024, el alumnado procedente de la **Cañada Real Galiana** realizaba el servicio de comedor en un turno diferenciado y abandonaba el centro inmediatamente después de comer para regresar en transporte escolar. Esta organización les impedía participar en el tiempo de patio, en las actividades educativas desarrolladas durante el mediodía y en gran parte de las relaciones sociales que se construyen fuera del aula.

> **"No había mezcla entre iguales por niveles y por grupos y nos parecía que era, de alguna manera, una forma de discriminación."**
>
> **Alberto Morán,** director del CEIP Francisco Fatou

Frente a esta realidad, el centro decidió reorganizar completamente el modelo de funcionamiento. El cambio exigió coordinar a familias, mediadores comunitarios, personal de comedor, asociaciones que trabajan en Cañada Real, empresa de transporte, administración educativa y Junta Municipal de Distrito. El objetivo era sencillo pero ambicioso: que el alumnado de Cañada pudiera permanecer en el centro durante el tiempo de comedor y patio en igualdad de condiciones que el resto del alumnado.

Los resultados obtenidos muestran el valor educativo del espacio comedor cuando se garantiza el acceso en condiciones de equidad. El alumnado ha podido participar en actividades deportivas como el programa de bádminton o en iniciativas de refuerzo educativo como *Aprender a leer*, recursos a los que anteriormente no tenía acceso. Al mismo tiempo, ha aumentado el contacto cotidiano con compañeros y compañeras de otros contextos, ampliando sus redes de amistad y fortaleciendo su sentimiento de pertenencia al centro.

La experiencia también ha tenido efectos positivos en la convivencia. El centro identifica una reducción de conflictos y una mejora de las relaciones entre iguales, mientras que el personal educativo destaca que compartir espacios de ocio y juego facilita el diálogo y la integración. La propia evaluación del proyecto señala una disminución de las incidencias recogidas en el Plan de Convivencia.

Además, la iniciativa ha fortalecido la relación entre la escuela y las familias. Las tutorías, reuniones y canales de comunicación son ahora más frecuentes y accesibles, generando una mayor confianza mutua y una mejor comprensión de las necesidades del alumnado.

Este caso ilustra cómo **el acceso al comedor escolar no garantiza únicamente una comida diaria. Garantiza también acceso a relaciones sociales, actividades educativas, oportunidades de aprendizaje, convivencia e integración comunitaria**. La experiencia del CEIP Francisco Fatou demuestra que el espacio comedor puede actuar como una poderosa herramienta de equidad educativa y cohesión social cuando ningún niño o niña queda fuera de él.

¿Puede comer en el cole cambiar el rendimiento académico?

Comer en el cole mejora los resultados académicos

Hasta aquí hemos visto que el acceso al comedor escolar depende de mucho más que la necesidad: de que exista, de que haya plazas, de cuánto cuesta y de cómo se reciben las ayudas. Queda una pregunta especialmente relevante desde el punto de vista educativo: **si quedarse en el comedor de la escuela cambia lo que ocurre en el aula**.

En términos generales, la evidencia revisada apunta a que sí. De los diez estudios que midieron resultados académicos, **nueve apuntan a un efecto positivo en al menos una medida** y ninguno observó un empeoramiento en el conjunto del alumnado.

Las mejoras aparecen sobre todo en matemáticas, lectura y lengua, y se repiten en distintos contextos, aunque son pequeñas, y su intensidad varía según la materia, la etapa educativa y el perfil del alumnado. Al producirse en otros países, no pueden extrapolarse directamente al caso español, pero ayudan a entender qué condiciones pueden favorecer que el comedor contribuya al aprendizaje.

Este capítulo recoge lo que muestran los estudios sobre **matemáticas, lectura, lengua y concentración**. También analiza los mecanismos que podrían explicar los resultados, qué grupos parecen beneficiarse más, qué se sabe de los efectos a largo plazo y qué sigue siendo incierto.

Importa cuánto cambia el acceso

Un estudio realizado con distritos escolares de Estados Unidos que adoptaron la *Community Eligibility Provision* (CEP)[23] muestra que ampliar la gratuidad de las comidas escolares puede mejorar los resultados académicos. **Las mejoras**

23 Ruffini, K. (2022). Universal access to free school meals and student achievement: Evidence from the Community Eligibility Provision. Journal of Human Resources, 57(3).

aparecían principalmente en los distritos donde la gratuidad incorporó a una proporción relevante de alumnado que antes no tenía acceso a comidas gratuitas. Donde buena parte del alumnado ya tenía acceso antes de la ampliación, los efectos eran más limitados.

La lógica es sencilla. Si una medida llega sobre todo a quienes ya disponían del recurso, hay poco margen para el cambio. Imagina dos distritos: en uno, nueve de cada diez estudiantes ya comían gratis y la medida llega al décimo; en el otro, la mitad no tenía acceso y ahora lo tiene. **Los efectos tienden a aparecer en el segundo caso**, donde mucho alumnado accede a algo de lo que antes estaba excluido.

Un estudio de Carolina del Sur aporta una pista sobre quiénes son esos estudiantes. **Las mayores ganancias se concentraron en quienes tenían derecho a comida gratuita pero no recibían ninguna otra prestación**. Los autores lo explican así: es probable que fuera en ese grupo donde más creció el uso del comedor, porque antes sus familias podían no solicitar la ayuda por falta de información u otros obstáculos.[24]

Por eso importa saber no solo si existe un programa, sino **cuántos estudiantes pasan realmente a usar el comedor**. Dos políticas de gratuidad aparentemente similares pueden dar resultados distintos si una consigue incorporar a muchos estudiantes y la otra apenas cambia quién ya accedía. Los apartados siguientes retoman esta idea para interpretar los resultados en matemáticas, lengua, lectura y concentración.

Matemáticas

Los resultados en matemáticas son generalmente favorables, aunque no son uniformes. Varios estudios encuentran mejoras tras la ampliación del acceso a las comidas escolares, aunque no aparecen en todas las etapas educativas ni en todos los contextos.

En centros de Primaria de Carolina del Sur que pasaron a ofrecer comida gratuita a todo el alumnado se observaron mejoras en matemáticas.[25] En Nueva York también hubo resultados favorables, tanto entre el alumnado de bajos ingresos como entre el que no lo era.[26]

En Londres, **los dos programas de comida gratuita universal que llevaban más tiempo en marcha se asociaron con mejores resultados en matemáticas**,[27] entre el alumnado que había pasado toda la Primaria con acceso a ellos. Las asociaciones estimadas fueron positivas tanto

24 Gordanier, J., Ozturk, O., Williams, B. y Zhan, C. (2020). Free Lunch for All! The Effect of the Community Eligibility Provision on Academic Outcomes. *Economics of Education Review, 77*.

25 Ibíd. Las mejoras estimadas en los resultados fueron de aproximadamente 0,06 desviaciones estándar.

26 Schwartz, A. E. y Rothbart, M. W. (2020). Let Them Eat Lunch: The Impact of Universal Free Meals on Student Performance. *Journal of Policy Analysis and Management.*

27 Las mejoras estimadas en los resultados fueron de aproximadamente 0,09 desviaciones estandar.

entre quienes tenían derecho a la ayuda como entre quienes no, pero no alcanzaron significación estadística cuando se analizó cada grupo por separado. [28]

El contexto parece importar. En Corea del Sur, las mejoras en matemáticas fueron más claras entre el alumnado de mayor edad de Primaria, mientras que en secundaria [29] los resultados se situaron cerca de cero. En Dinamarca, en cambio, un ensayo aleatorizado no detectó mejoras en matemáticas.

Lectura y lengua

Los resultados en lectura y lengua son también generalmente favorables, aunque, como en matemáticas, no aparecen de forma uniforme en todos los programas y contextos. Con todo, **la lectura es una de las áreas en las que la revisión identifica más resultados positivos**.

Uno de los ejemplos más conocidos procede de Londres. [30] Cuatro ayuntamientos con altos niveles de pobreza infantil implantaron comidas escolares gratuitas universales en Primaria y fueron evaluados durante varios años. Cuando se analizaron conjuntamente los primeros seis años de funcionamiento de los cuatro programas, no se encontró ningún efecto significativo. Sin embargo, en los dos programas más antiguos el efecto apareció más tarde: **el alumnado que había pasado toda la Primaria con comidas gratuitas obtuvo mejores resultados en lectura al terminar la etapa**. [31]

Los autores comparan la magnitud de esa mejora con la de otras intervenciones educativas ampliamente conocidas, como la *Literacy Hour,* implantada en Inglaterra a finales de los años noventa. Los propios investigadores recomiendan interpretar este resultado con cautela, ya que solo pudo observarse en dos de los cuatro programas analizados.

La *Literacy* Hour fue una hora diaria de enseñanza estructurada de lectura y escritura, introducida en colegios de primaria ingleses a finales de los años noventa. Su evaluación estimó una mejora de unas 0,08 desviaciones típicas en lectura.

Machin, S., & McNally, S. (2004). The literacy hour.

28 Petersen, J., Bryant, M., Concha, N., Firman, N., Hawking, M. K. D., Jama, S., Mansukoski, L., Oyebode, O., Robert, A., Scammell, K., Toffolutti, V., Twite, S. y Dezateux, C. (2025).

29 El artículo hace referencia a alumnado de *middle school*.

30 Petersen, J., Bryant, M., Concha, N., Firman, N., Hawking, M. K. D., Jama, S., Mansukoski, L., Oyebode, O., Robert, A., Scammell, K., Toffolutti, V., Twite, S. y Dezateux, C. (2025).

31 La mejora estimada en lectura fue aproximadamente 0,11 desviaciones estándar.

Un ensayo aleatorizado realizado en Dinamarca también encontró resultados favorables en lectura.[32] **Durante el periodo en que recibió comida escolar, el alumnado leyó más deprisa y respondió correctamente a un mayor número de ejercicios**. Según las autoras, **la magnitud de la mejora equivalía aproximadamente al 11 % y al 25 % del progreso que se espera de una alumna o un alumno durante un curso escolar completo**, y subrayan que se obtuvieron después de solo tres meses de comida escolar.

Otros estudios apuntan en una dirección similar. En Nueva York se observaron mejoras en lengua junto con las de matemáticas.[33] En Corea del Sur, la lengua coreana fue la única asignatura con mejoras claras en secundaria, mientras que en los cursos superiores los resultados favorables se extendían también al inglés y a las matemáticas.[34]

En conjunto, **la evidencia sugiere que los programas de comidas escolares pueden contribuir a mejorar resultados relacionados con la lectura y la lengua**, aunque los efectos suelen ser modestos y dependen del contexto.

Concentración y atención

Una de las explicaciones de las mejoras académicas observadas es que **resulta más fácil atender en clase cuando no se tiene hambre**. Los testimonios de alumnado y profesorado apuntan con frecuencia en esa dirección.

Las entrevistas realizadas en Noruega muestran cómo el propio alumnado percibía esta relación. Al preguntarle por qué le parecía importante comer algo que diera energía, un estudiante respondía:

> **"Porque cuando estás ahí sentado en clase... es fácil perder la concentración y quedarse medio dormido. Pero si tienes una buena comida y comes hasta llenarte, te sientes más despierto, te concentras mejor y puedes empezar a prestar atención. Yo lo noté."**[35]

32 Sørensen, L. B., Dyssegaard, C. B., Damsgaard, C. T., Petersen, R. A., Dalskov, S.-M., Hjorth, M. F., Andersen, R., Tetens, I., Ritz, C., Astrup, A., Lauritzen, L., Michaelsen, K. F., & Egelund, N. (2015). The effects of Nordic school meals on concentration and school performance in 8- to 11-year-old children in the OPUS School Meal Study: a cluster-randomised, controlled, cross-over trial. *British Journal of Nutrition*, *113*(8), 1280–1291. En la prueba de lectura, las mejoras estimadas fueron de 0,7 oraciones en la medida de velocidad lectora y 1,8 oraciones respondidas correctamente.

33 Schwartz, A. E. y Rothbart, M. W. (2020). Let Them Eat Lunch: The Impact of Universal Free Meals on Student Performance. *Journal of Policy Analysis and Management.*

34 Kim, Y. (2021). *The Effects of Universal Free Lunch Provision on Student Achievement: Evidence from South Korea*

35 Illøkken, K. E., Johannessen, B., Barker, M. E., Hardy-Johnson, P., Øverby, N. C., & Vik, F. N. (2021). Free school meals as an opportunity to target social equality, healthy eating, and school functioning: experiences from students and teachers in Norway. *Food & Nutrition Research, 65*, 7702.



> **"Te da un poco de energía, ¿no?, así que les puede real, realmente afectar. Puede hacer que se sientan muy bajos, puede hacer que se pongan de mal humor si no comen lo suficiente, especialmente si no reciben una alimentación adecuada, puede afectar su atención y todo. Es como si les cambiara por completo el estado de ánimo. Una vez que comen, puedes ver el cambio en algunos de ellos. Después de comer, experimentan una inyección de energía."** [37]

En ese mismo estudio, el profesorado observaba que **el alumnado participaba más activamente en clase**, y describía un ambiente más tranquilo en las horas posteriores a la comida.

Percepciones similares aparecieron en dos centros de Secundaria londinenses que implantaron comidas escolares gratuitas universales. Estudiantes y personal educativo relacionaban la comida con **más energía, mejor concentración y un comportamiento más positivo después del almuerzo**. Un estudiante lo resumía así: «si comes bien, podrás concentrarte en las clases».[36]

El profesorado describía experiencias parecidas:

Otro miembro del personal añadía un matiz interesante. Aunque la concentración y el comportamiento pudieran seguir empeorando durante la tarde, saber que el alumnado había comido permitía **descartar el hambre como una posible explicación** y centrarse en otras estrategias pedagógicas.[38]

Cuando la concentración se ha medido de forma directa, los resultados han sido menos claros. El ensayo aleatorizado danés no encontró mejoras en su medida principal de concentración y, en una de las medidas de atención, el alumnado obtuvo resultados ligeramente peores mientras recibía comida escolar, a pesar de que en ese mismo estudio sí mejoró la lectura.

36 Carlisle, V. R., Jessiman, P. E., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Leonard, N., Robinson, M., Strong, S. y Kidger, J. (2023).
37 Ibíd.
38 Ibíd.

Aun así, alumnado y profesorado describen de forma recurrente que **comer mejor da más energía y ayuda a atender en clase.**

Por qué podría ocurrir

Los estudios revisados apuntan a que existe una relación entre la asistencia al comedor y los resultados académicos, y ofrecen varias explicaciones posibles.

La primera es que más alumnado coma durante la jornada escolar. En Nueva York, la gratuidad universal aumentó la asistencia al comedor, y los autores sugieren que una parte importante de las mejoras académicas observadas estaba ligada a ese aumento. Al analizar el efecto de la propia participación, cada almuerzo adicional cada dos semanas se asoció con una mejora en matemáticas.[39]

La segunda es el alivio económico de las familias. Es la vía que parece explicar el caso de Corea del Sur, donde la participación en el comedor ya era prácticamente universal y lo único que cambió fue quién pagaba. Antes de la reforma, menos del 30 % del alumnado recibía ayuda, así que cerca del 70 % de las familias vio aumentar su renta disponible. La autora encuentra indicios de que una parte de ese ahorro se reinvirtió en educación: la participación en actividades extraescolares de refuerzo académico, que en Corea son de pago, aumentó un 22 %, lo que equivale a unas 0,4 actividades más por estudiante y año. Su cálculo aproximado es que las familias dedicaron a esas actividades en torno al 20 % de la cuota ahorrada.[40]

La tercera es la reducción del estigma. Los apartados anteriores mostraron que la universalidad reduce el señalamiento asociado a las ayudas condicionadas. Queda saber si ese señalamiento afecta al aprendizaje. Un estudio longitudinal realizado en Seúl, con ayudas focalizadas, lo aborda comparando a estudiantes de nivel socioeconómico bajo emparejados por sus características. Recibir comida gratuita, por sí mismo, no tenía un efecto significativo sobre las notas. Lo que sí importaba era **cuántos compañeros la recibían**. En el centro medio de la muestra, donde la recibía el 13 % del alumnado, quienes la tenían obtenían una nota media algo más baja. En los centros donde la recibía el doble, esa nota era más alta, y donde casi nadie la recibía, la diferencia negativa era considerablemente mayor. Los autores lo interpretan con cautela, pero sugieren que, donde la comida gratuita es poco frecuente, el estigma puede anular los beneficios que esa comida aporta, mientras que donde recibirla es lo normal, esos beneficios si aparecen.[41]

39 Schwartz, A. E. y Rothbart, M. W. (2020). Let Them Eat Lunch: The Impact of Universal Free Meals on Student Performance. *Journal of Policy Analysis and Management.*

40 Kim, Y. (2021). *The Effects of Universal Free Lunch Provision on Student Achievement: Evidence from South Korea*

41 Yu, B., Lim, H. y Kelly, S. (2019). Does receiving a school free lunch lead to a stigma effect? Evidence from a longitudinal analysis in South Korea. *Social Psychology of Education, 22*, 291-319

Una mirada a la vida adulta

Casi todos los estudios del capítulo observan lo que ocurre mientras el alumnado sigue en la escuela. **Una investigación sueca permite mirar mucho más lejos.**

Entre 1959 y 1969, Suecia fue introduciendo comidas escolares gratuitas en sus municipios. Eran comidas completas y gratuitas para todo el alumnado, con requisitos nutricionales exigentes: los municipios solo recibían la subvención si los cumplían. Como la implantación fue escalonada, se pudo comparar a personas expuestas al programa durante periodos distintos de su escolarización, con registros administrativos de más de un millón y medio de personas.

Quienes recibieron comidas gratuitas durante toda la Primaria ganaron, de media, un 3 % más a lo largo de su vida laboral. El efecto fue mayor cuanto más temprana fue la exposición y mayor en los hogares con menos recursos: un 5,8 % más en el cuarto más pobre de la distribución de renta.

Los autores calculan que, para el conjunto de la población, **los beneficios en renta fueron casi cuatro veces el coste del programa**, y que para el cuarto más pobre la relación fue de siete a uno, el doble de la estimada para Head Start, el programa estadounidense de educación infantil. Advierten de que ese cálculo solo cuenta los beneficios en renta y deja fuera los demás.

Y hubo otros. El programa tuvo efectos sobre la talla adulta (0,6 centímetros para la exposición completa, equivalentes a seis o siete años del crecimiento medio de la población sueca de la época), sobre la salud en la primera edad adulta y sobre el nivel educativo alcanzado**. Juntos, estos tres efectos explican entre la mitad y casi la totalidad del efecto sobre la renta**.[42]

La evidencia revisada sugiere que las comidas escolares pueden contribuir a crear mejores condiciones para el aprendizaje, sobre todo cuando llegan al alumnado que antes quedaba fuera y cuando recibirlas no señala a nadie.

El comedor escolar no sustituye lo que se aprende en clase, pero forma parte de los apoyos que pueden favorecerlo.

42 Lundborg, P., Rooth, D.-O. y Alex-Petersen, J. (2022). Long-Term Effects of Childhood Nutrition: Evidence from a School Lunch Reform. *The Review of Economic Studies, 89*(2), 876-90

Buena práctica: CEIP Plácido Domingo (Madrid)

Cuando el comedor escolar se convierte en una oportunidad para aprender

El comedor escolar puede contribuir a mejorar distintos resultados educativos cuando va más allá de garantizar una comida durante la jornada escolar y se convierte en una oportunidad para favorecer el aprendizaje, el bienestar, la convivencia y el desarrollo de niños y niñas.

La experiencia del CEIP Plácido Domingo, en Madrid, muestra que integrar el comedor en el proyecto educativo del centro puede ampliar las oportunidades de aprendizaje y reforzar la adquisición de competencias clave para la vida. Frente a una concepción del comedor asociada únicamente a la alimentación o a la conciliación familiar, el centro decidió transformarlo en un espacio pedagógico conectado con el currículo escolar y con los objetivos educativos de toda la comunidad.

Para ello, creó un Supermercado Escolar, un espacio situado en el entorno del comedor donde el alumnado aprende a partir de situaciones reales relacionadas con la alimentación, el consumo, la planificación y la toma de decisiones. Los niños y niñas asumen diferentes roles, como compradores, vendedores, cajeros o responsables de sección, y deben diseñar menús saludables, seleccionar productos, gestionar presupuestos y resolver situaciones cotidianas vinculadas a la compra y la alimentación. De este modo, contenidos que habitualmente se trabajan de forma abstracta en el aula adquieren una dimensión práctica y significativa.

La experiencia demuestra que aplicar una metodología de aprendizaje común en todos los espacios del centro, incluido el comedor, puede reforzar aprendizajes curriculares relacionados con las matemáticas, la lengua, la educación financiera, la alimentación saludable y las habilidades sociales. La coordinación entre el aula y el comedor permite consolidar los contenidos en distintos contextos, facilitando su comprensión y su transferencia a situaciones de la vida cotidiana.

Además, esta estrategia ha fortalecido la coordinación entre el profesorado, las monitoras de comedor, el equipo directivo y las familias, favoreciendo una metodología compartida y una visión educativa común. También ha generado beneficios relevantes en términos de inclusión educativa del alumnado con TEA y de mejora de la convivencia escolar.

Según el centro, los resultados observados incluyen una mayor motivación del alumnado, una participación más activa en el aprendizaje, el fortalecimiento de las habilidades sociales y una mejor comprensión de contenidos curriculares vinculados a situaciones reales. En palabras de la dirección, uno de los principales logros del proyecto es comprobar cómo los niños y niñas «avanzan, disfrutan y vienen con ganas a este espacio».

Este caso muestra que, cuando el comedor forma parte del proyecto educativo del centro, puede convertirse en una herramienta eficaz para mejorar los aprendizajes, conectar la escuela con la vida cotidiana y ofrecer experiencias educativas más significativas, inclusivas y motivadoras para todo el alumnado.

¿Puede el comedor escolar proteger frente a la inseguridad alimentaria?

Una de las madres entrevistadas en un estudio portugués incluido en la revisión explicaba, entre lágrimas, por qué insistía en que sus hijos comieran en la escuela:

> **"Por eso lo prefiero, cuando comen en el colegio, incluso cuando la comida les guste un poco menos... les pido que coman, porque no sé si habrá cena... [...]. Les pido que coman, porque a veces no sé qué va a venir... y a veces tienen que cenar una tostada y... pan. Beber leche con cacao y cosas así... Y estoy más tranquila si ya han comido."** [43]

Su relato muestra una dimensión del comedor escolar que va más allá de servir una comida**. Para algunas familias, significa que sus hijas e hijos tienen asegurada una comida variada cada día lectivo**, incluso cuando no saben qué podrán ofrecerles después en casa.

La evidencia revisada apunta en esta dirección. **De los nueve estudios incluidos en la revisión que analizaron la seguridad alimentaria, ocho señalaron una reducción de la inseguridad alimentaria del hogar, uno no detectó efecto y ninguno observó efectos negativos.** Los resultados no son idénticos en todos los contextos, pero en conjunto sugieren que los programas de comedor escolar pueden contribuir a reducir las dificultades alimentarias de algunas familias.

Los estudios apuntan a dos mecanismos principales. Por un lado, **una comida garantizada durante la jornada escolar**, reduciendo el riesgo de que niñas y niños pasen parte del día sin alimentos suficientes; por otro, **un ahorro para las familias,**

43 Cardoso, S. G., Truninger, M., Ramos, V. y Augusto, F. R. (2019). School Meals and Food Poverty: Children's Views, Parents' Perspectives and the Role of School. Children & Society.

porque el programa sustituye una parte del gasto en comida que tendrían que asumir y libera recursos para otras necesidades del hogar.

A partir de esta evidencia, este capítulo examina quiénes tienen más dificultades para acceder a una alimentación suficiente y cómo los comedores escolares pueden contribuir a protegerlos.

Una realidad que no afecta a todas las familias por igual

Cuando una parte del alumnado afronta dificultades para acceder a una alimentación suficiente, una comida disponible durante la jornada escolar no representa un servicio complementario. Es una fuente de protección frente a las dificultades alimentarias que viven algunos hogares.

Los estudios muestran que estas dificultades no afectan a todas las familias por igual, aunque utilicen indicadores distintos, desde experiencias de hambre hasta medidas de inseguridad alimentaria, todos apuntan en una dirección similar: **las dificultades para acceder a los alimentos se concentran especialmente en los hogares con menos recursos**.

En cuatro centros de un distrito de Londres, entre el 11,6 % y el 13,1 % del alumnado declaró haber pasado hambre «algunas veces» o «mucho» durante el mes anterior porque su familia no tenía alimentos suficientes, y en torno al 26 % presentaba algún grado de inseguridad alimentaria. Los propios autores advierten de que **esa cifra puede ser una subestimación**, porque las entrevistas muestran que madres y padres ocultan la situación a sus hijas e hijos saltándose comidas o reduciendo las suyas que para que ellas y ellos puedan comer.[44]

Los resultados son coherentes con los observados en Estados Unidos. **Entre el alumnado procedente de hogares con ingresos inferiores al doble del umbral federal de pobreza, entre el 21 % y el 24 % vivía en hogares con inseguridad alimentaria**. Entre quienes estaban por encima de ese nivel, la proporción bajaba al 2 % en primaria y al 4 % en secundaria.[45]

Esta pauta se repite en la literatura revisada. En el ensayo griego**, los hogares que declaraban hambre tenían con más frecuencia a madres y padres en desempleo y con menor nivel educativo**, y eran más a menudo familias monoparentales o numerosas.[46]

44 Carlisle, V. R., Jessiman, P. E., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Leonard, N., Robinson, M., Strong, S. y Kidger, J. (2023). A Mixed Methods, Quasi-Experimental Evaluation Exploring the Impact of a Secondary School Universal Free School Meals Intervention Pilot. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(6), 5216.*

45 Bitler, M., Currie, J., Hoynes, H., Ruffini, K., Schulkind, L., y Willage, B. (2025). Effects of school meals on nutrition: Evidence from the start of the school year. *Food Policy*, 134, 102901.

46 Dalma, A., Petralias, A., Tsiampalis, T., Nikolakopoulos, S., Veloudaki, A., Kastorini, C.-M., Papadimitriou, E., Zota, D., & Linos, A., en representación del equipo de investigación del Programa DIATROFI. (2019). Effectiveness of a school food aid programme in improving household food insecurity; a cluster randomized trial. *European Journal of Public Health*, *0*(*0*), 1–8.

En Educo sabemos que...

España: dificultades para acceder a determinados alimentos

Desde Educo sabemos que, en 2025, el 5,6 % de las niñas, niños y adolescentes menores de 18 años vivía en hogares que no podían permitirse una comida de carne, pollo o pescado, o su equivalente vegetariano, al menos cada dos días.

La proporción aumentaba ligeramente con la edad: era de aproximadamente el 5,2 % entre los 0 y 5 años, del 5,4 % entre los 6 y 11 y alcanzaba el 6,0 % entre los 12 y 17 años.[47]

Las consecuencias pueden extenderse más allá de la alimentación. En una muestra estadounidense, un aumento de la inseguridad alimentaria del hogar se asociaba con un 8 % más de probabilidades de que la niña o el niño tuviera alguna limitación de salud, algo que puede afectar a la vida escolar.[48]

En los hogares con dificultades para proporcionar una comida disponible durante la jornada escolar, el comedor escolar puede cumplir una función que va más allá de la propia escuela: ser una fuente adicional de protección frente a la inseguridad alimentaria.

Una comida con la que contar

Tener una comida garantizada durante la jornada escolar **puede mejorar el acceso a los alimentos**.

Las familias entrevistadas en un estudio londinense valoraban especialmente que sus hijas e hijos tuvieran una comida caliente al mediodía, sobre todo en invierno. La consideraban más abundante, variada y satisfactoria que la comida llevada de casa. Además, algunas señalaban que conocer nuevos alimentos en la escuela había ampliado lo que aceptaban comer en el hogar.[49]

47 Elaboración propia a partir de la Encuesta de Condiciones de Vida (INE, 2026).

48 Dunifon, R. y Kowaleski-Jones, L. (2003). The Influences of Participation in the National School Lunch Program and Food Insecurity on Child Well-Being. Social Service Review, 77(1), 72-92

49 Carlisle, V. R., Jessiman, P. E., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Leonard, N., Robinson, M., Strong, S. y Kidger, J. (2023). A Mixed Methods, Quasi-Experimental Evaluation Exploring the Impact of a Secondary School Universal Free School Meals Intervention Pilot. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5216.

El personal del comedor describía esta función de manera muy directa al hablar del alumnado que podía disponer de pocos alimentos en casa:

> **"Porque ahora todas las niñas y niños vienen a comer, mientras que antes no lo harían, y creo que eso es bueno, porque algunos quizá no comían mucho en casa. Así que me parece bien poder ofrecer esa comida escolar gratuita a todos los estudiantes."** [50]

Las entrevistas con el alumnado muestran experiencias similares. En Noruega, una alumna contaba cómo cambió la cantidad y la calidad de lo que comía:

> **"Había una diferencia en la cantidad de comida que comía cuando nos la daban gratis. Antes comía una rebanada de pan, quizá dos. Cuando nos la daban gratis, podía comer tres o cuatro. Podíamos comer bien, queso fresco, en vez del queso sudado de mi fiambrera. O con el plátano, que se ponía marrón."** [51]

50 Ibíd.

51 Illøkken, K. E., Johannessen, B., Barker, M. E., Hardy-Johnson, P., Øverby, N. C., & Vik, F. N. (2021). Free school meals as an opportunity to target social equality, healthy eating, and school functioning: experiences from students and teachers in Norway. *Food & Nutrition Research, 65*, 7702. PAGINA 7.



La evidencia cuantitativa disponible apunta en esa dirección y el caso de Estados Unidos permite verlo con nitidez. Cuando terminó el apoyo federal extraordinario a las comidas escolares durante la pandemia, algunos estados aprobaron su propia política de comida escolar gratuita para todo el alumnado y otros volvieron al sistema ordinario de criterios de renta. Una encuesta a 3.377 familias de ocho Estados encontró que **en los Estados con gratuidad universal la inseguridad alimentaria en los hogares con niñas y niños en edad escolar era un 12 % menor**.[52]

El aumento de las dificultades alimentarias se concentró especialmente entre hogares situados justo por encima de los umbrales habituales de acceso a las ayudas. **Entre las familias con ingresos situados entre el 185 % y el 250 % del umbral federal de pobreza, la insuficiencia alimentaria infantil aumentó 5,7 puntos porcentuales y la participación en las comidas escolares disminuyó 15,7 puntos.**[53] Se trata de hogares que no siempre pueden acceder a los programas dirigidos a los grupos con menores ingresos, pero que siguen siendo vulnerables a las dificultades alimentarias.

No todos los estudios encuentran efectos con la misma claridad. En el estudio londinense, la encuesta no permitió identificar una reducción concluyente de la inseguridad alimentaria asociada al programa.[54] Aun así, el patrón general de la evidencia revisada apunta en una dirección favorable.

En conjunto, las experiencias de alumnado, familias y personal, junto con los resultados cuantitativos, sugieren que **una comida disponible durante la jornada escolar puede formar parte de las estrategias que protegen frente a la inseguridad alimentaria.**

En Educo sabemos que...

Una comida completa

Datos propios de Educo que complementan la revisión sistemática.

En la encuesta de Educo de 2025, uno de cada cinco adolescentes que habían utilizado el comedor en primaria (19,9 %) señaló que este ayuda a niñas y niños a comer una comida completa.

52 Orta-Aleman, D., Schwartz, M. B., Patel, A. I., Polacsek, M., Hecht, C. E., Hecht, K., Zuercher, M. D., Ritchie, L. D., Cohen, J. F. W., & Gosliner, W. (2026). Statewide Universal School Meal Policies and Food Insecurity in Households With Children. *American Journal of Preventive Medicine*, *70*(1), 107942.

53 Toossi, S. (2024). The effect of universal free school meals on children's food hardship. *Food Policy*, 124, 102606.

54 Carlisle, V. R., Jessiman, P. E., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Leonard, N., Robinson, M., Strong, S. y Kidger, J. (2023). A Mixed Methods, Quasi-Experimental Evaluation Exploring the Impact of a Secondary School Universal Free School Meals Intervention Pilot. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5216.

El comedor también sostiene el presupuesto del hogar

Para las familias, el valor de una comida escolar no termina cuando el alumnado sale del comedor. **Cuando una parte de la alimentación diaria se cubre en la escuela, se sustituye un gasto que, de otro modo, recaería sobre el presupuesto familiar.** Esto puede ser especialmente relevante para hogares con menos margen económico, con varios hijas e hijos o situados cerca de los límites que dan acceso a las ayudas.

Las familias entrevistadas en el piloto londinense describían este ahorro como un beneficio que se acumulaba con el tiempo, especialmente cuando había varios menores escolarizados. Para una familia con un hijo en uno de los centros analizados, **el ahorro directo se estimaba en 11,50 libras semanales (aproximadamente 13 euros).** Más allá de la cifra, las familias explicaban que ese margen les permitía destinar recursos a otros alimentos o a otras necesidades del hogar. Los autores señalan que era especialmente valioso para quienes antes no tenían derecho a la ayuda a pesar de pasar apuros, una preocupación que compartía el personal de los centros: «diría que hay además otra franja de estudiantes que no tienen derecho, pero siguen estando en situación de gran privación».[55]

Resultados similares aparecen en otros contextos. En Portugal, las familias entrevistadas consideraban decisivas las comidas escolares gratuitas para aliviar su presupuesto de alimentación. Y el beneficio no consistía únicamente en gastar menos, sino también en que algunas animaban a sus hijas e hijos a comer pescado en la escuela porque su precio dificultaba ofrecerlo en casa. Otras señalaban que el comedor ayudaba a ampliar la variedad de alimentos que los menores conocían y aceptaban.[56]

El alivio económico también aparece en los datos de consumo. En Estados Unidos, la expansión de las comidas escolares gratuitas mediante la *Community Eligibility Provision* (CEP) se asoció con **una reducción aproximada de 11 dólares mensuales en las compras de alimentos realizadas por hogares con hijos e hijas**, cerca del 5 % del gasto de referencia. En las zonas con mayor exposición al programa, la reducción llegaba a 39 dólares al mes, un 19 %.[57]

En el mismo análisis, la proporción de hogares que declaraban que se les había acabado el dinero y que habían tenido que apañarse para que la comida

55 Carlisle, V. R., Jessiman, P. E., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Leonard, N., Robinson, M., Strong, S. y Kidger, J. (2023). A Mixed Methods, Quasi-Experimental Evaluation Exploring the Impact of a Secondary School Universal Free School Meals Intervention Pilot. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5216.

56 Cardoso, S. G., Truninger, M., Ramos, V. y Augusto, F. R. (2019). School Meals and Food Poverty: Children's Views, Parents' Perspectives and the Role of School. *Children & Society*.

57 Marcus, M. y Yewell, K. G. (2022). The Effect of Free School Meals on Household Food Purchases: Evidence from the Community Eligibility Provision. *Journal of Health Economics, 84*, 102646.

les durara más bajó 2,7 puntos porcentuales, un 11 % respecto a su nivel de partida.[58]

El resto de la literatura revisada también apunta a una reducción de la inseguridad alimentaria. El ensayo del programa DIATROFI en Grecia comparó centros donde el alumnado recibía una comida diaria junto con actividades educativas con centros donde solo se hacían las actividades educativas. **La puntuación de inseguridad alimentaria bajo un 9,8 % más en los primeros. Y el efecto fue mayor cuanto peor era la situación de partida**: más del doble entre los hogares que ya declaraban inseguridad alimentaria y más del triple entre los que declaraban hambre.[59]

Además**, las dificultades económicas pueden resultar difíciles de detectar si solo se observa lo que comen niñas y niños, porque la escasez no se reparte por igual dentro del hogar.** En muchas familias, los adultos protegen primero la alimentación de sus hijas e hijos. Es decir, **cuando los recursos escasean, son con frecuencia los adultos quienes reducen primero su propio consumo**.

Un estudio estadounidense muestra una pauta similar. Entre los hogares que declaraban que sus hijos no comían lo suficiente, el 95 % presentaba también inseguridad alimentaria. Sin embargo, entre los hogares clasificados como inseguros alimentariamente, solo el 40 % reconocía que esa situación afectaba directamente a la alimentación de sus hijos.[60]

El comedor escolar puede proteger frente a las dificultades alimentarias porque proporciona una comida durante la jornada y porque reduce una parte del gasto que las familias deben asumir. Cuando una comida deja de recaer sobre el presupuesto del hogar, algunas familias disponen de más margen para afrontar otras necesidades y amortiguar situaciones de privación alimentaria.

58 Marcus, M. y Yewell, K. G. (2022). The Effect of Free School Meals on Household Food Purchases: Evidence from the Community Eligibility Provision. *Journal of Health Economics, 84*, 102646.

59 Dalma, A., Petralias, A., Tsiampalis, T., Nikolakopoulos, S., Veloudaki, A., Kastorini, C.-M., Papadimitriou, E., Zota, D., & Linos, A., en representación del equipo de investigación del Programa DIATROFI. (2019). Effectiveness of a school food aid programme in improving household food insecurity; a cluster randomized trial. *European Journal of Public Health*, *0*(*0*), 1–8.

60 Huang, J., Kim, Y. y Barnidge, E. (2016). Seasonal Difference in National School Lunch Program Participation and Its Impacts on Household Food Security. *Health & Social Work*, 41(4).

Cuando una ayuda permite sentarse a la mesa

Programa Becas Comedor Educo

La evidencia revisada muestra que el acceso al comedor escolar sigue condicionado por factores económicos, administrativos y organizativos. Para muchas familias, el coste del servicio continúa siendo una barrera que limita la posibilidad de utilizarlo de forma regular.

El programa Becas Comedor Educo nació en 2013 con el objetivo de apoyar a niñas y niños en situación de vulnerabilidad que, pese a necesitarlo, no podían acceder a una beca pública o no disponían de recursos suficientes para asumir el coste del comedor escolar. Desde entonces, el programa ha facilitado más de 83.000 becas y ha contribuido a financiar más de 6,6 millones de comidas para alumnado en situación de vulnerabilidad.

La iniciativa parte de una constatación que también aparece de forma recurrente en la evidencia revisada: necesitar el comedor escolar y poder utilizarlo no siempre son la misma cosa. En España, 2,2 millones de niñas, niños y adolescentes (uno de cada tres) viven en riesgo de pobreza o exclusión social y, según las estimaciones de Educo, casi la mitad de la infancia en esta situación (1,2 millones) no recibe una beca comedor.

La evolución del programa refleja una comprensión cada vez más amplia de las necesidades de la infancia. Tras su creación en 2013 para facilitar el acceso al comedor escolar de niñas y niños en situación de vulnerabilidad, Educo extendió al año siguiente este compromiso al periodo estival, impulsando becas comedor en centros y alrededor de 40 entidades sociales con proyectos de ocio vacacional para responder al aumento de la vulnerabilidad alimentaria durante el cierre de los centros educativos. Más adelante, identificó la necesidad de actuar sobre el conjunto del espacio de mediodía, más allá de la financiación de las comidas. Por ello, desde el curso 2021-2022 desarrolla intervenciones socioeducativas en centros educativos orientadas a fortalecer las oportunidades de aprendizaje, convivencia y bienestar durante este tiempo.

Qué enseña esta experiencia

Las barreras de acceso al comedor escolar no terminan cuando existe un servicio o cuando una familia necesita utilizarlo. La evidencia revisada muestra que el precio, los requisitos administrativos y las limitaciones de los sistemas de ayudas pueden dejar fuera a parte del alumnado que más lo necesita. La experiencia de las Becas Comedor Educo recuerda que ampliar el acceso implica garantizar que niñas y niños puedan utilizar efectivamente el servicio, especialmente cuando las ayudas públicas no llegan o resultan insuficientes.

En otras palabras, antes de hablar de alimentación, aprendizaje, bienestar o participación, es necesario garantizar una condición básica: que quienes necesitan el comedor escolar puedan sentarse a la mesa.

El comedor también se vive

Hasta aquí hemos visto que el espacio comedor puede contribuir a mejorar el rendimiento académico, a reforzar la seguridad alimentaria y a aliviar parte de la presión económica que soportan algunas familias. **Pero estos beneficios no dependen únicamente de que exista un comedor.**

La evidencia revisada sugiere que **también importan las condiciones en las que se desarrolla el tiempo del comedor**: el espacio, el ruido, el tiempo disponible para comer, la calidad de los menús, las relaciones entre iguales o el acompañamiento adulto. Todo ello puede facilitar o dificultar que el alumnado aproveche este recurso.

Buena parte de lo que sabemos sobre estas cuestiones procede de estudios cualitativos y observacionales. No permiten medir con precisión el efecto de cada condición, pero muestran algo importante: **no todos los comedores se viven igual, ni ofrecen las mismas oportunidades para aprovechar sus beneficios.**

Tiempo, espacio y ruido

El tiempo para comer, el ruido y la organización del espacio están entre los factores más mencionados en la literatura revisada. Una investigación realizada en centros de Primaria de Sheffield, en Inglaterra, muestra cómo se concretan en la práctica.[61]

En esos centros, la pausa de mediodía solía durar entre 50 y 70 minutos y se repartía en dos o tres turnos. **Organizar esos turnos generaba colas y podía acortar el tiempo disponible para comer.** Por eso, en algunos casos, parte del alumnado comía deprisa o dejaba parte de la comida para tener más tiempo de recreo.

El espacio también condicionaba la experiencia. En algunos centros, las características del comedor dificultaban que las personas adultas se movieran entre las mesas para ayudar cuando hacía falta. Además, las observaciones describen **largas mesas con asientos integrados que limitaban la interacción entre el alumnado**. A ello se

61 Hart, C. S. (2016). The School Food Plan and the social context of food in schools. Cambridge Journal of Education, 46(2), 211–231.

sumaban dificultades prácticas, especialmente entre los más pequeños, para usar determinados cubiertos o manipular algunos alimentos.

El ruido era otro elemento habitual. Los grandes espacios utilizados como comedor se describían como entornos muy ruidosos.

Estas observaciones no permiten medir cuánto afecta cada condición a la alimentación o al bienestar del alumnado, y proceden de centros ingleses, cuyo funcionamiento no es necesariamente comparable al español. Aun así, apuntan a una idea relevante: el tiempo disponible, las características del espacio y la posibilidad de recibir ayuda forman parte de la experiencia del comedor. **La comida puede estar disponible para todo el alumnado, pero aprovecharla no depende únicamente de que llegue al plato**.



En Educo sabemos que...

El tiempo y el ruido también forman parte de la experiencia del comedor escolar en España

Datos propios de Educo que complementan la revisión sistemática.

Los datos de Educo muestran que estas cuestiones también forman parte de los recuerdos de quienes utilizaron el comedor escolar durante la Primaria.

Más de uno de cada cuatro adolescentes (27,4 %) recuerda que muchas veces o siempre tenía poco tiempo para comer y debía hacerlo deprisa. Además, el 43,7 % señala que muchas veces o siempre había mucho ruido que resultaba molesto.

Al mismo tiempo, la mayoría recuerda el comedor como un espacio de relación: el 82,5 % afirma que muchas veces o siempre podía sentarse con quien quería y el 80,5 % que podía hablar con sus amistades sin necesidad de gritar.

La comida que se come

Los beneficios potenciales del comedor escolar dependen también de una condición básica: que el alumnado consuma la comida que se le ofrece. **Disponer de una comida no garantiza que se coma.**

La evidencia revisada sugiere que la calidad y la aceptación de los menús forman parte de las condiciones que permiten que el comedor cumpla su función. Esta conclusión se apoya principalmente en estudios cualitativos, pero varios trabajos coinciden en que, **cuando la comida no gusta o no responde a las necesidades del alumnado, una parte de los beneficios del comedor puede perderse.**

Un estudio realizado en Portugal con familias de renta baja mostró que muchas de las críticas al comedor se concentraban en aspectos como el sabor, el olor o el aspecto de la comida.[62] Cuando el menú gustaba, algunos estudiantes expresaban el deseo de repetir. Cuando no gustaba, parte del alumnado buscaba alternativas y otra reducía el consumo o dejaba la comida sin terminar.

Lo relevante es que las consecuencias de rechazar la comida no tienen el mismo coste para todo el mundo. Algunos estudiantes podían recurrir a otras opciones y otros no, de modo que una comida disponible no siempre se traducía en una comida consumida. **La posibilidad de sustituirla depende de recursos económicos, familiares y territoriales que no están repartidos por igual:** comprar otra comida cuesta dinero, y volver a casa depende de la distancia al centro y del transporte. El coste de sustituir un menú rechazado puede acabar recayendo en las familias.

Una evaluación en dos institutos de Londres con comidas gratuitas universales identificó una situación similar. Parte del alumnado complementaba o sustituía la comida escolar con alimentos comprados durante la jornada. Los autores advertían de que esto podía reintroducir diferencias entre quienes podían permitirse una alternativa y quienes no.[63]

La calidad de un comedor tampoco depende solo del sabor. También importa su capacidad para responder a necesidades alimentarias diversas. Algunas investigaciones observacionales muestran que ofrecer menús alternativos no siempre es suficiente si su organización termina generando situaciones de exclusión o señalamiento.[64]

Aunque la evidencia disponible procede de contextos distintos al español y se apoya principalmente en estudios cualitativos y observacionales, los trabajos revisados apuntan en una dirección común: **ofrecer una comida y conseguir que se consuma no es lo mismo**. La calidad y la aceptación de los menús

62 Cardoso, S. G., Truninger, M., Ramos, V. y Augusto, F. R. (2019). School Meals and Food Poverty: Children's Views, Parents' Perspectives and the Role of School. *Children & Society*.

63 Jessiman, P. E., Carlisle, V. R., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Robinson, M., Strong, S., & Kidger, J. (2023). A qualitative process evaluation of universal free school meal provision in two London secondary schools. *BMC Public Health, 23*(1), 300.

64 Andersen, S. S., Holm, L., & Baarts, C. (2015). School meal sociality or lunch pack individualism? Using an intervention study to compare the social impacts of school meals and packed lunches from home. *Social Science Information, 54*(3), 394–416.

forman parte del acceso efectivo a la alimentación escolar y condicionan hasta qué punto el alumnado puede aprovechar el comedor.

En Educo sabemos que...

La valoración de la comida marca cómo se recuerda

Datos propios de Educo que complementan la revisión sistemática.

Los datos de Educo apuntan en la misma dirección que la evidencia internacional.

Entre quienes recuerdan una experiencia menos positiva en el comedor, el 36,7 % afirma que muchas veces o siempre se quedaba con hambre porque no le gustaba la comida. Entre quienes la valoran positivamente, esta proporción baja al 13,4 %.

Además, la valoración del sabor y el aspecto se asocia estrechamente con la satisfacción general: entre quienes están muy satisfechos con el servicio, casi nueve de cada diez consideran que la comida tenía buen sabor.

Estar en compañía

El comedor escolar es también un espacio de relación: un tiempo compartido en el que niñas, niños y adolescentes conviven, conversan y se relacionan con sus iguales y con las personas adultas presentes. **Algunos trabajos lo describen como una pausa dentro de la jornada escolar que puede favorecer el sentimiento de pertenencia y la interacción social**.[65] [66]

La evidencia cuantitativa es limitada, pero apunta en una dirección parecida. Un estudio con 487 niñas y niños de entre nueve y trece años en Finlandia y Noruega encontró que **comer al mediodía en el centro educativo se asociaba con una experiencia escolar más positiva**. Los autores advierten de que no pueden establecerse relaciones causales y de que otros factores, como el apoyo del profesorado, también se asociaban con el disfrute escolar. Aun así, el resultado sugiere que compartir este tiempo en el centro forma parte de cómo niñas y niños viven la escuela.

Los estudios cualitativos ayudan a entender por qué. Una evaluación de proceso realizada en dos institutos de Londres con comidas gratuitas universales observó que, **al aumentar la asistencia al comedor, aumentó el alumnado que disfrutaba del espacio del mediodía**.[67] Según el estudio, tanto las familias como el propio alumnado

65 Sarlio-Lähteenkorva, S., & Manninen, M. (2010). School meals and nutrition education in Finland. Nutrition Bulletin, 35(2), 172-174.

66 Son aproximaciones descriptivas, no mediciones de efecto.

67 Jessiman, P. E., Carlisle, V. R., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Robinson, M., Strong, S., & Kidger, J. (2023). A qualitative process evaluation of universal free school meal provision in two London secondary schools. *BMC Public Health, 23*(1), 300.

señalaban que **las comidas favorecían las relaciones entre iguales, y el propio alumnado explicaba que, cuantos más compañeras y compañeros utilizaban el comedor, más fácil resultaba encontrarse, conversar y compartir la comida con las amistades.**

Esta observación apunta a una cuestión relevante: **cuando más estudiantes utilizan el comedor, pueden aumentar también las oportunidades de interacción y convivencia**. El acceso influye así no solo en quién recibe una comida, sino en quién comparte ese tiempo con otras personas.

Las relaciones durante la comida dependen también de cómo se organiza el servicio. Un estudio observacional realizado en centros de Primaria ingleses sugiere que decisiones aparentemente cotidianas, como la distribución de las mesas, pueden influir en quién comparte la mesa con quién.[68]

El comedor no es únicamente un espacio donde se distribuyen alimentos. **También es un espacio social en el que las normas, la organización y la participación pueden influir en cómo se construyen las relaciones durante la comida y en cómo se vive ese tiempo cotidiano.**

En Educo sabemos que...

El comedor también es un espacio de relación

Datos propios de Educo que complementan la revisión sistemática.

Los datos de Educo indican que la experiencia del comedor no se limita a la comida.

El 77,8 % recuerda que normalmente tenía ganas de estar con sus amistades durante el tiempo de comedor. Además, el 68,6 % afirma que se sentía feliz y el 59,3 % que se sentía tranquilo. Las experiencias personales de aislamiento aparecen con mucha menor frecuencia: el 5,8 % recuerda sentirse solo y el 4,9 % excluido durante ese tiempo.

Sin embargo, la exclusión de otros compañeros se recuerda con más frecuencia. El 58,6 % afirma que pocas veces o nunca veía a otros niños o niñas quedarse solos o excluidos, lo que implica que el 41,4 % restante sí presenciaba estas situaciones.

68 Hart, C. S. (2016). The School Food Plan and the social context of food in schools. Cambridge Journal of Education, 46(2), 211–231

Quien nos cuida mientras comemos

Los estudios revisados muestran que **las personas adultas que acompañan el momento de comer también forman parte de las condiciones que permiten que el comedor cumpla su función**.

En los centros de Primaria observados en Sheffield, el personal ayudaba a resolver dificultades muy concretas: explicaba qué había en la bandeja, ayudaba a utilizar los cubiertos o prestaba apoyo a quienes tenían más dificultades durante la comida. Cuando docentes u otras personas adultas compartían mesa con el alumnado, especialmente con los más pequeños, la respuesta observada era generalmente positiva. **En cambio, los servicios con un ritmo más acelerado dejaban menos margen para este acompañamiento.**

Las entrevistas realizadas a familias con bajos ingresos en Portugal muestran una función similar. El profesorado y el personal del comedor aparecían como figuras de apoyo que animaban a probar alimentos nuevos, facilitaban una segunda ración cuando detectaban necesidad o buscaban pequeñas soluciones para que un niño o una niña pudiera comer mejor. Son actuaciones difíciles de medir, pero ilustran una idea recurrente en la literatura revisada: **parte de la experiencia del comedor depende de que haya personas disponibles para responder a necesidades que el menú, por sí solo, no puede resolver.**

El acompañamiento adulto aparece también ligado al aprendizaje cotidiano de normas y habilidades sociales. En una investigación en Noruega, el profesorado describía cómo **el tiempo de la comida ofrecía oportunidades para aprender a esperar turno, compartir, pedir las cosas con cortesía o tener en cuenta a los demás**.[69] Una docente lo resumía así:

> **"Hay mucho que aprender de sentarte juntos y hablar con los demás. Verse unos. A los otros... y ver que hay comida para todos. No ser avaricioso. Decir "gracias" o "¿me pasas...?". Son cosas que damos por supuestas, pero que en realidad no han practicado."**[70]

69 Illøkken, K. E., Johannessen, B., Barker, M. E., Hardy-Johnson, P., Øverby, N. C., & Vik, F. N. (2021). Free school meals as an opportunity to target social equality, healthy eating, and school functioning: experiences from students and teachers in Norway. *Food & Nutrition Research*, *65*, 7702.

70 Ibíd.

En Educo sabemos que...

Las familias también ven el comedor como un espacio de aprendizaje

Datos propios de Educo que complementan la revisión sistemática.

La dimensión educativa del comedor también aparece en las percepciones de las familias encuestadas por Educo. Entre quienes utilizan este servicio, **el 42,9 % señala que una de las razones por las que su hijo o hija se queda en el comedor es que allí aprende a comer de todo y de manera saludable**.

Este resultado sugiere que una parte importante de las familias no percibe el comedor únicamente como un espacio donde se ofrece una comida durante la jornada escolar. También lo consideran un lugar donde se adquieren hábitos relacionados con la alimentación.

La percepción de las familias coincide con la literatura revisada, que muestra cómo el tiempo del comedor puede convertirse en un espacio de aprendizaje cotidiano, en el que niñas y niños conocen nuevos alimentos, desarrollan hábitos alimentarios y aprenden normas básicas de convivencia asociadas a la comida.

Una evaluación realizada en dos institutos londinenses identificó observaciones parecidas.[71] El personal señalaba que, al aumentar la participación, más alumnado comía reunido y a menudo acompañado por personal del centro, y describía el comedor como **un entorno más tranquilo en el que habían podido trabajar hábitos de alimentación, higiene y uso de los cubiertos**.

Las investigadoras noruegas sostienen que el **aprendizaje de habilidades sociales** durante la comida se maximiza cuando el profesorado interviene en la gestión de ese tiempo, y recomiendan expresamente su implicación en futuros programas. Reconocen que existe una tensión, descrita por investigaciones anteriores, entre entender la comida escolar como situación pedagógica y entenderla como una pausa propia

71 Jessiman, P. E., Carlisle, V. R., Breheny, K., Campbell, R., Jago, R., Robinson, M., Strong, S., & Kidger, J. (2023). A qualitative process evaluation of universal free school meal provision in two London secondary schools. BMC Public Health, 23(1), 300.



del alumnado, al margen de una agenda adulta. Su propia conclusión es que puede ser las dos cosas: el alumnado disfruta de la comida compartida y, al mismo tiempo, aprende a comportarse y a conversar a partir de la interacción con el profesorado y con sus iguales.[72]

En conjunto, la evidencia revisada sugiere que los beneficios asociados a los comedores escolares no dependen únicamente de que exista una comida disponible. El tiempo para comer, las características del espacio, el ambiente del comedor, la aceptación de los menús, las relaciones entre iguales y el acompañamiento adulto forman parte de una misma experiencia cotidiana.

Buena parte de la literatura analizada es cualitativa y no permite establecer el efecto de cada una de estas condiciones por separado. Sin embargo, los estudios coinciden en señalar que **no cualquier comedor ofrece las mismas oportunidades para que niñas, niños y adolescentes aprovechen plenamente este recurso**.

Garantizar el acceso sigue siendo una condición fundamental. Pero si el objetivo es que el comedor contribuya al bienestar, a la alimentación y a la experiencia escolar del alumnado, también importa cómo se organiza y cómo se vive ese tiempo. La pregunta no es únicamente quién puede sentarse a la mesa, sino también qué ocurre una vez que se sienta en ella.

72 Illøkken, K. E., Johannessen, B., Barker, M. E., Hardy-Johnson, P., Øverby, N. C., & Vik, F. N. (2021). Free school meals as an opportunity to target social equality, healthy eating, and school functioning: experiences from students and teachers in Norway. *Food & Nutrition Research*, *65*, 7702.

Buena práctica: CEIP Manuel Canela (Sevilla)

Cuando el comedor escolar se convierte en una herramienta para mejorar la convivencia

La evidencia revisada muestra que la experiencia del comedor no depende únicamente de la comida que se sirve. El tiempo disponible para comer, las relaciones entre iguales, el acompañamiento adulto y el clima de convivencia forman parte de los factores que influyen en cómo niñas y niños viven este momento de la jornada escolar.

La experiencia del **CEIP Manuel Canela**, en Sevilla, demuestra cómo el espacio comedor puede actuar como una herramienta para mejorar la convivencia escolar y desarrollar habilidades sociales y relacionales clave para la vida. El proyecto surge en un contexto en el que el centro afrontaba importantes retos de convivencia que trascendían el aula y afectaban tanto a las relaciones entre el alumnado como al vínculo con las familias y al clima general del centro.

Frente a esta situación, el colegio optó por una estrategia poco habitual: extender las políticas de convivencia a todos los espacios y momentos de la jornada escolar. La premisa era sencilla, pero profunda: si la convivencia se educa únicamente en el aula, una parte muy importante de las relaciones que construyen niños y niñas queda fuera de la intervención educativa. Por ello, el comedor y el patio pasaron a integrarse plenamente en el proyecto de convivencia del centro.

La iniciativa se apoya en una metodología compartida por toda la comunidad educativa. Profesorado, monitorado, personal de comedor, alumnado y familias trabajan con los mismos principios, normas y herramientas, de modo que los mensajes educativos son coherentes en todos los espacios. Las asambleas de aula, los cuadernos de convivencia, la mediación entre iguales y las medidas restaurativas permiten dar continuidad al trabajo realizado durante la mañana y trasladarlo al tiempo de comedor y patio.

Una de las actuaciones más relevantes ha sido la transformación del espacio mediodía en un entorno educativo activo. El alumnado dispone de diferentes opciones de participación adaptadas a sus intereses: ligas deportivas, biblioteca, huerto escolar, aula de convivencia y actividades organizadas que promueven el juego cooperativo y las relaciones positivas entre iguales. El objetivo no es únicamente ocupar el tiempo libre, sino generar oportunidades para practicar habilidades sociales, aprender a resolver conflictos y construir vínculos saludables.

La experiencia muestra una cuestión especialmente relevante desde el punto de vista educativo: la convivencia en el comedor influye directamente en las condiciones para el aprendizaje.

El profesorado señala que cuando el alumnado disfruta de un tiempo de mediodía seguro y positivo regresa a las aulas más tranquilo, más regulado emocionalmente y con mayor capacidad de concentración. Del mismo modo, los conflictos que no se resuelven durante la jornada suelen trasladarse de unos espacios a otros, afectando tanto al bienestar como al rendimiento académico.

Los resultados observados por el centro son significativos. Tras más de una década de trabajo sostenido, el equipo educativo identifica una reducción muy importante de los conflictos, una mejora del clima escolar y una mayor implicación del alumnado en la construcción de las normas de convivencia. La participación de estudiantes mediadores y la existencia de espacios alternativos de ocio han contribuido a generar un entorno más inclusivo y más seguro para todos los niños y niñas.

Este caso de estudio muestra cómo invertir en el espacio comedor no solo mejora la experiencia durante el tiempo de mediodía. También fortalece la convivencia, favorece el bienestar emocional y crea mejores condiciones para el aprendizaje a lo largo de toda la jornada escolar. La experiencia del CEIP Manuel Canela evidencia que el comedor escolar puede convertirse en una herramienta estratégica para la prevención de conflictos, la mejora del clima educativo y el éxito escolar.



¿Pueden decidir niñas, niños y adolescentes sobre el comedor?

Hasta aquí hemos visto quién puede acceder al comedor, qué efectos puede tener y qué condiciones favorecen sus beneficios. Queda una dimensión que apenas aparece en los estudios analizados: qué papel tienen niñas, niños y adolescentes en las decisiones sobre un espacio que forma parte de su vida diaria.

Esta ausencia llama la atención. **Ninguno de los estudios incluidos en la revisión analiza directamente la participación infantil como resultado principal.** Mientras aspectos como el rendimiento académico, la alimentación o el uso del comedor han recibido una atención considerable, sabemos mucho menos sobre hasta qué punto el alumnado puede expresar preferencias, influir en las decisiones o sentir que el comedor también es suyo.

Por eso la revisión no permite responder con seguridad qué efectos tiene la participación sobre el bienestar, el uso del comedor o la aceptación de los menús. Sin embargo, algunos estudios ofrecen pistas sobre lo que parece importante para el alumnado: poder elegir, opinar y sentir que el comedor también les pertenece.

Elegir también forma parte de la experiencia

La evaluación de *Ka Ora, Ka Ako*, el programa de comidas escolares que Nueva Zelanda implantó en 2020 en una cuarta parte de los centros, seleccionados por su concentración de barreras socioeconómicas, identificó once temas de impacto: siete positivos y cuatro negativos. **Uno de los negativos fue la pérdida de capacidad de decisión del alumnado, especialmente entre los adolescentes.**

Antes del programa, podían elegir qué comer, comprar cosas para llevar al centro y permitirse algún capricho de vez en cuando. Después, en palabras del propio estudio, lo que comían pasó a estar «bajo el control de la escuela, es decir, de los adultos». Pesaron también la desaparición de la tienda del centro, que vendía comida apetecible y asequible a cualquier hora, y tener que comer en horarios prescritos y no cuando ellos decidían. Las comidas se percibían como saludables y nutritivas, pero el programa se consideraba poco variado, una preocupación que compartían las familias.

Uno de los estudiantes entrevistados, de los dos últimos cursos de instituto, lo explicaba así:[73]

> **"Las opciones, osea, se sentían con control porque podían elegir su propia comida. Para muchos adolescentes eso es bastante importante. Tener esa elección para una comida al día es enorme para su autoestima y su confianza."**[73]

El propio estudio sitúa este hallazgo en la adolescencia y no en la infancia en general. Es la etapa en la que la alimentación pasa de estar controlada por la familia a ser autodirigida y mediada por el grupo de iguales, y los autores concluyen que el diseño del programa no tuvo en cuenta esa transición.[74]

El contraste con otro estudio sugiere que lo que está en juego no es la gratuidad, sino cómo se organiza el momento de comer. En un proyecto de comida escolar gratuita en Noruega, el equipo investigador registró que el alumnado valoraba poder elegir lo que comía, comer alimentos variados y comer hasta sentirse lleno. Allí el resultado fue el inverso: un estudiante explicaba que, cuando la comida pasó a ser gratuita, podía decidir él mismo qué comer, mientras que antes se encontraba con lo que le hubieran preparado en casa.[75] La diferencia puede estar en el diseño.



73 McKelvie-Sebileau, P., Swinburn, B., Glassey, R., Tipene-Leach, D. y Gerritsen, S. (2023). Health, wellbeing and nutritional impacts after 2 years of free school meals in New Zealand. *Health Promotion International, 38*, 1

74 Ibíd.

75 Illøkken, K. E., Johannessen, B., Barker, M. E., Hardy-Johnson, P., Øverby, N. C. y Vik, F. N. (2021). Free school meals as an opportunity to target social equality, healthy eating, and school functioning: experiences from students and teachers in Norway. *Food & Nutrition Research, 65*, 7702.

En Noruega la comida se servía en bandejas grandes, el alumnado se servía lo que quería y colocaba las mesas para comer juntos. En Nueva Zelanda se entregaba una comida determinada en un horario determinado. Sin embargo, los contextos no son comparables.

Esto sugiere que la capacidad de decidir también forma parte de cómo se vive el comedor escolar. Lo que pedían los estudiantes, según resume el equipo, se reduce a tres cosas: comunicación transparente, participación en la elaboración del menú y del programa, y más variedad y capacidad de elección.[76]

En Educo sabemos que...

Qué dicen las niñas y los niños en España

Datos propios de Educo que complementan la revisión sistemática.

La encuesta que Educo realizó en 2025 a 1.603 adolescentes sí preguntó por la participación, y las respuestas cubren justo el hueco que la literatura deja abierto.

Casi nunca se les pregunta. Solo **1 de cada 4** (23,5 %) recordaba que alguna vez le hubieran pedido su opinión sobre el comedor. Más de la mitad (55,2 %) respondió que nunca se le preguntó y un 21,2 % no lo recordaba. En conjunto, **más de 3 de cada 4 no pudieron afirmar haber tenido la oportunidad de expresar su punto de vista** sobre un espacio que utilizaban cada día.

Y cuando se les pregunta, no siempre se hace algo. 1 de cada 4 (23,6 %) tiene la percepción de que luego no se hace nada con lo que dicen.

Pero quieren que se les pregunte, y de forma prácticamente unánime. El **94,7 %** considera que debería pedirse la opinión a niñas y niños. Al preguntarles por qué, el **61,7 %** respondió que **tienen derecho a ser escuchadas y escuchados,** y el 41 % que sus ideas y opiniones son buenas.

No es solo deseo de hablar: es deseo de implicarse. Al pedirles que imaginaran un comedor más participativo, las propuestas fueron concretas: opinar sobre el menú semanal (47,9 %), colocar un buzón de ideas (45,4 %), elegir las actividades de después de comer (40,7 %), proponer normas de convivencia (26,4 %), organizar cómo sentarse (24,4 %), reducir el desperdicio de comida (23,8 %), decorar el comedor (15,4 %), elegir juegos de mesa (14,5 %) y reducir el ruido (10,4 %).

76 McKelvie-Sebileau, P., Swinburn, B., Glassey, R., Tipene-Leach, D. y Gerritsen, S. (2023). Health, wellbeing and nutritional impacts after 2 years of free school meals in New Zealand. *Health Promotion International, 38*, 1-13.

Buena práctica: CEIP Fray Bartolomé de las Casas (Sevilla)

Cuando participar mejora la convivencia y amplía el valor educativo del comedor escolar

La evidencia revisada muestra que sabemos mucho más sobre quién utiliza el comedor escolar, qué come o qué resultados obtiene que sobre el papel que niñas, niños y adolescentes desempeñan en las decisiones que afectan a este espacio. Sin embargo, los estudios disponibles coinciden en señalar que el alumnado valora poder expresar opiniones, hacer propuestas y participar en cuestiones que forman parte de su vida cotidiana.

La experiencia del **CEIP Fray Bartolomé de las Casas**, en Sevilla, aporta un ejemplo relevante de cómo la participación infantil puede convertirse en una herramienta para mejorar la convivencia, fortalecer el compromiso del alumnado y aumentar el valor educativo del espacio comedor. El proyecto surge de una reflexión compartida por el centro educativo y Educo que los acompañó en este proceso: si el tiempo de comedor forma parte de la experiencia educativa de la infancia, también debe ofrecer oportunidades reales para que los niños y niñas participen en las decisiones que les afectan.

La iniciativa se desarrolla a través del proyecto **Latido Escolar**, enmarcado en el programa *Equidad educativa en el espacio de mediodía que Educo* ha desarrollado con más de **30** centros escolares desde el curso 2021-22. Su objetivo es transformar el comedor y el patio en espacios de aprendizaje, bienestar y convivencia mediante metodologías participativas que sitúan al alumnado en el centro del proceso. Para ello se creó un **grupo motor** integrado por estudiantes que reciben formación, identifican necesidades, diseñan propuestas y colaboran con el equipo educativo para llevarlas a la práctica.

La experiencia resulta especialmente interesante porque muestra que la participación infantil no solo genera cambios en los espacios, sino también en las dinámicas educativas. Según el equipo docente, las propuestas surgidas en el comedor trasladan posteriormente sus efectos a las aulas. Las conversaciones sobre convivencia, respeto o buen trato iniciadas durante el tiempo de patio continúan después en la jornada lectiva, fortaleciendo la coherencia educativa del centro y reforzando las habilidades sociales del alumnado.

Los profesionales implicados destacan además una reducción de los conflictos y una mayor implicación de los niños y niñas en la vida escolar. Cuando el alumnado percibe que su opinión es escuchada y que sus propuestas se transforman en acciones concretas, aumenta el sentimiento de pertenencia y la corresponsabilidad respecto al cuidado de los espacios comunes. Como resume el jefe de estudios y coordinador de bienestar del centro, «el alumnado ha pasado de ser receptor a protagonista, implicándose activamente en la mejora de su entorno».

El proyecto también ha contribuido a reforzar la coordinación entre profesorado, monitorado y equipo directivo. Esta colaboración permite dar continuidad durante el espacio comedor a valores y competencias que se trabajan durante la mañana, generando una visión más integral del proceso educativo. Según el centro, el principal aprendizaje ha sido comprender que el tiempo de mediodía no constituye un paréntesis dentro de la jornada escolar, sino un espacio con un enorme potencial para desarrollar ciudadanía, autonomía y habilidades para la vida.

Este caso de estudio muestra que invertir en participación infantil no solo permite escuchar la voz de la infancia. También puede mejorar la convivencia, fortalecer el clima escolar y aumentar el compromiso del alumnado con su propio aprendizaje. La experiencia del CEIP Fray Bartolomé de las Casas evidencia que el comedor escolar puede convertirse en un espacio privilegiado para aprender a convivir, tomar decisiones y participar activamente en la construcción de una comunidad educativa más inclusiva y democrática.

Conclusiones y recomendaciones

Educo defiende que el comedor escolar debe ser universal y gratuito. Lo defiende mientras varios países de su entorno lo están ampliando o lo han hecho ya. Además, defiende que debe formar **parte del proyecto educativo y ser equitativo, protector y participativo**.

Una de las cosas que la evidencia revisada sostiene es que **la manera de entregar la ayuda decide quién la recibe y quién queda señalado**. Un estudio realizado en Grecia repartió 34 centros de zonas desfavorecidas entre dos modalidades de apoyo alimentario del mismo valor económico, decidiendo por sorteo cuál le tocaba a cada uno: en unos se servía una comida diaria a todo el alumnado, en otros se entregaba a las familias un vale mensual para comprar alimentos. El dinero era el mismo. La experiencia, no. **Donde se repartía la comida, el programa se vivía como una iniciativa de alimentación saludable que era de todos**. Donde se entregaba el vale, las familias hablaban de incomodidad y de miedo a ser reconocidas, y eran precisamente las que estaban peor las que dejaban de participar o pedían a otras que fueran a recogerlo en su nombre. Una ayuda pensada para proteger acabó funcionando como un filtro.

Un segundo estudio, realizado en Corea del Sur, explica por qué ocurre eso. Recibir comida gratuita, por sí solo, no cambiaba las notas del alumnado. Lo que las cambiaba era cuántos compañeros la recibían. Donde la recibían muy pocos, el señalamiento se comía el beneficio que esa misma comida producía allí donde recibirla era lo normal. No es la comida la que marca la diferencia, es si recibirla te distingue del resto. Es decir, **lo que aporta la universalidad es que nadie quede identificado por recibirla, y que llegue a las familias a las que el sistema de becas deja fuera.**

Esas familias existen y la revisión permite identificarlas. Cuando algunos estados de Estados Unidos volvieron del comedor gratuito para todo el alumnado al sistema ordinario de ayudas por renta y otros lo mantuvieron, la comparación entre ocho de ellos mostró menos dificultades alimentarias allí donde la gratuidad siguió siendo universal. Pero lo interesante es cómo se repartía esa diferencia y era grande en los hogares con derecho a comida gratuita, seguía siendo apreciable en los que estaban justo por encima del umbral de acceso y desaparecía en los de renta alta.

Quienes más notaron el regreso a las becas no fueron los hogares más pobres, que conservaban su derecho, sino los que se quedaban a un paso de tenerlo. **En España, entre las familias a las que se denegó la beca de comedor, tres de cada cuatro señalaron que fue por superar el límite de renta establecido.** Los umbrales de un país no se trasladan a otro, pero el mecanismo es el mismo. De hecho, un sistema de ayudas, por bien diseñado que esté, siempre traza una línea, y siempre hay alguien justo al otro lado.

Sobre lo que ocurre dentro del aula, **nueve de los diez estudios que analizaron el rendimiento académico encuentran resultados favorables, las mejoras se concentran en matemáticas, lectura y lengua**, y ninguno encuentra un empeoramiento en el conjunto del alumnado. Eso sí, el efecto aparece con el tiempo, concretamente en los programas que llevaban más tiempo funcionando, y solo entre el alumnado que había pasado toda la Primaria con acceso a la comida gratuita.

Donde la evidencia es más consistente en su dirección es en las dificultades alimentarias del hogar. Ocho de los nueve estudios que las analizaron apuntan a una reducción, ninguno encuentra un efecto desfavorable, y el **comedor opera por dos vías que los propios investigadores distinguen: alivia el presupuesto familiar, liberando recursos para el resto de las comidas, y protege directamente a niñas, niños y adolescentes cuando el hogar no llega**. Una madre entrevistada en Portugal lo explicaba mejor de lo que lo explicaría cualquier informe: «Les pido que coman, porque no sé si yo tendré cena».

Además, **es necesario observar la manera en la que está diseñado el espacio mediodía**. La pausa del mediodía, en los centros de Primaria observados en Inglaterra, duraba entre cincuenta y setenta minutos repartidos en dos o tres turnos, y organizar esos turnos generaba colas que acortaban el tiempo real de comer, hasta el punto de que parte del alumnado comía deprisa o dejaba comida en el plato para tener más patio. Y la aceptación del menú no es una cuestión de gustos, ya que cuando una comida se rechaza, poder sustituirla depende de dinero, de la distancia a casa y de quién esté esperando allí. El coste de ese rechazo vuelve a recaer sobre las familias que menos margen tienen.

Y hay una última ausencia que es, en sí misma, uno de los resultados de este trabajo. De los 38 estudios revisados, ninguno ha evaluado si niñas, niños y adolescentes pueden decidir algo sobre el comedor. **En un espacio que millones de niñas, niñas y adolescentes usan cada día y en el que casi todas las decisiones las toman personas adultas**. Los datos de Educo ponen cifras a lo que en la literatura no hemos encontrado: **solo una de cada cuatro recordaba que alguna vez le hubieran pedido su opinión sobre el comedor, y el 94,7 % cree que debería preguntárseles**. Como contaba Eloi, de quince años, recordando su etapa de Primaria: «Nunca dijeron qué había cada día. Llegabas al comedor, está la comida hecha y tienes que comer». Entonces, **la pregunta además de ser quién puede sentarse a la mesa, también ha de ser qué se encuentran cuando llegan a ella, cómo se sienten, e imprescindiblemente, también que opinan.**

Recomendaciones

Hay un compromiso europeo que conviene recordar antes de proponer nada. La Garantía Infantil Europea, establecida por la Recomendación (UE) 2021/1004 del Consejo, compromete a los Estados miembros a garantizar a la infancia en riesgo de pobreza o exclusión el acceso a una alimentación saludable y, de forma expresa, a **al menos una comida saludable por día lectivo**. España es el segundo país de la Unión Europea con más infancia y adolescencia en esa situación. El comedor escolar es el instrumento con el que ese compromiso se cumple o se incumple.

A partir de lo que muestra la evidencia revisada, de los datos propios de Educo y de la experiencia acumulada en más de una década de trabajo en comedores escolares, hacemos las siguientes recomendaciones a las administraciones públicas, a los centros educativos y a las entidades responsables de la gestión del servicio.



Que nadie quede fuera

Al Gobierno del Estado

- **Reconocer el comedor escolar como parte del ejercicio del derecho a la educación y, por tanto, universal y gratuito**, superando la visión de servicio complementario y enmarcándolo como política pública estratégica tanto de educación como de protección social de la infancia y la adolescencia.
- **Impulsar un programa de cooperación territorial** desde el Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, en coordinación con las comunidades autónomas, que ponga a disposición fondos estatales con criterios consensuados para asegurar el acceso de todo el alumnado en situación de vulnerabilidad, mejorar los sistemas autonómicos de becas y habilitar y mejorar las infraestructuras necesarias.
- **Garantizar la equidad entre territorios**, de modo que ninguna niña ni ningún niño tenga más o menos derecho al comedor escolar en función de la comunidad autónoma en la que viva.

A las comunidades autónomas

- **Reconocer el comedor escolar como parte del derecho a la educación en la normativa autonómica** y establecer por norma su inclusión en el proyecto educativo de los centros.
- **Aprobar una hoja de ruta de universalización con fases, calendario y presupuesto.** Mientras se alcanza, garantizar con carácter urgente y por la vía más directa posible el acceso gratuito de toda la infancia que vive en riesgo de pobreza o exclusión.
- **Priorizar la ampliación allí donde más cambie quién come.** La evidencia revisada muestra que los efectos del comedor aparecen sobre todo donde el programa incorpora a alumnado que antes no accedía, y que son mucho menores donde la mayoría ya accedía. Universalizar debe empezar, por tanto, por los centros y los barrios donde hoy menos alumnado se queda a comer.
- **Universalizar centro a centro y no alumno a alumno.** Dos de los estudios revisados muestran que el perjuicio asociado a recibir comida gratuita depende de qué proporción del alumnado del centro la recibe, y que desaparece cuando deja de ser minoritaria. Ampliar la cobertura por centros completos protege mejor que ampliarla por tramos de renta dentro de cada centro.
- **Invertir en la creación, reparación, ampliación y acondicionamiento de comedores escolares**, con atención prioritaria a los institutos públicos de educación secundaria, que son los que mayoritariamente no disponen de este espacio. Definir un plan específico para los centros que hoy no tienen infraestructura, con soluciones en el propio centro o en su proximidad.
- **Reforzar de forma estratégica la inversión en la educación secundaria obligatoria**, que es la etapa que queda fuera del comedor de forma mayoritaria y en la que la evidencia revisada sitúa, además, un momento crítico: la adolescencia es cuando la alimentación pasa de estar controlada por la familia a ser autodirigida.

Que recibir una ayuda no señale a nadie

A las comunidades autónomas

- **Mientras no exista universalidad, becas que cubran el 100 % del precio** para la infancia que vive en riesgo de pobreza o exclusión. Una ayuda que no cubre el coste completo no elimina la barrera económica, sino que solo las reduce.
- **Concesión directa y automática, sin necesidad de solicitud**, mediante el cruce de los datos que la Administración ya posee. Que a la situación de pobreza no se le sume la tarea de demostrarla en cada convocatoria.
- **Que las circunstancias de las personas adultas del hogar no bloqueen el derecho de niñas, niños o adolescentes.** Ninguna niña o niño debería quedar fuera de una beca de comedor porque su familia tenga dificultades para conocer, entender o rellenar las solicitudes.
- **Calendarios de solicitud, concesión y pago adecuados al curso escolar, con renovación automática**, gestión transparente y ágil, y atención a toda la diversidad de hogares, incluidas las situaciones de enfermedad, dependencia o discapacidad en alguno de sus miembros.

Una comida al día, de verdad

Al Gobierno del Estado

- **Incorporar al marco español el compromiso de la Garantía Infantil Europea de al menos una comida saludable por día lectivo** para la infancia en riesgo de pobreza o exclusión, con un indicador público de cumplimiento y un plazo.

A las comunidades autónomas

- **Garantizar menús equilibrados, variados y culturalmente adecuados**, conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, e incorporar esos criterios a los pliegos de prescripciones técnicas para que las empresas los asuman como parte del servicio.
- **Priorizar la cocina propia en los centros y el uso de producto fresco y de proximidad**, por su efecto sobre la calidad de la comida y por su valor educativo.
- **Tratar la calidad y la aceptación del menú como parte del acceso y no como una cuestión de satisfacción.** Disponer de una comida no garantiza que se coma, y cuando se rechaza, la posibilidad de sustituirla depende de recursos que no están repartidos por igual.
- **Permitir el autoservicio y la modulación de las raciones** siempre que las condiciones lo hagan posible. La evidencia revisada muestra que donde el alumnado podía servirse y decidir cuánto comer, comía más y desperdiciaba menos.
- **Asegurar la continuidad del apoyo alimentario durante los periodos no lectivos** para la infancia en situación de vulnerabilidad. El cierre de los centros devuelve al presupuesto familiar unas comidas que durante el curso estaban cubiertas.

Que el mediodía sea tiempo educativo

A las comunidades autónomas

- **Establecer por normativa la inclusión del espacio del mediodía en el proyecto educativo del centro**, y acompañar a los centros en la alineación metodológica y pedagógica entre el equipo directivo, el profesorado y el equipo de comedor.
- **Crear o reforzar la figura de coordinador o coordinadora de comedor**, para articular el trabajo conjunto entre monitoras y monitores, profesorado y familias.
- **Asegurar tiempos suficientes para comer y para el recreo, y revisar la organización de los turnos.** La evidencia internacional documenta pausas de cincuenta a setenta minutos repartidas en dos o tres turnos, con colas que acortan el tiempo real de comer, y servicios en los que el paso por el mostrador dura entre doce y veinte segundos por criatura, sin margen para preguntarle nada.
- **Invertir en el acondicionamiento de los espacios**: control del ruido, climatización, mobiliario que permita la relación entre iguales y equipamiento adaptado a cada edad, incluidos los utensilios. En los veinte centros observados en una de las investigaciones revisadas, solo uno ofrecía cubiertos de tamaños distintos para que las criaturas pudieran elegir el que les resultara más cómodo.
- **Integrar el espacio del mediodía en el plan de convivencia del centro y en la política de protección y buen trato a la infancia**, con el liderazgo de la figura de coordinación de bienestar y protección y con planes de formación para todo el personal.

Sobre el acompañamiento adulto

- **Reconocer en la normativa autonómica el papel educativo de las monitoras y los monitores** como responsables del acompañamiento del espacio del mediodía, y reflejar ese reconocimiento en la selección del personal, en su formación y en los documentos que orientan a los centros y a las empresas.
- **Garantizar una formación continua y especializada** que incluya derechos de la infancia, protección y buen trato, acompañamiento, mediación y resolución de conflictos, convivencia positiva, alimentación y hábitos saludables, autonomía, participación infantil y educación emocional. Exigir políticas de protección y buen trato a las empresas que gestionan comedores, y la formación en protección como requisito previo a la contratación.
- **Garantizar condiciones laborales adecuadas**: estabilidad, retribución, continuidad y una jornada que permita planificar, coordinarse con el equipo docente y comunicarse con las familias.
- **Adecuar las ratios y fomentar la estabilidad del personal**, para hacer posible una atención individualizada y una relación cercana con cada niña y cada niño, con atención especial a la diversidad.

Que se les pregunte

A las comunidades autónomas y a los centros educativos

- **Establecer mecanismos formales y estables de participación del alumnado** en el funcionamiento del espacio del mediodía, adaptados a cada edad y a cada forma de expresarse, acompañados por los equipos del centro como parte del proceso educativo.
- **Avanzar de la consulta a la cogestión**, mediante proyectos de cocreación en los que el alumnado contribuya a organizar el espacio y no solo a opinar sobre él.
- **Incorporar al alumnado al diseño y a la valoración de los menús.** Es, además, lo primero que piden cuando se les pregunta cómo querrían participar.
- **Garantizar la devolución y la trazabilidad**: que el alumnado sepa qué ha pasado con lo que propuso. Una de cada cuatro criaturas percibe que después no se hace nada con lo que dice, y una consulta sin respuesta hace más daño que no preguntar.
- **No retirar márgenes de decisión al ampliar la cobertura.** La evaluación de un programa de comidas gratuitas en Nueva Zelanda identificó, entre sus efectos negativos, la pérdida de capacidad de decisión del alumnado adolescente: se ganó una comida saludable y se perdió la posibilidad de elegir qué y cuándo comer. Ampliar el acceso y mantener márgenes de elección no son objetivos incompatibles, pero hay que diseñarlos juntos.
- **Incluir la perspectiva del alumnado en la evaluación del servicio**, con instrumentos propios y no solo a través de las familias o del personal.



Datos, seguimiento y evaluación

Elaborar este informe ha puesto de manifiesto algo que merece recomendaciones propias. Buena parte de lo que necesitaríamos saber sobre el comedor escolar en España no se puede saber, porque no se publica.

Al Gobierno del Estado y a las comunidades autónomas

- **Publicar una estadística pública y comparable del comedor escolar**, desagregada por etapa educativa, titularidad del centro y territorio, que incluya la disponibilidad del servicio, las plazas ofertadas y el uso real.
- **Publicar los datos de becas y ayudas con el mismo detalle: solicitadas, concedidas y denegadas, con el motivo de la denegación**, el importe medio, el porcentaje del precio que cubren y la tipología y el nivel de renta de las familias beneficiarias, incorporando también las ayudas de las entidades locales.
- **Comprometer la estabilidad presupuestaria plurianual de cualquier programa de comedor universal y evaluarlo con horizontes largos.** El estudio más sólido de los 38 revisados no encontró ninguna mejora en el rendimiento durante los seis primeros años, y sí a partir del séptimo. Un programa financiado ejercicio a ejercicio y juzgado a los tres años se estará midiendo justo en el periodo en el que la evidencia disponible no detecta nada. Cualquier evaluación de una política de comedor universal debería cubrir, como mínimo, un ciclo completo de Primaria.
- **Diseñar los sistemas de información de modo que esa evaluación sea posible**, registrando la exposición acumulada de cada cohorte al servicio de comedor. Sin ese dato, dentro de siete años seguiremos sin poder responder a la pregunta.
- **Incluir la participación del alumnado entre los indicadores de calidad del servicio**, de modo que lo que hoy no se mide empiece a medirse.

A las comunidades autónomas y a las entidades locales

- **Evaluar periódicamente, con la comunidad educativa, las barreras de acceso al comedor a escala local**, e incorporar esa evaluación al diseño del servicio.

Estas recomendaciones requieren coordinación entre administraciones, centros educativos, familias y entidades sociales, y un compromiso sostenido de inversión y de seguimiento. Educo reafirma su apuesta por un comedor escolar universal, gratuito, participativo, educativo, equitativo y protector. Es decir, hablamos de una inversión en el presente y en el futuro de la infancia.

educo
educar cura

Somos Educo, una ONG que trabaja en más de 18 países por el bienestar y los derechos de la infancia, en especial el derecho a recibir una educación de calidad.

Estamos al lado de niños y niñas de todo el mundo, especialmente los que viven en situación de vulnerabilidad, pobreza o falta de oportunidades. Pase lo que pase, nada nos detiene: ante cualquier crisis, conflicto armado o emergencia, la educación no puede parar. Porque la educación es urgente: cura, empodera y protege.

educo.org educo_ong educoONG Educo_ONG