



Dar comidas escolares gratuitas impulsa el aprendizaje matemático infantil

Posted on Diciembre 17, 2025

Por Victoria H.M.

La provisión de comidas escolares gratuitas se ha consolidado como una herramienta clave para **mejorar el aprendizaje infantil**, especialmente en el área de las matemáticas. Diversos estudios han demostrado que una alimentación adecuada influye directamente en la capacidad de concentración, la memoria y el rendimiento académico.

Cuando los niños **asisten a la escuela y están bien alimentados gracias en algunos casos a estos comedores escolares**, están en mejores condiciones físicas y mentales para enfrentar los desafíos cognitivos que exige el aprendizaje matemático.

Las matemáticas requieren atención sostenida, razonamiento lógico y la capacidad de resolver problemas. Sin embargo, **el hambre y la mala nutrición afectan negativamente estas habilidades**, generando cansancio, irritabilidad y dificultades para concentrarse. Al garantizar comidas escolares gratuitas y equilibradas, las escuelas reducen estas barreras y crean un entorno más propicio para el aprendizaje. Los estudiantes no solo mejoran su desempeño en pruebas matemáticas, sino que también participan con

mayor confianza y constancia en las actividades del aula.

Comidas escolares gratuitas aprendizaje matemático: nueva evidencia científica

Las comidas escolares gratuitos o subvencionados conllevan **aumentos moderados en matemáticas y escolarización** como en países de ingresos bajos y medios, según una nueva revisión Cochrane. Según los resultados, también es probable que contribuya a pequeños aumentos en los indicadores de crecimiento físico como las puntuaciones de estatura y de peso para la edad.

Cuando los niños asisten a la escuela y están bien alimentados gracias en algunos casos a estos comedores escolares, están en mejores condiciones físicas y mentales para enfrentar los desafíos cognitivos que exige el aprendizaje matemático.

Los programas de alimentación escolar tienen como objetivo reducir el hambre y mejorar el aprendizaje, la concentración y la salud general de los niños. En todo el mundo, muchos niños no reciben suficientes alimentos nutritivos para estar sanos y listos para aprender en la escuela, y **los niños desfavorecidos son particularmente vulnerables**.

La desigualdad global en el acceso a comedores escolares

Los países de bajos y medios ingresos representan casi el 90 % de la desnutrición a nivel mundial. Sin embargo, en 2024, de media, solo el 27 % del alumnado de primaria de los países de ingresos bajos y el 42 % de los países de ingresos medianos-bajos recibieron comidas escolares.

Por el contrario, el 58 % del alumnado de los países de ingresos medianos-altos y el 79 % de los de ingresos altos recibieron comidas escolares, según un informe del **Programa Mundial de Alimentos**.

La revisión analizó 40 estudios con 91 000 estudiantes de escuelas primarias y secundarias. La mayoría de los estudios se llevaron a cabo en países de bajos y medios ingresos, incluidos algunos en regiones afectadas por conflictos, y ampliaron las pruebas anteriores que tenían un alcance geográfico limitado.

Por el contrario, el 58 % del alumnado de los países de ingresos medianos-altos y el 79 % de los de

ingresos altos recibieron comidas escolares, según un informe del Programa Mundial de Alimentos.

En términos generales, los autores observaron que los programas de alimentación escolar en estos países dieron lugar a un pequeño aumento de las puntuaciones de las pruebas de matemáticas y la escolarización. También **tendieron a producir ligeros aumentos en una medida relativa de la estatura y el peso del niño para su edad**. Sin embargo, los autores observaron que estos programas podrían tener poco o ningún efecto sobre las puntuaciones de las pruebas de lectura y la asistencia a la escuela.

“Los comedores escolares son una **fuentes fundamental de nutrición** para los niños en contextos socioeconómicos desfavorecidos”, afirma Jennifer Garner, dietista titulada y profesora de la **Facultad de Salud Pública de la Universidad de Michigan** y coautora de la revisión.

“Dada la variedad estudiada de contextos y diseños de programas, resulta estimulante observar las mejoras cuantificables en **crecimiento, escolarización y rendimiento matemático**”.

A pesar de los alentadores resultados, los autores advierten de que la evidencia de los países de ingresos altos es limitada, por lo que los resultados no se deben generalizar **más allá de los países estudiados**.

Por qué se necesitan más estudios para diseñar mejores políticas educativas

El equipo destaca la necesidad de **estudios de investigación más sólidos y estandarizados** para guiar el diseño de políticas en el futuro. Argumentan que los responsables de políticas sanitarias deben tratar la investigación como una parte integral de las decisiones acerca de la implementación y la ejecución de los programas de alimentación escolar.

También piden prestar más atención a la equidad. Anita Rizvi, otra autora de la revisión de la Universidad de Ottawa, añade: “**La investigación a menudo se centra en los efectos medios** y pasa por alto las diferencias entre los grupos. Evaluamos los desenlaces por situación socioeconómica desfavorecida y sexo, pero muy pocos estudios informaron estos datos para establecer conclusiones firmes. Los estudios futuros necesitan comparaciones más grandes y mejor diseñadas”.

Otro aspecto relevante es el **impacto positivo en el comportamiento y el clima escolar**. Los alumnos bien alimentados muestran mayor autocontrol, mejor disposición para el trabajo en grupo y una actitud más positiva hacia el aprendizaje. Esto facilita la labor docente y permite dedicar más tiempo efectivo a la enseñanza de contenidos matemáticos.

En conclusión, ofrecer comidas escolares gratuitas no es solo una medida social, **sino una inversión educativa estratégica**. Al mejorar la nutrición infantil, se fortalecen las bases del aprendizaje matemático y se promueve un desarrollo académico más equitativo, sostenible y con mayores oportunidades de éxito para todos los niños.

El Maipo/Ecoticias