CUADERNILLO

La Comensalidad Escolar como Dimensión Educativa y de Bienestar

MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Córdoba
GOBIERNO DE LA PROVINCIA

Hacer para crecer

La Comensalidad Escolar

como Dimensión Educativa y de Bienestar

Presentación

La comensalidad forma parte de la vida cotidiana de las instituciones educativas y constituye una experiencia que trasciende el hecho de alimentarse. Compartir el momento de la comida implica encontrarse con otras y otros, conversar, participar, construir hábitos, reconocer necesidades propias y ajenas y aprender progresivamente formas de cuidado y convivencia.

La comensalidad escolar constituye una práctica cotidiana con un profundo potencial educativo, social y de cuidado que se inscribe en las políticas de bienestar de la provincia de Córdoba (BienCBA). Asimismo, se articula de manera directa con el marco normativo y pedagógico de la Escuela Posible, entendiendo que la institución educativa es la unidad de cambio y una organización perfectible en permanente proceso de mejora. Desde esta perspectiva, la experiencia del comedor atraviesa la gestión escolar en sus tres ejes ordenadores: el Sentido de lo que se enseña y aprende, el Contexto en el que se convive y se construyen ambientes saludables, y la Evolución de la cultura e innovación institucional

Pensar la comensalidad desde este enfoque implica reconocerla como una experiencia educativa en la que se ponen en juego principios centrales del bienestar: la autonomía progresiva, la participación protagónica, el autocuidado y el cuidado de otras y otros, la convivencia y el buen trato, la afectividad, la salud y el desarrollo integral, los vínculos de cuidado y protección, la igualdad y la no discriminación. En definitiva, desde esta mirada se trata de reconocer y fortalecer en la comensalidad

el potencial educativo de una práctica cotidiana, atendiendo a las condiciones en las que se desarrolla, los vínculos que allí se construyen, la organización de los tiempos y los espacios, las formas de acompañamiento y las oportunidades de participación que se generan en torno a la alimentación en los entornos educativos.

A tales efectos, esta guía ofrece criterios y orientaciones para docentes y equipos educativos de los distintos niveles que integran el Sistema Educativo Provincial, con el propósito de acompañar la construcción de experiencias de comensalidad coherentes con una cultura institucional del cuidado y con los principios de bienestar educativo que orientan la política educativa provincial.

1. La comensalidad como experiencia educativa y de bienestar

Desde BienCBA, el bienestar no se entiende como un complemento de la enseñanza, sino como una dimensión que atraviesa la vida institucional y favorece el desarrollo integral y el ejercicio pleno de derechos. En este marco, los programas alimentarios —entre ellos PAICOR— forman parte de las condiciones de contexto que acompañan y sostienen las trayectorias educativas.

La comensalidad escolar integra alimentación, salud, educación, convivencia, cuidado e inclusión. Si una alimentación segura y saludable contribuye a generar condiciones físicas y emocionales favorables para aprender, su valor educativo se amplía cuando el momento de comer transcurre en un ambiente ordenado, accesible, respetuoso y libre de estigmatizaciones.

La mesa y los espacios destinados a la comida devienen en escenarios cotidianos de formación. Allí se aprende a esperar, compartir, elegir, colaborar, conversar, escuchar, respetar ritmos y conocer necesidades propias y ajenas. Estos aprendizajes no requieren convertir el desayuno, el almuerzo o la merienda en una instancia formal de enseñanza: se construyen a través de la coherencia de las

prácticas, de las intervenciones de las personas adultas y de una organización institucional intencional.

2. Una cultura institucional del cuidado alrededor de la mesa

La dimensión material de la alimentación y la dimensión vincular y simbólica de la comensalidad forman parte de una misma experiencia. Preparar y servir los alimentos resulta tan indispensable como la manera en que se recibe, escucha, acompaña, reconoce y trata a las personas durante ese momento.



La comensalidad se inscribe en una cultura institucional del cuidado. Esto supone reconocer que el bienestar se construye en las prácticas cotidianas, en la organización de los espacios y los tiempos, en los modos de vincularse y en las decisiones institucionales que hacen posible que la comunidad educativa en su conjunto participe en condiciones de respeto, seguridad y dignidad.

Los módulos Promoción de los Buenos Tratos de PAICOR profundizan en esta perspectiva al reconocer el buen trato como una práctica que se construye cotidianamente a través de vínculos basados en el respeto, la inclusión, la solidaridad, la igualdad y la equidad. En este marco, la construcción de ambientes bientratantes supone generar condiciones que favorezcan el desarrollo, el aprendizaje, el bienestar y el cuidado de niñas, niños y adolescentes.

3. Principios de BienCBA que orientan la comensalidad

Los principios orientadores de BienCBA forman parte de las prácticas de comensalidad que se desarrollan en el marco del Sistema Educativo Provincial:

- **Autonomía**: generar oportunidades progresivas para que las y los estudiantes puedan participar, decidir, pedir ayuda, reconocer sus necesidades y asumir responsabilidades acordes a su edad y posibilidades.
- **Participación protagónica:** habilitar la palabra, la escucha y la posibilidad de formular opiniones y propuestas sobre aspectos de la experiencia que efectivamente pueden ser revisados institucionalmente.
- **Cuidado de otras/os y autocuidado**: promover prácticas vinculadas con la higiene, la seguridad, el respeto de los tiempos personales, la convivencia y la consideración por las necesidades propias y de las demás personas.
- **Convivencia y buen trato:** construir vínculos respetuosos, prevenir situaciones de humillación, exposición o discriminación y favorecer relaciones basadas en la escucha y el respeto mutuo.
- **Afectividad:** reconocer que el clima emocional, los gestos, la palabra y el modo en que las personas adultas acompañan también forman parte de la experiencia educativa.
- **Salud y desarrollo integral:** comprender la alimentación y la comensalidad en relación con el bienestar físico, emocional y social, y evitando reducciones exclusivamente nutricionales.
- **Vínculos de cuidado y protección**: asumir la responsabilidad adulta de generar condiciones que permitan a niñas, niños y adolescentes sentirse seguros, reconocidos y acompañados.
- **Igualdad y no discriminación:** asegurar que las diferencias y necesidades particulares no produzcan separación, exposición, estigmatización ni desigualdad en la participación.

4. El rol de las personas adultas

Todo aquello que se procura promover en niñas, niños y adolescentes durante la comensalidad está atravesado por la mediación de las personas adultas. Docentes, equipos directivos, personal de cocina, auxiliares y demás integrantes de la comunidad educativa intervienen, desde sus funciones específicas, en la construcción del clima y de las condiciones en las que transcurre la comida. Así, el cuidado también alcanza a las personas adultas que acompañan, entendiendo que la posibilidad de cuidar se fortalece cuando quienes desempeñan las tareas cuentan, a su vez, con condiciones de bienestar, reconocimiento, cooperación y trato respetuoso dentro de los equipos.



La responsabilidad adulta implica acompañar, orientar y establecer límites claros, así como reconocer necesidades particulares y sostener un trato respetuoso; también supone revisar prácticas adultocéntricas que pueden limitar la autonomía, la participación o la expresión de las y los estudiantes. En este sentido, la intervención educativa se vincula con observar, acompañar, habilitar conversaciones, cuidar los vínculos, favorecer la autonomía progresiva, intervenir ante situaciones de violencia o discriminación y articular con otros actores institucionales cuando sea necesario.

5. Condiciones institucionales para una comensalidad de bienestar

La experiencia de comensalidad requiere de unas condiciones institucionales que favorezcan el cuidado, la inclusión y la participación. Entre ellas, resulta importante:



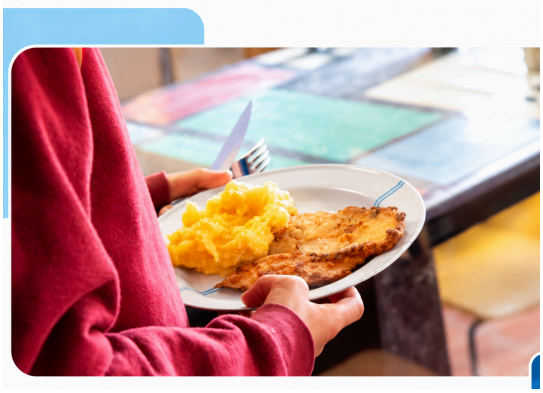
- Garantizar agua segura y un tiempo suficiente para comer que evite apuros innecesarios.
- Organizar espacios accesibles, higiénicos, seguros y adecuados a las características de cada grupo.
- Favorecer un clima tranquilo y respetuoso, en el que se eviten los gritos, sobresaltos y otras formas de incomodidad.
- Prevenir y atender situaciones que pudieran resultar en humillaciones, comparaciones o formas de exposición negativa.
- Respetar señales de hambre y saciedad y contemplar selectividad alimentaria, necesidades sensoriales y ritmos individuales.
- Prever casos específicos de alergias e intolerancias alimentarias , diabetes, patologías gástricas, dificultades de deglución, y otras que se detallan en el control del niño sano (hasta los 14 años).
- Definir responsabilidades con asignación de roles y tareas específicas entre equipos directivos, docentes, personal de cocina, auxiliares y demás integrantes de la comunidad educativa.
- Habilitar instancias de evaluación y mejora que contemplen la experiencia de las y los estudiantes, así como los aspectos operativos del servicio.

- Sostener una comunicación respetuosa con las familias a fin de evitar prácticas que expongan o estigmaticen a las y los estudiantes.

6. Orientaciones según el nivel educativo

Las propuestas pedagógicas que se presentan a continuación buscan acompañar y enriquecer el trabajo que los equipos docentes y directivos ya vienen desarrollando en sus instituciones, a través de prácticas y proyectos que promueven la comensalidad, la alimentación saludable, la convivencia y el cuidado. Estas experiencias constituyen un valioso punto de partida para continuar fortaleciendo su dimensión educativa y de bienestar, respetando los recorridos, las particularidades y las posibilidades de cada institución.

Las propuestas pedagógicas asociadas al momento de comer (tales como la lectura de menús, la indagación de circuitos productivos, la articulación con proyectos de huerta o el análisis crítico de consumos y etiquetas) no deben interpretarse como actividades accesorias. Constituyen expresiones concretas de un currículum situado que cobra significado en la vida diaria de las y los estudiantes. El marco de la Escuela Posible promueve la diversificación e inclusión de formatos pedagógicos heterogéneos (proyectos, talleres, laboratorios) que ubican a las y los estudiantes como protagonistas activos.



Educación Inicial

En este nivel, la comensalidad se organiza principalmente como una experiencia de cuidado, seguridad afectiva, exploración y construcción progresiva de autonomía.

- Establecer rutinas predecibles o de anticipación que permitan comprender los momentos de preparación, comida y orden.
- Promover autonomía gradual: lavarse las manos, reconocer los utensilios propios de los de los otros, pedir lo que se necesita, servirse con ayuda y participar en tareas sencillas acordes con la edad.
- Favorecer la exploración de colores, aromas, texturas y sabores, con respeto por los tiempos individuales y evitando la obligación de probar o terminar los alimentos.



- Propiciar conversaciones breves sobre comidas familiares, costumbres y experiencias de la comunidad, sin clasificaciones morales entre alimentos “buenos” y “malos”, u otras similares.
- Acordar con las familias criterios de acompañamiento ante restricciones alimentarias , apoyos específicos y necesidades sensoriales.
- Articular, cuando corresponda, con equipos y equipos de salud para abordar alimentación, salud integral y bienestar, sin realizar diagnósticos ni intervenciones que excedan la función docente.

Educación Primaria

La comensalidad en la escuela fortalece la convivencia, la responsabilidad compartida, la autonomía y la articulación entre experiencias concretas y aprendizajes de distintas áreas.

- Organizar responsabilidades rotativas y seguras —por ejemplo, colaborar en la preparación de las mesas, distribuir materiales livianos, cuidar el orden o separar residuos— que no sustituyan tareas del personal ni afecten el tiempo de alimentación.
- Vincular la experiencia con propuestas de Lengua, Matemática, Ciencias y Ciudadanía cuando exista un propósito pedagógico claro: lectura de menús y etiquetas, registro de desperdicios, circuitos productivos, agua segura o alimentos regionales, entre otros.
- Desarrollar proyectos sobre huertas, biodiversidad, patrimonio culinario, reducción del desperdicio y cuidado del ambiente, u otros de interés para la comunidad educativa.
- Posibilitar instancias de participación para relevar experiencias, proponer mejoras y elaborar acuerdos de convivencia vinculados con el momento de comer.
- Promover instancias de conversación respetuosas y prácticas que fortalezcan la escucha, la cooperación, el orden y el reconocimiento de las necesidades de otras y otros.
- Articular, cuando corresponda, con equipos y equipos de salud para abordar alimentación, salud integral y bienestar, sin realizar diagnósticos ni intervenciones que excedan la función docente.

Educación Secundaria

En la adolescencia, la comensalidad constituye un espacio de mayor autonomía, participación, pensamiento crítico y responsabilidad ciudadana.

- Generar instancias de intercambio crítico sobre publicidades, redes sociales, etiquetado frontal, discursos sobre el cuerpo y consumos juveniles, que eviten la estigmatización o discriminación de elecciones, corporalidades o condiciones socioeconómicas.
- Impulsar indagaciones con datos de la experiencia escolar —por ejemplo, aceptación de menús, desperdicios, tiempos de espera o accesibilidad— y elaborar propuestas de mejora.
- Habilitar espacios organizados de participación estudiantil para evaluar el clima del comedor, la información disponible y las condiciones de inclusión.



- Desarrollar proyectos de huertas, compostaje, recuperación de recetas locales o aprendizaje-servicio, con cuidado de la seguridad, la voluntariedad y el sentido pedagógico.
- Articular, cuando corresponda, con equipos y equipos de salud para abordar alimentación, salud integral y bienestar, sin realizar diagnósticos ni intervenciones que excedan la función docente.

7. Buen trato y ambientes bientratantes en la comensalidad

El buen trato constituye una forma de relacionarse con otras y otros que se construye todos los días y en el día a día. En el momento de la comida, se expresa en la manera de hablar, escuchar, ofrecer ayuda, poner límites, resolver desacuerdos y reconocer a cada persona en su singularidad.

El espacio del comedor es un escenario clave para la consolidación de un ambiente y clima institucional favorable al diálogo, a la confianza y a la comunicación respetuosa. En consonancia con los principios de la Escuela Posible, las tensiones o desacuerdos que puedan emerger durante la comida son comprendidos no como meros problemas de disciplina, sino como oportunidades pedagógicas para revisar acuerdos, aplicar intervenciones democráticas y promover la reparación relacional. Así, las pautas de convivencia en la mesa se integran orgánicamente a los Acuerdos Escolares de Convivencia (AEC) del establecimiento

Un ambiente bientratante es, sobre todo, un contexto vincular que genera confianza, seguridad, pertenencia y posibilidades de participación, un ambiente en el que se sostiene una visión institucional compartida acerca del cuidado y el respeto mutuo. Como todo espacio social y de convivencia, no estará exento de situaciones de conflicto, por eso el desafío institucional es abordarlas de manera que se transformen en oportunidades para revisar acuerdos, reparar vínculos y construir alternativas de resolución, a fin de evitar respuestas (o desatenciones) que profundicen el malestar o conduzcan a la violencia.

8. Inclusión, diversidad y derecho a participar

Una comensalidad inclusiva garantiza igualdad sin desconocer las diferencias. Las necesidades vinculadas con salud, discapacidad, alimentación, texturas, preferencias culturales o apoyos específicos requieren respuestas explícitas y organizadas, que protejan la intimidad y eviten la estigmatización. La accesibilidad se extiende más allá del alimento y alcanza el espacio físico, la información, los tiempos, los apoyos y los vínculos que se construyen durante la comida. En tal sentido, participar en igualdad de condiciones implica que cada estudiante pueda formar parte de la experiencia común con los apoyos necesarios.

La participación protagónica debe adecuarse a la edad y a las posibilidades reales de incidencia, considerando siempre que escuchar a las y los estudiantes no significa trasladarles decisiones técnicas o responsabilidades adultas, sino reconocer su capacidad para expresar experiencias, formular propuestas y participar de procesos de mejora.

9. Preguntas para la reflexión institucional

En consonancia con la propuesta de BienCBA de revisar las prácticas cotidianas desde los principios de bienestar, cada institución puede utilizar preguntas como las siguientes para observar y fortalecer su experiencia de comensalidad:

- ➔ ¿Cómo transcurre, en la práctica, el momento de comer en nuestra institución?
- ➔ ¿Qué prácticas favorecen el bienestar, la calma, el respeto y el disfrute?
- ➔ ¿Qué posibilidades reales de autonomía tienen las y los estudiantes?

- ¿En qué momentos pueden expresar sus opiniones, necesidades o propuestas?
- ¿Cómo se acompaña a quienes requieren apoyos o condiciones específicas?
- ¿Existen prácticas que puedan producir exposición, comparación, estigmatización o malestar?
- ¿Los tiempos y espacios destinados a comer favorecen una experiencia cuidada?
- ¿Qué aspectos de la comensalidad podrían ser revisados o mejorados institucionalmente?

Las preguntas orientadoras propuestas en este documento no agotan su sentido en una indagación aislada; se constituyen en un insumo técnico-pedagógico fundamental para los procesos de Autoevaluación Institucional (AI). En el marco de la Escuela Posible, la autoevaluación es una práctica formativa y participativa que permite problematizar lo cotidiano. Los datos y vivencias relevados sobre la comensalidad sirven para alimentar de manera situada el Plan Educativo Institucional (PEI) y traducir las prioridades de bienestar en líneas de acción concretas dentro del Proyecto Institucional de Bienestar Educativo y/o del Proyecto de Mejora Institucional (PMI).

A modo de cierre

La comensalidad acompaña las trayectorias educativas de distintas maneras a lo largo de la vida y el desarrollo integral de las personas. En el marco de la escuela, durante los



primeros años se presenta como una experiencia de cuidado, descubrimiento y seguridad afectiva; progresivamente se amplía hacia la autonomía, la convivencia y los aprendizajes compartidos; y en la adolescencia puede consolidarse como un espacio de participación, pensamiento crítico y responsabilidad.

Fortalecer la comensalidad desde una perspectiva educativa de bienestar significa reconocer que la escuela también enseña en la manera en que organiza sus tiempos, recibe, cuida, escucha, acompaña y reúne a sus estudiantes alrededor de la mesa.

Desde el enfoque de BienCBA, estas prácticas cotidianas forman parte de la construcción de entornos educativos de bienestar. Por ello, revisar la comensalidad es una oportunidad para fortalecer una cultura institucional del cuidado, los buenos tratos, la inclusión, la participación y el derecho de todas y todos a aprender y desarrollarse integralmente.

Documentos de referencia

- Córdoba. (2024/2026). *BienCBA. Políticas educativas con enfoque de bienestar*. Dirección General de Bienestar Educativo, Subsecretaría de Fortalecimiento Institucional del Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba. https://www.igualdadycalidadcba.gov.ar/SIPEC-CBA/SFI/DGBE/doc/biencba.pdf

- PAICOR. Gobernador Dr. César Angeloz. (@2026). *Promoción de los buenos tratos en los comedores escolares Paicor* [Módulos]. https://paicorvirtual.cba.gov.ar/Home/

- Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba. (2023). *La Escuela Posible: consolida logros y emprende la mejora.* Secretaría de Innovación, Desarrollo Profesional y Tecnologías en Educación. https://www.igualdadycalidadcba.gov.ar/SIPEC-CBA/SIDPyTE/publicaciones/2024/Ministerio-de-Educacion-La-Escuela-Posible.pdf

Elaboración

Subdirección de Entornos Educativos Saludables- Dirección General de Bienestar Educativo

Subdirectora de Entornos Educativos Saludable: Estefanía Chapuy
Equipo Técnico: Verónica Mattos, Luciana Lozano, Laura Frencia

Dirección General de Educación Primaria

Director General de Educación Primaria: Cruz Sebastián Alvarez

Colaboración

Secretaría de Innovación, Desarrollo Profesional y Tecnologías en Educación

Equipo Técnico: Silvia Lanza

Programa de Asistencia Integral de Córdoba (PAICOR)

Director de PAICOR: Ezequiel Gione

Secretaría de Fortalecimiento Institucional y Educación Superior

Equipo Técnico: Claudio Chovi Barbero

AUTORIDADES

GOBERNADOR
Martín Llaryora

VICEGOBERNADORA
Myriam Prunotto

MINISTRO DE EDUCACIÓN
Horacio Ademar Ferreyra

SECRETARIA GENERAL DE AMBIENTE, ECONOMÍA CIRCULAR Y BIOCIUDADANÍA
Victoria Flores

SECRETARIO DE EDUCACIÓN
Luis Sebastián Franchi

SECRETARIA DE INNOVACIÓN, DESARROLLO PROFESIONAL Y TECNOLOGÍAS EN EDUCACIÓN
Gabriela Peretti

SECRETARIA DE FORTALECIMIENTO INSTITUCIONAL Y EDUCACIÓN SUPERIOR
Claudia Maine

SECRETARIA DE COORDINACIÓN TERRITORIAL
Nora Bedano

SUBSECRETARIA DE ARTICULACIÓN Y PROYECCIÓN INSTITUCIONAL
Virgina Monassa

SUBSECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN
Lucía Escalera