

MANUAL DE SISTEMATIZACIÓN

**Escoles que aprofiten:
prevenció del desperdici
alimentari en comedors
escolars**



Es un proyecto de:



Financiado por:





Esta publicación ha sido realizada dentro del proyecto “Escoles que Aprofiten” con el apoyo financiero de la Generalitat Valenciana y la Diputación de Valencia. El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de Justicia Alimentaria y no refleja necesariamente la opinión de las entidades financiadores.

Es un proyecto de:



Financiado por:



Índice de contenidos

1. Presentación, 5

- ¿Qué es este manual y para qué sirve?
- Actores implicados y agradecimientos

2. Contexto y punto de partida, 6

- El desperdicio alimentario como reto educativo y socioambiental
- Diagnóstico inicial en los comedores participantes

3. El proyecto *Escoles que aprofiten*, 7

- Origen y objetivos
- Principios y actores clave
- Fases de implementación

4. Cómo sistematizamos la experiencia, 11

- Objetivos y preguntas orientadoras
- Fuentes de información y herramientas utilizadas

5. Experiencias y prácticas destacadas, 13

5.1 Medir para transformar, 13

5.2 Mejoras en el funcionamiento del comedor, 14

5.3 Acciones educativas con el alumnado, 16

- Comprender el problema
- Trabajar con los datos
- Metodologías creativas (arte, audiovisuales y campañas)

5.4 Campañas de sensibilización: del mensaje a la acción cotidiana, 19

6. Resultados del proyecto, **29**

- Resultados cuantitativos
- Cambios cualitativos observados

7. Lecciones aprendidas, **33**

8. Recomendaciones para replicar la experiencia, **35**

9. Conclusiones, **38**

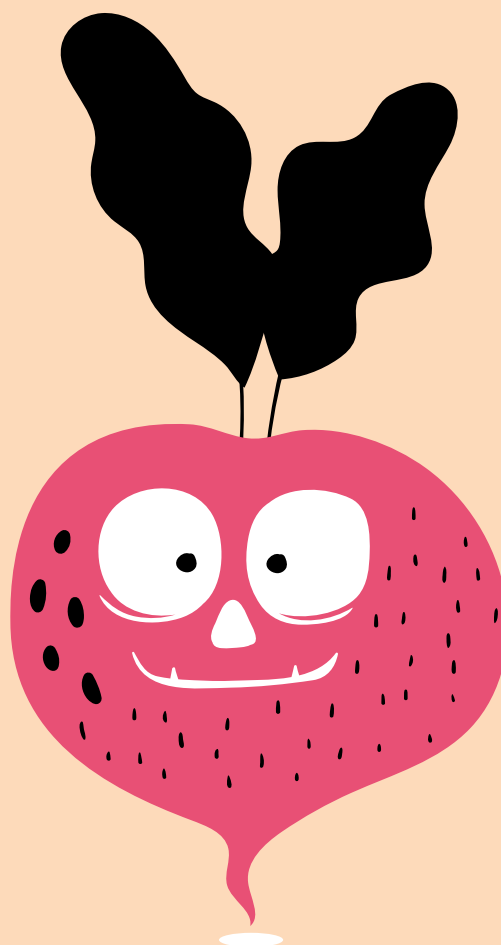
Anexo 1, **39**

1. Presentación

El presente manual es el resultado del proceso de sistematización del proyecto **Escoles que aprofiten**, una iniciativa pionera en la prevención y reducción del desperdicio alimentario en comedores escolares.

Su objetivo es recoger aprendizajes, herramientas y prácticas surgidas durante este tiempo, con la voluntad de servir de apoyo a otros centros que quieran abordar el desperdicio alimentario desde una mirada educativa y transformadora. Es una guía práctica nacida de la experiencia.

El trabajo ha sido posible gracias a la implicación de muchos actores: equipos directivos, educadoras/es de comedor y equipos de cocina, alumnado, profesorado, familias y entidades sociales. A todas ellas, nuestro reconocimiento y agradecimiento, porque sin su compromiso no hubiera sido posible avanzar hacia unos comedores más sostenibles.



2. Contexto y punto de partida

Cada día, toneladas de comida acaban en la basura en hogares, supermercados, restaurantes y también en los comedores escolares. Se calcula que cerca de un tercio de los alimentos producidos no llegan a consumirse, con el impacto ambiental, económico y social que ello supone.

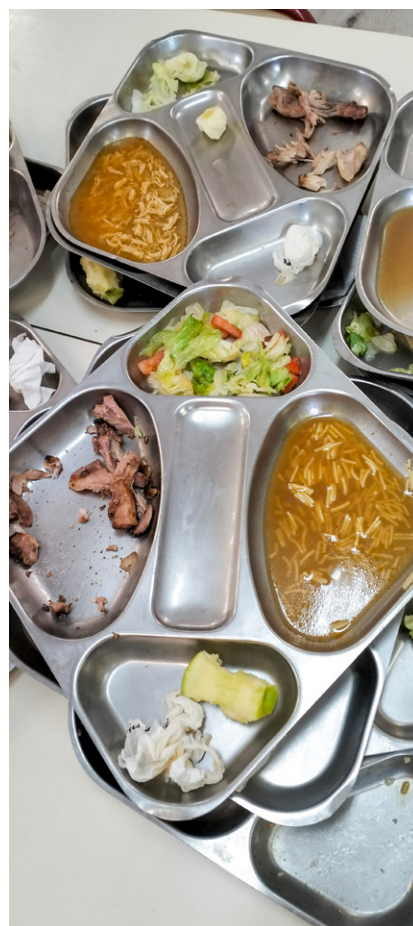
En los comedores escolares, el desperdicio suele aparecer en forma de platos medio llenos, fruta apenas probada o bandejas que regresan casi intactas. Las causas son diversas: rechazo a ciertos alimentos, raciones poco ajustadas, tiempos de comedor limitados o dinámicas que favorecen tirar antes que aprovechar.

Más allá de la cantidad de comida desperdiciada, esta realidad plantea también una oportunidad educativa. El comedor escolar no es únicamente un espacio de alimentación: es un lugar donde se construyen hábitos, relaciones y formas de entender el consumo y el cuidado de los recursos.

El diagnóstico inicial realizado en los centros participantes permitió identificar tres necesidades principales:

- mejorar criterios y dinámicas de funcionamiento del comedor;
- sensibilizar más a la comunidad educativa;
- y disponer de herramientas sencillas para medir y actuar frente al desperdicio alimentario.

Este punto de partida mostró que existía margen de mejora, pero también interés y predisposición para impulsar cambios compartidos.



3. El proyecto *Escoles que aprofiten*

3.1. Origen y objetivos

A partir de este contexto surge *Escoles que aprofiten*, una iniciativa orientada a medir el desperdicio alimentario en comedores escolares, comprender por qué se produce y poner en marcha acciones sencillas para reducirlo desde una mirada educativa y participativa.

El proyecto se planteó como un proceso práctico y experimental, centrado en aprender desde la experiencia de varios centros educativos y generar herramientas fácilmente adaptables a otras realidades.

El trabajo se desarrolló desde una doble mirada:

- ambiental, por el impacto social y ecológico que supone desperdiciar alimentos;
- y educativa, entendiendo el comedor como un espacio con gran potencial para trabajar hábitos, sostenibilidad y corresponsabilidad.

A lo largo del proceso se trabajó principalmente en cuatro líneas:

- medir de forma sencilla el desperdicio generado en el comedor;
- revisar dinámicas y protocolos que podían favorecer el desperdicio;
- implicar al alumnado y a la comunidad educativa en la búsqueda de soluciones;
- y generar materiales y prácticas que pudieran replicarse en otros centros.

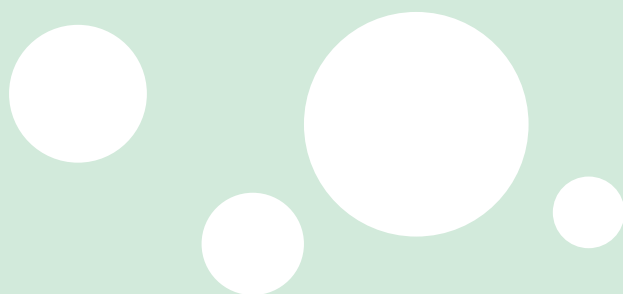
3.2. Principios y actores clave

El proyecto se apoyó en una serie de principios que orientaron el conjunto de acciones desarrolladas:

- **Sostenibilidad:** reducir el desperdicio implica cuidar recursos naturales, energía, agua y alimentos.
- **Co-responsabilidad:** el comedor funciona como una comunidad, por lo que la prevención del desperdicio debía construirse de manera compartida con todos los actores.
- **Educación en hábitos saludables:** aprovechar la comida también forma parte de una alimentación equilibrada y consciente.
- **Participación:** el alumnado, las familias y el personal de comedor debían tener voz en el proceso.
- **Practicidad:** las medidas debían ser sencillas de aplicar en el día a día del comedor, ya que es un espacio de difícil gestión en un centro educativo.

Desde el inicio se entendió que reducir el desperdicio alimentario no podía depender únicamente del alumnado o del personal de cocina. Muchas de las causas del desperdicio están relacionadas con dinámicas organizativas, hábitos, tiempos, expectativas o formas de funcionamiento que afectan a toda la comunidad educativa.

Por ello, el proyecto buscó implicar a distintos actores, entendiendo que cada uno ocupa un lugar importante dentro del comedor escolar y puede contribuir de forma diferente a la prevención del desperdicio.



ACTORES CLAVE Y SU PAPEL

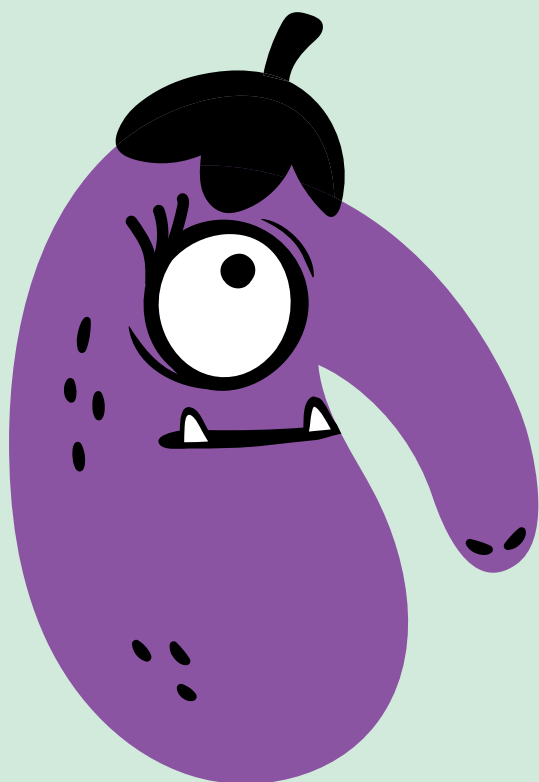
- **Alumnado:** participó en actividades de sensibilización, análisis de resultados, campañas y propuestas de mejora. Su implicación fue fundamental para transformar hábitos cotidianos y generar cambios dentro del comedor.
- **Profesorado:** reforzó el trabajo educativo, vinculó la temática a contenidos curriculares y ayudó a integrar las acciones del proyecto en el día a día del aula.
- **Equipos directivos:** facilitaron la incorporación del proyecto en la dinámica del centro, coordinaron tiempos y espacios, y ayudaron a consolidar acuerdos y medidas organizativas necesarias para sostener los cambios.
- **Monitoras y monitores de comedor:** tuvieron un papel especialmente relevante en el acompañamiento diario del alumnado, la aplicación de protocolos y la generación de dinámicas educativas durante el tiempo de comedor.
- **Equipos de cocina y empresas de restauración:** aportaron conocimiento práctico sobre el funcionamiento del servicio, ayudando a identificar medidas viables para reducir desperdicio.
- **Familias:** recibieron información, fueron parte imprescindible en las mediciones y participaron en talleres de sensibilización.
- **Administración y entidades colaboradoras:** aportaron apoyo técnico, recursos, financiación y espacios de intercambio entre centros.

La experiencia mostró que las medidas más sostenibles fueron aquellas construidas desde la colaboración entre todos estos actores. Cuando el desperdicio deja de entenderse como un problema individual y pasa a abordarse como una responsabilidad compartida, las posibilidades de cambio aumentan significativamente.

3.3. Fases de implementación

El proyecto se desplegó en tres fases principales:

- **1. Diagnóstico inicial:** medición del desperdicio antes de la intervención, entrevistas con equipos directivos y monitoraje, dinámicas para elaborar propuestas del alumnado.
- **2. Aplicación de medidas:**
 - Protocolos en cocina y comedor.
 - Actividades educativas con el alumnado.
 - Comunicación visual (carteles, decálogo, paneles de resultados).
- **3. Evaluación y cierre:** recopilación de resultados, reflexión con los actores implicados y sistematización de aprendizajes.



4. Cómo sistematizamos la experiencia

La sistematización ha sido una herramienta para ordenar lo vivido, comprender mejor el proceso desarrollado y extraer aprendizajes útiles para futuras experiencias.

Más que una evaluación externa o un ejercicio final, se ha entendido como una práctica de reflexión sobre la propia experiencia: mirar qué hicimos, cómo lo hicimos, qué funcionó y qué aprendizajes podían compartirse.

4.1. Objetivos y preguntas orientadoras

Este proceso ha perseguido principalmente:

- Reconstruir y ordenar la experiencia desarrollada en los centros participantes.
- Identificar aprendizajes, aciertos y aspectos de mejora.
- Generar orientaciones útiles para replicar o adaptar la experiencia en otros contextos.

PREGUNTAS ORIENTADORAS

La sistematización se apoyó en algunas preguntas sencillas:

- *¿Qué prácticas han contribuido más a reducir el desperdicio?*
- *¿Qué cambios se han observado en el comedor y en el alumnado?*
- *¿Qué dificultades surgieron y cómo se afrontaron?*
- *¿Qué aprendizajes pueden ser útiles para otros centros?*

4.2. Fuentes de información y herramientas utilizadas

Para recoger y analizar la experiencia se combinaron distintas fuentes:

- Datos de las mediciones de desperdicio.
- Observaciones del proceso y seguimiento en los centros.
- Espacios de reflexión con alumnado, equipos de monitoras/es de comedor, profesorado y equipos directivos.
- Materiales generados durante el proyecto (protocolos, campañas, registros visuales, producciones del alumnado).

La combinación de estas fuentes permitió construir una mirada amplia del proceso, atendiendo tanto a resultados como a aprendizajes.

HERRAMIENTAS UTILIZADAS

Para hacer más ágil la recogida de información se diseñaron herramientas específicas:

- Fichas de registro de desperdicio, adaptadas para que pudieran usarse fácilmente.
- Cuantificación de platos devueltos, que ayudaba a sensibilizar mientras generaba datos.
- Encuestas breves online y en papel, dirigidas a la comunidad educativa.
- Talleres de reflexión en grupo, donde se compartieron experiencias y propuestas de mejora.

Este manual es resultado de ese proceso. Hemos sistematizado no solo para analizar lo realizado, sino para convertir la experiencia en conocimiento compartido.

5. Experiencias y prácticas destacadas

Este apartado recoge las acciones más relevantes implementadas en los centros participantes. No se trata de un listado exhaustivo, sino de aquellas prácticas que demostraron ser más eficaces, replicables y significativas en la reducción del desperdicio y en la sensibilización de la comunidad educativa.

5.1. Medir para transformar

La medición del desperdicio fue una herramienta central del proyecto. No solo permitió conocer cuánto alimento se tiraba y qué patrones se repetían, si no que ayudó a poner sobre la mesa una problemática que muchas veces pasa desapercibida.

El proceso de pesar restos, analizar resultados y compartirlos con la comunidad educativa permitió identificar puntos críticos —como determinadas combinaciones poco aceptadas, dinámicas de gestión o comportamientos del alumnado— y orientar decisiones de mejora.

Pero la medición tuvo también un valor pedagógico muy importante. Ver los datos del propio comedor, traducirlos en kilos anuales o en equivalencias comprensibles para el alumnado generó impacto y ayudó a transformar una preocupación abstracta en algo cercano y cuestionable.

Uno de los aprendizajes más claros fue que medir no solo sirve para saber cuánto se desperdicia, sino para empezar a cambiar la mirada hacia ese problema.

5.2. Mejoras en el funcionamiento del comedor

A partir del diagnóstico inicial, varios centros identificaron pequeños cambios organizativos con potencial para reducir el desperdicio sin alterar la calidad del servicio.

Se diseñaron protocolos sencillos y consensuados que incluían:

- Posibilidad de repetir solo una vez finalizada la bandeja en su totalidad, favoreciendo primero el aprovechamiento de la ración servida.
- Servicio inicial de cantidades más ajustadas, con posibilidad de ampliación posterior, especialmente en primeros platos más saciantes como la pasta o el arroz.
- Revisión de combinaciones de alimentos que sistemáticamente generaban rechazo. Un ejemplo identificado fue la combinación de legumbres y tortilla, una propuesta poco aceptada por muchos comensales y asociada a jornadas con mayores niveles de desperdicio.
- Mejora en la disponibilidad de determinados alimentos, como el pan. Se observó que su desperdicio disminuye significativamente cuando se ofrece a demanda, en lugar de servirse de forma generalizada en todas las bandejas sin conocer previamente si se va a consumir.
- Regulación de las repeticiones de segundos platos, especialmente cuando estas pueden favorecer un menor consumo del primer plato o desequilibrar la composición nutricional prevista del menú.

Más que grandes cambios estructurales, fueron ajustes cotidianos que ayudaron a mejorar el aprovechamiento. Junto a ello, herramientas difundidas como el protocolo de repeticiones o el decálogo de buenas prácticas ayudaron a dar coherencia y continuidad a estas mejoras.

PROTOCOLO DE REPETICIONES

Uno de los aspectos trabajados fue ordenar la gestión de las repeticiones para evitar situaciones en las que una lógica de abundancia terminara generando más restos.

Se compartió la idea de que la posibilidad o no de repetir no es una restricción, sino una práctica para equilibrar aprovechamiento, satisfacción y equilibrio nutricional.

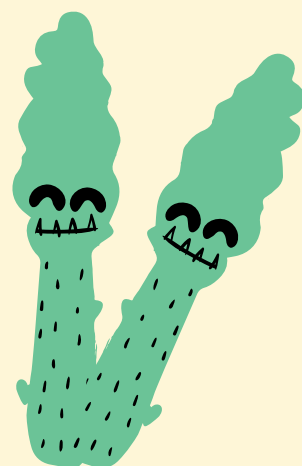
Además, este protocolo se socializó con las familias para favorecer comprensión sobre su sentido educativo y preventivo, con todas las propuestas dirigidas y relacionadas hacia conseguir nuestro objetivo final, la reducción del desperdicio alimentario en el comedor escolar.

DECÁLOGO PARA REDUCIR EL DESPERDICIO

Junto a ello se elaboró un decálogo de buenas prácticas, concebido como un marco sencillo para ordenar medidas preventivas antes, durante y después de la comida.

Más que una norma, funcionó como referencia compartida para integrar la prevención del desperdicio en la dinámica cotidiana del comedor.

Estas medidas mostraron que sensibilización y organización no son planos separados, sino dimensiones que se refuerzan mutuamente.



5.3. Acciones educativas dirigidas al alumnado

La reducción del desperdicio no puede sostenerse únicamente sobre protocolos técnicos. Necesita comprensión, implicación emocional y participación activa. Por ello, el proyecto incorporó un itinerario de sensibilización progresivo dirigido al alumnado de tercer ciclo, diseñado para acompañar las distintas fases del proceso (antes, durante y después de las mediciones).

Las acciones se articularon en torno a tres ejes: comprender el problema, apropiarse de los datos y actuar creativamente.

1. SESIÓN INICIAL: COMPRENDER EL PROBLEMA

El proceso comenzó con una sesión introductoria adaptada a cada grupo de edad, donde se abordaron tres cuestiones clave:

- *¿Qué es el desperdicio alimentario?*
- *¿En qué se diferencia de las pérdidas alimentarias?*
- *¿Qué dimensión tiene a nivel global y local?*

Se trabajaron ejemplos cotidianos y se explicó que desperdiciar no es solo tirar comida, sino también desaprovechar recursos: agua, energía, trabajo y fuentes naturales.

La sesión incluyó dinámicas participativas para responder a una pregunta central:

¿Qué podemos hacer nosotros y nosotras desde el comedor escolar?

Este primer espacio permitió establecer una base común de comprensión antes de empezar con las primeras mediciones.



2. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS DE LA PRIMERA MEDICIÓN

Tras la cuantificación inicial, se realizó una sesión específica para mostrar los resultados reales obtenidos en el comedor de cada escuela, como la fotografía inicial del estado del problema.

Se presentaron los datos en distintos formatos para fomentar la reflexión:

- Gramos desperdiciados por comensal.
- Kilos totales desperdiciados por día, por semana y por curso escolar.
- Índice de desperdicio alimentario de cada plato: % que se desperdicia en función de la ración servida de cada plato.
- Alimentos más rechazados y combinaciones menos aceptadas.
- Con esa cantidad de desperdicio generada, a cuantos alumnos/as se podría dar de comer.

Comparaciones visuales (equivalencias en recursos).¹

El objetivo no fue señalar culpables, sino visibilizar la dimensión del problema en su propio entorno.

A partir de los datos, el alumnado trabajó en grupos para responder a una serie de preguntas:

- *¿Por qué creéis que tiramos tanto? ¿Qué podemos cambiar?*
- *Se analizaron las causas del desperdicio*
- *¿Qué propuestas haríais para reducir el desperdicio en vuestro comedor?*

Muchas de las medidas incorporadas en los planes de prevención surgieron directamente de estas sesiones.

3. ARTE Y CREACIÓN AUDIOVISUAL: CREATIVIDAD COMO HERRAMIENTA DE TRANSFORMACIÓN

Desde el inicio del proyecto entendimos que reducir el desperdicio alimentario no era únicamente una cuestión de medición y protocolos técnicos. Ajustar raciones, registrar datos o establecer normas para regular las repeticiones era necesario, pero no suficiente. Si queríamos provocar un cambio real y duradero, debíamos trabajar también la dimensión cultural, simbólica y emocional del desperdicio.

El alumnado debía dejar de ver la comida que se tira como algo normal o inevitable. Y para eso hacía falta algo más que cifras: hacía falta experiencia, expresión y participación activa.

Por ello, el arte y la creación audiovisual se incorporaron como herramientas pedagógicas centrales dentro del proyecto.

A través del arte, el desperdicio alimentario dejó de ser basura anónima para convertirse en mensaje, pregunta y acción colectiva. La creatividad permitió resignificar aquello que normalmente pasa desapercibido: los restos de comida, las frutas imperfectas, el pan olvidado en la bandeja. Lo que antes era desperdicio se transformó en material de reflexión.

En cada centro se llevaron a cabo una serie de talleres relacionados con el arte o la creación audiovisual para desarrollar un producto que sirviera de denuncia, reflexión y difusión entre la comunidad educativa desarrollado por el propio alumnado.



Carteles anti-desperdicio.

3.1. Talleres artísticos: expresar para comprender

Se organizaron talleres de arte en los que el alumnado pudo trabajar el desperdicio desde la expresión plástica y simbólica.

En estos talleres se elaboraron:

- Lemas anti-desperdicio creados por el propio alumnado.
- Carteles con figuras abstractas para simbolizar el desperdicio.
- Mensajes visuales situados estratégicamente en el comedor.

El proceso creativo fue tan importante como el resultado final. Mientras diseñaban lemas y dibujos, los grupos debatían sobre preguntas como:

- *¿Por qué tiramos comida?*
- *¿Qué sentimos cuando vemos una bandeja casi intacta?*
- *¿Qué mensaje queremos transmitir a nuestros compañeros/as?*

Este diálogo transformó el acto de pintar y diseñar en un espacio de reflexión compartida.



Creación de lemas anti-desperdicio. Taller de arte en el CEIP Cervantes.

3.2. Exposición reivindicativa: cuestionar la cultura del descarte

Otra de las propuestas que se realizaron fue la creación de una exposición artística utilizando cajas de cartón recicladas y dibujos de frutas y verduras imperfectas, bajo el lema de *Cap menjar al fem*.

La instalación tenía un carácter temporal y reivindicativo. No se trataba solo de decorar, sino de interpelar. Las cajas simbolizaban el recorrido de los alimentos (la cantidad de kilómetros que hacen para llegar a nuestros platos); las frutas imperfectas cuestionaban los estándares estéticos que muchas veces generan desperdicio en distintas fases de la cadena.

La exposición invitaba a reflexionar sobre:

- El esfuerzo necesario para producir alimentos.
- El valor oculto detrás de cada pieza.
- La cultura de usar y tirar.

El patio, *hall* y los espacios comunes del centro se convirtieron temporalmente en una galería crítica, donde el desperdicio dejaba de ser invisible.



Exposición artística *Cap menjar al fem*. CEIP Federico García Lorca.

3.3. Creación audiovisual: el alumnado como portavoz

Dentro de este mismo enfoque, donde se utilizó el arte y la creación para conectar también con la dimensión emocional del problema, se realizaron tres vídeos de sensibilización protagonizados por el propio alumnado. La creación audiovisual se planteó como una herramienta pedagógica más dentro del proyecto, complementaria a los talleres artísticos, pero utilizando el potencial del lenguaje narrativo y audiovisual para generar reflexión e implicación. El objetivo no era únicamente producir una pieza final, sino vivir colectivamente el proceso de construir un mensaje. A través de este trabajo, el alumnado pudo:

- Reflexionar sobre qué quería comunicar y cómo hacerlo.
- Transformar los datos de desperdicio en relatos comprensibles y cercanos.
- Utilizar el humor, la ironía y la narrativa como recursos para interpelar a la comunidad educativa.
- Plantear alternativas y propuestas de cambio, en lugar de centrar el discurso en la culpabilización.

El alumnado participó activamente en la interpretación, la puesta en escena y la construcción del relato, reforzando su papel como agente de cambio y no como simple receptor de mensajes.



Grabación del video en el CEIP Barranquet.

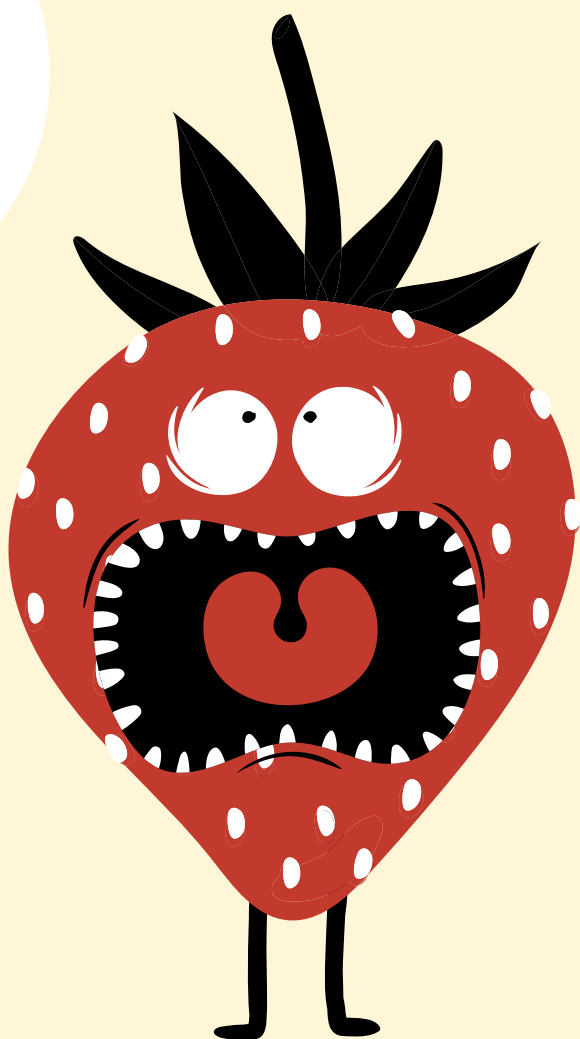


Grabación del video en Escola Les Carolines.

La experiencia permitió convertir cifras en historias, trabajar habilidades comunicativas y creativas, ampliar el impacto del proyecto hacia familias y comunidad educativa, y consolidar el compromiso colectivo en torno a la reducción del desperdicio.



Grabación del video en CEIP Tirant lo Blanc.



5.4. Campañas de sensibilización: del mensaje a la acción cotidiana

Además de las acciones artísticas, se impulsaron campañas específicas orientadas a generar un impacto directo en los hábitos diarios del alumnado y sus familias. Estas campañas buscaban trasladar la reflexión del plano simbólico al comportamiento cotidiano, convirtiendo el mensaje en práctica.

5.4.1. Campaña “Mi delito fue...”

La campaña “*Mi delito fue...*” nació tras identificar que uno de los alimentos desperdiciados, tanto en los recreos como en los hogares, era el pan. Muchas veces se tiraba casi intacto, sin apenas reflexión sobre su valor o sobre las alternativas posibles para su uso.

A través de mensajes breves, directos y con un punto provocador —como “*Mi delito fue no tener hambre*”, “*Mi delito fue estar duro*” o “*Mi delito fue pedir más de lo que necesitaba*”— se invitaba al alumnado a cuestionar la naturalidad con la que se descarta una pieza de pan.



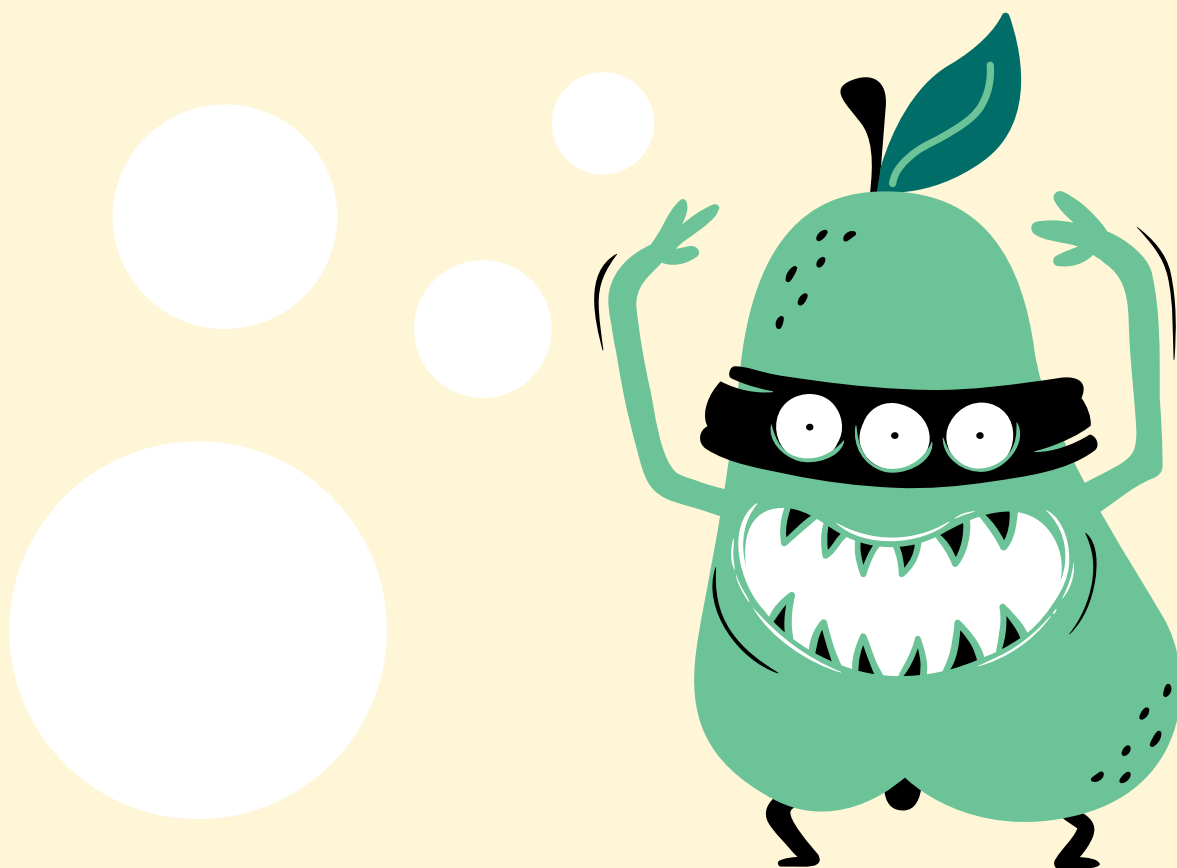
Caja de la campaña *Mi delito fue*.

El enfoque no pretendía culpabilizar, sino despertar conciencia sobre cómo decisiones aparentemente pequeñas, repetidas cada día, terminan generando grandes volúmenes de desperdicio. El pan, un alimento cotidiano y a menudo infravalorado, se convirtió así en símbolo del problema.

La campaña incorporó además una dimensión práctica y familiar. Durante una semana, el alumnado recogió en sus hogares el pan que iba a ser desechado y lo llevó al centro, en colaboración con sus familias. Cada aportación diaria se depositaba en una caja común, que progresivamente se iba llenando.

La visualización del volumen acumulado tuvo un fuerte impacto. Lo que en casa parecía insignificante, en conjunto adquiría otra dimensión.

La campaña culminó con una sesión de pesaje del pan recogido y una reflexión colectiva sobre alternativas posibles del pan descartado: reutilización en recetas, aprovechamiento creativo (torrijas, pan rallado, tostones...), conservación adecuada o cambios en la cantidad comprada.



5.4.2. Campaña de distintivos del comedor escolar

Si la campaña “*Mi delito fue...*” buscaba provocar reflexión, la campaña de distintivos del comedor escolar se centró en reforzar comportamientos positivos y consolidar hábitos responsables.

La iniciativa partía de una idea sencilla: reconocer y visibilizar las buenas prácticas en lugar de centrarse únicamente en los errores. En colaboración estrecha con los equipos de comedor, se diseñaron pegatinas y distintivos que se entregaban cuando el alumnado terminaba su bandeja o mostraba un comportamiento responsable en relación con la comida (probar nuevas recetas, esforzarse por acabarse el plato o evitar dejar restos innecesarios).

El objetivo no era premiar la “bandeja perfecta”, sino fomentar una actitud consciente y respetuosa hacia los alimentos.

El papel del equipo de educadoras y educadores de comedor fue clave. Las monitoras y monitores no solo entregaban los distintivos, sino que acompañaban el proceso con comentarios educativos, pequeñas conversaciones y refuerzos positivos. De esta manera, la campaña no se redujo a un gesto simbólico, sino que se integró en la dinámica cotidiana del comedor.

La acción generó varios efectos relevantes:

- Introdujo un enfoque motivador en lugar de punitivo.
- Favoreció la autoevaluación del alumnado sobre sus propios hábitos.
- Creó un clima positivo en torno al aprovechamiento.
- Reforzó la implicación del personal de comedor como agente educativo.

Además, al tratarse de una dinámica visible y compartida, se generó un efecto contagio entre iguales. El compromiso dejó de ser individual para convertirse en una práctica colectiva.

En conjunto, esta campaña demostró que pequeñas estrategias de reconocimiento pueden tener un impacto significativo cuando se aplican de forma coherente y acompañadas de diálogo y reflexión.



Campaña distintivos de comedor.



Pegatinas entregadas al alumnado.

5.4.3. Campaña Patios: lanzamiento de un reto colectivo

Otra de las líneas trabajadas para ampliar el impacto del proyecto fue impulsar una acción colectiva orientada a visibilizar el desperdicio alimentario generado durante el almuerzo en los patios escolares.

La propuesta consistió en lanzar un reto compartido entre centros educativos para medir, durante un solo día, la cantidad de alimentos desperdiciados en el momento del almuerzo. En total, participaron 21 centros educativos de la provincia de València.

La campaña partía de una idea sencilla: gran parte del desperdicio asociado al almuerzo pasa desapercibido. Pequeños restos de bocadillo, fruta o alimentos apenas empezados se tiran diariamente sin demasiada reflexión, precisamente porque aparecen fragmentados y dispersos.

Cada centro participante recogió y pesó los restos alimentarios generados en el patio, y los colocó en línea para medir los metros lineales que ocupan, haciendo visible una realidad que normalmente permanece oculta. La acción permitió transformar un gesto cotidiano y aparentemente menor en una experiencia colectiva de observación y reflexión.

Más allá de los datos obtenidos, uno de los aspectos más valiosos de la campaña fue su dimensión comunitaria. El hecho de que muchos centros estuvieran realizando simultáneamente la misma acción ayudó a generar sensación de participación compartida y amplificó el impacto educativo de la propuesta.

La campaña permitió:

- visibilizar el desperdicio asociado a los almuerzos escolares;
- generar conversación sobre hábitos de consumo y planificación de alimentos;
- implicar al alumnado en un proceso sencillo de medición y análisis;

- y conectar una práctica cotidiana con una problemática ambiental y social más amplia.

Además, el reto facilitó que muchos centros se aproximaran por primera vez a la medición del desperdicio alimentario a través de una dinámica simple, práctica y fácilmente replicable.



Metros lineales campaña patios CEIP Federico García Lorca.



Desperdicio almuerzos Escola Les Carolines.

6. Resultados del proyecto

6.1. Resultados cuantitativos

Las auditorías realizadas en los centros participantes muestran una tendencia global positiva en la reducción del desperdicio alimentario, aunque con diferencias entre contextos y dinámicas de comedor.

Tres de los cinco centros participantes lograron reducir su índice de desperdicio alimentario en más de un 20%, alcanzando en algunos casos reducciones cercanas al 50%.

En términos globales, la media del índice de desperdicio alimentario pasó del 24,6 % al 20,6 %, consolidando una evolución favorable del conjunto del proyecto.

Además del índice global, las mediciones mostraron avances importantes en otros indicadores:

- reducción del desperdicio por alumno y día en la mayoría de centros;
- disminución de restos asociados al pan y algunos primeros platos;
- mejor aceptación de determinados alimentos inicialmente poco consumidos;
- y reducción significativa del volumen total de residuos generados semanalmente.

Las auditorías permitieron también identificar factores que influyen directamente en el desperdicio, como el tamaño de las raciones, determinadas combinaciones de menú, la gestión de las repeticiones o la organización de los tiempos de comedor.

La experiencia mostró la importancia de interpretar siempre los datos en contexto, ya que factores organizativos o situaciones excepcionales pueden influir notablemente en las mediciones.

Más allá de las cifras concretas, el proyecto permitió generar información útil para comprender mejor las dinámicas de los comedores escolares y orientar futuras mejoras.

Los resultados detallados por centro pueden consultarse en el Anexo 1.



6.2. Resultados cualitativos

Más allá de los datos cuantitativos, el proyecto generó cambios significativos en la forma en que la comunidad educativa percibía y abordaba el desperdicio alimentario.

Uno de los principales avances observados fue que el desperdicio dejó de entenderse como algo inevitable o anecdótico para convertirse en una problemática visible y compartida dentro de los centros.

En muchos casos, el alumnado comenzó a cuestionar prácticas antes normalizadas, como tirar pan casi intacto, rechazar automáticamente determinados alimentos o servirse más cantidad de la necesaria.

También se observaron mejoras en el clima del comedor y en la implicación del alumnado durante el tiempo de comida. Las campañas, dinámicas grupales y acciones creativas ayudaron a generar conversación y participación en torno al aprovechamiento de los alimentos.

Otro aspecto relevante fue el fortalecimiento del papel educativo del comedor escolar. El proyecto permitió reforzar la idea de que el tiempo de comedor no es únicamente un servicio asistencial, sino también un espacio donde trabajar hábitos, convivencia y sostenibilidad desde situaciones cotidianas.

La implicación del personal de comedor resultó especialmente importante. En varios centros, monitoras, monitores y equipos de cocina asumieron un papel más activo en el acompañamiento del alumnado y en la aplicación de medidas preventivas.

También las familias participaron en algunas acciones concretas, especialmente aquellas relacionadas con campañas de sensibilización o recogida de datos, favoreciendo que parte de la reflexión trascendiera el espacio escolar.

En conjunto, los resultados cualitativos muestran que las acciones desarrolladas no solo contribuyeron a reducir residuos, sino también a generar una mayor conciencia colectiva sobre el valor de los alimentos y la importancia de su aprovechamiento.

6.3. Límites y dificultades encontradas

El desarrollo del proyecto permitió identificar también algunas dificultades y límites que conviene tener en cuenta en futuros procesos de reducción del desperdicio alimentario.

Un aspecto importante fue comprobar que no todos los centros parten de las mismas condiciones ni responden igual a las medidas implementadas. Factores como el tamaño del comedor, la organización interna, la implicación de la comunidad educativa o las dinámicas previas del alumnado influyen directamente en los resultados.

También se observaron limitaciones asociadas a los propios tiempos del comedor escolar. En muchos casos, se trata de espacios con alta carga organizativa y poco margen para introducir cambios complejos o procesos largos de acompañamiento.

Otra dificultad importante fue la necesidad de sostener las acciones en el tiempo. Algunas mejoras requieren continuidad, seguimiento y coordinación entre distintos actores para consolidarse realmente en los hábitos cotidianos.

Además, determinadas situaciones excepcionales —como variaciones importantes en el número de comensales o cambios en las condiciones habituales del servicio— pueden alterar significativamente los resultados de las mediciones y dificultar comparaciones directas.

Lejos de entenderse como fracasos, estas dificultades forman parte del propio proceso de aprendizaje del proyecto y ayudan a identificar condiciones necesarias para futuras réplicas o ampliaciones.

7. Lecciones aprendidas

La experiencia desarrollada a lo largo del proyecto permitió extraer aprendizajes útiles sobre cómo abordar la reducción del desperdicio alimentario en los comedores escolares y qué condiciones favorecen que los cambios se mantengan en el tiempo.

1. MEDIR TAMBIÉN SENSIBILIZA

Uno de los principales aprendizajes fue comprobar que la medición no funciona únicamente como herramienta técnica. Pesar restos, analizar resultados y compartir datos ayudó a hacer visible una problemática que muchas veces pasa desapercibida.

Cuando el desperdicio se concreta en kilos, bandejas o alimentos reales, resulta más fácil generar preguntas y promover cambios.

2. EL COMEDOR TIENE UN IMPORTANTE POTENCIAL EDUCATIVO

El proyecto reforzó la idea de que el comedor escolar puede ser mucho más que un espacio de alimentación. Trabajar el desperdicio permitió abordar hábitos alimentarios, sostenibilidad, corresponsabilidad y cuidado de los recursos desde situaciones cotidianas y cercanas para el alumnado.

3. LA PARTICIPACIÓN FAVORECE EL COMPROMISO

Las medidas que mejor funcionaron fueron aquellas construidas de manera compartida entre alumnado, equipos de comedor, profesorado y familias.

Cuando las personas participan en el diagnóstico y en las soluciones, las acciones dejan de percibirse como normas externas y se integran con mayor facilidad en la vida cotidiana del centro.

4. EL POTENCIAL TRANSFORMADOR DEL ARTE Y LAS METODOLOGÍAS CREATIVAS

Las metodologías artísticas y audiovisuales facilitaron la participación y ayudaron a trabajar la problemática desde lugares distintos a los habituales.

Los talleres, campañas y vídeos permitieron conectar la reflexión con la experiencia cotidiana del alumnado y favorecieron una mayor apropiación de los mensajes trabajados.

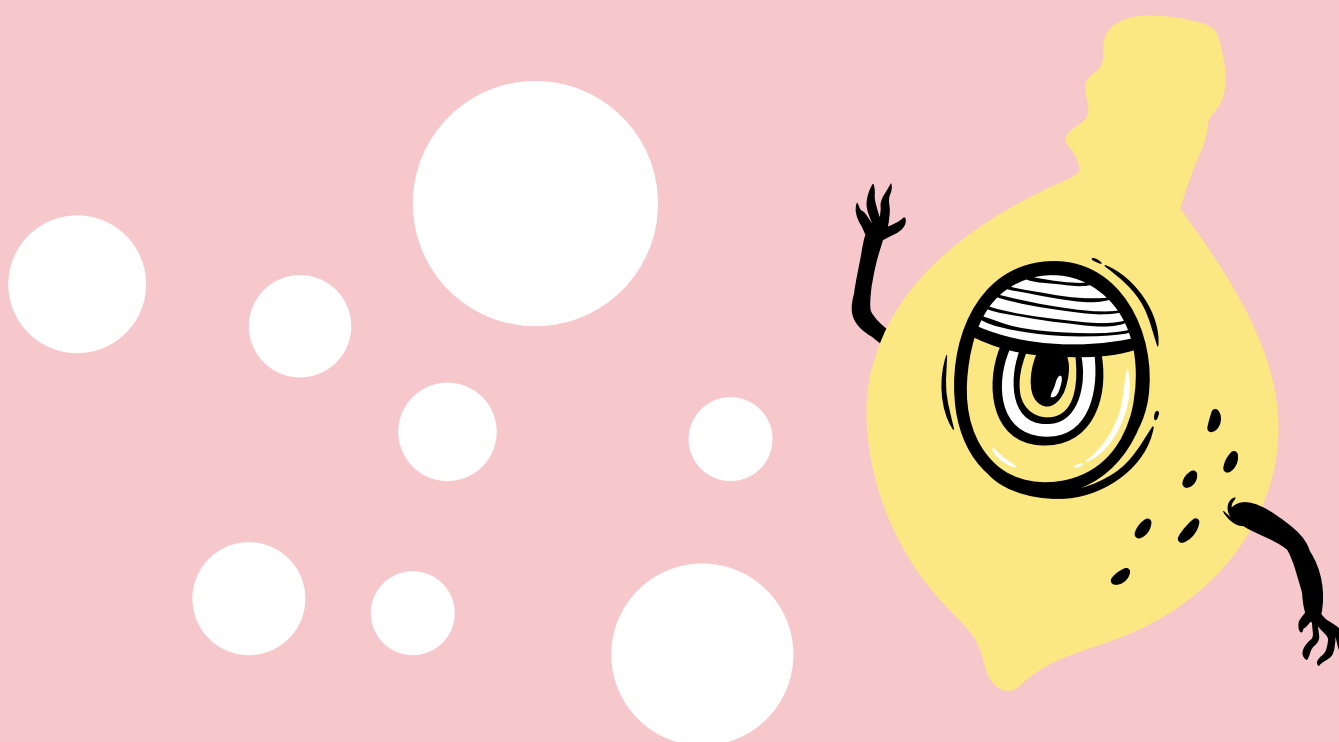
5. CADA COMEDOR TIENE REALIDADES DIFERENTES

Los resultados mostraron que las dinámicas, necesidades y puntos de partida no son iguales en todos los centros. Esto obliga a adaptar las medidas y evitar soluciones excesivamente rígidas o recetas únicas.

6. REDUCIR DESPERDICIO REQUIERE CONTINUIDAD

La experiencia mostró que los cambios más sólidos no surgieron de acciones puntuales, sino de pequeñas mejoras sostenidas en el tiempo.

La reducción del desperdicio alimentario requiere seguimiento, coordinación y capacidad de revisión constante.



8. Recomendaciones para la réplica de la experiencia

La experiencia desarrollada permite extraer algunas orientaciones útiles para centros educativos, administraciones o entidades que quieran impulsar procesos similares de prevención del desperdicio alimentario en comedores escolares.

Más que un modelo cerrado, estas recomendaciones pretenden ofrecer claves para adaptar la experiencia a distintos contextos.

1. COMENZAR POR MEDIR Y CONOCER LA REALIDAD DEL CENTRO

Antes de plantear soluciones, es fundamental partir de un diagnóstico propio.

La medición del desperdicio permite identificar puntos críticos, patrones de rechazo y dinámicas del comedor que de otro modo suelen pasar desapercibidas. Además, ofrece una base objetiva para diseñar acciones ajustadas a cada realidad y evaluar posteriormente su impacto.

2. COMBINAR ACCIONES EDUCATIVAS Y CAMBIOS ORGANIZATIVOS

Los cambios organizativos funcionan mejor cuando van acompañados de procesos educativos y de sensibilización que ayuden a comprender el sentido de las medidas adoptadas. Las acciones dirigidas al alumnado tienen mayor impacto cuando se acompañan de mejoras en el funcionamiento del comedor: protocolos claros, revisión de raciones, ajustes en menús o criterios compartidos para las repeticiones.

3. IMPLICAR A TODA LA COMUNIDAD EDUCATIVA

La reducción del desperdicio es más efectiva cuando se aborda como una responsabilidad compartida. Por ello, se recomienda implicar desde el inicio a los distintos agentes que forman parte del comedor escolar:

- alumnado
- equipos de comedor
- profesorado
- familias
- equipos directivos

Cuanto mayor es la participación en el proceso, mayor es la apropiación de las medidas adoptadas.

4. ADAPTAR LAS ESTRATEGIAS AL CONTEXTO DE CADA CENTRO

No todos los comedores tienen las mismas características ni funcionan de la misma manera. Por ello, más que replicar medidas de forma literal, se recomienda adaptar las herramientas y acciones a las necesidades, dinámicas y posibilidades reales de cada centro.

La flexibilidad y la capacidad de ajuste son parte importante del éxito de este tipo de procesos.

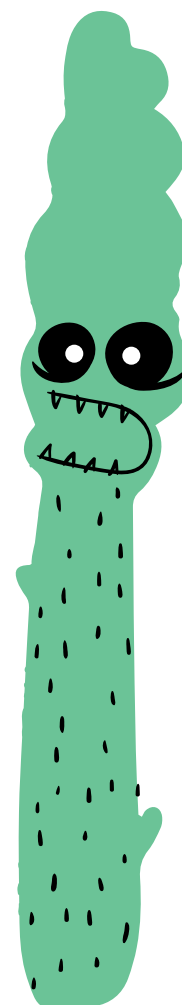
5. INTRODUCIR CAMBIOS ASUMIBLES

Las medidas más efectivas fueron, en muchos casos, pequeños ajustes fáciles de incorporar al funcionamiento habitual del comedor: revisar raciones, modificar dinámicas de repetición o mejorar determinados protocolos.

6. PENSAR EN PROCESOS, NO EN ACCIONES AISLADAS

Las campañas puntuales pueden generar impacto inicial, pero los cambios más sólidos requieren continuidad, seguimiento y revisión constante.

Reducir el desperdicio alimentario implica sostener en el tiempo tanto el trabajo educativo como las mejoras organizativas incorporadas al comedor escolar.



9. Conclusiones

Este proyecto nació para abordar el desperdicio alimentario desde una mirada educativa y transformadora, y en el camino ha permitido constatar algo más profundo: que hablar de desperdicio es hablar también de nuestra relación con la alimentación, con los recursos y con el cuidado de la vida.

A lo largo del proceso hemos comprobado que aquello que parecía un problema normalizado e inevitable puede cuestionarse y transformarse. Que detrás de una bandeja vacía, de un plato acabado o de una pieza de pan aprovechada hay pequeños cambios que, sumados, generan impacto.

Los resultados muestran que reducir el desperdicio es posible. Pero quizá lo más valioso ha sido comprobar que también es posible abrir conversaciones, generar conciencia y construir nuevas formas de habitar el comedor como espacio educativo.

Porque el proyecto no solo ha ido de pesar restos o reducir porcentajes. Ha ido de hacer visible lo invisible. De poner en valor los alimentos. De entender que cada plato servido encierra trabajo, recursos, territorio y cuidados.

También ha ido de escuchar al alumnado, de descubrir que la creatividad puede movilizar y que pequeñas decisiones cotidianas pueden tener una enorme capacidad de transformación.

En un momento en que el desperdicio alimentario representa uno de los grandes retos ambientales y sociales de nuestro tiempo, empezar a actuar desde la escuela cobra un sentido especialmente importante. Porque es allí donde se forman hábitos, se construyen valores y se siembran cambios que pueden ir mucho más allá del comedor.

Esperamos que este manual sirva no solo para replicar una experiencia, sino para animar a otros centros a iniciar la suya propia.

Porque cada comedor puede ser parte de la solución.

Y, al final, cada miga cuenta.

Anexo 1. Resultados detallados por centro

Este anexo recoge de forma resumida los principales resultados cuantitativos obtenidos en los centros participantes. Los datos permiten observar la evolución del desperdicio alimentario tras las acciones implementadas y complementar la lectura general presentada en el capítulo 6.

1. TABLA RESUMEN PRINCIPAL: EVOLUCIÓN DEL ÍNDICE DE DESPERDICIO ALIMENTARIO

El índice de desperdicio alimentario expresa el porcentaje de alimento servido que finalmente termina siendo desperdiciado. Este indicador permite comparar el nivel de aprovechamiento de la comida antes y después de las acciones desarrolladas en cada centro.

CENTRO	ÍNDICE INICIAL	ÍNDICE FINAL	REDUCCIÓN RELATIVA
CEIP Tirant lo Blanc	28%	14%	-50%
CEIP Cervantes	20%	12%	-40%
Escola Les Carolines	33%	26%	-21%
CEIP Barranquet	20%	26%	+30%
CEIP Federico García Lorca	22%	25%	+14%

Los datos muestran una evolución positiva en tres de los cinco centros participantes, destacando especialmente los casos del CEIP Tirant lo Blanc y el CEIP Cervantes, donde el índice de desperdicio alimentario se redujo prácticamente a la mitad respecto a la medición inicial. También Escola Les Carolines consiguió una mejora significativa, superando el objetivo de reducción del 20 % planteado en el proyecto.

Por el contrario, en el CEIP Barranquet y el CEIP Federico García Lorca el índice porcentual de desperdicio aumentó en la segunda medición. Sin embargo, estos resultados requieren una lectura contextualizada. En el caso del Federico García Lorca, por ejemplo, otros indicadores como el desperdicio por alumno y el volumen total de residuos sí mostraron una evolución positiva, condicionada además por una reducción excepcional del número de comensales y del tamaño de las raciones durante un periodo excepcional (huelga educativa).

En conjunto, los resultados reflejan que las acciones implementadas tuvieron impacto en la mayoría de centros, aunque también evidencian que la reducción del desperdicio depende de múltiples factores organizativos, educativos y contextuales propios de cada comedor escolar.

TABLA 2. EVOLUCIÓN DEL DESPERDICIO POR ALUMNO Y DÍA

La evolución del desperdicio por alumno y día permite observar con mayor precisión los cambios en los hábitos de consumo del alumnado, ya que este indicador elimina parcialmente el efecto que pueden tener las variaciones en el número total de comensales.

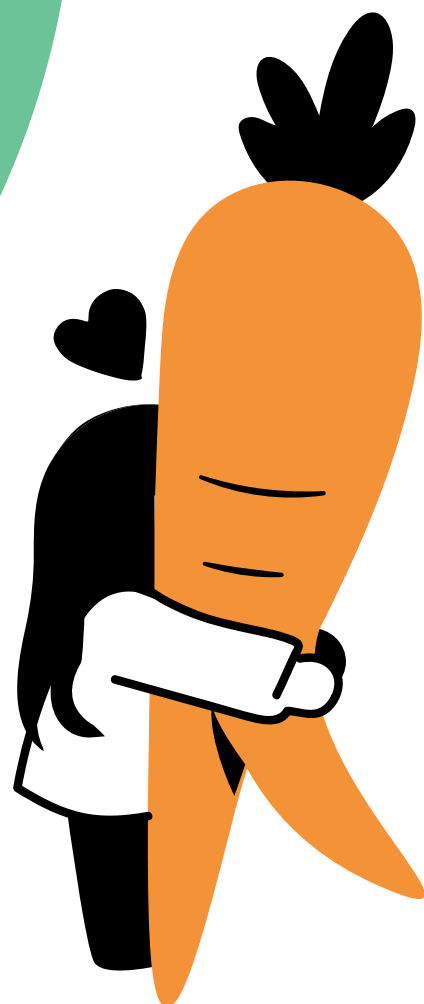
CENTRO	DESPERDICIO INICIAL (G/COMENSAL/ DÍA)	DESPERDICIO FINAL (G/COMENSAL/ DÍA)	REDUCCIÓN RELATIVA
CEIP Tirant lo Blanc	94	57	-39%
CEIP Cervantes	82	47	-43%
Escola Les Carolines	128	108	-15%
CEIP Barranquet	84	105	+25%
CEIP Federico García Lorca	108	90	-17%

Los resultados muestran una mejora clara en la mayoría de centros participantes. Destacan especialmente el CEIP Cervantes y el CEIP Tirant lo Blanc, donde el desperdicio por alumno se redujo en torno a un 40%, evidenciando cambios significativos tanto en la relación del alumnado con la comida como en la gestión cotidiana del comedor.

En el caso de Escola Les Carolines y CEIP Federico García Lorca, aunque las reducciones fueron más moderadas, también se observa una evolución positiva y una disminución real de la cantidad de alimentos desechados por cada comensal.

El único centro donde este indicador aumentó fue el CEIP Barranquet, condicionado en gran parte por coincidir la segunda medición con días y menús que generaron niveles especialmente elevados de rechazo alimentario.

En conjunto, este indicador refuerza la idea de que las acciones desarrolladas no solo afectaron al volumen global de residuos, sino también a los comportamientos individuales del alumnado frente a los alimentos.



Es un proyecto de:



Financiado por:

