



Día Mundial de la Alimentación

16 de octubre de 2025



Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura



por unos alimentos y un futuro mejores

¡PARTICIPA!



PUEBLA
Gobierno del Estado
2024 - 2030

Salud
Secretaría de Salud

POR **AMOR** A
PUEBLA

Pensar
en **Grande**

ÍNDICE

- I. Introducción
- II. Día Mundial de la Alimentación
- III. Acciones que se pueden llevar a cabo.
- IV. Promoción a la Salud
- V. 10 recomendaciones para las y los poblanos



I. Introducción

El Día Mundial de la Alimentación 2025 hace un llamamiento a la colaboración mundial para crear un futuro pacífico, sostenible, próspero y con seguridad alimentaria. Trabajando juntos, entre gobiernos, organizaciones, sectores y comunidades, podemos transformar los sistemas agroalimentarios para garantizar que todos tengan acceso a una dieta saludable, viviendo en armonía con el planeta.

Cada 16 de octubre se celebra el **Día Mundial de la Alimentación**, una fecha promovida por la **Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO)** para recordar que **todas las personas tienen derecho a una alimentación adecuada, saludable y sostenible**. En 2025, el lema es **"Mano de la mano por unos alimentos y un futuro mejores"**, promueve la acción colectiva para lograr sistemas agroalimentarios sostenibles y garantizar el derecho humano a la alimentación.

FAO



II. Día Mundial de la Alimentación

El Día Mundial de la Alimentación no solo es una celebración, sino una invitación a reflexionar sobre cómo nuestras elecciones alimentarias afectan al mundo y a las comunidades más vulnerables. Es un recordatorio de que el acceso a alimentos nutritivos es un derecho humano fundamental.

DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN 2025

16 DE OCTUBRE | 80° ANIVERSARIO DE LA FAO



Mano de la mano por unos alimentos y un futuro mejores

Promueve la acción colectiva para lograr sistemas agroalimentarios sostenibles y garantizar el derecho humano a la alimentación.

OBJETIVOS DEL DÍA

- Sensibilizar sobre la importancia de una alimentación nutritiva, segura y sostenible.
- Promover la cooperación entre comunidades, instituciones y países.
- Inspirar acciones individuales y colectivas para combatir la inseguridad alimentaria

ACCIONES QUE PUEDES REALIZAR

1. Organiza actividades o eventos en tu comunidad o escuela.
2. Comparte en redes sociales con los hashtags #DíaMundialdeAlimentación #F806o
3. Inspira el cambio
4. Involucra a los jóvenes en el concurso de carteles *no qonsaio*
5. Involucra a los jóvenes en el concurso de carteles o influencer
6. Ilumina tu ciudad de azul
7. coloca carteite: èeplienoe

TODOS SOMOS HÉROES DE LA ALIMENTACIÓN

Pequeños productores, lóvenes, chefs, investigadores y consumiõors unidos por un futuro mas justo y sostenible.

MAS INFORMACIÓN





Según los datos de la misma FAO, se estima que en el mundo 672 millones de adultos y 124 millones de menores son obesos y 40 millones de niños menores de 5 años tienen sobrepeso. Esto se debe principalmente a un cambio en la dieta de las personas, sobre todo de aquellas que residen en las ciudades. El estudio de la FAO demuestra que en los últimos años la comida rápida ha desplazado en gran medida a la comida del hogar y no solo eso, también ha sustituido ingredientes importantes como frutas y verduras, por harina, azúcar, grasas y sal. Esta realidad, sumada al sedentarismo propio de las profesiones disponibles en las grandes ciudades ha traído como consecuencia que la mala alimentación sea la principal causa de muerte y discapacidad en la actualidad.



En este día, se organizan eventos en más de 150 países, donde se realizan actividades para promover la conciencia sobre el hambre y la malnutrición. Estos eventos incluyen conferencias, talleres y campañas de sensibilización que buscan involucrar a la comunidad en la lucha contra el hambre y fomentar prácticas alimentarias.



III. Acciones a llevar a cabo por el Día Mundial de la Alimentación 2025

1. Campañas de sensibilización

- Organizar charlas o conferencias sobre el tema "El agua es vida, el agua nutre: no dejar a nadie atrás".
- Difundir mensajes sobre el uso responsable del agua y la alimentación sostenible en redes sociales o murales informativos.
- Crear infografías o videos cortos educativos sobre la importancia del agua en la producción de alimentos.



2. Actividades educativas

- Realizar talleres sobre alimentación saludable, nutrición y desperdicio cero.
- Invitar a expertos en nutrición, agricultura o medio ambiente para compartir experiencias.
- Implementar actividades didácticas en escuelas:
 - Elaboración del “plato del buen comer”.
 - Juegos interactivos sobre alimentos y agua.
 - Proyectos de investigación sobre el impacto del cambio climático en la alimentación.



3. Acciones comunitarias:

- Organizar una **feria de alimentos locales y sostenibles**.
- Promover **huertos escolares o comunitarios** como herramienta educativa.
- Fomentar la **donación de alimentos no perecederos** a bancos de alimentos o comedores sociales.
- Limpieza de espacios naturales o fuentes de agua locales.

4. Participación estudiantil o laboral:

- Crear concursos de dibujo, fotografía o cartel sobre el lema del año.
- Desarrollar un reto de **“una semana sin desperdiciar comida ni agua”**.
- Implementar menús saludables en cafeterías o comedores institucionales.



5. Acciones institucionales

- Establecer compromisos internos de sostenibilidad alimentaria y reducción de residuos.
- Capacitar al personal en educación nutricional y ambiental.
- Colaborar con organizaciones locales o internacionales (FAO, UNICEF, Cruz Roja, etc.) para apoyar programas de seguridad alimentaria.

6. Comunicación y difusión

- Publicar mensajes con el hashtag oficial: #DíaMundialDeLaAlimentación #WorldFoodDay.
- Crear un mural o exposición con el tema "El agua nutre la vida".
- Difundir testimonios de productores locales o agricultores que cuidan los recursos naturales.



IV. Promoción a la Salud

- Promueve en los Entornos Alimentaria y Físicamente Saludables las guías alimentarias 2025 para la población mexicana.
- Promueve eventos gastronómicos que rescaten la cultura alimentaria de tu región.
- Haz campañas de reciclaje.
- Haz campañas de limpieza de ríos o lagos de tu comunidad.
- Informa a la población sobre las maneras de cuidar el agua y cómo esto beneficiará su salud.
- Acércate a los líderes de tu comunidad para que juntos trabajen en el cuidado del agua, del medio ambiente y de la salud de todas y todos.



- En el entorno escolar se promueve la adopción de hábitos saludables a través de la certificación de Escuela como Promotora de la Salud por parte de las y los promotores en salud.

Durante la certificación se priorizan los temas:

- Actividad física (pausas activas escolares, recreo activo, clase de Educación Física con actividad moderada o intensa)
- Alimentación saludable
- Promoción de la venta y consumo de productos saludables en establecimientos de consumo escolar. Para reforzar este punto, se generó una alianza con la Secretaría de Educación Pública (SEP) para capacitar al inicio del ciclo escolar a todas y todos los manejadores de alimentos de tiendas y cooperativas de todas las escuelas del Estado.



IV. Recomendaciones para las y los poblanos

Recomendaciones para los poblanos – Día Mundial de la Alimentación 2025

- Fomentar el consumo local y saludable
- Prefiere alimentos producidos en Puebla: maíz, frijol, calabaza, amaranto, chile poblano, frutas de temporada (manzana, durazno, tejocote).
- Compra en mercados locales o tianguis campesinos, apoyando la economía rural.
- Reduce el consumo de ultraprocesados y bebidas azucaradas; opta por agua natural, infusiones o frutas frescas.



Impulsar huertos familiares y escolares

- Crea un pequeño huerto urbano o comunitario, incluso en macetas o azoteas.
- Enseña a niñas, niños y jóvenes sobre la importancia de sembrar y cuidar los alimentos.
- Usa composta y semillas nativas para fortalecer la biodiversidad local.

Evitar el desperdicio de alimentos

- Planifica tus compras y conserva adecuadamente los productos frescos.
- Reutiliza sobras para nuevas recetas (por ejemplo, sopas, caldos o guarniciones).
- Dona alimentos no perecederos a bancos de alimentos o comedores comunitarios.



Cuidar el suelo y los ecosistemas

- Evita el uso excesivo de agroquímicos y pesticidas.
- Apoya prácticas de agricultura sostenible y orgánica.
- Participa en jornadas de reforestación o limpieza de ríos y barrancas en tu comunidad.
- Participar en acciones comunitarias
- Únete a actividades organizadas por escuelas, DIF municipales o universidades en torno al Día Mundial de la Alimentación.
- Comparte recetas tradicionales poblanas hechas con productos locales y nutritivos.

Cuidar y aprovechar responsablemente el agua

- Recolecta agua de lluvia para riego o limpieza doméstica.
- Evita el desperdicio en casa (revisar fugas, cerrar llaves al lavar trastes o cepillarse los dientes).
- Promueve el uso de tecnologías de riego eficientes si trabajas en el campo.



En Puebla, el agua y la tierra nos dan vida. Cuidarlas es garantizar el futuro de nuestras familias y comunidades.

Este 16 de octubre, ¡comprométete con una alimentación saludable, sostenible y solidaria!



Directorio

Carlos Alberto Oliver Pacheco
Secretaria de Salud y Directora General
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Jorge David González García
Subsecretario de Salud Zona A y
Coordinador de Servicios de Salud Zona A

María del Roció Rodríguez Juárez
Subsecretaria de Salud Zona B y
Coordinadora de Servicios de Salud Zona B

Crisbel Akaeena Domínguez Estrada
Directora de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Sofía Morales Zurita
Subdirectora de Salud Pública
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Elaborado por:
Departamento de Promoción de la Salud
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

