



FUNDACIÓN  
**FEMSA**

**UDEM**



**Comunicado de prensa**

15 de febrero del 2017

## **Comer en Familia, un programa que impulsa el desarrollo de 10,000 familias mexicanas**

- *Bancos de Alimentos de México (BAMX), Fundación FEMSA y la Universidad de Monterrey (UDEM) se unen en Comer en Familia, empoderando a madres y cuidadoras para impulsar el desarrollo de 10,000 familias, mejorando su salud a través de la cocina saludable.*
- *Comer en Familia, implementado en 15 bancos de alimentos, capacita en prácticas de alimentación saludable y sus beneficios para la familia, en particular durante el desarrollo infantil.*
- *Como parte de la metodología del programa, el recetario contribuye a recuperar la cultura alimentaria mexicana, convirtiéndose en un material para transmitir el conocimiento.*

**Monterrey, 15 de febrero de 2016.-** Bancos de Alimentos de México (BAMX), Fundación FEMSA y la Universidad de Monterrey (UDEM) presentaron Comer en Familia en las instalaciones del Centro Roberto Garza Sada. En este proyecto, las instituciones se unieron con el objetivo de impulsar el desarrollo de 10,000 familias, mejorando su salud y promoviendo el hábito de la cocina saludable con productos regionales.

Comer en Familia busca empoderar a madres y cuidadoras que acuden a bancos de alimentos para convertirse en agentes de cambio en su núcleo familiar. Mediante talleres que siguen una metodología propia, las beneficiarias desarrollan capacidades que les permiten mejorar el estado nutricional y la salud de sus familias al considerar las costumbres, las tradiciones culinarias, los recursos socioeconómicos y los aspectos culturales, ambientales y gastronómicos propios de México.

Expertos de la UDEM fueron los encargados de diseñar una metodología multidisciplinaria para abordar la problemática nutricional de familias de escasos recursos, más allá de una mirada exclusivamente asociada con la alimentación. Además, como parte de este programa, las organizaciones involucradas capacitan a facilitadores de Bancos de Alimentos de México, quienes imparten el programa en las comunidades, a través de un manual que ayuda a integrar el conocimiento popular con la información científica. Con esto, las organizaciones buscan afianzar un comportamiento alimentario saludable en las cuidadoras y en su familia. La metodología también abarca el monitoreo y evaluación de resultados.

“A través de la ciencia y de la colaboración multisectorial la UDEM impulsa la generación de conocimiento para afrontar los retos actuales del país. Comer en Familia es un ejemplo de intervención sobre cómo se puede mejorar la alimentación y por lo tanto asegurar el bienestar familiar”, comentó el Dr. Antonio José Dieck Assad, Rector de la Universidad de Monterrey.

El programa Comer en Familia consta de 24 talleres de cocina que son impartidos quincenalmente a lo largo de un año en comunidades de 11 estados, entre los que destacan: Chiapas, Guanajuato, Nuevo León y Veracruz. Durante los talleres con enfoque psicoeducativo constructivista, se incentiva a las cuidadoras a retomar prácticas alimentarias saludables para impulsar el bienestar de las familias, en especial el desarrollo de los niños desde sus primeros años.



## Comunicado de prensa

15 de febrero del 2017

“Sabemos que desarrollar programas que incorporen conceptos de desarrollo infantil a la educación nutricional tienen resultados mucho más efectivos que trabajar exclusivamente en fomentar hábitos saludables de alimentación. A través de Comer en Familia formamos capacidades en las mamás para que ofrezcan a sus hijos y familias alternativas de alimentos ricos y saludables, así como entornos e interacciones cálidas para impulsar su desarrollo integral”, comentó Mariano Montero, Director de Fundación FEMSA.

La elaboración de platillos es el vehículo para promover una alimentación saludable, recuperando la cultura alimentaria mexicana que incluye los hábitos de preparar alimentos en casa, comer en compañía de la familia o de los amigos y, sobre todo, disfrutar del sabor de las comidas. Con esta iniciativa los beneficiarios logran aprovechar al máximo los paquetes alimenticios entregados en los bancos, previniendo la malnutrición por deficiencias o excesos de nutrientes.

El recetario de Comer en Familia lo construye cada familia beneficiaria en conjunto con los instructores sesión por sesión, y se va guardando en una caja. Como objeto, la caja-recetario ocupa un lugar de visibilidad dentro del entorno de la cocina, fungiendo como una evocación de la convivencia y las tradiciones familiares.

“El lanzamiento del recetario marcará históricamente el rumbo de la nutrición y alimentación de nuestras familias atendidas”, concluyó Federico González Celaya, Presidente de Bancos de Alimentos de México.

###

### ***Sobre Bancos de Alimentos de México***

*Banco de Alimentos de México es una organización de la sociedad civil sin fines de lucro, que desde 1995 se dedica a mejorar la alimentación y la nutrición en México al recolectar alimentos que están en riesgo de desperdiciarse en industrias, campos de cultivo, centrales de abasto, supermercados, restaurantes y hoteles, para llevarlo a personas, comunidades e instituciones que lo necesitan.*

*Conformada por una red de más de 50 bancos distribuidos por el territorio nacional, 10 mil voluntarios y una Oficina de Servicio Nacional, atiende anualmente a más de un millón de personas en carencia alimentaria, gracias al apoyo de más de 2,000 empresas y más de 500 productores y comerciantes, que se suman mediante donaciones en efectivo y en especie.*

*Considerada como una de las organizaciones civiles más importantes del país, hoy es la única red de bancos de alimentos en México y la segunda más grande del mundo.*

### ***Sobre Fundación FEMSA***

*Es una organización con el objetivo de generar impactos positivos en personas y comunidades mediante proyectos de inversión social para la sostenibilidad. Fundación FEMSA trabaja en dos áreas de acción: 1) la conservación y el uso sostenible del agua y 2) el impulso del desarrollo infantil temprano. Para más información visite el sitio [www.fundacionfemsa.org](http://www.fundacionfemsa.org) o síganos en Facebook en <https://www.facebook.com/FundacionFEMSA/>*

### ***Sobre la Universidad de Monterrey***

*La Universidad de Monterrey impulsa la generación de conocimiento para enfrentar los retos de la nueva era, mediante un modelo de educación superior inserto en un entorno intercultural de excelencia académica, y sustentado en un Plan Personal de Formación y un fuerte impulso a la investigación. Para más información visite nuestro sitio [www.udem.edu.mx](http://www.udem.edu.mx) o síganos en Facebook en <https://www.facebook.com/universidaddemonterrey>*