

Ni naranjas ni espinacas

Uno de cada cinco escolares reconoce que no ha comido nunca un tomate

ANA PANTALEONI
Barcelona

Somos lo que comemos. Y los niños no comen ni tomate ni espinacas. El 32% de los escolares de entre 8 y 11 años no han probado nunca las espinacas, el 23% no saben qué gusto tiene un tomate y el 15% no han comido jamás una naranja. Parece imposible, pero es cierto, según un estudio elaborado por la Fundación Dieta Mediterránea, que promueve talleres de cocina en los colegios.

La situación se repite, según el estudio, con otros productos que habitualmente tenemos en la despensa, como las aceitunas negras, los espárragos, los piñones, el atún en conserva y la cebolla.

Las encuestas se han realizado con los alumnos que han participado en talleres, 25.000 en toda España, 2.500 de ellos en Barcelona. "Existe un gran desconocimiento de algunos de los productos típicos de la dieta mediterránea y muchas veces la causa es que los niños no comen en casa como deberían comer", explica Joan Castells, director de la fundación.

Pero ¿y en la escuela? Castells

defiende que el menú en los colegios sí mantiene un equilibrio desde el punto de vista nutricional, pero no destaca por su variedad. "Es más fácil que los niños coman un plátano que tener que pelar la naranja", afirma.

El objetivo a través de los talleres —se han realizado 1.000 en dos años— es lograr que los niños dejen de rechazar determinados alimentos, como las verduras.

El fin de los talleres es que el niño supere el rechazo a algunos alimentos

Durante el taller, los participantes elaboran una ensalada mediterránea con espinacas, cebolla, zanahoria, atún, tomate y salsa vinagreta, entre otros ingredientes. Posteriormente se llevan a casa material didáctico, como un libro con 50 recetas de la dieta mediterránea con el que se pretende concienciar a los padres de la necesidad de mantener una dieta equilibrada.



Un grupo de alumnos de primaria comen en una instalación escolar. / M. E.

"Es necesario continuar trabajando con los padres para que sean más conscientes de que sus hijos necesitan una alimentación

sana y saludable", afirmó ayer el consejero de Agricultura, Alimentación y Acción Rural, Joaquim Llena, en el colegio Sant Gabriel

de Barcelona, donde se presentaron los resultados del taller infantil de cocina mediterránea.

Las escuelas, a través de las asociaciones de padres, también convocan conferencias a las que invitan a asistir a los padres, conscientes de que cualquier cambio real de hábitos en la alimentación debe empezar en casa. Castells explicó que, de hecho, el 60% de los padres "reconocen no alimentar correctamente a los niños".

La Fundación Dieta Mediterránea reivindica una asignatura sobre alimentación en las escue-

Carme Ruscalleda: "Comer es mucho más que alimentarse"

las. No es la primera vez. Cocineros como Ferran Adrià han reclamado que la alimentación sana y divertida sea una asignatura más en las aulas.

"Estas cifras son terribles cuando es precisamente un hecho cultural que te corresponde por la herencia. Nuestro paisaje es de tomates y espinacas, de frutas y verduras", afirmó ayer la cocinera de Sant Pol de Mar, Carme Ruscalleda. "Pero la batalla no está perdida. Estoy a favor de la asignatura, pero que sea una asignatura que se practique en casa. Comer es mucho más que alimentarse", sentencia Ruscalle-



Imagina l'aventura de crear un diari



Imagina formar part d'un programa educatiu amb professors i professores i alumnes de tota Espanya, treballar en equip amb la teva classe per crear un diari a través d'Internet, tenir material de recolzament i optar a fantàstics premis. Només has de formar un equip amb els teus alumnes i inscriure't.*

Participa a *El País de los Estudiantes* i crea el teu propi diari.

*Professors i professores de Segon Cicle d'ESO i/o Batxillerat. Inscripció oberta fins al 31 de gener de 2008.

Més informació a www.estudiantes.elpais.es o en el 902 90 18 34

