

Els nens no s'escapen de les noves formes d'organització alimentària en què l'hàbit de menjar a casa és substituït per fer els àpats fora de la llar i, en el seu cas, en els menjadors escolars. El V Fòrum Internacional de l'Alimentació que se celebrarà aquest dilluns a Alimentaria presentarà un estudi sobre el paper dels centres escolars com a educadors en l'alimentació.

Els menjadors escolars s'han convertit en els nous educadors alimentaris

DdeG
GIRONA

L'estudi que es presentarà dilluns en el marc del V Fòrum Internacional d'Alimentació s'anomena *L'alimentació i les seves circumstàncies*. El treball analitza i dona a conèixer les veritables pràctiques que se segueixen avui dia en aquests centres, on els escolars mengen 165 dies a l'any.

I que avui en dia ja no es va a l'escola només a aprendre matemàtiques o literatura, sinó que als col·legis se'ls ha assignat el nou paper de «professors d'alimentació». I és que en els menjadors escolars es creen i defineixen gran part dels hàbits alimentaris que tindrà la societat del futur. Així doncs, la responsabilitat que assumeixen les escoles és molt elevada i, per això, en la definició dels menús escolars cal que intervinguin tant pares i educadors com nutricionistes.

Per a molts escolars, l'hora de dinar es pot convertir en tot un suplici si a casa se'ls ha acostumat a menjar només allò que «els agra-

da». La verdura, l'arròs, la pasta, els llegums, el peix, la carn i la fruita han de ser els eixos centrals de qualsevol dieta, inclosa la del menú escolar, que no sempre segueix les recomanacions de la piràmide nutricional. En els darrers anys ha augmentat el nombre de veus crítiques respecte a la dieta que ofereixen els menjadors escolars, una queixa moltes vegades justificada a causa de la manca de consens i de regulació que hi ha en aquest àmbit.

Falta legislació

Ara com ara, en el nostre país no existeix cap llei que estipuli clarament quina classe de menú s'ha d'elaborar a les escoles, encara que algunes autonomies han començat a aprovar normatives referents a assumptes d'higiene i de distribució.

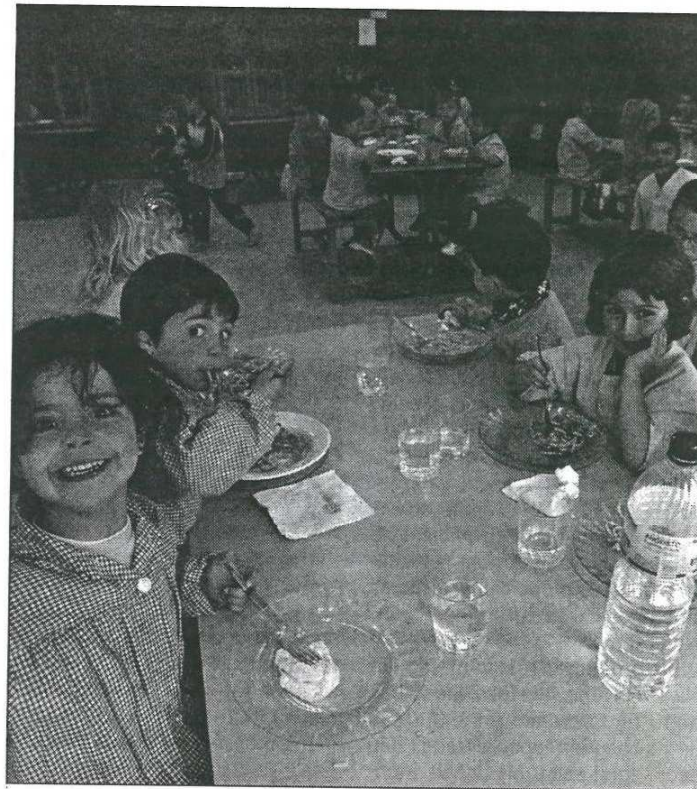
Les úniques lleis sobre menjadors escolars a Espanya es limiten a definir aspectes bàsics com ara que el personal de cuina sigui qualificat, que es revisi de manera periòdica la data de caducitat dels productes, o que el menú sigui el mateix per a professorat i alumnat

(excepte en cas que algú necessiti un menú especial a causa de circumstàncies excepcionals).

Això no obstant, els experts en nutrició opinen que aquestes mesures són insuficients, ja que a molts centres els menús són excessivament alt en greixos, sucre i sal. Per aquest motiu, proposen que el Govern obligui que a totes les escoles se serveixi una dieta sana i equilibrada.

Els especialistes també defensen que el menjar s'elabori en el propi centre —amb personal propi o extern— i que es deixi de portar el menjar ja preparat, a causa dels problemes de qualitat que pot suposar, ocasionalment, el transport.

Així mateix, es recomana preparar un menú d'unes 900 kilocalories —més o menys un 30% del valor calòric total del dia—, encara que aquesta xifra ha de variar en funció de l'edat dels estudiants. Pel que fa al tipus d'aliments, de primer plat s'aconsella la verdura, l'arròs, la pasta o els llegums, i de segon, la carn, el peix, els ous i les amandines, mentre que la fruita o els productes lactis es reserven per a les postres.



Un grup de nens en el menjador d'una escola de Caldes de Malavella.