

Nens al súper: adoctrinament alimentari saludable

mb aquella alegria amb les que fan, gairebé, totes les activitats, em vaig trobar un grup de nens entre nou i onze anys i els seus mestres a la gran superfície de Blanes que més freqüento. Corrien d'un passadís a un altre amb entusiasme, omplint el carro estrictament de productes alimentaris, majoritàriament frescos. La professora em va explicar que estaven realitzant una pràctica doblement interessant. D'una banda, treballaven la piràmide dels aliments i, de l'altra, havien d'administrar els diners que tenien per fer la compra. A classe ja havien desenvolupat el tema teòricament i ara els tocava experimentar in situ. Genial: nutrició i matemàtiques.

Certament, el contingut dels carros de la compra, contrastava amb el d'altres carros que, sovint, observo mentre faig cua per pagar. Plens de productes elaborats, semielaborats, precuinats, congelats o ensucrats que, sovint, empenyen els membres d'una família amb sobrepès. Tot i el seu atractiu aspecte i la rapidesa amb què poden ser consumits, no acostumen a ser l'exponent més recomanable per configurar una dieta alimentària. Penso, per això, que l'activitat –promoguda per una cadena de supermercats ben implantada a la majoria de pobles de la Selva– té una vessant positiva i pedagògica a l'hora d'ensenyar a fer una compra saludable i responsable. I que altres nens selvatans se'n deuen o se'n podrien beneficiar.

Estaria bé, però, almenys pel que fa a Blanes, que els petits escolars, a més d'una anada al «súper» realitzessin, també, un parell o tres de pràctiques més per enriquir el ventall de possibilitats a l'hora de fer la compra. Com ara una anada al magnífic mercat de fruita i verdures que acull cada dia el passeig de Dintre. O al mercat municipal. O al petit mercat de peix fresc de la plaça dels Dies Feiners. En aquests llocs, podrien seguir aprenent a comprar i a menjar equilibradament. Contrastant preus, descobririen que potser tot és un xic més car. Però, també, el que són i el que representen els productes de proximitat –ara dits de km 0– en una alimentació saludable i en la microeconomia d'un municipi i/o d'una comarca.

Font del document:

http://www.diaridegirona.cat/selva/2018/02/11/nens-al-super-adoctrinament-alimentari/895304.html?utm_source=rss