

La importància de l'alimentació del nen/a a l'escola bressol

Quan un infant s'incorpora de nou a l'escola-bressol, la família es troba, entre d'altres, amb dubtes per decidir quin és l'horari d'assistència que li convé més a l'infant (mitja jornada, jornada continuada, etc.).

La situació laboral dels pares, en particular el treball de la mare, sol influir en aquesta determinació i sobretot en el fet que el nen/a utilitzi el servei de menjador.

En alguns casos, pocs per sort, encara sentim a dir que l'infant es queda a dinar a la llar "perquè no hi ha més remei".

La tasca educativa que es desenvolupa en els centres dedicats a l'atenció dels més petits, cada cop és més reconeguda. Actualment els professionals de l'educació infantil podem enorgullir-nos de que en termes generals, les famílies s'adreçen a llars d'infants, escoles-bressol, no només perquè els hi tinguin cura dels seus fills mentre ells treballen, sinó perquè són relativament conscients de la tasca educativa que es porta a terme en aquests centres.

L'alimentació del nen/a és un aspecte molt important d'aquesta tasca i requereix:

- Un treball específic a nivell individual i col·lectiu amb els infants en la llar d'infants.
- Un treball de coordinació amb les famílies, en concret amb les mares.

El treball conjunt amb les mares (o l'adult de referència que tingui cura d'aquest aspecte a casa) és molt important. Ho explicarem:

Des de la Llar d'Infants pensem que alimentar un infant no es tracta només de nutrir-lo adequadament, de donar-li uns àpats equilibrats i variats i vigilar l'evolució del seu estat de salut i pes. L'alimentació del nen petit no comporta només uns aspectes dietètics i de salut, sinó que va lligada a molts altres aspectes, que incidiran, en el seu posterior

desenvolupament tant personal, afectiu, intel·lectual i social.

A la llar d'infants, a l'hora dels àpats intentem que:

- l'infant aprengui a descobrir l'acte de menjar com un plaer (no com en alguns casos que representa un suplici), i arribi a sentir satisfacció d'ell mateix menjant tot sol, i de tot.

- educar els seus sentits (gust, tacte, olfacte, vista, etc.) treballant amb els sabors, les olors, les textures, etc. dels aliments que prenen realment.

- estimular els hàbits de relació social a través d'aquest acte. (Fixeu-vos que a la majoria d'infants els hi agrada quedar-se al menjador més per dinar a la llar amb el company que no pas pel fet en sí de menjar).

- s'estableixi una relació afectiva positiva entre ells, i amb les educadores aprofitant aquests moments.

- I, sobretot:

Educar els hàbits d'higiene i autonomia en l'alimentació. Un infant durant el primer curs d'assistència a l'escola-bressol inicia un trajecte en l'aprenentatge d'aquest hàbit, que ha de culminar si tot va bé a final del cicle 0-3. Volem dir, que els nens/nenes, quan arriben al Parvulari han de saber menjar tot sols.

Sabem el què esteu pensant quan llegiu aquest darrer punt: molts nens/nenes no ho fan. Teniu raó. I sabem que teniu la resposta, igual que la tenim nosaltres. El nen/a en teoria pot, però no ha fet el camí que calia. Què ha passat?

En el trajecte poden haver passat moltes coses. En l'educació de l'hàbit per l'adquisició de l'autonomia en el menjar podem haver fallat:

* Deixant per a més endavant l'inici d'aquest aprenentatge. A vegades pensem que el més important és que l'infant ens nodreixi bé i que de gran ja aprendrà a menjar sol. Gran error. La capacitat d'aprendre que tenen els infants durant els primers anys de vida és