

5. Indagar la alimentación humana

Francisco J. Pozuelos Estrada

Universidad de Huelva.

Presentación

La alimentación humana como objeto de estudio, en general, y muchos de los contenidos que se derivan de esta compleja temática, en particular, forman parte del currículo escolar desde tiempos remotos. Cuando revisamos textos históricos encontramos de modo recurrente lecciones y temas sobre la nutrición y la digestión. En ese mismo sentido, las experiencias y planteamientos innovadores pioneros tienen en esta cuestión un referente temprano. Podemos asegurar que hablar en la escuela sobre nuestra alimentación es algo frecuente, lo que cambia es el modelo y la finalidad que se adoptan. Pero, curiosamente, los problemas asociados a la dieta lejos de desaparecer están aumentando alarmantemente, lo que suscita una palpable paradoja: ¿cómo puede ser que cada vez contemos con más información y, sin embargo, los hábitos alimentarios no mejoren?

La respuesta, y eso nos devuelve al párrafo anterior, radica en el modelo que se pone en práctica. Sabemos por múltiples investigaciones –e incluso por la constatación empírica– que la información no asegura un determinado hábito, el cambio de conducta escapa al dato y a la memorización de secuencias científicamente descritas. Son demasiados los factores que intervienen en la construcción de un determinado estilo de vida. Transformarlo precisa de experiencias más cercanas, realistas y, necesariamente, participativas. Lo que nos conduce, en el campo de la enseñanza, a la adopción de estrategias y dinámicas educativas en las que se revisa y retoma desde una perspectiva funcional todo lo relacionado con nuestra alimentación. Hablamos, entonces, de enfoques interdisciplinarios que muestran de un modo práctico y atractivo los contenidos y la información. Ese es quizás el esquema: despertar el interés, revisar las experiencias cotidianas, contrastarlas con información precisa y plural, proponer actividades enriquecedoras para obtener conclusiones y aplicarlas en contextos variados.

Cuando revisamos la bibliografía relacionada con formación para una alimentación saludable observamos, al menos, dos planteamientos. Por un lado, hallamos textos que ponen su atención en revisar algunas cuestiones de naturaleza científica e, incluso, informativa o social y, por otro, también encontramos documentos que deparan en los aspectos didácticos y metodológicos.

Por nuestra parte, hemos intentado seleccionar aportaciones que combinen ambas dimensiones, es decir, que promuevan intervenciones educativas suficientemente informadas y actualizadas. En coherencia con esto, hemos puesto atención en que se combinen la perspectiva teórica con aspectos prácticos para la enseñanza en el aula. También ha sido de nuestro interés recoger aportaciones que subrayen la importancia del enfoque comunitario para lograr un aprendizaje funcional con incidencia directa en la promoción de la calidad de vida de un modo sostenible.

Como podemos suponer, queda bastante por hacer, ya que mucho del potencial de este ámbito no es recogido por la mayoría de los manuales que se manejan para el desarrollo del currículo. Pero, aun así, contamos con numerosas iniciativas innovadoras de las que podemos aprender y con las que es posible avanzar para lograr experiencias cada vez más elaboradas y funcionales. Ese ha sido el referente de esta selección: una relación de textos que ayuden al profesorado a la hora de plantear aportaciones relevantes para su clase, sin olvidar la necesaria actualización científica y social.

Libros más representativos

ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN



Grande Covián, Francisco
Salvat Editores, Barcelona, 1983, 64 pp.

El campo de la alimentación y la nutrición alude a un vasto conjunto de ciencias, disciplinas y contenidos. Y en más de una ocasión esa complejidad conduce a determinados errores, confusiones o simplificaciones que dificultan su tratamiento educativo.

Esta veterana obra, firmada por el prestigioso profesor Grande Covián, posee un marcado carácter divulgativo de fácil y amena lectura, sin que ello reste en nada a su calidad y solidez argumental. Eso sí, se ha eludido, en buena medida, la erudición academicista en favor del sentido expositivo y comunicativo.

El texto se sistematiza en siete grandes apartados, que a su vez se articulan en breves capítulos de dos páginas cada uno. Textos concisos, de fácil comprensión e ilustraciones que ayudan y complementan la información expuesta. Los contenidos tienen que ver con aspectos asociados a los conceptos generales de la alimentación y la nutrición, así como otros relativos a las necesidades nutritivas, la dieta, la composición de los alimentos, los problemas de salud, la producción y conservación de los alimentos e ideas sobre gastronomía y cocina. En general, información clara, precisa y bien articulada.

Estamos, como vemos, ante un documento que proporciona los conocimientos necesarios para poder abordar esta temática con suficiente fundamentación científica. Y en eso radica quizás su mayor interés: una

referencia en la que revisar determinados conocimientos que no siempre tenemos actualizados.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD: LA ALIMENTACIÓN



Autoría compartida

Graó, Barcelona, 2004, 124 pp.

La alimentación humana como contenido educativo posee un amplio recorrido.

Muchas experiencias innovadoras encuentran en este tema su eje vertebrador. Realmente es un asunto que no resulta difícil de conectar con la experiencia diaria del alumnado y se presta, igualmente, al desarrollo de actividades sugerentes y abiertas a la participación. Además, muchos objetivos, conocimientos y competencias del currículo oficial aluden, en distintas materias y asignaturas, a la alimentación humana. Los docentes, por todo ello, cuentan con experiencias y ejemplos que en ocasiones publican para ilustrar sus tentativas de mejora y cambio educativo.

El libro que estamos comentando, en buena medida, responde a esa situación. Se trata de una compilación de artículos publicados en diversas revistas del grupo Graó, organizada en torno al tema de la alimentación y que reúne propuestas y experiencias obtenidas, en su mayoría, de actividades protagonizadas por el profesorado en su práctica diaria.

Está distribuido en tres grandes apartados. El primero, quizás más panorámico, responde al marco general de la promoción de la salud (cuatro

capítulos artículos). El segundo se centra en la Educación Infantil y Primaria y muestra tres casos concretos y una propuesta de orientación didáctica. En todos se hace referencia al valor de las metodologías participativas, la interdisciplinariedad y la participación sociofamiliar. El tercero, y último, tiene su referente en la Educación Secundaria, y nos propone tres experiencias singulares en las que se trabaja desde un enfoque amplio (alimentación, nutrición y consumo) pero más bien disciplinar y en base a metodologías activas y comunitarias.

Sin duda, un texto que por su naturaleza práctica puede ser de gran ayuda al profesorado que esté interesado por iniciar actividades y proyectos sobre esta cuestión.

INVESTIGANDO LA ALIMENTACIÓN HUMANA



Proyecto Curricular Investigando Nuestro Mundo (6-12)

Pozuelos, Francisco José; González Rodríguez, Angustias; Travé, Gabriel

Díada, Sevilla, 2008, 198 pp.

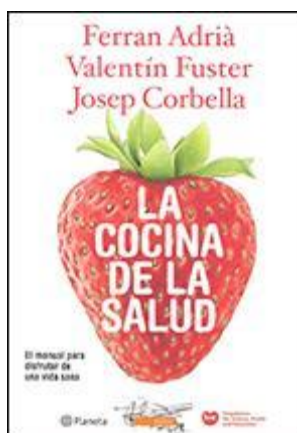
Abordar la enseñanza de la alimentación humana en la educación básica encierra una determinada complejidad que a nadie escapa. Por una parte, la temática ya de por sí se relaciona con múltiples cuestiones (nutrición, dieta, gastronomía, salud, consumo, equidad, etc.) y contenidos del currículo, lo que la sitúa necesariamente en un plano multidisciplinar, lejos de los esquematismos simplistas que tienden a adoptarse en la mayoría de los manuales convencionales. Y, por otra parte, conecta con la vida cotidiana y doméstica del alumnado, lo que conduce a un contexto distinto al escolar. Así,

familia, escuela y otros agentes precisan de un enfoque compartido (comunitario) si se quiere un mínimo de funcionalidad de los aprendizajes desarrollados en las aulas.

El texto que estamos comentando se articula en varias partes, con la finalidad principal de ayudar al profesorado, y al resto de la comunidad educativa, a elaborar propuestas educativas basadas en la investigación escolar. En este sentido, se analiza el contenido científico y cultural de la alimentación humana con la intención de proporcionar una base actual y transdisciplinar de este tema. Igualmente, se presentan estudios que informan de las ideas y hábitos que poseen los escolares y que sirven para orientar la selección de los contenidos recogidos en el currículo oficial. Contenidos que se analizan y presentan de forma graduada según tres niveles de complejidad (hipótesis de progresión), con objeto de posibilitar un conocimiento progresivo que favorezca su asimilación funcional.

Unido a lo anterior, una parte importante del libro depara en los planteamientos didácticos generales: la investigación escolar, así como otros más concretos: problemas y temas específicos, ejemplo de actividades y proyectos para el aula. En general, estamos ante un documento de apoyo que pretende facilitar la acción del docente sin secuestrar su protagonismo.

LA COCINA DE LA SALUD



El manual para disfrutar de una vida sana
Adrià, Ferran; Fuster, Valentín; Corbella, Josep
Planeta, Barcelona, 2010, 379 pp.

Esta obra sorprenderá a cualquier lector interesado por la dieta saludable. En un solo texto se teje información muy relevante y asequible sobre la alimentación humana sin caer en un discurso técnico de pretendida base científica, dispuesto para ser aceptado como verdad absoluta. Por el contrario, el libro ofrece datos, ejemplos y orientaciones bien fundamentados, pero siempre mediante una exposición y un lenguaje ameno, plural y de fácil comprensión.

Es más, con esa intención didáctica, el hilo argumental se va desarrollando a partir de la acción cotidiana de una familia tipo. Sus costumbres, rutinas y actividades permiten que los autores puedan abordar las cuestiones relacionadas con una dieta saludable de forma realista y cercana al lector.

La obra trata la alimentación desde múltiples ángulos. Que nadie tema el típico recetario y consejos de dietética. Estamos ante un volumen que toca diferentes aspectos: dieta, ejercicio físico, gastronomía, higiene, consumo, descanso, salud, comensalismo, etc. Una completa relación de asuntos que en conjunto es mucho más que cada uno de ellos por separado. Y este sí que es el mérito más destacado del texto: su enfoque integrado y vital.

Además, el valor didáctico hace referencia a la dimensión tanto familiar y personal como escolar. Existen muchos datos, ejemplos e información que aluden directamente al marco escolar, en general, y al aula, en particular.

Un texto recomendable para profundizar en el tema, comprender su complejidad y conocer los motivos que justifican la incorporación de experiencias reales a la hora de promocionar una alimentación sana y equilibrada.

LA INFANCIA MATERIALISTA



Crecer en la cultura consumista
Buckingham, David
Morata, Madrid, 2013, 278 pp.

El consumo, aunque por sí mismo merece un espacio propio, en este caso avanza y presenta su relación con otros aspectos como son la publicidad, el mercado y su dimensión cultural. Y, más en concreto, se detiene en la alimentación como producto que genera ingentes beneficios no solo asociados a la comida. Otras industrias relacionadas con la imagen, la estética y determinados estilos de vidas también participan en esa pugna económica.

La publicidad, el papel de los usuarios y consumidores, así como la intervención de los poderes públicos empañan, cada vez más, un panorama que en demasiadas ocasiones se ha presentado de modo excesivamente simplificado con objeto de llegar a todo el mundo. Y, con ese telón de fondo, los estereotipos están asegurados.

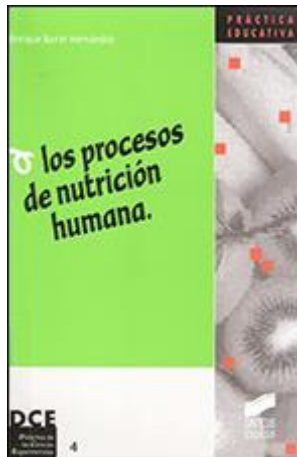
Las "eternas verdades" de índole racionalista y proteccionista orientadas a tutelar a la infancia han llevado al desarrollo de medidas y campañas más pensadas en la justificación de "hacer algo" que en el verdadero propósito de una formación crítica y fundamentada.

Con ese punto de vista, se expone la prohibición de determinados anuncios en "horario infantil". Cuando, según se relata, no se conoce el alcance real de la publicidad, máxime si se olvidan

otras dimensiones relativas al "márquetin", la cultura doméstica, la desigualdad económica, etc.

Buckingham nos presenta un texto radical y antidogmático. Radical, porque busca soluciones distintas y dirigidas a desvelar las causas profundas en las que se enmarca la alimentación. Y antidogmático, en la medida que huye de las verdades absolutas, muchas de ellas aceptadas por "bienintencionadas" pero que esconden más que lo que enseñan (injerencia en lo privado, desigualdad, estigmatización, etc.).

LOS PROCESOS DE NUTRICIÓN HUMANA



Banet, Enrique
Síntesis, Madrid, 2001, 272 pp.

¿Por qué el alumnado no interioriza el conocimiento aprendido en las aulas para su vida cotidiana? Y más en concreto: ¿por qué tras años de estudio sobre el proceso nutritivo no mejoran los hábitos alimentarios? Esta cuestión inicial y nuclear sirve de eje a la obra que estamos comentando. En consecuencia, el libro se plantea como un documento didáctico orientado a la mejora de la enseñanza en el amplio campo de la alimentación humana. Aun con ese telón de fondo, la prolija información que encontramos en sus páginas no se plantea de forma definitiva y cerrada. Como apunta su autor, será el profesorado quien termine de concretar las sugerencias que aquí se exponen. En este sentido, cabe destacar, también, su potencial para la formación docente en este campo.

Tres partes diferenciadas organizan los capítulos de este libro. En la primera de ellas se aborda la construcción del conocimiento científico a lo largo del tiempo y, más ampliamente, se depara en las concepciones de los estudiantes y su influencia en el desarrollo de los aprendizajes. Aspecto vital si se quiere avanzar hacia un cambio de hábitos y no hacia la simple acumulación de datos académicos de limitada utilidad práctica. La segunda parte se detiene en los contenidos que se relacionan con la nutrición humana en el currículo. Aunque inicialmente se parta de una perspectiva más de índole científica, posteriormente se relaciona con contenidos más amplios e interdisciplinarios. Y siempre desatancando la importancia de los procedimientos y actitudes junto a los conceptos si lo que se pretende es el cambio funcional de las conductas cotidianas. La tercera y última parte se centra en la enseñanza, decantándose el autor por un enfoque constructivista y cercano a la investigación escolar. A lo largo de todo el documento se van integrando propuestas y ejemplos prácticos que ayudan bastante a la hora de considerar su utilidad para la actividad de clase.

Aunque se insiste en que la obra va destinada a toda la enseñanza obligatoria, observamos un mayor anclaje con la etapa Secundaria. De cualquier modo, estamos ante un magnífico texto para fundamentar y llevar a la práctica experiencias educativas que incidan de un modo significativo en la mejora de la alimentación de los estudiantes.

NUTRICIÓN SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS ALIMENTARIOS



López Nomdedeu, Consuelo (coord.)

Ministerio de Sanidad y Consumo; Ministerio de Educación, Cultura y Deporte y Ministerio de Interior, Madrid, 2000, 100 pp.

Nuestra alimentación no es en todos los casos suficientemente equilibrada y saludable. Es más, cada vez tenemos mayor conciencia de los trastornos y problemas que aparecen asociados a la nutrición desde los primeros años.

Al amparo de esa realidad, se presenta esta guía que tiene como finalidad promocionar entre los escolares las destrezas y conocimientos que deberían adquirir durante la Educación Obligatoria para adoptar una dieta y hábitos saludables. Y para ello se propone una intervención educativa basada en métodos activos y en colaboración con la familia y otros agentes sociales que supere la simple información en favor de la formación.

El planteamiento desarrollado en este texto está estrechamente relacionado con el marco europeo de promoción de la salud pero adaptado a las condiciones de nuestro país.

La obra se organiza en seis capítulos, en los que se abordan otros tantos temas presentados desde una perspectiva amplia del hecho nutricional. Higiene, ejercicio físico, consumo, dietética, gastronomía y desarrollo emocional constituyen algunos de los tópicos seleccionados por sus autores.

A su vez, cada tema-capítulo viene configurado por un riguroso informe sobre el contenido y una bibliografía complementaria. Tras ello se presenta la propuesta didáctica –destinada mayoritariamente al alumnado de 6 a 12 años (Primaria)-, que en esencia la configuran una breve orientación docente y una serie de materiales del tipo fichas estructuradas.

La información suministrada y los datos que aparecen superan en mucho a los ejemplos didácticos. Mientras los primeros resultan ilustrativos y actualizados, los materiales para el aula no pasan de convencionales.

Disponible en:

http://www.torrepacheco.es/torrepacheco/RecursosWeb/DOCUMENTOS/1/0_736_1.pdf

¿QUÉ NOS COMEMOS?



Relaciones del consumo con el medio ambiente y la salud
Bengoechea, José G.; Vara, Teresa (dir.)
Animación y Promoción del Medio, Madrid, 1993, 99 pp.

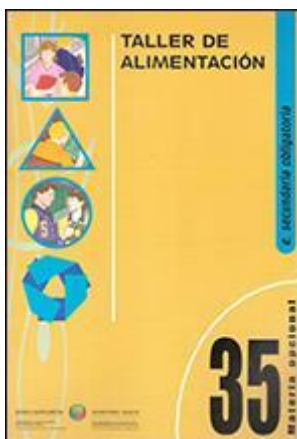
Como ya se ha comentado, la alimentación humana encierra una complejidad tal que guarda relación con distintos asuntos y cuestiones de la más variada naturaleza. Teniendo en consideración esa perspectiva, este libro se declara explícitamente vinculado a la formación ambiental. Aun así, educación ambiental y promoción de una alimentación saludable amplían su horizonte con otras cuestiones relacionadas con el consumo responsable, la higiene y la producción.

La obra, que forma parte de la colección Cuenta con tu Planeta, está organizada en tres partes. En la primera se exponen de un modo sencillo distintos contenidos relativos a la historia de las costumbres alimentarias y su evolución en el tiempo, especialmente se detiene en la actualidad y el impacto en el medio que provoca la producción industrial y masiva. La segunda explica el proyecto o unidad didáctica que se presenta para ser trabajado en el aula. Continúa con el itinerario de actividades y experiencias; estas se detallan y explican con orientaciones didácticas precisas. La obra termina con un anexo documental y de recursos.

El proyecto de trabajo que se muestra resulta ideal para el tercer ciclo de Primaria. Y, por su carácter investigador, constituye un buen ejemplo del que tomar referencias o, si se prefiere, adaptarlo a la circunstancia de cada caso.

Una lástima que su divulgación no haya sido más extensiva, porque, insistimos, su lectura resulta altamente positiva por las posibilidades formativas que encierra, tanto para los docentes como para los escolares.

TALLER DE ALIMENTACIÓN



Los alimentos, mi cuerpo y yo

Díaz Ereño, Elena; Padierna, Ángel; Uribe, Ane Miren; Sierra, Josi (coord.)

Gobierno Vasco. Departamento de Educación, Universidades e Investigación. Dirección de Renovación Pedagógica. Bilbao, 1997, 181 pp.

Promover una alimentación saludable en la Educación Secundaria es el objetivo de este documento. Se trata, más bien, de un dossier didáctico que de un libro al uso. En él se encuentran, de forma equilibrada, orientaciones para el profesorado, información y materiales relacionados con el tema y recursos para la familia.

Organizado por trimestres, presenta actividades y experiencias para ser desarrolladas en clase. Pero, más que información cerrada que debe aceptarse por su "naturaleza científica", se plantean actividades donde los datos precisos y la reflexión personal y compartida ayudan a construir respuestas y a adoptar decisiones en modo positivo.

La etapa a la que se dirige marca los contenidos y la orientación de las experiencias. Así, la imagen corporal, la presión del grupo y la autoestima constituyen algunos de los asuntos que se proponen, sin olvidar la dimensión dietético-nutricional, cultural y familiar de la alimentación.

En general, un recurso valioso para trabajar la alimentación durante la adolescencia sin caer en el consabido estilo doctrinal –consejos a seguir– o el descriptivo disciplinar de ciencias de la naturaleza. Quizás, con el tiempo, observemos una presentación demasiado estructurada y echemos en falta una mayor presencia del profesorado a la hora de articular la materia que se propone. No obstante, su lectura y consulta pueden ser de una gran ayuda para cualquier docente interesado en esta temática.

Otros recursos

Banet, Enrique; López Ferrer, Carmen (2010). "¿Cómo mejorar el desayuno de los escolares de Educación Primaria?", en *Investigación en la Escuela*, núm. 71, pp. 63-83.

En este artículo se aborda el desayuno como una temática concreta que permite incidir en la promoción de la alimentación saludable desde una perspectiva funcional y relevante. Para ello, los autores revisan el conocimiento y la experiencia que los escolares tienen respecto a esta importante comida. El déficit que manifiestan y la escasa información que existe justifican sobradamente el tratamiento de este asunto en las aulas escolares.

Pero, para alcanzar un conocimiento sólido y un cambio significativo de hábitos no basta con un enfoque convencional centrado en el contenido disciplinar y académico: es preciso, por el contrario, adoptar un modelo comunitario dentro de una didáctica basada en la investigación escolar. Y, aún más, para lograr un efecto sostenido –como se afirma en el estudio– no es suficiente con experiencias puntuales, por muy activas que sean, se necesita de una actuación recurrente e integrada a lo largo de toda la escolaridad.

Esta investigación colaborativa muestra el beneficio que se obtiene cuando distintas instancias y niveles intervienen de modo complementario. Un reto en el que se debe insistir, un ejemplo que considerar.

Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y la Prevención de la Obesidad (NAOS) "¡Come sano y muévete!"

http://www.naos.aesan.msssi.gob.es/naos/estrategia/que_es

La Estrategia NAOS y la web en la que se presenta constituyen un esfuerzo de coordinación para que desde diferentes instancias se promuevan

hábitos que permitan mejorar la calidad de vida, principalmente en lo concerniente a la alimentación y el ejercicio físico.

En esta web podemos encontrar múltiples recursos, tanto de información como de orientaciones para la vida cotidiana o, como es nuestro caso, para la experiencia educativa.

Especialmente interesante resulta la lectura del *Documento de consenso sobre la alimentación en centros educativos*, dirigido a los comedores escolares. Y también el apartado "Activilandia", que permite acceder a múltiples recursos documentales y digitales.

Estudio AVENA. Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes

<http://www.estudioavena.es>

El estudio AVENA es una investigación sobre la alimentación en la adolescencia con objeto de prevenir y actuar sobre determinados problemas asociados a la nutrición. Han intervenido en ella universidades de distintos puntos de España (Granada, Murcia, Santander y Zaragoza), así como el Instituto de Nutrición y Bromatología (CSIC) de Madrid. La colaboración y el extenso marco geográfico que abarca ponen de relieve la importancia de los datos aportados. Sobre todo si, además, se tiene en cuenta la participación de los 65 centros educativos que han colaborado en el estudio (trece por provincia).

En diferentes informes aquí incluidos (artículos, tesis, comunicaciones a congresos, etc.) se exponen abundantes referencias y testimonios contrastados que advierten del progresivo deterioro de la alimentación de este colectivo generacional. Una sólida argumentación que justifica de por sí la necesaria intervención educativa. Y eso es, tal vez, lo mejor de esta web: mostrar evidencias que apremian para avanzar en esa dirección.

Guía de alimentación y salud, UNED

<http://www.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I/guia/presentacion/index.htm?ca=n0>

Abordar en la enseñanza el tema de la alimentación no resulta sencillo, su complejidad conceptual es tan amplia como difícil de compendiar. Y tanto el profesorado como la familia necesitan, en muchas ocasiones, información

fiable, imparcial y ordenada, en definitiva, comprensible y precisa. Pues bien, la página web que estamos comentando reúne esas cualidades. No es, por tanto, un recurso de orientación didáctica –aunque se pueda de ella deducir– sino más bien conceptual e informativa.

Los apartados en los que se divide ofrecen una revisión actualizada de los conceptos y procesos más importantes involucrados en la nutrición humana. Lectura amena que atrae por la claridad de la exposición y el apoyo de los gráficos e imágenes que la complementan.

Destinada, insistimos, al adulto que quiera adquirir o repasar determinada información sobre el hecho nutricional. No obstante, también puede ser manejada por el alumnado de los últimos años de la Primaria y, sobre todo, a partir de la Secundaria.

Kincheloe, Joe L. (2000). "McDonald's, el poder y los niños: Ronald McDonald lo hace todo por ti", en **Sh. R. Steinberg y Joe L. Kincheloe (comps.).** *Cultura infantil y multinacionales*. Madrid: Morata, pp. 239-255.

Este capítulo forma parte de un volumen altamente recomendable para conocer los distintos senderos por los que transita la cultura hegemónica para llegar a imponerse empleando, para ello, "inocentes experiencias cotidianas" tales como el juego, determinados programas de televisión, juguetes, revistas, cromos, etc. Nada que ver con la represión; más bien se observa un proceso de conculcación a través de mensajes simbólicos que termina por conformar un determinado "sentidocomún". Tan interiorizado como difícil de rechazar.

En concreto, este capítulo analiza la estrategia que sigue la empresa McDonald's para culturizar a los niños y niñas a partir de identificarse con un estilo de vida que les beneficia, empleando para ello estrategias que, poco a poco, van calando en nuestro entorno: programas educativos, visitas a la producción, publicidad simbólica. Y todo ello para transformar a la infancia en un conglomerado dócil de consumidores y clientes felices dentro del sistema económico actual.

López Iturriaga, Mikel; Escudero, Mónica (2012). "Cómo somos. Radiografía del carrito. ¿Qué dice la cesta de la compra de nosotros?", en *El País Semanal*, núm. 1853, pp. 30-37.

El País Semanal del 1 de abril de 2012 nos ofrece un interesante estudio a través de cinco casos que representan a diferentes modelos de familia. Estos ilustran con su presencia distintas alternativas respecto a la alimentación. La selección efectuada por cada uno de ellos con sus aciertos, errores y contradicciones permite a los autores profundizar en el complejo mundo de la comida como hecho biológico, cultural o económico. Porque no toda elección resulta tan espontánea como parece: los intereses comerciales y sus estrategias de persuasión desempeñan un papel que va más allá de nuestras propias percepciones racionales.

Y si interesante –y amena- es la lectura de este reportaje no lo es menos el potencial didáctico que encierra. El alumnado de Secundaria –o con su adecuación, para el último ciclo de Primaria- tiene en estas páginas un excelente recurso para reflexionar sobre su alimentación y avanzar con juicio crítico hacia posiciones más elaboradas y saludables.

Morcillo, Virginia; Romero Tenorio, Dolores (2013). "¡Estar en forma es genial!", en *Cuadernos de Pedagogía*, núm. 432, marzo, pp. 61-63 (Educación Infantil).

Travé, Gabriel; Rodríguez González, Angustia; Álvarez Torres, M.^a José (2013). "Una experiencia de vida saludable en Primaria", en *Cuadernos de Pedagogía*, núm. 432, marzo, pp. 64-66 (Educación Primaria).

Clavero, Sergio (2013). "Spots sociales", en *Cuadernos de Pedagogía*, núm. 439, noviembre, pp. 15-19 (Educación Secundaria).

La alimentación humana es una temática bastante presente en el currículo escolar. Ya desde los primeros cursos es fácil encontrar su tratamiento en las aulas. Además, así lo señala el currículo básico y lo recogen los libros de texto, que, de forma casi generalizada, lo desarrollan en la práctica. Pero, obviamente, desde esa posición su estudio resulta bastante academicista y con escasa transferencia práctica. No obstante, de esa forma, queda justificado que un conocimiento tan necesario y relevante tiene cabida en la enseñanza oficial.

Ante este panorama, el profesorado más inquieto se ha caracterizado por promover experiencias más funcionales y participativas. Son iniciativas que sin descuidar los contenidos amplían la perspectiva hacia propuestas

integradas con intención de presentar esta temática con una proyección más realista, práctica y orientada a la formación de hábitos saludables.

Así, frente a un conocimiento disciplinar y memorístico se avanza hacia otro interdisciplinar, comunitario, práctico y con proyección vital. Enfoque cargado de dificultades, pues la mayoría de los materiales que existen en el mercado no responde a esa lógica, antes al contrario, muchos recursos autodenominados alternativos tienen en los manuales su referencia.

Las tres experiencias que presentamos obedecen a esa tradición innovadora que con su esfuerzo están mostrando otra realidad a la hora de abordar distintas cuestiones relacionadas con la alimentación (gastronomía, nutrición, consumo, publicidad, etc.).

Hemos seleccionado casos de los distintos niveles de la educación básica y obligatoria. Con ello queremos demostrar que romper con los vínculos convencionales no es solo posible en los cursos elementales; existen testimonios –y estos son solo tres- que prueban que en cualquier etapa hay espacio para un cambio de modelo. Son, por tanto, eso: testimonios que apuntan a un cambio de dirección pero con múltiples opciones, nunca una fórmula concreta y cerrada.

Programa Perseo

http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/es/programa/secciones/programa_perseo.shtml

Dentro de la Estrategia NAOS encontramos el Programa Perseo, íntegramente destinado al marco educativo y escolar. Desde el comienzo, y así se destaca en las distintas partes de la web, se asume el marco comunitario como el entorno más propicio para la promoción de unos hábitos saludables.

En concreto, hallamos información, orientaciones, actividades, materiales, etc. destinados a los distintos sectores llamados a colaborar: docentes, familia y personal sanitario.

La considerable abundancia de recursos y datos permite que tengan cabida las más variadas iniciativas, la complejidad de las mismas dependerá del alcance que cada experiencia desee lograr.

En alguna proporción, pensamos que sería conveniente asociar este auténtico "banco de recursos" a alguna actividad formativa de naturaleza colaborativa, porque, de otro modo, se corre el riesgo de que permanezca - como otros muchos recursos- invisible, de escasa utilización o de manejo superficial.

Desde un planteamiento comunitario adquiere una enorme potencia, dada la concentración de medios que presenta, algo que se agradece, máxime cuando no se ofrece como recurso cerrado de aplicación automática y simplificada.

Programa de Alimentación Saludable. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía

http://www.juntadeandalucia.es/salud/channels/temas/temas_es/P_4_SALUD_PUBLICA/P_2_PROMOCION_DE_LA_SALUD/Programas_del_Entorno_Escolar/Promocion_Alimentacion_Saludable/prog_alimentacion_saludable?perfil=org&desplegar=/temas_es/P_4_SALUD_PUBLICA/&idioma=es&tema=/temas_es/P_4_SALUD_PUBLICA/P_2_PROMOCION_DE_LA_SALUD/Programas_del_Entorno_Escolar/Promocion_Alimentacion_Saludable/&contenido=/channels/temas/temas_es/P_4_SALUD_PUBLICA/P_2_PROMOCION_DE_LA_SALUD/Programas_del_Entorno_Escolar/Promocion_Alimentacion_Saludable/prog_alimentacion_saludable

La Junta de Andalucía ofrece, a través de la web de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, una extensa relación de recursos para trabajar en el aula la promoción de la alimentación saludable. Entre todos ellos, se incluyen unidades didácticas, folletos, carteles, guías y documentos.

Al igual que abundante en la temática también es variado el público al que se dirige: docentes, familias, gestores de comedores y población en general. Todos estos sectores pueden encontrar materiales destinados a ellos.

El formato digital se complementa con otros –abundantes- recursos disponibles para su descarga en pdf. Sin embargo, una vez más, la abundancia no está exenta de desequilibrios, pues frente a materiales y propuestas de una gran validez pedagógica, también hallamos rutinarios medios que emulan al típico ejercicio escolar de escasa significatividad. El equipo docente tiene aquí una importante labor de selección y adecuación.