

## Educar en buenos hábitos

# El comedor escolar

Rafael Fontenla Grove (Huelva)

**Han transcurrido algunos años desde que las cantinas escolares trataban de resolver en nuestro país los problemas asistenciales derivados de difíciles situaciones sociales. La palabra comedor escolar, más próxima a una terminología que recuerda el ambiente familiar, vino a sustituir a la antigua expresión cantina.**

Con el cambio de palabra se introdujo un nuevo concepto de lo que debía ser un servicio de alimentación de colectividades.

Quizá con carácter general no se ha logrado poner en práctica la nueva filosofía de lo que se entiende por un comedor escolar, pero merece la pena intentarlo y, para ello, conviene recordar la base que debe presidir esta unidad educativa de los centros docentes, tanto más cuanto que los tiempos que se avecinan estimulan el incremento de este tipo de servicios, demandados por la familia y apoyado por una política educativa de concertación escolar.

### **Qué no debe ser un comedor escolar**

No debe ser un lugar donde los niños con dificultades de transporte para regresar a sus casas a la hora del mediodía toman un menú más o menos bien condimentado, que les permita continuar la jornada.

Tampoco debe ser un servicio de exclusiva asistencia social, sin más finalidad que resolver situaciones extremas de las familias necesitadas.

Ni siquiera un medio de proporcionar alimentos al mayor número de niños posible, sin tener en cuenta la variedad de sus exigencias nutricionales, educativas, etc.

Menos aún, una fuente cómoda de ingresos para los responsables de determinados centros, quienes olvidan que el adjetivo escolar les obliga a un tratamiento especial, mucho más complejo que el simple hecho de servir una comida como si de un restaurante se tratara.

### **Y qué sí debe ser**

Cualquiera que sea el origen de su financiación, el comedor escolar debe servir de entorno físico y de proceso activo para que el niño aprenda unos comportamientos adecuados en su contacto con los alimentos, con los utensilios que maneja y en la relación con los comensales.

El comedor debe atender la demanda derivada del propio sistema educativo, niños transportados al centro escolar obligadamente por la distancia a su vivienda, que dificulta el regreso a la casa a la hora del mediodía.

Debe paliar, en lo posible, las necesidades en materia de asistencia social.

Y ofrecer a los estudiantes que lo deseen, dentro de las limitaciones impuestas por la propia capacidad del comedor, la posibilidad de tomar, a mediodía, una minuta variada y bien concebida desde el punto de vista digestivo y nutricional, siguiendo las normas de higiene alimentaria.

En el comedor escolar, tal como está diseñado en nuestro país, se preparan unos menús que han de ser aceptados por los comensales sin posibles alternativas, no es un autoservicio, ni hay una oferta de posibles menús.

### **Actividades**

El comedor escolar permite poner en práctica, a través de las minutas que ofrece a los escolares en un contexto especialmente educativo, todas las recomendaciones aprobadas por los nutricionistas. Parece un contrasentido dejar para la edad adulta y a la decisión personal lo que hoy es posible conseguir en el período de formación de los niños. Pero el verdadero éxito de un comedor escolar no es simplemente dar de comer a los niños en el menor tiempo posible sino satisfacer sus necesidades nutricionales, mantener el organismo en buen estado de salud y permitir un crecimiento armónico. El cambio de comportamiento en materia de hábitos y la creación de nuevos hábitos debe realizarse en la infancia; parece lógico, pues, que el comedor escolar tenga asignada, como prioritaria, una función educativa. Por esta razón, es interesante que se planteen algunas de las actividades que se citan a continuación, a título de sugerencia:

- Conocimiento del origen de los alimentos consumidos y de los procesos de transformación y comercialización hasta su consumo.
- Interpretación, con los alumnos, de las minutas servidas en el comedor, desde el punto de vista nutritivo y en relación con las necesidades biológicas generales y en sus propias apetencias y necesidades.
- Prácticas de higiene personal y aseo general: manos, dientes, manipulación de los alimentos en el servicio de los mismos y durante su consumo.
- Prácticas de higiene ambiental: acondicionamiento y limpiezas del local y de los utensilios, servicio de comidas organizado, ruido, ventilación, etc.
- Prácticas de relación social: fomento de la comunicación y de las buenas relaciones con los compañeros de mesa, desarrollo del sentido de colaboración para facilitar la convivencia y mejorar la calidad de un servicio de utilización compartida, empleo del tiempo de descanso que sigue a la comida.
- Actividades de participación en la gestión del comedor escolar: sugerencias de los alumnos en el planteamiento de las minutas.
- Práctica de reuniones con los padres informándoles de los objetivos del comedor escolar, en donde colaboren los alumnos.

### **El responsable del comedor**

El responsable de un comedor escolar tiene ante sí un auténtico problema: cómo conseguir que la comida sea bien aceptada por la mayoría.

La respuesta no es sencilla, se pueden sugerir algunas formas que darán, seguramente, buenos resultados, como, por ejemplo, preguntar a los usuarios sobre sus gustos y rechazos (distribuirles un cuestionario breve, cuyos resultados se comentarán en grupo).

Posteriormente se discutirán las respuestas obtenidas desde un ángulo nutricional y se preparará, conjuntamente, un plan de minutas que trate de satisfacerles en parte, sin sacrificar lo que sea verdaderamente esencial en la alimentación del niño en edad escolar.

No se debe olvidar que en el comedor escolar se tiene que ofrecer un ambiente acogedor donde los chicos se sientan bien, reconociendo como algo propio el lugar que van ocupando día a día a lo largo del curso académico.

Los niños en edad escolar suelen decir con frecuencia: mi escuela, mi clase, mi compañero, mi profesor, ¿por qué no, mi comedor?

Finalmente, la valoración del aumento de la demanda de plazas de comedores escolares públicos debe hacerse en base a la realidad social y educativa de la zona donde el centro escolar se encuentre situado, pero sin que pierda el objetivo último del comedor escolar: educar en buenos hábitos nutricionales y proporcionar una dieta correcta al escolar.