



Te encuentras en Inicio / Segmento / Comedores escolares /



El estadounidense David Laferriere, y una de sus creaciones.

Buenas ideas para motivar y animar a los más pequeños, a que coman de todo

19-03-2014

La fotografía de un bocadillo es una exposición que abrirá sus puertas en Madrid, el próximo 28 de marzo, y que mostrará las ilustraciones que un padre de Massachusetts lleva haciendo, diariamente y durante cinco años, en los envoltorios del bocadillo que se llevan sus hijos al colegio. Todo son buenas ideas cuando el objetivo es motivar y animar a los más pequeños para que se coman hasta la última miga.

Cuando se habla de cocina para niños enseguida nos vienen a la mente recetas de cocina sanas y divertidas; los pequeños son así, aprenden jugando, y cualquier cosa que signifique diversión les llama la atención.

Esto es lo que debió pensar hace cinco años **David Laferriere**, cuando decidió decorar cada mañana con un dibujo diferente, el envoltorio de los sándwiches que preparaba para que sus hijos se llevaran al cole. Hay que decir que Laferriere es diseñador gráfico y se propuso alegrarles la hora del patio a **Evan** y **Keny**, decorando la bolsa del sándwich con dibujos de monstruos, animales de todo tipo, paisajes, laberintos, robots y todo tipo de criaturas imaginarias, realizadas con rotuladores de colores.

Este hábito artístico del padre animaba a los niños a acabarse todos los días sus bocadillo hasta la última miga. Esta 'aventura' comenzó en 2008 y según Laferriere *"ahora los niños comen más y mejor"*.

Lo que no sabía este diseñador es que, además de ser una inictiva que ayudase a sus hijos respecto a los hábitos nutricionales, sus dibujos se iban a convertir en un fenómeno que provocaría sonrisas en medio mundo. Laferriere colgaba diariamente las fotos de los dibujos en [Flickr](#), con el único propósito de no repetirse. La obra 'sandwichera' de este diseñador gráfico estadounidense se compone de 2.000 ilustraciones.

Desde el próximo 28 de marzo y hasta el 3 de abril, Madrid acogerá en la sala Ensanche de la Central de Diseño (Matadero Madrid), una exposición con 65 de los mejores dibujos de David Laferriere, quien viajará a España para estar presente el día de la

inauguración.

Fundamental que la comida que se prepara para los niños les entre por la vista

La decoración de los platos es una buena herramienta para hacer que los niños se sientan atraídos por la comida. Las ideas para convertir los platos en una diversión son especialmente interesantes para que los niños acepten comer determinados alimentos que no les atraen, como las verduras. Tanto en el colegio como en otras colectividades como los hospitales, es necesario un sobreesfuerzo y mucha imaginación por parte de los profesionales para que los niños se acostumbren y aprendan a comer de todo desde bien pequeños. Pero es un esfuerzo que tiene su recompensa, no sólo porque mejora la salud nutricional de los niños, sino porque evita también que gran parte de los menús que se les sirven acaben en la basura.

En el Hospital de León, por ejemplo, se ofrece a los pacientes del área pediátrica la posibilidad de elegir sus comidas, en una carta adaptada especialmente para los niños. Se trata de un programa de menús infantiles con platos decorados que ha resultado ser un éxito: los pequeños comen más y los padres se muestran encantados (podéis leer un artículo sobre esta iniciativa en [este enlace](#)).