Restauracióncolectiva
El portal de referencia para los profesionales del sector

"La FR lucha contra la obesidad y por tener unos adultos más sanos en el futuro"

Miércoles, 16 de septiembre 2015

Mariano Granero, 'embajador' en Valencia de *Food Revolution*

***Food Revolution* (FR) es un movimiento internacional impulsado por el mediático cocinero inglés Jamie Oliver que lucha por cambiar los malos hábitos alimentarios a nivel mundial. Aunque en España no está totalmente consolidado, cuenta ya con 14 'embajadores', uno de ellos Mariano Granero, 'embajador' en Valencia, quien nos explica en esta entrevista cuáles son los orígenes del movimiento, cómo está organizado y cuáles son sus objetivos.**

Mariano Granero ejerce de *coach* nutricional, guiando y acompañando a las personas para que se alimenten de la forma más conveniente, analizando sus creencias erróneas, las barreras que se ponen, etc. y marcando unos objetivos concretos a conseguir, motivando y acompañando en el proceso. Un interesante trabajo que le ha llevado a tener una visión muy clara y de primera mano respecto a cómo nos alimentamos la mayoría de personas.

Pero no es eso lo que nos ha llevado hasta él, sino su labor como 'embajador' de *Food Revolution*, el movimiento internacional impulsado por el mediático cocinero inglés **Jamie Oliver** cuyo ambicioso objetivo es cambiar los malos hábitos alimentarios a nivel mundial. Un movimiento que busca iniciar esos cambios centrando su atención en la alimentación de los niños y niñas en las escuelas y en casa, para luchar contra la obesidad y tener unos adultos más sanos en el futuro.

– Antes de entrar a explicar que es la *Food Revolution*, cuéntanos ¿cómo un *coach* nutricional, llega a ser 'embajador' del movimiento?
– Llego a ser 'embajador' porque siempre he creído en la importancia de la alimentación con productos naturales y que se abusa demasiado de la 'comida basura', sobre todo entre los más jóvenes. Así que cuando conocí FR me sentí reflejado en su ideario y en sus objetivos y solicité ser 'embajador'. Pensé que, como conocedor de las herramientas de comunicación del *coaching*, podía realizar una labor valiosa en la transmisión de los valores de FR entre niños, jóvenes y padres.

Se trata de una labor plenamente voluntaria y sin ánimo de lucro. Así es para todos los embajadores. Actualmente somos más de 1.000 embajadores en más de 675 ciudades de 94 países en todo el mundo… y yo he tenido la suerte de ser uno de ellos.

– ¿Cómo conociste el movimiento?
– El movimiento lo conocí gracias a los programas de cocina de Jamie Oliver en TV. Me gustó mucho su forma de cocinar, las cosas que decía y su forma de comunicar. Estuve leyendo sobre él en internet y fue cuando descubrí su labor en contra de la 'comida basura', su famosa charla TED (2010) sobre la obesidad y el movimiento que había creado mediante FR. Entonces decidí unirme.

– Tú eres 'embajador' en Valencia. ¿Cómo está organizado el movimiento en España?
– El movimiento funciona igual a nivel mundial. Los embajadores solicitan serlo y si se considera que reúnen requisitos suficientes se les admite. Por esa razón no hay embajadores en todas las ciudades o comunidades, porque es la persona interesada en cada ciudad o zona quien ha de solicitarlo. Funcionamos personalmente. Si en una ciudad o región hay varios se puede coordinar la labor. En Valencia somos actualmente dos embajadores, **Melisa Gómez**, que es nutricionista, y yo. Trabajamos juntos repartiéndonos las charlas en los colegios, la difusión en redes sociales, el contacto con los medios, etc.

–¿Lleváis a cabo algún tipo de acción a nivel nacional?
– La labor es preeminentemente local, pues es el enfoque que desde FR se considera más efectivo. Quien mejor puede moverse en una zona determinada es quien vive ahí y la conoce. Como países, estamos integrados por áreas gestionadas por un coordinador, un 'superembajador'. España está integrada en el grupo latinoamericano con todos sus embajadores. Desde ahí coordinamos juntos algunas de nuestras acciones, hacemos propuestas conjuntas y compartimos ideas.

– ¿Tenéis contacto con algún otro movimiento tipo *Slow Food*? Trabajáis conjuntamente en algo.
– En Valencia estamos en contacto con **Irene Zibert**, de *Slow Food Valencia*, y coincidimos en la celebración del útimo *Food Revolution Day* (mayo de 2015).

'Cada niño debería aprender sobre la comida, de dónde viene y cómo influye en su cuerpo'

– ¿Explícanos un poco como surge el movimiento *Food Revolution* y por qué?
– Si no me equivoco, FR se inicia en 2010. La situación sobre la obesidad infantil a nivel mundial lleva a Jamie Oliver a fundar este movimiento bajo la premisa de que cada niño debería aprender sobre la comida, de dónde viene y cómo influye en su cuerpo. Se considera que todo el mundo debería ser capaz de aprender habilidades de cocina perdidas u olvidadas ya sea en casa, en la escuela, en el trabajo o en la comunidad. Así surge, con el objetivo de luchar contra la obesidad y tener unos adultos más sanos en el futuro.

– ¿Cuál es el objetivo principal del movimiento?
– FR es un movimiento que permite reunirse a personas que aman la comida para compartir información, conocimientos y recursos al respecto. FR trata de conectar a la comunidad local: escuelas, servicios de restauración o empresas locales. Queremos inspirar el cambio en los hábitos alimenticios de las personas y nuestra misión es promover una mejor alimentación y la educación alimentaria desde las escuelas.

– ¿Trabajáis con algún otro segmento de la restauración?
– Los objetivos de FR se centran especialmente en que los niños coman ‘comida de verdad’, alimentos frescos y naturales, y en que aprendan a cocinar. Por ello, nos centramos especialmente en los niños y jóvenes, en sus padres y en la comunidad educativa.

–¿Por qué es necesario que venga *Food Revolution*, un movimiento inglés, a hablarnos de Dieta Mediterránea a España?
– Desde mi punto de vista, y como dice la Encuesta Nacional de Salud 2011-2012 (I.N.E.), un 27,8% de niños de entre 2 y 17 años (casi tres de cada diez) tiene exceso de peso, una cifra persistente que se mantiene en los últimos años y que, según la OMS, aumentará en los próximos años.

En España, como en muchos otros países occidentales, por mucho que se den las condiciones, no seguimos la dieta mediterránea de manera habitual. Es cierto que nuestra situación no es tan grave como la de países como Reino Unido o EE.UU. donde nace FR. Aquí no tenemos máquinas de *snacks* o chocolatinas en los pasillos del colegio, sin embargo la obesidad en España también está en alza.

Cualquier iniciativa destinada a concienciarnos de ello es de agradecer y FR tiene una forma práctica de hacerlo que funciona: poner a gente concienciada en la calle y en los medios para dar a conocer el problema y motivar para el cambio. La motivación y el ejemplo práctico (cocinar) son fundamentales.

Talleres informativos con padres y alumnos

– Centrándonos en Valencia, ¿qué iniciativas tenéis en marcha o previstas para este curso que acaba de empezar?
– Con el inicio del curso escolar retomamos las charlas-taller que iniciamos el año pasado, en colaboración con la empresa Caps, que gestiona numerosos comedores de colegios públicos en la Comunidad Valenciana. Ofrecemos talleres informativos y prácticos a padres y alumnos sobre por qué es mejor tomar alimentos frescos y naturales y la importancia de aprender, al menos, unas nociones básicas de cocina.

– ¿Y fuera de las aulas?
– Todos los años organizamos el *Food Revolution Day*. El próximo en 2016. El *Food Revolution Day* se celebra en mayo, simultáneamente y a nivel mundial. Es un día de concienciación para que la gente se reúna en torno a una buena comida y practique habilidades básicas de cocina, sirviendo de ejemplo a los más jóvenes. Es una oportunidad para reunirnos con los niños en casa, en la escuela, lugares de trabajo, etc… y divertirnos cocinando.

Este año, también queremos iniciar contactos con centros de enseñanza, productores locales y profesionales dedicados a la restauración comprometida con la alimentación saludable.

Millón y medio de firmas para introducir la educación alimentaria en las escuelas

– Por último, ¿qué destacarías del trabajo que hace Jamie Oliver? ¿Habéis trabajado con él directamente en algún tema en España?
– Le definiría como una persona tenaz y muy buen comunicador. Jamie Oliver es el fundador y líder que inspiró e incitó a miles de personas alrededor del mundo a unirse a FR. Pero él es sólo un hombre y necesita la ayuda de todos para impulsar este movimiento hacia adelante. Las fundaciones de Jamie trabajan a nivel mundial para llevar a cabo esta labor y desde que comenzó ha logrado concienciar a muchas personas en su forma de alimentarse y ha conseguido cambios legislativos en su país natal.

La última iniciativa para solicitar a los gobiernos a nivel mundial que introduzcan la educación alimentaria en las escuelas ha sido un gran éxito y ha tenido bastante repercusión, con más de 1,5 millones de firmas obtenidas, a través de la plataforma *change.org*.

Por desgracia, aún no hemos tenido la suerte de tener a Jamie Oliver en España. Es una persona con una agenda muy ocupada, pero estamos en ello.

Notícias Relacionadas

- El azúcar no debería superar el 5% de las calorías de la dieta, el equivalente a 6 terrones
- La obesidad y el sobrepeso infantil disminuye 3,2 puntos en los últimos cuatro años

- ¿Podría convertirse Pokémon Go en un aliado para luchar contra la obesidad infantil?
- Los D-N advierten que el azúcar ha invadido desayunos y meriendas de los niños
- “La FR lucha contra la obesidad y por tener unos adultos más sanos en el futuro”
- El papel de la restauración colectiva en la prevención de la obesidad infantil
- Dejar a los niños que se sirvan la comida puede ayudar a combatir la obesidad infantil

Ana Turón

Ana Turón es una periodista especializada en el sector de la restauración social y colectiva. Impulsora y responsable de www.restauracioncolectiva.com, único medio de comunicación dedicado al 100% al sector de las colectividades en España; y también del evento Restauración colectiva: meeting point y el ‘Congreso de Restauración Colectiva’ (CRC). @: aturon@restauracioncolectiva.com / Linkedin.