



Prueba piloto para conocer la percepción de los niños y niñas en relación a los alimentos

16-01-2019

El Centro Tecnológico Azti ha realizado una prueba piloto el colegio 'Karmengo Ama' de Amorebieta (Vizcaya) con el objetivo de conocer los hábitos, preferencias y percepción de los niños y niñas de primaria, en relación con lo que comen a diario, así como su grado de apertura a probar nuevos alimentos. Se trata de una iniciativa enmarcada en un proyecto europeo que busca crear soluciones para mejorar los hábitos alimenticios y reducir el despilfarro de alimentos en los escolares.

La dieta saludable durante la niñez y la adolescencia promueve la salud óptima, el crecimiento y el desarrollo cognitivo de los niños y niñas y adolescentes, y puede contribuir a la prevención de las enfermedades crónicas en la vida posterior. Sin embargo, las encuestas demuestran que la mayoría de los niños y adolescentes europeos no cumplen con estas pautas. De hecho, las cifras recientes muestran un número alarmante y creciente de niños y adolescentes obesos en Europa. Igualmente, se observa cómo las iniciativas tradicionales de comunicación dirigidas a mejorar los hábitos alimenticios de los escolares tienen un impacto muy limitado. Por lo tanto, es necesario desarrollar e implementar enfoques efectivos que puedan ayudar a diseñar programas y políticas que resulten en niños y adolescentes que adopten hábitos nutricionales más saludables y a la vez más respetuosos con el medio ambiente.

En este sentido, Azti está participando, junto con la universidad de Helsinki, la Universidad de Queen de Belfast, y el Grupo AN en un Proyecto Europeo en colaboración con la comunidad *Eit food*, que trabaja por colocar a Europa en el centro de la revolución mundial en el ámbito de la innovación y la producción alimentaria. El principal objetivo del proyecto es crear soluciones para mejorar los hábitos alimenticios y reducir el despilfarro de alimentos en los niños preescolares y escolares.

Desde Azti se ha desarrollado una aplicación web encaminada a conocer los hábitos, preferencias y percepción de los niños y niñas de primaria, en relación con lo que comen a diario, así como su grado de apertura a probar nuevos alimentos, tanto en el colegio como en otros momentos del día. Además, al finalizar el juego, la aplicación muestra unas recomendaciones en función de las respuestas otorgadas.

Esta aplicación ha sido testada en una prueba piloto con el colegio 'Karmengo Ama' de Amorebieta (Vizcaya), dónde niños y niñas de 8 y 9 años tuvieron oportunidad de jugar con ella. Para los escolares el juego les resultó muy atractivo y divertido, y mostraron su curiosidad por obtener consejos de comida en función de sus respuestas y aprender así un poco más sobre qué deben comer y por qué.

Posteriormente se realizaron diferentes actividades de sensibilización y educación nutricional en el aula. En primer lugar, en la semana inicial se trabajaron distintos conceptos nutricionales con los niños a través de breves lecciones sobre cada categoría de alimentos; para ello, se facilitaron al profesorado materiales como videos explicativos y paneles para colocar en las clases con diferentes consejos e indicaciones sobre alimentación saludable de una manera sencilla y adaptada a su edad. Durante las cuatro semanas posteriores, los escolares tuvieron la oportunidad de realizar una actividad de equipo a través de la cual recopilaban en un gran panel sus hábitos y consumo diario de las distintas categorías de alimentos.

Como colofón final del proyecto, durante los días 21 y 22 de noviembre, Azti recibió a las dos clases que han participado en esta prueba piloto en sus instalaciones. Durante estas jornadas, los niños y niñas de colegio 'Karmengo Ama' disfrutaron de un *showcooking* en el que aprendieron a preparar un menú saludable completo, mostraron su imaginación y creatividad a través de distintas actividades y se divirtieron jugando en un concurso en el que pusieron a prueba todo lo aprendido durante el proyecto.

Las jornadas finalizaron con una comida en la que todos pudieron probar de los platos cocinados. Muchos se animaron a probar así por primera vez ingredientes como el brócoli o el salmón y se sorprendieron al descubrir que, preparándolo de un modo distinto, y participando de su elaboración... ¡su sabor les gustaba! En definitiva, una experiencia enriquecedora de la que poder extraer muchos aprendizajes.

Fuente: Blog de Azti. **Elena Santa Cruz**, experta en nuevos alimentos.

Noticias Relacionadas

- Las escuelas acogen talleres con cocineros y dietistas en el 'Día del gusto y el producto'
- El verbo comer no tiene imperativo; enseñar a comer sin utilizar medidas coercitivas
- La adquisición de unos buenos hábitos alimentarios: el gran reto desde la infancia
- 'Eduksano', un proyecto para que la educación nutricional sea asignatura obligatoria
- Aprovechar el potencial de los comedores escolares, por un mundo más justo y saludable