



Fotos portada de sección y superior: ©Depositphotos.

## Se acabó el cole, llegaron los campamentos... cuidado con bajar la guardia con la alimentación

27-06-2023

**El curso escolar ha acabado y las colonias, 'casales' de verano y actividades de ocio para miles de niños y niñas españoles han empezado o están a punto de hacerlo. Un periodo de relax y diversión para pequeños y jóvenes, en el que los profesionales responsables de la alimentación no deben descuidar las condiciones higiénico-sanitarias, el equilibrio nutricional de los menús, ni bajar la guardia en ningún sentido.**

Los motores de las colonias de verano para menores ya se han puesto en marcha; a partir de ahora podrán disfrutar del ocio, entretenimiento, deportes o talleres educativos, asistiendo a cualquier actividad de las que hay miles programadas a lo largo y ancho de nuestro país.

Es tiempo de relax para todos menos para los y las responsables de la alimentación, quienes deben garantizar una correcta seguridad alimentaria y planificar los menús con el mismo cuidado y profesionalidad que durante el curso escolar.

A continuación os dejamos algunos artículos que hemos ido publicando en la revista y que hacen referencia a este tema desde distintos puntos de vista (seguridad alimentaria, alergias, buenos hábitos, planificación de menús, recetas...).

- Editado un libro inédito con aspectos teóricos y prácticos de la alimentación en campamentos.
- 'Cocina para campamentos', del cocinero **Jorge Curtido**, no es un simple recetario, es una herramienta fundamental, con información teórica y práctica, dirigida a cualquier persona responsable del servicio de cocina en un campamento. Un proyecto que nace tras seis años cocinando para niños y niñas en los campamentos, elaborando y organizando menús.
- Recomendaciones para programar menús en campus deportivos y colonias de verano.
- Revisión de la *Agència Catalana de Salut Pública* del documento *Passar-s'ho bé i menjar millor* (Pasárselo bien, comer mejor), una guía con información y recomendaciones para programar menús de campus deportivos y colonias de verano para que los niños y

niñas que estén unos días de vacaciones, disfruten de una alimentación variada, equilibrada, saludable y adaptada a sus necesidades. La guía incluye, además de las recomendaciones, diversos ejemplos de programación de menús.

- Campamentos de verano, una buena oportunidad para inculcar buenos hábitos.
- Hace ya algunos años publicamos este artículo de Enrique La Orden sobre los campamentos de verano... dado el interés que despertó entonces y que ha seguido despertando de manera recurrente, lo volvemos a sacar a la luz ya que analiza la alimentación en los campamentos desde otro punto de vista que no es el de la nutrición o la seguridad alimentaria. En él se refiere a la oportunidad que suponen estas actividades para inculcar buenos hábitos alimentarios a niños y niñas.
- Campamentos y colonias de verano: ¿cómo garantizar la seguridad alimentaria?.
- Lamentablemente, cada año, los medios de comunicación informan de grupos de escolares que han sufrido una intoxicación alimentaria y a la vez se argumenta que podría haberse evitado. La inocuidad alimentaria es el gran objetivo en los campamentos de verano, tanto si el servicio es mediante catering o se tiene cocina propia. Es muy importante asegurar una correcta cadena del frío en todo momento básicamente para garantizar todas las actividades, ya que es muy probable que los niños coman al aire libre y deban improvisar por ejemplo un almuerzo en la playa o en la montaña, cosa que aumenta exponencialmente el riesgo de contaminación frente a la clásica comida en el comedor escolar.
- Campamentos de verano: ¿están preparados para atender a las niñas y niños alérgicos?.
- Según advertía hace un tiempo la Sociedad Española de Inmunología Clínica, Alergología y Asma Pediátrica (Seicap), la mayoría de campamentos de verano no están preparados para atender a los niños y niñas alérgicos y asmáticos, ya que carecen de personal formado, de protocolos de actuación en caso de anafilaxia, e incluso de adrenalina en el botiquín.