

## ¿PUEDE LA ESCUELA CAMBIAR LOS HABITOS DE ALIMENTACION DE LAS GENERACIONES JOVENES?

■ MILAGROS MONTOYA RAMOS  
Ministerio de Educación y Ciencia

**S**i haces proyectos para un año, siembra trigo. Si haces proyectos para diez años, planta un árbol. Si haces proyectos para cien años, educa a las personas". (Proverbio chino).

La educación siempre se ha desarrollado en el marco de una cultura determinada para introducir a sus nuevos miembros en las propias pautas de comportamiento.

El saber escolar no es, o no debería ser solamente, un saber académico, síntesis de las investigaciones científicas, sino un instrumento de interpretación y transformación cultural y social. Y, en consecuencia, los alumnos y las alumnas no deberían aprender únicamente para aprobar, sino para valerse mejor en la vida, cuidarse mejor, respetarse, quererse; en definitiva para resolver sus propios problemas y descubrir y desarrollar sus propias capacidades.

En esta última década del siglo XX parece evidente que la escuela es la institución responsable de la educación. Sin embargo, es preciso que reflexionemos sobre el sentido de la educación, el concepto de escuela y quién educa o socializa hoy a nuestros niños y niñas, si queremos dar respuesta a la pregunta con la que encabezamos este artículo ¿puede la escuela educar en hábitos saludables?

### LOS TEMAS TRANSVERSALES. UN NUEVO ENFOQUE EDUCATIVO

La Ley de Ordenación General del Sistema Educativo (1990) se conoce generalmente por los cambios estructurales que ha introducido en la educación (Educación Infantil, 3-6 años; Edu-



cación Primaria, 6-12 años; Educación Secundaria 12-16 años), pero se ignora todo lo referente a los cambios cualitativos sobre la calidad de la enseñanza, el sentido del aprendizaje, la autonomía y participación escolar, en resumen, el concepto de educación y de escuela que subyace en sus postulados.

En ella se afirma que "el objetivo primero y fundamental de la educación es proporcionar a los niños y a las niñas, a los jóvenes de uno y otro sexo, una formación plena que les permita conformar su propia y esencial identidad, así como construir una concepción de la realidad que integra a la

vez el conocimiento y la valoración ética y moral de la misma"

"En esta sociedad del futuro, configurada progresivamente como una sociedad del saber, la educación compartirá con otras instancias sociales la transmisión de información y conocimientos, pero adquirirá aún mayor relevancia su capacidad para ordenarlos críticamente, para darles un sentido personal y moral, para generar actitudes y hábitos individuales y colectivos, para desarrollar aptitudes, para preservar en su esencia, adaptándolos a las situaciones emergentes, los valores con los que nos identificamos indi-



vidual y colectivamente" (LOGSE. Ley de Ordenación General del Sistema Educativo. 1990. Preámbulo)

Cuando se define la educación escolar como una mediación entre el alumnado y los contenidos organizados de la cultura en la que están inmersos se afirma que :

"Se hace necesario un análisis sociológico que permita seleccionar aquellos contenidos especialmente relevantes en la sociedad actual y que deben formar parte de la educación escolar"

"En la actualidad constituye un interés social, unánimemente compartido, educar no sólo para unos determinados roles productivos sino también para la tolerancia, la convivencia pacífica y democrática, la participación ciudadana, el respeto a los derechos humanos, el reconocimiento de la igualdad entre las personas, la salud, la protección del medio ambiente, el ocio, la cultura."

La Educación para la Salud es uno de los Temas Transversales que debe estar presente en la educación. ¿Qué quiere decir Tema Transversal? No significa una nueva asignatura, ni actividades añadidas a la ya recargada jornada escolar del alumnado, ni es un nuevo libro de texto, ni deben ser conocimientos añadidos a la larga lista que hay que enseñar y aprender. No. Quiere decir algo distinto y de mayor trascendencia educativa.

Conviene aclarar que la Educación para la Salud no es un tema absolutamente nuevo, es un tema que ha estado presente en la enseñanza Primaria y Secundaria desde muy antiguo. Podríamos decir que es raro el centro educativo que no se ha planteado algún aspecto de higiene, alimentación, prevención de accidentes, educación sexual, etcétera.

Pero hoy nos encontramos con nuevos retos. Se trata de incluir la Educación para la Salud en el currículo escolar, de forma transversal y de avanzar comunitariamente hacia la promoción de estilos de vida saludable.

### EDUCACION PARA LA SALUD Y ALIMENTACION

En el marco de la LOGSE la Educación para la Salud se define como:

- Una enseñanza que debe estar presente en las diferentes áreas educativas, dando coherencia y contextualización al currículo. De tal forma que los objetivos, contenidos y principios de construcción de los aprendizajes aparezcan vertebrados por ejes educativos que orienten toda la práctica docente, "hasta el punto que carece de sentido que el profesorado se plantee si, en un momento dado del trabajo del aula, está desarrollando un área determinada o un tema transversal" (Documento del Ministerio de Educación y Ciencia: Temas Transversales. 1992)

- Una dimensión curricular que establece un modelo de persona desde una concepción profundamente humanista, que debe dar sentido al resto de los conocimientos. No es lo mismo estudiar el tema de la alimentación con un enfoque disciplinar estudiando la clasificación de los alimentos y su valor nutricional, que plantearse el problema de la alimentación en el mundo actual desde una perspectiva global, con un enfoque medio ambiental en cuanto al uso y distribución de los recursos; solidario en relación a la responsabilidad y repercusiones de nuestras actuaciones individuales y colectivas; desarrollando hábitos de participación en la propia realidad cotidiana en el proceso de elaboración, adquisición, conservación y transformación de los alimentos.

Para dar respuesta al problema de la alimentación, en este enfoque global se necesita la colaboración de todas las áreas y materias curriculares: Ciencias Naturales, Geografía e Historia, Lengua y Literatura, Matemáticas, etcétera.

- Una contribución al desarrollo integral de la persona, no sólo a su aspecto intelectual sino a las diversas capacidades (físicas, psíquicas, psicosociales,...) que configuran la armonía del ser humano. Si tomamos de nuevo un ejemplo de los contenidos de nutri-

ción y alimentación y nos centramos en la etapa de Secundaria, podemos analizar, por ejemplo, el hecho de la multiplicación, en poco tiempo, de los establecimientos de comida rápida.

Comprender este acontecimiento exige, desde luego, una determinada capacidad de entendimiento de conceptos geográficos, económicos, históricos y culturales que están influyendo como causa o efecto de este cambio. Pero esto no es suficiente. Una vez alcanzado un cierto nivel de comprensión del hecho, es fundamental que los alumnos y las alumnas elaboren un juicio crítico sobre estos cambios y actúen en consecuencia, de acuerdo a sus propias raíces culturales, a sus tradiciones, a sus valores éticos y morales y al cuidado de su salud.

- Una nueva relación de la escuela con su entorno, no solo por la estrecha vinculación con la realidad social como ya hemos comentado, sino porque dada su trascendencia social, existen numerosas instituciones nacionales e internacionales que trabajan en ello, y que se plantean colaborar con los centros escolares convencidas de que la educación es un cambio básico para conseguir mejoras sociales.

La responsabilidad de la escuela está en incluir la Educación para la Salud en el currículo y ayudar al alumnado a clarificar sus actitudes y comprender los valores que subyacen en la elección de estilos de vida saludables. También es responsabilidad de la escuela demostrar, día a día -en su organización, en sus instalaciones, en las relaciones personales, etcétera- que su propia práctica está presidida por los valores que proclama. Es decir que la escuela se dice y es una escuela saludable y promotora de salud.

Sin embargo, la escuela tan sólo es uno de los agentes que influye en el desarrollo de estilos de vida saludables. Los otros agentes son la familia, las amistades, los medios de comunicación, especialmente la televisión, la legislación y las circunstancias sociales en general.



## LA EDUCACION ES UNA TAREA COMUNITARIA

Partíamos, al comienzo de estas líneas, de la evidencia de que la escuela es la institución encargada de la educación y tenemos que concluir afirmando que la familia ha sido y es la responsable de la educación de los hijos y de las hijas nacidos en su seno. Y aunque en todas las sociedades modernas, del llamado mundo occidental, se ha delegado la mayor parte de esta tarea a las instituciones escolares, no por eso han perdido la responsabilidad primera que les corresponde.

Sí a esto añadimos la invasión en los hogares de los medios de comunicación tendremos diseñado el triángulo socializador de nuestros niños y niñas. Acaban de salir las primeras promociones escolares nacidas con la televisión. Niños y niñas que antes de sentarse en un pupitre escolar han procesado en su mente miles de imágenes y de mensajes audiovisuales que les invitan a disfrutar de un paraíso publicitario.

Estamos hablando de un proceso educativo que no plantea solamente la adquisición de conocimientos sino que va enfocado hacia el crecimiento y la autonomía personal y es generador de nuevos estilos de vidas. ¿Podrá la escuela trabajar con éxito de manera aislada? ¿No estamos pidiendo a la escuela lo que es obligación de toda la sociedad? Podría parecer que los valores que no hemos sabido conservar o desarrollar en el ámbito familiar y social exigimos que los recupere la escuela de manera unilateral sin la cooperación de los otros agentes sociales.

La recuperación de la dieta mediterránea, el conocimiento y respeto de otros modos de alimentación acordes con tradiciones y religiones distintas a las nuestras, la modificación de hábitos alimenticios, el cambio de valoración respecto a la dieta y la belleza en las jóvenes, etcétera, son objetivos de



la escuela para los que necesita la cooperación de la familia y de toda la comunidad educativa. Más aún cuando los niños y las niñas, sobre todo en edades más tempranas, no suelen ser responsables directos de su alimentación. O cuando la intervención escolar no puede estar ligada al hecho social de la comida.

La educación en hábitos alimenticios se sustenta en una serie de valores, tales como:

- La responsabilidad como consumidores
- La solidaridad hacia el resto de las personas del planeta
- El respeto hacia las normas que rigen la convivencia entre todas las personas que consumen.
- El rechazo del consumismo y de la degradación del medio ambiente.
- El sentido crítico para interpretar los mensajes publicitarios.
- La autoestima personal más allá de modas estéticas impuestas con dietas mágicas.
- La valoración del trabajo doméstico ahora y a lo largo de la historia de la humanidad.

Asimismo, la educación en este terreno debe desarrollar capacidades relativas a:

- La comprensión de la propia conciencia de consumidores, de tal forma que no se desarrollen falsas necesidades ni se consuma de manera automática acumulando productos y cosechando frustraciones.
- La comprensión del funcionamiento de la sociedad de consumo
- El conocimiento de los derechos y deberes como consumidores responsables.
- La resolución de problemas relacionados con el consumo y la autonomía de actuación y de criterio.
- La responsabilidad en las tareas diarias imprescindibles para atender a una de las necesidades vitales de todas las personas: alimentarse.

Estamos en un proyecto educativo, con un horizonte suficientemente amplio, y pensamos que con unas perspectivas de futuro razonablemente abarcables para trabajar todos juntos y de manera adecuada en la construcción de un mundo más justo, más humano y más solidario. □