



Escuela Luca (Italia)

La hora del almuerzo en la escuela infantil: un momento educativo

Àngels Geis

En la escuela infantil, el tiempo del almuerzo va más allá de cubrir una necesidad fisiológica. En este artículo, se analizan los momentos educativos que representa el almuerzo en la escuela, y se proporciona un decálogo para disponer de un comedor educativo de calidad.

▣ **PALABRAS CLAVE:** comedores escolares, monitores de mediodía, organización del comedor, planes de comedor, necesidades de los niños y niñas, salud, hábitos.

Quedarse a comer en la escuela es una costumbre muy habitual para muchos niños y niñas de 0 a 6 años. Sin duda, este hecho se debe a una necesidad de muchas familias, al no poder compaginar los horarios laborales con los horarios escolares de sus hijos e hijas. Los cambios en las prácticas laborales han hecho que, en tres generaciones, también hayan cambiado nuestros patrones alimentarios. Contreras y Gracia (2005), al referirse a estos cambios, nos hablan de la desin-

cronización de horarios entre los diferentes miembros de la familia, la deslocalización del lugar habitual donde se hacían todas las comidas –ya no hacemos todas las comidas en el comedor de casa–, y la *desimplantación* de las comidas, porque algunas se hacen en solitario o, en el caso de los niños y niñas, sin el acompañamiento de la familia. Además, estos cambios han comportado un aumento del gasto familiar y una diversificación de culturas o de manera de entender el momento de las comidas.

Lo que más nos preocupa es que, hoy día, aún haya tantos niños y niñas que solo hagan una comida completa en la escuela o, lo que es mucho peor, que los haya que ni siquiera tengan esta oportunidad. También conocemos la importancia de los menús saludables, de una alimentación saludable y del ejercicio moderado para crecer sano y, así, evitar posibles trastornos alimentarios. En este monográfico, no obstante, nos centraremos en el valor educativo de los momentos de las comidas en la escuela, y en las dife-

HABLAMOS DE...

rentes variables que hay que tener en cuenta a fin de que comer en la escuela se convierta en un momento educativo de calidad.

Los momentos de las comidas como espacios de enculturización

A pesar de la evidente globalización, que puede hacernos pensar que a todos nos gusta un parecido estilo de vida, de vestir o de viajar, sabemos que no es así. Del mismo modo, sabemos que no es necesario ir demasiado lejos para ver que la manera o los hábitos que cada familia despliega antes, durante o después de las comidas es algo que varía significativamente. Si nos centramos en los niños y niñas que se quedan a comer en la escuela, tenemos que pensar que es probable que algunos escuchen una oración antes de comer, y otros, un «buen provecho». Algunos niños y

niñas comen en torno a una mesa con toda la familia, mientras que otros comen solos en la cocina o sentados en el sofá y viendo la televisión. Para algunos, es un momento para hablar y explicar cómo ha ido el día; para otros, es momento de comer con los abuelos o la persona que hace de canguro, o en la escuela. A mediodía, además, para aquellos que pueden ir a casa, no siempre es un momento tranquilo, porque los horarios escolares dan poco margen para hacer que los niños y niñas de parvulario hagan una siesta o puedan reposar tranquilos después de comer. Aunque ahora no es el momento de hablar de los horarios escolares, conviene que los adultos prestemos atención a **qué cultura de prisas ofrecemos a nuestros pequeños** o cómo alteramos sus ritmos de ingesta cuando, por ejemplo, desde la escuela infantil de primer ciclo, se deja que las criaturas puedan salir a

El momento de la comida es altamente educativo. ¿Qué modelo social, qué valores ofrecemos en estos momentos?

las dos de la tarde sin haber almorzado, o cuando, en el parvulario, **los niños y niñas salen a correr recién salidos del comedor.**

No obstante, son diversos los autores que nos hablan del momento de la comida como un momento rico para la socialización (Zafra, 2007), un momento de transmisión cultural en el *cómo, cuándo* y *qué* comemos (Guidonet, 2007), o una oportunidad excelente para la transmisión de valores (Cardús, 2007). Coincidimos con todos ellos al considerar el momento de la comida como un momento altamente educativo, ahora bien, ¿qué modelo social, qué valores o qué oportunidades de aprendizaje ofrecemos durante el tiempo de las comidas en la escuela infantil?

¿Qué tiene de educativo quedarse a comer en la escuela infantil?

En las diferentes comunidades autónomas del territorio español, la etapa infantil está distribuida en dos ciclos que, en la mayoría de casos, se ofrecen en centros diferentes y se rigen por normativas legislativas distintas; incluso, reciben una consideración diferente en cuanto



Escuela Luca (Italia)

HABLAMOS DE... REPENSAR LOS COMEDORES ESCOLARES

Comedores escolares | 0 a 6

a requisitos de los profesionales que se ocupan de ellos, convenios y sueldos, horarios y calendarios laborales, y tipos de servicios que se ofrecen desde la escuela. Nosotros consideramos que ambos ciclos tienen un carácter educativo muy elevado, con identidad propia y diferente a la etapa de primaria. Asimismo, pensamos que en ambos ciclos debería darse el espacio, el tiempo y la relevancia adecuada a las situaciones cotidianas de descanso, higiene, alimentación y juego. Constatamos, no obstante, que la realidad no es así; por un lado, la mayoría de equipos educativos que acogen a criaturas de 0 a 3 años hablan, programan, evalúan, documentan todas estas situaciones y también se ocupan de atender a los niños y niñas durante el tiempo de las comidas en la escuela (desayuno y almuerzo). Por otro, en los centros que acogen a niños y niñas de 3 a 6 años, a menudo se olvida dar el tiempo y el espacio necesarios para atender bien estas necesidades, y se observa la práctica de delegar la supervisión de las criaturas durante el momento del almuerzo a personal de apoyo de la propia escuela o de una empresa de servicios externa.

En otros estudios realizados (Geis, 2016), hemos detallado los requisitos que hacen posible que el almuerzo en la escuela tenga la calidad educativa que necesitan los niños y niñas. De hecho, en este mismo monográfico («Pistas para la evaluación») ex-



Escuela Luca (Italia)

plicitamos algunos indicadores con la intención de que los equipos lleven a debate y a la reflexión el funcionamiento de sus comedores.

¿Qué hay en juego durante el tiempo de las comidas?

Desde diferentes ámbitos de la psicología nos apuntan que es en el momento de comer (ya desde la lactancia) cuando el niño comienza a establecer vínculos afectivos con los adultos que cuidan de él (Anguera y otros, 2013). Es imprescindible, pues, que los adultos sepamos mantener estabilidad emocional y velemos por establecer un buen vínculo afectivo en estos momentos. Esto debería hacernos pensar y debatir en el seno del equipo sobre aspectos como los siguientes:

Pensamos que en ambos ciclos debería darse el espacio, el tiempo y la relevancia adecuada a las situaciones cotidianas de descanso, higiene, alimentación y juego

- > ¿Puede cualquier persona venir a dar la comida a una criatura menor de 5 años? ¿Cómo aceptará un bebé el alimento de manos de una persona que no ha visto en toda la mañana y que no ha vivido su rutina?
- > ¿Cualquier sitio es válido para comer? ¿Este lugar está convenientemente ventilado, iluminado, o, sencillamente, es tranquilo, hay poco alboroto?
- > ¿De qué manera dejamos que las criaturas, según las edades y posibilidades, participen o puedan dar su opinión en lo que respecta a las comidas?
- > En el caso de contar con personal externo o servicio de monitores que preste apoyo o se ocupe directamente de los niños y las niñas durante las comidas, ¿cuándo compartimos, planificamos, valoramos el funcionamiento del comedor entre los equipos de maestros y los equipos de monitores? ¿Cómo hacemos el seguimiento de cada criatura?
- > ¿En qué medida el proyecto educativo de la escuela cuenta con un plan de comedor que incluya los aspectos educativos?

Es imprescindible que los adultos sepamos mantener estabilidad emocional y velemos por establecer un buen vínculo afectivo en los momentos de las comidas

> En muchas comunidades autónomas, no es necesario que las personas de apoyo o monitores tengan un título que acredite su formación para esta labor. Habría que pensar en qué tipo de formación, más allá de la formación en

el tiempo de ocio, han de recibir quienes realizan su labor educativa en los comedores infantiles.

En el estudio antes citado (Geis, 2016), analizamos y valoramos la calidad educativa de diferentes comedores infantiles y, como conclusiones, señalamos, a modo de decálogo, cuáles deberían ser los factores o requisitos que hacen posible que el comedor de la escuela sea un comedor educativo de calidad.

Seguramente, deberíamos revisar y quizá mejorar la normativa que

regula el tiempo de las comidas en la escuela, y que es diferente, o en algunos casos inexistente, para cada comunidad autónoma. Posiblemente habría que revisar la formación que reciben los monitores o el personal de apoyo.

También habría que debatir en el seno de los equipos a fin de elaborar un plan de comedor que recoja los requisitos mínimos del espacio, las posibilidades de participación de los niños y niñas, y el rol que los adultos han de ejercer en este momento para que sea educativo.

DECÁLOGO PARA UN COMEDOR EDUCATIVO DE CALIDAD

1. Las ratios han de ser de 11 criaturas por monitor para que sea posible una buena comunicación y puedan establecerse vínculos con cada criatura.
2. Los adultos deberían comer con los niños y niñas, al menos algunos de ellos. Si esto no es posible, es necesario que alguno de los adultos permanezca sentado en la mesa para poder atender las demandas de las criaturas e infundir tranquilidad.
3. Los niños y niñas deben ser agrupados en mesas de no más de 10 comensales.
4. Los niños y niñas han de poder decidir la cantidad de comida que quieren y con quién quieren sentarse durante el tiempo del almuerzo.
5. Los niños y las niñas han de participar tanto en poner como quitar la mesa, y llevar a cabo ellos solos acciones relacionadas con la higiene. Todo ello desde una visión educativa y con la supervisión del adulto.
6. Las criaturas de parvulario tienen que poder comer en un espacio con no más de 40 comensales, ya sea en un comedor específico para ellos o, en su defecto, en su aula, y con utensilios de menaje propios de un comedor: manteles de tela, platos, vasos (no bandejas) y cubiertos, y con una disposición del espacio y del mobiliario que facilite su autonomía. Los menores de 3 años tienen que comer en su aula o en un espacio pensado para el momento de la comida y, a poder ser, con no más de 20 comensales.
7. Hay que utilizar los medios necesarios (aislamiento acústico, distribución del espacio en pequeños ambientes mediante separadores, etc.) para poder comer con poco ruido.
8. Es necesario que el momento de las comidas forme parte del proyecto educativo de escuela, en el que se detalle la cultura de comedor propia de la escuela, el trato que hay que dar a los niños y niñas, y la organización necesaria para que así sea.
9. Hay que documentar lo que ocurre durante el tiempo de las comidas para poder reflexionar al respecto en las reuniones entre los diferentes equipos.
10. Los monitores y los equipos directivos y de maestros tienen que poder reunirse periódicamente para debatir los aspectos educativos y de seguimiento de las criaturas.

Hay que debatir un plan de comedor que recoja los requisitos de espacio, la participación de los niños y niñas, y el rol de los adultos

Todo ello respetando las necesidades de los niños y niñas.

Muchos centros ya se han puesto manos a la obra y están repensando el funcionamiento de su comedor. ¡Adelante y continuemos! ■

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANGUERA, M. y otros (2013): *Com han de menjar els infants i els adolescents*. Lleida. Pagès Editors.
- CARDÚS, S. (2000): *El desconcierto de la educación*. Barcelona. Paidós Ibérica.
- CONTRERAS, J.; GRACIA, M. (2005): *Alimentación y cultura: Perspectivas antropológicas*. Barcelona. Ariel.
- GEIS, A. (2016): *Els menjadors de parvulari: Instrument per a l'avaluació de la qualitat educativa*. Lleida. Pagès Editors.
- GUIDONET, A. (2007): *L'antropologia de l'alimentació*. Barcelona. UOC.
- ZAFRA, E. (2007): *Aprender a comer: Procesos de socialización y «Trastornos*

HABLAMOS DE...

REPENSAR LOS COMEDORES ESCOLARES

Comedores escolares | 0 a 6

del comportamiento alimentario» [en línea]. Tesis doctoral. Barcelona. Universidad de Barcelona. <www.tdx.cat>. [Consulta: julio 2016]

HEMOS HABLADO DE:

- Comedores escolares.
- Funciones y procesos organizativos.
- Hábitos básicos de autonomía.
- Roles del profesorado.
- Servicios educativos.

AUTORA

Àngels Geis Balagué

Blanquerna-URL. Barcelona
angelsgb@blanquerna.url.edu

Este artículo fue solicitado por AULA DE INFANTIL en mayo de 2016 y aceptado en julio de 2016 para su publicación.