

Entre 4 y 8 años

LA COMENSALIDAD EN LA ESCUELA



La relación entre escuela y alimentación tiene una larga historia que se remonta casi al inicio del propio sistema educativo. Como apunta Silvina Fernández, escritora de "¡Es porque no le ponen onda!: prácticas de comensalidad en la escuela", a principios del siglo XX la consolidación de la escuela fue acompañada por un marco higienista que promovía la importancia de la nutrición de niñas y niños e incluso advertía su carácter condicionante para el aprendizaje.

Los hábitos en torno a la alimentación se adquieren en el ámbito familiar, pero también son producto de los intercambios que ocurren en otros espacios de socialización. Según un informe del Observatorio de la Deuda Social Argentina de la UCA, se estima que el 20 % de las niñas y niños escolarizados de entre 5 y 12 años realiza al menos una de las cuatro comidas en el espacio educativo. El de Brasil es el segundo programa de alimentación escolar más grande del mundo después del de India. Según la ONU, en Latinoamérica, 85 millones de alumnos acuden a los comedores de los establecimientos educativos donde cubren buena parte de su alimentación diaria, y para 10 millones de ellos estos sustentos son los más importantes que reciben en el día.

El concepto de comensalidad se refiere a compartir la mesa, lo que significa encontrarnos con otros en un tiempo y un espacio determinados. Sin embargo, **compartir la mesa supone mucho más que ingerir alimentos y bebidas e implica la existencia de un ámbito comunitario específico asociado con la comida en el que se intercambian sentidos y se transmiten valores.**

Son muchas y diversas las formas en que cada cultura organiza ese ritual: sentados alrededor de una mesa, parados, utilizando cubiertos o las propias manos, diferenciando lugares de acuerdo a la edad o el género. Todas ellas muestran que hay ciertas normas culturales asociadas con el momento de comer con otros y que constituyen una práctica simbólica a través de la cual se configura una identidad.

Hay, además, distintos entornos en los que esto ocurre. El privado, vinculado con la vida familiar en el hogar y el público: la escuela es uno de ellos, en el que estudiantes de distintas edades se reúnen alrededor de una mesa y comparten el momento de la comida. Con frecuencia, desayunan o meriendan y, en muchos casos, también almuerzan. Asimismo, el estudio señala que la mitad de los estudiantes de nivel primario lleva alimentos para su consumo en los recreos.

En un modo ampliado, podemos decir que la comensalidad en la escuela ocurre principalmente en los espacios institucionales destinados a ella (el aula o el comedor escolar), pero de alguna manera es una práctica que se extiende también por fuera, de forma menos regulada.



Entre 4 y 8 años

SUGERENCIA DIDÁCTICA

Objetivos

- Intercambiar conocimientos y argumentaciones en relación con la noción de comensalidad.
- Reconocer los factores culturales y sociales que se incluyen en la alimentación.
- Reflexionar sobre el momento de la comensalidad en la escuela, compartir los alimentos y el intercambio entre pares.
- Arribar a conclusiones conceptuales construidas colectivamente en relación con la noción de comensalidad y el carácter social de la alimentación.

Actividad

La hora del almuerzo suele significar un corte en la jornada escolar en el que se modifican las formas de organización del aula.

Es un momento en el que la mirada del educador cambia, las relaciones entre estudiantes se establecen de formas menos reguladas por los adultos y se gestan dinámicas de encuentro e intercambio particulares.

Para algunos niños y niñas, el comedor representa un espacio en el que, además de encontrarse con sus pares a la hora de comer, reciben afecto y se sienten cuidados.

Sin embargo, la comensalidad en la escuela es también para muchos un momento en el que pueden producirse situaciones de tensión: cómo y con quiénes sentarse, los temas de conversación que surgen en la mesa, la mirada de los otros sobre la relación de cada uno con la comida –qué, cuánto y cómo comemos– y sobre el propio cuerpo, son algunas de las cuestiones que pueden resultar incómodas. Pero son, también, temas que pueden recuperarse como parte del trabajo escolar para hacer de ellos un insumo pedagógico y parte de una reflexión sobre cómo estar juntos.

Se inicia con una propuesta de trabajo para que el conjunto de alumnos converse sobre la importancia de compartir alimentos, por qué consideran que es importante o no, qué cosas se comparten en una mesa durante el acto de alimentarse, además de comidas y bebidas.

A partir de ese primer intercambio, se les pide que reflexionen sobre el momento de compartir la comida en la escuela, identificando qué es lo que más les gusta y qué cosas quisieran cambiar para mejorar. De interrogantes o nuevas ideas individuales, elaboren propuestas colaborativamente.

Se propone trabajar una a una las distintas esferas intervinientes en el espacio de la comensalidad:

- Los **alimentos y la salud**, con nociones concernientes a la higiene, las necesidades nutricionales y los hábitos de vida saludable.
- Las **pautas de comportamiento**, desde lo normativo y el correcto uso de los cubiertos, hasta la responsabilidad y colaboración en las tareas devenidas de la comensalidad (la preparación de los alimentos, servir, armar y levantar la mesa, ordenar y limpiar, etc.).
- La **convivencia**, la dimensión emocional, social y cultural donde interviene el compañerismo, el respeto, la educación y la tolerancia.

Algunas preguntas para reflexionar:

- ¿Por qué se come?
- Según el momento del día, ¿con quiénes se comparte la comida?
- En los ejemplos que van surgiendo, ¿cómo se organiza la comida (hay un solo plato, varios, quiénes cocinaron, quiénes organizaron la mesa, etc.)?
- En la habitualidad de cada estudiante, ¿cómo se ubican las personas alrededor de la mesa (hay una forma habitual, cada quien ocupa su lugar, hay lugares diferentes para niños y adultos, etc.)?
- ¿Se conversa y de qué se conversa?

Teniendo en cuenta estos aspectos, se los invita a recrear en un dibujo una situación de comensalidad, compartida a gusto de cada estudiante: en familia, con amigos.

Se analiza cómo la comensalidad se puede trasladar a distintos espacios, en una comida tradicional hogareña, en una celebración, en un picnic.