

VIVIR +

Compartir   

Sembrar la semilla de la nutrición

Desde el año pasado, en San Diego, California (EU), opera un jardín orgánico que recibe a niños y adultos para que cultiven y coman lo sembrado.

RELLA ROSENHAIN
rosenshain@prensa.com

La obesidad es una especie de fantasma que está haciendo de las suyas.

En Estados Unidos, uno de cada tres niños padece obesidad (es decir, que tiene un índice de masa corporal mayor de 30, cuando lo normal sería 18.5 - 24.9).

Esta condición se ha triplicado en las últimas tres décadas, según el Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud de EU.

Con miras a sembrar en la conciencia infantil la semilla de la buena nutrición, desde febrero del año pasado la organización Olivewood Gardens and Learning Center opera en San Diego, California (EU), para que los niños usen sus manos para sembrar, cortar, cocinar y comer verduras y frutas cultivadas por ellos mismos.

Olivos, manzanas, fresas, brócolis, coliflores, berenjenas y pepinos son algunos de los frutos con los que los niños –y también los padres que se animen– interactúan.

La aventura se resume en una frase, señala Amy Carstensen, su directora ejecutiva: "siempre decimos que los niños, una vez aquí, van a tocar la tierra, y luego van a llevarse la comida a su boca. Si no han hecho eso, no han completado su visita en Olivewood".

CONEXIÓN AMBIENTAL

El terreno, antes de convertirse en un jardín orgánico dedicado a la enseñanza de la buena alimentación, servía como el hogar de la familia Waltons. En 2006, ellos decidieron donar el sitio a la Fundación Internacional de la Comunidad para tal fin.

Unas dos décadas atrás, esta familia se había volcado a la dieta orgánica cuando a su hijo Lukas, de tres años, fue diagnosticado con cáncer. A raíz de ello, sus padres comenzaron a utilizar el área verde del terreno de su hogar para plantar ahí un jardín orgánico. Así, durante un año, cada día le dieron de beber un litro de jugo de zanahoria y demás verduras a Lukas para complementar su tratamiento.

La misión dio frutos positivos, porque el niño venció al cáncer, y el año pasado obtuvo su grado universitario.

El Centro Olivewood Gardens and Learning Center, que recibe el apoyo de diversas fundaciones y grupos, recibió el año pasado cerca de 2 mil 400 visitas de estudiantes (que acuden al recinto cuatro veces al año) y unos 2 mil 200 adultos que también vienen a mejorar sus hábitos alimenticios, señala Carstensen.

La meta de este centro es que sus visitantes, una vez descubran los 27 mil metros cuadrados del recinto, reemplacen la comida chatarra por los alimentos nutritivos.

El hecho de estar conectados a la naturaleza puede incentivar a los niños a comer mejor, previniéndose así que se conviertan en adultos obesos.

"Aquí los visitantes entran en contacto directo con la naturaleza. A los niños les incentiva escuchar el canto de los pájaros, ver las mariposas volando y apreciar a las mariposas. Es esencial que conozcan qué papel tienen cada uno de estos organismos en los cultivos", señala.



PROPUESTA. La interacción con la naturaleza incentiva el buen hábito alimenticio. LA PRENSA/Rella Rosenshain/CORTESÍA/Olivewood Garden



ADEMÁS EN VIVIR

- Conservación incierta
- Actriz Elizabeth Hurley se divorcia de Arun Nayar
- Dos detenidos por intentar asesinar a Joss Stone
- Dilema de una ruta histórica
- ¿Temas sensibles o son delicados?
- Sobre el vicio de ultracorrección
- Llevar imágenes por el istmo
- En busca de proyectos
- Judi Dench recibirá el Globo de Cristal por su trayectoria
- De 5 a 10 filmes podrán optar al Oscar como mejor película
- Becarios del "jazz", en concierto
- Un riesgo para el bebé
- 'Spider-Man', por fin estrenada
- Actriz Natalie Portman da a luz
- El saber y la tecnología
- Sembrar la semilla de la nutrición
- Genética influye en infidelidad en aves
- Wonder ingresa a Salón de la Fama



LA NUEVA GENERACIÓN 3D TV



Paga \$29 por Un Pulido y Terapia de Espalda y Peeling Natural y Masaje (Valor de \$80)



63% OFF


Tiempo Restante
58:44:35

Presentado Por



Repórtalo.
prensa.com

SI TU LO VES, QUE LO VEAN
TODOS.



Los comentarios no están disponibles en este momento.

<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	

.....



: puede

 **ellas** Financiero  *tueskina.com*  