Alimentació i escola (1): seguretat alimentària

written by Zaida Mas | 4 de February de 2026

En diferents articles d'este diari hem parlat de com l'escola pot contribuir a la **superació de desigualtats** i de la importància de no segregar l'alumnat. En 2015, les Nacions Unides van establir els **Objectius de Desenrotllament Sostenible**. El primer objectiu és assegurar-se que ningú en el món siga pobre i el segon, assegurar-se que ningú passe fam.

La fam i l'alimentació no són un tema alié a la realitat escolar. Menjar una varietat d'aliments és important perquè el nostre cos cresca correctament. Quan una persona no menja suficients aliments, o els tipus d'aliments necessaris, això pot frenar el seu creixement o fer que se senta malalta. Els xiquets i les xiquetes amb seguretat alimentària poden tindre més èxit a l'escola i tenen més probabilitats d'èxit en activitats com l'esport. El concepte de **seguretat alimentària** (sobre el qual podem llegir amb xiquets i xiquetes **en este article d'accés obert**) suposa que totes les persones puguen disposar sempre d'aliments suficients, segurs, saludables i culturalment acceptables.

Tal com podem llegir en el mateix article: «***El món no té seguretat alimentària. Quasi una de cada deu persones es dormirà amb fam. Aproximadament tres de cada deu persones patixen inseguretat alimentària i no tenen suficients diners per a comprar aliments saludables***». Encara que més de la mitat de les persones que patixen fam es troben a Àsia, Àfrica té la proporció més alta de població que patix inseguretat alimentària i les zones en conflicte estan en una situació urgent de fam (Sudan, Mali, Gaza…). També a

les nostres escoles podem trobar casos concrets entre el nostre alumnat que necessiten, per diferents motius i situacions, millorar la seua alimentació per a estar realment sans. Nosaltres, com a docents, podem detectar estos casos i ajudar a posar-los en contacte amb les diferents institucions per a tractar de trobar ajudes, beques i opcions que milloren estes situacions.

D'altra banda, és important que el nostre alumnat conega la importància d'una alimentació sana, equilibrada i completa, així com una sèrie de consells que s'oferixen al final de l'article i que els animen a **portar fora de l'aula, donant sentit als aprenentatges acadèmics**:

- Començar **educant als adults** sobre les opcions d'aliments més saludables
- Ajudar a **reduir el desaprofitament** d'aliments a casa, per exemple, mantenint els aliments que es deterioren ràpidament en la part davantera de la nevera per a consumir-los primer, o congelant els aliments que estan a punt de caducar
- **Donar** l'excés d'aliments a rebostos locals
- **Provar** nous aliments saludables

L'escola, des de les aules, el desdejuni i els menjadors escolars, té molt a aportar per a reduir la fam en el món i millorar la seguretat alimentària. Actuant i proporcionant ferramentes i coneixements al nostre alumnat i a les famílies, estarem contribuint en l'àmbit local i generant un impacte global.

Imatge: