

# Entre vistas

## ▼ VERDE OLIVA: LAURA ROSANO Y PAULA RAMA A lo mediterráneo

"Mi nombre es Natalia Amaya de quinto año. Un gusto haberlas conocido y compartir con ustedes esta información y haberla compartido con todos nosotros. Lástima que hubiese niños que no se portaban como se tendrían que haber portado. (...) Si no hubieran compartido esto con nosotros la mayoría de las cosas no las hubiéramos sabido. (...) Gracias por sus recomendaciones". Ésta fue una de las cartas que recibieron las creadoras de la propuesta llamada Verde Oliva por la cual dictaron cursos de nutrición con pautas gastronómicas para niños. La chef Laura Rosano, quien realizó cursos de dieta mediterránea en Holanda, donde vivió varios años, dirige esta propuesta independiente desde hace menos de un año, acompañada por la licenciada en nutrición Paula Rama. Hace poco tiempo decidieron lanzarse a la aventura de organizar talleres sobre el tema en centros educativos públicos. La primera experiencia fue en la escuela número 234 de El Pinar, en Canelones, con niños de cuarto y quinto año.

### -¿Por qué decidieron tratar el tema de la nutrición en centros educativos?

-A cierta edad los niños no se preocupan por lo que comen porque no están entrenados

para eso, y desde esa perspectiva vimos que una amplia área de trabajo se abría ante nosotras, además de reconocer la necesidad de introducir ciertos conocimientos sobre la alimentación. Por eso preparamos una base sobre los nutrientes a través de juegos y crucigramas para introducir la temática de la salud y la alimentación de forma más natural. La idea central es dar información útil y sencilla para que los niños puedan elegir lo que comen. Así comienzan a desarrollar las habilidades para interpretar una etiqueta de cualquier alimento. Los niños demandan qué quieren comer, entonces la idea es comenzar un trabajo para brindar información precisa con la intención de que luego lleguen a cambiar ciertos hábitos. Creemos que el trabajo con adultos es más difícil porque aparecen más resistencias.

### -¿En qué se basaron para diseñar la propuesta de Verde Oliva?

-Para conocer más sobre nuestros "supuestos" realizamos una pequeña encuesta entre escolares consultándoles sobre el tipo de comida que integraba su dieta. Así, nos dimos cuenta de que la mayoría consume refrescos, *snacks* y alfajores en



Laura Rosano y Paula Rama. / FOTO: SANDRO PEREYRA

gran cantidad como desayuno, al tiempo que un número importante de niños encuestados revelaron que no ingerían ningún alimento en la mañana. Luego de esto nos dimos cuenta de que el desayuno es una de las comidas más importantes sería un puntapié necesario para este cambio de hábitos al que queremos llegar.

### -¿En qué consiste esa estrategia para corregir los malos hábitos?

-La falta de conducta en lo que se conoce como 'saber comer' es terrible, porque el hecho de alimentarse tiene

muchos componentes ya que se constituye en un hecho social y además está emparentado con los hábitos, éstos tan difíciles de modificar. Además, realizamos un estudio de mercado de productos nacionales y considerando los hábitos alimenticios uruguayos concluimos que podemos aplicar los pilares de la dieta mediterránea en el menú diario, como el consumo de vegetales y mayor cantidad de carne de aves que de carnes rojas. Muchas maestras nos comentaron que es frecuente que a media mañana los niños se sientan mal o sin energías ya que no están acostumbrados a desayunar, pero esto no se debe a que sus padres no pue-

dan comprar alimentos sino a que no acostumbran. Nosotras les explicamos que si no comen, es como querer hacer funcionar una máquina sin combustible, porque el cuerpo nunca deja de funcionar. Ante esta situación, se nos ocurrió la idea de realizar una actividad que se conoce como "laboratorio del gusto", un espacio en el que se intenta hacer comidas ricas y nutritivas entre todos para luego compartirlas. Esto pasa mucho con las ensaladas de frutas, que son fáciles de hacer y se pueden compartir con los compañeros en la clase, lo que brinda un marco para entender que lo sano puede ser también vistoso y nutritivo. ■ PP

# EL FARO del final del mundo



la diaria lanza su campaña publicitaria: "Yo que usted me suscribo a la diaria". En el marco de su estrategia de crecimiento, el matutino de la calle Paullier lanzará una campaña publicitaria en medios televisivos.

Las piezas estarán protagonizadas por una simpática familia de dibujos animados en la que se destaca una anciana que repite la frase "Yo que usted, me suscribo a la diaria". Mientras tanto, los responsables del peri-

dico reiteraron que es un medio independiente de cualquier partido político, y explicaron que su línea editorial "responde solamente a los intereses de su verdadero propietario: el magnate australiano Rupert Murdoch".

## Experiencia: mientras Gonzalo Nin afirma que "habrá que ir acostumbrándose a estas cosas", Igor Svetogorsky afirma estar "acostumbrado desde hace años"

La denuncia de que Gonzalo Nin Novoa, hermano del vicepresidente de la República, Rodolfo Nin Novoa, habría intercedido ante los militares para beneficiar a una empresa privada en una licitación de compra de armas, motivó una verdadera avalancha de declaraciones sobre el tema. El viernes pasado, el propio Gonzalo Nin aseguró que la denuncia buscaba perjudicar a su hermano, y auguró que este tipo de maniobras iban a repetirse. "Habrá que irse acostumbrando a estas cosas", aseguró a varios medios televisivos. El empresario Igor Svetogorsky (presunto representante de una de las empresas que participaron en la licitación) aseguró en cambio que él está "más que acostumbrado a este tipo de cosas". "Puede ser que a la gente más joven estas cosas la sorprendan un poco, pero yo que estoy metido en estos asuntos desde hace varios gobiernos, me siento como pez en el agua", aseguró el polémico empresario. Consultado sobre sus vínculos con el Frente Amplio, Svetogorsky aseguró que mantiene vínculos "con todos los sectores políticos que tengan por lo menos una mínima chance de acceder al poder", y mencionó entre otros al Partido Independiente, al Movimiento Lucha y al partido fundado por el sobreviviente de la tragedia de los Andes Roberto Canessa.

## Expertos distinguen dos bloques de países en Sudamérica: los que están al borde de una guerra civil y los que están al borde de una guerra con sus vecinos

Los últimos acontecimientos políticos acaecidos en los países de Sudamérica llevaron a varios analistas y periodistas expertos en temas regionales a determinar la existencia de dos bloques de países en el continente, claramente diferenciados. El primero estaría compuesto por los países que están al borde de una guerra civil, en tanto que el segundo se conformaría con los que están al borde de una guerra con sus vecinos. En el primer caso se distinguen especialmente Bolivia (en donde la oposición a Evo Morales es cada vez mayor), Paraguay (debido a la habilitación concedida a Lino Oviedo para presentarse a las elecciones) y Brasil (en donde un probable accidente aéreo fatal del presidente Lula da Silva seguramente generaría una confrontación intestina). El segundo caso abarca a Venezuela, Colombia, Argentina y Uruguay, países que seguramente comenzarán 2008 en medio de una confrontación armada con sus respectivos vecinos. De todas maneras la mayoría de los analistas coincide en que esta diferencia entre los países no es demasiado importante, ya que en última instancia todos van a ser invadidos por Estados Unidos.