

Michelle Obama recluta a chefs para hacer que los niños coman fruta y verduras

En el Jardín Sur de la Casa Blanca se reunió hace unos días a unos 700 cocineros, que fueron convocados por la primera dama para darle un vuelco a la comida escolar de EE.UU.

Lunes 07 de junio de 2010 - 09:00 am



Verduras. Los chefs les enseñan a los niños a preparar sus alimentos con vegetales. (letsmove.gov)

Washington (EFE).. [Michelle Obama](#) no quiere que los colegios hagan que los niños odien la verdura de por vida, por ello ha pedido a los chefs el uso de todas sus artes culinarias para hacer que coman pescadilla, manzanas y hasta [espárragos](#).

“La comida que ingieren nuestros hijos tienen un impacto directo en su capacidad para aprender. Eso es simplemente la verdad. No es un lujo, una cosa secundaria”, dijo la primera dama a los chefs, que sudaban bajo un sol de justicia con sus gorros y sus camisas blancas en los jardines de la Casa Blanca.

Michelle Obama les instó a unirse a un programa en el que cada cocinero apadrina a una escuela, a la que asesora sobre alimentación, ayuda a plantar una huerta y a crear unos menús con ingredientes saludables que hagan que los niños no echen de menos las [hamburguesas](#) y las [papas fritas](#).

SOBREPESO Y OBESIDAD

Una tercera parte de los menores estadounidenses sufre sobrepeso o son [obesos](#), y ese porcentaje es aún mayor entre los latinos.

El Gobierno dedica actualmente en torno a un dólar por día a la alimentación de cada niño en la escuela, una cantidad que se quiere elevar en aproximadamente un 10% con la llamada Ley de Nutrición Infantil, cuya renovación está pendiente en el Congreso.

Michelle Obama instó al Congreso a aprobar la norma, que pretende colocar en los platos de los menores tostadas de pan integral, yogures desnatados y más frutas, además de aumentar el número de niños que participan en el programa.

VIDA SANA

Michelle Obama, una mujer que hace ejercicio diariamente y cuida mucho lo que come, ha hecho de la buena nutrición uno de sus caballos de batalla y pretende inculcar al resto del país los buenos hábitos que instiga en la familia presidencial.

Para ello ha puesto en marcha la campaña "[Let's move!](#)" (!Movámonos!), que aspira a acabar con la "epidemia" de obesidad durante una generación.

Entre sus propuestas está doblar en cinco años el número de pequeños que van en bicicleta a la escuela.

También insta a las mujeres embarazadas a mantener una dieta sensata durante la gestación y a dar de mamar a sus bebés, pues ambos factores reducen el riesgo de que sus hijos sean obesos, según los estudios.

Otro factor clave es en cambiar el paladar de los niños para apreciar comidas diferentes.

(Tomado de El Comercio)

