

La Fiesta de los insectos

[Narradora: Myriam Grajales-Hall:] **La Fiesta de los Insectos** es una actividad divertida y práctica a través de la cual los niños del segundo grado de la escuela primaria Apricot Valley Elementary en Modesto aprendieron los principios básicos de la nutrición y la costumbre en diferentes culturas de comer todo tipo de insectos.

Esta actividad escolar es parte de la amplia labor educativa que realiza Extensión Cooperativa de la Universidad de California en todo el estado para enseñar a personas de todas las edades a comer saludablemente y mantenerse activas.

Anne Schellman, educadora de nutrición, explicó que la idea de organizar la Fiesta de los Insectos surgió del equipo de educadores de nutrición en el condado de Stanislaus, en California, quienes sabían que la colección de insectos tendría un gran impacto en los niños; fue así como buscaron la manera de usar los insectos en las clases de nutrición que imparten en las escuelas.

[Anne Schellman, educadora de nutrición de Extensión Cooperativa de la Universidad de California en Modesto:] Un día estaba bromeando que iba a atrapar más insectos para mi colección; tú sabes que allá afuera en el campo hay miles de insectos, y alguien me dijo que sería fenomenal llevar esos insectos al salón de clases. Si, les respondí pero ¿qué tienen que ver los insectos con la nutrición? Y alguien dijo, ‘¡Claro que si! Podríamos relacionarlo con que la gente come insectos; podemos empezar hablando de entomofagia que es la práctica de comer insectos, algo que es muy común en diferentes culturas.

[Narradora:] Fue así como surgió la idea de la Fiesta de los Insectos. Los niños aprendieron que los insectos contienen proteína y que las proteínas son uno de los cinco grupos de alimentos de MiPlato, además de las frutas y verduras, granos y productos lácteos.

[Marc Sánchez, educador de nutrición de Extensión Cooperativa de la Universidad de California en Modesto:] Yo he escuchado que les encantan las clases de nutrición aquí, ¿es cierto?

[Estudiantes:] ¡Sí! ¡Sí!

[Marc Sánchez:] Muy bien, ¿están listos? ¿Alguien ha visto esto antes?

[Estudiantes:] MiPlato

[Marc Sánchez:] ¿El plato de quién?

[Estudiantes:] ¡MiPlato! ¡MiPlato!

[Marc Sánchez:] ¿Y saben qué es lo que hace Mi Plato? Te enseña una manera fácil de mantenerte sano. Levanta la mano si quieres estar saludable.

[Narradora:] Los niños enumeraron varios alimentos de cada grupo. Y para divertirse juntos y enseñarles una valiosa lección sobre la importancia de comer

saludablemente, el equipo de educadores de nutrición organizó una actividad para los estudiantes. Esta consistió en crear, a base de materiales comestibles, su propio insecto para después comérselo.

Se les repartió una galleta de grano integral, una cucharada de yogur bajo en grasa, almendras y fruta y verduras como fresas, arándanos, pepinos, apio y zanahorias, cortadas en rebanadas. Ayudados por su imaginación, los niños crearon sus propios insectos.

Al final de la clase los niños hablaron de lo mucho que aprendieron.

[Emilia Andrade, estudiante de 2º en la escuela Apricot Valley Elementary en Modesto:] Aprendí a comer bien, saludable; aprendí también cómo hacer hormigas y otras cosas y aprendí que los insectos se pueden comer, aunque no me parece muy normal.

[Cierre:] Para más información, comuníquese con la oficina de Extensión Cooperativa en su condado.

ucanr.org/oficinas