

# La universidad se interesa por la buena mesa

Las personas que hemos luchado por la conveniencia de relacionar conceptos como la gastronomía y la nutrición por la Universidad, asistimos con alegría al creciente interés de esta última por todo lo relativo a la alimentación de los seres humanos. Como ejemplo, el Basque Culinary Center, la Fundación Alicia, la Cátedra Ferran Adrià de Cultura Gastronómica y Ciencias de la Alimentación de la Universidad Camilo José Cela de Madrid, o el Grado de Ciencias Culinarias y Gastronómicas de la Universidad de Barcelona.

Más allá de estas **importantes iniciativas académicas** (y de otras menos ambiciosas que también se podrían citar), lo importante es integrar en la sociedad de la comunicación la idea de que la gastronomía constituye uno de los pilares fundamentales de la cultura y la sanidad y, por ello, una persona estará más educada y preservará mejor su salud cuanto mejor desarrolle sus hábitos alimenticios, sobre todo si lo hace de forma variada y responsable.

**Salud, educación y gastronomía** son patas de una misma mesa, elementos inequívocamente interconectados. Podría decirse incluso que se complementan entre sí. Y por valorar los componentes alimentarios básicos desde el punto de vista de la salud no se pierde ni un ápice de la calidad culinaria, siempre que la cocina se practique de una forma imaginativa, respetando los sabores y aligerando las salsas.

Más allá de una necesidad vital, es decir, del “deber comer”, si “aprendemos a comer”, accederemos a muchos de los secretos de la calidad de vida, y descubriremos, de paso, que la buena mesa está llena de alicientes y resulta muy divertida, maravillosa para la sensibilidad infantil. Es un lugar para experimentar y para disfrutar, para enriquecernos todos, e incluso para crecer como seres humanos. Por eso, es muy conveniente acercarse a ella desde la más tierna infancia.

<https://www.youtube.com/embed/dr1O3xQY8VA>

---

Revision #1

Created 2022-02-01 11:12:41 CET by Equipo CATEDU

Updated 2022-02-01 11:12:41 CET by Equipo CATEDU