

Grasses, greixos, la solució a l'educació i la cuina mediterrània

Els estàndards d'avui dia no tenen res a veure amb els que teníem a mitjans del segle passat, abans les persones una mica grasses i blanques tenien un poder adquisitiu alt. Avui tractem de no menjar, ja que, això va en concordança amb l'estereotipus que hi ha d'una persona "agradable a la vista".

Opino que gran part de la culpa d'aquests estereotipus els tenen els mitjans de comunicació, que ens fan veure que com menys pes tenim, més oportunitats tindrem socialment, tant al treball com a l'amor.

Crec que el primer que s'hauria de fer és tractar aquest problema a l'escola, hauríem de fer veure als nens, que el sobrepès és dolent sens dubte, però que capficar-se en estar prim comporta més problemes encara.

Així doncs, penso que tenim una de les millors eines al nostre abast, la cuina mediterrània, amb aquesta podrem controlar el pes, utilitzem-la.

Emilio.