

BANCO DE ALIMENTOS DE ARABA, LA DIETA CUENTA



LA GESTIÓN DE DOS MILLONES DE KILOS DE COMIDA AL AÑO BUSCA MEJORAR HACIA UNA CESTA EQUILIBRADA Y SALUDABLE

Gestionar dos millones de kilos de comida al año constituye el eje del desafío al que se enfrenta el Banco de Alimentos. Pero más allá de una operación matemática -32 kilos por persona y mes- y de un principio de justicia social, el reparto tiene en cuenta los mismos factores que determinan la compra de cualquier familia: comer sano con una dieta equilibrada y variada.

«Obviamente solo podemos ofrecer lo que recogemos -señala Yon Maeso, responsable de Alimentos- pero tenemos en cuenta las recomendaciones universales para una dieta saludable y los condicionantes particulares, religiosos o culturales de los beneficiarios». El Banco reparte 32 kilos de alimentos por persona y mes, aproximadamente la mitad de las necesidades de un ciudadano común, un porcentaje que pretende cubrir las carencias básicas sin crear 'cautivos'.

Cada cuatro semanas, los responsables del grupo de Alimentos configuran los lotes bajo el principio de lograr una dieta lo más completa posible y al mismo tiempo variada. «Lo que no falta son la leche, los huevos y los pañales, donde hay bebés», apunta Maeso. «Los huevos son una fuente

de proteínas, algo que no sobra en los alimentos recolectados en la Gran Recogida de noviembre-diciembre y, además, son aceptados en todas las culturas, lo que no sucede, por ejemplo, con la carne». El resto de la cesta varía de acuerdo a la estación y a las posibilidades, pero siempre se incluye un capítulo de frutas y hortalizas, una incorporación relativamente reciente gestionada por la Administración central con los agricultores. Los excedentes adquiridos por el Estado son distribuidos entre los Bancos según su petición semanal. «Como es lógico, en invierno la fruta dura algo más, pero en verano toda la de hueso exige una salida inmediata para evitar su caducidad. Lo que se reparte tiene, en todo caso, la misma calidad de la fruta o verdura que encontramos en cualquier supermercado». Los lotes se completan habitualmente con lo que se denominan alimentos secos, legumbres, harina, arroz, patatas o conservas, además de la bollería del desayuno o caldos y batidos. Si hay

EL REPARTO TRATA DE ADAPTARSE TAMBIÉN A LOS CONDICIONANTES RELIGIOSOS Y CULTURALES

niños, se incluyen potitos, cereales o leche infantil. Las reservas religiosas y culturales marcan también la confección de la cesta diaria. Las asociaciones de reparto con mayoría de beneficiarios musulmanes, por ejemplo, no reciben pizza porque en buena parte de los casos contiene bacon, es decir tocino de cerdo. «También hay que tener en cuenta si los yogures llevan espesantes de origen animal», puntualiza Maeso. Dos millones de kilos de alimentos al año y cinco mil beneficiarios son algunas de las cifras indicativas del proyecto del Banco. En ese todo, lácteos y huevos suponen algo más de la cuarta parte y las frutas y hortalizas, un 12,6%. Pero los números solo cobran sentido porque detrás se afana un pelotón de donantes solidarios y de voluntarios que hacen posible su gestión con la vista puesta en los más desfavorecidos de la sociedad. Un Banco con alma en el que «pequeños gestos nos hacen grandes». Pequeños gestos que nos hacen GRANDES. Colabora con el BAA.

Si quieres hacer una donación de forma segura, puedes hacerlo en la página web del BAA
www.bancoalimentosaraba.org

