

reportaje

INCA ■ GASTRONOMÍA SIN AZÚCAR

Niños diabéticos aprenden a elaborar dulces aptos para ellos

Margalida Beltrán inició este programa hace cinco años

PEP CÓRCOLES. Inca.

La diabetes es una enfermedad que puede parecer cruel, especialmente si la padece un niño; una etapa en la vida donde los dulces son el objetivo admirado y deseado por el que se produce casi todo el ahorro infantil. ¿Quién no recuerda cómo esperaba la "paga" semanal para correr al kiosco de las chucherías? Margalida Beltrán, enfermera jefe del centro de salud de Inca, y Miquel Truyols, representante de un laboratorio de insulinas, decidieron hace cinco años que querían acabar con el deseo en los pequeños con diabetes y darles eso que tenían los demás, la pasión por los dulces.

Los dos crearon los cursillos de cocina para niños diabéticos, donde elaboran dulces. Cada cierta época del año convocan uno y elaboran los dulces típicos de ese tiempo. La voz se corrió y a este último, celebrado la semana pasada, acudieron niños de toda Mallorca.

El objetivo de este mes era la fabricación de turrón navideño, chocolate a la taza especial, magdalenas y bizcochos. Los pequeños y sus papás se reunieron en el

comedor del colegio la Salle de Inca, que prestó sus instalaciones para el cursillo. Todos escucharon atentamente las instrucciones de la monitora, especialmente las mamás que, lápiz y papel en mano, tomaban apuntes de todos los pasos de las recetas.

"El turrón es sanísimo para los niños con diabetes, sólo que se ha de hacer de forma natural, sin azúcares de absorción rápida como tiene el turrón comercial —explicaba Margalida—. Tenéis que desconfiar del turrón que se anuncia incluso para diabéticos. Mirad la etiqueta porque muchos dicen sin azúcar, pero luego se ve que llevan fructosa y ése es el azúcar de la fruta que también es de absorción rápida. Nosotros hemos de usar azúcares de absorción lenta".

La parte más divertida del cursillo son, sin duda alguna, las prácticas. Los niños disfrutaban metiendo las manos en la masa. Neus Bergas tiene 10 años, es de Sineu, "aunque mi papá es de Maria de la Salut", puntualizó. Tiene diabetes infantil y disfruta con estas clases. Dijo que era la tercera vez que acudía a un curso. "Vine



Los niños participantes en el cursillo de Navidad, ante los ingredientes. Foto: P. C.

en verano e hicimos helados. También hicimos *crepsells* en Pascua y tarta. Es muy fácil aprender", manifestó. No obstante, la pequeña Neus, como otros de sus compañeros, que guiñaban un ojo cómplice, aseguró que "lo más rico es el turrón de chocolate". La afirmación abrió un debate. Llorenç March también tiene 10 años y es de Marratxí: "De Son Ramonell", pomenorizó. El joven Llorenç precisó que "lo realmente bueno son los pasteles, pero porque a casi todos les ponemos chocolate". El improvisado debate concluyó en que la estrella es el chocolate. Todos asintieron. Las madres rieron divertidas.

Los cursos de cocina para niños diabé-

ticos se iniciaron en Inca para los pequeños de la localidad. Poco a poco corrió la voz y muchas familias de pueblos de alrededor y de otros tan distantes como Cala d'Or han querido unirse al grupo. Margalida y Miquel dicen que es posible que escriban un libro de cocina con todas las recetas que han elaborado si encuentran quien se lo edite.

El cursillo de Navidad finalizó la semana pasada. Margalida se mostró muy satisfecha y anunció: "He descubierto una nueva receta que os enseñaré el próximo curso, un pastel con cacao en polvo". Dijo la palabra mágica: chocolate. ¡Todos volverán!