



Infància



Tanca els ulls, ensuma i deixa't portar!

L'olfacte és el sentit més desenvolupat quan naixem però es va deixant d'exercitar a mesura que els altres sentits van guanyant protagonisme. Amb tot, hi ha maneres de fer-lo treballar

LAURA PINYOL

FOTO: GETTY

L'olfacte és el primer sentit que es posa en funcionament quan els infants neixen. És el sentit més primitiu i més desenvolupat, que permet reconèixer la mare i facilita la primera identificació de l'entorn. Però, a mesura que es creix, el sentit de l'olfacte es treballa poc i, en certa manera, es va desaprofent. L'olfacte és un sentit complex i extraordinari. És el que permet descriure amb més criteri i precisió. Per posar-ne un exemple, som capaços de distingir dues-centes tonalitats de colors i, en canvi, podem arribar a emmagatzemar deu mil referències olfactivas al cervell. D'aquí que, tantes vegades, una olor evocui un record.

L'olfacte és l'únic sentit que va directament al cervell, fet que el relaciona íntimament amb els sentiments. Reconeixem els aliments just per la combinació entre l'aroma, que entra pel nas,

i el gust –dolç, salat, àcid i amarg– que detecta la llengua.

Crear un perfum propi

Sandra Iruela és la fundadora de Sandir –una empresa de disseny de fragàncies– i enginyera química. Ha impartit uns tallers infantils de perfumeria a Madrid, Barcelona i Mataró amb l'objectiu "d'educar l'olfacte per comprendre el món que els envolta".

A través del joc, Sandra Iruela ha dissenyat unes sessions per a nens de sis a deu anys en què tota l'experimentació es basa en el joc. Unes capsles del mateix color contenen olors diferents: "Que tanquin els ulls, perquè això els millora la concentració, ensumin i expliquin què els suggereix". Les anotacions són molt diverses segons cada experiència. "Amb el café, per exemple, ens trobàvem respostes d'olors relacionades com la xocolata, l'olor de casa els avis, de la tarda sortint d'escola, perquè el que és

L'olfacte és el sentit més primitiu, el que permet reconèixer la mare i l'entorn

Podem arribar a emmagatzemar fins a 10.000 referències olfactivas al cervell

clar és que ho relacionen amb les seves vivències".

Gustos dolços

Com que els sentits es van transformant amb l'aprenentatge, els nens són més sensibles als extrems. "Solen rebutjar els cítrics perquè els esgarripen, i tampoc els agraden espècies com el pebre". En els tallers de Sandir, els participants oloren en una tira olfactiva les "bases creades, que poden ser cítriques, florals, afruitades, entre d'altres, i les valoren de l'1, si els agrada poc, al 5, si els agrada molt, com passa amb la vainilla". En funció del criteri, "van afegint gotetes segons la seva puntuació en un flascó" per crear el seu propi perfum, que abans d'acabar el taller decoren al seu gust.

"Educar l'olfacte, saber explorar els matisos i tanca els ulls per mirar d'identificar les aromes és un exercici de concentració, que potencia la memòria i estimula l'esperit creatiu", assegura Iruela. ■

Olors de la Mediterrània Tallers educatius



¿De quina manera es pot fer que els infants descobreixin les plantes aromàtiques –principalment les que tenen una traslació a la cuina tradicional de casa nostra– i s'hi familiaritzin?

Campos Estela, una empresa de restauració especialitzada en menjadors escolars, ha dissenyat aquest fil conductor durant tot aquest curs en 17 escoles de les comarques del Vallès Occidental, el Baix Llobregat, el Barcelonès, l'Anoia i el Penedès, amb la participació de més de 2.570 alumnes.

Els tallers educatius, en col·laboració amb la Xarxa Parc de les Olors de Catalunya, han programat activitats sensorials que van des de la identificació de les espècies aromàtiques fins al coneixement d'algunes de les seves propietats i la creació de planters i horts... A l'inici de curs un equip de cuina i monitoratge va visitar el Parc de les Olors a Riells del Fai per assessorar-se sobre com fer servir les herbes aromàtiques a la cuina. El resultat ha sigut la incorporació de nous plats tradicionals als menús escolars: pollastre amb fari-gola, macarrons amb salsa pesto d'alfàbrega, macedònia amb marialluïsa, lleties amb arròs i llorer, truita de patata i cibulet, peix blanc amb fonoll i amanida amb vinagreta de sajolida. Tot amb un benefici doble: recuperar la cultura popular sobre les herbes aromàtiques i enriquir l'alimentació amb gustos i olors no sempre coneguts per la canalla en plats de cada dia.