

En Despertar se sirve una comida vegetariana diariamente. El siguiente artículo puede darnos una mejor idea de la conveniencia de esta práctica.

https://www.cuerpomente.com/blogs/come-limpio/efectos-toxicos-carne-acortan-vida_903

Sin embargo, el colegio no exige a los miembros de su comunidad mantener una dieta de este tipo en sus casas, pero si la promueve, especialmente en las familias donde existen niños con NEE quienes poseen un sistema digestivo e inmunológico más frágil.

Por otro lado, la alimentación basada en carnes rojas produce entre otras cosas irritabilidad, lo cual no es conveniente en un entorno educativo donde se vela por una convivencia de paz y armonía. Igualmente se debe destacar que al organismo le toma más tiempo y energía digerir las proteínas de origen animal, produciendo letargo y fatiga. Tampoco ello ayuda al adecuado desenvolvimiento académico luego de su ingesta. El Montessori respeta la vida en todas sus dimensiones, ¡los animales son parte de ella!