

# LA SOBERANÍA ALIMENTARIA A TRAVÉS DE LAS ARTES ESCÉNICAS Y EL DEBATE EN LA EDUCACIÓN FORMAL VII

Unidad Didáctica destinada a  
Educación Permanente de Adultos



alimentación  
Red de escuelas por un mundo rural vivo

JUSTICIA  
ALIMENTARIA  
VSF

**Financia:**



Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo  
**CONSEJERÍA DE IGUALDAD Y POLÍTICAS SOCIALES**

# ÍNDICE

<b>Presentación</b>	<b>4</b>
<b>Esquema de la Unidad Didáctica</b>	<b>7</b>
<b>Primera sesión. Cómo funciona nuestro sistema agroalimentario? Recuperando recetas sostenibles y saludables</b> Actividad 1.1. Breve presentación. Actividad 1.2. ¿Cómo funciona el sistema agroalimentario actual? ¿Por qué no es sostenible? Actividad 1.3. Consume sostenible en tu ciudad. Actividad 1.4. Y tú, ¿cómo lo haces?	<b>8</b>
<b>Segunda sesión. La mascarada de los alimentos</b> Actividad 1.1. Breve presentación. Actividad 2.2 Caracterización de personajes y escenarios. Actividad 2.3. Puesta en común en el teatro de cartón.	<b>15</b>
<b>Tercera sesión. El debate en el aula</b> Actividad 3.1. Lluvia de ideas. Actividad 3.2. Debate	<b>24</b>
<b>Anexos</b> Anexo 1. Criterios para elaborar recetas sostenibles y saludables Anexo 2. Calendario de frutas y verduras de temporada	<b>34</b>

# PRESENTACIÓN

## Quiénes somos

La propuesta “La Soberanía Alimentaria a través de las artes escénicas y el debate en la Educación Formal VII” la coordina **Justicia Alimentaria**. Somos una asociación formada por personas que promovemos un modelo de desarrollo rural justo y el derecho a una alimentación saludable y culturalmente adecuada. Por ello, creemos en la necesidad de cambiar el sistema agroalimentario actual, que nos enferma, oprime y expulsa a las comunidades rurales además de destruir el medio ambiente. Este cambio pasa por la consecución de la Soberanía Alimentaria<sup>1</sup>

Para llegar a nuestro objetivo trabajamos en países de Latinoamérica y África y en el estado español, a través de la cooperación, la educación, la investigación, la comunicación y la incidencia política.

<sup>1</sup>La Soberanía Alimentaria es el derecho de los pueblos y países a definir sus propias políticas agrarias y alimentarias de acuerdo a objetivos de desarrollo sostenible y seguridad alimentaria. Ello implica la protección del mercado local, el derecho del campesinado a los recursos agrícolas y el derecho de todos y todas a alimentos nutritivos y producidos de forma agroecológica.

Página web: [www.justiciaalimentaria.org](http://www.justiciaalimentaria.org)

Correo electrónico: [educación.and@justiciaalimentaria.org](mailto:educación.and@justiciaalimentaria.org)

## Dónde se integra esta unidad didáctica

Esta unidad didáctica se integra en el proceso educativo destinado a centros de educación permanente de adultos que se desarrollará en el curso escolar 2019/2020.

En esta propuesta educativa se pretende estimular la reflexión y el sentido crítico sobre la relación directa entre el sistema alimentario actual y sus repercusiones en la salud y el deterioro ambiental, así como en el fomento de las desigualdades en el mundo. Se encuentra enmarcada dentro del programa “Alimentación. Red de escuelas por un mundo rural vivo”, desarrollado a nivel estatal, donde se trabaja la sensibilización, educación y apoyo a la comunidad educativa en las diferentes etapas de la educación formal, destinado a generar

conciencia crítica y a promover la acción ante las consecuencias sociales, económicas y ambientales que genera nuestro modelo alimentario ([www.alimentacion.net](http://www.alimentacion.net)).

## **Cuáles son los objetivos generales**

- ✓ Descubrir las problemáticas sociales, ambientales y referentes a la salud que rodea al modelo agroindustrial actual de producción, distribución y consumo de alimentos.
- ✓ Relacionar las problemáticas detectadas con el estilo de vida de nuestra sociedad y crear una visión crítica con el modelo de producción y consumo agroalimentario.
- ✓ Construir alternativas reales que promuevan una alimentación saludable, justa y sostenible acorde con la soberanía alimentaria y que se puedan llevar a cabo en la vida cotidiana.
- ✓ Visibilizar el papel de las mujeres, sus labores y conocimientos como elemento fundamental para la consecución de la soberanía alimentaria.

## **Cuál es la metodología**

La propuesta se caracteriza por el uso de metodologías activas. Se plantea desde el enfoque socioafectivo, partiendo de las experiencias y conocimientos del alumnado y haciéndolo partícipe vivencial de los temas planteados con el fin de que puedan vincularlos con su vida cotidiana.

Para ello se plantean dinámicas participativas. Entre las herramientas que se proponen están la elaboración de paneles dinámicos con imágenes, la elaboración de recetas sostenibles, la caracterización y representación de personajes y escenarios relativos a la vida de mujeres en el mundo rural, el debate, etc.

Así mismo, se favorecen los procesos de construcción colectiva del conocimiento. De este modo, el alumnado es protagonista tanto de la obtención de la información y del descubrimiento de la problemática como de la búsqueda y planteamiento de alternativas. Para ello, el trabajo colaborativo es clave en esta propuesta.

## **De cuántas sesiones consta**

La unidad didáctica consta de 2 sesiones impartidas por el personal de Justicia Alimentaria y una sesión final de debate en el aula, realizado por el alumnado con el apoyo del profesorado.

## **A quién va dirigido**

Esta propuesta didáctica va dirigida al alumnado de Centros de Educación PERmanente de adultos.

# ESQUEMA DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

<b>SESIÓN</b> Duración. Quién imparte	<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>
<b>PRIMERA SESIÓN</b>  90 min Imparte Justicia Alimentaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Conocer brevemente en qué consiste la unidad didáctica y la entidad que la coordina.</li> <li>✓ Descubrir cómo funciona el sistema agroalimentario industrial y qué consecuencias tiene para la salud, la sociedad (de los países del N y del S global) y el medio ambiente.</li> <li>✓ Descubrir cómo funcionan los sistemas agroalimentarios agroecológicos, los canales cortos de distribución (CCC), algunos ejemplos presentes en la provincia de Málaga y recuperar recetas para cocinar sostenible y saludable.</li> </ul>	<p>Información sobre lo que hay detrás de lo que comemos a diario.</p> <p>Consecuencias en la salud, sociales y ambientales de la dieta industrial.</p> <p>Construcción de alternativas para la promoción de un modelo alimentario más justo y saludable.</p>
<b>SEGUNDA SESIÓN</b>  150 min Imparte Justicia Alimentaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexionar sobre las formas en que se producen y transforman los alimentos. Distinguir las características entre el modelo industrial y el agroecológico.</li> <li>✓ Visibilizar y poner en valor los trabajos desempeñados por mujeres rurales vinculadas a la producción alimentaria</li> <li>✓ Construir y compartir alternativas a la realidad vista en la sesión y que puedan llevar a cabo en su vida cotidiana</li> </ul>	<p>Características sociales, económicas, medioambientales de cada modelo de producción agroalimentario.</p> <p>La igualdad de género en la soberanía alimentaria con historias y relatos de mujeres trabajadoras en la producción y transformación alimentaria.</p>
<b>TERCERA SESIÓN</b>  Imparte profesorado implicado	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Llevar lo aprendido a la acción.</li> <li>✓ Mostrar en la práctica que hay alternativas reales y factibles para contribuir a crear un mundo más justo y sostenible de producción de alimentos.</li> </ul>	<p>Todos los contenidos trabajados en las sesiones anteriores</p>

# PRIMERA SESIÓN

90 min.

## ¿Cómo funciona nuestro sistema agroalimentario? Recuperando recetas sostenibles y saludables

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Conocer brevemente en qué consiste la unidad didáctica y la entidad que la coordina.</li><li>✓ Descubrir cómo funciona el sistema agroalimentario industrial y qué consecuencias tiene para la salud, la sociedad (de los países del N y del S global) y el medio ambiente.</li><li>✓ Descubrir cómo funcionan los sistemas agroalimentarios agroecológicos, los canales cortos de distribución (CCC), algunos ejemplos presentes en la provincia de Málaga y recuperar recetas para cocinar sostenible y saludable.</li></ul>	<p>Información sobre lo que hay detrás de lo que comemos a diario.</p> <p>Consecuencias en la salud, sociales y ambientales de la dieta industrial.</p> <p>Construcción de alternativas para la promoción de un modelo alimentario más justo y saludable.</p>	<p>1.1 Breve presentación</p> <p>1.2 ¿Cómo funciona el sistema agroalimentario actual? ¿Por qué no es sostenible ni saludable?</p> <p>1.3. Consume sostenible y saludable en tu ciudad.</p> <p>1.4. Y tú, ¿cómo lo haces?</p>

**ESCENARIO DIDÁCTICO.** Aula normal

**RECURSOS DEL CENTRO.** Pared o superficie sobre la que montar un mural de aproximadamente 1 metro y medio de alto x 3 metros de ancho. Proyector y sistema de audio para audiovisuales.

**RECURSOS JUSTICIA ALIMENTARIA.** Papel continuo, adhesivo pared, imágenes modelos agroalimentarios plastificadas, rotuladores, tijeras, cartulinas de colores y tantas copias como grupos haya del anexo 1 y 2.

## ACTIVIDAD 1.1. Breve presentación

5 min.

### Desarrollo

El/la dinamizador/a presentará a Justicia Alimentaria y la propuesta “La Soberanía Alimentaria a través de las artes escénicas y el debate en la Educación Formal VII”, dando una descripción breve del contenido a tratar durante las próximas sesiones.

Lanzará la pregunta ¿qué hay detrás de lo que comemos? Para ver la reacción y respuestas del alumnado, pero sin intentar llegar a una conclusión. Se puede utilizar el símil “móvil-manzana” para destacar el uso de los alimentos como una mercancía en lugar de como un derecho básico.

## ACTIVIDAD 1.2. ¿Cómo funciona el sistema agroalimentario actual? ¿Por qué no es sostenible?

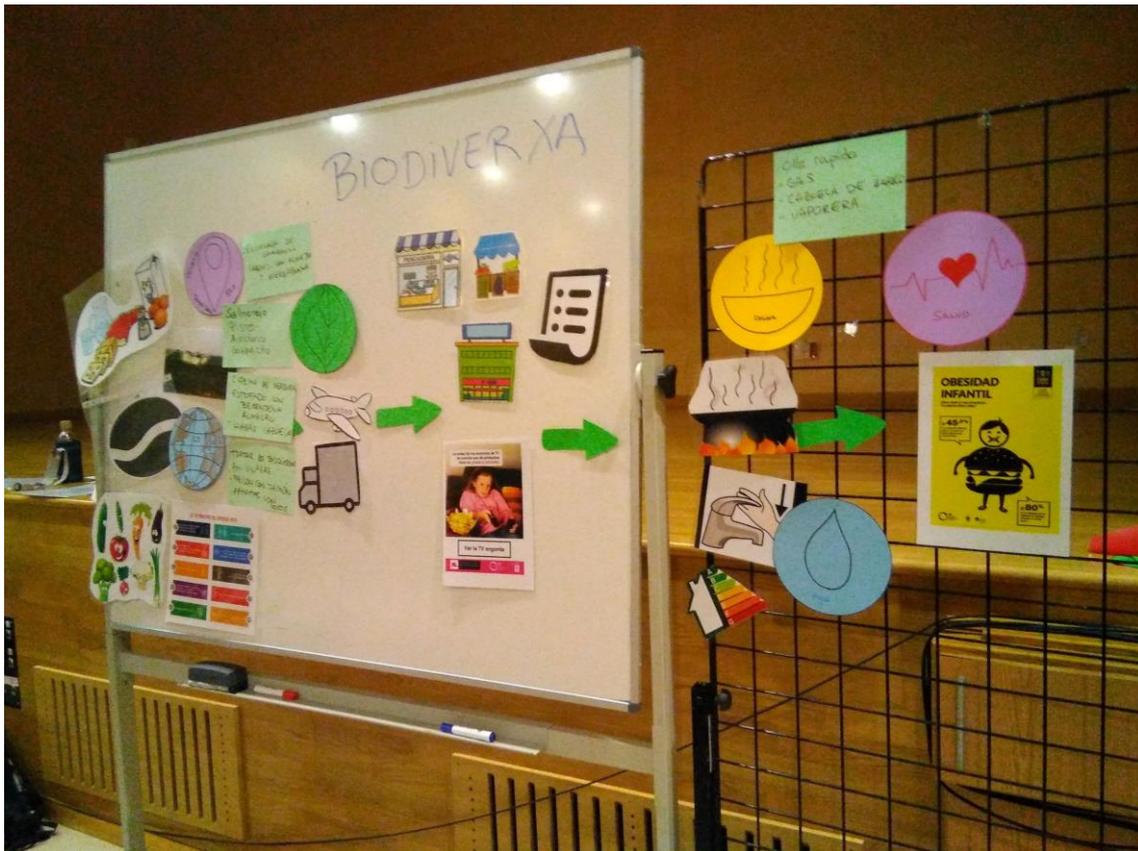
25 min.

### Desarrollo

Construyendo paulatinamente el panel que se muestra en la siguiente página, la persona dinamizadora irá comentando con el público asistente el recorrido de un alimento desde que se produce hasta que llega a nuestro plato. De esta forma, se irán comentando, de forma participativa, los principales impactos negativos en cada fase con ejemplos. Se trata de ir conectando las distintas fases a través de las flechas, no se tienen que colocar todas, es para dar una idea general.

Producción → Transporte → Establecimiento de venta (distribución) → Forma de cocinarlo  
→ Conservación → Tratamiento de residuos

El panel se va construyendo en un sitio visible y se podrá recurrir a él durante la sesión.



**Posibles preguntas a plantear para guiar la reflexión:**

Se buscará la participación del alumnado a medida que se va rellenando el panel a través de las siguientes o de otras preguntas que se consideren relevantes:

-En producción:

. ¿Qué consecuencias podrá tener para la biodiversidad de especies los monocultivos?

\*Entre otros aspectos se puede reflexionar sobre el dato de la FAO de que la agricultura comercial generó casi el 70% de la deforestación en América Latina entre 2000 y 2010.

\*Además, muchas de las variedades locales que se han seleccionado por los campesinos y las campesinas a lo largo de generaciones, se están perdiendo actualmente debido a que las personas consumidoras ya no valoran tanto aspectos como la estacionalidad, la proximidad o características organolépticas diferentes a lo establecido como normal por la industria.

. ¿Qué puede provocar la dependencia de químicos sobre el medio ambiente y la salud de las personas?

\*Presencia de plaguicidas en placenta mujeres andaluzas, incluso décadas después de haberse prohibido su uso: <https://canal.ugr.es/prensa-y-comunicacion/medios-digitales/el-pais/pesticidas-hasta-en-la-placenta/>.

\*Imposibilidad de tratar sosteniblemente los purines de las explotaciones intensivas de cerdo:

<https://www.msn.com/es-es/noticias/espana/62-%E2%80%9898bernabe%C3%BAAs%E2%80%99-lleos-de-esti%C3%A9rcol-de-cerdo/ar-AAEFch8>.

. ¿Qué condiciones laborales existirán en este tipo de explotaciones?

\*Información sobre el caso de violaciones a mujeres marroquíes trabajadoras en invernaderos de Huelva: [https://www.eldiario.es/rastreador/investigacion-violaciones-trabajadoras-marroquies-Huelva\\_6\\_773482655.html](https://www.eldiario.es/rastreador/investigacion-violaciones-trabajadoras-marroquies-Huelva_6_773482655.html)

\*Información sobre la muerte de un inmigrante que trabajaba en un invernadero en Almería: [https://sevilla.abc.es/andalucia/almeria/sevi-investigan-muerte-intoxicacion-inmigrante-invernadero-almeria-201901291543\\_noticia.html](https://sevilla.abc.es/andalucia/almeria/sevi-investigan-muerte-intoxicacion-inmigrante-invernadero-almeria-201901291543_noticia.html)

-En distribución/transporte:

. ¿Cuántos kilómetros de media podrán recorrer los productos que encontramos en el supermercado?

\*De media nuestros alimentos recorren 5.000km. Los “alimentos kilométricos” generan por tanto mucho CO<sub>2</sub> hasta llegar a nuestro plato.

. ¿Qué impactos puede tener sobre el medio ambiente este tipo de transporte?

. ¿Qué opináis sobre el hecho de que consumamos alimentos fuera de su temporada? Ej: naranjas en verano que vienen de Latinoamérica o tomates que vienen de producción en invernaderos o de otras partes del mundo.

-En establecimientos de venta:

. ¿Los supermercados crean más empleo del que destruyen de comercio local?

<http://www.cec-comercio.com/como-afecta-la-apertura-de-una-gran-superficie-a-los-locales-de-alimentacion/>

[https://www.elconfidencial.com/economia/2013-02-04/las-grandes-cadenas-se-comen-al-pequeno-comercio-y-lo-dejan-al-borde-de-la-ruina\\_245141/](https://www.elconfidencial.com/economia/2013-02-04/las-grandes-cadenas-se-comen-al-pequeno-comercio-y-lo-dejan-al-borde-de-la-ruina_245141/)

<https://www.eleconomista.es/emprendedores-pymes/noticias/6889705/07/15/El-pequeno-comercio-genera-mas-empleo-que-la-gran-distribucion.html>

-En forma de cocinarlo:

. ¿Son los alimentos procesados y/o precocinados saludables?

\*La alimentación procesada es responsable de la alimentación insana que impera en la actualidad y un 70% de lo que gastamos en alimentación se destina a alimentación procesada y sólo un 30% a alimentos frescos. Más de 80.000 muertes en España se atribuyen a enfermedades asociadas a la alimentación insana. Además se puede mencionar que los azúcares, sal y grasas de los productos procesados les dan un sabor que atrae al paladar y crean adicción (Campaña Dame veneno: <https://justiciaalimentaria.org/dame-veneno> ).

\*Así mismo, se puede mencionar que la OMS recomienda no consumir más de 25gr de azúcar añadido al día y que la media española es de 110gr de azúcar diario. Se reflexiona sobre la presencia de azúcar invisible en algunos productos procesados y sobre las consecuencias sobre la salud.

. ¿Sobre quién suelen recaer la compra y cocinado de alimentos?

\*Se puede reflexionar sobre el hecho de que de media, en España, la mujer dedica 3 horas diarias más que el hombre al trabajo doméstico. En el caso de parejas en las que ambos trabajan fuera de casa, la mujer dedica 2,5 horas diarias más que el hombre al trabajo doméstico (Fuente: ElDiario.es. Elaboración propia. Muestra: parejas heterosexuales con hijos de 0 a 18 años.).

-En conservación:

. ¿Cómo se hacía para conservar antes los productos de temporada?

[https://www.eldiario.es/consumoclaro/ahorrar\\_mejor/metodos-abuelas-guardar-productos-frescos-conservas-almibar-encurtidos\\_0\\_620838324.html](https://www.eldiario.es/consumoclaro/ahorrar_mejor/metodos-abuelas-guardar-productos-frescos-conservas-almibar-encurtidos_0_620838324.html)

-En tratamiento de residuos:

. ¿Qué envases había antes de bebidas? ¿Se reutilizaban? ¿De qué manera?

. ¿Producimos muchos o pocos residuos derivados de nuestra alimentación? ¿Son evitables?

\*Se puede reflexionar sobre las alternativas como son la compra a granel, el consumo de agua en lugar de bebidas azucaradas...

### **Pautas para el monitor/a:**

Como orientación, y en caso de que el grupo asistente sea poco participativo, se propone abordar las siguientes cuestiones:

- Producción: impactos derivados de la producción intensiva (monocultivos, uso de químicos, contaminación, condiciones laborales desfavorables para las trabajadoras, los alimentos procesados como medida de conservación...
- Transporte: impactos derivado del consumo de alimentos de fuera de temporada, lejanos....
- Comercialización y venta: diferencias entre grandes superficies (que implican un modelo lejano a los núcleos urbanos, uso de coche, beneficio a grandes multinacionales,), comercio local, mercados...
- Sobras, excedentes, desperdicios: indicar datos sobre desperdicio de alimentos o como comprar en grandes almacenes fomenta comprar mayor cantidades de las necesarias...
- Salud: aportar algunos datos sobre el impacto en la salud.

Posteriormente se presentará el modelo alternativo basado en la producción y transformación agroecológica, así como en la distribución a través de Canales Cortos de Comercialización.

### ACTIVIDAD 1.3. Consume sostenible en tu ciudad

15 min.

#### Desarrollo

Se presentarán en clase diferentes carteles de alternativas agroecológicas presentes en la provincia de Málaga tanto a nivel de producción, como de transformación, hostelería o establecimientos de venta.

Estos carteles tienen asociados en algunos casos recursos audiovisuales que presentan el proyecto. Se proyectarán algunos de los audiovisuales para acercar la realidad de las experiencias presentadas al alumnado.

#### Posibles preguntas a plantear una vez presentadas las fichas:

- ✓ ¿Conocíais estas experiencias?
- ✓ ¿Os parecen interesantes?
- ✓ ¿A qué modelo pertenecen? ¿Por qué?
- ✓ ¿Qué habéis sentido al oír hablar a las personas que se encargan de estas iniciativas?
- ✓ ¿Qué efectos sobre el medio ambiente puede tener el consumo de estos productos?
- ✓ ¿Qué efectos para la salud puede tener el consumo de estos productos en lugar de los procesados?
- ✓ ¿Creéis que la compra de estos alimentos puede repercutir en la sociedad malagueña?
- ✓ ¿Cuál es el papel de las mujeres que se ven en el video? ¿Qué tareas realizan?

### ACTIVIDAD 1.4. Y tú, ¿cómo lo haces? Cocina sostenible y saludable

45 min.

#### Desarrollo

Una vez se han visto algunas consecuencias del modelo agroindustrial, tanto sociales como ambientales, así como las alternativas presentes en Málaga en cuanto a producción, transformación y distribución de alimentos, se les expondrá que tienen que recuperar una receta o inventársela de modo que ésta sea sostenible y saludable. Para ello, se llevarán impresas copias con los siguientes criterios (también en el Anexo 1) y se les repartirán los

carteles por si quisieran incluir de algún modo estas alternativas de producción, transformación o distribución. También tendrán a su disposición un calendario de frutas y verduras de temporada (Anexo 2).

Se hará especial hincapié en los criterios de temporada, cercanía y ecológico. Para cada ítem se preguntará al alumnado asistente por ejemplos, recurriendo siempre al panel de la Cadena de Producción-Transformación-Distribución-Consumo, y en caso de que los/as participantes sean poco participativos/as, la persona dinamizadora ofrecerá ejemplos.

-  Emplea productos de cercanía y de temporada, preferentemente productos agroecológicos.
-  Utiliza productos procedentes de "Comercio Justo y Responsable", en caso de no haber producción de cercanía.
-  Tiene en cuenta el impacto ambiental en la producción de los alimentos empleados, eligiendo los que producen menor huella de carbono.
-  Reduce el consumo de energía, empleando utensilios de cocina como el hierro, la cerámica o el cristal que retienen mejor el calor, utilizando la energía lo estrictamente necesario y los electrodomésticos que menos consumen.
-  Usa el agua de forma eficiente, reduciendo la cantidad a lo imprescindible y reutilizándola si es posible.
-  Recicla los envases y evita el uso de plásticos o los reutiliza.
-  Procura el desperdicio cero reduciendo, reutilizando y reciclando los restos de comida.

La monitora recorrerá las mesas donde estén trabajando los grupos para resolver posibles dudas que puedan surgir en torno a los criterios o el material a elaborar para presentar estas recetas.

Una vez hayan elaborado o recuperado las recetas, tendrán que exponerlas por grupo ante el resto de la clase, utilizando una cartulina o cualquier otro soporte y presentando los ingredientes a utilizar, el procedimiento a seguir y cómo han tenido en cuenta la sostenibilidad y salud de las personas.

# SEGUNDA SESIÓN

150 min.

La mascarada de los alimentos. Una reflexión lúdica y teatral

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Reflexionar sobre las formas en que se producen y transforman los alimentos. Distinguir las características entre el modelo industrial y el agroecológico.</li><li>✓ Visibilizar y poner en valor los trabajos desempeñados por mujeres rurales vinculadas a la producción alimentaria</li><li>✓ Construir y compartir alternativas a la realidad vista en la sesión y que puedan llevar a cabo en su vida cotidiana</li></ul>	<p>Características sociales, económicas, medioambientales de cada modelo de producción agroalimentario.</p> <p>La igualdad de género en la soberanía alimentaria con historias y relatos de mujeres trabajadoras en la producción y transformación alimentaria.</p>	<p>2.1 Breve presentación</p> <p>2.2 Caracterización de personajes y escenarios</p> <p>2.3. Puesta en común en el teatro de cartón</p>

**RECURSOS DEL CENTRO:** Aula normal

**RECURSOS JUSTICIA ALIMENTARIA:** personajes y escenarios de cartulina, cartón, colores, lápices, pegamento, cuerdas, tijeras, revistas y folletos para recortar imágenes.

## ACTIVIDAD 2.1 Presentación del taller

10 min.

### ¿En qué consiste?

Taller de caracterización de personajes recortables y escenografías de cartulina para su puesta en escena en teatro de cartón fino. Un juego reflexivo para descubrir qué conocemos acerca de cómo son, cómo viven, qué sienten, qué barreras encuentran las mujeres que producen y transforman los alimentos que consumimos todos los días, cómo funciona el mercado y la industria alimentaria, los impactos sociales y ambientales que tienen los diferentes sistemas alimentarios y las repercusiones que tiene en nuestra salud la forma en que nos alimentamos. Se recrea en un lenguaje sencillo, simbólico, vivencial y sensorial las formas de producir, transformar y comercializar los alimentos que conocemos.

### Temáticas abordadas

- Visibilizar a las personas que producen y transforman artesanalmente alimentos.
- La problemática social y medioambiental asociada a una producción alimentaria industrial
- Conceptos de soberanía y seguridad alimentaria
- ¿Qué queremos comer?, ¿qué queremos producir? y fomentar la justicia social
- Relación de la alimentación con el estilo de vida
- Construir alternativas reales para una alimentación saludable y justa
- Visibilizar los roles de las mujeres en relación con la producción de alimentos

## ACTIVIDAD 2.2 Caracterización de personajes y escenarios

45 min.

### Desarrollo

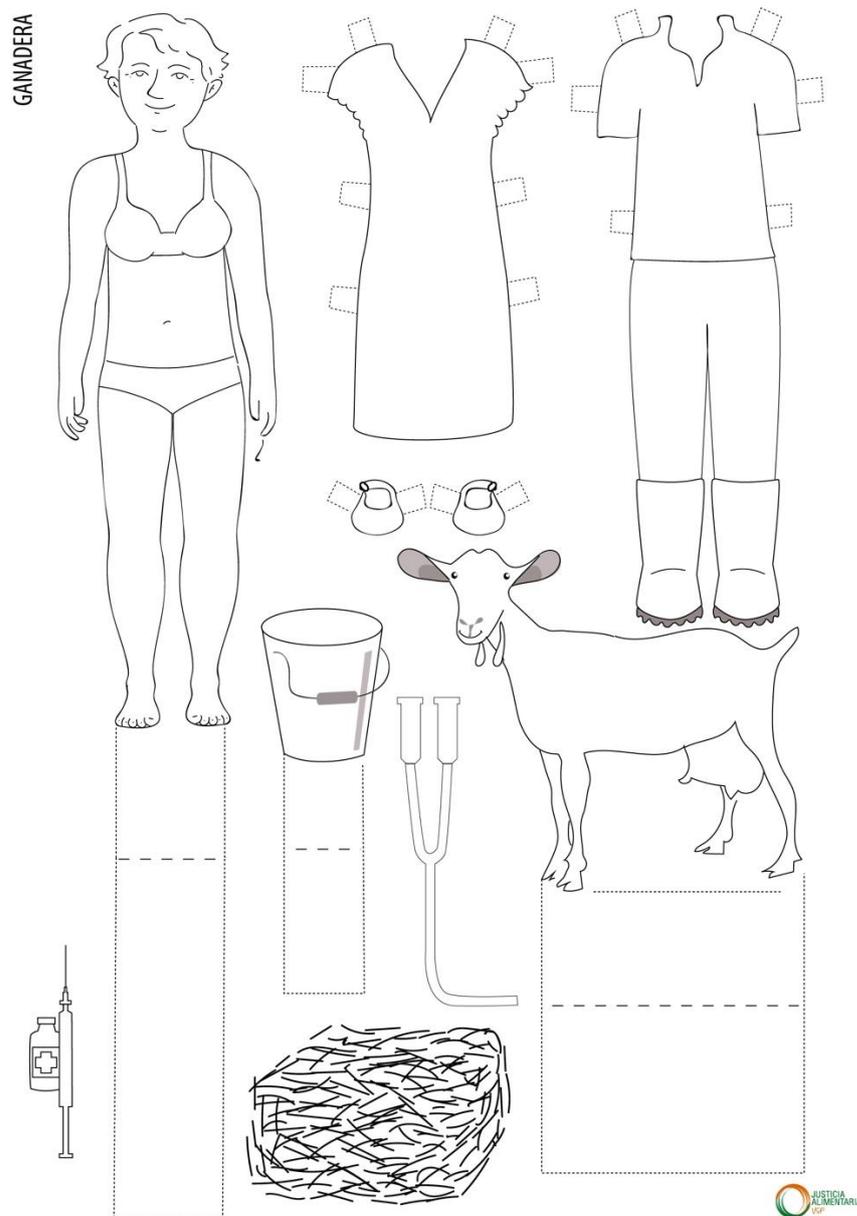
Se organiza a la clase en 3 grupos:

- Primer grupo: caracterización de la ganadera y su hija quesera y recreación de su entorno de vida y de trabajo en la escenografía.

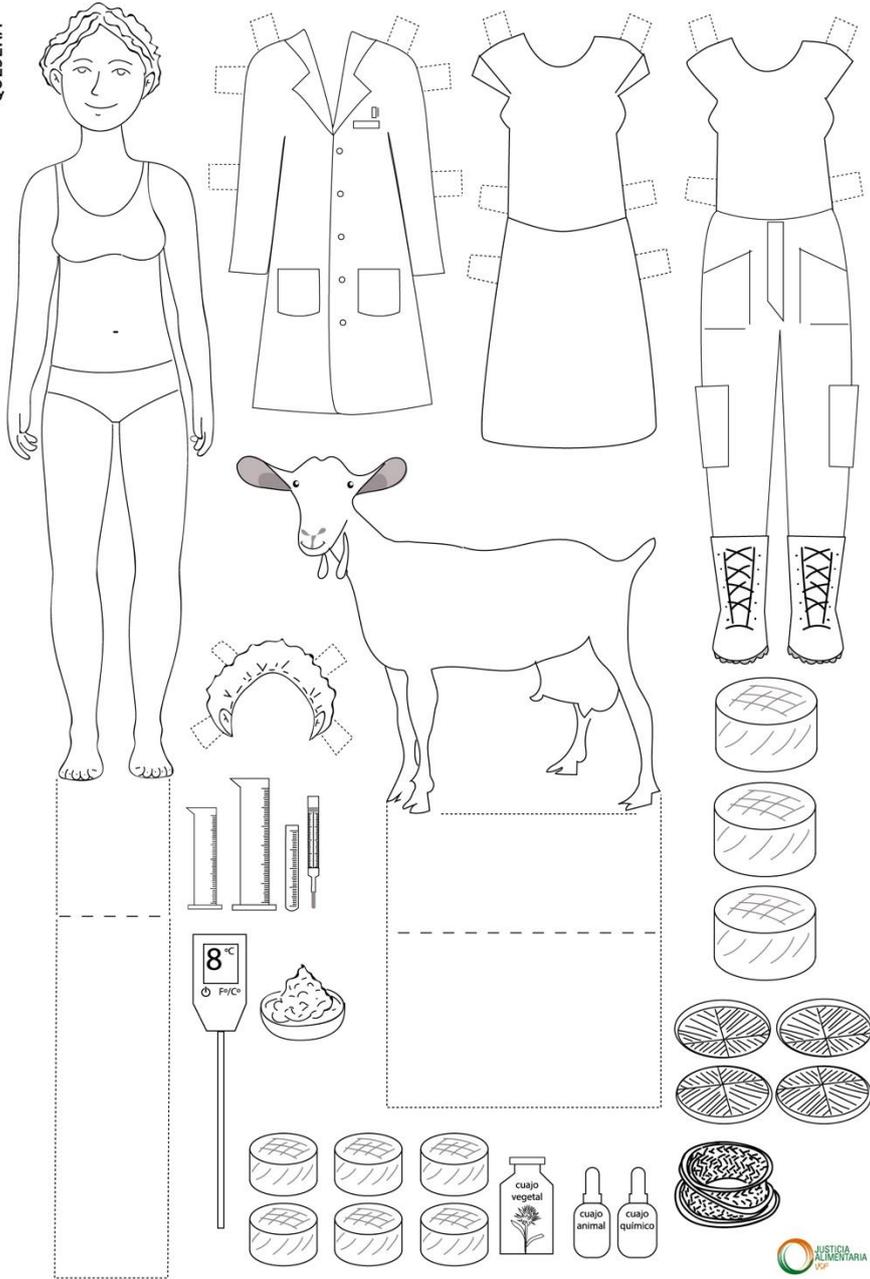
- Segundo grupo: caracterización de la panadera y recreación de su entorno de vida y de trabajo en la escenografía.
- Tercer grupo: caracterización de la consumidora y recreación de su entorno de vida y de trabajo en la escenografía.

### PRIMER GRUPO: Mujeres ganadera y quesera

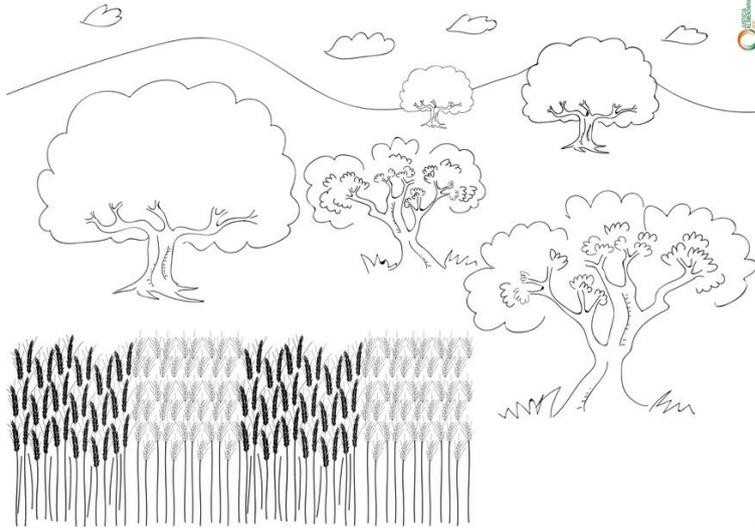
Este grupo trabajará en la caracterización de los personajes y sus entornos. Se utilizará para ello recortes de revistas, pegamento y colores. Se completarán 4 escenarios correspondientes a la producción ganadera y la transformación artesanal de la leche en queso.



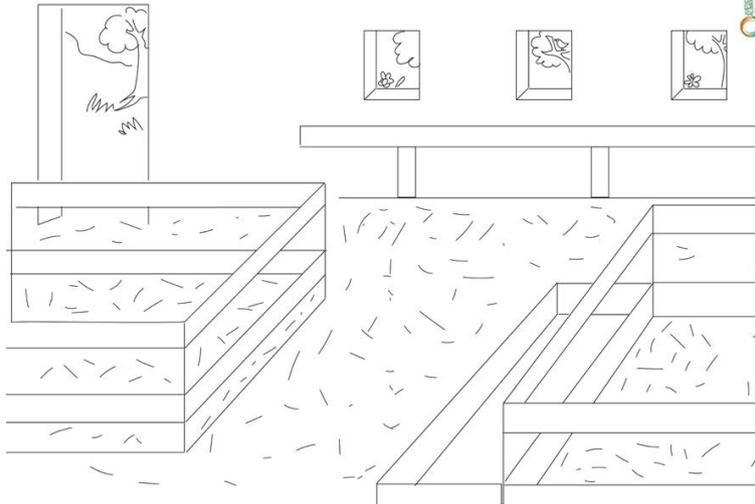
QUESERA



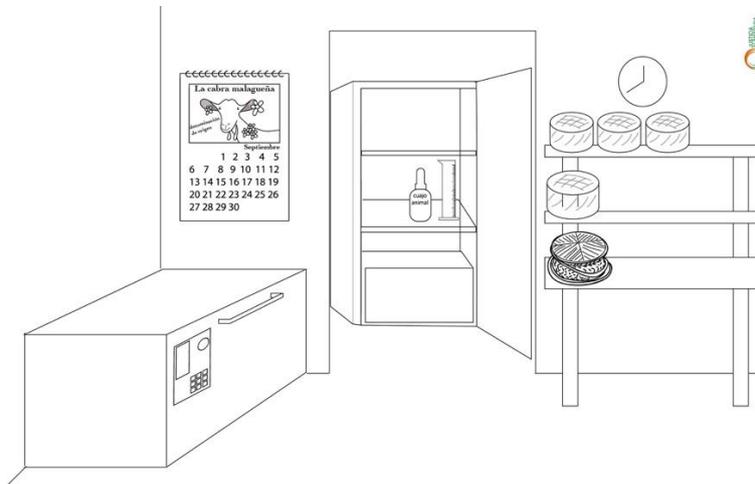
La mascarada de los alimentos



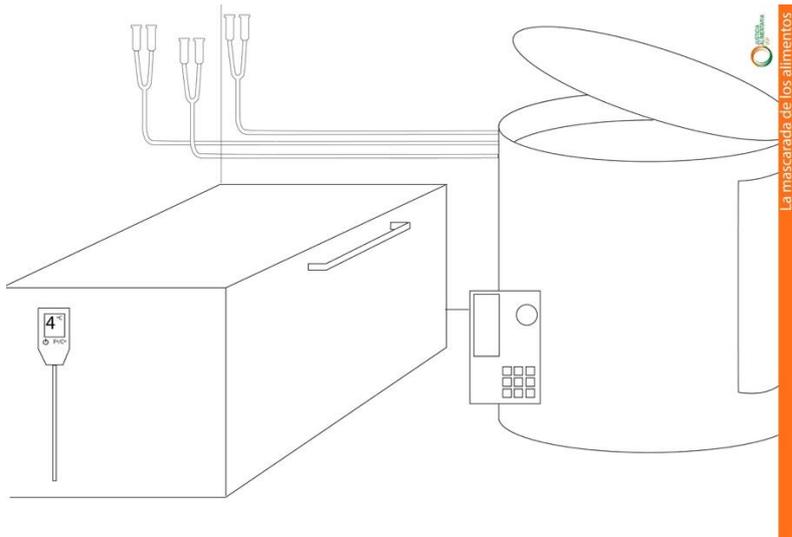
La mascarada de los alimentos



La mascarada de los alimentos

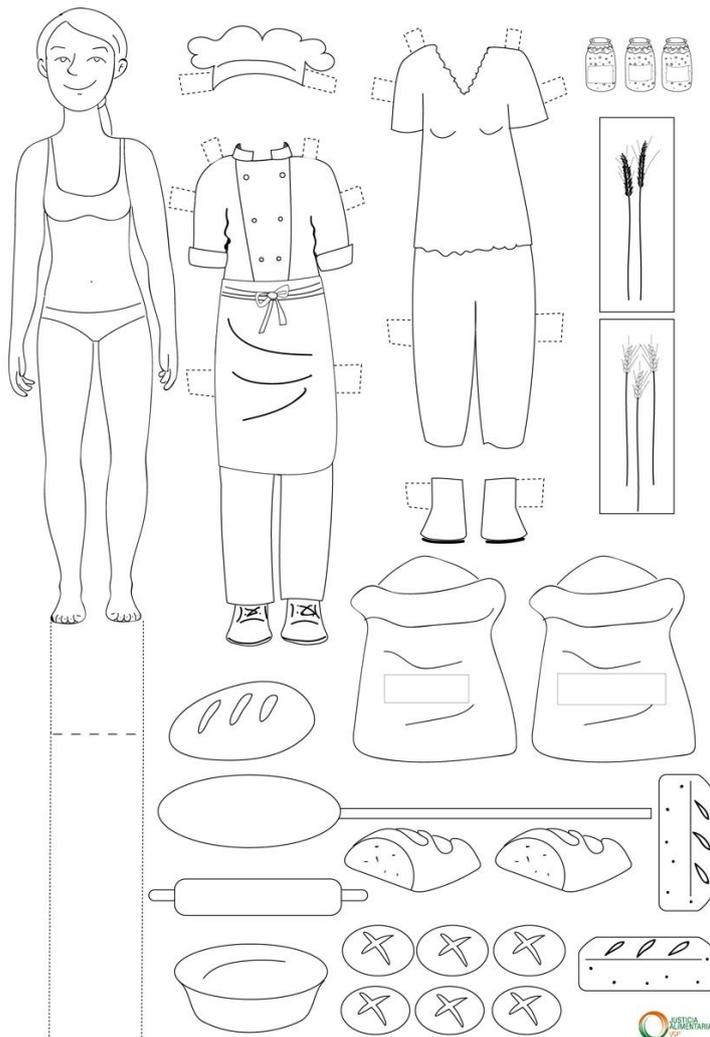


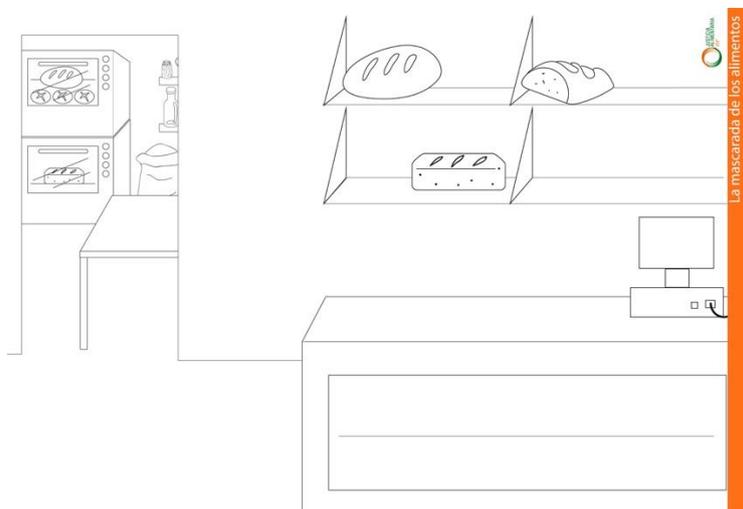
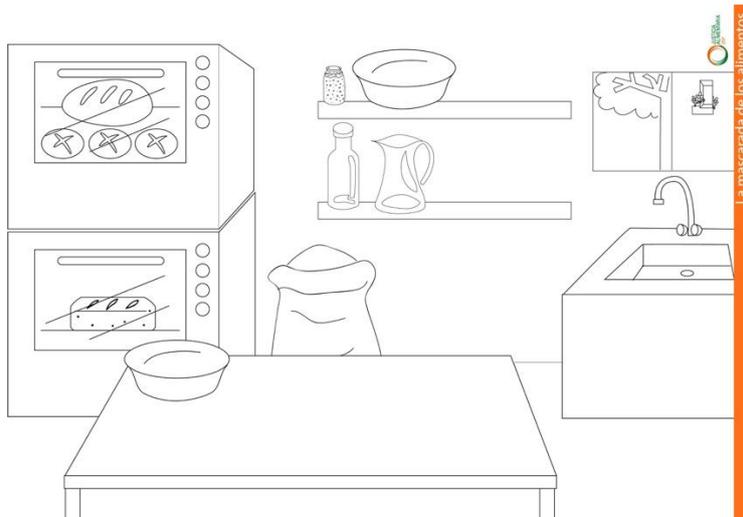
La mascarada de los alimentos



### SEGUNDO GRUPO: Mujer panadera

El grupo trabajará en la caracterización del personaje panadera y sus entornos. Se utilizará para ello recortes de revistas, pegamento y colores. Se completarán 2 escenarios correspondientes a la transformación artesanal del pan y la comercialización de proximidad.





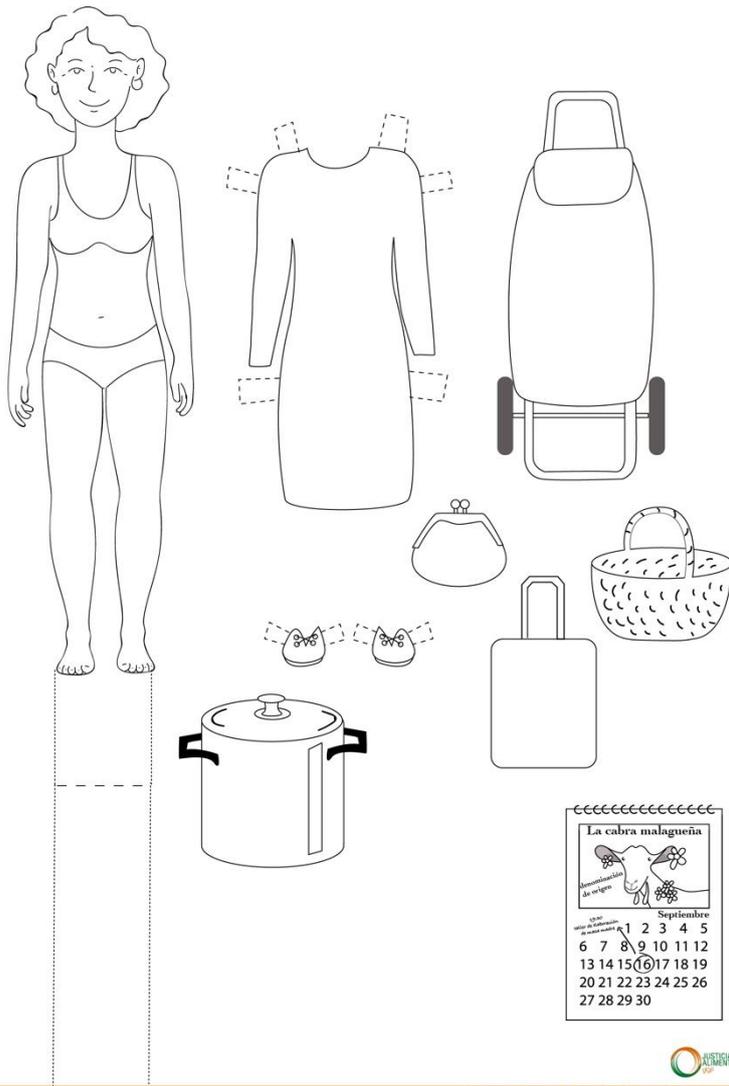
**TERCER GRUPO: Mujer consumidora**

El grupo trabajará en la caracterización de la consumidora y su entorno. Se utilizará para ello recortes de revistas, pegamento y colores. Se completará 1 escenario correspondientes a un espacio doméstico donde confluyen las energías productoras y transformadoras y los vínculos que se han articulados entre los distintos personajes.

En los tres grupos y cuatro personajes se incide sobre las siguientes diferencias básicas en ambas formas de producción:

Producción Artesanal	Producción Industrial
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Paisaje heterogéneo</li> <li>1. Mucha diversidad</li> <li>2. Trabajan más personas que máquinas</li> <li>3. Sano y sostenible con el medioambiente</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Paisaje homogéneo</li> <li>2. Poca diversidad</li> <li>3. Trabajan más maquinas que personas</li> <li>4. Contaminante de: mares, ríos, aire y suelos</li> </ol>

4. Se preocupa de cuidar a las personas	5. Se preocupa de ganar dinero más
5. Trabaja con suelos vivos, con lombrices	6. Suelos no tienen vida por uso de muchos productos químicos
6. Cultivos de varios tipos	7. Grandes cultivos de un solo tipo
7. Economía local	8. Economía del máximo rendimiento al menor coste
8. Promueve una comida con valor cultural	9. Promueve una comida sin el valor cultural, todos comemos lo mismo





## ACTIVIDAD 2.3 La representación

20 min.

Se desarrolla la puesta en común del trabajo realizado y se comparten las reflexiones de los tres grupos. La interacción de los diferentes escenarios y personajes creados se lleva a cabo en la escena del teatrillo de cartón.

El objetivo es la construcción colectiva del conocimiento, afianzar conceptos y obtener conclusiones compartidas entre todas/os las participantes.



## TERCERA SESIÓN

50 min.

### Debate-reflexión en el aula

Posteriormente a las dos sesiones formativas con las monitoras de Justicia Alimentaria, el profesorado dinamizará un debate en el aula en referencia a los talleres desarrollados con el alumnado. Para facilitar el intercambio de opiniones en el grupo, las monitoras de Justicia Alimentaria entregarán al profesorado unos cuadros de cartulina con una serie de preguntas para recoger las respuestas del alumnado sobre diferentes conceptos trabajados en la campaña con Justicia Alimentaria.

### ACTIVIDAD 3.1 Breve repaso de lo aprendido en los talleres

5 min.

#### Desarrollo

Consiste en hacer una lluvia de ideas sobre los temas que recuerda el alumnado sobre el trabajo realizado en los talleres. En esta fase no es necesario el debate, simplemente anotar las ideas que vayan saliendo en la pizarra.

- ✓ ¿Cuáles han sido los mensajes que habéis recibido en los talleres realizados?
- ✓ ¿Cuáles han sido los mensajes que más te han marcado o recuerdas?
- ✓ ¿Qué es lo que más te ha gustado de los talleres?, ¿y lo que menos?, ¿te han quedado dudas?

## ACTIVIDAD 3.2 Debate y reflexión en el aula

10 min.

### Desarrollo

En esta fase deberán rellenarse los 3 cuadros facilitados por Justicia Alimentaria con las respuestas a las preguntas citadas a continuación. Para ello se repartirá a cada alumna y alumno tres papeles o post-its para pegar en cada uno de los cuadros. En ellos escribirán de forma esquemática/conceptual su respuesta a las preguntas de cada cuadro. A continuación, los pegarán en los cuadros y las expondrán al resto del grupo dando lugar a un pequeño debate. El resto de alumnado podrá completar y reforzar las ideas surgidas con sus propios papeles, así como aportar distintos puntos de vista. Si el profesorado lo desea o lo cree conveniente, podrá incluir preguntas o reformularlas para su mejor comprensión.

### GUIÓN

<b>CUADRO 1: MI CONSUMO Y SUS EFECTOS</b>	
¿Cómo se producen los alimentos que compro? ¿Ha cambiado mi forma de ver el consumo de alimentos? ¿Qué ha cambiado? ¿Por qué?	
¿Debe ser la alimentación un derecho o un producto de consumo más? ¿Por qué?	
¿Afecta mi consumo a otros países? ¿Por qué? ¿Y al medio ambiente y a mi familia?	

## CUADRO 2: GRANDES EMPRESAS DE SUPERMERCADOS

<p>¿Las grandes empresas de supermercados ven los alimentos como un derecho o un producto más de consumo?</p> <p>¿De qué tipo son la mayoría de los alimentos que encontramos en los supermercados?</p> <p>¿Si compramos en un súper tenemos más o menos opciones de decidir qué queremos comer?</p>	
<p>¿Qué alternativas tengo para alimentarme de forma saludable y respetando el medio ambiente?</p>	
<p>¿Conocéis formas de producción de alimentos que respeten el medio ambiente y que sean más saludables? ¿Cuáles?</p>	

## CUADRO 3: IGUALDAD DE GÉNERO

<p>¿Qué trabajos desarrollan las mujeres en el medio rural y urbano? ¿Crees que son importantes? ¿Por qué?</p>	
<p>¿Qué ocurre si sobre las mujeres recaen la mayoría de tareas domésticas y las responsabilidades del hogar?</p> <p>¿Es justo que sean las mujeres las únicas responsables de la alimentación familiar?</p> <p>¿Si no se hacen cargo las mujeres en quién recae esa responsabilidad?</p>	
<p>¿Cómo imaginas que sería una situación más justa con las mujeres?</p>	

## ORIENTACIONES PARA EL DEBATE

### CUADRO 1: MI CONSUMO Y SUS EFECTOS

#### **¿Cómo se producen los alimentos que compro?**

Para ayudar a la introducción de esta reflexión se puede empezar por preguntar a cada alumna y alumno que cenó la noche anterior, servirá para sondear qué tipo de alimentos dicen: alimentos frescos, cocinados o alimentos procesados. Según el estudio realizado por *Justicia Alimentaria* llamado **Dame Veneno**, (<https://justiciaalimentaria.org/dame-veneno>) se comprueba que existe un cambio de patrón alimentario hacia un mayor consumo de alimentos procesados y menos alimentos frescos. Este cambio está repercutiendo a nivel mundial en el aumento de diferentes enfermedades causadas por las grandes cantidades de azúcar, sal y grasas que contienen. En España, el 70% del gasto en alimentación se realiza en alimentos procesados y el 30% en alimentos frescos. También influye en el cambio de dieta la progresiva desvinculación de la población con los alimentos, es decir, preguntarse su origen, temporada, variedad, cultura gastronómica.

#### **¿Ha cambiado mi forma de ver el consumo de alimentos? ¿Qué ha cambiado? ¿Por qué?**

En los talleres realizados, el alumnado ha visto características del sistema alimentario industrial y agroecológico. Se hará hincapié en fomentar el pensamiento crítico sobre el consumo y la publicidad de los productos alimentarios industriales a pesar de sus malas consecuencias. En oposición a dicho modelo, se presentarán alternativas saludables y sostenibles a este modelo alimentario. Con esta pregunta se pretende que el alumnado reflexione sobre la información que ha recibido y sea capaz de debatirlo en el grupo para contribuir a desarrollar en el grupo la conciencia crítica sobre la alimentación industrial y los perjuicios para la salud de las personas. Cada persona en su papel escribirá que ha cambiado de su forma de ver el consumo de alimentos y la razón por la que ha cambiado. Una vez que todos los papeles están pegados en el cuadro se pasará a su lectura grupal para tomar conciencia de los cambios existentes y las opiniones de la clase.

#### **¿La alimentación tiene que ser un derecho o un producto de consumo más? ¿Por qué?**

El derecho a la alimentación es un derecho humano fundamental. Es el derecho a tener acceso, individual o colectivamente, de manera regular y permanente, a una alimentación cuantitativa y cualitativamente adecuada y suficiente, así como a los medios necesarios para producirla, de forma que se corresponda con las tradiciones culturales de cada

población y que garantice una vida física y psíquica satisfactoria y digna ([www.derechoalimentacion.org](http://www.derechoalimentacion.org)).

Según el artículo 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948:

*Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.*

Hoy en día la alimentación no está garantizada como un Derecho Humano Fundamental porque para ello los gobiernos tienen que tomar ciertas decisiones políticas. Sin embargo, en el mundo se producen un 60% más de alimentos de los necesarios para la población existente en el planeta. Actualmente, la alimentación es un producto de consumo más. En el estado español, los sectores de alimentación y distribución invierten en publicidad más de 1.000 millones de euros. Esto significa que uno de cada cuatro euros gastados en publicidad está relacionado con los alimentos. En el último año los dos sectores que más han incrementado su gasto publicitario han sido el de la alimentación (13%) y el de las bebidas (10%).

### **¿Afecta mi consumo a otros países? ¿Y al medio ambiente y a mi familia? ¿Por qué?**

Para saber las diferentes consecuencias del sistema agroalimentario industrial trabajado cómo funciona la cadena agroindustrial. Entonces, la pregunta va enfocada a debatir sobre cómo afecta mi consumo de alimentos que provienen de otras partes del mundo. Sabemos que los alimentos hoy en día recorren, de media, 5.000 km para llegar a nuestro plato. Dando lugar al transporte en avión, en barco y por carretera con el correspondiente gasto de petróleo y emisión de grandes cantidades de CO<sub>2</sub> a la atmósfera, generando mucha contaminación y la contribución al cambio climático. Muchas veces se expulsa a las comunidades rurales de sus tierras para plantar grandes extensiones de un solo cultivo (soja, maíz, caña de azúcar, etc). Por lo tanto, también se genera consecuencias sociales en estas comunidades rurales. Existen, además, consecuencias en nuestra salud debido a las condiciones de producción intensivas de los cultivos con muchos productos químicos para que soporten las condiciones de acelerado crecimiento y resistan a las plagas.

El consumo de esos productos no solo repercute en nuestra salud y la de nuestra familia por el alto contenido en aditivos químicos, azúcar, sal y grasas, sino que también favorece la expansión de multinacionales en países empobrecidos. Este hecho provoca muchas

veces la expulsión del campesinado de los territorios donde viven, para que las grandes empresas planten monocultivos (un solo cultivo) que dedican a la producción para exportación, obligando a estos países a producir para exportar y no para el consumo local.

## CUADRO 2: GRANDES EMPRESAS DE SUPERMERCADOS

**¿Las grandes empresas de supermercados ven los alimentos como un derecho o un producto más de consumo? ¿De qué tipo son la mayoría de los alimentos que encontramos en los supermercados? ¿Si compramos en un súper tenemos más o menos opciones de decidir qué queremos comer?**

Las grandes empresas de supermercados ven los alimentos como un producto de consumo más. Y lo más importantes para ellas es la obtención de beneficios económicos, sin importar la calidad de los alimentos, su valor nutricional o las condiciones de producción.

Cuando compramos en un supermercado la mayoría de los productos que podemos encontrar son alimentos procesados y precocinados. Los alimentos procesados habitualmente contienen aditivos químicos perjudiciales para la salud y la compra de comida envasada produce grandes cantidades de residuos perjudiciales para el medio ambiente.

Si compramos en un supermercado encontraremos muchos productos y nos dará la sensación de que tenemos mucha variedad y opciones donde decidir, pero serán la mayoría productos procesados, envasados y con altos contenidos de azúcar, sal y grasas. Ya que estos contenidos son adictivos y ello sumado a los bajos precios, constituyen la base del negocio de este tipo de grandes superficies de venta de alimentos.

**¿Qué alternativas tengo para alimentarme de forma saludable y respetando el medio ambiente?**

Una de las alternativas más sencilla es el consumo local, es una práctica que ayuda a fomentar los comercios de barrio, la producción de alimentos de nuestra localidad, provincia, comunidad o país. Si conocemos a la persona que cultiva mucho mejor pero si no, al ser producción local estaremos contribuyendo a respetar el medio ambiente ya que los alimentos no serán kilométricos (los alimentos kilométricos recorren de media 5000km desde donde se producen hasta donde se consumen). Otra de las alternativas, es comer más productos frescos, verduras y frutas ya que son alimentos que no contienen los altos porcentajes de aditivos, grasas, y azúcares que sí contienen los productos procesados.

Además, podemos cultivar nosotros en maceto-huertos (macetas con altura suficiente para cultivar) nuestras propias verduras si tenemos una terraza y tiempo para ello. También podemos juntarnos entre familiares/amigos y cultivar un pequeño huerto entre todas.

El consumo de frutas y verduras de temporada favorece una producción más respetuosa con el medio ambiente ya que no son necesarias para su producción instalaciones como los invernaderos. Además, aumenta la probabilidad de que esas frutas y verduras sean de producción local ya que los productos comercializados en épocas distintas a su clima suelen ser importados de países con otras condiciones climáticas.

### **¿Conocéis formas de producción de alimentos que respeten el medio ambiente y que sean más saludables? ¿Cuáles?**

La agroecología está basada en producir alimentos respetando al medio ambiente además de respetar las condiciones sociales y laborales de las personas productoras para tengan una vida digna y los productos tengan un precio justo con el coste que requiere producirlos.

Para conseguir que los/las productoras puedan vivir dignamente cultivando productos de calidad ligados a su realidad social, ecológica y cultural, es necesario consumir de forma responsable para que nuestra elección impulse un modelo justo de producción alimentaria. Este modelo se llama Soberanía Alimentaria y se define así:

*"La Soberanía Alimentaria es el derecho de los pueblos, comunidades y países a definir sus propias políticas agrícolas, pastoriles, laborales, de pesca, alimentarias y agrarias que sean ecológica, social, económica y culturalmente apropiadas a sus circunstancias exclusivas. Esto incluye el derecho real a la alimentación y a la producción de alimentos, lo que significa que todos los pueblos tienen el derecho de tener alimentos y recursos para la producción de alimentos seguros, nutritivos y culturalmente apropiados, así como la capacidad de mantenerse a sí mismos y a sus sociedades".*

La soberanía alimentaria se basa en 5 pilares que son:

1. Cambiar las políticas públicas de gobernanza de nuestro sistema agrario y alimentario. Conseguir cambiar las políticas públicas que gobiernan nuestro sistema agroalimentario a nivel local, nacional, europeo y global. Promoviendo políticas en favor de sistemas alimentarios basados en el respeto al derecho a la alimentación.

- Prohibiendo la especulación alimentaria y el acaparamiento de recursos como la tierra y el agua.
2. Reclamar el derecho a la tierra y las semillas y el resto de los bienes comunes. Oponiéndose a la mercantilización y las patentes de los bienes comunes como son la tierra, las semillas, el agua, la tierra, los árboles, los bosques, el aire y el conocimiento. El acceso a estos bienes no debe de estar determinado por los mercados o por el capital.
  3. Cambiar el sistema de producción alimentaria hacia alimentos saludables y seguros. Creando un sistema que proporcione alimentos beneficiosos para la salud de todas las personas y que, al mismo tiempo, conserve la biodiversidad y los recursos naturales. Esto requiere modelos ecológicos de producción y pesca, donde haya una gran cantidad de campesinado, personas que cultivan huertos urbanos y pescadoras artesanales que produzcan alimentos locales como base del sistema alimentario.
  4. Cambiar la forma en la que se distribuyen los alimentos. Promover mercados locales diversificados basados en la solidaridad y en precios justos, y en acortar los canales de distribución, intensificando las relaciones entre personas productoras y consumidoras, en redes locales que pongan freno a la expansión y el poder de las grandes superficies de distribución.
  5. Mejorar las condiciones sociales y laborales en el sistema agrario-alimentario. Luchando contra la explotación y la degradación de las condiciones sociales-laborales y por los derechos de todas las mujeres y hombres que trabajan en el campo, así como los de aquellas personas que trabajan en el procesado, la distribución y la venta de alimentos.

### CUADRO 3: IGUALDAD DE GÉNERO

#### **¿Qué trabajos desarrollan las mujeres en el medio rural y urbano? ¿Crees que son importantes? ¿Por qué?**

Las mujeres producen en el mundo el 70% de los alimentos que consumimos. Ellas son las responsables del descubrimiento de la agricultura. En el Paleolítico, las mujeres con su observación de las plantas como recolectoras tenían conocimiento sobre los ciclos de las estaciones y su efecto en las plantas, y todo ello dio lugar a que descubrieran la agricultura.

En el reparto de tareas entre hombres y mujeres, los trabajos relacionados con los cuidados han sido asignados a las mujeres. Entre esos trabajos están los correspondientes a alimentar a la familia y cuidar de los alimentos y comida que se cocinaba. Pero en el caso de las

mujeres rurales, las tareas relacionadas con la agricultura de las que han sido responsables son diversas: seleccionar las semillas, cuidar la huerta, preservar los alimentos para cuando escaseaban preparando conservas y haciendo uso de diferentes técnicas para conservarlos para épocas de invierno. En caso de mujeres con explotaciones ganaderas, ellas se encargan de la parte más doméstica de la producción, es decir, de los animales para consumo propio. Y, además, de los trabajos de la explotación, de la parte de vender los excedentes de la cosecha o matanza. Los hombres, sin embargo, se encargan de las transacciones con el dinero y la explotación.

El conjunto de trabajos realizados por las mujeres a pesar de su importancia social y económica no está valorado socialmente ni económicamente. Se dona de forma gratuita por las mujeres, ya que se considera que forma parte de su obligación de cuidados, y no forma parte de la economía monetaria y de mercado y por lo tanto, es invisibilizado y minusvalorado.

Algunos datos importantes a tener en cuenta en el debate:

Según datos de la FAO<sup>1</sup>, en el mundo hay más de 1.600 millones de mujeres rurales, la mayoría agricultoras, que representan más de la cuarta parte de la población mundial. Las mujeres campesinas son las productoras de los principales cultivos básicos de todo el mundo: arroz, trigo y maíz, que proporcionan hasta el 90% de los alimentos que consume la población empobrecida de las zonas rurales. En zonas andinas (Latinoamérica), las mujeres establecen y mantienen los bancos de semillas de los que depende la producción de alimentos.

La organización de Naciones Unidas para la agricultura y la alimentación (FAO en sus siglas en inglés) reconoce que el **70% de la producción mundial de alimentos** está en manos de las mujeres. Sin embargo, esta aportación no sólo no es reconocida sino que contrasta con el hecho de que sólo entre el **1% y el 2% de la propiedad de tierras estén a nombre de campesinas**.

- Las mujeres campesinas son las productoras de los principales cultivos básicos de todo el mundo: arroz, trigo y maíz, que proporcionan hasta el 90% de los alimentos que consume la población empobrecida de las zonas rurales.
- En el sudeste de Asia, las mujeres representan hasta el 90% de la mano de obra necesaria en el cultivo del arroz

---

<sup>1</sup> Libro Las mujeres que alimentan el mundo. Edita: Entrepueblos. Edición 2009

- En el África subsahariana, las mujeres producen hasta el 80% de los alimentos básicos para el consumo familiar y la venta, ellas cultivan hasta 120 especies vegetales diferentes en los espacios libres junto a los cultivos comerciales de los hombres
- Las mujeres realizan del 25 al 45% de las faenas agrícolas en Colombia y Perú. En algunas regiones andinas, las mujeres establecen y mantienen los bancos de semillas de los que depende la producción de alimentos.
- En Ruanda, las mujeres son las productoras tradicionales de judías, conocidas como la “carne” del campo, que aportan una cuarta parte de las calorías y casi la mitad de las proteínas que ingiere la población.
- Las mujeres constituyen el 53% de la población trabajadora agrícola en Egipto.

# ANEXOS

## Anexo 1. Criterios para elaborar recetas sostenibles y saludables

-  Emplea productos de cercanía y de temporada, preferentemente productos agroecológicos.
-  Utiliza productos procedentes de “Comercio Justo y Responsable”, en caso de no haber producción de cercanía.
-  Tiene en cuenta el impacto ambiental en la producción de los alimentos empleados, eligiendo los que producen menor huella de carbono.
-  Reduce el consumo de energía, empleando utensilios de cocina como el hierro, la cerámica o el cristal que retienen mejor el calor, utilizando la energía lo estrictamente necesario y los electrodomésticos que menos consumen.
-  Usa el agua de forma eficiente, reduciendo la cantidad a lo imprescindible y reutilizándola si es posible.
-  Recicla los envases y evita el uso de plásticos o los reutiliza.
-  Procura el desperdicio cero reduciendo, reutilizando y reciclando los restos de comida.

Anexo 2. Calendario de frutas y verduras de temporada



