



*“La civilización depende de tus compras
y para ello han inventado desde el pan hasta las drogas.
Interesa que consumas más de lo que necesitas
para que siempre les debas y sean otros los que trincan”*

Def Con Dos – [Muere en paz1](#)

Sabías que...¿casi todo lo que comes (tú y una gran parte de la población) se produce con una cantidad ingente de químicos, petróleo y sintéticos? O lo que es lo mismo: no solo ingerimos comida si no una gran cantidad de tóxicos que afectan a tu salud y a la del planeta. Pero, podríamos no comer petróleo?

DOSIER PARA EL/LA DOCENTE

Patricia Gómez Ruiz

hezkuntza@justiciaalimentaria.org

Tel. +34 652 392 057

EKIMENAREN SORTZAILEAK



LAGUNTZAILEAK



OBJETIVOS

Dar a conocer a toda la comunidad educativa del centro los componentes y perjuicios de muchos de los alimentos que están en nuestra dieta, así como problematizar y desnaturalizar tal situación, proponiendo alternativas para su erradicación, en algunos casos, o disminución de los mismos para otros.

Llevar a cabo una acción en el centro para concienciar sobre la importancia de una alimentación sostenible, cercana y equilibrada, para paliar algunas problemáticas relevantes para la sociedad: hambre, pobreza, malnutrición, salud, explotación, emergencia climática, etc.

El material generado se difundirá en otros espacios como los centros de trabajo a los que vaya el alumnado a hacer sus prácticas, o en el mismo centro para la toma de conciencia de toda la comunidad educativa.

PÚBLICO

Alumnado de dietética y nutrición del IES MEKA - Elgoibar

CONTEXTO

El Día Mundial de la Alimentación fue promovido en 1979 por la Conferencia de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, y proclamado por Naciones Unidas en su Resolución 35-70 de diciembre de 1980, eligiendo el 16 de octubre por ser la fecha en la que se fundó la FAO en 1945.

En un acto celebrado en la Sede de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO-Roma), se dieron a conocer los detalles del Foro Mundial de la Alimentación de 2024, entre ellos el tema de este año: [“Una buena alimentación para todos, hoy y mañana”](#).

Este año, las actividades del Foro, de un año de duración, culminarán en el acto principal que se celebrará del 14 al 18 de octubre. El evento incluirá sesiones dedicadas a la Acción de la Juventud del Mundo, la ciencia y la innovación y el Foro de Inversión de la Iniciativa Mano de la mano. Además, en el Foro Mundial de la Alimentación de 2024 se pondrá de relieve el foro de mitad de período del Decenio de las Naciones Unidas de la Agricultura, integrado en los espacios técnicos y normativos dirigidos por los jóvenes, con el fin de celebrar la agricultura familiar como la base fundamental de los sistemas agroalimentarios diversos, innovadores y dinámicos.

✓ **Con todo ello, se le propone al alumnado llevar a cabo una acción en su centro para sensibilizar sobre la importancia y urgencia de llevar una alimentación saludable y el impacto de ésta en todo el paradigma alimentario-social.**

SESIONES

SECUENCIA de 8 horas. Resumen:

- ✓ Análisis individual y grupal de la problemática;
- ✓ Detección de ámbitos de estudio y sus análisis;
- ✓ Puesta en común de conclusiones;
- ✓ Trabajo en grupo (fase de profundización: lecturas, menús-APP);
- ✓ Ideas y desarrollo de acciones para exponer en el centro;
- ✓ Presentación entre grupos-feedback;
- ✓ Presentación a aulas/delegadxs;
- ✓ Exposición en el centro.

Antes de la primera sesión, el profesorado plantea el proyecto y les lanza la pregunta (sabías que...) con el único objetivo de que el alumnado venga situado a la sesión.

|Sesión 1-2h| 4 de octubre (con Justicia Alimentaria)

20' | PRESENTACIÓN

30' | DEBATE

Debate en gran grupo sobre qué les sugiere el primer planteamiento: ¿Sabías que casi todo lo que comes (tú y la mayor parte de la población) se produce con una cantidad ingente de químicos, petróleo y sintéticos? O lo que es lo mismo: no solo ingerimos comida si no una gran cantidad de tóxicos que afectan a tu salud y a la del planeta.

✓ *Vamos anotando/clasificando las reflexiones que van saliendo sobre: ámbitos de estudio, causas, consecuencias, impactos, sectores implicados, opciones, alternativas, preocupaciones, etc.*

10' | LECTURAS

Lectura individual: [Alimentación adicta al petróleo](#) con la idea de que escojan sobre sus intereses/ ámbitos, en base a lo que haya podido salir también en el debate, por ejemplo:

- a. salud, dieta, hábitos de vida
- b. maquinaria agrícola, transporte
- c. pesticidas, abonos, alimentación animal (echad un ojo, el fin de semana, a este documental: [ámame encarnecidamente](#))
- d. derechos humanos,
- e. envasados y plásticos (invernaderos),
- f. diferencias de género en alimentación (desde la producción hasta el plato)

60' | TRABAJO EN GRUPOS

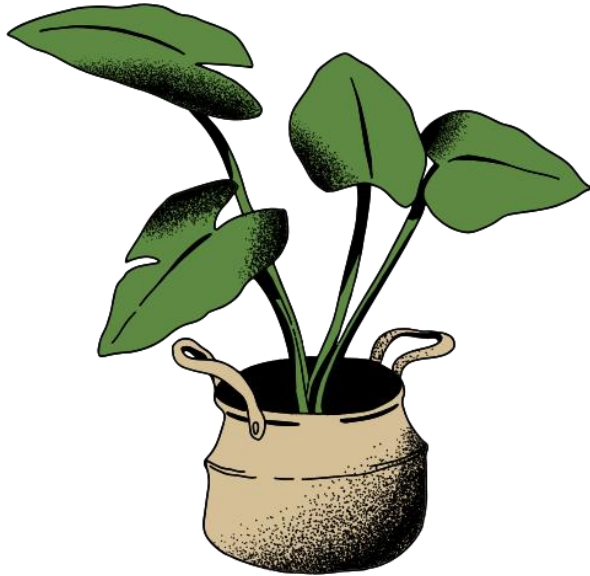
Hacemos grupos según intereses/ ámbitos que investigan/profundizan y cada grupo, configurado según esos intereses/ preocupaciones, realizan una breve exposición de lo que le ha llamado la atención de la(s) lectura(s), haciendo referencia a ellas.

✓ *Cada grupo irá elaborando un **informe** que entregará al final de esta secuencia siguiendo el esquema que se encuentra en el ANEXO 1.*

Lectura en grupos y definición de ideas principales (las sumamos al primer análisis) para ir pensando en las acciones para el día 16o:

[‘Estos 20 alimentos contienen petróleo y toxinas’.](#)

[‘Ensaladas en bolsa, cóctel de pesticidas’](#)



“En el mundo un tercio de los alimentos producidos se desperdician; esto afecta negativamente al planeta porque detrás de esos alimentos hay un gasto de recursos, emisiones y trabajo. Es por ello que es igual de importante comprar alimentos más sostenibles como no dejar que estos terminen en la basura”

Os recomendamos encarecidamente que animéis al alumnado con alguna otra lectura, en casa, buscada por ellxs mismxs, para que se ilustren al máximo sobre la temática.

✓ *Tarea preparatoria para la sesión 2: cada miembro del grupo traerá de casa un menú semanal escrito y entre todas elegirán un menú a analizar.*

|Sesión 2-3h| 7 de octubre (con Justicia Alimentaria)

60' | ANÁLISIS DE UN MENÚ CONVENCIONAL

El que come la gente de a pie, el de casa, para medir el impacto en algunas de las dimensiones abordadas. Cada miembro del grupo habrá traído de casa un menú semanal escrito, y entre todas elegiréis uno a analizar. Podrán utilizar algunas de las APP disponibles para ello:

<http://alimentoskilometricos.org/>

<https://www.comidacritica.org/2020/07/02/comidaprueba-una-app-para-conocer-la-huella-ambiental-de-nuestros-alimentos/>

✓ Los datos y reflexiones obtenidas serán de gran utilidad para elaborar la acción a llevar a cabo por cada grupo así como para elaborar el **INFORME**.

120' | TRABAJO EN GRUPOS

Diseño y elaboración de propuestas para el centro como vídeos, carteles, exposiciones, juegos, campañas...

Que vayan pensando también en el formato de presentación/exposición de la acción que harán a las compañeras del centro. [Está también el concurso de la FAO](#). ¡Animaros a participar (edad máxima 19 años)!

|Sesión 3-1'5h| 8 de octubre (con Justicia Alimentaria)

Presentación de propuestas de cada grupo, debate y reflexión conjunta (feed-back de profesorado y compañerxs) con aprendizajes, dudas, desvaríos, puntos de mejora... extraídos de cada una de estas reflexiones. Algunas preguntas para ello:

- ¿Qué habéis averiguado sobre **la posibilidad de la ceteza de estar o no comiendo petróleo?**
- ¿Qué problemas consideráis que genera un modelo de **alimentación 'yonqui'** (dependiente) como el que habéis visto? ¿En qué sentido es bidireccional la dependencia entre alimentación y agricultura?
- ¿Cómo creéis que sería el mundo con alimentos libres de tóxicos? ¿En qué medida creéis que es posible? ¿Quiénes ganarían/ perderían?
- Sobre las estrategias políticas (planes, acuerdos internacionales, agenda 2030), ¿Qué clase de impacto tienen estos en los problemas relevantes para la sociedad?

Si fuese necesario, tiempo para el ajuste de acciones.

|Sesión 4-1'5h| 9 de octubre

Ensayos de las propuestas acompañado por el profesorado. El alumnado ya sabe qué y cómo va a presentar y defender el trabajo realizado, por lo que llevarán a cabo esta sesión intermedia antes del día de la entrega.

|Sesión 5-xxh| 16 de octubre (¡Recordad!: Día mundial de la Alimentación)

Presentación de las acciones en el centro en el marco del Día mundial de la Alimentación. Cada alumno/a invitado/a dispondrá de una plantilla tipo esta para valorar el contenido e impacto de cada acción con la idea de seguir extrayendo aprendizajes, en ANEXO 2.

Las producciones/ acciones se quedarán expuestas en el centro.

Los informes se deberían entregar antes del 21 de octubre.

EJEMPLOS DE ALGUNAS BUENAS PRACTICAS Y ACCIONES:

- [Retirada de las máquinas de vending](#) del centro. Iniciativa llevada a cabo por alumnado de 2º de Dietética y Nutrición en Miguel Barandiaran, Leioa (curso 2020-2021)
- Preparando la Navidad

#TEACHERS FOR FUTURE Spain

UNA NAVIDAD SIN "REGALOS BASURA"

GUÍA DE COMPRAS

Compra Ético
Invierte estas Navidades en cuidar tu planeta
Orgánico, Comercio Justo
Acorde a tu capacidad económica
Sin plásticos y Sostenible

Compra Local
Cuando compras en un pequeño comercio beneficias a personas que viven de ello, a veces incluso familias.
Cuando compras localmente, inviertes dinero en personas de tu entorno (en lugar de llevárselo las grandes compañías)

Haz-Fabrica-Crea
Piensa en la persona a la que le quieres regalar, busca qué le podría gustar y qué sería útil para ella.
Haz una tarta, galletas, una comida para alguien que vive solo... algo especial lleno de cariño y dedicación.

Compra de segunda mano
Visita mercadillos para : Detalles, amigos invisibles, algo que realmente quieran y/o necesiten..
Practica el intercambio y el trueque ,hereda..
Busca en la red apps de intercambio/segunda mano.

Compra menos
Haz amigos invisibles con la familia, con los amigos..
Regala experiencias en lugar de cosas (una cena fuera , entradas, una suscripción, ...)
Compra un solo regalo a cada niño.

#NavidadSinBasura
#RegalaConsciente
Adaptado de www.asustanablelife.co.uk

f i t w
teachersforfuturespain.org

- Infografías



<https://sostenibilidadalimentaria.org/claves-para-la-transicion-hacia-una-alimentacion-sostenible-en-los-territorios/>

IMPACTOS

AMBIENTALES, en la SALUD y en los DERECHOS HUMANOS del PLÁSTICO en todo el ciclo de vida

PLÁSTICO = PETRÓLEO

CICLO DE VIDA DEL PLÁSTICO

Extracción, producción y transporte

Fabricación del plástico

Gestión de residuos plásticos

Impactos AMBIENTALES

- Acaparamiento de recursos hídricos
- Contaminación del aire
- Destrucción de la tierra
- Contaminación de agua

- Aire agua, tierra y aire contaminados (el refinamiento y polimerización de etileno libera residuos y sustancias tóxicas) afectando la agricultura, pesca y el consumo humano
- Vertidos químicos, explosiones o incendios

- Contaminación del agua
- Contaminación del aire (riesgo de sustancias químicas y aditivos tóxicos del plástico)
- Contribución al cambio climático

Impactos EN LA SALUD

- Agua para el consumo contaminada
- Enfermedades cardiovasculares y pulmonares por inhalación de aire contaminado

- Exposición a sustancias tóxicas y a contaminación

- En comunidades cercanas a las incineradoras: cáncer, problemas respiratorios, daños al sistema inmunológico o al sistema nervioso, daños a los riñones, a los ojos y la piel

Impactos EN COMUNIDADES

- Vulneración de derechos en las personas trabajadoras y en sus comunidades
- Amenazas a personas defensoras de derechos y de la tierra

- Agravación de la inseguridad alimentaria
- Falta de recursos educativos
- Falta de cobertura sanitaria

- Discriminación ambiental: los vertederos e incineradoras tienden a colocarse cerca de comunidades más vulnerables

- Exposición propia o prestada por alguna entidad.

Diferentes ONG y Asociaciones prestan exposiciones para difundir su mensaje. Suelen abordar temáticas sobre problemáticas que preocupan a la ciudadanía como la que hemos trabajado en este proceso.

Ministerio de transición ecológica y el reto demográfico

<https://www.miteco.gob.es/es/ceneam/exposiciones-del-ceneam/exposiciones-itinerantes/exposiciones-itinerantes-prestamo.html>

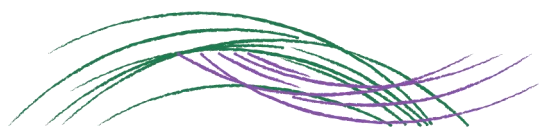
ANEXO 1, para el informe:

- Portada (título y subtítulo, fecha, imagen significativa o cita y autoría) e interior de portada (nombres de autoras/es, nombre del centro, tutor/a, nombre del grado que estudia)
- Índice
- Introducción (2-3 páginas) que incluye el ámbito estudiado (problema/reto) a partir del artículo 'Una alimentación adicta al petróleo'.
- Justificación. Marco teórico sobre el contexto (2-3 páginas): crisis ecosocial, herramientas y estrategias de cambio social, acuerdos (locales e internacionales), ODS, políticas de mitigación de cambio climático, etc. Deberán incluir los títulos de otros artículos consultados (entre 2 y 3).
- Acciones propuestas al problema/reto. Puede ser formato ficha: título, objetivo, público al que se dirige, lugar donde se ejecutará, estrategias, pasos y materiales.
- Acción seleccionada: argumentos, desarrollo y pasos para su puesta en práctica (1 página).
- Conclusiones y reflexión final (1 página).
- [Bibliografía \(APA 7th Style\)](#)

ANEXO 2, para la evaluación:

	1 poco	2	3	4	5 mucho
Valoración general de la acción					
Se entiende bien el mensaje					
Invita a la reflexión sobre las causas, consecuencias y qué se puede hacer para una alimentación libre de pesticidas.					
Han aumentado mis conocimientos sobre el derecho a la alimentación y la soberanía alimentaria					
Entiendo la relación entre buena alimentación y buena agricultura					
Soy más consciente de que las reglas del mercado son más cercanas a los intereses de las grandes empresas					
Contiene aspectos sobre alternativas de consumo más sostenibles, saludables y justas					

Tómate unos minutillos y resume en unas frases qué has aprendido a lo largo de estas sesiones/ presentaciones:



ALIMENTACIÓN

ELIKADURA-JASANGARRITASUNAREN ALDEKO HEZKUNTZA-SAREA