



# ¿QUÉ COMEMOS... HOY?

Un juego de filosofía visual que nos invita a reflexionar  
sobre el sistema agroalimentario globalizado



**Autoría:**

Eugeni Peris Lumbreras, Marta Maicas Perez y Pedro Viché

**Coordinación y conceptualización pedagógica:**

Eugeni Peris Lumbreras

**Ilustración y maquetación:**

Pedro Viché

**Revisión y codiseño:**

Justicia Alimentaria

Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la AECID. El contenido de dicha publicación es responsabilidad exclusiva de JUSTICIA ALIMENTARIA y no refleja necesariamente la opinión de la AECID.



# ÍNDICE

- |          |                                    |             |
|----------|------------------------------------|-------------|
| <b>1</b> | <b>Introducción</b>                | <b>p.1</b>  |
| <b>2</b> | <b>Marco conceptual</b>            | <b>p.5</b>  |
| <b>3</b> | <b>Descripción de las tarjetas</b> | <b>p.15</b> |
| <b>4</b> | <b>Dinámica básica del juego</b>   | <b>p.53</b> |
| <b>5</b> | <b>Orientaciones pedagógicas</b>   | <b>p.61</b> |
| <b>6</b> | <b>Actividades de ampliación</b>   | <b>p.67</b> |
| <b>7</b> | <b>Bibliografía y referencias</b>  | <b>p.73</b> |
| <b>8</b> | <b>Recursos de interés</b>         | <b>p.75</b> |



## 1. INTRODUCCIÓN

**¿Qué comemos...hoy?** es un juego de cartas, basado en el enfoque de la filosofía visual, que pretende invitar a jóvenes y alumnado de Educación Secundaria y Bachillerato a cuestionar el sistema agroalimentario globalizado y a reflexionar sobre los impactos que éste tiene en nuestras vidas, en los territorios y en las personas que lo sostienen.

Este material didáctico parte de la idea clave de que **comer es un acto político**. Y es que lo que comemos no depende únicamente de decisiones individuales, sino que está atravesado por **relaciones de poder, dinámicas económicas y desigualdades sociales**, así como por un modelo de producción y consumo que tiene efectos concretos sobre la salud, el medio ambiente y las condiciones de vida de millones de personas en todo el mundo.

Frente al modelo agroindustrial globalizado, la **soberanía alimentaria** se plantea como un marco que sitúa la vida – de las personas y del planeta – en el centro y

reivindica el derecho de los pueblos a decidir qué, cómo y para quién producir los alimentos. Este enfoque, que se desarrollará con más detenimiento en el siguiente apartado, atraviesa todo el sentido pedagógico de este material.

El recurso se inspira en el enfoque didáctico de la filosofía visual: esto es, el uso de imágenes complejas y sugerentes para fomentar el pensamiento crítico, la reflexión y el diálogo filosófico en niños, niñas, jóvenes y personas adultas.

### **¿Cómo jugar?**

El juego propone trabajar a partir de seis tarjetas o imágenes que representan diferentes tensiones, contradicciones o conflictos propios del sistema agroalimentario actual. A través de la observación de estas imágenes y de una serie de preguntas abiertas asociadas, se invita al alumnado a reflexionar sobre lo que muestran y, sobre todo, sobre lo que hay detrás de cada escena.

Este material, por tanto, no busca ofrecer respuestas cerradas, sino abrir más preguntas. No es un recurso centrado en el consumo responsable entendido como un acto individual, ni busca generar culpa ni señalar decisiones personales. Tampoco pretende explicar de

forma exhaustiva qué es la soberanía alimentaria o cuáles son sus beneficios.

Su intención es otra: **favorecer el pensamiento crítico** sobre el sistema agroalimentario global, conectando lo cotidiano con lo estructural y promoviendo espacios de diálogo en el aula donde se puedan cuestionar ideas aparentemente asumidas sobre la alimentación y los sistemas alimentarios.

Las imágenes y las preguntas que acompañan a cada una de las seis tarjetas están cuidadosamente diseñadas para promover la curiosidad e incomodar en el mejor sentido: hacer visible lo que no siempre se ve, cuestionar lo que se asume como normal, lógico o natural y abrir conversaciones sobre cuestiones que no siempre tienen una única respuesta.

En este sentido, el papel del profesorado y/o de los agentes socioeducativos que empleen y faciliten este recurso didáctico no es explicar ni dirigir el debate hacia una conclusión concreta, sino más bien acompañar procesos de diálogo y reflexión activa con el alumnado. Tal y como se desarrolla en los apartados posteriores — especialmente en los apartados 4 y 5 del presente documento —, este material funciona mejor cuando se utiliza como herramienta para pensar y dialogar colectivamente.

La estructura de la guía es sencilla. En primer lugar, se presenta un breve marco conceptual con algunos conceptos clave para contextualizar el material y su intencionalidad pedagógica. A continuación, se describen las seis tarjetas que componen el juego, con la explicación de las respectivas contradicciones, tensiones y problemáticas que pretenden visibilizar. Seguidamente, se detalla la dinámica básica propuesta para el uso del material en el aula. Y finalmente, se ofrecen algunas orientaciones y claves pedagógicas, así como algunas propuestas de actividades de ampliación para poder seguir trabajando y profundizando a partir de las reflexiones que surjan.

Esperamos que disfrutéis del material y que os sirva, sobre todo, para abrir debates más que para cerrarlos.

**Porque pensar y cuestionar la alimentación implica también pensar y cuestionar el sistema-mundo en el que vivimos.**

## 2. MARCO CONCEPTUAL

### 2.1. ¿Qué entendemos por sistema alimentario agroindustrial?

Cuando hablamos de alimentación, a menudo pensamos en lo que comemos, lo que compramos o qué es lo que más nos gusta, es decir, en decisiones individuales. Sin embargo, la alimentación no es solo una cuestión personal, sino que es el resultado de un sistema complejo e interconectado.

Se puede definir el **sistema alimentario** como el conjunto de procesos, actores y relaciones que hacen posible que los alimentos lleguen a nuestros platos cada día. Este sistema incluye todas las fases del proceso, desde la producción, la transformación y la distribución, hasta la comercialización, el consumo y la gestión de los residuos. También abarca las políticas públicas, las normas, los intereses económicos y las dinámicas sociales y económicas que condicionan cada una de estas fases.

Pensar la alimentación desde esta perspectiva permite entender que lo que comemos no es casual, sino que está profundamente determinado por cómo funciona este sistema y por quién toma las decisiones en él.

En las últimas décadas, el sistema alimentario a gran escala ha estado cada vez más dominado por un **modelo agroindustrial globalizado**. Este modelo se basa en elementos como la **intensificación de la producción**, la **especialización en monocultivos** y el uso generalizado de **insumos químicos externos** como fertilizantes y pesticidas. A ello se suma la creciente dependencia de los llamados “paquetes tecnológicos” — semillas comerciales patentadas, agroquímicos y maquinaria —, que reducen la autonomía de quienes producen alimentos y refuerzan su dependencia de las grandes empresas multinacionales del sector.

En este contexto, se ha producido una fuerte concentración del poder en manos de un número reducido de corporaciones que controlan distintos eslabones de la cadena alimentaria, desde la producción de semillas hasta la distribución.

La globalización de los mercados alimentarios ha implicado, además, que muchos alimentos recorran largas distancias antes de ser consumidos, desvinculando cada vez más a las personas de los territorios donde se producen los alimentos que se consumen.

En paralelo, se ha impulsado una progresiva estandarización de los alimentos, en la que se prioriza la apariencia, la uniformidad o la durabilidad frente a otros aspectos como la biodiversidad cultivada, las semillas tradicionales o el valor nutricional.

Este modelo agroindustrial no solo organiza la producción y la distribución, sino también los propios **hábitos de consumo** de la población. Las **dietas** tienden a ser más **homogéneas**, aumenta la presencia de **productos ultraprocesados** y se reduce la presencia de alimentos frescos. Todo ello contribuye a la ya mencionada creciente desconexión entre quienes producen y quienes consumen, dificultando la comprensión de lo que hay detrás de cada producto.

Las consecuencias de este modelo son múltiples y están profundamente interrelacionadas. En el **plano ecológico**, se traducen en la **pérdida** acelerada de **biodiversidad**, la **degradación** y **sobreexplotación** de los **suelos**, la **contaminación de aguas** por el uso intensivo de agroquímicos, la **deforestación** y un elevado impacto en términos de emisiones de **gases de efecto invernadero**.

En el **plano social y económico**, conlleva la **desaparición** progresiva de la **pequeña agricultura**, la **concentración y el acaparamiento de la tierra**, la **precarización** de las **condiciones laborales** en el

campo y en otros eslabones de la cadena alimentaria, así como el **desplazamiento de comunidades rurales**.

Estas dinámicas, además, no afectan a todas las personas por igual: las **desigualdades de género, de origen y de clase** atraviesan todo el sistema alimentario, situando a muchas mujeres — especialmente en contextos rurales — y otros colectivos como las personas migrantes en posiciones de mayor vulnerabilidad, invisibilidad y menor reconocimiento, a pesar de su papel fundamental e histórico en la producción, recolección, transformación y preparación de los alimentos.

A su vez, este modelo también influye en cómo nos relacionamos con la comida como consumidores y consumidoras finales: esto es, en lo que valoramos en un alimento o lo que entendemos por calidad. La disponibilidad constante de productos fuera de temporada, los precios por debajo del coste real o la uniformidad y estandarización de los alimentos suelen percibirse como algo natural; cuando en realidad responden a una forma concreta de organizar el sistema alimentario que genera todos los impactos que estamos desarrollando en este apartado.

Reflexionar sobre estas cuestiones desde una mirada amplia, y cuestionar estas aparentes 'normalidades' — como la presencia masiva de envases de plástico, la homogeneidad de los alimentos, la presión por producir

más o la invisibilización de quienes sostienen el sistema — es uno de los principales objetivos de este recurso educativo.

Y es que las imágenes y preguntas que se plantean en este material parten precisamente de visibilizar estas tensiones, invitando a observarlas de otra manera, a hacerse más preguntas y a abrir la reflexión sobre qué hay detrás de todo lo que comemos.

Para profundizar en este análisis y comprender mejor las relaciones de poder y las desigualdades que atraviesan este sistema, el siguiente apartado incorpora dos enfoques clave que han orientado la elaboración de este material.

## **2.2. Enfoque ecofeminista y de justicia alimentaria**

Para comprender en profundidad el sistema agroalimentario actual y sus impactos, es necesario incorporar una mirada que tenga en cuenta no solo los aspectos económicos o ambientales, sino también las **relaciones de poder** que lo atraviesan. En este sentido, tanto los **ecofeminismos** como el **enfoque de justicia alimentaria** ofrecen claves fundamentales.

Los ecofeminismos permiten analizar cómo la degradación de los ecosistemas y las desigualdades que

afectan a las mujeres y a otros colectivos forman parte de una misma lógica de organización social.

Una de las aportaciones clave de este marco es poner el foco en la importancia de los trabajos esenciales que suelen permanecer ocultos, como los cuidados y las tareas reproductivas — alimentar, cuidar o sostener la vida cotidiana —, históricamente invisibilizadas y asignadas mayoritariamente a las mujeres.

En el ámbito alimentario, esto se traduce en múltiples realidades: desde las mujeres que sostienen la alimentación en los hogares, hasta aquellas que trabajan en el campo o en la transformación de alimentos en condiciones muy precarias. A pesar de su papel central, con frecuencia tienen menor acceso a recursos como la propiedad de la tierra o a espacios de toma de decisiones.

Este enfoque también nos recuerda que todas las personas dependemos de dos dimensiones básicas para vivir. Por un lado, de la naturaleza (agua, suelo, biodiversidad), y por otro, de otras personas que nos cuidan en diferentes momentos de la vida. Estas relaciones de **ecodependencia** e **interdependencia** suelen quedar fuera del foco en un sistema que prioriza la producción y el crecimiento económico por encima del sostenimiento de la vida. Incorporar esta mirada permite comprender cómo estas dinámicas generan

desigualdades que afectan de forma diferente a distintos grupos de población.

En este mismo sentido, el **enfoque de justicia alimentaria** permite concretar esta mirada en el ámbito de la alimentación. Y es que no se trata solo de producir alimentos suficientes, sino de preguntarse en qué condiciones se producen, quién tiene acceso a ellos y quiénes toman las decisiones. La justicia alimentaria pone el acento en las desigualdades estructurales del sistema alimentario, vinculadas a factores como el género, pero también a la clase social o el lugar de procedencia.

Muchas de las personas que trabajan en la producción agrícola o en la cadena alimentaria global lo hacen en condiciones de precariedad, con salarios muy bajos y escasos mecanismos de protección social. En muchos territorios son personas migrantes y/o mujeres quienes ocupan estos puestos, lo que refleja cómo diferentes desigualdades se entrecruzan.

Desde estas perspectivas, avanzar hacia sistemas alimentarios más justos implica no solo transformar las formas de producción, sino también cuestionar las relaciones de poder que determinan quién produce, quién consume y en qué condiciones

Este análisis abre una pregunta clave: ¿es posible organizar la alimentación de otra manera, poniendo la

vida en el centro? En el siguiente apartado se presenta la soberanía alimentaria como una propuesta que pretende responder a este desafío.

### **2.3. La soberanía alimentaria como respuesta**

Frente al modelo agroindustrial globalizado y a las desigualdades y relaciones de poder que lo atraviesan, han ido emergiendo en las últimas décadas diferentes propuestas que plantean otras formas de entender y organizar la alimentación. Entre ellas, la **soberanía alimentaria** se ha consolidado como una filosofía y un marco de referencia clave para repensar el sistema alimentario desde una perspectiva más justa y sostenible.

El concepto de soberanía alimentaria fue impulsado por movimientos campesinos a nivel internacional, articulados en torno a **La Vía Campesina**, y hace referencia al **derecho de los pueblos a definir sus propios sistemas alimentarios**: es decir, a decidir qué producir, cómo hacerlo y para quién.

Más allá de una definición cerrada, la soberanía alimentaria plantea una propuesta política que cuestiona el control creciente de las grandes empresas multinacionales sobre la alimentación y reivindica la capacidad de decisión de las propias comunidades y territorios.

Hablar de soberanía alimentaria implica situar **la vida en el centro**. Implica entender la alimentación no como una mercancía, sino como un **derecho básico** vinculado a la **salud**, al **territorio**, a la **cultura** y a los **ecosistemas**. En este sentido, pone el foco en quién produce los alimentos, en qué condiciones lo hace y en las relaciones que se establecen entre las personas, los territorios y la naturaleza.

Desde esta perspectiva, cobra especial importancia el vínculo entre alimentación y territorio. Los alimentos no son productos abstractos, sino que están ligados a contextos concretos, a saberes acumulados y a formas de vida que han ido desarrollándose a lo largo del tiempo. La pérdida de diversidad agrícola o la desaparición de variedades locales no es solo una cuestión ambiental, sino también cultural y social.

La soberanía alimentaria también plantea la necesidad de **garantizar el acceso a los recursos básicos** para la producción de alimentos, como la tierra, el agua o las semillas, entendidos como bienes comunes. En este sentido, esta alternativa cuestiona los procesos de privatización y concentración que limitan la autonomía de quienes producen los alimentos.

Al mismo tiempo, propone fortalecer **circuitos más cercanos entre producción y consumo**, reduciendo la dependencia de cadenas globales y favoreciendo

relaciones más directas, transparentes y justas. Esto no solo tiene implicaciones económicas, sino también sociales y ambientales.

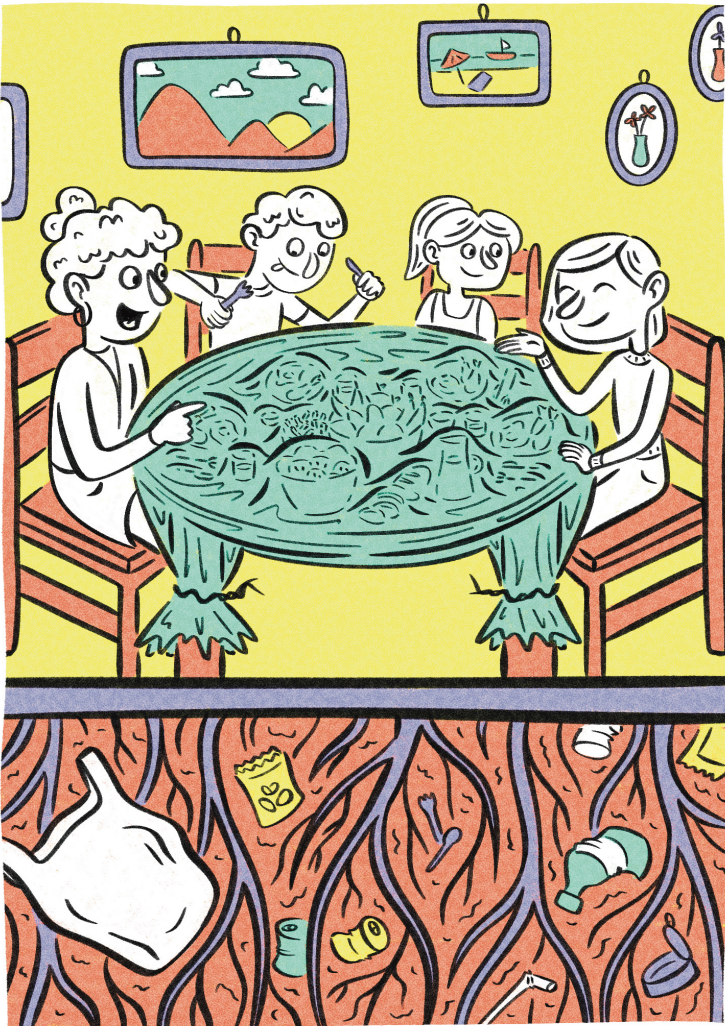
En este marco, la **agroecología** se plantea como una forma de llevar a la práctica muchos de estos principios. Más allá de **producir sin agroquímicos**, la agroecología integra **conocimientos tradicionales** y **científicos** para diseñar sistemas agrícolas más diversos, resilientes y adaptados a los territorios. Además, incorpora una dimensión social y política, ya que busca reforzar la autonomía de las comunidades y transformar las relaciones dentro del sistema alimentario.

Entender la soberanía alimentaria desde esta perspectiva permite abrir nuevas preguntas: ¿quién decide lo que comemos?, ¿qué modelos de producción queremos sostener?, ¿qué papel tenemos como sociedad en la transformación del sistema alimentario?

Este material no pretende dar respuestas cerradas a estas preguntas, sino ofrecer un marco desde el que poder plantearlas y trabajarlas en el aula.

### **3. DESCRIPCIÓN DE LAS TARJETAS**





## 1. HOMO SAPIENS PLASTIVORUS

## **Conceptualización de la imagen**

La imagen muestra a un grupo de personas sentadas alrededor de una mesa compartiendo una comida. Sin embargo, hay un elemento que altera completamente la escena: la mesa está cubierta por una gran capa de plástico.

Para acceder a los alimentos, las personas deben atravesar ese plástico, generando la sensación de que, en realidad, no están comiendo comida, sino plástico.

Debajo de la mesa se acumulan numerosos envases, embalajes y residuos asociados a lo que están consumiendo. Este detalle hace visible lo que normalmente permanece oculto: la enorme cantidad de plástico que acompaña cada acto cotidiano de alimentación.

La escena pone en evidencia una tensión: el plástico no solo rodea los alimentos, sino que se interpone entre ellos y quienes los consumen, formando parte inseparable de la experiencia de comer.

## **Problemática e impactos en el sistema agroalimentario**

La imagen visibiliza una característica central del sistema agroalimentario actual: su fuerte dependencia

del plástico, especialmente en forma de envases y materiales de un solo uso.

En las últimas décadas, la producción, distribución y consumo de alimentos se ha organizado en torno a cadenas largas de suministro que requieren sistemas intensivos de envasado y conservación. Esto ha convertido al sector agroalimentario en uno de los principales consumidores de plástico.

Según el informe #Plastívoros. Decálogo de propuestas locales para desplastificar nuestra vida”, elaborado por Justicia Alimentaria y Amigas de la Tierra, en España se producen cada año casi 4 millones de toneladas de plástico, de las cuales aproximadamente un 25% está directamente relacionado con el sistema alimentario. A esto se suma un porcentaje adicional vinculado a la producción agrícola.

Más allá de su uso, uno de los principales problemas es lo que ocurre después. El propio informe advierte de los impactos asociados al “desuso” de estos materiales: residuos que se acumulan, que contaminan suelos y aguas, y que permanecen durante largos periodos en el medio ambiente.

En este sentido, la acumulación de plásticos bajo de la mesa en la imagen conecta directamente con esta realidad: cada alimento lleva asociado un rastro material que no desaparece tras el consumo.

Desde esta perspectiva, reducir el uso de plásticos no implica únicamente sustituir unos materiales por otros, sino cuestionar el propio modelo alimentario que los hace necesarios. Esto pasa por repensar las formas de producción y distribución, acortar las cadenas de suministro, reducir envases y avanzar hacia sistemas más próximos, sostenibles y menos dependientes de materiales de un solo uso.

### **Preguntas para promover la reflexión (reverso de la imagen)**

- 1.** ¿Qué es lo último que has comido o bebido que llevaba plástico?
- 2.** ¿Podrías pasar un día entero sin consumir nada envasado en plástico?
- 3.** ¿Crees que el plástico se queda fuera de nuestro cuerpo... o también entra en él?
- 4.** ¿Por qué crees que el plástico se ha vuelto tan habitual en la alimentación?
- 5.** ¿Qué pasaría si tuvieras que almacenar todo el plástico que consumes?
- 6.** ¿Qué crees que cuesta más: la comida... o el envase que la envuelve?

**7.** ¿Quién decidió que el plástico fuera imprescindible para nuestros alimentos?

**8.** ¿Qué crees que tendría que cambiar para que se usara menos plástico en los alimentos?





## **2. LA TIRANÍA DE LOS TOMATES PERFECTOS**

## **Conceptualización de la imagen**

La imagen presenta una escena dividida en dos espacios claramente diferenciados: en el centro aparece una tomatera que produce tomates idénticos entre sí – mismo tamaño, forma y color –, en un entorno que sugiere una producción intensiva, homogénea y forzada.

En la periferia, en cambio, aparecen tomates de diferentes formas, tamaños y colores. Estos tomates pretenden representar la diversidad de variedades tradicionales y locales. No ocupan el centro de la imagen, sino que quedan desplazados, en una posición secundaria, casi residual. Además, su expresión “triste” pretende reforzar la idea de pérdida o desaparición.

La escena construye así una oposición visual clara: en el centro, lo uniforme, lo productivo y lo estandarizado; en los márgenes, lo diverso, lo local y lo vivo.

La tensión no es solo estética, sino estructural: entre homogeneidad y diversidad, entre eficiencia y sostenibilidad, y entre aquello que el sistema prioriza y aquello que queda fuera.

En este sentido, la imagen pretende visibilizar un modelo de agricultura que favorece determinados tipos de semillas, prácticas y resultados, dejando fuera muchas otras formas de producir, cultivar y relacionarse con los alimentos.

## **Problemática e impactos en el sistema agroalimentario**

La escena remite a una lógica central del modelo agroindustrial dominante: una producción basada en la intensificación, el monocultivo y la estandarización.

En este contexto, las semillas y variedades cultivadas se seleccionan principalmente por su rentabilidad, su resistencia al transporte y su capacidad de adaptación a sistemas productivos intensivos, no necesariamente por su valor nutricional, su sabor o su adaptación a los territorios.

Tal y como recogen numerosos materiales de referencia, este modelo intensivo ha provocado una reducción muy significativa de la biodiversidad cultivada, favoreciendo un número reducido de variedades comerciales frente a una gran diversidad de semillas locales y tradicionales. Esta pérdida no es solo ambiental, sino también cultural y social, ya que implica la desaparición de saberes, prácticas agrícolas y formas de relación con el territorio.

Además, este tipo de agricultura intensiva suele implicar un uso elevado de insumos externos, especialmente pesticidas y fertilizantes químicos. La campaña “Buena suerte. Pesticidas y alimentación” de Justicia Alimentaria pone el foco precisamente en esta cuestión, señalando cómo estos productos están presentes en buena parte de los alimentos que consumimos y cómo su uso está

directamente relacionado con este modelo de producción intensiva.

El uso de pesticidas no solo tiene impactos ambientales — contaminación de suelos, aguas y pérdida de biodiversidad —, sino también implicaciones para la salud de las personas, tanto de quienes trabajan en el campo como de quienes consumen los alimentos.

La escena representada en la imagen pretende reflejar una característica clave del modelo agroindustrial dominante: una forma de producción basada en la intensificación, el monocultivo y la estandarización de los alimentos.

Frente a este modelo, enfoques como la agroecología y la soberanía alimentaria proponen recuperar la diversidad de cultivos, reducir la dependencia de insumos externos y reforzar la autonomía de quienes producen alimentos. Esto implica volver a situar en el centro la diversidad, los saberes locales y la adaptación a los territorios, frente a la lógica de la uniformidad y la producción a gran escala.

Así, la tarjeta pretende invitar a cuestionar una idea que suele darse por sentada: que todos los tomates sean iguales no es algo natural, sino que es el resultado de decisiones concretas dentro de un modelo productivo determinado.

## **Preguntas para promover la reflexión (reverso de la imagen)**

- 1.** ¿En qué te fijas cuando eliges un tomate?
- 2.** ¿Crees que el buen sabor está relacionado con el aspecto?
- 3.** ¿Por qué crees que muchos alimentos se descartan solo por su forma?
- 4.** ¿Qué crees que se hace para que los tomates crezcan más rápido y sean todos iguales?
- 5.** ¿Qué pasa con las variedades de tomate que ya no se cultivan?
- 6.** ¿Cómo se decide qué variedades de semillas se cultivan?
- 7.** Si se priorizan las variedades más rentables, ¿qué se gana y se pierde?
- 8.** ¿Crees que producir más significa siempre producir mejor?





### 3. ALIMENTOS... ¿SIN FRONTERAS?

## **Conceptualización de la imagen**

La imagen representa un aguacate acompañado de un pasaporte en el que se registran múltiples viajes, sellos y desplazamientos. A través de este recurso visual, el alimento aparece tratado como si fuera una persona que cruza fronteras, acumula trayectos y pasa por distintos medios de transporte antes de llegar a su destino final.

La metáfora visual es clara: los alimentos en el sistema agroalimentario actual viajan grandes distancias antes de ser consumidos. El pasaporte no solo pretende indicar movimiento, sino también burocracia, control y tránsito global, elementos que normalmente no asociamos con algo tan cotidiano como comer una pieza de fruta o verdura.

A partir de la imagen se pueden abordar varias tensiones en relación con los alimentos: entre cercanía y distancia, entre lo cotidiano y lo global, y entre lo aparentemente simple (un aguacate) y la complejidad del sistema que lo hace posible.

Además, al atribuir al alimento una identidad “viajera”, se desplaza la mirada: ya no se trata solo de qué comemos, sino de por dónde ha pasado, cómo ha llegado y qué implica ese recorrido.

En este sentido, la imagen también invita a cuestionar una normalidad muy extendida: la disponibilidad

constante de alimentos, independientemente de su origen y de la temporada.

## **Problemática e impactos en el sistema agroalimentario**

La imagen del aguacate con pasaporte refleja una característica clave del sistema agroalimentario globalizado: la existencia de cadenas largas de producción y distribución, en las que los alimentos recorren miles de kilómetros antes de llegar a quienes los consumen. Este modelo está estrechamente vinculado a procesos de deslocalización de la producción, especialización de territorios y apertura de mercados a escala global.

Uno de los impactos más relevantes de este modelo es el aumento de la huella de carbono asociada a la alimentación, es decir, la cantidad de emisiones de gases de efecto invernadero generadas a lo largo de todo el ciclo de vida de un alimento: producción, transformación, transporte, almacenamiento y distribución.

El transporte a larga distancia — especialmente cuando implica avión o cadenas logísticas complejas — contribuye de forma significativa a estas emisiones. Pero no es el único factor: el mantenimiento de alimentos durante largos periodos (refrigeración, conservación,

empaquetado) también incrementa su impacto ambiental.

Tal y como se recoge en los materiales de referencia, este modelo no solo tiene consecuencias en términos de emisiones, sino que también genera una desconexión entre producción y consumo, lo que dificulta que las personas conozcan el origen de los alimentos, las condiciones en las que se producen o los impactos asociados a su distribución.

Además, la globalización alimentaria favorece situaciones en las que territorios enteros se especializan en la producción para la exportación, mientras dependen de grandes importaciones para su propia alimentación. Esto puede debilitar las economías locales y aumentar la vulnerabilidad frente a crisis externas.

Frente a este modelo, iniciativas como la campaña "Cortocircuito" de Justicia Alimentaria proponen reforzar los circuitos cortos de comercialización, es decir, acercar la producción y el consumo. Esto implica priorizar alimentos de proximidad, reducir intermediarios, fortalecer mercados locales y disminuir el impacto ambiental asociado al transporte.

Desde la perspectiva de la soberanía alimentaria, esto no solo responde a una cuestión ecológica, sino también social y económica: se trata de recuperar el vínculo entre las personas y los territorios que producen

los alimentos, favoreciendo sistemas más sostenibles, justos y resilientes.

## **Preguntas para promover la reflexión (reverso de la imagen)**

- 1.** ¿De dónde dirías que vienen la mayor parte de frutas y verduras que comes a diario?
- 2.** Cuando compras una fruta o una verdura, ¿sueles fijarte en el origen como criterio para comprarla?
- 3.** ¿Qué crees que hace posible que podamos comer alimentos de cualquier parte del mundo en cualquier momento del año?
- 4.** ¿Qué recursos hacen falta para que un alimento viaje tantos kilómetros y llegue en buen estado hasta tu mesa?
- 5.** ¿Cómo se explica que un alimento que viene de lejos pueda ser más barato que uno cercano?
- 6.** ¿Qué pasaría si durante un tiempo no pudieran llegar alimentos de otros lugares?
- 7.** ¿Qué cambiaría si solo consumiéramos alimentos producidos cerca de donde vivimos?

**8.** Si un día dejaran de llegar alimentos de fuera...  
¿Sabrías dónde encontrarlos cerca?



#### **4. EN SEGUNDO PLANO**

## **Conceptualización de la imagen**

La imagen muestra una escena de conversación entre hombres en un contexto agrario. Ellos ocupan el espacio central y son quienes hablan, deciden y aparecen como protagonistas de la escena.

Además, en el bocadillo de esa conversación — que representa simbólicamente el propio mundo agrario — aparecen también mujeres realizando tareas en el campo. Estas figuras femeninas están difuminadas, desdibujadas y resultan casi invisibles.

De este modo, se muestra una doble invisibilización. Por un lado, las mujeres no tienen voz en la escena principal. Por otro, incluso cuando aparecen en el propio relato del campo, lo hacen de forma secundaria, borrosa o marginal.

La imagen construye una tensión clara entre: quienes aparecen como sujetos visibles, con voz y capacidad de decisión. Y quienes sostienen el trabajo, pero permanecen en segundo plano.

No se trata solo de ausencia, sino de presencia sin reconocimiento. Las mujeres están, trabajan y sostienen el sistema, pero no ocupan el lugar desde el que se nombra, se decide o se representa la realidad agraria.

## **Problemática e impactos en el sistema agroalimentario**

La escena representada en la imagen conecta con una realidad ampliamente documentada: las mujeres en el medio rural y en el sector agrario enfrentan una doble desigualdad estructural, por razón de género y por el propio contexto del mundo rural.

A pesar de su papel fundamental en la producción, transformación y sostenimiento de la alimentación, las mujeres han sido históricamente invisibilizadas y relegadas a posiciones secundarias dentro del sistema agroalimentario.

Uno de los aspectos clave es la falta de titularidad de las explotaciones agrarias. Muchas mujeres trabajan en explotaciones familiares sin figurar como titulares, lo que limita su acceso a derechos, ayudas, financiación o espacios de decisión. Esto implica que, aun realizando el trabajo, no pueden decidir plenamente sobre él, reproduciendo situaciones de dependencia y desigualdad.

A esto se suma una situación de precariedad laboral, con mayores niveles de temporalidad, menor estabilidad y una alta presencia de trabajo no remunerado o considerado como "ayuda familiar". Este tipo de trabajo, aunque esencial, no siempre se reconoce como empleo en sentido pleno, lo que contribuye a su invisibilidad.

Otro elemento clave es la sobrecarga de trabajo vinculada a los cuidados. Las mujeres rurales asumen de forma mayoritaria tareas reproductivas y de sostenimiento de la vida (alimentación, cuidados, gestión del hogar), que se suman al trabajo agrario. Esta doble jornada limita, además, sus posibilidades de participación en espacios de decisión y refuerza las desigualdades.

El informe sobre mujeres rurales y sector agrario de FADEMUR señala una clara infrarepresentación en los espacios de poder y toma de decisiones, como cooperativas o entidades agrarias, donde la presencia de mujeres sigue siendo muy reducida.

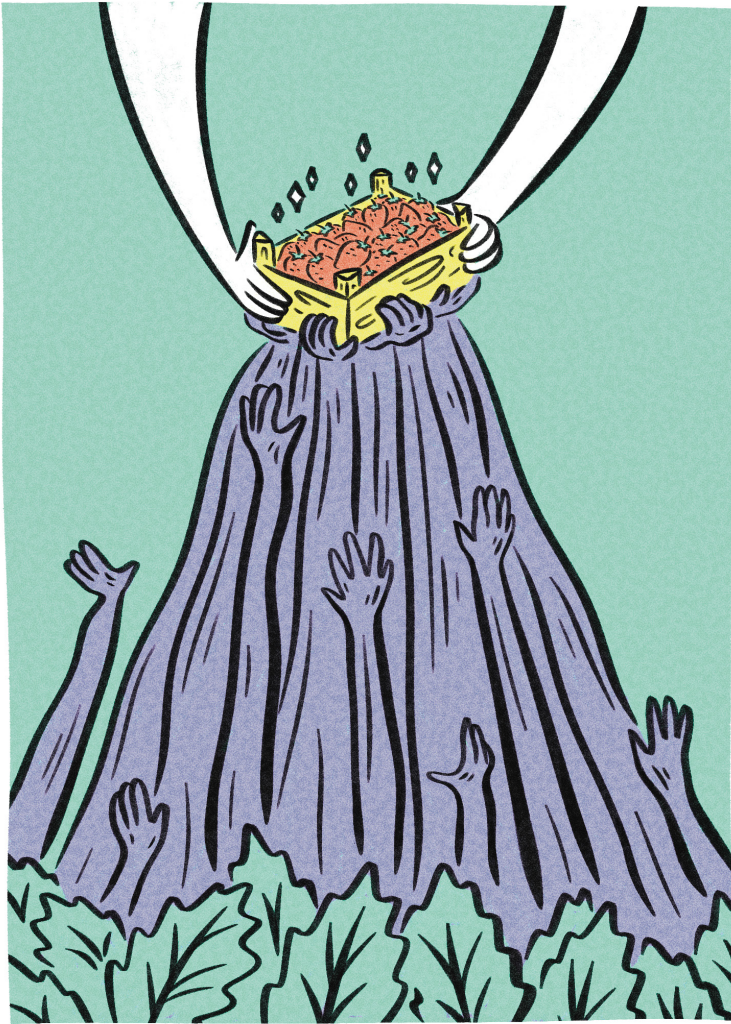
Desde una perspectiva ecofeminista y de justicia alimentaria, esta situación pone en evidencia una de las contradicciones centrales del sistema: quienes sostienen la vida y la alimentación no son quienes tienen el reconocimiento ni el poder para decidir sobre ella.

Trabajar esta problemática en el aula permite visibilizar estas desigualdades y cuestionar imaginarios profundamente arraigados, como la asociación entre el trabajo agrario y lo masculino. También abre la puerta a reflexionar sobre qué cambios serían necesarios para avanzar hacia un sistema alimentario más justo, en el que las mujeres no estén en segundo plano, sino en condiciones de igualdad y reconocimiento.

## **Preguntas para promover la reflexión (reverso de la imagen)**

- 1.** Si piensas en una persona que trabaja en el campo, ¿te imaginas más a un hombre o a una mujer? ¿Por qué?
- 2.** ¿Por qué crees que a veces se da por hecho que los hombres saben más de agricultura y ganadería que las mujeres?
- 3.** En el trabajo del campo, ¿quiénes crees que suelen tomar las decisiones más importantes? ¿Por qué?
- 4.** ¿Cómo te sentirías si tuvieras que demostrar todo el tiempo que sabes hacer algo para que te tengan en cuenta?
- 5.** ¿Crees que la persona más reconocida en un trabajo siempre es la que más y mejor trabaja? ¿Por qué?
- 6.** Cuando se acaba la jornada en el campo... ¿quién crees que sigue teniendo más tareas o responsabilidades en el hogar?
- 7.** ¿Qué crees que pasaría si las mujeres que trabajan en el campo decidieran dejar de hacerlo?
- 8.** ¿Qué tendría que cambiar para que las mujeres dejen de estar en segundo plano?





**5. LO QUE NO SE VE**

## **Conceptualización de la imagen**

La imagen muestra una caja de fresas sostenida por una multitud de manos. Estas manos emergen desde abajo y se superponen, formando una base colectiva que soporta el producto final. No aparecen rostros ni cuerpos completos, solo manos. Este recurso no es casual: pretende representar la despersonalización y anonimización de quienes trabajan en el campo, especialmente en sectores como el de los frutos rojos, donde la mano de obra es abundante, temporal y, en muchos casos, precaria.

La acumulación de manos pretende sugerir varias ideas simultáneamente: la intensidad y el alto volumen de trabajo necesario para sostener este tipo de producción, por un lado. Y la precarización e invisibilización de la mano de obra temporera, por otro.

Además, esta escena remite a contextos concretos como el caso del sector de la fresa en zonas como Huelva, donde la producción intensiva orientada a la exportación se sostiene sobre una gran cantidad de mano de obra temporal, en su mayoría mujeres migrantes, viviendo en condiciones muy precarias.

## **Problemática e impactos en el sistema agroalimentario**

La escena representada en la imagen busca conectar con una realidad ampliamente denunciada: que el modelo agroexportador dominante se sostiene, en muchos casos, sobre condiciones laborales precarias y vulneraciones de derechos humanos, tal y como documentan diversas organizaciones sociales como la ONGD Justicia Alimentaria en su campaña “Exporta, explota, me explotó!”.

El caso del sector de la fresa en Huelva, además, es especialmente significativo. Este modelo productivo — altamente competitivo y orientado a mercados internacionales — depende de una mano de obra intensiva, temporal y mayoritariamente migrante.

Según multitud de denuncias de diversas asociaciones y sindicatos, durante más de dos décadas se han señalado diferentes problemáticas como salarios muy bajos e inestables, situaciones de dependencia y de abusos por parte de los empleadores o situaciones de vulnerabilidad a las que se ven expuestas estas personas derivadas de su estatus migratorio.

Este contexto no es accidental, sino estructural. La lógica del sistema agroalimentario global presiona para producir grandes volúmenes a muy bajo coste, lo que repercute directamente en las condiciones laborales. El precio competitivo en el mercado no refleja el coste

real del trabajo, sino que se sostiene, en parte, en su precarización.

Desde la perspectiva de la justicia alimentaria, esto plantea una cuestión central: no se trata solo de qué comemos, sino en qué condiciones se produce lo que comemos.

La tarjeta busca invitar, por tanto, a cuestionar la aparente neutralidad del consumo y a reconocer que detrás de productos cotidianos existen relaciones de poder, desigualdades y condiciones laborales que forman parte de un sistema alimentario injusto.

### **Preguntas para promover la reflexión (reverso de la imagen)**

- 1.** ¿Cuántas personas crees que han participado en la producción de una caja de fresas?
- 2.** ¿Sueles pensar en quién ha producido lo que comes? ¿Por qué?
- 3.** ¿Cómo crees que son las condiciones de trabajo de las personas que recogen o producen los alimentos que consumes diariamente?
- 4.** ¿Por qué crees que muchos de estos trabajos los hacen personas migrantes?

- 5.** ¿Quién crees que gana más en el proceso: quienes producen los alimentos o quienes los venden? ¿Por qué?
- 6.** ¿Quién decide el precio de los alimentos?
- 7.** Cuando un alimento sale muy barato... ¿qué es lo que no se está pagando?
- 8.** ¿Qué crees que tendría que cambiar para que todo esto fuera diferente?





**6. BUSCA LO QUE TE ALIMENTA**

## **Conceptualización de la imagen**

La imagen muestra un carro de la compra repleto de productos ultraprocesados: bollería industrial, refrescos, snacks y otros productos azucarados. La cantidad es abrumadora y ocupa prácticamente todo el espacio visual.

Sin embargo, entre todos esos productos aparece un único alimento fresco, casi oculto: una zanahoria. Encontrarla requiere de una búsqueda activa, como si se tratara de un juego visual.

La imagen busca construir así una tensión muy clara: lo que abunda y ocupa todo el espacio (los productos ultraprocesados), frente a lo que escasea y queda reducido a la mínima expresión (los alimentos frescos).

Además, el carácter de “búsqueda” en la imagen introduce una metáfora directa: en un entorno saturado de productos ultraprocesados, encontrar comida que realmente alimente puede convertirse en algo verdaderamente difícil.

No se trata solo de una elección individual, sino de un contexto alimentario que condiciona qué vemos, qué encontramos y, en última instancia, qué consumimos.

## **Problemática e impactos en el sistema agroalimentario**

La escena representada en la imagen refleja una de las transformaciones más significativas del sistema agroalimentario en las últimas décadas: el aumento del consumo de productos ultraprocesados y el desplazamiento progresivo de los alimentos frescos en la dieta cotidiana

Las campañas “Dame veneno” y “25 gramos” de Justicia Alimentaria señalan que este cambio no es casual, sino que es el resultado de un modelo alimentario que prioriza la rentabilidad, la durabilidad y la comodidad frente a la calidad nutricional y la salud.

Los productos ultraprocesados son formulaciones industriales que suelen contener altas cantidades de azúcares añadidos, grasas de baja calidad, sal y una amplia variedad de aditivos (como aromas, colorantes o conservantes).

En el caso del azúcar, la campaña 25 gramos recuerda que la Organización Mundial de la Salud recomienda no superar esa cantidad diaria de azúcares libres. Sin embargo, el consumo habitual — en gran parte a través de productos procesados — supera ampliamente este límite, muchas veces sin que las personas sean conscientes de ello, ya que el azúcar está presente de forma “oculta” en numerosos alimentos.

Este patrón alimentario está directamente relacionado con el aumento de problemas de salud como obesidad, diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares.

Por otro lado, la campaña Dame veneno amplía la mirada al conjunto del sistema alimentario, señalando cómo la alimentación actual puede implicar una exposición cotidiana a sustancias potencialmente perjudiciales, tanto por los ingredientes de los productos ultraprocesados como por los residuos químicos presentes en algunos alimentos.

Un elemento clave que ambas campañas destacan es que no se trata únicamente de elecciones individuales. El sistema alimentario facilita el acceso constante a productos ultraprocesados, que suelen ser más baratos y accesibles, promueve su consumo a través de estrategias de marketing intensivas. Y dificulta, en muchos contextos, el acceso a alimentos frescos, variados y de calidad. Esto genera un entorno en el que la opción más disponible y visible — como ocurría en la imagen — no es necesariamente la más saludable.

La tarjeta, por tanto, no solo invita a reflexionar sobre hábitos alimentarios, sino también sobre el contexto que los hace posibles, visibilizando cómo el modelo agroalimentario actual influye directamente en nuestra salud y en nuestra forma de relacionarnos con la comida.

## **Preguntas para promover la reflexión (reverso de la imagen)**

- 1.** Cuando entras en un supermercado, ¿qué tipo de alimentos te encuentras con más facilidad?
- 2.** ¿Por qué crees que este tipo de productos ultraprocesados ocupan tanto espacio en los supermercados?
- 3.** ¿Quién decide qué productos vemos más y cómo se presentan en los supermercados?
- 4.** ¿Qué papel crees que tiene el precio en lo que acabamos comprando y consumiendo?
- 5.** ¿Qué otras cosas del día a día crees que también influyen a la hora de decidir lo que comemos?
- 6.** ¿Qué crees que hace que estos productos ultraprocesados nos apetezcan tanto?
- 7.** ¿Por qué crees que seguimos consumiendo estos productos aunque sepamos que no son saludables?
- 8.** ¿Crees que elegimos libremente lo que comemos?  
¿Por qué?



## 4. DINÁMICA BÁSICA DEL JUEGO

Este apartado presenta una propuesta de **dinámica pedagógica** para trabajar con las seis tarjetas en el aula. Se trata de una secuencia sencilla, pensada para desarrollarse en una sesión de aproximadamente **50 – 55 minutos**, que permite al alumnado observar, interpretar y reflexionar colectivamente sobre la realidad del sistema agroalimentario globalizado a partir de las imágenes.

Esta dinámica no busca transmitir contenidos cerrados, sino generar procesos de diálogo, intercambio, reflexión y pensamiento crítico. A través de las imágenes, se invita al alumnado a cuestionar, interpretar y construir significados de forma compartida.

La dinámica puede adaptarse a diferentes formas de organización del grupo (véase Modalidades de uso); pero independientemente de la modalidad elegida, la dinámica sigue siempre la misma secuencia didáctica: observar, describir, interpretar y analizar.

## **Modalidades de uso**

El juego puede desarrollarse principalmente a través de dos modalidades:

### **Modalidad 1. Trabajo en gran grupo (tarjetas proyectadas)**

Las tarjetas se proyectan una a una en la pizarra o pantalla. Para facilitar su uso, la guía incluye el siguiente código QR que da acceso a una presentación con todas las imágenes preparadas para su proyección:



En esta modalidad, el grupo-clase trabaja de forma conjunta siguiendo las diferentes fases de la dinámica. Esto permite un mayor acompañamiento del proceso por parte del profesorado o agente dinamizador y facilita, desde el inicio, la construcción colectiva del diálogo.

Es especialmente útil cuando se quiere guiar más de cerca la conversación, introducir la dinámica por

primera vez o trabajar con grupos que necesitan mayor acompañamiento.

## **Modalidad 2. Trabajo en pequeños grupos (tarjetas en formato físico)**

El aula se divide en seis grupos y cada uno trabaja con una tarjeta en formato físico. Cada grupo analiza su tarjeta siguiendo la secuencia didáctica propuesta y, posteriormente, se realiza una puesta en común en la que comparten sus reflexiones con el resto de la clase.

Las tarjetas también pueden rotar entre los grupos, de manera que cada equipo tenga la oportunidad de analizar más de una imagen a lo largo de la sesión o en diferentes momentos.

En la puesta en común, se puede proponer que cada grupo presente:

- La problemática o tensión principal que ha identificado en la tarjeta.
- La pregunta o preguntas que les han resultado más significativas.
- Algún ejemplo de la problemática en cuestión relacionado con su vida cotidiana.

Durante este proceso, el profesorado acompaña a los grupos, orientando la reflexión sin dirigirla.

Esta modalidad favorece una mayor participación del alumnado, la aparición de miradas diversas y el diálogo entre iguales.

## **Secuencia de la dinámica**

La dinámica se organiza en cinco fases bien diferenciadas. Es importante respetar el orden, ya que cada una cumple una función específica dentro del proceso de reflexión.

### **Fase 1. Observación silenciosa (2 – 5 minutos)**

En la primera ronda se presenta la tarjeta sin ofrecer ninguna explicación previa. El grupo simplemente observa la imagen en silencio durante unos minutos.

Este primer paso prepara la dinámica y permite una aproximación individual abierta y sin condicionamientos.

### **Fase 2. Descripción: ¿Qué vemos? (3 – 5 minutos)**

La segunda ronda se centra estrictamente en la descripción visual de la imagen. Algunas preguntas que pueden guiar este momento son:

- ¿Qué elementos aparecen en la imagen?

- ¿Qué detalles te llaman la atención?
- ¿Qué ocurre en primer plano? ¿Y en segundo plano?

En esta segunda fase es importante evitar interpretar intenciones o significados. Se trata únicamente de construir una mirada común a partir de lo observable.

### **Fase 3. Interpretación: ¿Qué está pasando? (10 – 15 minutos)**

En esta tercera ronda se introduce ya una mirada más interpretativa. Algunas preguntas orientativas que pueden guiar este momento son:

- ¿Qué relaciones crees que hay entre los elementos de la imagen?
- ¿Qué tensiones o contradicciones puedes identificar?
- ¿Qué emociones te genera la escena?

En este momento empiezan a aparecer lecturas diversas. No se trata de llegar a una única interpretación, sino de abrir el abanico de posibles significados.

### **Fase 4. Abrir el foco: ¿Qué hay detrás? (20 – 25 minutos)**

En esta cuarta ronda, a partir de las interpretaciones iniciales, se busca ampliar la mirada hacia el sistema alimentario, **utilizando las propias preguntas específicas que aparecen en el reverso de las seis tarjetas**, orientadas a conectar la imagen con la realidad de la problemática en cuestión.

En esta fase también se puede invitar al alumnado a identificar qué problemática o tensión del sistema agroalimentario cree que se está representando la imagen, teniendo en cuenta que estas problemáticas no aparecen de forma aislada, sino que están totalmente interrelacionadas.

El objetivo no es tanto “acertar” una respuesta, sino profundizar en la reflexión y conectar la escena visual con el contexto social, económico y ambiental que la envuelve.

### **Fase 5. Cierre (8 – 10 minutos)**

En esta última fase de cierre, no se busca sacar una conclusión única, sino recoger algunas de las ideas clave que hayan emergido durante la dinámica. Algunas preguntas orientativas que pueden guiar este momento son:

- ¿Qué nos llevamos de esta imagen?

- Tras el debate, ¿ha cambiado algo en nuestra manera de mirar e interpretar la imagen?
- ¿Qué preguntas nos quedan abiertas en torno a la problemática en cuestión?

Así, este último momento permite tomar conciencia del proceso y dar valor a las diferentes aportaciones.

## **Claves para el uso didáctico del material**

**Uso por bloques temáticos:** las tarjetas pueden agruparse en función del tipo de impacto que abordan. Por un lado están las que hacen referencia a impactos de carácter más ambiental (tarjetas 1, 2 y 3); y, por otro, aquellas que visibilizan impactos de carácter más social (tarjetas 4, 5 y 6).

Esta diferenciación permite plantear distintos itinerarios de trabajo. Bien abordando todas las tarjetas en una misma sesión o bien trabajando por bloques temáticos en sesiones diferenciadas, en función del tiempo disponible y de los objetivos.

**Adaptación según la edad y el nivel madurativo del grupo:** la dinámica puede adaptarse en función del grado de familiaridad del alumnado con este tipo de propuestas y de su capacidad de diálogo y abstracción:

- **Grupos con menor experiencia o de edades más tempranas (12 – 14 años):** en estos casos puede ser útil dedicar más tiempo a las fases de descripción e interpretación, acompañando con preguntas más concretas y cercanas. Es recomendable aquí partir de lo visible y de experiencias cotidianas antes de introducir interpretaciones más complejas.

- **Grupos con mayor experiencia o más mayores (14 – 16 años):** en estos casos se puede profundizar más en las fases de interpretación y de análisis del sistema alimentario globalizado. Aquí es posible introducir preguntas más complejas que apunten a relaciones más estructurales (por ejemplo, quién toma las decisiones, qué intereses hay detrás o cómo se relacionan los distintos impactos).

En función del nivel de madurez del grupo, se puede dar mayor autonomía al alumnado, reduciendo la intervención del profesorado y favoreciendo que sean ellos y ellas quienes formulen preguntas, conecten ideas o dinamicen el diálogo.

En cualquier caso, es importante ajustar el ritmo de la sesión y el tipo de preguntas al grupo concreto, priorizando la comprensión y la participación por encima de la cantidad de contenidos abordados.

## 5. ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS

### 5.1. Un material didáctico para pensar, no para convencer

Este material no está diseñado para transmitir un mensaje único ni para ofrecer respuestas cerradas sobre el sistema alimentario. Tampoco pretende señalar qué está bien y qué está mal. Su propuesta es otra, y parte de invitar a observar con más atención y a cuestionar aquello que muchas veces pasa desapercibido.

A partir de imágenes que representan situaciones cotidianas relacionadas con la alimentación, el juego plantea escenas que, a primera vista, pueden parecer simples. Sin embargo, contienen múltiples capas de lectura: tensiones, contradicciones y preguntas que permiten profundizar en cómo producimos, distribuimos y consumimos alimentos.

El objetivo no es llegar a una interpretación correcta, sino abrir el pensamiento. En este sentido, la propuesta busca que el alumnado:

- Desarrolle una mirada más crítica sobre su entorno cotidiano.
- Sea capaz de relacionar lo que observa con dinámicas más amplias del sistema alimentario.
- Formule sus propias preguntas.
- Escuche y contraste diferentes puntos de vista.

Por ello, es importante tener presente en todo momento que el valor de este recurso didáctico reside en el proceso de reflexión que se genera, más que en las conclusiones a las que se llegue.

## **5.2. El papel del profesorado: acompañar sin dirigir**

En este tipo de propuestas, el papel del profesorado o de la persona facilitadora no es explicar las imágenes ni conducir al grupo hacia una interpretación concreta.

Su función principal es acompañar el proceso de reflexión y facilitar el diálogo.

Esto implica generar un espacio en el que el alumnado pueda observar, interpretar y expresar sus ideas con libertad, sin la presión ni el juicio de tener que dar una respuesta correcta. El profesorado no ocupa aquí el lugar de quien transmite el conocimiento, sino de

quien acompaña, escucha y ayuda a profundizar en las preguntas que van surgiendo.

Para ello, pueden ser útiles algunas claves para la facilitación:

- Formular preguntas abiertas, que inviten a pensar y no tengan una única respuesta.
- Pedir al alumnado que argumente lo que dice, ayudando a pasar de opiniones rápidas a reflexiones más elaboradas.
- Devolver al grupo sus propias ideas o contradicciones, favoreciendo la reflexión colectiva.
- Evitar validar o invalidar rápidamente las intervenciones, dejando espacio para el contraste entre iguales.
- Recoger y conectar aportaciones, señalando relaciones sin imponer conclusiones.

Cabe señalar además que acompañar sin dirigir no significa no intervenir, sino hacerlo de forma cuidadosa, respetando los tiempos del grupo y favoreciendo que el pensamiento se construya colectivamente.

En este sentido, generar un clima de confianza, escucha y respeto es tan importante como la propia actividad.

### **5.3. La incomodidad como parte del aprendizaje**

Trabajar con este material implica, en ocasiones, abordar cuestiones que pueden generar sorpresa, desacuerdo o incluso incomodidad. Esto no es un problema, ya que forma parte del proceso de aprendizaje.

Las imágenes y las preguntas que plantea el juego invitan a reflexionar sobre temas como las desigualdades de género y sociales, las condiciones de trabajo o los impactos ambientales del sistema alimentario. Son cuestiones complejas que pueden activar opiniones diversas e, incluso, posicionamientos encontrados dentro del aula.

En este contexto, el desacuerdo no debe evitarse, sino acompañarse. El aula debe convertirse en un espacio donde estas diferencias se puedan expresar, siempre desde el respeto, favoreciendo el diálogo y la escucha.

Para ello, pueden ser útiles algunas recomendaciones prácticas:

- Establecer acuerdos básicos para dialogar y debatir antes de comenzar la actividad (respetar los turnos de palabra, escuchar al otro/a sin interrumpir, no ridiculizar ni invalidar opiniones ajenas, no acaparar el espacio, etc.)

- Recordar siempre que se están analizando sistemas y problemáticas estructurales, no tanto personas ni ejemplos concretos ni decisiones individuales.
- Cuidar el clima del grupo, favoreciendo un espacio seguro donde todas las personas puedan expresarse e intervenir en caso de que aparezcan discursos discriminatorios o excluyentes, reconduciendo la situación desde el respeto y marcando límites claros.

Trabajar desde la incomodidad no significa generar malestar gratuito, sino abrir la posibilidad de cuestionar aquello que damos por hecho. En muchos casos, es precisamente en esos momentos donde se activan los aprendizajes más significativos.

Acompañar estos procesos implica también confiar en la capacidad del grupo para pensar colectivamente.



## 6. ACTIVIDADES DE AMPLIACIÓN

Las siguientes propuestas de actividades de ampliación están pensadas para profundizar en el trabajo realizado a partir de las tarjetas, en caso de disponer de más tiempo o querer desarrollar procesos más largos en el aula.

No se trata de actividades orientadas a reforzar contenidos, sino de abrir nuevas líneas de exploración, conectar con la realidad cercana del alumnado y favorecer un aprendizaje más activo, crítico y significativo.

### **Actividad 1. La tarjeta soberana**

**Objetivo:** imaginar alternativas al modelo agroalimentario actual y traducirlas en imágenes, incorporando los principios de la soberanía alimentaria.

**Propuesta:** se propone al alumnado elegir una de las seis tarjetas trabajadas y reinterpretar la imagen desde

otra lógica: ¿cómo sería esa misma situación si estuviera basada en principios de soberanía alimentaria?

### **Desarrollo:**

- Revisar la tarjeta original y las tensiones o problemáticas que representa.
- Identificar qué elementos cambiarían (relaciones, entorno, actores, condiciones...).
- Dibujar, describir o recrear la nueva escena.
- Compartir la propuesta y explicar qué cambios se han introducido y por qué

## **Actividad 2. La tarjeta que faltaba**

**Objetivo:** identificar nuevas problemáticas, tensiones o impactos del sistema alimentario y representarlas de forma visual, siguiendo el lenguaje y el tono del juego.

**Propuesta:** se propone al alumnado diseñar una nueva tarjeta para el juego que aborde una cuestión no trabajada o que se quiera profundizar.

### **Desarrollo:**

- Detectar una problemática o tensión relevante que no esté representada en las tarjetas del juego.

- Pensar cómo representarla visualmente (escena, metáfora, elementos clave, composición...).
- Proponer un título sugerente para la nueva tarjeta.
- Elaborar entre 4 – 6 preguntas detonantes para el reverso, siguiendo el estilo del juego.
- Presentar la tarjeta al resto del grupo y explicar las decisiones tomadas.

### **Actividad 3. Lo que hay detrás**

**Objetivo:** conectar las reflexiones del juego con información real, desarrollando habilidades de investigación, análisis crítico y contraste de fuentes.

**Propuesta:** a partir de las tensiones trabajadas en las tarjetas, se propone al alumnado realizar pequeños procesos de investigación vinculados a la realidad.

#### **Algunas posibles líneas de trabajo pueden ser:**

- **Contaminación (tarjeta 1):** investigar sobre el uso de plásticos y/o pesticidas en los alimentos cotidianos.
- **Biodiversidad (tarjeta 2):** investigar sobre variedades locales o redes y bancos de semillas.

- **Huella ecológica (tarjeta 3):** rastrear el origen de un alimento y analizar su impacto ambiental y su huella de carbono.
- **Mujeres rurales (tarjeta 4):** buscar testimonios o plantear una entrevista a alguna mujer agricultora del entorno cercano.
- **Trabajo precario (tarjeta 5):** recopilar noticias de prensa o informes en los que se visibilicen las condiciones laborales del campo.
- **Ultraprocesados (tarjeta 6):** analizar las etiquetas de diferentes productos, sus ingredientes y su valor nutricional.

#### **Actividad 4. ¿Quién gana aquí?**

**Objetivo:** identificar relaciones de poder, intereses y desigualdades dentro del sistema alimentario.

**Propuesta:** se propone al alumnado analizar una de las tarjetas a partir de una pregunta clave: ¿quién gana y quién pierde en esta situación?

#### **Desarrollo:**

- Elegir una de las tarjetas trabajadas.

- Identificar los diferentes actores que aparecen en la imagen o que están implicados (personas productoras, empresas, personas consumidoras, intermediarios, etc.) .
- Analizar qué obtiene cada uno de ellos (beneficios, condiciones, impactos...) .
- Representar estas relaciones de forma visual (esquema, mapa conceptual...).
- Compartir y debatir los resultados con el resto del grupo.

## **Actividad 5. Cambiar las reglas del juego**

**Objetivo:** imaginar transformaciones posibles del sistema alimentario y reflexionar sobre sus implicaciones.

**Propuesta:** se propone al alumnado imaginar que puede cambiar una sola “regla” del sistema alimentario para responder a una de las problemáticas trabajadas en las tarjetas.

### **Desarrollo:**

- Elegir una tarjeta y la problemática que representa.
- Pensar qué “regla” del sistema alimentario actual cambiarían (por ejemplo: formas de producción,

distribución, condiciones laborales, uso de determinados materiales, etc.).

- Explicar en qué consistiría ese cambio.
- Analizar qué efectos podría tener ese cambio (qué mejoraría, qué dificultades podrían aparecer, a quién beneficiaría o afectaría).
- Compartir la propuesta con el resto del grupo.

## 7. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

El presente material se apoya en multitud de fuentes de carácter divulgativo y educativo elaboradas por organizaciones sociales, con el objetivo de facilitar la comprensión crítica del sistema agroalimentario desde una perspectiva accesible y pedagógica, así como de marcos teóricos vinculados a la soberanía alimentaria, la justicia alimentaria y el ecofeminismo.

### **Informes y campañas de organizaciones sociales**

- **Justicia Alimentaria.** Dame veneno. Campaña contra la comida que nos enferma. Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Justicia Alimentaria.** Pesticidas y Alimentación. Campaña por la abolición de los pesticidas. Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)

- **Justicia Alimentaria.** 25 gramos. Campaña por el control de la venta y publicidad del azúcar. Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Justicia Alimentaria.** Mentira podrida. Las mentiras alimentarias más utilizadas en publicidad: Descubre cómo nos engañan! Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Justicia Alimentaria.** Cortocircuito. Campaña a favor de la compra pública alimentaria que favorezca los mercados locales. Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Justicia Alimentaria.** Exporta, explota, me expló! La explotación laboral, el ingrediente secreto de la alimentación. Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Justicia Alimentaria & Amigos de la Tierra.** Informe Plastívoros. La verdad sobre el ingrediente más tóxico de nuestra alimentación'. Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **FADEMUR** (Federación de Asociaciones de Mujeres Rurales) (s.f.). Informes y materiales sobre mujeres rurales y sector agrario. Disponible en: <https://fademur.es>

## 8. RECURSOS DE INTERÉS

- **El asalto al cuerpo. La última frontera de la industria alimentaria.** Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Error 404 ¿Un futuro sin agricultura?.** Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Reclama tu mercado.** Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **UNFOLLOW: Justicia Alimentaria exige que los influencers no puedan anunciar alimentos y bebidas insanos para menores.** Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)
- **Bebidas energéticas: fuera de control, consumo disparado.** Disponible en: [Campañas • Justicia Alimentaria](#)