

La MALETA PEDAGÓGICA



YO CONSUMO CON CONSCIENCIA
SIEMBRO ESPERANZA



“Este trabajo ha sido publicado con el patrocinio de la Generalitat Valenciana en el marco del proyecto “Somos lo que comemos”, pero su contenido es integramente responsabilidad de CERAI”

AGRADECIMIENTO:

Queremos agradecer a Benetta Crimella (“Benedetta Maletta”), todo su trabajo y dedicación. Sin su cariño hacia la maleta, nunca podríamos haberla realizado. Muchas gracias Bene



Esta obra está sujeta a la licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional de Creative Commons.

Diseño: Gabriela Tamarit

Ilustraciones: tiboo.es

Noviembre 2015

www.cerai.org

ÍNDICE

1. Introducción.....	4
2 ¿Cómo funciona la Maleta Pedagógica?.....	6
3. Presentación CERAI - ¿Quiénes somos?	8
4. Algunas definiciones: Agroecología y Soberanía Alimentaria.....	9
5. Categorías de trabajo.....	10
Salud	12
Comercio Responsable.....	19
Ciencia y Cultura.....	28
Biodiversidad y Medioambiente.....	34
Tabla de actividades de clase.....	41
Tabla de talleres (más de 50 minutos).....	43

1. INTRODUCCIÓN

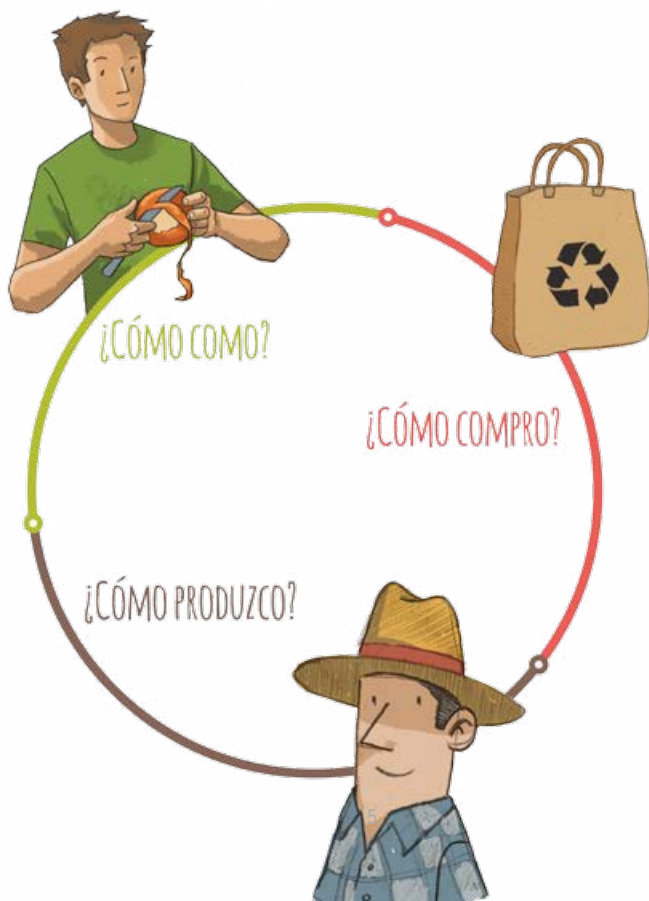
La elaboración de la Maleta Pedagógica “Yo consumo con consciencia, siembro esperanza”, se inserta dentro de la campaña “Somos lo que Comemos” - *Campaña de sensibilización para el fomento del consumo consciente y responsable en el ámbito de la Comunidad Valenciana*, financiada por la Generalitat Valenciana. Con esta campaña se pretende dinamizar, concienciar e implicar a la ciudadanía en general, y la comunidad educativa en particular, de la Comunidad Valenciana, en la mejora de la situación social de las poblaciones campesinas, en el desarrollo y puesta en marcha de modelos de consumo consciente y responsable basados en la Soberanía Alimentaria.

Se pretende generar lazos entre los productores/as locales y los/las consumidores/as para crear mercados de consumo de proximidad en el ámbito de los cuales poder ejercer un verdadero consumo responsable y consciente; que la gente sea consciente de lo que come, cómo está producido y los efectos que para su entorno, el medio ambiente y la vida de millones de campesinos, puede provocar este consumo. Se busca que los consumidores sean conscientes de los efectos que el sistema agroalimentario global tiene sobre millones de personas y, al mismo tiempo, ofrecer herramientas y alternativas para ejercer un consumo consciente y crítico; que cada ciudadano y ciudadana sea consciente de su pertenencia a una comunidad local y global y que la construcción de un mundo más justo y sostenible depende también de cuánto cada uno y una de nosotros esté dispuesto a cambiar en sus hábitos diarios.

Una rama fundamental de esta sensibilización en torno al consumo consciente y responsable es la educación de los más jóvenes. La infancia es la mejor época de la vida para adquirir unos buenos hábitos de consumo, por lo que merece la pena centrar nuestros esfuerzos en la educación al consumo alimentario responsable de los niños y niñas, futuros adultos. La comunidad educativa (profesores y profesoras, padres y madres,

monitores de comedor, etc) juega, por lo tanto, un papel fundamental en este aprendizaje y puede hacerse promotora de un estilo de vida y de consumo crítico y responsable.

Por lo tanto la Maleta Pedagógica, está dirigida tanto a los niños y niñas, como al profesorado que acompañan sus reflexiones y actividades. Esta Maleta pretende ser una herramienta útil para dar respuesta a algunas preguntas que podemos hacernos en la vida cotidiana y a través de la cual trabajar algunos temas de relevancia en la actualidad.



2. ¿CÓMO FUNCIONA LA MALETA PEDAGÓGICA?

La Maleta Pedagógica está dirigida a alumnos de primaria y secundaria, fundamentalmente entre los 10 y los 15 años. Se estructura en torno a 4 grandes categorías: Salud, Comercio Responsable, Ciencia y Cultura y Biodiversidad y Medio Ambiente.

En cada categoría nos hacemos algunas Preguntas Orientadoras. Son preguntas que podemos hacernos todas y todos en nuestra vida diaria, cuando nos enfrentamos al tema de la alimentación saludable y consciente. Las respuestas a estas preguntas nos llevan a desarrollar los contenidos teóricos, que trabajaremos a través de las actividades. Cada actividad puede trabajar distintos contenidos. A su vez cada una de las preguntas tiene una serie de objetivos didácticos que se trabajan a través de las actividades propuestas. Las preguntas orientadoras buscan formar al personal educativo desarrollando los conceptos teóricos.

Para cada categoría y a modo de apoyo práctico, se desarrollan los apartados:

- “¿Y qué puedo hacer yo en mi día a día?”, con propuestas concretas de acción, muy sencillas, para el profesorado y el alumnado.
- “La propuesta de la Agroecología”: con una explicación del enfoque agroecológico de cada temática.
- Una tabla con las actividades que se proponen para trabajar estos conceptos.
- “¿Dónde encuentro más información?”: en el que se recomiendan algunos sitios de internet, libros y vídeos con los que ampliar la información que se da. Esta información extra puede servir para ampliar las actividades y/o adaptarlas a distintas edades y formatos.

Existen muchas interrelaciones entre los temas tratados, por lo que no se trata de una estructura lineal, sino circular donde las preguntas y las respuestas se interrelacionan y pueden trabajarse desde distintos abordajes. Es por ello que las actividades no tienen un orden cerrado.

Están numeradas, pero ese número no indica el orden en el que deben realizarse. En la ficha de cada categoría se indica a través de qué actividades se pueden trabajar los contenidos, así como en la **tabla resumen de actividades**.



Se ha desarrollado un póster en la que se presenta la Maleta Pedagógica con su **concepción circular e interrelacionada**. Se apuesta por un trabajo gráfico que clarifique conceptos de manera muy visual. Este pó puede colgarse en clase, en el comedor escolar y servir de guía de las actividades o de recordatorio de los temas trabajados.

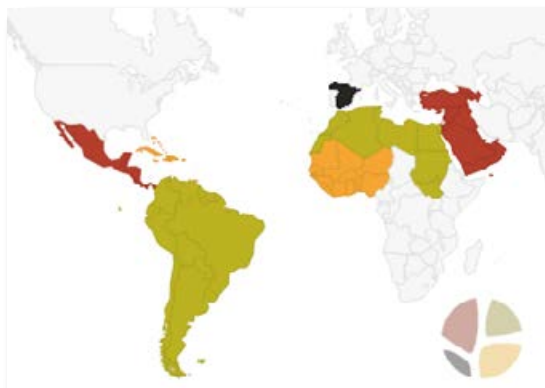
Para facilitar la aplicación de la maleta, se incluye en la tabla resumen de actividades, las **asignaturas** para las que se propone cada una de las actividades, así como el tiempo previsto de realización: clase de 50 minutos o taller más extenso, de unas 2 horas; y el espacio para su realización: aula, taller, comedor. Así mismo se ha elaborado un **calendario con las fechas más relevantes del año** relacionadas con los temas trabajados en la maleta, que se pueden aprovechar para, en torno a dichas fechas, desarrollar algunas de las actividades.

3. CERAI - ¿QUIÉNES SOMOS?

El CERAI - Centro de Estudios Rurales de Agricultura Internacional - somos una ONG de Desarrollo Rural que trabajamos para ser motor del cambio de las comunidades campesinas de nuestro entorno de actuación, ayudándoles a que consigan su autosuficiencia alimentaria de forma sustentable y ecológica, preservando su identidad cultural y la integridad de sus recursos, mediante la cooperación internacional y el desarrollo rural, la sensibilización y concienciación y la equidad de género.

En CERAI queremos contribuir a un desarrollo de las comunidades campesinas basado en un **enfoque agroecológico** que defienda la **soberanía alimentaria**, mediante el impulso de modelos de desarrollo rural que surjan de sus capacidades y habilidades.

Nacimos en 1994 en Valencia y actualmente trabajamos en unas 6 regiones en España y en unos 10 países en todo el mundo.



4. ALGUNAS DEFINICIONES

Para entender los principales conceptos sobre los que se apoya la maleta pedagógica y todo el trabajo del CERAI, algunas definiciones importantes:

La **AGROECOLOGÍA** puede ser definida como la disciplina científica que enfoca el estudio de la agricultura desde una perspectiva ecológica y global, pretendiendo construir un marco teórico cuyo fin es analizar los procesos agrícolas desde una perspectiva amplia. Enfocamos la agroecología como una ciencia global que puede proporcionar las pautas generales para el manejo y diseño de los agrosistemas, atendiendo a las siguientes premisas básicas: favorecer los procesos que recuperen e incrementen la diversidad; conservar y mejorar los recursos naturales; diseñar ciclos cerrados de materias y desperdicios; desarrollar tecnologías de baja dependencia externa; recuperar conocimientos tradicionales y desarrollar los mercados locales.

Entendemos la **SOBERANÍA ALIMENTARIA** como el *“derecho de los pueblos a definir sus propias políticas y estrategias sostenibles de producción, distribución y consumo de alimentos que garanticen el derecho a la alimentación para toda la población, con base en la pequeña y mediana producción, respetando sus propias culturas y la diversidad de los modos campesinos, pesqueros e indígenas de producción agropecuaria, de comercialización y de gestión de los espacios rurales, en los cuales la mujer desempeña un papel fundamental”* (Nyéléni, Selingue, Malí. 2007). Asimismo, entendemos la Soberanía Alimentaria como la vía para erradicar el hambre y la malnutrición y garantizar la seguridad alimentaria duradera y sostenible para todos los pueblos.

5. CATEGORÍAS DE TRABAJO

A continuación presentamos las cuatro categorías en las que se distribuyen los temas, con sus correspondientes preguntas y su color. La categoría de la agroecología, al ser transversal, se incluye al final de cada apartado con una propuesta específica del enfoque agroecológico.

SALUD

1. ¿Qué quiere decir comer bien y sano?
2. ¿Por qué es más saludable comer productos locales?
3. ¿Qué diferencia hay entre los productos industriales 100% natural y los productos ecológicos?

COMERCIO RESPONSABLE

1. ¿Quién produce mis alimentos?
2. ¿Por qué hay alimentos que vienen de tan lejos? ¿No se producen más cerca?
3. ¿Por qué en el mundo la mayoría de la gente que sufre hambre son los pequeños productores?
4. ¿Qué cambia si compro en una gran superficie o en una pequeña tienda de barrio o en un mercado?

CIENCIA Y CULTURA

1. ¿Qué son los saberes tradicionales?
2. ¿Cómo pueden los saberes tradicionales ayudarnos a mejorar los problemas del mundo?
3. ¿Cuál es el papel de la mujer en la producción de alimentos?

BIODIVERSIDAD Y MEDIOAMBIENTE

1. ¿Qué tiene que ver mi comida con el medio ambiente?
2. ¿Qué pasa si tiro comida?

Y ADEMÁS, EN CADA CATEGORÍA ...

¿Y QUÉ PUEDO HACER YO EN MI DÍA A DÍA?

Propuesta prácticas: Cosas que podemos poner en práctica en nuestra rutina habitual.

ACTIVIDADES RELACIONADAS

Busca la ficha que corresponde en la TABLA DE ACTIVIDADES de la página 41.

¿DÓNDE ENCUENTRO MÁS INFORMACIÓN?

Videos:

Enlaces relacionados con audiovisuales.

Sitios web:

Enlaces de sitios webs interesantes

Libros y documentos:

Recomendación de publicaciones



SE NOS DARÁ UNA PROPUESTA DESDE LA AGROECOLOGÍA

¿Qué alternativas tengo?

PREGUNTA 1: ¿QUÉ QUIERE DECIR COMER BIEN Y SANÓ?

Contenidos: Concepto de alimentación saludable, de soberanía alimentaria + enfermedades originadas por la mala alimentación: obesidad y desnutrición.

Objetivos didácticos: Consumir cantidades adecuadas de alimentos + Ser consciente de lo que se come y de lo que se desperdicia + Consumo variado de alimentos

El concepto de “alimentación saludable” se trabaja ampliamente en los colegios en diferentes etapas. Se considera una alimentación sana aquella que permite alcanzar y mantener un funcionamiento óptimo del organismo, con los nutrientes adecuados para cada edad, en cantidad y variedad, que permita llevar una vida con salud y un crecimiento y desarrollo óptimos: sin productos químicos o biológicos nocivos para la salud o tóxicos.

Desde el enfoque de la Soberanía Alimentaria, el concepto de “comer bien y sano” va más allá de únicamente un tema que atañe a la “salud”. Incluye los conceptos de “alimentación culturalmente apropiada”, que es una alimentación que se adapta a los usos y costumbres culturales y alimentarios de cada lugar, a nivel de la producción así como de la preparación. Habla también de “alimentos ecológicos”, respetuosos con el medio ambiente, así como socialmente responsables, que permitan mantenerse a los y las productoras así como a sus sociedades.

“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”.

Hoy en día, a pesar de que cada vez se habla más de la alimentación “saludable”, existen importantes enfermedades vinculadas a desequilibrios en la forma de alimentarnos: la obesidad y la desnutrición.

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. La desnutrición se define como un desequilibrio entre el suministro de nutrientes y las demandas de crecimiento, mantenimiento y actividades específicas del cuerpo. Cuando una persona no puede ingerir los nutrientes suficientes para cubrir sus necesidades, el cuerpo empieza a consumirse: primero se pierde grasa y luego músculo.

A pesar de que en el mundo se produce lo suficiente para alimentar a toda la población mundial, cada noche, una de cada ocho personas en el planeta se acuesta con hambre. Cada año, la desnutrición causa la muerte de tres a cinco millones de niños menores de 5 años en todo el mundo, sobre todo en África y Asia. Al mismo tiempo, se calcula que hoy en día, más de un millar de adultos en el mundo tienen sobrepeso o son obesos. Y España es uno de los países de Europa con mayor índice de obesidad o sobrepeso infantil.

Por lo tanto el problema de la desnutrición no se trata de un problema de falta de producción de alimentos a nivel mundial, sino de distribución de los mismos, de distribución de la riqueza y de distribución del poder, como se desarrolla en otras preguntas de esta maleta. La obesidad se debe también a un estilo de vida demasiado sedentario en occidente, y de una alimentación excesiva y excesivamente industrial, que nos producen grandes desequilibrios y la aparición de la enfermedad.

PREGUNTA 2: ¿POR QUÉ ES MÁS SALUDABLE COMER PRODUCTOS LOCALES?

Contenidos: Procedencia de los alimentos y temporalidad.

Objetivos didácticos: Conciencia del origen de los alimentos, de las temporadas y consumo variado.

Los productos producidos y consumidos localmente y con sistemas de producción más respetuosos con los ciclos naturales de los cultivos, permiten cosechar los productos en su momento óptimo de madurez, lo que les permite acumular naturalmente los nutrientes y azúcares necesarios y generalmente tener mayor sabor y mayor valor nutricional. No es necesario añadirles productos químicos para hacerles madurar de forma artificial, ni para su conservación, pues el ciclo desde la cosecha hasta su consumo suele ser corto. En los esquemas en los que el productor local entra en contacto directo con los consumidores, generalmente se cosecha por la mañana y se entrega a los consumidores en el mismo día ¡sabor y salud garantizados!

Además, al consumir localmente estamos ayudando a disminuir el incremento del cambio climático, puesto que nuestros alimentos recorren muy poca distancia desde su cosecha hasta nuestra mesa y se producen menos gases contaminantes por el transporte. Además apoyamos la agricultura cercana y a los y las agricultoras, mantenemos nuestro territorio con una buena salud y generamos economía sostenible en nuestro entorno. Al comer productos locales, consumimos también productos de temporada, pues consumimos lo que da la tierra en cada época.

En el sistema agroalimentario industrial para exportación, se cosechan los productos en verde (cuando los productos no están maduros todavía y sufren menos con el transporte) y se meten en cámaras frías, donde se transportan hasta su lugar de venta. Cuando llega el momento de venderlos y consumirlos, se les ponen ciertos productos químicos para hacerlos madurar y venderlos con una apariencia atractiva para los consumidores. También se pueden añadir sustancias para que los

productos se mantengan mejor en las cámaras, para que brillen más cuando salen a la venta (ceras), etc.

En este esquema de producción también se fuerza a los cultivos a ir más deprisa de lo que irían de forma natural a través de fertilizantes de síntesis (para ser más productivos), los ciclos productivos son más cortos, por lo que a las plantas no les da tiempo a acumular los nutrientes que de forma natural sí acumulan. Crecen rápido y acumulan mucha agua, por lo que son grandes y vistosos, pero luego no saben a nada, y tienen valores nutricionales más bajos que los productos que siguen un ciclo más natural de cultivo.

MANIFIESTO EN DEFENSA DE LOS PRODUCTOS “KM 0” - Según el movimiento Slow Food, es un manifiesto que promueve el consumo de alimentos de proximidad por dos razones principales: para reducir la enorme huella ecológica que conlleva el transporte de materias primas a miles de kilómetros y para incentivar la gastronomía local y evitar así la extinción de determinadas especies vegetales que dejan de emplearse por la invasión de productos extranjeros.

PREGUNTA 3: ¿QUÉ DIFERENCIA HAY ENTRE LOS PRODUCTOS INDUSTRIALES “100% NATURAL” Y LOS PRODUCTOS PRODUCIDOS DE FORMA ECOLÓGICA?

Contenidos: Calidades nutritivas de los productos industriales y de los productos ecológicos.

Objetivos didácticos: Consciencia de los “engaños” de la publicidad.

En los últimos tiempos han proliferado mucho los productos industriales que se venden como “100% naturales”, buscando que pensemos que son más saludables por ser más “naturales”. La industria ha identificado que los consumidores le damos importancia a la “naturalidad” de los productos y buscamos los sabores “como de toda la vida” o “hecho como en casa”. En muchos casos, se trata de una estrategia de marketing y publicidad más que realmente un cambio en los procesos de elaboración de los productos o en su calidad. En muchos casos estos productos industriales pueden llevar

la misma cantidad de edulcorantes artificiales, conservantes, colorantes, etc, que los otros productos, pero tienen un aspecto más “natural” y con eso nos conquistan.

Los productos producidos de manera ecológica, al menos nos garantizan que están elaborados sin productos químicos perjudiciales y teniendo en cuenta parámetros de respeto al medio ambiente. Si lo que queremos es consumir de la manera más natural posible productos elaborados (salsas, mermeladas, etc) podemos buscar productos “artesanos”, en los que se trabajan los productos a una menor escala y en la que se busca evitar los conservantes artificiales.

¿Y QUÉ PUEDO HACER YO EN MI DÍA A DÍA?

1. **Valora tu plato** – Tener acceso a los alimentos es un derecho pero también es un privilegio. Acuérdate de esto cada vez que comas y valora la comida.
2. **Cuida tu consumo** – Infórmate, elige y compra tus alimentos conscientemente. Compra de la manera más directa posible al productor/a: puedes buscar un grupo de consumo en tu barrio, contactar de forma directa con un productor/a de tu zona o por internet, comprar en la tienda ecológica del barrio... Preguntas cuando compres de dónde vienen los productos que compras. Y... ¡no desperdicias comida!
3. **Ten una vida activa:** Tener una vida saludable, implica, además de comer bien y sano, tener una vida activa. Muévete en bici siempre que puedas y haz ejercicio.
4. **Lee las etiquetas** de los productos que consumís en casa, para averiguar lo que sí es natural y lo que solo lo parece.
5. **Infórmate de qué productos son los de temporada de tu zona** y elígelos a la hora de hacer la compra.

productos se mantengan mejor en las cámaras, para que brillen más cuando salen a la venta (ceras), etc.

En este esquema de producción también se fuerza a los cultivos a ir más deprisa de lo que irían de forma natural a través de fertilizantes de síntesis (para ser más productivos), los ciclos productivos son más cortos, por lo que a las plantas no les da tiempo a acumular los nutrientes que de forma natural sí acumulan. Crecen rápido y acumulan mucha agua, por lo que son grandes y vistosos, pero luego no saben a nada, y tienen valores nutricionales más bajos que los productos que siguen un ciclo más natural de cultivo.

AGROECOLOGÍA

LA PROPUESTA DE LA AGROECOLOGÍA

La agroecología te propone que cuides tu salud y la de tu entorno, a través de ampliar tus conocimientos sobre lo que comes. Cuanta más información manejamos, mayor libertad tenemos al tomar la decisión de qué comprar, a quién y cómo. No nos dejemos engañar por lo que nos cuentan y busquemos la información por nosotras mismas. Ser consciente de lo que se come y de lo que se desperdicia + Consumo variado de alimentos.



ACTIVIDADES RELACIONADAS

1 // [El molinete de los productos](#)

8 // [Misteriosa publicidad](#)

11 // [¿Cómo como lo que como?](#)

¿DÓNDE ENCUENTRO MÁS INFORMACIÓN?

Video:

- Documental: “Fed Up” de Stephanie Soechtig: documental que trata de desenmascarar las mentiras de la comida “light”, “natural” y “saludable” de la comida industrial. (<http://fedupmovie.com/#/page/home>)
- Documental “Tenedores contra cuchillos” (Forks over knives), documental que defiende que muchas de las enfermedades actuales del mundo occidental pueden ser combatidas cambiando nuestra dieta a una dieta básicamente vegetariana. (<http://www.forksoverknives.com/>)

Sitios web:

- Campaña “25 gramos” de VSF-Justicia Alimentaria Global: campaña por el control de la venta y publicidad del azúcar, que defiende que la industria del azúcar poner por delante sus intereses económicos que la salud de los consumidores - “<http://vsf.org.es/25-gramos>”.

Libros y documentos:

- “Obesos y Famelicos”, Raj Patel, Autor-Editor, 2008
- “Saber comer”, Michael Pollan, Debate, 2014
- “¿Qué es un alimento de calidad? - Soberanía alimentaria en nuestro día a día” - Cuaderno de sensibilización sobre cuáles son los criterios a tener en cuenta para poder valorar la calidad de un alimento (www.

COMERCIO RESPONSABLE

PREGUNTA 1: ¿QUIÉN PRODUCE MIS ALIMENTOS?

Contenidos: Los agricultores y las agricultoras.

Objetivos didácticos: Consciencia del trabajo de la agricultura.

Los alimentos que consumimos a diario son producidos en origen por los agricultores/as, ganaderos/as y pescadores/as; personas que trabajan en el campo, fuera de la ciudad y que, además de productos frescos, suministran a la industria las materias primas necesarias para elaborar todos los alimentos: vegetales, cereales, carne, pescado, especias, etc. Es por lo tanto, un trabajo fundamental en todo el mundo para poder alimentarnos.

La FAO calcula que para el 70% de la población de los países en vías de desarrollo, que vive en zonas rurales, la agricultura sigue siendo la principal fuente de ingresos y de trabajo. Así mismo, calcula que hasta el 80% de los alimentos en los países no industrializados está producido por las personas campesinas, en modelos productivos de agricultura familiar. Más del 90% de las personas dedicadas a la agricultura en el mundo son personas campesinas e indígenas, hombres y mujeres, cuyo control de tierra no supera un cuarto de la tierra agrícola mundial. Es decir que a pesar de que producen una gran cantidad de los alimentos del mundo, no son los propietarios de la tierra. Esto quiere decir que el poder de decisión que tienen sobre ella es muy pequeño.

En muchas sociedades en el mundo y también en la nuestra, el contacto con el mundo rural se ha debilitado mucho. Vivimos en grandes ciudades con poco contacto con la naturaleza y el campo y esto hace que la población urbana no reconozca ni valore a los agricultores/as como actores fundamentales en el desarrollo de nuestra sociedad y su papel protagonista en lo que comemos todos los días.

La Agricultura Familiar incluye a todas las actividades agrícolas, forestales, pesqueras, pastoriles y acuícolas gestionadas y que dependen principalmente de la mano de obra familiar, incluyendo tanto a mujeres como a hombres.

En oposición a la agricultura familiar, se ha expandido el **modelo agroindustrial de producción**, en el que el control de la producción y los recursos lo tienen unas pocas grandes empresas alimentarias. Éstas acumulan muchísimo poder, con el que controlan los precios del mercado así como los precios que reciben los productores. Para poder mantener unos precios bajos de venta a los consumidores y unos beneficios importantes para ellas, el precio que reciben los productores por su producto es tan bajo que les obliga muchas veces a vivir en la pobreza.

Frente a este poder, los pequeños productores no tienen fuerza, más cuando las políticas de distribución de tierras y de gestión de los recursos de los estados, suelen estar orientadas a satisfacer las necesidades de estas empresas poderosas, y no a proteger el trabajo de los campesinos y campesinas. Por lo tanto, los pequeños productores y productoras en el mundo trabajan la tierra, producen gran cantidad de alimentos, pero en muchas ocasiones no pueden vivir de su trabajo dignamente y viven en la pobreza.

Una forma de comprar de manera responsable es a través de productos de **COMERCIO JUSTO**. Generalmente se comercializan productos elaborados en países de Sur, como azúcar o café, y se garantiza que han sido producidos respetando los derechos de los trabajadores/as que los han producido. Los pilares del Comercio Justo son: obtener “riqueza limpia” - pilar económico-, obtener desarrollo y justicia social -pilar social-, y asegurarse de la sostenibilidad ambiental de la producción -pilar medioambiental-.

PREGUNTA 2: ¿POR QUÉ HAY ALIMENTOS QUE VIENEN DE TAN LEJOS? ¿NO SE PRODUCEN MÁS CERCA?

Contenidos: Procedencia de los alimentos, distribución alimentaria e injusticia del mercado agroalimentario.

Objetivos didácticos: Consciencia de la diversidad en la distribución alimentaria y de los estilos de consumo

La gran mayoría de los alimentos que encontramos en nuestras tiendas han recorrido miles de kilómetros. Se calcula que aproximadamente más de 5.000 km antes de llegar a nuestra mesa.

Los alimentos kilométricos son el resultado de la difusión de un **modelo agrícola industrial y cada vez más globalizado**. Este modelo está basado en la especialización de las naciones en la producción de pocos alimentos básicos en grandes cantidades según sus condiciones climáticas y ambientales, que después se exportan. Esto se consigue utilizando grandes extensiones de terreno muy mecanizadas y con el uso de muchos productos químicos: fertilizantes, herbicidas, plaguicidas, lo que permite bajar los costes de producción, bajar los precios de venta del cultivo y ser más competitivos. Por lo tanto los países exportan los productos que producen e importan los que no. Uno de los problemas de este modelo es que hoy en día la importación, por ejemplo en España, no se limita sólo a productos que no se producen aquí, como el cacao o el café, sino también a alimentos típicos de la dieta española que sí se producen, como vino, garbanzos o naranjas. En muchas ocasiones estos productos importados se venden a precios más baratos que los producidos aquí, porque por ejemplo, los recursos: mano de obra, tierra, etc, son más baratos en el país de producción. Por lo que se entra en competencia directa entre países y pueden llegar a hundirse las producciones locales.

Este modelo de producción y distribución tiene muchas consecuencias directas:

- La emisión de millones de toneladas de CO₂ al año, debidas al transporte de los alimentos kilométricos. Esto contribuye de forma decisiva al cambio climático.

- La disminución de producción de alimentos autóctonos y la pérdida de biodiversidad;
- La pérdida de seguridad y de soberanía alimentaria de las comunidades campesinas por el fomento del cultivo de cosechas destinadas a la exportación más que al consumo local;
- El aumento de fenómenos de acaparamiento de tierras de pequeños productores por parte de grandes empresas multinacionales o gobiernos extranjeros, que obliga a campesinos/as al abandono de sus tierras, aumentando el riesgo de caer en la pobreza.

Por el contrario, el consumo de alimentos de proximidad y producidos a pequeña escala reduce la contaminación provocada por el transporte, favorece el consumo de productos más frescos, con mejores propiedades organolépticas y más saludables;, y sobre todo fortalece la economía local y el desarrollo rural de la zona, disminuyendo el riesgo de pérdida de biodiversidad y el impacto social negativo de la producción industrial.

una opción para consumir directamente de los y las productoras es a través de un GRUPO DE CONSUMO: un grupo de personas de un barrio que se organizan para comprar de forma directa a las personas productoras, a precios justos para ambas partes. Es una manera de apoyar a la producción local, de conocer a los productores de forma directa y una muy buena manera de hacer barrio.

PREGUNTA 3: ¿POR QUÉ EN EL MUNDO LA MAYORÍA DE LA GENTE QUE SUFRE HAMBRE SON LOS PEQUEÑOS PRODUCTORES?

Contenidos: Hambre, distribución alimentaria e injusticia del mercado agroalimentario.

Objetivos didácticos: Consciencia de la diversidad en la distribución alimentaria y de los estilos de consumo + Acceso a los recursos productivos.

La mayoría de las personas que sufren hambre viven en los países menos desarrollados: especialmente en África Sub-Sahariana y el Sudeste Asiático. Paradójicamente, la gran mayoría de ellas son agricultores con un nivel bajo de ingresos o trabajadores agrícolas sin tierra, ¿por qué?:

- **Falta de recursos:** a menudo su pobreza no les permite conseguir semillas ni herramientas necesarias para su actividad. La baja inversión agrícola tanto pública como privada les hace tener deficientes sistemas de producción y de transporte y en consecuencia, un peor acceso a los mercados.
- **La vulnerabilidad:** Vulnerabilidad a los eventos climáticos causada por la falta de recursos para luchar contra sequías o inundaciones, erosión de suelos, deforestación, etc; Vulnerabilidad a causa de guerras y desplazamientos: los conflictos armados interrumpen constantemente las cosechas y la producción y obligan a la gente a desplazarse; Vulnerabilidad causada por la falta de educación que no permite ni encontrar trabajos más cualificados, ni enfrentarse al mercado de una manera eficaz.
- **El mercado agroalimentario injusto:** el modelo de compra-venta de alimentos está regido por las leyes del mercado, que terminan por excluir a los productores más pequeños con menos recursos y más vulnerables, que tienen poco poder para enfrentarse a las grandes corporaciones internacionales (ver pregunta 1). :



El problema del hambre mundial, no se debe entonces a la falta de alimentos o a una producción insuficiente, sino a un problema de distribución de oportunidades económicas y de poder dentro del actual orden económico mundial..

PREGUNTA 4: ¿POR QUÉ IMPORTA SI COMPRO EN UNA GRAN SUPERFICIE O EN UNA PEQUEÑA TIENDA DE BARRIO O EN UN MERCADO?

Contenidos: Distribución alimentaria e injusticia del mercado agroalimentario industrial.

Objetivos didácticos: Consciencia de la diversidad en la distribución alimentaria y de los estilos de consumo.

Hoy en día la mayor parte de la distribución de los alimentos en España se hace a través de intermediarios. Son llamados así porque dentro de la cadena de producción y consumo se sitúan entre los productores y los consumidores, encargándose de la distribución de productos al público.

En nuestra sociedad han tomado un gran protagonismo los grandes distribuidores, que por una cuestión de economía de escala, consiguen bajar los precios a base de producir grandes cantidades. En alimentación, la gran distribución incluye todas las tiendas y mercados de tamaño medio-grande que ofrecen gran diversidad de productos. Ha tenido un rápido desarrollo, convirtiendo a muy pocas empresas en los actores más portentosos de la economía mundial. De hecho, el 83% de la comercialización en los países desarrollados lo gestionan muy pocas empresas.

A pesar de las ventajas que pueda tener, esta distribución tiene grandes impactos negativos, como que al concentrar tanto poder, hace moverse al mercado alimentario según los intereses económicos de unos pocos y no según el bienestar o la salud de una mayoría; hace que desaparezca el pequeño comercio, debilitando las economías locales; y como se obtienen importantes ganancias aumenta el número de intermediarios, haciendo que la cadena de distribución sea cada vez más compleja y larga en contra de los extremos: los productores, que reciben cada vez un precio menor por sus productos, y de los consumidores, que compran productos de menor calidad a un precio mayor. Además esta larga cadena no permite a productores y consumidores conocerse y tener una relación más directa, lo que está en el origen de una pérdida de conciencia y conocimiento entre ellos.

Por otro lado, los pequeños comercios de barrio presentan importantes beneficios que la gran distribución no puede ofrecer: como que son puntos de encuentro, de relación y de intercambio social entre vendedores y consumidores, generando relaciones de confianza entre las personas; a menudo ofrecen productos típicos de la zona, difíciles de encontrar en un supermercado; y son grandes dinamizadores de la economía local, ya que muchas veces ofrecen productos locales y de temporada y los beneficios se quedan en el barrio y se reinvierten en el desarrollo del mismo.

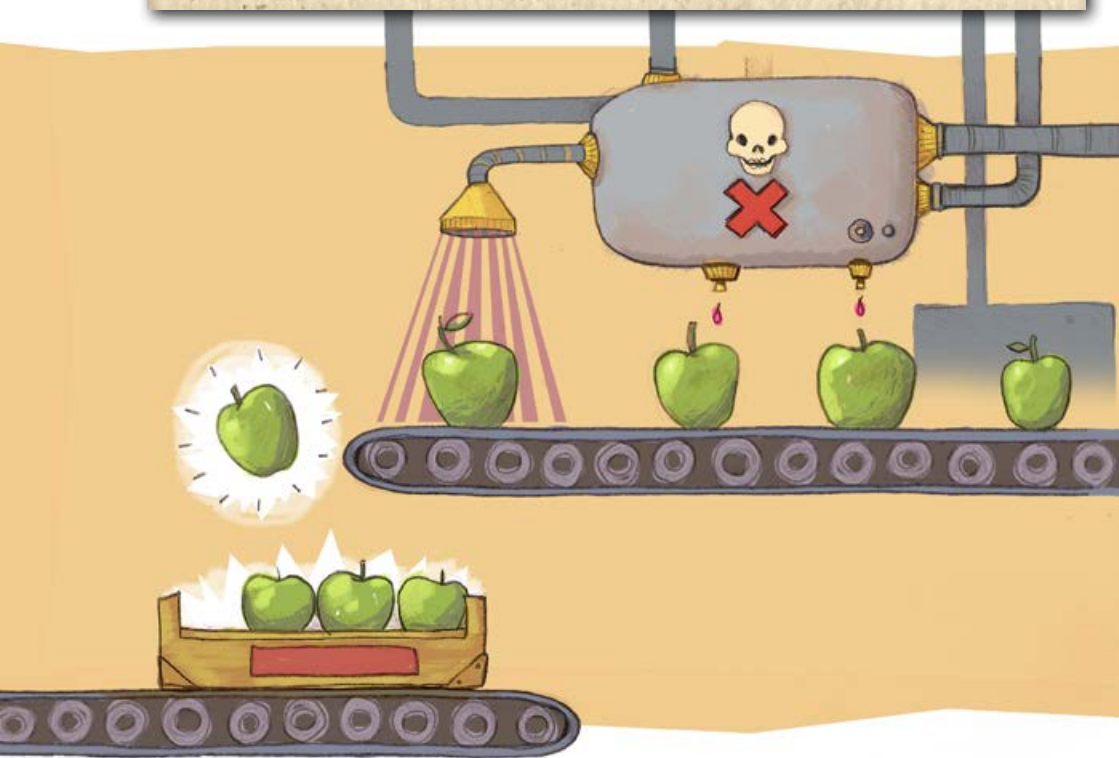
¿Y QUÉ PUEDO HACER YO EN MI DÍA A DÍA?

1. **Descubre y conoce tu barrio** – conocer tu propio barrio es muy importante para ser consciente de las alternativas de consumo que te ofrece. Conoce las pequeñas tiendas de tu barrio y a las personas que trabajan en ellas. Puedes hacer una pequeña investigación y preguntarles cómo funcionan, dónde compran los alimentos, si conocen a los productores... ¡lo que se te ocurra! También puedes averiguar si hay un día de mercado del agricultor/a.
2. **Reparte las compras** – además de ir al supermercado, puedes proponer en tu casa comprar también en los pequeños comercios del barrio. Por ejemplo comprar pan en la panadería o verdura en una verdulería.
3. **Investiga si hay un grupo de consumo en tu barrio y descubre cómo funciona** – puedes proponer a tu familia entrar a formar parte de él!
4. **Elige conscientemente y pregunta** – elige los productos que compras sabiendo lo máximo posible sobre qué está detrás de las marcas. Si algo no te convence... ¡pide información! Recuerda que tenemos mucho poder como consumidores y consumidoras.



LA PROPUESTA DE LA AGROECOLOGÍA

La Agroecología te propone que consumas productos ecológicos, de temporada y de proximidad. Conoce a los productores locales, a los dueños de las tiendas de tu barrio, elige conscientemente lo que compras, descubre si hay un mercado del agricultor o un grupo de consumo en tu barrio... ¡Tú puedes elegir que tu consumo sea más responsable!



ACTIVIDADES RELACIONADAS

2 // Campesinos por el mundo

12 // Merendando con el mundo

13 // Los cubos

7 // El mapa pesado

¿DÓNDE ENCUENTRO MÁS INFORMACIÓN?

Video:

- “Alimentos kilométricos” - Amigos de la Tierra: <https://www.youtube.com/watch?v=5kpYPWG3OKs>
- Documental: “Comida S.A.” (“Food. Inc”) - Emmy Robert Kenner (2008).
- Documental: “Nosotros alimentamos al mundo” (“We Feed the World”) - Erwin Wagenhofer (2005).

Sitios web:

- Amigos de la Tierra: www.alimentoskilometricos.org
- Grain: www.grain.org/es
- Revista “Soberanía alimentaria, Biodiversidad y Culturas”: <http://www.soberaniaalimentaria.info/>
- El Reto del Hambre Cero: www.un.org/es/zerohunger/#&panel1-1
- Intermón Oxfam (asociada española de Oxfam International): www.oxfamintermon.org/es
- Acción contra el Hambre: www.accioncontraelhambre.org

Libros y documentos:

- “No vamos a tragar - Soberanía alimentaria: una alternativa frente a la agroindustria” - Gustavo Duch, 2014.
- “Mucha gente pequeña” - Gustavo Duch, 2013.
- “Bueno, limpio y justo”, Carlo Petrini, Polifemo, 2007
- “¡Rebeliones Alimentarias! La crisis y el Hambre por la Justicia”, Eric Holt-Giménez y Raj Patel, Food First Book, 2009

CIENCIA Y CULTURA

¿Qué son los saberes tradicionales o conocimiento tradicional? Es el conjunto de sabiduría, experiencia, aptitudes y prácticas que se desarrollan, mantienen y transmiten de generación en generación en el seno de una comunidad y que a menudo forman parte de su identidad cultural o espiritual. Es un tipo de conocimiento de posesión colectiva que va formándose en las poblaciones a lo largo de muchos años de historia y de interacción entre éstas y su medio ambiente. El conocimiento tradicional incluye saberes sobre muchas áreas diferentes: desde el conocimiento agrícola, hasta el conocimiento científico, técnico, ecológico y medicinal.

PREGUNTA 1: ¿CÓMO PUEDEN LOS SABERES TRADICIONALES AYUDARNOS A MEJORAR LOS PROBLEMAS DEL MUNDO?

Contenidos: Ciencia y saberes tradicionales

Objetivos didácticos: Conocimiento de los saberes tradicionales + Conciencia del trabajo de la agricultura + Importancia de la protección de la biodiversidad..

En la sociedad occidental, a menudo el valor del conocimiento tradicional cae frente al alto nivel de legitimidad y predominancia del saber científico. La ciencia y la tecnología han asumido el control y el antiguo conocimiento, lo que se hace “de toda la vida”, ha ido perdiéndose poco a poco al ir desapareciendo las personas de mayor edad. Hay oficios tradicionales, como puede ser el de cesterero, cuyos secretos sólo son conocidos por las personas más mayores de un territorio. Cuando estas personas ya no estén, desaparecerá ese conocimiento, y nadie más sabrá cómo hacer cestas como se hacían desde siempre...

Sin embargo, el conocimiento tradicional aún forma una parte muy importante de los saberes en muchas de las poblaciones indígenas y locales de muchos países del mundo, especialmente de los del sur.

Estos conocimientos caracterizan a cada comunidad, distinguiéndola de las demás, y son también un patrimonio fundamental de prácticas para la gestión eficaz de los recursos naturales disponibles en el territorio. Las comunidades indígenas y locales han desarrollado a lo largo de los años saberes útiles para la preservación, el mantenimiento e incluso el incremento de la diversidad biológica del lugar donde viven, utilizándolos para cubrir sus necesidades de forma sostenible.

En la actualidad, frente a la crisis ecológica y de biodiversidad en la que nos encontramos y frente a la necesidad urgente de efectuar un cambio en el estilo de producción y consumo hacia la sostenibilidad, se hace cada vez más importante proteger y transmitir el conocimiento tradicional en todo el mundo. Una amplia difusión de estos saberes podría permitir una mejor comprensión de los equilibrios naturales de la naturaleza y sus relaciones con los hombres y las mujeres, una mejor conservación de la biodiversidad y una gestión más sostenible de los ecosistemas, con un mejor aprovechamiento de los recursos naturales.

PREGUNTA 2: ¿CUÁL ES EL PAPEL DE LA MUJER EN LA PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS?

Contenidos: El papel de la mujer.

Objetivos didácticos: Consciencia de las cuestiones de género + Consciencia de la importancia de las mujeres en las cuestiones de desarrollo

En este contexto, hay que poner una atención especial en el papel que tienen las mujeres en las comunidades rurales y agrícolas. Aunque no existan estadísticas globales sobre el porcentaje de mujeres empleadas en la agricultura, las estadísticas estatales indican claramente que en los países en desarrollo la gran mayoría de las personas agricultoras son mujeres.

El papel de la mujer en la agricultura familiar es fundamental. Las mujeres son en la mayor parte del mundo las que se encargan de los cuidados, lo que incluye además de cuidar de la familia y de la comunidad, cuidar en muchos casos la parcela de cultivo para el autoconsumo familiar.

También se encargan de muchas de las tareas agrícolas necesarias para el correcto funcionamiento de la economía familiar, como la preparación para la venta, la venta misma, el procesado de los productos, etc; labores que en muchas ocasiones no son percibidas desde el exterior. Estas tareas “feminizadas” no son remuneradas, y por supuesto no se contabilizan en las estadísticas sobre la población económicamente activa de un país. Por lo tanto, el trabajo realizado por las mujeres, fundamental para la vida y para la economía de una familia, está totalmente invisibilizado y por lo tanto infravalorado.

Esta desigualdad de reconocimiento que sufren las mujeres se ve reforzado muchas veces por la imposibilidad que tienen éstas en muchas partes del mundo de convertirse en propietarias de las tierras que cultivan. Según la FAO, menos del 2% de los propietarios de tierras a nivel mundial son mujeres. Los hombres siguen gozando de un mayor poder de decisión sobre la tierra, aunque gran parte del trabajo sea realizado por las mujeres y a menudo, son los únicos que tiene acceso a créditos de gobiernos y bancos.

A pesar de esto, son muchas las investigaciones que han demostrado la importancia de empoderar a las mujeres y cerrar la brecha de género en la agricultura. Si las mujeres tuvieran el mismo acceso a los recursos productivos y a los servicios que los hombres, no sólo el rendimiento de las explotaciones agrícolas podría incrementarse, sino también disminuirían problemas como la inseguridad alimentaria, el hambre, la alta tasa de mortalidad y enfermedad infantil, etc. Las mujeres desde siempre, se encargan del cuidado de los miembros de sus familias y de los demás miembros de la comunidad y su empoderamiento, apoyaría el avance hacia la soberanía alimentaria de muchas comunidades, hoy afectadas por el modelo de producción industrial.

¿Y QUÉ PUEDO HACER YO EN MI DÍA A DÍA?

1. **Descubre los antiguos saberes locales de tu comunidad** – si tienes la oportunidad pregunta a tus abuelos, a tus padres y a otras personas mayores pequeñas anécdotas de vida cotidiana de los años pasados y viejas recetas y consejos para la salud, el cuidado del cuerpo, la vida del campo, la comida, etc. Además, muchas publicaciones locales suelen recoger los antiguos saberes tradicionales sobre algunas temáticas puntuales.
2. **Descubre las tradiciones de los demás** – muchas poblaciones indígenas aún conservan mucho de su conocimiento tradicional. Descubrir sus formas de vivir te ayudará a fortalecer tu conocimiento y tu práctica de un estilo de vida más sostenible.
3. **Experimenta la tradición** – experimenta algunos de los antiguos consejos en tu día a día y descubre cómo reciclar, reutilizar, cuidarte y cuidar el medio ambiente de una forma más natural, reduciendo los desechos y aumentando tu sostenibilidad.
4. **Transmite la tradición** – transmite lo que conoces de los antiguos saberes y ayuda el mantenimiento y la transmisión de tu cultura local y de un estilo de vida más respetuoso con el medio ambiente.
5. **Fíjate:** estáte atento/a a las desigualdades entre mujeres y hombres que puedas descubrir en tu día a día e intenta que no se produzcan. Comenta el tema con tu familia, a ver qué opinan. Construye tu propia opinión.

LA PROPUESTA DE LA AGROECOLOGÍA

La Agroecología te propone una mirada inclusiva del trabajo en torno a la agricultura, donde descubrimos todo el trabajo que realizan tanto mujeres como hombres y a través de la que se valora y reconoce. También con esta mirada se descubre el gran valor de los saberes tradicionales y cómo aplicarlos en la actualidad, aprovechando la tecnología y adaptándolo a las necesidades actuales. Se aprende a observar y a escuchar a las personas mayores y a darnos cuenta de que su conocimiento es muy valioso, y a cuidarlo y protegerlo para que no se pierda.



ACTIVIDADES RELACIONADAS

2 // Campesinos por el mundo

4 // Un año en refranes

3 // Un reloj de 24 horas

5 // Un mosaico biodiverso

¿DÓNDE ENCUENTRO MÁS INFORMACIÓN?

Video:

- Programa “A la Carta” sobre el movimiento Slow Food: <http://www.rtve.es/alacarta/videos/la-aventura-del-saber/aventura-del-saber-movimiento-slow-food/2190550/>
- Programa “Para Todos La 2” sobre la vuelta a las tradiciones promovido por el movimiento Slow Food: <http://www.rtve.es/alacarta/videos/para-todos-la-2/para-todos-2-slow-food/1142323/>

Sitios web:

- Conocimientos tradicionales, pagina de UNESCO: www.unesco.org/bpi/pdf/memobpi48_tradknowledge_es.pdf
- Los graneros de la memoria, proyecto de Slow Food (pagina web en inglés): www.granaidellamemoria.it/index.aspx
- Grain: <http://www.grain.org/es>
- Número especial dedicado a la mujer de la Sociedad española de Agricultura Ecológica (SEAE): <http://www.agroecologia.net/la-mujer-tema-principal-del-numero-18-de-la-revista-ae/>
- Guía Didáctica: Adaptación teatral del cuento “El sueño de Paula”. Trabajo sobre las desigualdades de las mujeres a nivel global. Para niños de primaria. Interred: http://fundacioproide.org/jdownloads/Materials%20educaci%20pel%20desenvolupament/2008/prim/guia_teatro.pdf
- Revista Biodiversidad y Culturas: Núm. sobre la economía feminista, muy vinculada a la agroecología - <http://www.soberaniaalimentaria.info/numeros-publicados/52-numero-21/231-portada-21>

Libros y documentos:

- Biopiratería: el saqueo de la naturaleza y el conocimiento”, Vandana Shiva, Icaria, 2001
- “Biodiversidad y Conocimiento Tradicional en la Sociedad Rural. Entre el bien común y la propiedad privada”, Luciano C. Bórquez & Francisco L. Bárcenas, CEDRSSA, 2007
- “Convenio sobre la Diversidad Biológica: ABS. Tema: Conocimiento tradicional”, Hoja informativa de la serie ABS, Secretaría del Convenio sobre la Diversidad Biológica, 2011 (disponible en internet)
- “Inventario Español de los Conocimientos Tradicionales relativo a la Biodiversidad”, Manuel Pardo de Santayana, Ramón Morales, Laura Aceituno, María Molina, Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, 2014 (disponible en internet).
- “Agricultura Familiar desde una perspectiva de igualdad de género” Bolivia 2014. Prodi. (http://prodi.org/images/libros/agricultura_familiar.pdf)

BIODIVERSIDAD Y MEDIOAMBIENTE

PREGUNTA 1: ¿QUÉ TIENE QUE VER MI COMIDA CON EL MEDIO AMBIENTE?

Contenidos: Producción industrial e impacto sobre la biodiversidad + Producción industrial e impacto sobre los recursos productivos + Los productos de temporada + Consumo kilométrico y contaminación.

Objetivos didácticos: Consciencia de la importancia de la biodiversidad + Conocimiento de los recursos naturales y los recursos productivos + Consciencia de las temporadas y consumo variado + Comercio de lejanía y contaminación + Alimentación y producción de CO₂.

En la sociedad occidental, a menudo el valor del conocimiento tradicional. Los productos que compramos para comer, pueden tener un mayor o menor impacto sobre el medio ambiente, dependiendo de dónde y cómo se han producido, y bajo qué criterios. A la hora de decidir qué consumimos, debemos saber que estamos decidiendo también qué sistema de producción apoyamos, y que unos tienen un mayor impacto ambiental que otros. Así que sí, ¡nuestra comida tiene mucho que ver con el medio ambiente!

Hoy en día, la agricultura representa un sector económico fundamental, en el cual trabaja la mayoría de la población mundial. En el mundo existen diferentes modelos de agricultura, que en grandes líneas podemos clasificar, por un lado como agricultura agroindustrial, y por otro como agricultura familiar, que suele ser ecológica. La diferencias entre los dos modelos son muchas, dependiendo de la forma de percibir la naturaleza y todos los factores productivos implicados en el proceso.

Con agricultura agroindustrial nos referimos a una agricultura que tiene grandes impactos medioambientales, como:

- La contaminación atmosférica: se emiten grandes cantidades de carbono debido al gran uso de invernaderos e importante maquinaria, así como al transporte de los productos, kilométricos: se produce en

un sitio pero se consume en otro.

- Usa de grandes cantidades de agua y contamina las fuentes de agua: usa muchos productos químicos con los se fuerza al cultivo a ir más deprisa y con los que se lucha contra las plagas, y requiere la aportación de cantidades de agua mayores. Estos productos químicos llegan muchas veces a los acuíferos y los contaminan.

- Favorece la deforestación y las sequías: agota el suelo, dejándolo sin nutrientes, inservible para el cultivo o para que crezcan otras plantas. Además requiere cantidades siempre crecientes de tierra fomentando fenómenos como la deforestación o el acaparamiento de tierras.

- Los productos químicos también son perjudiciales para la salud animal y humana.

- Se da una gran pérdida de biodiversidad agrícola, pues se emplean pocos cultivos, solo los que son más rentables en el mercado, sin utilizar las variedades locales adaptadas a las condiciones climáticas, de tierra, de plagas de su territorio. esto conlleva también pérdida de biodiversidad cultural.

La agricultura familiar y ecológica, por el contrario, se desarrolla a una escala mucho menor, no intensiva, en la que se utilizan pequeñas superficies de tierra con una mayor biodiversidad en los cultivos y menor cantidad de insumos químicos. Se cultiva respetando los ritmos naturales de la tierra y de las temporadas: en verano productos de verano y en invierno productos de invierno. Se realiza rotación (alternancia) de cultivos por lo que se mantiene la fertilidad de los suelos y no se agotan. Trata de producir a nivel local y recuperando en muchas ocasiones variedades locales, que a la agricultura industrial ya no le interesa producir y prácticamente han desaparecido de nuestras tiendas. Así mismo, produce menores emisiones de carbono, pues no favorece tanto el uso de invernaderos o fertilizantes y pesticidas. Por lo tanto, este modelo de agricultura tiene un menor impacto a nivel ambiental.

PREGUNTA 2: ¿QUÉ PASA SI TIRO COMIDA?

Contenidos: Pérdida y desperdicio de alimentos y su impacto ambiental. Objetivos didácticos: Importancia de la disminución del desperdicio de alimentos + Desperdicio de alimentos causado por sus aspectos + Alimentación y producción de CO₂.

En el mundo hasta un tercio de todos los alimentos se estropea o se desperdicia antes de ser consumido por las personas, mientras que casi 1000 millones de personas pasan hambre. La Comisión Europea calcula que solamente en Europa se desperdician cada año más que 100 millones de toneladas de alimentos, más de 180 kilos por habitante. Detrás de Alemania, Holanda, Francia, Polonia e Italia, España es el sexto país de la UE que más comida desperdicia con 7,7 millones de toneladas al año.

Se habla de 'pérdida' cuando los alimentos se pierden o estropean antes de llegar a su fase de producto final o a la venta (por ej. bananas que se caen de un camión); llamamos 'desperdicio' todos los alimentos aptos para el consumo humano, que no son consumidos porque son descartados por los minoristas o los consumidores, o porque se deja que se estropeen (por ej. bananas tiradas porque tienen manchas marrones).

La pérdida de alimentos puede deberse a problemas en la recolección, almacenamiento, embalaje, transporte e infraestructura o a los mecanismos de mercado o de precios, o de leyes e instituciones. Algunas causas del desperdicio son: reglas de etiquetado con fechas de caducidad demasiado rígidas o mal entendidas o malas prácticas de almacenamiento, de compras o de cocina.

Prácticamente un tercio de los alimentos que se compran en el mundo, en lugar de tirarse, podrían servir para alimentar a 3 millones más de personas. También se desperdician recursos y se contamina, puesto que para producir estos alimentos que se desperdician, se han empleado muchos recursos naturales (tierra, agua, energía y otros factores de producción) y se han emitido gases de efecto invernadero: se calcula que el 10% de las emisiones de los países ricos procede de la producción de alimentos que nunca serán consumidos.

Cada uno de nosotros tiene parte de la responsabilidad de este enorme desperdicio, pues en gran parte es el resultado de la falta de conciencia de los consumidores: muchas veces compramos más de lo que necesitamos teniendo que tirar productos en buen estado - ¿cuántos productos terminan en la basura sin haber sido abiertos?.

Además tenemos una cultura de consumo rápido por la que no planificamos suficientemente nuestras compras y gastos, y terminamos comprando cosas que no necesitamos o en mayor cantidad de lo necesario. Por otro lado, ciertos supermercados venden los productos empacados de manera que no permite elegir la cantidad que se quiere, por lo que a veces se compra más de lo que se necesita realmente.



¿Y QUÉ PUEDO HACER YO EN MI DÍA A DÍA?

1. **Al ir a hacer la compra** – antes de hacer la compra con tu familia, revisa lo que aún tenéis en la nevera y despensa, haced una lista de lo que falta y llevadla con vosotros. En vez de productos empaquetados intenta comprar productos sueltos, así puedes elegir tú la cantidad que quieres.
2. **Lee las etiquetas** – lee siempre las etiquetas y la fecha de caducidad de los productos y cómpralos sólo si pensais consumirlos antes del día que caducan. Muchos se pueden comer aunque estén caducados...
3. **La conservación** – al guardar los alimentos, trata de conservarlos de manera adecuada para que duren más tiempo.
4. **La disposición** – cuando compréis alimentos nuevos, poned los viejos delante y los nuevos atrás para consumirlos antes. También así evitas que se pudran cosas!
5. **Al servir la mesa** – sírvete pequeñas raciones de comida, pensando en poder repetir si tienes más hambre, pero para que no te sobre en el plato.
6. **Las sobras** – en vez de tirar las sobras las puedes utilizar como comida para el día siguiente o aprovecharlas para la cena. Con la fruta que está a punto de estropearse puedes hacer batidos muy ricos o una tarta de fruta.
7. **Creatividad** – puedes buscar nuevas recetas rápidas y sencillas gracias a las cuales reinventar lo que tienes en la despensa y te “sobra”.
8. **El compost** – la producción de desechos alimentarios es inevitable; ¿por qué no transformarlos en abono para las plantas de casa o el huerto? milia, a ver qué opinan. Construye tu propia opinión. Infórmate y descubre el funcionamiento de los compostadores de cocina. O crea con tus vecinos un compostador multifamiliar que pueda ser útil a un productor cercano.

LA PROPUESTA DE LA AGROECOLOGÍA

La agroecología te propone que apuestes por el modelo de agricultura familiar y ecológica, que busca el equilibrio con el medio ambiente y que favorece la biodiversidad. Seguro que hay personas produciendo alimentos cerca de tu ciudad de esta forma: busca dónde están y ¡vete a visitarlos un día! Quizás también haya alguna tienda en tu barrio que venda variedades locales de frutas y verduras. Puedes buscarlas y lanzarte a probarlas ¡Y cuéntale a todo el mundo lo ricas que están!



ACTIVIDADES RELACIONADAS

- 5 // Un mosaico biodiverso
- 6 // La vida de abajo
- 14 // Un nombre de semillas
- 7 // El mapa pesado
- 10 // El recetario reciclón de clase
- 1 // El molinete de los productos
- 15 // A la mesa con los feos
- 9 // Una huella hecha de aire

¿DÓNDE ENCUENTRO MÁS INFORMACIÓN?

Video:

- Vídeo musical sobre el Movimiento Agroecológico Latinoamericano - MAELA: <https://www.youtube.com/watch?v=3om-4z2jrsU>
- Canción sobre la huerta de “Campo y Sabor”: <https://www.youtube.com/watch?v=zTTspRKzDWO>
- <http://storyofstuff.org/movies/story-of-stuff/> - Annie Leonard y Jonah Sachs.
- Vídeos de la FAO: Impactos medioambientales del desperdicio de alimentos en el cambio climático, el agua, la tierra y la biodiversidad: 1. <https://www.youtube.com/watch?v=7uhicBad4VM>. 2. https://www.youtube.com/watch?v=Gv_4qGrtyZc
- Vídeo sobre desperdicio de alimentos de Brasil: (en portugués) <https://www.youtube.com/watch?v=reOBks5UR3Q>
- La cinta transportadora: <https://youtu.be/iqU2ekQBwHA>

Sitios web:

- Save Food: www.save-food.org (sitio web en inglés)
- Piensa, Aliméntate, Ahorra: www.thinkeatsave.org/es/
- Love Food Hate Waste: www.lovefoodhatewaste.com (sitio web en inglés)
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - Desperdicio de alimentos: www.fao.org/food/-loss-and-food-waste/es/

Libros y documentos:

- “Cuando nada vale nada”, Raj Patel, Los libros del lince, 2010
- “Pérdida y desperdicio de alimentos en el mundo – Alcance, causas y prevención”, Save Food, 2011.

TABLA DE ACTIVIDADES DE CLASE (50 MINUTOS)

ACTIVIDAD	¿DÓNDE?	TIEMPO NECESARIO
1 EL MOLINETE DE LOS PRODUCTOS	Aula	1 clase de 50 minutos para la primera parte de la actividad, división de los productos por temporadas.
		1 clase de 50 minutos para la construcción del molinete.
2 CAMPESINOS POR EL MUNDO	Aula	1 clase de 50 minutos
3 UN RELOJ DE 24 HORAS*	Aula	1 clase de 50 minutos
4 UN AÑO EN REFRANES	Aula	1 clase de 50 minutos para la primera parte de la actividad.
		1 clase de 50 minutos para la 2ª parte de la actividad
5 UN MOSAICO BIODIVERSO	Aula	1 clase de 50 minutos para la primera parte de la actividad, dibujos
		1 clase de 50 minutos para la segunda parte de la actividad: construcción del mural biodiverso
6 LA VIDA DE ABAJO**	Aula / Jardín escolar	1 clase de 50 minutos para la primera parte, análisis del suelo
7 EL MAPA PESADO	Aula	1 clase de 50 minutos
8 MISTERIOSA PUBLICIDAD	Aula	1 clase de 50 minutos

*Actividad parte del material didáctico del proyecto "Centros Educativos por el Comercio Justo" de Ideas, Setem y Proyde.

**Actividad descrita por M.Escutia en "El huerto escolar ecológico".

	ASIGNATURAS INVOLUCRADAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS
	Ciencias de la Naturaleza / Biología	Consumo variado de alimentos
	Educación plástica y visual	Conciencia del origen de los alimentos, de las temporadas y consumo variado
	Lengua y literatura / Ciencias Sociales, Geografía e Historia / Ciencias de la Naturaleza	Consciencia del trabajo de la agricultura
	Lengua y literatura / Ciencias Sociales, Geografía e Historia / Educación para la ciudadanía y los derechos humanos.	Consciencia de la importancia de las mujeres y del género en las cuestiones de desarrollo
	Ciencias de la Naturaleza / Lengua y literatura	Conocimiento de los saberes tradicionales
	Educación plástica y visual	
	Ciencias de la Naturaleza / Biología / Educación plástica y visual	Consciencia de la importancia de la biodiversidad y de su protección
	Ciencias de la Naturaleza / Biología / Educación plástica y visual	
	Ciencias de la Naturaleza / Biología	Conocimiento de la tierra y sus propiedades
	Ciencias de la Naturaleza / Ciencias sociales, Geografía e Historia / Matemáticas	Consciencia de la diversidad en la distribución alimentaria y de los estilos de consumo
		Comercio de lejanía y contaminación
	Biología	Consciencia de los "engaños" de la publicidad

ACTIVIDAD	¿DÓNDE?	TIEMPO NECESARIO
9 UNA HUELLA HECHA DE AIRE	Aula	1 clase de 50 minutos para la primera parte de la actividad, explicación ciclo del carbono y la huella de carbono.
		1 clase de 50 minutos para la segunda parte, calculo de su propia huella y la huella de la clase.
10 EL RECETARIO RECICLÓN DE CLASE	Aula	1 clase de 50 minutos para la primera parte de la actividad, introducción a la problemática del desperdicio de comida.
		1 clase de 50 minutos para la segunda parte, construcción del recetario
11 ¿CÓMO COMO LO QUE COMO?	Aula	1 clase de 50 minutos

TABLA DE TALLERES (MÁS DE 50 MINUTOS)

ACTIVIDAD	¿DÓNDE?	TIEMPO NECESARIO
12 MERENDANDO CON EL MUNDO*	Aula / Comedor escolar	2 horas
13 LOS CUBOS**	Aula	2 horas
14 UN NOMBRE DE SEMILLAS***	Aula / Jardín escolar / Huerto escolar	2 horas
15 A LA MESA CON LOS FEOS	Aula / Comedor escolar	2 horas

* Adaptación de "El Banquete del Hambre" de Oxfam International.

** Actividad parte del material didáctico del proyecto "Centros Educativos por el Comercio Justo" de Ideas, Setem y Proyde.

*** Actividad descrita por M. Escutia en "El huerto escolar ecológico".

	ASIGNATURAS INVOLUCRADAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS
	Ciencias de la Naturaleza / Biología	Alimentación y producción de CO2
	Ciencias de la Naturaleza / Biología / Matemática	
	Ciencias sociales, Geografía e Historia	Importancia de la disminución del desperdicio de alimentos
	Educación plástica y visual / Informática	
	Ciencias de la Naturaleza / Biología / Educación ético-cívica	Consumir cantidades adecuadas de alimentos + Ser consciente de lo que se come y de lo que se desperdicia

	ASIGNATURAS INVOLUCRADAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS
	Educación ético-cívica / Ciencias sociales, Geografía e Historia	Consciencia de la diversidad en la distribución alimentaria y de los estilos de consumo
	Educación ético-cívica / Ciencias sociales, Geografía e Historia	Acceso a los recursos productivos
	Ciencias de la Naturaleza / Biología / Educación plástica y visual	Conocimiento de las semillas y sus propiedades
	Ciencias de la Naturaleza / Biología	Desperdicio de alimentos causado por sus aspecto

CERAI 2015
www.cerai.org



CERAI 2015

Proyecto financiado por la
Generalitat Valenciana

