Guía docente

¿Sabés de dónde viene tu comida?

Área disciplinar: Educación Ambiental Integral
Nivel: Secundario

Contenido

- Seguridad y soberanía alimentaria

Presentación

Los videos "¿Sabés de dónde viene tu comida?", "De las ferias francas a tu mesa" y "El poder del suelo" tratan sobre la producción de alimentos y sobre la soberanía alimentaria. La seguridad alimentaria hace referencia a que todas las personas puedan acceder a una alimentación adecuada, suficiente y acorde a las particularidades y la identidad alimentaria de cada región del país. Por otro lado, se entiende por soberanía alimentaria "el derecho de cada pueblo, comunidad y país a definir sus propias políticas agrícolas, pastoriles, laborales, de pesca, alimentarias y agrarias que sean ecológicas, sociales, económicas y culturalmente apropiadas a sus circunstancias exclusivas (Foro de ONG/OSC, 2002).

Objetivos de aprendizaje

- Analizar los alimentos de consumo habitual desde una perspectiva de sostenibilidad y salud.
- Reflexionar acerca de cómo se puede contribuir a la transformación del entorno cotidiano en un entorno alimentario saludable.

Actividades sugeridas

Actividad 1 (los alimentos)

Primera parte

En pequeños grupos elegirán una comida y/o preparación habitual o un menú del comedor escolar, etc. para analizar los siguientes aspectos:

a. *¿Por qué lo eligieron?*
b. *¿Cuáles son los ingredientes de esa preparación o comida?*
c. *¿Cómo los clasificarían: son alimentos frescos, mínimamente procesados o productos comestibles ultraprocesados?*
d. *¿Qué información tienen sobre esos alimentos? ¿Los consideran saludables? ¿Por qué?*
e. *Investiguen dónde se produce. ¿Cómo se produce, es de manera sostenible?*

f. *¿Dónde los compran? ¿A quién se los compran? ¿Quién/es los preparan?*

g. *¿Quiénes los comen? ¿Dónde y cómo se comen?*

h. *Socializar las reflexiones de cada grupo y reflexionar sobre cuestiones que se podrían mejorar para promover el acceso a alimentos más saludables, culturalmente aceptados y que no tengan un impacto negativo en el ambiente.*

Segunda parte

- En caso de que hayan encontrado algún/os productos ultraprocesados dentro de la preparación: *¿cuál/es fueron esos productos? ¿Por qué o para qué los están utilizando? ¿Cómo se los podría reemplazar por alimentos frescos o mínimamente procesados?*
- Respecto al precio, rendimiento y durabilidad: *¿qué ocurre entre las distintas opciones?, ¿y en cuanto al descarte de envases y desperdicios que generan?*
- Realizar una puesta en común. Hacer énfasis en pensar qué cambiaría en el trabajo cotidiano de la cocina si se hiciera este reemplazo.

Actividad 2 (ferias francas)

a. Imaginar que a partir de un proyecto se asocian a productores de ferias francas y comienzan a recibir o comprar bolsones de alimentos sanos, seguros y soberanos. En pequeños grupos, responder las siguientes preguntas: *¿Qué menú se les ocurre que podrían realizar al ver el listado de los alimentos recibidos? ¿Faltan alimentos en el listado?*

Alimentos del bolsón:

Acelga, zapallo, repollo, remolacha, zanahoria, berenjenas, tomates.

Bananas, naranjas, mandarinas.

Harina de trigo, garbanzos, lentejas, arroz, papas.

Huevos

Leche, queso fresco.

Aceite de girasol, maní, semillas de girasol.

b. Realizar una puesta en común y responder: *¿qué cambios creen que se deberían introducir en la rutina de cocina o de organización para que la incorporación de este bolsón se traduzca en una alimentación más sana, segura y soberana? ¿Qué ofertas de la comunidad (municipio, ferias, producciones locales, etc.) se podrían gestionar para mejorar la posibilidad de acceder a una alimentación sana, segura y soberana?*

Material extra

- https://www.fao.org/3/au351s/au351s.pdf
- https://www.argentina.gob.ar/desarrollosocial/prohuerta
- https://www.tierra.org/soberania-alimentaria/
- https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2022/07/siso_modulo_1_derecho_a_una_alimentacion_sana_segura_y_soberana.pdf