

yo + también CONSUMO de forma responsable

Guía
docente



 **facua**
Andalucía

Consumidores en Acción

yo + también
de
forma **CONSUMO**
responsable

DERECHOS DE
LOS USUARIOS

DESPERDICIOS
de comida



**CONSUMO
RESPONSABLE**

ESTILO DE VIDA
RESIDUOS



JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA

“Yo también consumo de forma responsable” se enmarca en una de las líneas de actuación de FACUA Andalucía: formar, informar, educar y defender los derechos de los consumidores. La finalidad de este programa es fomentar cambios de comportamientos personales y colectivos en los jóvenes y favorecer el compromiso con un estilo de vida más responsable. Todo ello, con el propósito de alcanzar unos niveles de consumo más sostenibles y promover una cultura más justa y solidaria.

En esta guía se proponen tres bloques de contenidos teóricos relacionados con el consumo responsable y seis actividades prácticas. Los ejercicios están concebidos para que el profesorado las integre en las programaciones didácticas de tercero y cuarto de ESO. El tiempo aproximado es de diez horas, pero el programa se puede trabajar de forma totalmente flexible.

Los objetivos generales de “Yo también consumo de forma responsable” son los siguientes:

- Desarrollar la capacidad crítica de análisis ante la realidad de consumo, ofreciendo alternativas al modo de vida consumista.
- Promover un consumo respetuoso con el medio ambiente, sostenible, solidario y socialmente justo.

Estos objetivos generales se operativizan en los fines específicos de cada una de las actividades del programa.

A la hora de diseñar las actividades se han tenido en cuenta los conocimientos y experiencias previas del alumnado. Del mismo modo, se ha tratado de potenciar la observación, exploración, creatividad e interpretación de la realidad. Se ha puesto especial énfasis en el análisis y desarrollo de actitudes críticas ante el modelo actual de consumo, proporcionando a los jóvenes recursos y alternativas de transformación.

Esta guía docente sigue la misma estructura que la guía del alumno, incluyendo de forma adicional orientaciones didácticas para el desarrollo de las actividades de los distintos bloques temáticos.

La escuela es un espacio idóneo para promover la adquisición de nuevos hábitos y formas de consumo. Con este programa educativo se ha pretendido proporcionar materiales, herramientas y recursos de apoyo al profesorado de Educación Secundaria para impulsar el consumo responsable entre los jóvenes.

Yo + también de consumo de forma responsable

0. INTRODUCCIÓN

Consumir de forma responsable supone adoptar el compromiso de renunciar a lo que realmente no necesitas y llevar un estilo de vida que permita niveles de consumo más sostenibles.

Además, cuando realizas una compra, elegir un producto u otro puede ser la diferencia para evitar las injustas condiciones de trabajo que algunas personas tienen que sufrir por haber nacido en un país menos desarrollado. También hay que pararse a pensar en la degradación del medio ambiente o en la sobreexplotación de los recursos naturales del planeta.

Cambiar los hábitos de consumo es clave para transformar este insostenible modelo. Un consumidor responsable regula su consumo a partir de valores humanos y realiza sus compras de manera consciente, preguntándose de dónde viene y dónde terminará lo que compra.

Asimismo, sabe limitar su consumo y es solidario, ayudando a preservar los recursos naturales para el disfrute de las siguientes generaciones.

1. CONSUMISMO

Es indiscutible que para vivir necesitamos consumir, pues precisamos comida, calzado, ropa, servicios, transporte.... Todo esto lo proporciona el modelo actual de consumo pero, ¿sabes en qué consiste y cuáles son sus características?

Este modelo asocia el bienestar y la calidad de vida con la adquisición de productos y servicios. En él, las personas y los recursos naturales quedan re-

ducidos a simples factores que intervienen en la producción y no se repara en las consecuencias que tienen las injustas condiciones de trabajo y la sobreexplotación de los recursos.

Los problemas ocasionados por este modo de producción y consumo cada vez son más graves: la creciente pobreza mundial, la explotación laboral de la infancia, la marginación de grandes grupos de población, la contaminación del medio, el calentamiento global del planeta, los desastres naturales, los nuevos problemas de salud... Todo esto hace pensar que este modelo no resulta sostenible.

El consumismo es el gasto o consumo masivo de productos y servicios que no son necesarios. Actuando de esta forma no sólo se intentan satisfacer necesidades reales, también se persiguen símbolos de posición social, alcanzar más felicidad, estar más sanos y bellos, mejorar las relaciones con los demás...

Con este tipo de consumo se imita a sectores de la sociedad que se toman como modelos: ricos, famosos, deportistas, etc., perdiendo la capacidad de definir lo que es necesario de verdad.

Si te digo publicidad, ¿en qué piensas? Seguramente en anuncios y marcas. A través de los medios de comunicación, la publicidad vende sensaciones, valores o metas que se consiguen utilizando o consumiendo determinados productos.

La publicidad transmite que eres más feliz cuanto más consumes. Lo que no refleja son las repercusiones sociales y medioambientales que tiene la producción de esos objetos que te incita a comprar.

Para realizar un gasto responsable y no caer en el consumismo, es importante que pienses en cuáles son los que realmente necesitas.

Actividad 1: Yo, tú, ella ¿quién decide?

Se mete en tu vida desde la pantalla del televisor, del ordenador, te persigue en cuanto sales a la calle, desde cada rincón de la ciudad. Está al borde de la carretera, en la parada del autobús y en el metro, llena el buzón de tu casa y hasta llama por teléfono... Te ofrece un cuerpo perfecto, lo último en moda, lo último de tu artista o deportista favorito. Llegarás muy lejos y serás feliz... muy feliz. Esa es la publicidad ¡imposible evadirse de ella!

Ahora te toca a ti. Investiga sobre cómo se cuela en tu día a día.

Instrucciones:

Anota el número aproximado de anuncios que ves durante una semana completa. Registra también aquellos que te parezcan más llamativos, bien porque realmente ves necesario el producto que publicitan o por todo lo contrario, piensas que no es esencial. Realiza una puesta en común con tus compañeros de clase, ¡te sorprenderás!

Responde a las siguientes preguntas:

- ¿Cuántos anuncios has visto aproximadamente a lo largo de esta semana?
- ¿Puedes enumerar los medios de comunicación dónde los has visto?
- ¿Qué anuncios te han llamado más la atención? ¿Por qué?
- Elige uno de los anuncios que más te haya gustado y explica qué producto ofrece y cómo lo "vende". ¿Crees que lo que cuenta el anuncio es real? ¿Por qué?
- En general, ¿qué dirías de la mayoría de los anuncios que has visto? ¿Crees que te informan o te cuentan un cuento?

Yo + también de consumo forma responsable

ACTIVIDAD 1: ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

OBJETIVOS

- Tomar conciencia de la influencia de la publicidad en el modelo de consumo actual.
- Generar actitudes críticas hacia el consumismo.
- Conocer los distintos medios que utiliza la publicidad para llegar a los destinatarios.

CONTENIDOS

- Publicidad y consumo.
- Modelo de consumo actual.
- Medios de comunicación de masas.

DESARROLLO (1 hora)

Los alumnos realizarán un listado de los anuncios publicitarios que observen a lo largo de una semana.

En esa lista deben figurar los que les resulten más llamativos por dos razones:

- Los que realmente les parecen interesantes por la funcionalidad y lo imprescindible del producto.
- Los que son irrelevantes para el desarrollo de su día a día.

En una segunda fase, los alumnos formarán pequeños grupos, realizando otra lista que resuma las aportaciones más relevantes de los miembros del equipo. Un portavoz de cada grupo la expondrá al resto de compañeros de clase. El profesor facilitará el debate y la reflexión sobre los contenidos tratados, utilizando como recurso las preguntas incluidas en la actividad del alumno.

EVALUACIÓN

Se valorarán la participación, el reconocimiento de los efectos del consumismo en los estilos de vida y la actitud crítica ante los mensajes publicitarios que inducen a él, discriminando la información útil de la simple propaganda.

2. CONSUMO RESPONSABLE

El consumo responsable se caracteriza por consumir menos, eligiendo sólo lo necesario, y por seleccionar productos que valoren la justicia social y la protección del medio ambiente. Se fundamenta en tres criterios:

- **Consumo ético:** implica preguntarse por las condiciones en las que ha sido elaborado un producto (salario digno, uso de la materia prima, derechos laborales...).

- **Consumo ecológico:** al comprar un producto, debemos conocer los recursos que se han utilizado en su producción y cómo se van a gestionar los residuos que genera. El consumo ecológico tiene en cuenta el impacto medioambiental en todas sus vertientes, desde reducir, reutilizar y reciclar (regla de las 3R), hasta la agricultura ecológica y las energías limpias.

- **Consumo solidario:** se preocupa por reducir la pobreza de los países del sur del planeta mediante un sistema comercial equitativo y solidario. Fomenta el Comercio Justo entre productores y consumidores.

Actividad 2: ¿Me das la mano?

Cuando compras cualquier producto, eres el último eslabón de la cadena de producción y distribución, ¿Sabes el poder que tienes en tus manos? El consumo responsable implica que además del precio y de la calidad tengamos en cuenta aspectos relacionados con el respeto al medio ambiente, la sostenibilidad, la solidaridad y la justicia social: ¿quién fabrica esto? ¿cómo trabaja? ¿cuánto cobra?, y la empresa ¿qué beneficios se lleva?

Instrucciones:

Lee el texto que te va a facilitar tu profesor. Recuerda que esa persona pertenece a la red de productores de Comercio Justo. Después, crea una historia sobre cómo sería su vida si no formara parte de esa red.

Para ayudarte, los criterios del Comercio Justo son:

- Garantizar un salario y unas condiciones laborales justas.
- Las organizaciones productoras destinan una parte de sus beneficios para su comunidad: educación, sanidad, seguridad alimentaria, agua...
- El Comercio Justo debe contribuir al desarrollo de toda la comunidad.
- No hay explotación infantil.
- Se promueve la participación en la toma de decisiones y el funcionamiento democrático.
- Se fomenta la igualdad entre hombres y mujeres.
- Se garantiza la protección del medio ambiente.
- Los productos que se adquieren se elaboran bajo normas de calidad.
- Garantiza que el producto se ha obtenido en condiciones dignas, respetando los derechos de los trabajadores.

Yo + también de consumo de forma responsable

ACTIVIDAD 2: ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

OBJETIVOS

- Conocer las características y criterios del Comercio Justo.
- Analizar los beneficios de las relaciones comerciales justas.
- Desarrollar actitudes que contribuyan a la construcción de un mundo más solidario.

CONTENIDOS

- Características y criterios del Comercio Justo.
- Justicia y solidaridad.

DESARROLLO (1 hora)

La clase se divide en cuatro grupos. A cada uno de ellos se le asignará el testimonio de un productor de Comercio Justo (anexo). Cada grupo tendrá que crear una historia sobre cómo sería la vida del productor si no participara dentro de las redes de Comercio Justo: vivienda, educación, salud, satisfacción personal, autoestima, repercusión en su comunidad y medio ambiente.

Cada grupo pondrá en común en el aula el testimonio del productor y la historia creada. El docente dinamizará la actividad, facilitando el debate y la reflexión del alumnado.

Como apoyo, en la actividad del alumno se describen los criterios del Comercio Justo. Si es posible y la clase está motivada podría escenificarse en forma de *role-playing*.

ANEXOS: Testimonios de productos de Comercio Justo

1. Isanka: trabaja en una fábrica de juguetes de Sri Lanka como operaria y, tras casi 10 años de oficio, considera la cooperativa como parte de su familia. Entró en la organización como costurera y ascendió hasta asistente de producción en el mismo departamento. Este ascenso fue muy importante para ella y su familia, ya que vivían con grandes dificultades. La ceguera de su madre, el fallecimiento de su padre y el tener que vivir en una habitación diminuta en casa de su tío junto a sus tres hermanos, la impulsaron a luchar para tener un futuro mejor. Gracias a su trabajo en la cooperativa consiguió una vivienda y hoy, ella y su familia disponen de un techo propio y seguro.

2. Peter Ouma: Peter tiene 27 años y lleva más de 15 trabajando en Bombolulu (Kenia). Tuvo la polio cuando era niño porque no había vacuna disponible. Cuando terminó la escuela, se fue a Nairobi para recibir formación en fabricación de calzados. Más tarde, la APDK (Asociación para los Discapacitados Físicos de Kenia) le dio un trabajo de aprendiz con un artesano de bisutería. Posteriormente comenzó a trabajar en el departamento de diseño de un taller en este sector. Desde hace un par de años, combina su trabajo como artesano con el desarrollo de tareas de marketing y contacto directo con clientes:

“Gracias a nuestros clientes, tanto locales como internacionales, y a los canales del Comercio Justo, nuestro proyecto tiene sentido. Su apoyo nos permite mantenernos animica y económicamente”.

El año pasado se casó y su mujer también trabaja en Bombolulu. Tienen una pequeña casa y un niño de nueve meses.

3. Bandara Menike: vive en Kumbukgette (Sri Lanka), un pueblo famoso por la abundancia de caña y bambú, materiales básicos para la fabricación de cestas, cajas y otros objetos decorativos. Una actividad artesanal y ecológica que, junto a la producción de arroz, sustenta a los habitantes de la zona. Aún así, estas actividades tradicionales no son suficientes para las familias, por lo que la mayoría de los jóvenes han abandonado su hogar para instalarse en la ciudad y/o trabajar en el ejército. Ante esta situación, el pueblo de Selyn lanzó una línea de productos que combinaban tela tejida a mano y bambú, aumentando los ingresos económicos de la población de Kumbukgette.

En la actualidad, Bandara es la dueña de una pequeña unidad de subcontratación. Junto a su marido, sus tres hijos y varios vecinos, se encarga del abastecimiento de bambú al centro de tejido de Selyn. En pocos años su vida ha cambiado radicalmente, pues ha pasado de ser una artesana a convertirse en una empresaria que proporciona trabajo e ingresos también a sus vecinos.

4. Rosa Pacheco: comenzó trabajando en la ONG “Alternativa” con la Hermana Ángela Carroll, de la congregación Hermanas de San José. Juntas trabajaron en diferentes comedores populares de los asentamientos pobres de Perú. Posteriormente, crearon un grupo de Salud Mental para ayudar a mujeres con problemas psicológicos provocados por su situación de extrema pobreza. En 1990 inauguraron un taller de bordado, donde las jornadas eran de cinco horas diarias cobrando un salario fijo y digno. Unos años más tarde, tenían 23 trabajadoras y consiguieron máquinas de coser gracias a la ayuda de una organización social. Poco después conocieron a la cooperativa de Comercio Justo CIAP y se hicieron socias con todos los derechos.

Tras años de evolución positiva, Rosa recuerda

como en 1999 vivieron el momento más triste de la organización al sufrir un robo que puso en peligro la supervivencia del proyecto. Esta situación pudo evitarse gracias a la ayuda de CIAP.

EVALUACIÓN

Se valorará la comprensión de las características y los criterios del Comercio Justo y el desarrollo de actitudes solidarias y críticas frente a la pobreza y la exclusión.



yo + también
de
consumo
de
forma responsable

3. BUENAS PRACTICAS DE CONSUMO RESPONSABLE

Tu capacidad de compra es un importante instrumento de presión, ya que eres libre de no consumir un producto (por ejemplo, las últimas zapatillas que anuncia tu deportista favorito), de prescindir de determinados servicios (como ir todos los fines de semana al cine) y de acabar con algunos de los

comportamientos compulsivos como consumidor (por ejemplo, cuando vas a comprar una prenda de vestir y te traes tres porque estaban de oferta). De esta forma, se implantan nuevos hábitos de consumo que van a influir en ti y en las empresas que fabrican estos productos.

Es fundamental que en el momento de realizar una compra te preguntes si realmente estás satisfaciendo una necesidad, un deseo o, si por el contrario, lo estás haciendo de forma compulsiva. Algunas cuestiones que puedes plantearte son las siguientes:

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

¿Necesito lo que voy a comprar?

Plantéate si el artículo es totalmente imprescindible para poder seguir desarrollando tu día a día.

¿Quiero satisfacer un deseo?

Pregúntate si es cuestión de darte un capricho de vez en cuando o si éstos son más frecuentes de lo que realmente deberían ser.

¿Estoy eligiendo por mí mismo o es una compra compulsiva?

Distingue si eliges un artículo porque lo necesitas o lo adquieres por el mero hecho de comprar.

¿Cuántos tengo ya?

Asegúrate de qué cantidad del producto tienes, si se parece a otro artículo que ya posees o si tiene prestaciones parecidas.

¿Podría pedirlo prestado a un amigo o familiar?

Si la necesidad del objeto es momentánea y alguien conocido dispone ya de él, cabe la posibilidad de pedirlo prestado. Por ejemplo, ropa para una celebración.

¿Puedo pasar sin el objeto?

Cuestionate si puedes prescindir de él.

¿Lo voy a usar muy a menudo?

Pregúntate sobre la frecuencia con que vas a utilizarlo.

¿Voy a poder mantenerlo o repararlo fácilmente?

Infórmate sobre los costes de mantenimiento o reparación, por ejemplo, de una bicicleta.

Consumir no es sólo comprar. Desde que nos levantamos cada mañana, nuestros hábitos están asociados con el gasto de distintos recursos (electricidad, agua, transporte...). Esto acarrea consecuencias sociales y ambientales.

Las buenas prácticas de consumo responsable promueven el ahorro de recursos e implican cambios en los hábitos para disminuir el deterioro y el desgaste medioambiental.

En la actualidad, nadie pone en duda la responsabilidad del ser humano en la contaminación del planeta y en el agotamiento constante y progresivo de los recursos naturales. Nuestro modo de vida provoca un impacto ambiental determinado y deja rastro en el planeta.

3.1. ENERGÍA

Es el motor que hace funcionar el mundo. Sin ella no tendríamos iluminación, ni climatización en las viviendas, no se podría ver la televisión, utilizar electrodomésticos, o desplazarse en coches o autobuses.

Cuanto más desarrollada está una sociedad, más energía consume, y no siempre de un modo eficiente. Con un consumo más responsable se puede disponer de mejores prestaciones, ahorrar energía y ser menos vulnerables ante posibles crisis de suministro.

De los elementos de la naturaleza que pueden suministrar energía se distinguen dos fuentes:



No renovables

- Son fuentes con reservas limitadas y disminuyen de forma progresiva cuando se consumen.
- A medida que las reservas son menores, es más difícil su extracción y aumenta su coste.
- Tipos: carbón, petróleo, gas natural y energía nuclear.

Renovables

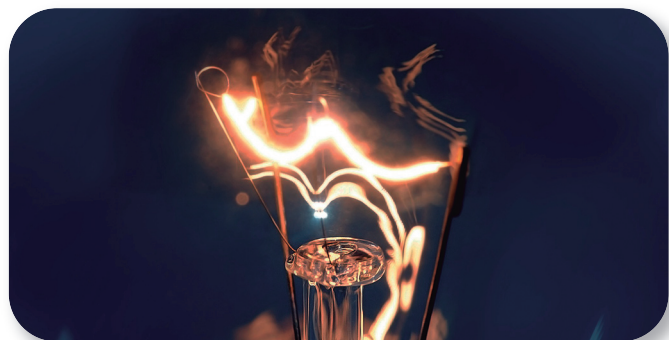
- Son recursos limpios y casi inagotables que proporciona la naturaleza.
- Contribuyen a disminuir la dependencia de un país de los suministros externos de otros y favorecen el desarrollo tecnológico y la creación de empleo.
- Tipos: solar, eólica, biomasa, biocarburantes, geotérmica, hidráulica y mareomotriz.

Yo + también de consumo de forma responsable

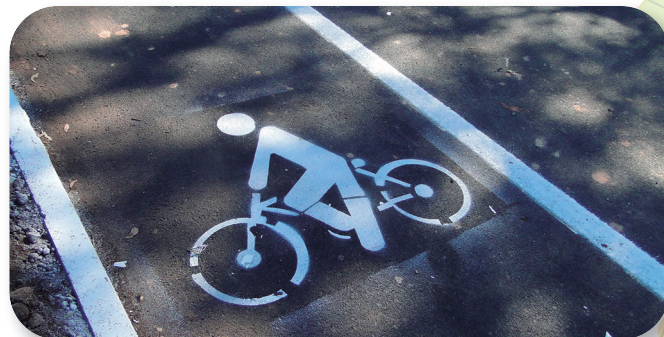
Es necesario apostar por las energías renovables. Si se mantiene el modelo de consumo actual, los recursos no renovables dejarán algún día de estar disponibles, bien por agotarse las reservas o porque su extracción resultará cara. Asimismo, las emisiones contaminantes de CO² que producen los combustibles fósiles (carbón, petróleo, gas natural) están afectando gravemente a la atmósfera y al clima del planeta (huracanes de mayor intensidad, más sequías, inundaciones, deshielo de los glaciares, erupciones de volcanes inactivos desde hace años, terremotos de gran escala...). También puedes ahorrar energía optimizando el consumo energético desde dos vertientes: eléctrica y transporte.

Electricidad:

- Con las bombillas de bajo consumo es posible ahorrar hasta un 75% de la energía. Además, éstas duran entre 8 y 10 veces más que las tradicionales.
- Apaga las luces cuando salgas de una habitación o aula.
- Para climatizar tu casa, mantén las ventanas y puertas cerradas. En invierno con bajar un grado de la calefacción ahorrarás un 10% de energía. En verano, si subes un grado el aire acondicionado, ahorrarás hasta un 8%.



- No metas en el frigorífico alimentos cocinados calientes. Mantén la puerta de la nevera abierta el menor tiempo posible.
- Si no apagas completamente tus aparatos eléctricos (televisor, vídeo, equipo de música, videoconsola...) y los dejas en modo de espera o "stand by", derrocharás energía. Desenchufa los dispositivos que no vas a usar de inmediato, por ejemplo, el cargador del móvil.
- Desconecta el ordenador si no lo estás utilizando. Apaga también la impresora, el escáner o los altavoces. Busca en el panel de control el programa de ahorro de energía.



Transporte:

- Utiliza el transporte público. Reduce la contaminación del aire y agiliza el tráfico.
- La bicicleta es el medio de transporte más ecológico y saludable. Casi todas las grandes ciudades de España disponen de un carril bici en su trazado urbano.
- Para distancias cortas, dar un paseo es la opción más recomendable.

Actividad 3: Я-ENERGÍAS

Con un dedo somos capaces de encender o poner en marcha la gran mayoría de los aparatos que nos rodean. Somos conscientes de la importancia que tiene la electricidad en nuestras vidas, pero, ¿conocemos de dónde viene?, ¿el acceso a ella es ilimitado? Nos parece cómoda y limpia pero, ¿lo es también con el medio?

Instrucciones:

Para conocer bien de dónde procede la electricidad que usamos diariamente, es necesario saber cómo se produce. En la actualidad, las fuentes convencionales de energía se enfrentan a energías limpias con recursos inagotables proporcionados por la naturaleza y con un impacto ambiental casi inapreciable y reversible. Estas fuentes proceden del agua, el viento, la tierra y el sol.

Las energías convencionales o no renovables son: carbón, petróleo, gas natural y energía nuclear.

Las energías limpias o renovables son: eólica, solar, biomasa, biocarburantes, geotérmica, hidráulica y mareomotriz.

Para descubrir más sobre ella formaremos grupos, y a cada uno le corresponderá un tipo de energía renovable y otra no renovable. Cada equipo elaborará un esquema, tabla, cuadro, mural, etc., donde se reflejen sus características, propiedades e impacto medioambiental.

Yo + también de consumo de forma responsable

ACTIVIDAD 3: ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

OBJETIVOS

- Concienciar sobre la diferencia entre el uso y abuso de los recursos energéticos.
- Definir las fuentes convencionales o energías no renovables y reflexionar sobre su insostenibilidad.
- Identificar las energías renovables como recursos limpios, inagotables y con escaso impacto medioambiental.

CONTENIDOS

- Energías no renovables.
- Energías renovables.

DESARROLLO (2 horas)

Esta actividad se desarrollará en pequeños grupos.

A cada uno de ellos se le asignará una energía no renovable y otra renovable.

Cada equipo desarrollará de forma libre un esquema, tabla, cuadro, mural, etc. en el que se definan y describan las características, propiedades e impacto medioambiental de las energías que le han correspondido.

Para el desarrollo de la actividad se pueden utilizar como recursos las siguientes fuentes:

- <https://www.agenciaandaluzadelaenergia.es>
- <http://www.idae.es/>

EVALUACIÓN

Se valorará la diferenciación de los distintos tipos de energías, así como las repercusiones de su consumo según la fuente de obtención.

3.2. ALIMENTACIÓN

¿Has pensado alguna vez en el verdadero significado de la expresión “comida basura”? Se trata de comida rápida (platos precocinados, bollería industrial...) preparada con numerosos aditivos químicos, como colorantes, conservantes, potenciadores de sabor o estabilizantes.

El consumo excesivo de este tipo de alimentos puede provocar la aparición de enfermedades de distinta naturaleza (obesidad, colesterol, problemas circulatorios...). No abuses de dulces, carnes

y grasas y toma más cereales, legumbres, frutas y verduras.

Las etiquetas de los productos proporcionan información respecto a su composición, calidad, cantidad o ingredientes. Es importante leerlas para seleccionar los alimentos más saludables.

Los alimentos ecológicos son muy recomendables, ya que:

- Se producen sin la utilización de sustancias químicas, conservando así la fertilidad de la tierra y el medio ambiente.

- Se obtienen alimentos de gran calidad nutricional utilizando técnicas como la rotación de cultivos, que rompe con los ciclos biológicos de las plagas.
- Los productos de temporada completan su calendario natural y son más sanos, económicos y con más sabor.

- Los animales tienen un crecimiento no forzado, con alimentos y medicamentos controlados, con suficiente espacio de movilidad y acceso continuo a agua.
- Fomenta el crecimiento de explotaciones pequeñas, contribuyendo al desarrollo rural (equilibrio del entorno y creación de puestos de trabajo).

Actividad 4: NO LOS TIRES

El despilfarro de alimentos está relacionado con la pobreza y el hambre que existe en el mundo, con el agotamiento de materias primas y el aumento de la contaminación ambiental.

Se desperdicia a lo largo de todo el proceso de la cadena alimentaria, desde su extracción hasta nuestras mesas, por lo que debe considerarse un problema globalizado que afecta a todo el planeta.

Instrucciones:

Lee el texto *¿Qué hacen los supermercados con la comida que no venden?* que está a continuación de este cuadro y reflexiona sobre su contenido. Posteriormente, responde a estas preguntas:

- Según el texto, ¿qué responsabilidad tiene la industria alimentaria en el despilfarro?
- ¿Cómo crees que afecta la cantidad de alimentos que se producen al medio ambiente? ¿Qué acciones se podrían llevar a cabo para minimizar este impacto?
- Escribe algunos consejos para evitar el despilfarro de alimentos en tu casa.
- ¿Crees que tus recomendaciones se pueden aplicar a las empresas que producen, distribuyen y comercializan alimentos? ¿Cómo lo harías?

Yo + también de consumo de forma responsable

¿QUÉ HACEN LOS SUPERMERCADOS CON LA COMIDA QUE NO VENDEN?

FACUA-Consumidores en Acción ha encuestado a veintiocho cadenas de supermercados e hipermercados sobre qué hacen con los alimentos que no venden. Sin embargo, sólo nueve han proporcionado la información requerida sobre procedimientos destinados a facilitar la donación de esa comida y a poner los medios necesarios para que sea la menor cantidad posible de ella la que acabe en la basura.

Cada día se destruyen en España 21.000 toneladas de comida, de las que unas 1.000 son responsabilidad del sector de la distribución comercial. Esta cantidad de excedentes diarios puede servir para alimentar a centenares de miles de familias españolas que actualmente pasan hambre por no contar con los recursos suficientes para poder adquirir esos alimentos.



La generación anual de residuos alimentarios en los veintisiete Estados miembro asciende a 89 millones de toneladas, es decir, 179 kilos por habitante. Los residuos alimentarios alcanzarán en 2020 los 126 millones de toneladas.

La asociación muestra su preocupación por la falta de transparencia que algunas empresas tienen sobre cómo actúan con los productos que, pudiendo ser donados y aprovechados, por falta de voluntad o de inversión prefieren mandarlos directamente a las plantas trituradoras y de tratamiento de residuos.

La abundancia, por norma

En una sociedad altamente consumista, donde prima la abundancia y diversidad de los productos y su presentación externa como reclamo comercial, el sistema se encuentra más sostenido por cánones estéticos y de apariencia que por criterios de sostenibilidad y racionalización de los recursos naturales.

Pese a todo, la tendencia de los consumidores ha empezado a cambiar y están emergiendo nuevos hábitos de compra que empiezan a exigir más información a sus supermercados habituales sobre cómo gestionan y administran sus recursos, además de tomar conciencia de que los malos hábitos domésticos generan una gran cantidad del desperdicio actual.

La responsabilidad de las grandes empresas en el despilfarro comienza en la producción, ya que se destruyen millones de kilos de alimentos en origen, para evitar costes de transporte, manipulación y envase. Por otro lado, las mermas, deterioros de embalaje y envasado de alimentos también suponen un alto porcentaje de desechos; defectos que en la mayoría de los casos no impiden su consumo pero sí su venta. Por último, la información sobre la

fecha de caducidad y recomendaciones de consumo preferente también son culpables de buena parte del despilfarro en el hogar.

Responsabilidad social

Es posible llevar a cabo estrategias de prevención que permitan reducir considerablemente las cifras de despilfarro, así como aplicar estrategias de planificación, producción, distribución y venta más acertadas.

Esta responsabilidad conlleva facilitar los instrumentos y herramientas para que toda esa comida

pueda ser redistribuida a través de los distintos bancos de alimentos, comedores sociales, albergues de barrio, parroquias, asociaciones vecinales y demás organizaciones solidarias que tan necesitados están de suministros, a consecuencia de la pobreza acuciante que de unos años a esta parte azota a millones de españoles.

Es necesario que todas estas cadenas de supermercados y distribución se impliquen en colaborar con entidades solidarias que sean capaces de garantizar un reparto eficaz y justo de sus excedentes entre los ciudadanos que lo necesiten.

ACTIVIDAD 4: ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

OBJETIVOS

- Tomar conciencia de la situación actual con respecto al despilfarro de alimentos y sus efectos negativos.
- Generar actitudes críticas hacia comportamientos insolidarios e insostenibles por parte de determinadas empresas relacionadas con la alimentación.
- Promover un consumo responsable, basado en la racionalización de los recursos naturales.

CONTENIDOS

- Despilfarro alimentario.
- Sostenibilidad.
- Consumo racional y aprovechamiento.

DESARROLLO (1 hora)

Se les facilitará a los alumnos una lectura sobre el despilfarro de alimentos en las grandes superficies.

Es un extracto adaptado del estudio *¿Qué hacen los supermercados con la comida que no venden?* publicado por FACUA en el año 2014. Se facilita el enlace del informe completo para posibles consultas:

FACUA.org/8884

Después de hacer una lectura comprensiva en grupo o de forma individual sobre el tema propuesto, los alumnos deberán responder a una serie de cuestiones por escrito o de forma oral, según criterio del docente.

Posteriormente, se realizará un debate por parte de todo el grupo, extrayendo las conclusiones más relevantes.

EVALUACIÓN

Se valorará el desarrollo de actitudes críticas ante el impacto del despilfarro alimentario en la población y en el medio ambiente, así como la sensibilización sobre la importancia de consumir siguiendo criterios de sostenibilidad y racionalización de los recursos naturales.

Yo + también de consumo responsable

3.3. TEXTIL

¿Qué sabes de la ropa que usas? Las prendas que ves en las tiendas han llegado hasta allí después de múltiples procesos para su elaboración, con implicaciones medioambientales y sociales.

Algunas grandes marcas del sector se han especializado en el diseño y distribución, pero subcontratan la producción a talleres en Asia, África y América del Sur para abaratar los costes de la mano de obra. Los trabajadores de muchas de estas fábricas tienen escasos o nulos derechos laborales: sueldos ínfimos, largas jornadas de trabajo y mínimas o inexistentes condiciones de seguridad. Millones de personas en el mundo son víctimas de esta forma de explotación, incluso niños.

Así pues, las etiquetas de la ropa que compras informan sobre su composición, origen, instrucciones de lavado y planchado, pero hay muchas cosas que no cuentan. Algunos consejos útiles son:

- Antes de comprar una prenda, pregunta en la tienda dónde y en qué condiciones se ha fabricado.
- Mira la etiqueta para comprobar con qué tejidos se ha confeccionado. Los tejidos naturales como la lana, el algodón o el lino son más fáciles de reciclar y menos contaminantes que los sintéticos.
- Reutiliza la ropa inservible, diseñando nuevas prendas o dándole otros usos.
- No tires la ropa porque “no está de moda”. Lo que ya no te vale puede venirle bien a otra persona.





Actividad 5: **VESTIRSE BIEN**

En el proceso de fabricación de la ropa que usas intervienen muchos factores, como la obtención de la materia prima, el proceso de producción, el tipo de tejido o las condiciones de trabajo de las personas que elaboran las prendas.

Si quieres consumir de forma responsable es importante que te informes de cómo se ha llevado a cabo todo el proceso para valorar si quieres seguir colaborando con esa forma de producción.

Instrucciones:

Elige una prenda de ropa de la marca que quieras e investiga sobre su origen y proceso de producción. Responde a las siguientes preguntas:

- ¿En qué país ha sido fabricada esa prenda?
- ¿Con qué materias primas se ha elaborado?
- ¿Puedes encontrar algún dato sobre el proceso de producción y transformación de esas materias primas y si tiene algún impacto sobre el medio ambiente?
- ¿Cómo son las condiciones laborales de las personas que trabajan en las fábricas textiles del país en que se ha fabricado esa prenda?

Yo + también de consumo de forma responsable

ACTIVIDAD 5: ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

OBJETIVOS

- Conocer distintos factores relacionados con la producción en el sector textil.
- Desarrollar la capacidad crítica ante prácticas injustas.
- Consumir ropa de forma responsable, atendiendo a criterios éticos, sociales y medioambientales.

CONTENIDOS

- Formas de producción en el sector textil.
- Consecuencias sociales, económicas y medioambientales.

DESARROLLO (2 horas)

La actividad se desarrollará en pequeños grupos. Cada equipo seleccionará una prenda de ropa y tendrá que realizar un estudio de distintos factores relacionados con su proceso de fabricación.

Como apoyo para la investigación, se utilizará el listado de cuestiones de la actividad del alumno. El profesor realizará el seguimiento del trabajo de cada equipo, ofreciéndoles orientaciones y recursos bibliográficos. Algunas sugerencias podrían ser:

- <http://comerciojusto.org/publicacion/informe-sobre-el-textil-tira-del-hilo-cuaderno-5-de-comercio-justo/>
- <http://www.ropalimpia.org/adjuntos/noticias/materiales/Guia-Consumo-Ropa.pdf>

Cada grupo expondrá al resto de la clase los resultados de su pequeña investigación. Al finalizar la actividad se puede abrir un debate sobre las conclusiones más relevantes del trabajo de los distintos grupos.

EVALUACIÓN

Se valorará la implicación y los recursos utilizados en el proceso de elaboración del trabajo así como el desarrollo de actitudes positivas hacia un consumo de ropa que atienda a criterios éticos, sociales y medioambientales.

3.4. RESIDUOS

¿A dónde van a parar los residuos que generas?
¿Crees que el planeta produce recursos y asimila desechos al mismo ritmo? La capacidad de la naturaleza es limitada, no es capaz de dotarnos de recursos y asimilar residuos a la misma velocidad. Es más, la generación de residuos supera notablemente a la producción de recursos.

Vivimos en una sociedad de “usar y tirar” y el correcto manejo de los residuos es uno de los retos

ambientales más complejos a los que nos enfrentamos a nivel global.

Si gestionas los residuos de forma adecuada, promueves el ahorro de materias primas y la sostenibilidad del medio. Por el contrario, si los abandonas a su suerte, contribuyes a la contaminación del medio ambiente y al cambio climático. Para una adecuada gestión de los recursos:

- Evita artículos con exceso de envoltorios superficiales.

- Consume productos de “usar y tirar” sólo cuando sea imprescindible.

- Utiliza envases retornables o reutilizables.

- Intenta llevar siempre tu propia bolsa reutilizable y rechazar las de plástico.

- Recicla los residuos que generas en tu hogar. Clásifícalos según los contenedores y servicios de recogida que ofrece el ayuntamiento de tu localidad.

Actividad 6: **UPCYCLING**

Todo lo que desechamos se puede reutilizar. Aunque creamos que son residuos, podemos darle otras funciones según nuestras necesidades.

Para estas nuevas elaboraciones usaremos un nuevo concepto: *upcycling* o supra-reciclaje. Consiste en transformar un objeto residual en otro que pueda ser de utilidad. Esta técnica permite reducir el consumo de nuevos productos y ahorrar en el gasto de materias primas, alargando la vida útil de las piezas.

La idea es darle una segunda vida a lo que vamos a tirar, con una forma diferente al producto original o incluso mejorándolo. Nuestra imaginación es fundamental para sacarle el máximo rendimiento al *upcycling*.

Instrucciones:

Vas a realizar tu propia creación utilizando el *upcycling*. A continuación, te damos algunas ideas para ayudarte a realizar tu composición:

- Puedes aprovechar latas de conservas para hacer jarrones, cestas, recipientes para lápices, juguetes, etc.
- Ropa que ya no usas puede servir para elaborar mosaicos, una bolsa para guardar objetos, etc.
- Los CDs y DVDs se pueden convertir en posavasos, espantapájaros o colgantes.
- Puedes hacer figuras decorativas, bisutería, flores, etc. con botellas de plástico.

¡Las posibilidades son ilimitadas! Recuerda, el *upcycling* sólo tiene un límite: el de la imaginación del que crea.

Yo + también de consumo de forma responsable

ACTIVIDAD 6: ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

OBJETIVOS

- Contribuir a la preservación del medio ambiente, afianzando la cultura del reciclaje.
- Aprender a gestionar los residuos de forma adecuada.
- Motivar y desarrollar la capacidad creativa para su aplicación a la experimentación, el arte y el diseño.

CONTENIDOS

- Sociedad de “usar y tirar”.
- Gestión de residuos.
- Concepto de *upcycling* (supra-reciclaje).

DESARROLLO (3 horas)

La actividad consta de las siguientes fases:

- Se explicará el concepto de *upcycling* y el contenido

de la actividad. Se recomienda mostrar al alumnado diferentes muestras de la aplicación de esta técnica. (Ejemplo: <http://www.pinterest.com/mindfulproduct/upcycling-ideas/>)

- Los alumnos realizarán sus propias composiciones con residuos generados en su entorno próximo, bien individualmente o en pequeños grupos. Esta actividad se puede desarrollar en el aula y/o en casa en colaboración con las familias.

- Se realizará una exposición en el aula con las distintas creaciones. Cada alumno o grupo realizará un breve resumen del proceso de elaboración y del significado de su obra.

EVALUACIÓN

Se valorará el reconocimiento de la importancia del reciclado en la conservación del medio, la predisposición a gestionar los recursos de forma adecuada y el desarrollo de la creatividad en la realización de las composiciones.



Flickr.com: e k (CC BY-NC-ND 2.0)

una campaña de



Consumidores en Acción

subvencionada por

