

CUADERNILLO DOCENTE
(NIVEL INICIAL, PRIMARIO Y SECUNDARIO)

**Alimentación Saludable, Soberanía
Alimentaria y Agroecología**

Propuestas para el aula

 **Escuelas por la Cuenca**

CRÉDITOS

EDICIÓN, CORRECCIÓN DE TEXTOS Y DESARROLLO DE PROPUESTAS EDUCATIVAS

María Campano
Marina Parra
Nora Kancepolski
Yamila Frison

SEGUIMIENTO DE EDICIÓN Y CORRECCIÓN DE TEXTOS

Macarena Fernández Rial
Marina Merlo
Verónica Parreño

DISEÑO

Sofía Rinaldi

AUTORIDAD DE CUENCA MATANZA RIACHUELO

0800 345 ACUMAR (228627)
Esmeralda 255 PB, CABA.
acumar.gob.ar





ACUMAR

AUTORIDADES

PRESIDENCIA

Martín Sabbatella

DIRECCIÓN EJECUTIVA DE GESTIÓN

Daniel Larrache

DIRECCIÓN GENERAL DE GESTIÓN POLÍTICA Y SOCIAL

Antolín Magallanes

DIRECCIÓN DE SALUD Y EDUCACIÓN AMBIENTAL

Maru Dakessian

COORDINACIÓN DE EDUCACIÓN SOCIOAMBIENTAL

Macarena Fernández Rial

Índice

↘	Introducción	5
↘	NIVEL INICIAL	6
	Actividad 1: Especiero vivo	8
	Actividad 2: Amasar el pan	9
	Actividad 3: El secreto de la semilla	10
	Actividad 4: Vamos a visitar una huerta	11
↘	NIVEL PRIMARIO	12
	Actividad 1: ¿Cuántos colores tiene nuestra comida?	15
	Actividad 2: ¿Cuánto sabemos de sabores?	16
	Actividad 3: La búsqueda del ingrediente secreto	17
	Actividad 4: Al calor del fogón	18
↘	NIVEL SECUNDARIO	19
	Actividad 1: Quioscos y cantinas saludables	22
	Actividad 2: Alimentación, activismo y participación	23
	Actividad 3: Compost y podcast	24
	Actividad 4: Promover la agroecología	25
↘	Referencias	26



Introducción

El siguiente material forma parte de una serie de cuadernillos temáticos que se enmarcan en el Programa Escuelas por la Cuenca de ACUMAR.

En esta ocasión se trata de seis cuadernillos con propuestas para el aula que complementan a los contenidos desarrollados en la serie: Educación Ambiental, Derecho Humano al Agua, Cambio Climático, Áreas Protegidas, Biodiversidad, Alimentación Saludable, Soberanía Alimentaria y Agroecología.

Este material se encuentra en estrecha relación con los cuadernillos temáticos, y la invitación es a que las actividades aquí propuestas sirvan como guía y orientación para la tarea docente de diseñar y desarrollar propuestas que inviten a la reflexión, que permitan la comprensión y que despierten la curiosidad. Entendiendo que son las, les y los docentes quienes conocen mejor a sus estudiantes y a su contexto particular, se espera que puedan tomar las propuestas para potenciarlas, dialogar con ellas, mejorarlas, e incluirlas en lo que ya vienen haciendo.

La Ley de Educación Ambiental Integral N° 27.621 no solo nos invita, sino que también nos compromete con la necesidad de educar para el cuidado y protección del ambiente como parte de la construcción de ciudadanías democráticas.



NIVEL INICIAL



Propuestas para el aula



Los temas y conceptos ambientales están en el Nivel Inicial intrínsecamente relacionados y presentes en la vida cotidiana del jardín. Podría decirse incluso que las, les y los niños pequeños son “todo ambiente”, porque se encuentran en una etapa de su desarrollo con apertura al mundo que los rodea, al que habitan y del que aprenden con toda su corporalidad.

Vida cotidiana, cuerpo, juego y fantasía creadora son la trama para crear el telar de la educación ambiental en los primeros años de vida, cuando cada gesto amoroso, sostenido y presente, es una semilla que dará sus frutos.

La invitación es a observar la manifestación de la temática que aborda el cuadernillo en lo diario, en los aspectos cotidianos, en el contexto más próximo. Porque, desde allí, son y serán vivencias.

Alojar a la primera infancia en una cultura más consciente y comprometida con el ambiente del que se forme parte y sus problemáticas, habla de una construcción social que busca reparación, equidad, justicia social y solidaridad con las nuevas generaciones que llegan a un mundo fragmentado, consumista e individualista.

El Nivel Inicial es el primer tramo de la trayectoria educativa formal y los aprendizajes que allí comienzan son fundamentales para el desarrollo de la vida. Es un campo disciplinar que tiene mucho para aportar en la co-creación epistémica junto a niñas, niños y niños pequeños como sujetos de derechos.

Proponer la alimentación saludable, la soberanía alimentaria y la agroecología como temas y proyectos para el Nivel Inicial abre la puerta para el acompañamiento en la construcción de hábitos saludables, la percepción y exploración de múltiples sabores y el aprendizaje a partir de acciones cotidianas como cultivar, cocinar y comer.

Las propuestas que aquí se comparten son sugerencias para partir de allí, de lo que está vivo y presente en la vida cotidiana del jardín y del hogar. Será clave habitar la sala y el jardín como territorio experimental que aloja y expresa la diversidad natural y cultural porque la palabra, la propuesta y el ejemplo dejan mejores huellas cuando son vivenciados de manera coherente. Así, la currícula, la participación de la comunidad y la infraestructura buscarán presentarse como un continuo que dé cuenta de la sustentabilidad ambiental como propuesta pedagógica.

Se trata de sentar las bases de un marco de relación ambiental más amoroso, respetuoso y cuidadoso para dar lugar al conocimiento.

1. Actividad

Especiero vivo

Objetivo

- Proponer a las, les y los niños el cuidado y observación del ciclo vital de las plantas condimentarias, desde su siembra hasta su cosecha, como experiencia de aprendizaje sobre el origen de los alimentos.

Introducción

Muchas veces la vida en la ciudad contribuye a perder u olvidar el vínculo con el origen de los alimentos. Si las, les y los niños pequeños no tienen una experiencia de conocer o visitar un campo o una huerta, suele aparecer en las conversaciones que “la comida viene del super”, o que las variedades de maíz son “en lata, cremoso, grano entero o el de verdulería”, o que las hormigas van en hilera cargando su comida porque “están haciendo la cola en la caja”. Por eso, propiciar en el jardín el cultivo de algunos alimentos, contribuirá a acompañar a las infancias en un contacto más cercano y profundo con la tierra y los alimentos que brinda.

Desarrollo

Se propone crear un especiero vivo en espacios pequeños dentro del jardín. Se puede comenzar reuniendo latas y envases plásticos de alimentos que usen las familias o el comedor, para reutilizarlos como macetas haciendo agujeritos en la base para que drene el agua. Según el espacio disponible, se pueden agregar macetas más grandes o cultivar directamente en un pedacito de tierra. Si se trabaja con macetas, es importante contar con una buena tierra, quizás algunas familias la pueden aportar de sus casas. Las, les y los niños pueden pintar y decorar los envases, en una primera jornada artística. En otro encuentro, se llenan las macetas con la tierra, ¡y comienza el cultivo! La invitación es a reunir gajos, esquejes, plantines o semillas de plantas condimentarias como: albahaca, romero, tomillo, orégano, perejil, cilantro, ciboulette, salvia.

Todas estas plantas se usan en la cocina y son muy aromáticas, así que las, les y los niños podrán tocar sus hojitas para que desprendan su perfume, ir reconociendo distintos aromas, saber cuáles son más de su agrado y cuáles no, y, de ese modo, ir vinculando a la comida no solo con el sabor, sino con todos los sentidos.

Cada día se observarán las plantas, para conocer si necesitan más agua o sol, si hay que regarlas o cambiarlas de lugar, entablando un vínculo cotidiano con ellas. A medida que crecen, se pueden multiplicar en otras macetas y también ir cortando hojas y ramitas para secarlas y poder envasarlas para ser guardadas en la cocina y usar en las comidas. Se pueden organizar jornadas de entrega de macetas, ramitos frescos o sobrecitos con las plantas secas, a las familias y al barrio. En esos encuentros pueden relatar el proceso de cuidado, conversar sobre las plantas, sus aromas y sabores, y qué combinaciones son sus preferidas. ¿Romero con papa? ¿Albahaca con tomate? ¿Tomillo con batata? ¿Qué más?

2. Actividad

Amasar el pan

Objetivo

- Acompañar a las, les y los niños en el aprendizaje de la preparación de los alimentos con las propias manos y a compartirlo con todo el grupo.

Introducción

Otra cosa que suele pasar en la ciudad y en los ritmos de vida actuales, es que se va perdiendo el ritual, la práctica y el saber de preparar el propio alimento en casa. Se suele comprar comida hecha, o ultra procesada y envasada, y en esa costumbre se van perdiendo recetas, conocimientos, variedad y diversidad de alimentos. Y todo ello repercute en la cultura, en la economía familiar y -fundamentalmente- en la salud de las infancias.

Desarrollo

Con la ayuda de la cooperadora, se consigue harina de trigo, puede ser integral, o algún otro tipo de harina. Se puede investigar si cerca del jardín existe algún proyecto de producción o comercialización de harinas integrales agroecológicas. También hay que conseguir levadura, sal, aceite y azúcar integral. Sería bueno contar con algunas espigas o granos enteros de los cereales, o dibujos o imágenes de la planta entera, para que las, les y los niños puedan conocer de dónde viene ese ingrediente con el que van a trabajar. Si se consigue un pequeño molinillo de granos o un mortero, se puede llevar y hacer la experiencia de moler algunos granos y obtener harina integral. Es lindo acompañar este proceso con relatos, cuentos y narraciones que traigan imágenes de molinos, campos, cultivos.

Se indaga entre las familias, docentes, el barrio, hasta encontrar “una buena receta de pan”, esa que cuenta historias y ha pasado de generación en generación. Se dispone la sala para amasar el pan con las, les y los niños, cada quien, con su bollito primero, que luego se integra al todo. Se trabaja la espera para el leudado, la cocción y el enfriamiento. Quizás un día se cocina y, al otro día, se come.



¡Ah, importante! Se pueden agregar a la masa hierbas, queso o semillas, que van a sumar aromas, sabores y colores.

3. Actividad

El secreto de la semilla

Objetivo

- Despertar el asombro y el descubrimiento por la posible fruta que vive en cada semilla y reconocerlas como inicio de los alimentos.

Introducción

Parte de recuperar o construir el vínculo con el origen de los alimentos consiste en despertar el asombro y la curiosidad que habita en cada alimento: sus semillas.

Desarrollo

Se invita a las, les y los niños a llevar frutas para la merienda, o se trata de gestionar desde el jardín. Elegir aquellas de estación y que tengan semillas, como manzanas, naranjas, mandarinas, limones, ciruelas. Se ponen en el centro y se va propiciando una conversación en torno a si conocen esa fruta, si suelen comerla o no, qué sabor tiene, si es ácida o es dulce, si se pela o se come con cáscara, qué preparaciones se pueden hacer con ella (¿jugos, limonadas, tortas, postres?). Convidar a quienes quieran comerlas y proponer que guarden cuidadosamente las semillas con las que se encuentren. Contar que esas semillas se pueden cuidar, sembrar y así obtener nuevas plantas que a futuro nos den más frutas. También se puede iniciar un proceso de germinado de semillas, para que el grupo pueda ir observando y conociendo todo ese proceso. Para eso es importante que las semillas que se consigan sean aptas para consumo y no para siembra (deben provenir de dietéticas y no de semilleras). Para hacer los germinados las semillas tendrán que estar 8 horas en agua, luego colarlas y dejarlas reposar en un colador de malla cerrada con un recipiente debajo y taparlas con una servilleta. Una o dos veces al día, se riegan y se vuelven a tapar.

Como cierre, se puede invitar a que plasmen en dibujos o pinturas el proceso de germinado observado.

4. Actividad

Vamos a visitar una huerta

Objetivo

- Que las, les y los niños conozcan cómo, dónde y quiénes producen alimentos sanos.

Introducción

Aún en los ámbitos urbanos existen cada vez más huertas y proyectos agroecológicos, a veces están más cerca de lo que se imagina. Poder conocerlos, visitarlos, estar ahí, brinda una experiencia única y diferente en relación con el origen de los alimentos.

Desarrollo

Se trata de organizar una visita a una huerta o proyecto agroecológico cercano al jardín. Planificar una jornada de salida, de manera que al estar en el lugar puedan observar, conocer y preguntar cómo se cultivan esos alimentos, cómo se cuida la tierra, cuándo se cosechan, dónde los comercializan. Ofrecer y propiciar una experiencia directa con quienes trabajan la tierra y los alimentos que cultivan.

A la vuelta de la visita, se sugiere dedicar un momento a la reflexión sobre lo observado, lo escuchado, lo sentido. Se puede, a partir de preguntas orientadoras, recordar y recuperar entre todo el grupo la experiencia vivida: qué vieron, qué aprendieron, qué variedades había, qué cuidados requería la huerta, quiénes trabajan allí. El relato puede quedar plasmado en un afiche, o en algún tipo de formato que permita dejar una memoria de esta visita y que sirva al mismo tiempo para contar y comunicar a otros lo vivido. También se puede invitar al grupo a que dibujen o pinten distintas variedades de plantas, hortalizas o vegetales que hayan visto en la huerta para acompañar el relato.



NIVEL PRIMARIO



Propuestas para el aula



El desafío de la educación ambiental es relacionar lo que se presenta como fragmentado con el fin de abordarlo integralmente. Esa tarea ocurre en el aula, de la mano de quien enseña. Cada escuela se encuentra en un lugar en el que aquellas descripciones generales de la Cuenca Matanza Riachuelo se expresan de un modo particular, donde las problemáticas se interrelacionan de una manera específica. Por ello, estos materiales se ofrecen como un recorrido formativo posible, entendiendo que docentes y estudiantes son parte de la ciudadanía que habita la Cuenca y que en su vida cotidiana (re)conocen los desafíos del territorio que habitan.

En las actividades que siguen se propone trabajar con la premisa de la alfabetización ambiental como guía, en articulaciones entre las áreas disciplinares, mapeos y actividades colaborativas que pongan en diálogo distintos aspectos, los tensionen y contribuyan a construir una mirada superadora de las dicotomías y a encontrar una transición hacia modos de habitar el territorio más saludables, sustentables y justos. “Ambientalizar” el aula, la escuela, el barrio, será el propósito, ya que se destaca la importancia de plasmar la dimensión ambiental en las prácticas cotidianas.

Se ha “naturalizado” la disociación con la naturaleza y es necesario desplegar estrategias para religar, reconectar y poner en diálogo a las personas con la naturaleza de la que se es parte. Ese es el primer gesto epistémico y pedagógico necesario para comprender la interdependencia e integralidad, y construir actitudes y hábitos responsables respecto a los territorios que se habitan para poder transformarlos, mejorarlos, embellecerlos.

Se trata de generar instancias que se retroalimenten a partir de los avances y nuevos interrogantes, a modo de espiral:

- Indagar
- (Re)Conocer
- Actuar

La comprensión cabal del concepto de ambiente supone revisar el lugar del ser humano en el mundo y construir algunos pares dialécticos, como las nociones de tiempo y espacio, de ser y estar, para ir hacia la comprensión y la vivencia de un habitar respetuoso. La pregunta y la curiosidad que mueven la construcción de conocimiento requieren ser enfocadas también desde la escucha y el diálogo con la diversidad. Se trata de reencauzar el propósito de la relación de las personas con sus territorios de vida desde una concepción de cooperación e interdependencia, no de competencia utilitaria.

La dimensión de análisis es global porque el escenario de las problemáticas ambientales así lo manifiesta, sin embargo, el ámbito de acción transformadora –propósito al cual está llamada la Educación Ambiental- es local, es territorial. En este sentido, la construcción de redes de articulación e intercambio entre docentes, estudiantes, familias, organizaciones, con actores de otras pertenencias y territorios fortalece la capacidad de incidencia y propicia transformaciones con impactos más amplios.

Tal como sostiene Perrenoud (2008), la escuela ha deseado siempre que los aprendizajes que proporciona sean útiles para desarrollar habilidades y actitudes al unir los saberes y su puesta en práctica en situaciones complejas, pero continuamente pierde de vista esta ambición global. La propuesta entonces es postular temas generadores en los que confluyan los aportes de las áreas y se presenten con intención o visión de integralidad al estudiante para construir un “saber hacer” en clave de pensamiento y acción crítica y reflexiva. Temas generadores, enseñanza por proyectos, aprendizaje basado en problemas, son algunas de las mediaciones didácticas a las cuales los equipos docentes pueden recurrir para propiciar la integralidad en los abordajes educativo ambientales, situando a sus estudiantes como parte de un conjunto de interrelaciones de una riqueza pedagógica enorme.

En este sentido, resulta pertinente recuperar las palabras de Paulo Freire:

Enseñar no es transferir contenidos de su cabeza a la cabeza de los alumnos. Enseñar es posibilitar que los alumnos, desarrollando su curiosidad y tornándola cada vez más crítica, produzcan el conocimiento en colaboración con los profesores. Al docente no le cabe transmitir el conocimiento, sólo le cabe proponer al alumno elaborar los medios necesarios para construir su propia comprensión del proceso de conocer y del objeto estudiado (1996: 46).

Las claves para el desarrollo de las propuestas son fomentar la observación, la indagación, la experimentación, el trabajo colaborativo, la búsqueda de diversas fuentes de información, el rescate de relatos orales sobre los temas trabajados y, por supuesto, las articulaciones dentro de la escuela y con la comunidad.

Las preguntas trazan cursos posibles, permiten ahondar, encienden la curiosidad. Y, aún más, si esas preguntas las traen las voces de las infancias y son escuchadas desde y para ambientalizar los planes de estudio. Eso es lo que motiva estas propuestas para Nivel Primario: ser generadores de un ámbito de expresión de las, les y los niños, conocer sus realidades ambientales y co-crear propuestas para transformarlas. Cada actividad se despliega en la trama casa-aula-escuela. Es una convocatoria a la creatividad para la acción desde lo cotidiano, que pide ser reescrita y enriquecida con muchos más proyectos por parte de cada comunidad educativa.

Indagar en la alimentación saludable y la agroecología en el Nivel Primario puede acompañar a las infancias en una observación profunda de aquello que se hace todos los días. Conocer lo que hay detrás de cada plato que llega a la mesa, sus concatenaciones y asociaciones, su origen, sus formas de cultivo y cuidado, su circulación y elaboración, puede despertar la curiosidad y el interés en las múltiples dimensiones de la comida. Los rituales, las costumbres, las culturas, las recetas, las semillas, los cultivos, los afectos, desde el ambiente a las construcciones simbólicas, pueden desplegar múltiples construcciones de conocimiento, de sabores y saberes.

1. Actividad

¿Cuántos colores tiene nuestra comida?

Objetivo

- Acercar a la vida cotidiana la diversidad biocultural y la amplitud que trae al campo de percepciones.

Introducción

“A monocultivos, monoculturas”, dice la Vía Campesina... y así sucede y es posible verlo en las comidas de la mayoría de las familias. Con la pérdida de la biodiversidad en los cultivos viene también la pérdida de culturas gastronómicas y culinarias ancestrales, populares, saludables y coloridas. Los campos suelen tener un solo color y los platos también. Día a día predomina el hegemónico blanco refinado en la harina, azúcar, arroz, fideos, pan. Sin embargo, la agroecología se encuentra recuperando y poniendo en valor sabidurías ligadas a la tierra, produciendo de manera sana otros alimentos variados y multicolores de gran importancia nutricional. Conocer todos los posibles colores y formas de la papa, el arroz, el maíz, la quinoa, los tomates, las zanahorias, las coliflores, los zapallos, no solo construye salud y soberanía alimentaria, sino que abre para las, les y los niños un campo de múltiples percepciones y posibilidades.

Desarrollo

Se propone investigar en diversas fuentes, imágenes y contenidos sobre la biodiversidad en los alimentos. Se invita a que pregunten a las personas mayores si hay algún ingrediente o comida que solía ser habitual en su niñez y que ahora hace tiempo que no comen. Poco a poco, se van recuperando relatos, recetas, imágenes, que se llevan al aula y se ponen en común. Como parte de la investigación, y con las familias que puedan acompañar, se propone visitar mercados, ferias de verduras y alimentos agroecológicos, en búsqueda de aquellos alimentos con otros colores diferentes al más conocido y habitual. Los granos y semillas también son un archivo, un documento, de la diversidad biológica y cultural. Con todo lo reunido se crea colectivamente un recetario con historias, reflexiones, dibujos, en base a los alimentos multicolores elegidos.

2. Actividad

¿Cuánto sabemos de sabores?

Objetivo

- Propiciar el reconocimiento de la variedad de sabores que habitan en los alimentos naturales.

Desarrollo

La monocultura de los monocultivos, los saborizantes artificiales, conservantes y aditivos, también moldean y acostumbran a los paladares a los mismos sabores repetidos. Por lo tanto, la labor contracultural que puede traer en este sentido la educación alimentaria y ambiental tiene un potencial transformador. Se trata de acercar a las, les y los niños la variedad de sabores presentes en los alimentos naturales: ácido, picante, salado, dulce, astringente, amargo. Enriquecer los gustos, saborearlos, puede abrir puertas a múltiples sentidos. Por ejemplo: sal marina para el salado, pasa de uva para el dulce, limón para el ácido, carqueja para el amargo, ají para el picante, membrillo para el astringente. Luego, se organiza el grupo para llevar una serie de alimentos, procurando que estén presentes todos los sabores. Ese día, se dispone todo sobre una mesa, sin que las, les y los niños lo observen, y se va invitando a que -con los ojos tapados- puedan reconocer el sabor predominante y el alimento. Es sorprendente descubrir cómo a veces se acierta y a veces no. Después de esta experiencia sensorial compartida, se puede continuar indagando cómo algunas medicinas tradicionales abordan los sabores en relación con determinados problemas de salud. Y, como cierre del proyecto, proponer un juego poético para crear, así como la lengua y el paladar saborearon la variedad, asociar palabras o inventarlas para cada sabor, y la lengua y el lenguaje también se enriquecerán.

3. Actividad

La búsqueda del ingrediente secreto

Objetivo

- Vivenciar prácticas que recuperen la historia alimentaria y los rituales en torno a los alimentos.

Introducción

Agosto es el mes de las Pachamama. En muchas comunidades y barrios suele celebrarse, se prepara la caña con ruda, se invita al encuentro y se honra y agradece a la tierra por el sostén, el refugio, el abrigo, el alimento, la vida. Organizar esta celebración como un proyecto institucional de toda la escuela puede dinamizar múltiples ideas y creaciones, donde cada grado aporte algo diferente. Se trata de percibir la vida en comunidad, recordar y recuperar el vínculo respetuoso de los seres humanos con el ambiente. Y, como en todo festejo, no puede faltar la comida.

Desarrollo

La propuesta es hacer un proceso de indagación e investigación sobre las distintas comidas típicas de cada familia, para compartir con el grupo y conocer sus ingredientes.

Para eso, se propone en primer lugar fomentar una conversación en la que cada estudiante pueda contar cuál es su plato familiar preferido, por qué, qué sabor tiene, y quién lo prepara. Si es posible, se puede invitar al grupo a indagar los ingredientes que se usan para su preparación y tratar de descubrir que lo hace tan especial. Para eso tendrán que preguntar y tomar nota, así luego lo pueden compartir con sus compañeros y compañeras. De alguna forma, recuperar esos alimentos y recetas podría ser un regalo para celebrar el mes de la Pachamama.

4. Actividad

Al calor del fogón



Objetivo

- A partir de la comensalidad que trae el fogón para la circulación de relatos, generar condiciones de enunciación para que las, les y los niños con sus propias voces habiten la palabra.

Introducción

Cultivar, cocinar, comer, son actividades en las que diferentes generaciones pueden encontrarse y llevar adelante tareas compartidas. Poner la mesa de manera especial, como sucede en una fiesta o un cumpleaños, o reunirse alrededor de un fogón son estrategias que pueden contribuir a la generación de condiciones de enunciación y contextos donde las, les y los niños puedan expresarse, contar lo que les pasa, sus ideas y proyectos, sus temores. Con los hábitos dominantes de tiempos acelerados, pantallas y comida poco verdadera no sólo se empobrece la calidad del alimento, sino también la riqueza del lenguaje, de la conversación, las imágenes. Escuchar a las infancias es fundamental, urgente y necesario, y la comida, la comensalidad, la cocina, el fuego, invitan al encuentro y la palabra.

Desarrollo

La propuesta será que cada estudiante traiga algún alimento, fruta, bebida, etc. que desee compartir con el grupo. Otra opción, siempre que sea posible, podría ser que se realice alguna preparación de forma grupal en la escuela.

La idea es que se disponga todo como en una celebración. Para eso, se puede recrear una fogata, poniendo en el centro telas de colores, por ejemplo, que invite a sentarse a su alrededor para compartir. Mientras se disfrutan las preparaciones que se llevaron, se va incentivando la conversación con algunas preguntas disparadoras. También se puede ir circulando un objeto, como un pimentero, y quien lo tiene cuenta algo de forma breve, por ejemplo se puede preguntar con quién suelen compartir el momento de la comida, y lo hace circular.

Aprovechando la fogata simbólica que se armó, se puede cerrar la actividad cantando una canción y bailando a su alrededor.



NIVEL SECUNDARIO



Propuestas para el aula



La Educación Ambiental en la secundaria invita a transversalizar las trayectorias de vida de las, les y los adolescentes en la escuela, en el acompañamiento de la formación del juicio propio y el pensamiento autónomo, la búsqueda por lo verdadero, el interés por el mundo y las fuerzas para transformar lo dado.

La profundización en el tema que aborda este cuadernillo convoca a desarrollar propuestas dinámicas, participativas, creativas y originales, donde cada joven pueda sentirse parte de un todo, de manera individual y colectiva, e inviten a la acción transformadora.

Se trata de hacer partícipes a las, les y los estudiantes del saber hacer, de integrar la teoría con la práctica, con propuestas que puedan despertar inspiración y entusiasmo por la tarea. Esto implica generar espacios de diálogo y escucha, a través de los cuales el cuerpo docente también pueda aprender de las prácticas, compromisos y convicciones ambientales que las juventudes llevan adelante en su cotidianeidad. Porque, además, lo que requieren y piden las adolescencias al mundo adulto, para ser tenidos en cuenta, es la coherencia, la experiencia real, honesta y concreta de habitar aquello que se propone.

El desarrollo de investigaciones sobre diversas problemáticas ambientales y la creación de posibles iniciativas, campañas, estrategias, pueden constituirse en proyectos anuales donde se integren todas las áreas. Partir de las preocupaciones o lecturas que a ellas, ellos y ellos los atraviesan y movilizan, para poder propiciar un ámbito de pertenencia, participación, indagación, donde cada quien sea reconocido y valorado con su propia voz y sus emociones.

Protagonizar e impulsar el cambio es uno de los ejes que atraviesan estas propuestas, para pasar de lo dado, lo impuesto y lo asumido a lo elegido, lo propio, lo singular. De alguna manera, se plantean nuevas formas de habitar el mundo y la propia vida, valorizando la acción colectiva, con la búsqueda y la imaginación como brújulas, dimensiones que las adolescencias navegan fluidamente y que es importante acompañar.

Necesariamente pensar el ambiente convoca a la propia biografía porque todas las personas cuentan con historias, vivencias, recuerdos y sensaciones sobre espacios que amaron, como tardes de río, huertas de abuelas o recetas compartidas, etc. Mirar con nuevos ojos esas presencias y ausencias es una clave para abordar desde el rol docente las propuestas que siguen. No solo buscan conmover a las adolescencias, también tienen el propósito de encender intereses o alentar a quienes hace tiempo transitan estos caminos.

Abordar la alimentación saludable y la agroecología desde el enfoque de derechos con adolescentes invita a crear ámbitos para la promoción de hábitos alimentarios y cultivos sanos, a conocer y reconocer desde una perspectiva crítica el circuito de la alimentación,

los impactos sociales y ambientales de la industria alimentaria, la distribución y el acceso de la comida y las transformaciones culturales manifiestas en los modos de alimentarse.

La Educación Ambiental para y con adolescentes en Argentina y América Latina cuenta con grandes recorridos, pero no han tenido como ámbito principal al escolar. Quizás éste sea un momento propicio para que, de la mano de la alfabetización ambiental, la escuela secundaria sea un tiempo y un lugar al que las adolescencias elijan, quieran y puedan permanecer.

La formación en la ciudadanía crítica y activa, junto a la promoción ambiental, tienen la potencia de propiciar en las juventudes vocaciones como agentes de cambio y transformación social, con la fuerza y la innovación de las nuevas generaciones y sus ideales. Acompañar ese proceso, verlo florecer y ser parte, es una aventura imposible de perder.

1. Actividad

Quioscos y cantinas saludables

Objetivo

- A partir de la participación de las, les y los adolescentes, incluir opciones de comida saludable en el quiosco y/o cantina de la escuela.

Introducción

Las escuelas pueden ser ámbitos obesogénicos, en la medida en que promuevan, promocionen y comercialicen bebidas y alimentos industrializados y procesados; así como también pueden constituirse en un entorno saludable, en el que las, les y los niños y adolescentes aprenden buenos hábitos para su salud y bienestar. A su vez, proponer cambios, transformaciones, innovaciones, en las ofertas gastronómicas dentro de la escuela puede convocar a la participación de las, les y los adolescentes, protagonizando y llevando adelante sus ideas y proyectos.

Desarrollo

Se convoca a las, les y los estudiantes a armar una propuesta de alimentación saludable dentro de la escuela, crearla a partir de sus investigaciones e ideas, presentarla institucionalmente y llevarla adelante por sí mismos. Para comenzar, se sugiere hacer un relevamiento de lo que en ese momento se ofrece para el consumo. Analizar cada producto, leer las etiquetas, indagar sobre su origen y elaboración. Para ello se sugiere acompañar con la lectura de la Ley Nacional de Etiquetado Frontal 27.642¹. Se pueden proponer criterios para la exhibición de los productos a la venta, con franjas de colores que indiquen de lo más a lo menos saludable. Revisar si hay opciones para personas con celiaquía, por ejemplo. Luego, definir qué tipos de alimentos saludables hace falta ofrecer, aprender a prepararlos, organizarse para la venta y tomar decisiones grupales sobre ese ingreso económico para el curso. Quizás se pueden elaborar tartas o sándwich con harinas integrales y con harinas sin gluten, con opciones vegetarianas y veganas, o fruta fresca, jugos, aguas saborizadas y licuados, barritas de cereales o frutos secos y semillas, ensaladas, y muchas ideas más.



Ingresar a la “Calculadora del Sistema de Sellos y Advertencias Nutricionales” (disponible en: <https://sellos.anmat.gob.ar/Calculadora>) y cargar la información de los productos seleccionados. Esta herramienta permite el cálculo oficial del perfil de nutrientes críticos y presenta los sellos de advertencias y leyendas precautorias que deben consignar los productos alimenticios alcanzados por la Ley.

Discutir qué percepción tienen de los productos analizados disponiendo de esta información, ¿consideran que son saludables? ¿Los elegirían para el consumo? ¿Por qué?

¹ Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/justicia/derechofacil/leysimple/salud/ley-de-etiquetado-frontal>

2. Actividad

Alimentación, activismo y participación

Objetivo

- Conocer las distintas corrientes y caminos posibles en la alimentación como activismo y participación.

Introducción

La alimentación es un derecho humano. No es el derecho a ser alimentado sino, primordialmente, el derecho a alimentarse en condiciones de dignidad. Esto significa, para todas las personas por igual, tener acceso continuo a los recursos que les permitirán producir, ganar o poder comprar suficientes alimentos, y no solamente para prevenir el hambre sino también para asegurar la salud y el bienestar. La soberanía alimentaria también es el derecho de los pueblos a decidir qué y cómo producir y distribuir los alimentos sanos, ambientalmente responsables y culturalmente apropiados y apropiables. Desde el enfoque de derechos, la alimentación es un camino posible para el activismo y la participación, el compromiso social y ambiental.

Desarrollo

Se propone al grupo la búsqueda y lectura de artículos, textos, legislaciones, que hablen sobre la alimentación como derecho humano, la soberanía alimentaria, la agroecología como movimiento para la defensa y cuidado de la salud socioambiental.

Se analizan los textos y se propone un espacio para compartir reflexiones, opiniones, miradas. A continuación, se proponen dos acciones, una individual y otra grupal. Como acción individual se invita a que cada estudiante pueda revisar, repasar, registrar, conscientemente, sus hábitos alimenticios y encontrar aquel que ve posible cambiar o mejorar para reducir los residuos con los empaquetados y aportar con la compra a algún proyecto de producción de alimentos agroecológicos. Se escriben de manera personal y luego se comparten con el grupo, de manera que si hubiera propuestas similares -como la compra de determinado alimento- podrían organizarse para concretarla comunitariamente. Por otro lado, y como curso entero, se propone organizar una serie de charlas y encuentros con personas o colectivos referentes en el tema de la alimentación como participación social, para propiciar el aprendizaje a partir de la escucha de esas historias de vida, el intercambio y la conversación.

3. Actividad

Compost y podcast

Objetivo

- Reconocer la relación entre los hábitos de consumo alimenticio, su impacto ambiental y la generación de residuos.

Introducción

La alimentación tiene un impacto ambiental, desde las formas de producción y uso de agrotóxicos o feedlots, a la generación de residuos. Pero, también, algunas decisiones personales y la implementación de políticas públicas pueden contribuir a mejorar la salud socioambiental. Entre ellas, el fomento a la agroecología, las compras directas a productores o a granel, el incremento de alimentos frescos por sobre los envasados. Conocer el circuito completo del alimento, desde el origen hasta su desecho, y participar en la construcción de un circuito más virtuoso, equitativo y ambientalmente amigable, es parte de un cambio posible. Todo comienza un día, con una acción cotidiana.

Desarrollo

A partir de lo que el grupo viene estudiando y analizando, se invita a llevar a clase los paquetes o envoltorios de lo que comieron en los últimos dos días. Se pone todo en común y se analizan los envases, si son de papel o cartón biodegradable, o son de plástico; si se pueden reutilizar o reciclar, y cuánto tiempo le lleva a la tierra desintegrar esos elementos. Reflexionar sobre lo que pasa con los restos de verduras, frutas, plantas y cáscaras de huevo. Entonces, proponer la construcción de una o varias composteras. Si no es posible en la escuela, buscar un lugar cercano, tal vez en un ámbito público o comunitario, o en algunas casas. Construir un proyecto con la planificación desde el estudio de los residuos, el registro de los volúmenes y tiempos, el diseño de la abonera, el estudio de una abonera (qué poner allí y qué no, cómo cuidarla y mantener su equilibrio), la organización para llevar allí los residuos verdes que la alimentarán y -al cabo de un tiempo- el análisis de la tierra producto de la transformación de esos residuos. Si hay comedor en la escuela, se pueden incorporar los residuos que allí se generan. Como se trata de un proyecto a largo plazo, la invitación es a que el grupo pueda escribir una planificación y sostenerla. Y con cada tema en el que avanzan en sus investigaciones y decisiones crear podcast para dar a conocer sus experiencias e invitar a que más jóvenes también puedan hacerlo.

4. Actividad

Promover la agroecología

Objetivo

- Acercar a las, les y los estudiantes a la agroecología como paradigma, movimiento y práctica.

Introducción

La agroecología es un movimiento en crecimiento, que convoca a las nuevas generaciones. Tiene y trae esa fuerza colectiva, la visión de futuro, la sensibilidad y compromiso social y ambiental, con un montón de posibilidades a desarrollar. Que las, les y los adolescentes conozcan de qué se trata puede acompañarles en el desarrollo de sus proyectos de vida, de manera sana, participativa, con espacios de referencia e identificación.

Desarrollo

La propuesta consiste en que conozcan espacios y personas que estén llevando adelante proyectos de producción de alimentos agroecológicos cercanos a la escuela. Organizar una visita a esos lugares, acordar un tiempo de preguntas y conversación. A partir de estas búsquedas de proyectos, poder conectar y vincularse con jóvenes que estén participando de los mismos. Acordar jornadas de aprendizaje y trabajo voluntario, para tener una experiencia de la labor con la tierra. Promover asociaciones de enriquecimiento mutuo, quizás en la colaboración de la comercialización o en la difusión de esos proyectos y alimentos. Que las, les y los estudiantes puedan conocer que es posible cultivar sus propios alimentos y que la tarea de ofrecer alimentos sanos a la población es y puede ser también un camino posible para su desarrollo personal y laboral.

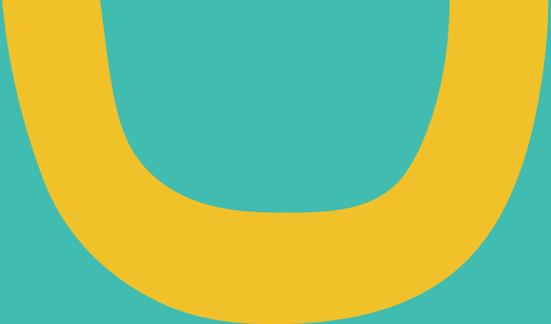
Para profundizar en este sentido, se sugiere visitar la serie de cuadernillos² de **ACUMAR** para el curso de Promotores Agroecológicos.

² Disponible online en: <https://www.acumar.gob.ar/materiales/libro-agroecologia/>

Referencias

- ACUMAR (2016). Marco Conceptual. *El desafío de la recuperación de la Cuenca Matanza Riachuelo desde la Educación Ambiental*. Disponible en: <https://www.acumar.gob.ar/materiales/recursos-educacion-marco-conceptual/>
- ACUMAR (2021). *Plan Sanitario de Emergencia (PSE) 2020-2023*. Disponible en: <https://www.acumar.gob.ar/wp-content/uploads/2016/12/Plan-Sanitario-de-Emergencia-ACUMAR-2020-2023.pdf>
- ACUMAR, UNAHUR e INTA (2021). *Curso de Promotores agroecológicos. Entrenamiento para el trabajo. Módulos 1 y 2*. Disponible online en: <https://www.acumar.gob.ar/prensa/nuevos-manuales-sobre-agroecologia-en-la-cuenca/>
- ACUMAR, UNAHUR e INTA (2022). *Manual de Formación para la Diplomatura en Promoción de la Agroecología en la Cuenca Matanza Riachuelo*. Disponible en: <https://www.acumar.gob.ar/materiales/libro-agroecologia/>
- ACNUDH. *El derecho a la alimentación adecuada*. Folleto informativo n°34. Disponible online en: <https://acnudh.org/el-derecho-a-la-alimentacion-adecuada-folleto-informativo-n34/>
- Caride, J. A y Meira, P.A (2000). *Educación Ambiental y Desarrollo Humano*. Madrid. Ariel.
- FAO (2016). *El estado mundial de la agricultura y la alimentación*. FAO.
- FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF (2020). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo*.
- Freire, P. (1996). *El grito manso*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina
- García, D. S., Priotto, G. (2009). *Educación ambiental. Aportes políticos y pedagógicos en la construcción del campo de la Educación Ambiental*. Buenos Aires: Secretaría de Ambiente y Desarrollo Sustentable de la Nación.
- Laura Contrera y M. Luz Moreno. *Cuadernillo de sensibilización sobre temáticas de Diversidad corporal gorda*. (Material desarrollado para la Subsecretaria de Políticas de Género y Diversidad Sexual; Ministerio de las Mujeres, Políticas de Género y Diversidad Sexual de la Provincia de Buenos Aires), año 2021, Provincia de Buenos Aires.
- Ministerio de Salud de la Nación (2018). *Manual para la aplicación de las Guías Alimentarias para la Población Argentina*. Disponible en: https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf
- Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2019). *2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud - Indicadores priorizados*. Disponible online en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/2deg-encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud-indicadores-priorizados>
- Ministerio de Salud de la Nación (2020). *Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA)*, Buenos Aires.

- Parra, M. J. (8/9/2021). “Hablemos de agricultura, hablemos de ambiente”. Diario El País Digital. Disponible en: <https://elpaisdigital.com.ar/contenido/hablemos-de-agricultura-hablemos-de-ambiente/32750>
- Perrenoud, P. (2008). *Construir las competencias ¿es darle la espalda a los saberes?*. Docencia universitaria, 6(2), 1-8.
- Sauv , L. (1999). *La Educación Ambiental entre la modernidad y la posmodernidad: en busca de un marco de referencia educativo integrado*. En: T picos en Educación Ambiental, Vol. 1.
- Secretaría de Gobierno de Salud de la Nación (2018). *Encuesta mundial de Salud Escolar. Resumen ejecutivo total nacional*. Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación.
- Secretaría de Gobierno de Salud de la Nación (2019). *Documento Marco. Plan Nacional de Alimentación Saludable en la Infancia y Adolescencia para la Prevención del Sobrepeso y la Obesidad en niños, niñas y adolescentes - Plan ASI. 2019-2023*
- UNICEF y FICA (2018). Entornos escolares saludables. Recomendaciones para promover políticas escolares que prevengan la obesidad infantil en la Argentina. Disponible en: <https://www.unicef.org/argentina/informes/entornos-escolares-saludables>
- UNICEF y Secretaría de Gobierno de Salud de la Nación (2018). *Sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes según datos del primer nivel de Atención en Argentina*. Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación-UNICEF Argentina.
- Unión de Trabajadores de la Tierra (2021). *Cuadernillo para la formación de promotorxs de alimentación sana, segura y soberana. desde el enfoque de salud, cultura, agroecología, derecho a la alimentación y género*. Disponible online en: <https://uniondetrabajadoresdelatierra.com.ar/wp-content/uploads/2021/12/cuadernillo-alimentacion.pdf>
- Vía Campesina. (1996). *Declaración de Roma de La Vía Campesina que define por primera vez la Soberanía Alimentaria*. Disponible en: <https://viacampesina.org/es/1996-declaracion-de-roma-de-la-via-campesina-que-define-por-primera-vez-la-soberania-alimentaria/>



Gracias a todas las comunidades educativas que participan del Programa Escuelas por la Cuenca, especialmente a las, les y los docentes que incluyen en su labor cotidiana estos contenidos y los convierten en propuestas didácticas posibles para trabajar con sus estudiantes, renovando todos los días su compromiso con la Cuenca Matanza Riachuelo.



0800 345 ACUMAR (228627) | Esmeralda 255 PB, CABA.