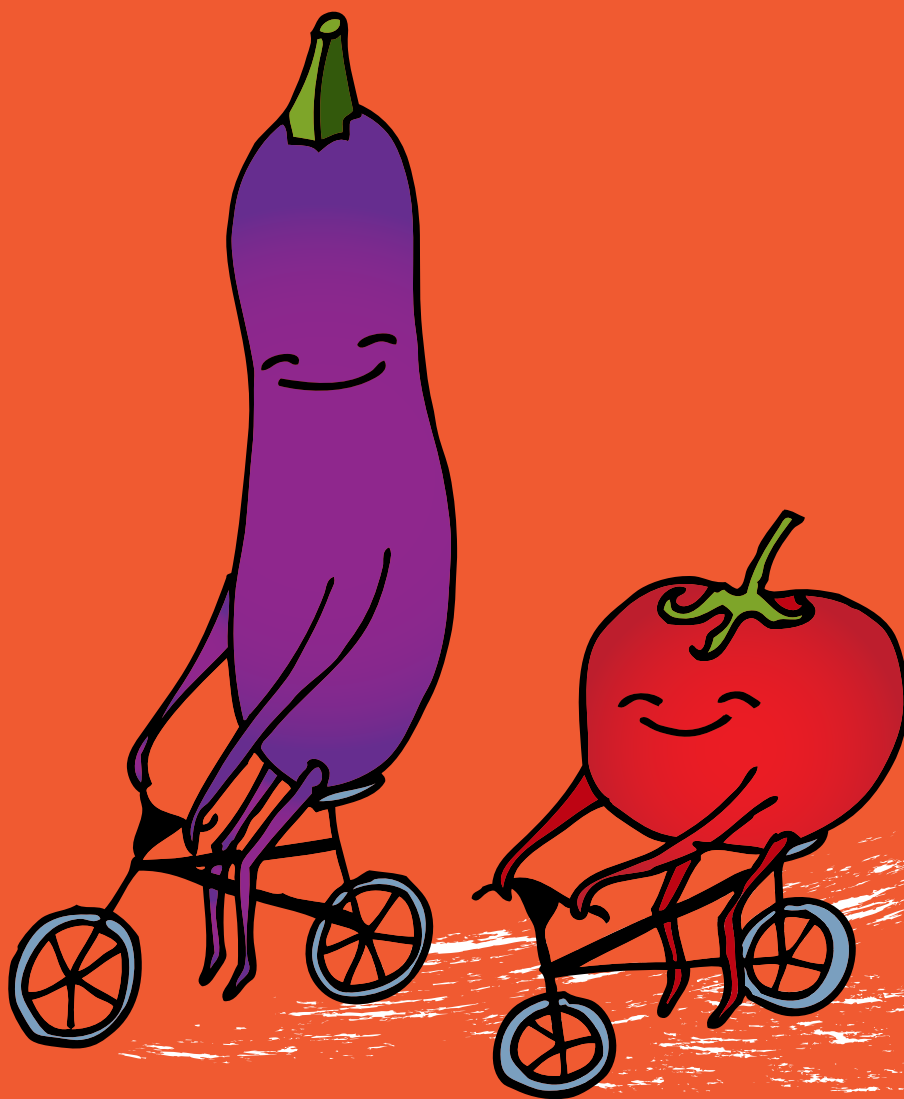


Ahora Toca... Derecho a la alimentación

¡Qué ricas aventuras!

Las historias más divertidas de la comida





ESPACIO PARA LA GESTIÓN DE INÉDITOS VIABLES

Edita

Ayuda en Acción

Autoría

El equipo de la asociación Yetooponese:

Zulema Cadenas Gago

María Pérez Fernández

Elena Fernández Suárez

José María Pérez Fernández

Ilustraciones y maquetación

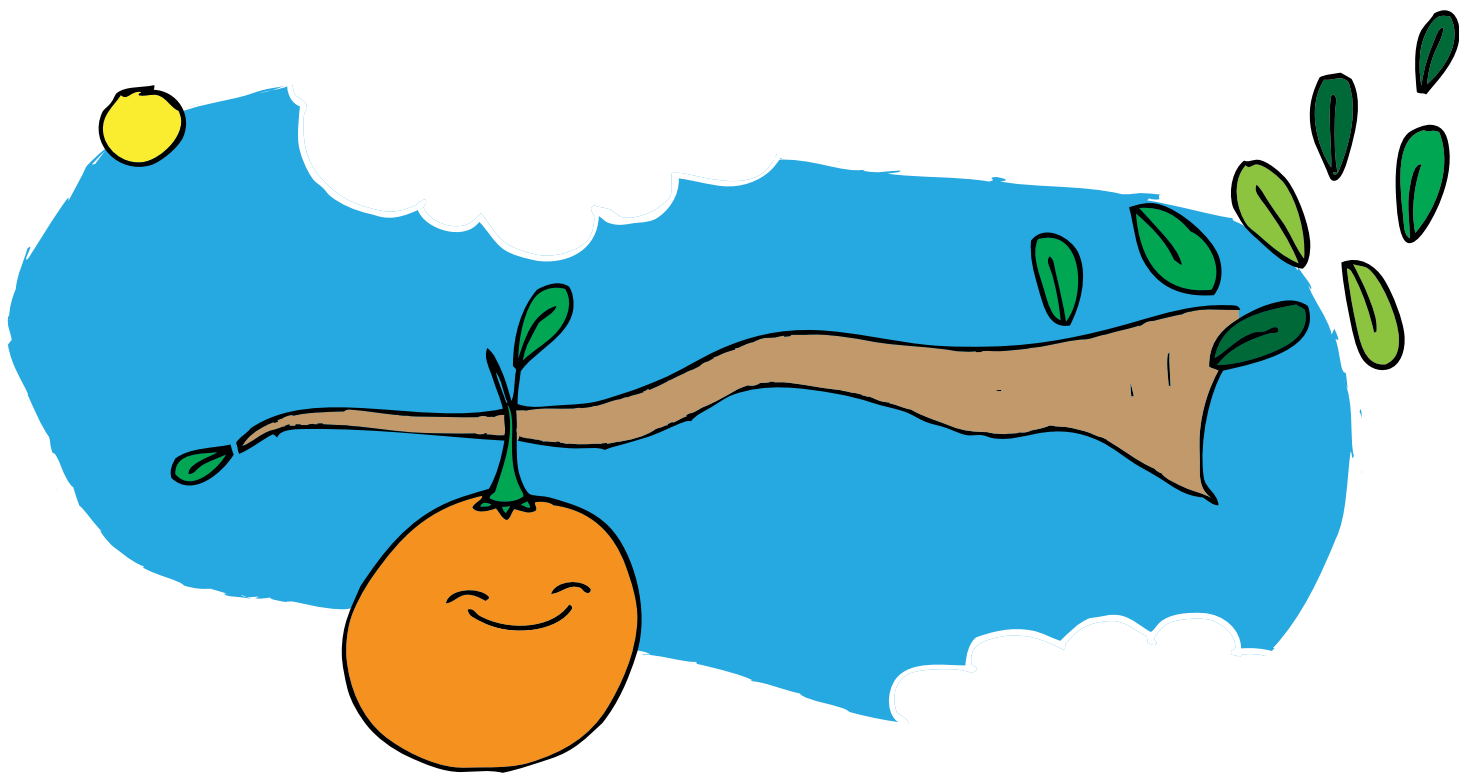
Hoboland

Índice

Las aventuras de Anja Naranja

Tema: Alimentos kilómetro cero	pág. 4
Unidad didáctica	pág. 10
Fichas.....	pág. 15

Las aventuras de Anja Naranja



¿Alguien de aquí conoce la hermosura de Jujuy?
¿No? Anja Naranja sí, porque es su lugar de nacimiento.

Anja Naranja nació en Jujuy, provincia de Argentina, y desde su nacimiento estuvo señalada con la estrella de la aventura.

— ¡Tú, hija mía, vas a conocer mundo y vivir grandes aventuras!— le dice cada día el naranjo que la cría.

La verdad es que Anja Naranja tiene ganas de correr aventuras, pero también es muy feliz en Jujuy. Nunca falta el sol que le va haciendo crecer y madurar, ni el agua fresquita con que la riegan para que esté jugosa. Y siempre hay alguna otra naranja con ganas de jugar, cantar o planear alguna broma para los pájaros que las visitan.

Entre sol, agua y juegos va pasando el tiempo hasta que un buen día, bien de madrugada,

cuando todavía se ven en el cielo algunas estrellas despistadas, el naranjo la despierta con una gran excitación.

—Anja, despierta, ¡ha llegado el gran momento! Vas a correr grandes aventuras y conocer mucho mundo. Abre bien los ojos para no perderte nada.

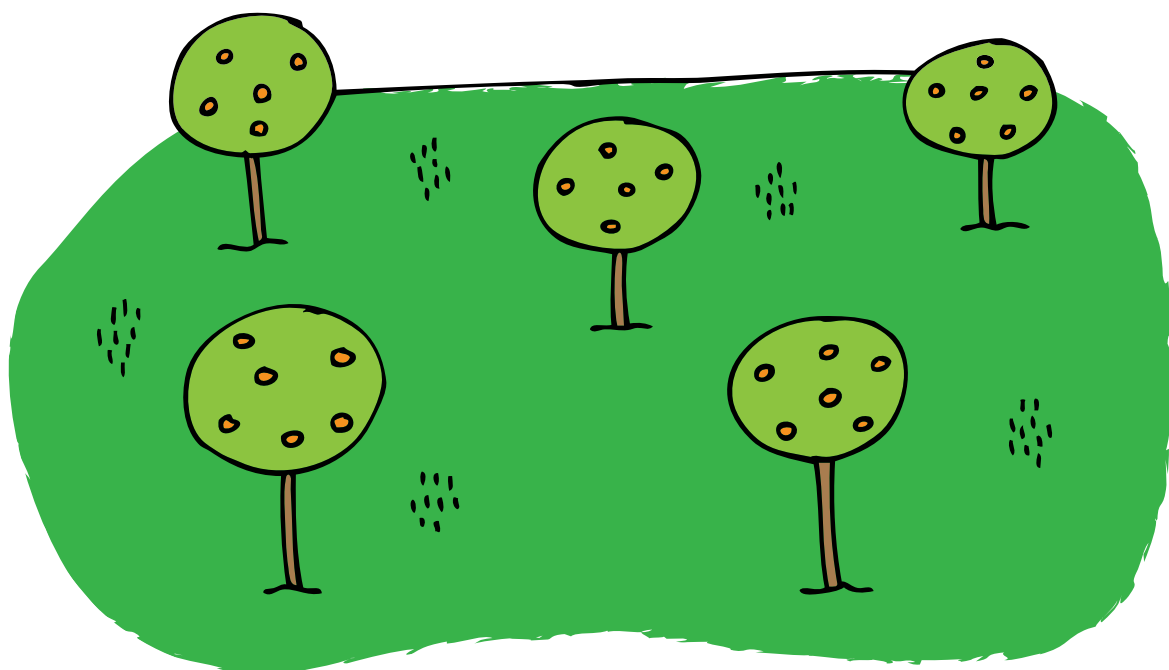
Y así es como la gran aventura de Anja Naranja comienza, aunque es algo diferente a la que ella esperaba. Para empezar Anja está todavía bastante verde por fuera, por lo que no se siente preparada del todo para viajar, aunque como es una naranja valiente, se lanza a la aventura. Una vez que la arrancan del árbol la llevan, junto a muchísimas otras naranjas, en un camión enorme y muy ruidoso a una fábrica cerca de la ciudad, Salvador de Jujuy. Una vez allí, para sorpresa de todas las naranjas, las meten en una especie de montaña rusa donde las lavan y abrillantan con unos productos bastante extraños.

—Puag, puag— gritan las naranjas. — ¡Cuántos potingues raros para ponernos guapas!

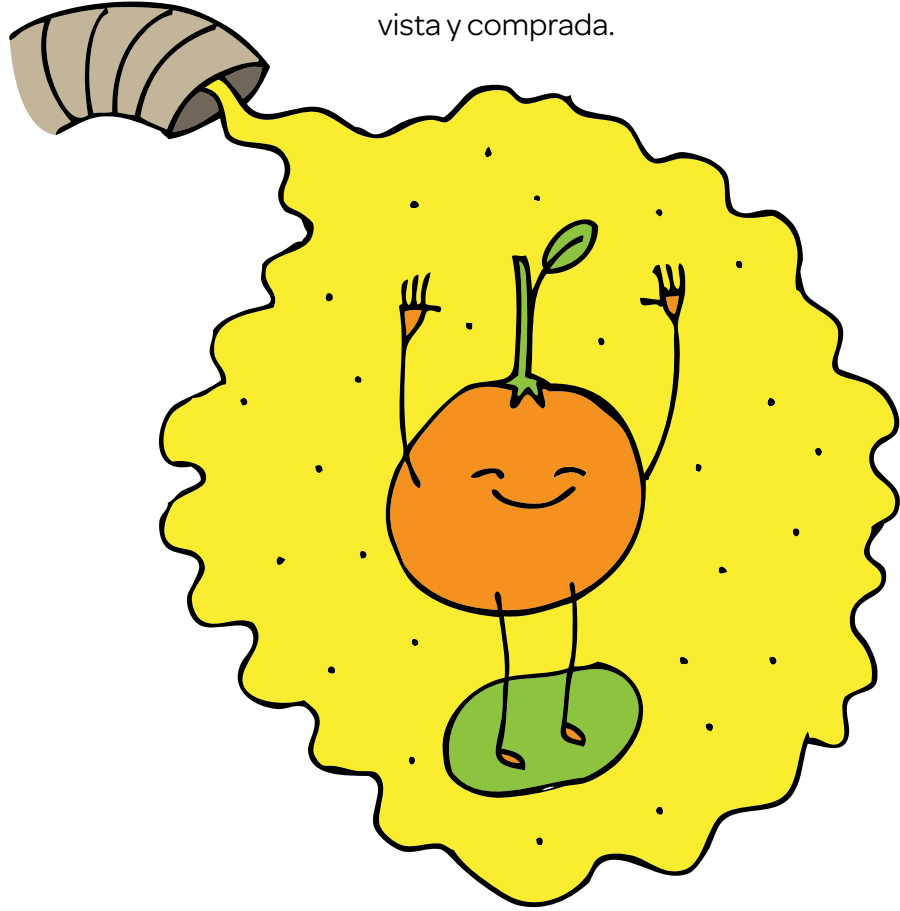
Tras la montaña rusa, sin previo aviso, las rocían con un producto que se les mete en la piel y las va poniendo de color anaranjado.

—Ay, qué cosa más rara, qué cosquillas, cuántos preparativos para que sea la naranja más hermosa y elegante— suspira Anja Naranja.

Cuando por fin Anja Naranja cree que el viaje va a comenzar, la meten en una gran nevera sin ventanas, donde el frío hace que se quede dormida y comience a soñar con los lugares donde viajará y lo admirada que será en su lugar de destino.



Durante unos cuantos días la nevera donde está Anja viaja primero hasta la provincia de Tucumán (a muchísimos kilómetros de Jujuy), y de ahí a la costa, donde lo suben a un enorme barco que durante otro montón de días cruza el océano Atlántico hasta Lisboa. En Lisboa pasan del frigorífico a otro camión que llega hasta Madrid, y de Madrid viaja en un camión más pequeño hasta Asturias.... donde por fin Anja sale del frigorífico y ve un poco el mundo. La llevan en una camioneta hasta un supermercado grande, a las afueras de una ciudad cerca del mar, donde puede ya ser vista y comprada.



—Estoy destrozada, muy muy cansada y encima no he visto nada de mundo. Pero qué hermosa sigo por fuera, es increíble lo bien que me han maquillado. Qué ganas de que me lleve alguien a su casa y me admire como me merezco.

Por fin, al final de la mañana, una señora se lleva a Anja junto con otras frutas. La pone en un frutero donde, para sorpresa de Anja, hay otra naranja a su lado. Sin embargo no es una naranja lustrosa y redondita. Es una naranja más bien pequeña, con algunos rasguños y pequeñas heridas y muy polvorienta.

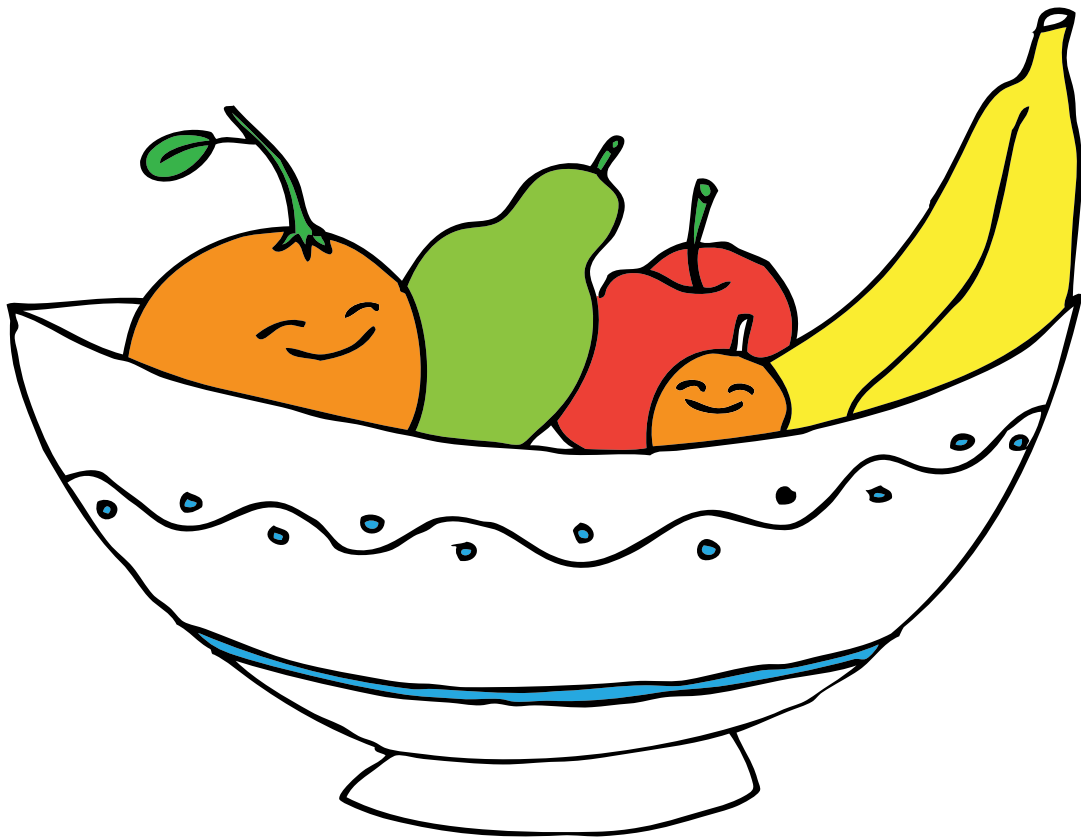
– ¡Bon día hermosa! ¿Com va? Em dic Paca—
suelta la polvorienta naranja con una sonrisa de
oreja a oreja.

“Uy, qué naranja más fea y poca cosa, con lo
hermosa que yo soy. Y encima habla muy raro,
como si nunca hubiera salido de su pueblo”,
piensa Anja Naranja mientras la mira por encima
del hombro.

Y así llega el momento en que la señora decide
hacerse un zumo de naranja. Y Anja Naranja duda
de si juntarse con la naranja poca cosa o irse sola
para que no la mezclen con esa naranja taaaaan
raqúitica.

¿Qué haríais si fuerais
Anja Naranja?

¿Os iríais con Naranja
Paca o no os gustaría que
os mezclaran con ella?



Opción 1:

No mezclarse con Naranja Paca

“Por supuesto que no pienso dejar que me mezclen con esa desaliñada. Yo soy una naranja de otra categoría. Vengo de bien lejos, he viajado durante semanas, estoy agotadísima y aun así estoy preciosa.”

Y Anja Naranja se esconde en el frutero dejando que la Naranja Paca se vaya.

Para hacer tiempo se pone a hablar con las otras frutas ante las que presume de todas sus aventuras. Sin embargo, cuando ellas le cuentan su vida se da cuenta de que en realidad conocen mucho más mundo que ella. Le cuentan que ellas vienen de cerca, de unos campos de Valencia, Aragón, Asturias, pero las recogieron cuando ya estaban bien maduras y las llevaron de viaje en pequeños camiones donde les daba el aire y vieron hermosos paisajes.

“Pero ninguna es tan bonita como yo”, piensa Anja Naranja para consolarse.

Por fin una niña de la casa decide comerse a Anja... tras mirarla con admiración la pela y se mete un trocito a la boca

—¡Puag! ¡Esta naranja no sabe a nada y está toda seca por dentro! ¡Con lo ricas que estaban las otras!



Opción 2:

Mezclarse con Naranja Paca

“La verdad es que aunque esté un poco deslucida esta naranja parece muy simpática y desprende un olor muy bueno”, razona Anja Naranja. “En realidad sus imperfecciones la hacen bonita, me encantaría conocerla más...”

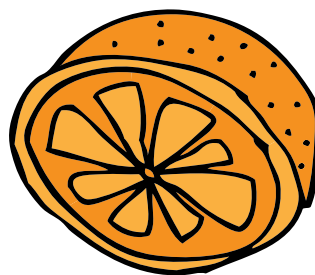
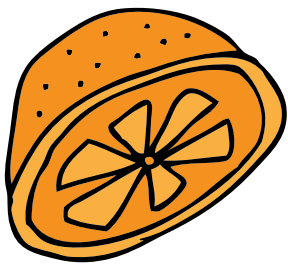
Y así decide saltar para unirse a Naranja Paca. La verdad es que no se arrepiente. Naranja Paca enseguida habla con ella, muy cariñosa. Le cuenta que viene de un naranjal valenciano. La recogieron hace cuatro días, cuando ya estaba bien madurita y la llevaron de viaje en un pequeño camión donde pudo disfrutar de paisajes de costa, montaña, ríos... Luego pasó una mañana en un mercado increíble, lleno de jolgorio y gente. ¡Incluso escuchó a un grupo de músicos callejeros tocando a su lado!

Cuanto más cuenta Paca, más embelesada se queda Anja Naranja.

– ¡Qué aventuras tan divertidas, qué vida más interesante! y se la ve tan joven y llena de vida... todo lo contrario que yo...

Y así, entre charla y charla, por fin las exprimen para hacerlas zumo. Anja Naranja se funde con el jugo de Naranja Paca, que lo llena todo de muy buen sabor y un olor riquísimo.

– ¡Mmm, este zumo está de rechupete!, exclama extasiada la señora.



Unidad didáctica

Alimentos kilómetro cero

Objetivos

- Conocer de dónde vienen, cómo son producidos y cómo se distribuyen algunos alimentos.
- Identificar las diferencias entre los productos kilómetro cero y los importados.
- Reconocer los beneficios del consumo de productos locales.

Preguntas clave para hacer al grupo al final de la lectura del cuento

¿Qué os ha parecido la historia de Anja Naranja? ¿Os ha gustado cómo ha terminado? ¿Por qué? ¿Si hubierais elegido la otra opción, qué habría pasado?

¿Qué naranja creéis que ha tenido una vida más feliz? ¿Por qué? ¿Y una vida más respetuosa? ¿Por qué?

¿Cuál de las dos naranjas creéis que es más saludable? ¿Por qué?

Actividades

Educación Infantil

¿Cuánto humo tiene esta naranja?

Materiales: Alimentos, ficha *Nubes de humo negro*, mapa mundi (preferiblemente proyección Gall–Peters o Winkel–Tripel) y ficha *Anja y Paca*.

Tiempo estimado: 50 minutos

Previamente pedimos que cada niño/niña traiga un alimento de su casa y pregunte a la familia dónde se ha producido y dónde lo han comprado (tienda o supermercado).

Preparamos la ficha *Nubes de humo negro* que representarán la contaminación de los productos que vienen de más lejos. Leemos el cuento *Las aventuras de Anja Naranja* y hacemos algunas de las preguntas clave.

Repasamos el viaje que ha hecho Anja Naranja y Paca. Después usando la ficha *Anja y Paca* y enseñando la ficha *Nubes de humo negro* que hemos preparado, preguntamos al grupo:

¿Cuántas nubes de humo negro creéis que ha producido el viaje y los productos químicos que han echado a Anja Naranja? ¿Por qué?

¿Y cuántas ha producido el de Naranja Paca?

Recogemos sus comentarios y resumimos algunas de las ideas:

- Anja Naranja viene de muy lejos, por lo tanto ha viajado en muchos transportes que producen gases que contaminan el aire. Preguntarles cuantos transportes diferentes ha tenido que coger Anja y los dibujamos en fila en el encerado.
- Para llegar madura a su destino ha recibido productos químicos para su conservación que generan desechos contaminantes para el agua y la tierra y para las personas que los consumen.

Una vez en clase, cada alumno/a va sacando su alimento y diciendo dónde cree que se ha producido y dónde lo compró su familia (supermercado, tiendas de barrio). Les ayudamos diciendo de dónde creemos que vienen y lo señalamos en un mapa. Una vez que los hemos señalado pedimos a quien lo ha traído que coja las nubes de humo que cree que ha producido ese producto en su viaje hasta su casa.

Una vez que todo el grupo ha terminado dividimos todos los alimentos en dos: alimentos con muchas nubes de humo y alimentos con pocas, y preguntamos al grupo dónde han comprado sus familias algunos de los productos, intentando ver si hay alguna relación entre los productos con más nubes y las grandes superficies comerciales y los otros y el pequeño comercio.

Variaciones: Se puede hacer con alimentos del comedor o con productos que traiga el profesorado.

1º – 3º de Primaria

Descubriendo las diferencias

Materiales: Ficha *Alimentos* y ficha *Anja y Paca*.

Tiempo estimado: 50 minutos

Leemos el cuento *Las aventuras de Anja Naranja* y hacemos algunas de las preguntas clave. Después señalando la ficha de *Anja y Paca* preguntamos al grupo:

¿Qué diferencias hay entre Anja Naranja y Naranja Paca?

Recogemos sus respuestas y resumimos algunas de las ideas:

Anja Naranja – Alimento de importación

- Viene de Jujuy, por lo tanto ha viajado en muchos transportes que producen CO², una de las mayores fuentes de contaminación del aire. Además, la forma de obtener y producir el combustible (petróleo–gasoil) para estos transportes es también fuente de mucha contaminación y desastres medioambientales.
- Ha recibido productos químicos para su conservación, que generan desechos contaminantes para el agua y la tierra.
- No es de temporada, llega a las casas en cualquier época del año.
- Su producción usa mucha maquinaria y pocas personas (genera poco empleo).
- Su calidad nutritiva es muy baja y su sabor malo, puesto que se recogió antes de su maduración y ha pasado mucho tiempo en cámaras frigoríficas.
- Su aspecto externo es muy bueno, puesto que se le han aplicado productos para mejorarlo. Sin embargo, algunos de estos productos pueden ser perjudiciales para la salud si su consumo es prolongado.

Naranja Paca – Alimento kilómetro cero

- Viene de Valencia, por lo tanto ha viajado un poco, pero no demasiado. Su transporte ha generado contaminación, pero no tanta como la de Anja Naranja.
- No se le han aplicado productos químicos para conservarla.
- Es un producto de temporada, por lo que promueve la gastronomía local.
- Al estar producida localmente favorece la economía del entorno.
- Su producción utiliza poca maquinaria, por lo que se necesitan muchas personas (mucho empleo).
- Su calidad nutritiva es muy alta y su sabor bueno, puesto que se ha recogido una vez madura y directamente se ha transportado al mercado.
- Su aspecto exterior es poco llamativo, puesto que no se le ha aplicado ningún producto para mejorarlo.

A continuación dividimos la clase en grupos y damos a cada grupo una de las parejas de la ficha alimentos.

Les explicamos que aunque estos alimentos se parezcan en realidad son muy diferentes. Cada grupo tiene que encontrar 5 diferencias entre cada producto, positivas o negativas.

Cuando han acabado ponemos en común las ideas de los grupos. En la pizarra vamos haciendo un resumen de las ideas más importantes en dos columnas: Productos kilómetro cero / Productos importados.

4º – 6º de Primaria

La vida oculta de lo que comemos

Materiales: Ficha *Anja y Paca*, Ficha *Cuestionario* y Ficha *Tabla de valoración* de los alimentos.

Tiempo estimado: 50 minutos

Previamente pedimos a la clase que traiga un alimento que se consuma en su casa normalmente y que averigüen cuánto ha costado, dónde se compra y dónde se produce.

Leemos el cuento *Las aventuras de Anja Naranja* y hacemos algunas de las preguntas clave. Después señalado la ficha *Anja y Paca* preguntamos al grupo:

¿La vida de cuál de las dos naranjas os parece más respetuosa con el medio ambiente y con las personas? ¿Por qué?

Recogemos sus ideas y completamos con otras ideas clave (que podemos completar con la tabla de la página 40).

A continuación dividimos la clase en grupos y entregamos la ficha *Cuestionario* y la ficha *Tabla de valoración* para cada alimento. En grupo tienen que “entrevistar” a los alimentos que cada uno ha traído e ir rellenando la ficha cuestionario. Después, se ayudarán de la ficha *Tablas de valoración* para puntuar cómo de respetuosa ha sido su vida con las personas y el medioambiente.

Cuando los grupos han terminado les pediremos que entre todos hagan un ranking de los alimentos con vidas más respetuosas para las personas y el medioambiente. Irán colocando los productos en una fila según la puntuación que tengan. Al final pediremos que se compartan los datos del producto con vida menos respetuosa y el del alimento con vida más respetuosa.

Actividad complementaria

Opción 1.

En grupo creamos un calendario de frutas y verduras de temporada para colocarlo en algún lugar visible del centro escolar. El calendario puede estar hecho como un collage con recortes de alimentos, con dibujos,...

Una variante sería crear un espacio en algún lugar visible del centro para el calendario de temporada. Cada mes uno de los grupos participantes estará encargado de hacer en plastilina las frutas y verduras de temporada y colocarlas en ese espacio para que el resto de alumnado lo vea.

Opción 2.

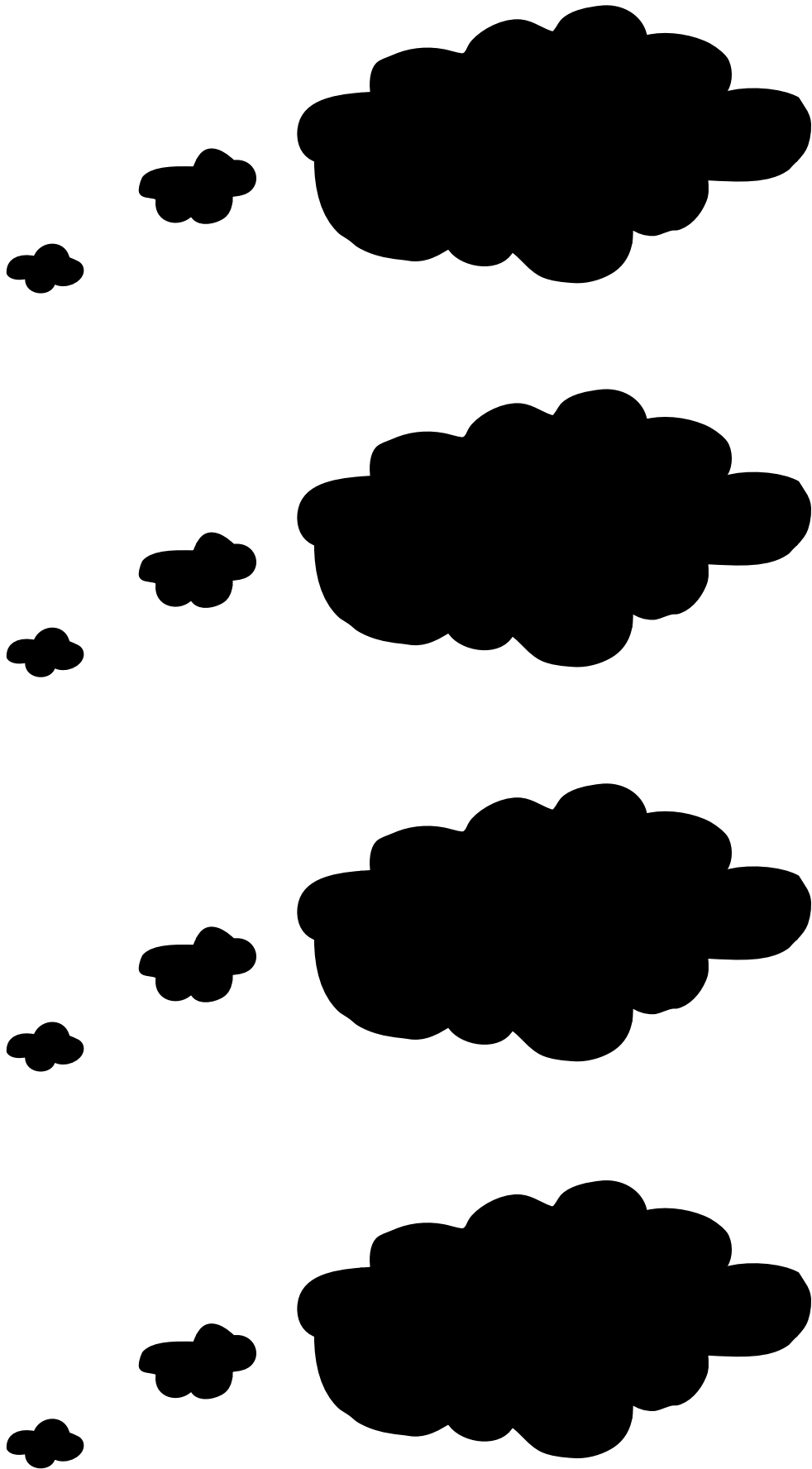
En grupos pedimos que hagan un tentempié para compartir con productos de producción local y de temporada. Organizamos un almuerzo todos juntos con los tentempiés realizados por los grupos.

Para saber más

- Comunidad Slow food España:
www.slowfood.es
- Artículo sobre los beneficios del consumo local:
www.ecotumismo.org/ecologia-de-vida/conocer-el-origen-de-los-productos-para-un-consumo-responsable/
- Datos comparativos entre productos kilómetro cero y productos importados:
www.otragranada.org/spip.php?article617
www.ecotumismo.org/nuestra-filosofia/el-concepto-km0-de-slow-food-se-expande-por-barcelona/
- Informe sobre la huella ecológica en España:
www.footprintnetwork.org/images/uploads/Huella%20ecologica%20de%20Espana.pdf
- Campaña Derecho a la Alimentación. Urgente:
www.derechoalimentacion.org/webkwderecho/index.asp
www.esthervivas.com/2014/04/04/alimentos-km0-mas-alla-del-marketing/

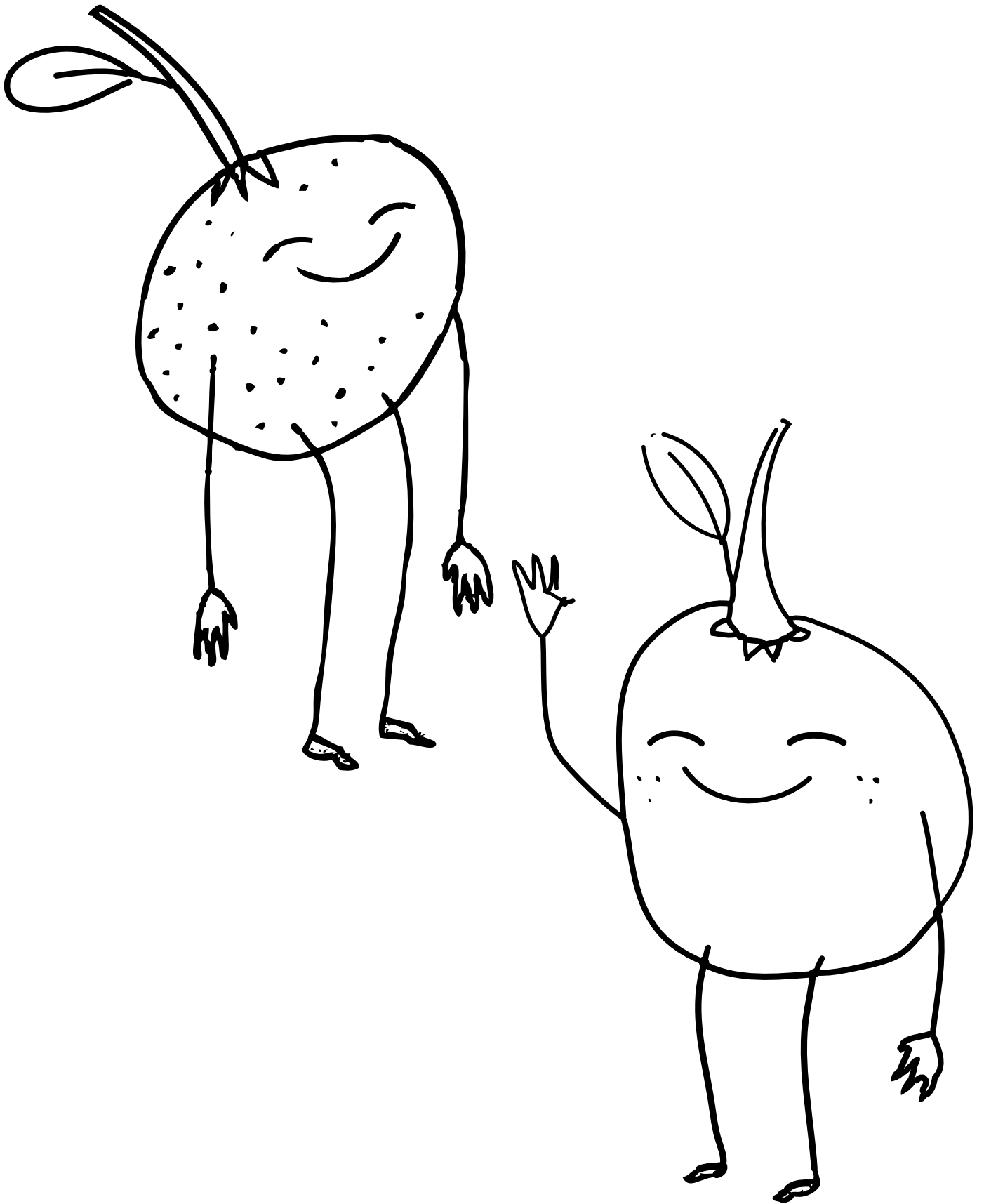
Ficha

Nubes de humo negro



Ficha

Anja y Paca

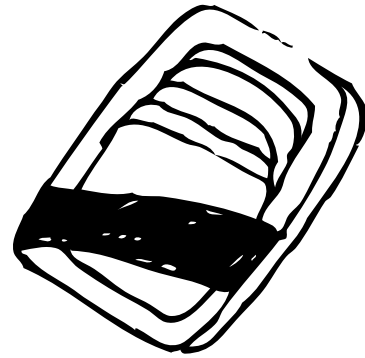


Ficha

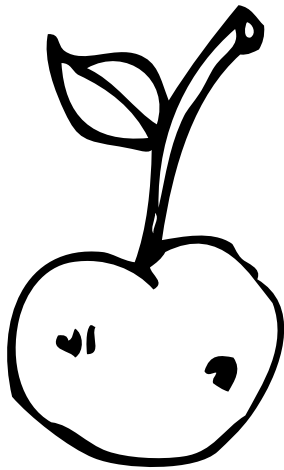
Alimentos



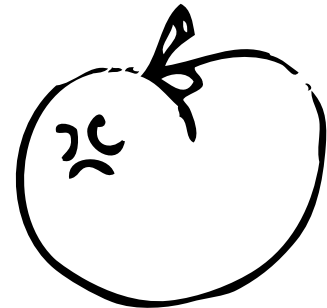
Queso artesano



Queso industrial



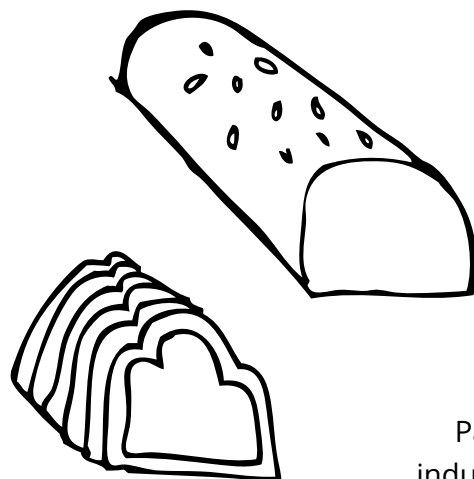
Manzana asturiana



Manzana importada



Pan artesano



Pan industrial

Ficha

Cuestionario

Descripción		
Precio		
Lugar de compra		
	Respuesta	Puntuación
¿Es un producto local?		
¿Lleva conservantes, aditivos? ¿Cuáles?		
¿Dónde fue producido?		
¿Por quién fue producido?		
¿Cuál es la empresa que lo distribuye? ¿Se tienen garantías de que fue producido con un salario y condiciones de trabajo dignos?		
¿Lleva envase? ¿De qué tipo?		

Ficha

Tabla de valoración

A partir de las tablas que se adjuntan, calcularemos de forma simbólica lo respetuosos que son los alimentos en función de sus condiciones de producción y distribución.

Transporte de alimentos y refrigeración

Misma localidad	0
Misma provincia	1
Provincias cercanas	2
Provincias lejanas	3
Europa	5
Otros continentes	7

Procesamiento y envasado

Sin envase	0
Papel	1
Vidrio	2
Lata	3
Tetrabrik	4
Plástico	6
Porexpan	8

Condiciones de trabajo

Producto de comercio justo	0
Productos producidos en Europa o España por un productor pequeño y local	0
Producto producido en Europa o España por una gran marca	2
Producto producido fuera de España y de Europa	4



Ayuda en Acción es una organización española de cooperación al desarrollo. Llevamos 34 años trabajando para mejorar las condiciones de vida de las comunidades más pobres y transformar así la vida de millones de personas.

Llevamos a cabo más de 100 programas de desarrollo sostenible y campañas de sensibilización e incidencia política, contribuyendo a mejorar la vida de más de 2'5 millones de personas en 22 países de América Latina, Asia y África, y también en España.

En todos los programas, la educación tiene un papel protagonista por su importancia en los procesos de cambio social y en la formación de personas justas y solidarias.

