

COMPRA SOSTENIBLE, REDUCE TU HUELLA



Centro educativo de la Red de Ecoescuelas: Centro de Educación Ambiental Polvoranca

Red: Red de Ecoescuelas de Leganés

Resumen: para trabajar el consumo consciente podemos hacer una serie de parejas de fichas en las que recojamos distintas modalidades de un mismo tipo de alimento.

Con ellas podremos trabajar el triángulo productor-consumidor-administración, así como la huella ecológica de las distintas modalidades.

De esta forma podemos reflexionar sobre los alimentos que consumimos y qué debemos tener en cuenta a la hora de llenar nuestro carro de la compra para hacerlo de la forma más sostenible que esté en nuestras manos.

Materiales necesarios: parejas de fichas. Estas parejas de fichas no son más que fotografías o dibujos plastificadas de los diferentes alimentos que vamos a tratar. Os dejamos a continuación algunos temas como ejemplo, aunque podéis completar el listado.



| TEMA | ¿SOBRE QUÉ DEBATIMOS? | EJEMPLO |
|------------------------|---|--|
| Origen | Etiquetas: nos permiten trabajar sobre productos de proximidad, la huella ecológica derivada del transporte o el coste de los productos | Kiwi Nacional vs Kiwi de Nueva Zelanda |
| Procesado de la comida | Huella de carbono derivada del ultracongelado, el mantenimiento de la cadena de frío. Conservación | Verdura fresca Vs verdura congelada |
| Envasado | La necesidad o no de comprar comida envasada en lugar de a granel | Fruta y verdura envasada en plástico Vs Fruta y verdura a granel |
| Productos ecológicos | Cómo se producen, en los huevos, qué significan los números que aparecen en la cáscara, trato a los animales | Huevos frescos en una cesta Vs Huevos envasados en cartón |

| TEMA | ¿SOBRE QUÉ DEBATIMOS? | EJEMPLO |
|-------------------------------|--|---|
| Sello ecológico | Cómo se obtiene, etiquetado... huella ecológica, hablar del transporte, a veces los ecológicos vienen de lejos, aunque sean buenos para otras cosas. | Envase de leche ecológica Vs Envase de leche normal |
| Alimentos de temporada | Los beneficios de consumir productos de temporada: menor coste de producción, menor gasto de energía y agua, menor transporte | Fruta de invierno Vs Fruta de verano |

Para más información:

<http://alimentarelcambio.es/category/argumentos-para-una-alimentacion-sostenible-y-saludable/> en esta web podréis encontrar mucha información sobre alimentación saludable.

<http://www.fao.org/sustainable-development-goals/goals/goal-2/es/> os facilitamos también esta página web para que profundicéis más en los ODS.