

ODS 2: Poner fin al hambre (Bolivia)



■ Objetivos:

- Comprender que el hambre es un freno que impide el desarrollo de los demás ODS tanto en personas como en familias, comunidades y sociedades.
- Descubrir que nuestra forma de consumo influye en las prácticas agrícolas y en los desequilibrios alimentarios a nivel mundial y que podemos contribuir con diferentes tipos de iniciativas y compromisos a luchar contra el hambre en el mundo.

Chequeo inicial-final:	Respuestas:
¿Cuál es el alimento de base en Bolivia?	
Cita tres prácticas incompatibles con un desarrollo agrícola sostenible.	
Cita una acción que puedas hacer tú para contribuir a la lucha contra el hambre en el mundo.	

■ Presentación:

El hambre es un freno potente del desarrollo, ya que hace que las personas estén débiles y sean más propensas a enfermar, lo que les dificulta trabajar y lograr ingresos y por tanto mejorar sus medios de vida y progresar en otros ámbitos de desarrollo. Por lo tanto es fundamental la lucha para acabar con el hambre que padecen unos 800 millones de personas en todo el mundo.

En la base del hambre se encuentra el sistema agroalimentario, cuando éste no es sostenible o se usan malas prácticas de producción, recolección y distribución que encarecen o dificultan el acceso a alimentos de calidad a todas las personas. Sin embargo, desde aquí también podemos hacer algo para apoyar acciones más sostenibles.

■ Desarrollo:

Busca información en internet sobre cuál es la dieta básica en Bolivia y compárala con la dieta mediterránea que solemos consumir en España (Ficha 3). Recoge en la ficha 4 los principales alimentos y nutrientes de la dieta de ese país.

- ¿Qué productos se cultivan en Bolivia? Normalmente los productos que no se producen en el país deben ser importados y suelen ser caros. Debate en clase qué consecuencias crees que tendrá (en la salud, en la economía...) el no poder acceder a una mayor variedad de productos alimentarios locales.

Por otra parte, nuestra dieta mediterránea es muy sana y equilibrada, pero con la globalización se han introducido prácticas alimentarias que resultan poco sostenibles y tienen consecuencias a nivel mundial.

Repartir la clase en cuatro grupos para analizar algunas de estas prácticas como:

- **El consumo excesivo de carnes:**

<https://es.greenpeace.org/es/noticias/10-datos-preocupantes-sobre-los-efectos-de-la-carne-en-nuestra-salud/>

- **La compra compulsiva o abusiva y el desperdicio de alimentos:**

<https://www.unep.org/es/resources/publicaciones/informe-sobre-el-indice-de-desperdicio-de-alimentos-2024>

<https://www.fao.org/interactive/food-loss-waste-challenge/en/>

<https://www.fao.org/platform-food-loss-waste/fao-flapp/es>

<https://enraizaderechos.org/que-nos-mueve/agenda-2030/desperdicio-alimentario/>

<https://www.otroconsumoposible.es/desperdicio-alimentario/>

- **El consumo de productos que no son de temporada:**

<https://es.greenpeace.org/es/frutas-verduras-temporada/>

<https://www.alimentacionsostenible.org/es/alimentacion-sostenible/que-es-una-dieta-sostenible/consumo-responsable-productos-locales-productos-de-temporada/>

- **El desarrollo de biocombustibles para proporcionar los carburantes que requieren los medios de transporte:**

<https://www.nationalgeographic.es/medio-ambiente/que-son-los-biocombustibles>

<https://www.carbonneutralplus.com/que-son-los-biocombustibles/>

Cada grupo obtiene la información del enlace web de su tema y analiza los aspectos positivos y negativos de estas prácticas para completar la ficha 5: ¿Qué acciones puedes hacer tú (y tu familia) para contribuir a la lucha contra el hambre, mediante cambios en la vida cotidiana en tu hogar o en tu comunidad?

Más información: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/hunger/>

ODS 2: Poner fin al hambre



Ficha 3: la dieta mediterránea

Medida de la ración basada en la frugalidad y hábitos locales

		Vino con moderación y respetando las costumbres
Semanal	Patatas ≤ 3r	Dulces ≤ 2r
	Carne blanca 2r Pescado / Marisco ≥ 2r	Carne roja < 2r Carnes procesadas ≤ 1r
	Derivados lácteos 2r (preferir bajos en grasa)	Huevos 2-4r Legumbres ≥ 2r
Cada día	Frutos secos / Semillas / Aceitunas 1-2r	Hierbas / Especias / Ajo / Cebolla (menos sal añadida) Variedad de aromas
	Frutas 1-2 Verduras ≥ 2r Variedad de colores / texturas (Cocidas / Crudas)	Aceite de oliva Pan / Pasta / Arroz / Cuscús / Otros cereales 1-2r (preferir integrales)
Cada comida principal		Agua e infusiones de hierbas

Actividad física diaria
Descanso adecuado
Convivencia

Biodiversidad y estacionalidad
Productos tradicionales, locales y respetuosos con el medio ambiente
Actividades culinarias

r = Ración

Ficha 4:

Principales alimentos	Nutrientes



ODS 2: Poner fin al hambre



Ficha 5a: Carne

Acciones personales para contribuir a la lucha contra el hambre



Ficha 5b: Desperdicios

Acciones personales para contribuir a la lucha contra el hambre



Ficha 5c: Temporada

Acciones personales para contribuir a la lucha contra el hambre



Ficha 5d: Biocombustibles

Acciones personales para contribuir a la lucha contra el hambre



Actividad 3 - Básica

ODS 2: Poner fin al hambre

ANTES	
% alumnos que "no saben"	% alumnos que responden

DESPUÉS	
% alumnos que "no saben"	% alumnos que responden