

MÓDULO 4

# Todo está conectado

Desigualdades en el acceso  
a los recursos y alternativas  
hacia un consumo sostenible.

Autora: Nerea Álvarez Seguín.



# Índice

<b>01. Introducción</b>	3
<b>02. Sesión 1:</b> Somos agua: el agua como bien común y derecho humano. El caso de El Salvador	7
Marco teórico de la sesión	8
Actividades para el aula	11
<b>03. Sesión 2:</b> Los impactos detrás de nuestras compras	19
Marco teórico de la sesión	20
Actividades para el aula	28
<b>04. Sesión 3:</b> El papel de la juventud como agente de transformación social	34
Marco teórico de la sesión	35
Actividades para el aula	38
<b>05. Referencias bibliográficas</b>	42



# Introducción

Este módulo apela a las nuevas generaciones como agentes de cambio desde su presente para su futuro. Un futuro digno, sostenible. Tiene como objetivo despertar preguntas al alumnado como:

¿de dónde vienen las cosas?, ¿cómo se producen?,  
¿con qué recursos?, ¿a quién pertenecen estos recursos?,  
¿quién las produce?, ¿cómo?, y ¿en qué condiciones?



es más, les conduce a cuestionarse lo siguiente: ¿podemos acceder todos y todas a los recursos por igual? A través de **dinámicas participativas y espacios de reflexión** compartida, se busca fomentar una conciencia crítica y activa, e iniciar un camino de aprendizaje que permita comprender las interconexiones entre los derechos humanos, el cuidado del medio ambiente, el consumo responsable y su propio papel como agentes de transformación.

Las actividades parten de **una mirada ecofeminista y de justicia global**. Un enfoque que pone en el centro la sostenibilidad de la vida sobre dos certezas: la ecodependencia, todo lo que necesitamos está en la naturaleza, cuyos ciclos y límites condicionan nuestra supervivencia, por tanto, debemos respetar. Y, la interdependencia: desde que nacemos dependemos de otras personas para vivir. La economía de los cuidados ha sido históricamente invisibilizada por un sistema que prioriza la productividad y la rentabilidad, pero todo ello se sostiene sobre dos pilares: las personas y la naturaleza (Herrero, 2022).



Fuente: Fundación Finanzas Éticas y Economistas sin Fronteras

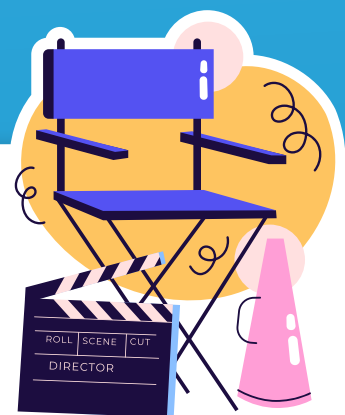
En sociedades occidentales capitalistas el concepto de consumo está vinculado a la idea de bienestar y calidad de vida de forma errónea. El desarrollo sin freno está ligado a la crisis ecosocial que estamos viviendo (Raworth, 2018). De forma constante, **el consumo desmesurado de unas partes del mundo pone en jaque el acceso a recursos básicos** – como el agua, alimentos o tierra – en otras: ¿Quién se beneficia y quién paga los costes del sistema actual? ¿Cómo podemos revertir esta idea y poner la vida en el centro?

*"Una educación que incorpore la mirada ecofeminista puede ayudar a recomponer lazos rotos con la tierra y entre las personas. Puede orientar hacia la adquisición de una consciencia 'terricola', de un sentido de pertenencia a esa compleja y sorprendente trama de la vida de la que formamos parte."*

Herrero, 2022

El módulo hará un recorrido significativo durante **tres sesiones** para contestar todas estas cuestiones. En la **primera**, el objetivo es convertirnos en agua que viaja por diferentes partes del planeta y conocer más sobre **el reparto de este recurso básico [agua]**, con el caso de El Salvador como ejemplo central. En la **segunda** sesión atendemos dos necesidades también asociadas a recursos básicos y a modelos de producción con grandes impactos socioambientales: el **consumo de alimentos y de prendas de vestir**. Por último, una **sesión de cierre** para conectarnos y empoderarnos y hacer sentir al **alumnado potenciales transformadores y transformadoras** ante los retos que se nos presentan como sociedad y pensar colectivamente cómo girar la rueda y poder redirigirnos a la construcción de un mundo, al menos, un poquito mejor.

# Metodología



La metodología que sustenta las siguientes propuestas pedagógicas se basa en el aprendizaje activo, dialógico, cooperativo y experiencial. El punto de partida es despertar el cuestionamiento y la reflexión para impulsar una mirada crítica. Además, se fomenta a lo largo de las actividades la reflexión sobre las desigualdades sociales y ambientales, promoviendo una actitud transformadora desde la perspectiva ecofeminista que pone en el centro propuesta de sostenibilidad de la vida.

- + Un **aprendizaje activo** con dinámicas que incluyen participación e implicación. El contenido teórico se presenta mediante dinámicas que invitan a apropiarse del conocimiento al alumnado. Por ejemplo, el role playing que, a su vez, fomenta competencias de expresión oral, la argumentación crítica, la escucha y el trabajo en equipo.
- + Muchos **espacios de debate y diálogo**. En estos partimos de que, sin caer en el relativismo, no existe una única verdad: la forma en que interpretamos el mundo depende de quien mira y esto está lleno de subjetividades, contradicciones y creencias heredadas. Por eso, en la búsqueda de respuestas se ha de tener en cuenta el contexto y de quién hace la pregunta.

+ La construcción del conocimiento, parte del **trabajo cooperativo**. Es un formato valioso, pues nos invita a trabajar valores democráticos como la negociación y la escucha. Además, desde el enfoque de la pedagogía de la diferencia se atiende a valorar positivamente las diversas capacidades de cada alumno y alumna, valorarlos por el que son y su potencial indiscutible de aprender (Pascual-Morán, 2014). Así, potenciar la ayuda entre iguales, buscando agrupar el alumnado de manera heterogénea según sus capacidades, de forma que dentro del grupo y entre los grupos haya un equilibrio.

+ Por último, el **aprendizaje experiencial**, ir de la experiencia a la abstracción de manera progresiva y facilitar la comprensión, nos ayuda a llegar a las diferentes estrategias de asimilación del alumnado para llevar a cabo una enseñanza más equitativa e inclusiva. Es más, tener al alcance recursos materiales y visuales ayuda a la asimilación e interiorización.



## SESIÓN 1

# Somos agua: el agua como bien común y derecho humano. El caso de El Salvador



*"Si consideramos que el agua es una mercancía, estamos perdidos."*

Joaquín Araujo (Libro: Somos agua que piensa, 2022)

Vivimos en un mundo interconectado, donde cada decisión de consumo que tomamos tiene un efecto que se extiende mucho más allá de nuestro entorno inmediato. Además, mantiene un reparto desigual marcado por relaciones de poder estructurales, económicas y políticas. Como nos enseña la economista inglesa, Kate Raworth (2018) **es urgente repensar el bienestar dentro de un espacio seguro y justo para la humanidad, sin sobrepasar límites ecológicos ni dejar a nadie atrás.**



En esta sesión nos convertimos en el elemento agua que con sus diversas formas es imprescindible para la vida, y con este marco, podemos iniciar nuestra sesión buscando todas las formas que toma el agua en nuestro entorno y nuestras labores cotidianas. El agua es un derecho, es un bien común, pero que se reparte como una mercancía de forma desigual y para ello, lo veremos reflejado en un mapa construido por el alumnado con casos de diferentes países. Al final de la sesión, el concepto de agua habrá adquirido otra mirada, podremos escribir la palabra con mayúsculas, como Joaquín Araujo la menciona en su ensayo, "Aagua" (Araujo, 2022) y reflexionar sobre este elemento esencial que damos por hecho en algunas partes del planeta y en otros, a pesar de vivir cerca del lugar que nace, escasea.

## Marco teórico de la sesión

### SABÍAS QUE...

**El 70% de la superficie terrestre está cubierta por agua, solo el 2,5% es agua dulce, y de esa, menos del 1% es accesible para el consumo humano (UNESCO, 2023).**



El agua es un bien común<sup>1</sup>, considerado derecho humano esencial para el pleno disfrute de la vida. No obstante, más de **2.200 millones de personas en el mundo no tienen acceso a agua** potable segura en sus hogares (Naciones Unidas, 2021). En 2010, la Asamblea General de las Naciones Unidas, reconoció expresamente el acceso al agua potable y al saneamiento como un derecho humano independiente y específico<sup>2</sup>, esto ponía en obligación a los estados a garantizar agua limpia y asequible a todas las personas. Quince años después el acceso al agua sigue siendo un reto en muchos países, el incumplimiento de este derecho es constante y pone en peligro a millones de personas.





***“[...] el derecho humano al agua y al saneamiento se deriva del derecho a un nivel de vida adecuado, y está indisolublemente asociado al derecho al más alto nivel posible de salud física y mental, así como al derecho a la vida y a la dignidad humana” (Resolución del Consejo de Derechos Humanos de Naciones Unidas, de 30 de septiembre de 2010 (A/HRC/RES/15/9)).***

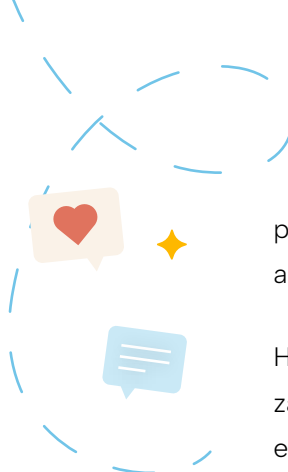
Existen muchos países donde la barrera principal para el acceso a una vida digna, saludable y sostenible, es la falta de agua potable y estructuras para el saneamiento. A veces es una cuestión de factores naturales como el clima o de la falta de acuíferos, pero otras tantas es por una mala gestión y gobernabilidad. La incapacidad de generar políticas adecuadas y de llevarlas a la práctica que prioricen la vida y el bienestar colectivo, por encima la rentabilidad cortoplacista que caracteriza nuestro sistema.

Como reflejó Immanuel Wallerstein, sociólogo, en su teoría del sistema-mundo, **las decisiones de producción y consumo en un mundo globalizado están vinculadas a un intercambio desigual de bienes y recursos**, y a la hegemonía de unas regiones del planeta sobre otras. Además, estas dinámicas están sujetas a fluctuaciones económicas que generan contradicciones continuas, entre los beneficios empresariales a corto plazo, y la estabilidad social a largo plazo.

Un ejemplo que lo ilustra con claridad es **El Salvador**, país que ha sufrido una fuerte presión por parte de empresas transnacionales que se han beneficiado, y siguen beneficiándose, del uso intensivo del agua para producir bebidas o mantener monocultivos de exportación. Esta situación, si bien a corto plazo genera inversión privada, algo de empleo y dinamismo económico para una parte de la población; a largo plazo está desequilibrando el acceso al agua y poniendo en riesgo derechos fundamentales, como el derecho humano al agua. “El Salvador es uno de los países más estresados por el agua en América Latina; según el ministerio de medio ambiente, el 95% de las aguas superficiales del país están contaminadas” (Brigida, 2018).


Este es solo un caso, de tantos, que ponen de manifiesto como el acceso desigual a recursos básicos como el agua está vinculado a unas dinámicas económicas que obvian sobre que se sostiene verdaderamente la vida. Y continuamente, son las





poblaciones del sur global las que sufren las consecuencias de un sistema orientado a satisfacer las necesidades y ritmo del norte.

Hay miles de ejemplos de como la escasez de agua está ligada a la migración forzada, el hambre, la propagación de enfermedades y muchas problemáticas que están ligadas a la pobreza, conflictos armados, violencia y vulneración de derechos humanos. En este módulo veremos varios ejemplos, pero en concreto analizamos un caso de El Salvador. El objetivo es entender como **las dificultades para acceder al agua ponen en desventaja a ciertas poblaciones, afectando especialmente a las mujeres, a la juventud y comunidades vulnerables**, a la hora de querer prosperar hacia una vida digna.



***“Se prevé que, para 2050, más de 140 millones de personas migren dentro de sus propios países debido a la falta de agua” (Manos Unidas, 2025)***

A su vez, no podemos olvidarnos de la interconexión y globalización en la que vivimos, y el efecto mariposa. Por supuesto, los impactos sociales y ambientales que sufren en estas regiones consideradas periféricas en la teoría de Wallerstein, o del sur, concepción más actual, tienen su efecto en el norte (o centro, según el autor): crisis migratorias, climáticas, sanitarias y económicas que nos afectan a todos y todas.

La reciente DANA en Valencia, de 2024, ha hecho más visible que los impactos de nuestra forma de vida ya no quedan en lugares lejanos. El desastre se acerca y desde la opinión pública se insiste en tapar estas conexiones y abandonar toda el ímpetu de actuar. Vamos, tarde, pero aún podemos llegar, por ello, en la sesión queremos dar la esperanza al alumnado de que pueden ser protagonistas del cambio. Desde el **enfoque del decrecimiento**, del profesor experto en ciencias políticas Carlos Taibo<sup>3</sup> o el catedrático en ecología de Carlos Montes del Olmo, hay que poner de manifiesto la necesidad de redefinir cómo gestionamos los recursos que nos da la naturaleza. Y apostar por un cambio de paradigma para salir de la explotación y caminar hacia una visión de futuro más sostenible. Hay que decrecer en las economías de los países ricos y dejar crecer a las economías de los países empobrecidos para lograr la igualdad social y encontrar la sostenibilidad ambiental.



# SESIÓN 1

## Actividades para el aula


# ¿Qué es el agua para ti?

Actividad de introducción para poner en contexto al alumnado.



20'

## Materiales:

- Vasos.
- Una jarra con agua.
- Proyector con sonido.
- [Video](#)  (Alianza por la Solidaridad, 2016).



## Desarrollo paso a paso:

1. Para iniciar lanzamos una serie de preguntas detonantes y establecemos un diálogo alrededor de un bien tan básico y necesario como el agua: ¿Qué es el agua para las personas?, ¿qué importancia tiene para nuestras vidas?, ¿qué acciones al día realizamos que requieren el uso de este bien?, ¿de dónde viene el agua que usamos?, ¿quién decide el agua que nos toca por barrios, pueblos, etc.? De este modo, entramos en contexto y conocemos hasta dónde llega a profundizar el alumnado.
2. Dividimos en grupos de 2-3 personas y le damos un vaso por grupo. Con una jarra de agua servimos a cada grupo con cantidades diferentes. Preguntamos: ¿Qué os parece el reparto?
3. Tras escucharles damos un contexto teórico de la situación mundial del reparto desigual en el mundo del agua<sup>4</sup>.
4. **El caso del El Salvador y Coca Cola.** Para terminar esta contextualización nos centramos en un ejemplo concreto con la visualización de un vídeo y lectura del caso.
5. Tras el visionado dejamos un espacio de pensamiento y reflexión si alguien quiere expresarse. ¡Estamos preparados y preparadas para la siguiente actividad!



### EL CASO COCA-COLA EN EL SALVADOR

En el Distrito de Nejapa (Municipio de San Salvador Oeste) está **amenazado el derecho humano al agua de 30.000 personas**. Los intereses de una multinacional, como es Coca-Cola, prevalecen sobre los derechos de las personas, priorizando el uso industrial del acuífero más importante de la zona frente al agua para consumo humano. Una empresa embotelladora de Coca-Cola absorbe el agua que necesita esta población sin escrúpulos. Hay informes que aseguran que esta fuente de agua es clave para el suministro doméstico del 46% de la población de la capital. Sin embargo, en las últimas décadas se ha convertido en un recurso explotado por la actividad industrial, sometiéndolo a una constante presión. Ahora la empresa embotelladora amenaza con ampliar su actividad y esto pone en peligro a la población, ya que absorberá un mayor porcentaje sin tener en cuenta las necesidades de las poblaciones alrededor.

**El resultado es que una parte importante de la población no tiene suministro de agua y se abastece en manantiales y pozos o comprándola** en zonas urbanas, pero las zonas más pobres se quedan sin acceso al agua. No hay instrumentos oficiales destinados a la vigilancia y seguimiento de las empresas por parte del Ministerio y la población queda desprotegida. La población se ha movilizado y empezado una lucha, pero la empresa genera presión por conseguir sus fines lanzando amenazas a las líderes de los movimientos. (Alianza por la Solidaridad (2015) Informe: Inversión extranjera en una planta embotelladora en el salvador. El caso de Nejapa)

Vídeo: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_KUu6\\_hYRrw](https://www.youtube.com/watch?v=_KUu6_hYRrw) 

# El agua en disputa. Mapa interactivo.




## Introducción breve:

La actividad principal pasa a través del aprendizaje colaborativo y transmisión oral con el alumnado como protagonista en la construcción de un material colectivo que de forma visual responde a la pregunta de: **¿podemos acceder todos y todas a los recursos por igual?**



## Materiales:

- Mapa del mundo en grandes dimensiones. Sugerencia [Mapa de Peters](#) 
- Fichas de países con datos de acceso al agua
- Puntos de mapa por países
- Masa adhesiva o celo
- Opcional: Tableta para búsqueda de artículos y datos.



## Desarrollo paso a paso:

1. En los mismos grupos de antes se les reparten las fichas con información sobre el acceso al agua en diferentes países y tendrán unos minutos para leer, integrar la información y dialogar en grupo sobre ella.
2. Por grupos tratan de exponer la situación del país que les ha tocado al resto de compañeros y compañeras.
3. Tras cada exposición se colocará un punto en el mapa con el resumen de los datos de acceso al agua.
4. La persona que dinamiza hace un resumen del resultado.

**Sugerencia cinco casos, se pueden buscar otros:**



## CASO 1: Níger (África Occidental)

**Dato acceso al agua:** El 56 % de la población puede acceder a fuentes de agua potable y únicamente el 13 % dispone de servicios básicos de saneamiento.

**Problemas:** Sequías, cambio climático, infraestructuras deficientes y petróleo. La falta de redes de saneamiento y agua potable genera enfermedades como: enfermedades relacionadas con el agua, como el cólera y la malaria. El acceso a la comida también, ya que el principal sustento es la ganadería y agricultura.

¿Dónde puedo leer más?:

- [La crisis del agua amenaza la salud y educación de los niños nigerinos \(Or Salama, 2025\)](#) 
- [El caso de las petroleras de la zona del Delta del Níger \(Amnistía Internacional, 2009\)](#) 

## CASO 2: Cisjordania (Oriente Próximo)

**Dato acceso al agua:** Gran parte de las comunidades palestinas no tiene acceso regular al agua corriente, ya que el 80% de los recursos hídricos están bajo control israelí. En algunas zonas rurales consumen solo 28 L por persona al día, frente a los 200 L o más en colonias israelíes.

**Problemas:** Conflicto entre Palestina e Israel con estrictas políticas de control sobre el acuífero por Israel. Sequía. Se impide desde Israel permisos a los palestinos para hacer pozos y acceder al agua de las montañas, como el río Jordan. También se prohíbe recolectar agua de la lluvia sin autorización militar. Enfermedades y dificultad de acceso a alimentos.

¿Dónde puedo leer más?:



- [Agua para la paz, derecho universal... o recurso geopolítico \(Nadua abu Ghazalah, 2024\)](#) 
- [La ocupación del agua por parte de Israel \(Amnistía Internacional, 2024\)](#) 

### CASO 3: Chad (Sahel, África Central)

**Dato acceso al agua:** El acceso al agua potable para la población es alarmante, principalmente por la drástica pérdida de superficie del lago Chad (que colinda además con: Nigeria, Níger y Camerún). Su superficie ha reducido más del 90% desde los años 60 por varios motivos. El 50% de la población no tiene acceso a fuentes mejoradas de agua potable y solo el 9% tiene un sistema de saneamiento mejorado, según el Estado Mundial de la Infancia de UNICEF.

**Problemas:** Deforestación y deterioro ambiental, fuertes consecuencias a causa del cambio climático (falta de lluvias o evaporación del agua del lago por las altas temperaturas), el uso del agua desmedido para explotaciones agrarias y ganaderas, inestabilidad política y conflictos armados (Boko Haram) que dificultan la falta de cooperación regional y no permiten progresar proyectos para conservar o gestionar el lago y pocos recursos acuíferos. La falta de acceso al agua genera inseguridad alimentaria, desnutrición y enfermedades graves como el cólera.

¿Dónde puedo leer más?:

- [Así se seca el lago Chad, del que depende la supervivencia de 40 millones de personas \(Ferrer, 2024\)](#) 
- [Chad: hablar de agua es hablar de vida \(UNICEF, s.f.\)](#) 

### CASO 4: Perú (América Latina)

**Dato acceso al agua:** En las zonas urbanas el agua potable no es un problema. Pero hay una gran brecha entre lo rural y lo urbano. 3 millones de personas en áreas rurales no tienen agua potable y más de 5 millones sin saneamiento básico.

**Problemas:** Destrucción de acuíferos y bosques húmedos, empresas transnacionales de extracción de minerales, vulneración de los derechos de las comunidades campesinas y falta de políticas de control ambiental. Contaminación del agua de la extracción de metales que genera enfermedades o dificultad para el acceso a modos de vida como la agricultura y la pesca a las poblaciones rurales. Personas amenazadas y desaparecidas por la lucha contra las mineras.

¿Dónde puedo leer más?:

- [El valor del agua y la lucha por su protección: el caso de Río Blanco en Piura \(Delrio, 2024\)](#) 
- [Guardinxs del agua \(Catapa, 2021\)](#) 



## CASO 5: Bangladesh (Asia del Sur)

**Dato acceso al agua:** Casi el 90% de la población consume agua de pozos, aunque gran parte de estos son privados y se salen del control sanitario y están contaminados. Se calcula que unos 40 millones de personas beben agua contaminada con arsénico. La rápida industrialización, sobre todo textil, contamina los ríos y acuíferos, dejándolos inservibles para el consumo o la pesca.

**Problemas:** Grandes desigualdades y pobreza por la falta de estabilidad económica. Enfrentamiento entre la población que se dedica a la confección con los que quieren proteger el territorio para vivir de la agricultura o la pesca. Falta de acceso a recursos de agua y otros que generan enfermedades relacionadas. El sector de la pesca y la alimentación de familias enteras se ve afectadas por la contaminación que llega a los peces. Desastres naturales que destruyen infraestructuras de agua y saneamiento. Desarrollo de enfermedades relacionadas con el consumo de contaminantes como cáncer, diarreas, cólera y en la piel.

¿Dónde puedo leer más?:

- [El agua envenenada de Bangladesh \(Loewenberg, 2017\)](#) 
- [El río que la industria de la moda en Bangladesh dejó moribundo \(Muktadir Rashid, s.f.\)](#) 

# Y ahora, ¿qué es el agua para ti?



## Introducción breve:

Tras las dos actividades, se trata de establecer un momento de reflexión colectiva que se plasmará en un mural para sensibilizar al resto de la comunidad educativa.



## Materiales:

- Un papel continuo.
- Bolígrafos de colores o rotuladores.



## Desarrollo paso a paso:

1. Establecer una reflexión sobre todo lo aprendido: ¿qué nos llevamos de esta sesión?, ¿qué opináis sobre estas situaciones?, ¿qué podemos hacer desde nuestro entorno más próximo?
2. Ahora en el mural plasmamos ideas y emociones sobre el agua que puedan impactar en el resto de la comunidad educativa. Usaremos tipografías y colores para crear un mural al estilo 'arte urbano'.



## SESIÓN 2

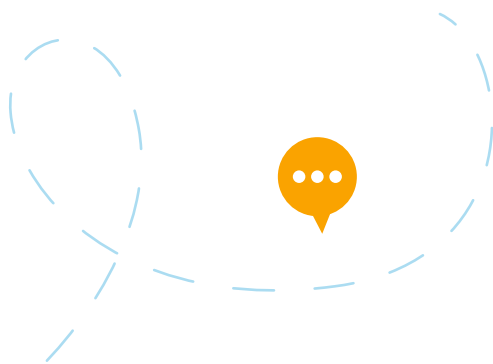
# Los impactos detrás de nuestras compras



*"En un planeta que visiblemente se nos va, es necesario poner freno de inmediato a la locomotora del crecimiento."*

Carlos Taibo (Entrevista por M. Ligeró en *Climática.coop*)<sup>5</sup>

La pérdida del vínculo con lo esencial para nuestra supervivencia – el olvido de nuestra ineludible ecoddependencia e interdependencia – nos conduce a un consumo insostenible e inconsciente. Es difícil, pero importante, retomar de dónde viene todo aquello que compramos y pensamos que ‘necesitamos: quién lo produce y cómo, a cambio de qué. Todo tiene un impacto, como nuestra huella al pisar la arena. Es casi imposible consumir sin participar en la cadena de causas que han derivado en la crisis ecosocial en la que nos encontramos, entre otras tantas crisis interrelacionadas.



En esta sesión viajamos para conocer el origen de las cosas con preguntas detonantes que nos lleven a imaginar esos lugares de cultivo, de producción, de extracción. Analizaremos la reflexión en los impactos socioambientales de industria del textil y sector alimentario, combinando teoría y debates a través de la asimilación de roles y la argumentación. Al final, nos toparemos con el concepto de justicia global y cómo nuestros hábitos cotidianos influyen en su consecución. Por supuesto, cerraremos la sesión con ese toque de esperanza que nos conduce a despertar ese atisbo de revolución en el alumnado, con el objetivo de potenciar una ciudadanía más crítica, informada y comprometida con el cuidado de la vida.

## Marco teórico de la sesión

### ¿CONOCES EL DÍA DE LA SOBRECAPACIDAD?

**El día en que la demanda de recursos y servicios ecológicos de la humanidad supera lo que la Tierra puede regenerar en ese año. En términos económicos, sería como entrar en números rojos.**

**Serían necesarios 2,9 planetas más si todo el mundo consumiera como una ciudadana o un ciudadano medio en Europa (WWF, 2019).**



El consumo de recursos constante en sociedades occidentales basadas en la rentabilidad con el dinero como centro de todo, pone en peligro nuestra supervivencia. Entre los retos que marca la LOMLOE está cuestionar nuestro modelo de vida para introducir alternativas cercanas a un desarrollo sostenible. Si bien es cuestionable que el desarrollo pueda ser sostenible (Serge Latourche, 2012), esta sesión pretende, al menos, **abrir los ojos ante otras opciones de vida** que sean más respetuosas con aquello y quienes nos sostienen (naturaleza y labor de otras personas).

En la actualidad **lo que comemos o vestimos está vinculado a modelos de producción y cadenas largas de suministros que generan vulneración de derechos humanos**, explotación laboral o degradación de ecosistemas en distintas partes del planeta. Las empresas y administraciones públicas hablan de planes de responsabilidad, de sostenibilidad, se ponen etiquetas como 'bio', 'natural' o 'eco' en todas partes, pero muchas veces la aplicabilidad de estos planes es muy a largo plazo y las etiquetas simplemente un 'greenwashing' o 'socialwashing'<sup>6</sup>.

A continuación, destacamos dos sectores de todo lo que consumimos: el agroalimentario y el textil. Reflexionamos sobre la **fast fashion** y **fast food**, pues comer y vestirnos son dos necesidades básicas que el mercado ha sabido rentabilizar, poniendo en peligro nuestra salud en varios aspectos, mediante:

## La transición alimentaria

En las últimas décadas, se ha sustituido dietas tradicionales, basadas en alimentos frescos, legumbres y semillas, por patrones con alta densidad energética, ricos en carne, grasas, azúcares y productos ultraprocesados. Desde los años 60, el consumo de carnes y azúcares ha ido aumentando, mientras que el de hortalizas y legumbres ha descendido **–en España el 70% de la dieta se basa en productos ultraprocesados–**. Esta tendencia se traduce en un incremento del sobrepeso y la obesidad en los países occidentales. Las dietas insanas son hoy el principal factor de riesgo de muerte y se asocian en España con 90.000 muertes anuales (Justicia Alimentaria, 2016).

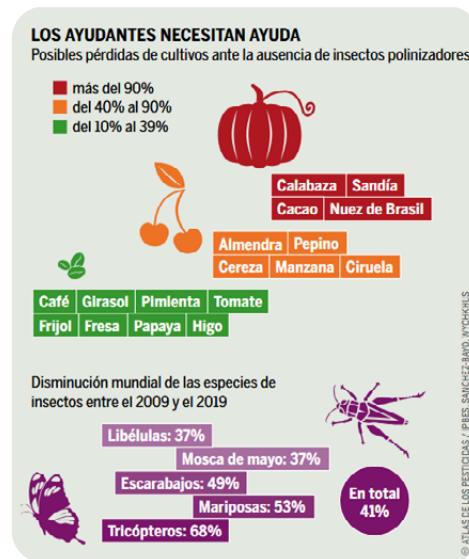
**Unas 735 millones de personas sufren inanición o hambre grave; 2,3 mil millones enfrentan inseguridad alimentaria; a la vez, 2,5 mil millones están con sobrepeso u obesidad. (FAO, 2023)**



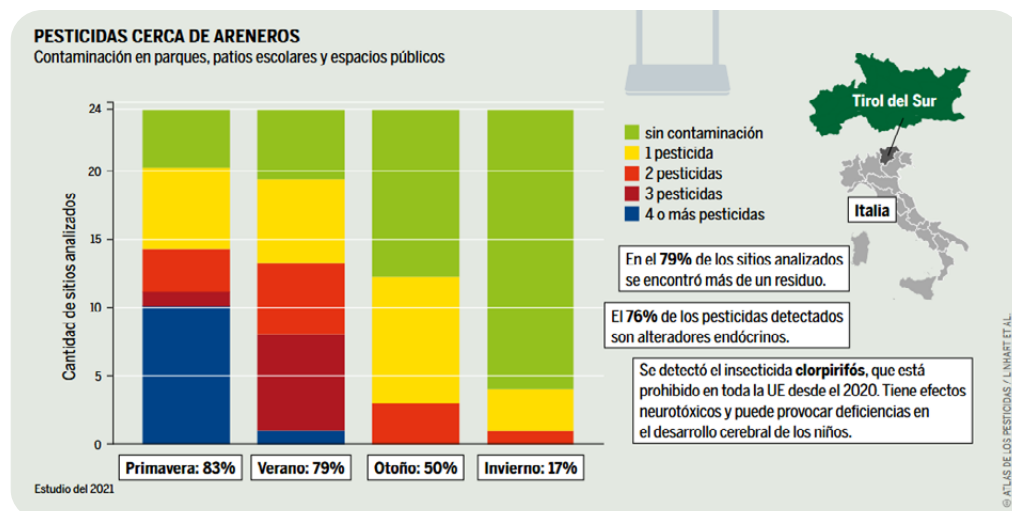
A nivel socioambiental, el modelo agroindustrial intensivo tiene un fuerte impacto, según Grain y La Vía Campesina, los monocultivos industriales acaparan millones de hectáreas, deforestando bosques y sabanas. La tala de bosques libera grandes cantidades de CO<sub>2</sub> y contribuye hasta en un 18% a las emisiones globales de gases

de efecto invernadero – por no hablar de la liberación de bacterias y virus y el fenómeno de la zoonosis<sup>7</sup>-. Por supuesto, **sostener grandes monocultivos** sin pérdidas y de crecimiento rápido, **rompe los ciclos naturales** y va vinculando al **uso de fertilizantes y agrotóxicos** que consumen combustibles fósiles y emiten óxidos nitrosos, agotan los suelos y se filtran en nuestras cuencas hidrográficas, acaban con la biodiversidad: variedad de plantas, aves e insectos polinizadores y otros tantos como las mariquitas, expertas

en la contención de plagas. Es más, está comprobado que el viaje de estos agrotóxicos no se puede controlar y varios estudios revelan el **hallazgo de pesticidas a miles de kilómetros**. Por supuesto, las personas que trabajan en estas producciones sufren de muchas enfermedades asociadas.




Fuente: Amigos de la Tierra (2023)



Fuente: Amigos de la Tierra (2023)

Otro tema recurrente sobre nuestro modelo actual de consumo es el aumento de la ingesta de carne, esto ha hecho que se multipliquen las macrogranjas, donde miles de animales son criados en condiciones intensivas, generan enormes volúmenes de excrementos difíciles de gestionar y responsables de emisiones. Es más, **la producción de carne tiene una gran huella hídrica** que rara vez se tiene en cuenta, para hacernos una idea 300 gramos de carne de cerdo puede suponer más de mil litros de agua. El bienestar animal no tiene cabida en estos espacios, pero tampoco la cantidad de antibióticos, hormonas que se dan a estos animales, o lo que contienen los piensos producidos con soja que viene de monocultivos, entre otros cereales de dudosa producción, etc. En fin, la rueda se hace interminable en un modelo nada sostenible a largo plazo.



**Según el Panel Intergubernamental de Expertos en Cambio Climático de Naciones Unidas (IPPC), si 10 millones de personas sustituyeran el consumo de carne de una de sus comidas por una proteína vegetal, se ahorraría un gasto de agua a nivel mundial equivalente al contenido de 5.000 piscinas olímpicas.**

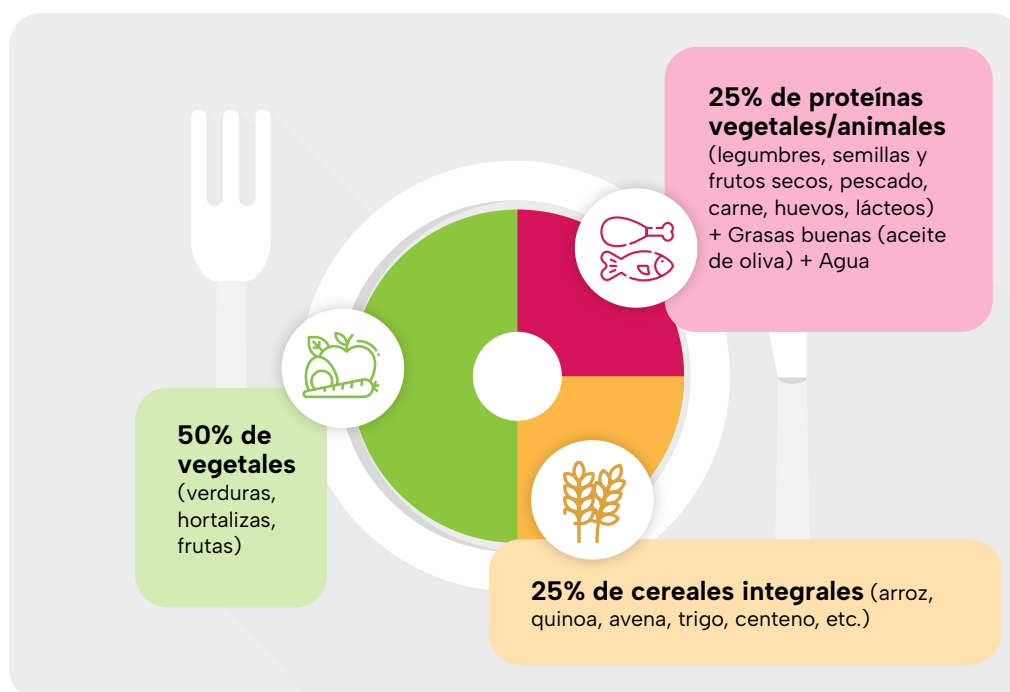
Es más, la globalización del mercado alimentario que nos permite probar sabores de otras partes del mundo, también nos ha llevado a **normalizar el consumo de alimentos kilométricos**, vinculado a mayor uso de transporte, necesidad de envasado – entre un **10 y 15% de las emisiones del sistema agroalimentario global**– y uso de refrigeración y el desperdicio alimentario, responsable de otro 3–4%.

En el plano social, este sistema global provoca **explotación laboral en todas partes**, como la sufrida por las temporeras de la fresa en Huelva, migrantes que trabajan en Almería o pescadores y pescadoras de las costas senegalesas que ven como su modo de vida ha sido arrebatado por las grandes embarcaciones de los países occidentales, todo vinculado a grandes desigualdades económicas: los intermediarios se llevan la mayor parte del beneficio y los productores locales quedan en desventaja. Este modelo industrializado amenaza la salud, el clima y la justicia social, haciendo urgente replantear cómo producimos y consumimos alimentos.

Teniendo en cuenta que comer forma parte de nuestra vida diaria, la selección de alimentos que colocamos en nuestro plato y el que dejamos en él se vuelve una responsabilidad individual y colectiva. Por un dar un dato más, expertos calculan que **en 2050 será necesario producir alimentos para alimentar a 10 mil millones de personas**. Y, no solo esto, tenemos que hacerlo **preservando el medio ambiente y ofreciendo opciones sanas y asequibles** a todos y todas.

La receta para superar esto la tenemos: **caminar hacia la soberanía alimentaria**. ¿Y eso qué es? Recuperar nuestro poder de decisión sobre cómo nos alimentamos, transitar hacia un modelo transparente con el origen de las cosas y sus ingredientes, **que ponga el derecho de los pueblos a acceder a alimentos sanos, nutritivos, producidos de forma sostenible y ecológica**, a mantener y desarrollar su propia capacidad de producir alimentos, preservando el medio ambiente, fomentando la cultura y cuidando los paisajes. En definitiva, respetando a las personas y en el planeta.

En el entorno más cercano, se trata de apostar por una dieta planetaria, por la agroecología<sup>8</sup>, una dieta basada el plato saludable- Plato de Harvard- y como mínimo tener en cuenta estos criterios a la hora de elegir nuestros alimentos: **frescos, de temporada, de proximidad y en su mayor medida ecológicos**.



Fuente: *El Plato para Comer Saludable*, creado por expertos en nutrición de la Escuela de Salud Pública de Harvard y los editores en Publicaciones de Salud de Harvard, <https://nutritionsource.hsph.harvard.edu/healthy-eating-plate/translations/spanish/>



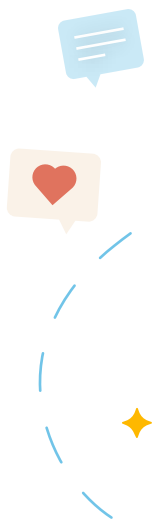
## La moda rápida

A finales del siglo XX, marcas como Zara, Forever 21, Primark o H&M iniciaron un cambio en el sector de la moda, atendiendo a una demanda creciente de la población del consumo de textil. La persecución por las últimas tendencias, estrenar constantemente nuevos modelos hizo aumentar la producción y con ello, apostar por más cantidad, menos calidad: nuevas prendas cada tres o cuatro semanas. Con ello, más impacto para el mundo natural y precariedad laboral. Hoy día hemos naturalizado comprar ropa a menudo y la aparición de empresas como Shein nos ha llevado a pasar del fast fashion al ultra fast fashion – prendas nuevas todas las semanas– con todos sus impactos multiplicados de manera incontrolable.

***“[...] el desierto de Atacama (Chile) se arrojan de media 39.000 toneladas de ropa al año. En Acra, la capital de Ghana, lo contabilizan al día: 100 toneladas cada 24 horas, el equivalente al peso de unos 65 coches. Son los dos principales vertederos textiles del mundo: el sur global convive con los miles de millones de prendas que se desechan en el norte” (El País, 2024).***

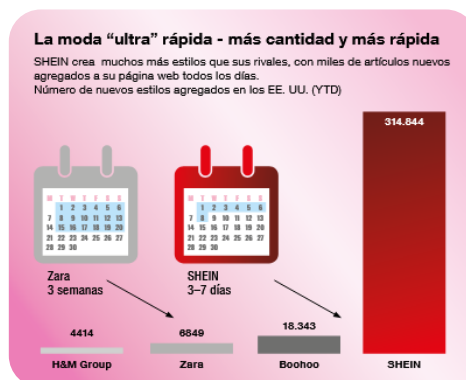


La moda rápida se caracteriza por ciclos cortos de producción, más temporadas al año, más rotación y precios muy bajos. La cifra está en **150 billones de prendas al año** (Según The World Economic Forum), de estas hay varios informes que dicen que **entre 60–80% acaba en vertederos**. Esto origina impactos ambientales como elevado consumo de aguas y energía desperdiciadas; toneladas de desechos de prendas, no vendidas y que duran poco por su mala calidad, y cantidades ingentes de tintes y químicos que van a parar a ríos y mares, contaminando las aguas y sus habitantes. A nivel, social, abaratar precios es producir a bajo costo, **condiciones laborales que vulneran derechos humanos** constantemente y con unos cuantos noticias e informes que nos lo cuentan, pero que las marcas invisibilizan rápidamente.



“Menos del 1% de la ropa se recicla en ropa nueva mientras que el volumen de producción de prendas crece un 2,7% al año” (Greenpeace, 2022).

¿Qué opciones tenemos ante un sector textil lleno de hostilidades? Podemos **buscar una moda slow**, es decir, optar por prendas hechas en nuestro entorno más próximo o asegurarnos de que se han realizado en fábricas o industrias que respetan los derechos laborales, con materias orgánicas de producción sostenible, o con empresas que además de producir, emprenden acciones para mitigar los impactos en el territorio. También, apostar por el comercio justo o de segunda mano.



Fuente: Greenpeace (2022)

Ser conscientes de qué significa cada compra y replantearse: ¿lo necesito?, ¿puede durar un poco más esta prenda?, ¿si vale tan barato cuánto cobrará la persona que lo cose?, ¿será mejor ahorrar para comprar algo más caro, pero duradero y sostenible? Es decir, optar por perseguir **una vida basada en el decrecimiento** que enfatiza la necesidad de reducir el consumo y la producción global y aboga por una sociedad socialmente justa y ecológicamente sostenible en la que el bienestar social y ambiental reemplace al Producto Interior Bruto (PIB) como indicador de prosperidad (Taibo, 2016).

Descubrir a nuestro alumnado otras realidades va ligado a cuestionarse los hábitos y retomar o no otros caminos. El consumo no es solo un acto económico, es político, ético y emocional. Actuar desde el enfoque de la justicia global es tener en cuenta que todos los problemas sociales, económicos, ambientales son interdependientes y globales. Y si es verdad que es un deber de todos y todas, la búsqueda de garantizar una vida digna de las personas, independientemente de la parte del mundo en el que vivan. Esto quiere decir que a partir de la justicia global se han de cuestionar las desigualdades tanto en el norte global como en el sur global, abordar las causas de estos problemas o impactos para actuar con soluciones que no pongan en peligro el bienestar de ningún ser vivo de y actuemos de forma justa y equitativa. Tomar conciencia de toda esta realidad puede generar en la juventud ecoansiedad o malestar emocional, pero también puede ser una oportunidad educativa y redirigir todas esas emociones en acciones transformadoras. Comprender que nuestras elecciones están conectadas con otras vidas y ecosistemas es el primer paso y motor para despertar un espíritu crítico que impulse el cambio (Herrero et al., 2019).



## SESIÓN 2

# Actividades para el aula



# ¿De dónde viene tu camiseta o el tomate en tu ensalada?



## Materiales:

- No necesario
- Sugerencia de vídeo: [La historia de las cosas \(Leonard, 2007\)](#)<sup>9</sup>.



## Desarrollo paso a paso:

1. Establecer las preguntas detonantes en voz alta y establecer un diálogo: ¿de dónde viene tu camiseta? Mirar la etiqueta. ¿De qué materias está hecha? ¿Dónde se encuentran? ¿Quién la habrá fabricado? ¿Quién habrá cosechado esa materia? ¿Dónde creéis? ¿En qué condiciones?
2. Ahora en silencio y con los ojos cerrados. Se trata de realizar una visualización guiada: imaginad delante de vuestro plato favorito. Y a partir de ahí hacerles imaginar desde las manos que lo preparan, los ingredientes que lleva, cómo llegan al plato, de dónde vienen y cómo han sido cosechados, cultivados o transformados, etc. Opcional: En caso de utilizar el vídeo se puede ir parando en cada etapa para comentar y explicar conceptos más complicados con ejemplos cercanos a su cotidianidad.



Fuente: Vídeo 'La historia de las cosas', Annie Leonard y Free Range Studios.

# Role playing. Fast fashion/ fast food vs Slow fashion/dieta planetaria



## Introducción breve:

La actividad principal pasa a través un role playing, una dinámica de aprendizaje activo, que ayuda a comprender las diferencias entre modelos de consumo. Las consecuencias que tiene nuestra manera de consumir alimentos, nos revela de forma inmediata que nuestro sistema alimentario actual no pone en el centro la vida.



## Materiales:

- Fichas de argumentación.
- Cronómetro.



## Desarrollo paso a paso:

1. Explicar brevemente qué es un role playing si es la primera vez que participa en una actividad así el alumnado.
2. Preguntar qué entienden por los conceptos: fast food, fast fashion, si han oído hablar por sus contrarios: slow fashion, slow food o dieta planetaria. En caso de pocas respuestas, dar un marco básico del significado de estos conceptos con ejemplos.
3. Agrupar al alumnado en cuatro grupos y asignar un posicionamiento.
4. Durante unos minutos cada grupo prepara su posicionamiento con ayuda de una fichas de argumentos y contraargumentos que contienen datos que pueden utilizar.
5. Empieza el debate moderado por el profesorado o se puede asignar el rol a un par de personas de la clase. El objetivo es defender su posicionamiento respetando unas normas básicas de cortesía: escucha activa, respeto de los turnos, no elevar el tono, etc.
6. El debate se cierra cuando el profesorado crea conveniente.



## 01: FAST FOOD

- Cada uno que coma lo que quiera, es su cuerpo. Cada persona tiene derecho a elegir qué, cuándo y dónde comer, sin que otros le impongan un tipo de dieta.
- No todo el fast food es industrial: hay locales pequeños que ofrecen comida rápida.
- Las empresas multinacionales que producen alimentos envasados en grandes industrias generan mucho empleo.
- Muchos jóvenes trabajan en fast food o como repartidores, es parte de la economía, menos mal que existen estos puestos, si no muchos no tendrían trabajo.
- La comida rápida te permite comer sin tener que planificar, es cómodo y es más barato que estar comprando todo natural.
- Cocinar es imposible cada día, con el ritmo de vida que llevamos no hay otro modo de sobrevivir y el arroz ya hecho o la tortilla te salva, unas bandejas de lasaña o pasta no tiene que ser malo, si no no lo venderían.
- No toda la comida rápida es mala, se pasan controles sanitarios. Está muy de moda comer hamburguesas, pero no es malo eso: es carne, ensalada y pan, lo único las salsas. Incluso ahora hay muchas opciones con menos grasas, ensaladas, vegetarianas y veganas.
- La comida rápida le gusta a todo el mundo y es accesible, es divertido probar también cosas de otros sitios.
- Algunas marcas ya usan envases reciclables y promueven cambios para reducir su impacto ambiental, son bio o tienen la etiqueta de eco.
- Está buena y da mucho placer, ¿a quién no le gusta? La vida es corta y hay que disfrutar.

## 02: SLOW FOOD

- Comer es un acto político. Cada vez que eliges qué comes, decides qué modelo apoyas: uno que destruye el planeta o uno que lo cuida.
- El sistema agroalimentario industrial y nuestros hábitos de consumo van vinculados a impactos graves que amenazan la salud de las personas, la vida de los pueblos y el futuro del planeta y sus ecosistemas.:
- En nuestro modelo actual basado en la industria y el beneficio existe mucha publicidad engañosa. Cuando compramos comida parece que eres libre de elegir, pero estás decidiendo dentro de las opciones que están disponibles y con mucha información oculta, como el origen de la materia prima o los métodos de elaboración, o las condiciones laborales de las personas que lo producen.
- Es cierto que las grandes empresas generan empleo, pero la mayoría son trabajos precarios. Apoyar por un modelo de alimentación distinto basado en producción local crea empleos cuyas condiciones puedes conocer y saber si están respetando los derechos laborales
- El modelo agroalimentario actual mantiene a trabajadores/as con condiciones laborales pésimas, como ejemplo, las temporeras en condiciones injustas de las fresas de Huelva,
- Además, pone precios que no cubren ni los costes de quienes producen, donde solo se benefician intermediarios, empujando al abandono del campo.
- Solo en España, 90 000 muertes al año están relacionadas con dietas insanas. Las dietas altas en grasas y azúcares y productos ultraprocesados aumentan las enfermedades cardíacas, la obesidad, diabetes tipo 2, entre otros.
- Muchas empresas hacen 'greenwashing' con etiquetado de 'natural', 'bio', 'saludable'. En realidad, siguen basando su producción en monocultivos, macrogranjas y transporte kilométrico que generan contaminación y pérdida de biodiversidad.
- La producción industrial de alimentos es responsable de hasta un 18 % de las emisiones de gases de efecto invernadero y de gran parte de la deforestación.
- Hay que plantear alternativas a un modelo destructivo que no pone en el centro la vida. Necesitamos un modelo que apueste por la soberanía alimentaria: Poner en el centro el derecho a la alimentación. El acceso a alimentos sanos, nutritivos, que cuidan a las personas que cultivan y se acerca a una dieta planetaria, que respete los ciclos de la naturaleza y tenga en cuenta su huella ecológica y social.
- Consumir alimentos de proximidad, de temporada y ecológicos, cultivados sin destruir el medio ambiente.
- Respetar las cantidades aconsejadas por organismos de salud (Plato Saludable) y reducir el consumo de carne, incorporando más proteínas vegetales: legumbres, semillas, frutos secos. Evitar los productos ultraprocesados, que hoy representan el 70 % de la dieta en España, cargados de ingredientes poco saludables que ni entendemos en sus etiquetas.
- Cocinar con recetas rápidas, saludables y baratas. Preparar tu comida te da control sobre lo que comes y ahorras, impactos en salud y ambiente. Hay recetas muy sencillas como una ensalada de lentejas.

### 03: FAST FASHION

- Cada uno que se vista como quiera, es su cuerpo y su estilo. Cada persona tiene derecho a elegir qué ropa ponerse, cuándo comprarla y dónde, sin que otros te impongan nada. ¡Libertad de elección!
- Hay marcas que hacen ropa buena y no es cara, no toda la ropa hecha en Inditex o Shein es mala. Además, están empezando a reciclar y cosas así. Por ejemplo, ZARA ha sacado su marca 'Join life' que dice que es más sostenible.
- Los grupos grandes de moda dan muchísimo trabajo y mueven dinero en el mundo. Se dan millones de empleos tanto en fábricas como en tiendas. ¿Dónde iba a trabajar toda esa población? O países como Bangladesh o China, gracias a estas empresas han mejorado su desarrollo, por ejemplo. Y la gente tiene un sueldo, aunque sea bajo.
- El fast fashion permite vestirse a personas con pocos recursos, ir bien vestido o vestida e ir a la moda. No todo el mundo puede comprar marcas caras.
- Buscar opciones más sostenibles requiere tiempo y dinero, no siempre se tienen ambos. La moda rápida te ofrece soluciones inmediatas para cualquier ocasión, incluso una boda y eventos, que suelen ser prendas de alto coste.
- Lo bueno de la fast fashion es que se adapta rápido a las tendencias, puedes tener cosas de todo tipo de estilo, además cuando quieras. Antes ibas a las tiendas y tenías que esperar meses para ver prendas nuevas.
- Vestirse a la moda te hace sentir bien, y es divertido probar cosas nuevas sin gastar una fortuna. La ropa barata permite experimentar incluso, y si no te gusta pues lo regalas o lo donas.

### 04: SLOW FOOD

- Vestirse como cualquier tipo de consumo es un acto político. Cada vez que compras ropa eliges qué modelo apoyas: uno que explota y contamina o uno que cuida a las personas y al planeta.
- La industria del fast fashion, tipo Shein o Lefties, Primark genera problemas enormes: contaminación de ríos con tintes, toneladas de ropa tirada en vertederos, emisiones de gases de efecto invernadero y explotación laboral en muchos países.
- Sí, es verdad que generan empleos, ¿pero qué tipo de empleos? Precarios, salarios bajos, horas de más fuera de contrato, condiciones penosas de los espacios de trabajo, no hay horarios, ni conciliación familiar. Sin hablar de que no pueden salir de ahí, pues muchas personas están coaccionadas.
- El año 2023 murieron 1.132 personas en una fábrica en Bangladesh, se había ordenado su desalojo por malas condiciones del edificio, el dueño ordenó seguir trabajando y se derrumbó encima de 3.000 personas. No es la primera vez que pasa esto con tal de cumplir con sus clientes: Zara, Benetton, Primark, H&M y otras tantas más<sup>10</sup>.
- Sin embargo, la slow fashion no produce por toneladas, suelen ser empresas más pequeñas y que cuidan más a sus empleados, salarios dignos, a veces son personas con proyectos pequeños y locales.
- Al final, cuando eliges comprar un proyecto de moda sostenible, estás apoyando seguramente: el comercio local o de proximidad, la reducción de impactos ambientales y sociales, y tú siendo parte del cambio que hace falta para tener un futuro más sostenible.
- El fast fashion produce ropa barata porque paga muy poco a quienes la fabrican y usa materiales contaminantes. Esto beneficia solo a las grandes empresas, mientras que las personas trabajadoras viven en pobreza.
- Se usan etiquetas como dices 'eco' o 'sostenible', se sacan colecciones como la de Join Life, pero se descubre al poco que es greenwashing, una forma de engañar para que pienses que son sostenibles cuando no lo son<sup>11</sup>.
- Existen muchas noticias e informan que revelan como sacan etiquetado de sostenibilidad, pero las personas trabajadoras siguen trabajando por suelos de 2, 10 euros la hora.
- La moda rápida promueve comprar y tirar. Cada segundo se quema o tira un camión de ropa en el mundo. Con slow fashion se busca comprar menos y mejor, alargando la vida de cada prenda.
- Consumir ropa hecha con fibras naturales, de proximidad y en condiciones justas reduce el impacto ambiental.
- También puedes reparar, intercambiar, reutilizar o comprar de segunda mano. Pero sobre todo, pensar si realmente necesitas comprar eso que vas a comprar o es un impulso espontáneo sin reflexión detrás.
- La acción más sostenible es no consumir más, al menos hasta que sea necesario, pero si lo haces preocúpate por ver el origen de las cosas, el esfuerzo de la mano de obra detrás y condiciones de esas industrias.
- Antes de tirar una prenda, piensa si tiene una segunda vida, ya que no solo tiramos material, tiramos toda la energía, agua y mano de obra empleada desde producir la materia orgánica, crear el tejido, patronistas, diseñadores, luego coserla, lavarla, tintarla, planchar, envasar, transportar, almacenar, venderla, hay un proceso muy largo detrás de cada pantalón o camiseta.



# Justicia global. Aprendizajes para el presente y el futuro.

Tras las dos actividades, se trata de establecer un momento de reflexión colectiva.



20'

## Materiales:

- Cartulinas o tarjetas pequeñas de colores y bolígrafos.
- [Vídeo de Carlos Taibo](#) sobre la historia del decrecimiento (SpanishRevolution, 2024).



## Desarrollo paso a paso:

1. Aterrizar la dinámica anterior: ¿cómo os habéis sentido en el rol que os ha tocado?
2. Ahonda en el concepto de justicia global: ¿Qué modelos os parecen más justos a nivel global? ¿Os veis capaces de hacer pequeños cambios para involucraros en el camino hacia un mundo más justo? ¿Cuáles? (Aportar por el profesorado si el alumnado se queda en silencio para invitar a participar)
3. Ver el vídeo y explicar la teoría del decrecimiento con ejemplos prácticos: usar envases de cristal, comprar ropa de segunda mano, reevaluar las necesidades y ver cuáles son reales, ¿se os ocurren más?
4. Una palabra de despedida por persona de la clase de hoy como cierre<sup>12</sup>.



## SESIÓN 3

# El papel de la juventud como agente de transformación social



*"Derrotados son solo aquellos que bajan los brazos y se entregan."*

Pepe Mujica (Cumbre de UNASUR, 2014)

Las diferentes crisis y desafíos globales a los que nos enfrentamos van en aumento: crisis económica, alimentaria, sanitaria, climática, entre otras, y todas ellas acrecentadas por las guerras y conflictos. La naturalización de una sociedad en crisis puede frenar la potencialidad de personas que se sumen a un cambio, todo acto suma, pero a veces la falta de visibilidad de los resultados desanima y paraliza. Las nuevas generaciones crecen sin ilusión, con ansiedad, ante tanto horror, perdiendo el foco en las cosas bellas, cercanas y cotidianas. No somos conscientes de la cantidad de fuerza y energía que sumamos si nos colectivizamos, la capacidad de agencia de la juventud si se redirige la mirada a un horizonte de oportunidades, se canalizan las



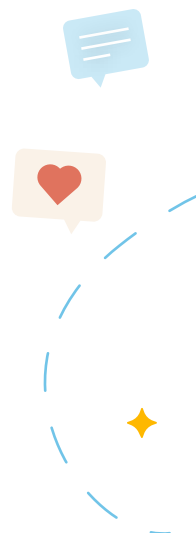
emociones hacia la indignación hacia las injusticias y se les anima al trabajo en cooperación para construir un mundo mejor. El sistema nos ha individualizado. Como decía Mujica, “solos no somos nada”. Transmitir la importancia de la convivencia desde una mirada empática y enfoque comunitario puede ayudarnos a reconstruir muchos lazos que transforman.

En esta sesión se busca conectar con la reivindicación y despertar un atisbo de esperanza en el alumnado. Tras hacer una síntesis de todos los impactos ambientales, sociales y vulneración de derechos de nuestro sistema, es preciso buscar la movilización y el compromiso y evitar caer en la inacción y la desidia. En la primera parte se conduce una reflexión interna sobre el papel que tiene cada uno y cada una en el cambio, en la sociedad, asumiéndose como sujeto activo y responsable de sus elecciones de consumo. En la actividad central de la sesión se pone en marcha la creatividad colectiva para desarrollar materiales reivindicativos propios de los movimientos sociales, como un manifiesto y cartelería, que interpelen a los titulares de responsabilidades a tomar acción para garantizar un futuro sostenible. Por último, se aterriza lo vivido desde la emoción y la reflexión conjunta para cerrar, recogiendo las impresiones de todo el recorrido vivido en este módulo.

## Marco teórico de la sesión

Este módulo tiene como base la **Educación para la Ciudadanía Global** (FAD, 2021) que establece procesos educativos vinculados a la transformación social. Sitúa a las personas como **sujetos activos, capaces de identificar las desigualdades y tomar acción** frente a ellas. Además, se asienta bajo la idea que todo está conectado y cuando actuamos en nuestro entorno, de algún modo estamos generando un efecto en otra parte del planeta, no hay que olvidar que todo está ya globalizado. Así que cuando generamos cambios en nuestro entorno pueden ser el detonante para mejorar la vida de otras personas en otra parte del planeta. ¡Esto hay que transmitirlo a las nuevas generaciones para introducirles la semilla de la movilización!

Por ejemplo, la decisión de no consumir moda de forma tan frecuente, como nos marca la industria y la sociedad capitalista, basada en la idea de estrenar, de cambiar constantemente de ropa, etc. , puede evitar muchos impactos en los países donde se produce la ropa. Esta elección tomada, por una parte grande de la sociedad,



contribuiría positivamente a frenar una industria contaminante en otros países, a no fomentar las malas condiciones para muchas mujeres que trabajan en estas industrias, que crean desigualdad social y precariedad<sup>13</sup>.

Nuestras vidas dependen del cuidado mutuo (interdependencia) y del respeto de los límites de la naturaleza (ecodependencia). Estas dos certezas se recogieron por la escritora francesa Françoise d'Eaubonne, en lo que ella llamó ecofeminismo –en su libro ‘Le féminisme ou la mort’ (1974) –. Incorporar la perspectiva ecofeminista en el aula es **cuestionar el sistema de producción y consumo sin control en el que vivimos y priorizar otros modelos que pongan en el centro los cuidados**, los saberes ancestrales, los vínculos comunitarios, el bienestar colectivo y el respeto a los ciclos naturales del planeta (Herrero et al., 2019).

La educación puede ir de la mano del **activismo como una herramienta educativa que promueve la participación en la vida política y social del alumnado**, fomenta un compromiso y responsabilidad en la toma de decisiones en su vida. Como enseña Freire, la educación no es neutral: o contribuye a la opresión o contribuye a la liberación. Es más, el profesorado debe facilitar procesos de diálogo y acción colectiva (Freire, 1970).

**¡Enseñemos ejemplos como el de Greta Thuberg: mujer, juventud y activismo como referente social! (FAD, 2020)**



Es muy interesante **mostrar movimientos existentes para hacer visible y tangible la posibilidad** de las cosas, pues lo no conocido a veces se hace imposible. Ir de excursión a sitios cuya base esté dentro de la economía circular o Economía Social Solidaria (ESS), hacer voluntariados, participar con asociaciones, entrevistar a personas que luchan por el medio ambiente o los derechos humanos, etc. Hay muchos ejemplos motivadores que ver o investigar como el movimiento: [Fridays For the](#)

[Future \(Juventud x el clima\)](#) o [¡Nos plantamos!](#), los tantos recogidos por RTVE en el reportaje visual: [Reduce tu huella](#). Es necesario elegir ejemplos en el aula de proyectos que caminan hacia la consecución de un futuro más sostenible, basado en el bien común y la justicia global. Todo eso es introducir la perspectiva ecofeminista y potenciar futuros agentes de cambio.

Una buena referencia para inspirarnos como docentes es el filósofo Henry Giroux, autor clave en la teoría de la educación emancipadora y la pedagogía crítica. Él incide en que el profesorado vaya más allá de la transmisión de contenidos y técnicas, este debe **formar a personas críticas, capaces de cuestionar estructuras de poder y comprometerse con la justicia social**. Esto implica crear clases con una pizca de revolución, diferentes, que promuevan el cuestionamiento y la reflexión, el diálogo y la acción colectiva. Su discurso invita poner en marcha en las aulas dinámicas que ayuden a generar conciencias e inventar mundos utópicos posibles donde haya menos injusticias.

"El sentido de la educación es realmente la producción de agencia, es establecer qué narrativas produciríamos que permitan al estudiante ampliar las perspectivas sobre el mundo y sobre la relación con los demás y consigo mismo."

Giroux, 2019 <sup>14</sup>



# SESIÓN 3

## Actividades para el aula



# ¿Qué podemos cambiar nosotros y nosotras?

Actividad de introducción para reflexionar sobre nuestro papel en el cambio.



20'

## Materiales:

- Post-it.
- Cartulina.



## Desarrollo paso a paso:

1. Se contextualiza la actividad como una oportunidad de acción y movilización frente al bloqueo emocional. Repaso de las anteriores sesiones rescatando los términos de desigualdad vs. justicia global, ecoddependencia e interdependencia y síntesis de contenidos. Todo esto nos puede bloquear o movilizar, ¡vamos a por la segunda opción en esta sesión!
2. Se reparten los post-its y colocamos la cartulina con la pregunta: ¿Qué podemos cambiar nosotros y nosotras para hacer el mundo más amable y sostenible? Dejamos espacio para la reflexión individual y que vayan pegando las ideas en la cartulina.
3. El profesorado o una persona voluntaria lee las ideas en voz alta y si hay dudas o alguien quiere comentar se deja espacio.







# Manifiesto para la sostenibilidad de la vida / La imagen como soporte a nuestra denuncia

Actividad de introducción para reflexionar sobre nuestro papel en el cambio.



50'

## Materiales:

- Hojas.
- Papel continuo.
- Lápices o bolígrafos.
- Tijeras y pegamento.
- Pinturas, rotuladores o similar.
- Ejemplos para motivar previamente:
  - [¡Podemos cambiar el mundo!](#)  (Fundación Mi Sangre, 2014)
  - [Vivienda](#)  (Consell de la Joventut de València, 2024)
  - [15 M](#)  (ManifiestoJovenes, 2011)
  - [Juventud clima](#)  (Ben Magec Ecologistas en Acción, 2019)



## Desarrollo paso a paso:

1. Se realizan dos grupos – A y B– por preferencia del alumnado, da igual si hay un poco más en un grupo que en otro, el objetivo es despertar en el alumnado su papel como agentes de cambio. Como sugerencia y detonante de la actividad se puede poner en conocimiento los ejemplos aportados.
2. El grupo A: Escribe de forma colectiva un manifiesto, tras las sesiones realizadas busca inspiración para solicitar un cambio de paradigma que ayude a obtener un mundo más sostenible para las generaciones que vienen y que vendrán. El Manifiesto va destinado a los adultos y adultas del mundo, es decir, a las personas titulares de responsabilidad, tomadoras de decisiones. El grupo B: Diseña cartelería que acompañe al manifiesto. Puede haber dos tipos de carteles: i) dedicado a la concienciación y despertar de la comunidad educativa, ii) al mismo público que el manifiesto.
3. Se pone una cita con el resto de la comunidad educativa para la lectura del manifiesto y exposición de cartelería y se intenta imprimir y colgar por el centro para que esté visible durante el curso.





# Reivindicar la esperanza y conectar con la emoción.



## Introducción breve:

Tras las dos actividades, se trata de establecer un momento de reflexión colectiva y síntesis de lo aprendido o emociones que han surgido.



## Materiales:

- No es necesario. En todo caso, usar la pizarra para escribir palabras o frases.

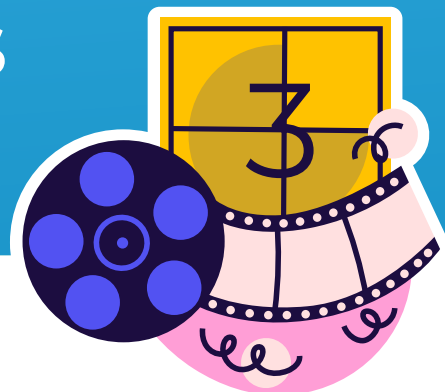


## Desarrollo paso a paso:

1. Establecer una conversación con toda el aula en formato asamblea o círculo. Se puede lanzar preguntas detonantes: ¿Alguna vez habéis participado en una manifestación o acción reivindicativa? ¿Cómo os habéis sentido haciendo la actividad? ¿Creéis que las acciones colectivas pueden cambiar las cosas? ¿Por qué? ¿Qué pequeños gestos pueden ser también actos de cambio? ¿Cuál creéis que es vuestro papel en los cambios necesarios para un modo de vida más sostenible? ¿En qué causas os gustaría implicaros en el futuro? ¿Con qué palabra, mensaje o emoción os quedáis tras esta actividad? ¿Os gustaría dejar alguna frase en la pizarra escrita que nos sirva para recordarnos nuestro papel en el cambio?
2. Reflexión final sobre el papel como agentes de cambio hacia un mundo donde gobierne la justicia social.



# REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS



## SESIÓN I

Alianza por la Solidaridad (2015) Informe: Inversión extranjera en una planta embotelladora en el salvador. El caso de Nejapa. Alianza por la Solidaridad

Alianza por la Solidaridad (2024) Coca-Cola, no les quites el agua a 30.000 personas en El Salvador. Alianza por la Solidaridad <https://www.alianzaporlasolidaridad.org/noticias/coca-cola-no-les-quites-el-agua>

Brigida, A. [Anna-Catherine] (2018) Campaigners fear creeping privatisation of El Salvador's water. The Guardian <https://www.theguardian.com/global-development/2018/sep/25/campaigners-fear-creeping-privatisation-el-salvador-water>

Herrero, Y. [Yayo] (2022) Educar para la sostenibilidad de la vida. Una mirada ecofeminista a la educación. Ediciones octaedro.

Manos Unidas (2025) El acceso al agua potable: un obstáculo para la prosperidad compartida que perpetúa la pobreza. CVONGD <https://www.cvongd.org/es/noticias/noticias-de-la-cooperacion/el-acceso-al-agua-potable-un-obstaculo-para-la-prosperidad-compartida-que-perpetua-la-pobreza/>

Pascual-Morán, A. [Anaida] (2014) Apuntes y aportes para pensar y practicar una pedagogía de las diferencias", Pedagogía, 47(1), 10-30 <https://revistas.upr.edu/index.php/educacion/article/view/16322>


Raworth, K. [Kate] (2018) Economía rosquilla, Paidós


Rodríguez, V.M. [Víctor Manuel], Herrero,Y. [Yayo] (2017) Claves para la construcción de un proyecto educativo transformador. En: Educación Ecosocial: cómo educar frente a la crisis ecológica. La Situación del Mundo 2017. Informe Anual del Worldwatch Institut. FUHEM Ecosocial. Icaria <https://www.fuhem.es/wp-content/uploads/2018/04/SituacionMundo2017-Apendice-V.Rodriguez-Y.Herrero.pdf>


Siscar, M. [Majo] y Coll, P. [Pau] (2017) Las defensoras del agua en el país de la lluvia. El Diario.es [https://www.eldiario.es/desalambre/defensoras-agua-pais-lluvia\\_1\\_5866003.html](https://www.eldiario.es/desalambre/defensoras-agua-pais-lluvia_1_5866003.html)

## SESIÓN II


Amigos de la Tierra (2023) Atlas de los pesticidas. Hechos y cifras sobre químicos tóxicos en nuestra agricultura. <https://www.tierra.org/wp-content/uploads/2023/04/Atlas-pesticidas-Amigos-Tierra.pdf> 


FAO (2023) El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo (SOFI) <https://openknowledge.fao.org/handle/20.500.14283/cc6550es> 


Greenpeace (2022) Los trapos sucios de Shein. Un modelo de negocio basado en las sustancias químicas peligrosas y la destrucción medioambiental. <https://es.greenpeace.org/es/wp-content/uploads/sites/3/2022/11/schein-spain-1.pdf> 

Justicia Alimentaria (2016) Dame veneno. Viaje al centro de la alimentación que nos enferma. [https://justiciaalimentaria.org/wp-content/uploads/2022/01/informe\\_dameveneno.pdf](https://justiciaalimentaria.org/wp-content/uploads/2022/01/informe_dameveneno.pdf) 

Latouche, S. [Serge] (2012) La sociedad de la abundancia frugal. Icaria


Rejón, R. [Raúl] Moda de usar y (sobre todo) tirar: 800.000 toneladas de ropa acaban cada año quemadas o en el vertedero- El diario. [https://www.eldiario.es/sociedad/moda-tirar-800-000-toneladas-ropa-acaba-ano-quemada-vertedero\\_1\\_11443790.html](https://www.eldiario.es/sociedad/moda-tirar-800-000-toneladas-ropa-acaba-ano-quemada-vertedero_1_11443790.html) 

Rodríguez, P. [Patricia] y García, L. [Leticia] (2024) El planeta ya no puede con el volumen de ropa que se desecha. El País. <https://elpais.com/smoda/moda/2024-03-16/el-planeta-ya-no-puede-con-el-volumen-de-ropa-que-se-desecha-como-la-moda-debe-aplicar-ya-la-economia-del-decrecimiento.html> 

Taibo, C. [Carlos] (2016) El decrecimiento explicado con sencillez. Libros de la Catarata [https://www.solidaridadobrero.org/ateneo\\_nacho/libros/Carlos%20Taibo%20-%20El%20decrecimiento%20explicado%20con%20sencillez.pdf](https://www.solidaridadobrero.org/ateneo_nacho/libros/Carlos%20Taibo%20-%20El%20decrecimiento%20explicado%20con%20sencillez.pdf) 


WWF (2019) Vivir por encima de los límites en Europa. <https://www.wwf.es/?50423/Vivir-por-encima-de-los-limites-de-la-naturaleza-en-Europa> 

## SESIÓN III

FAD (2020) Greta Thunberg: mujer, juventud y activismo como referente social. <https://fad.es/planetajoven/greta-thunberg-mujer-juventud-y-activismo-como-referente-social/> 











FAD (2021) Estrategia de Educación para el Desarrollo y la Ciudadanía Global 2022-24 [https://fad.es/wp-content/uploads/2022/02/Estrategia\\_EpDCG\\_22-24.pdf](https://fad.es/wp-content/uploads/2022/02/Estrategia_EpDCG_22-24.pdf) 

Freire, P. [Paulo] (1970) Pedagogía del oprimido. Siglo XXI Editores

Ecotopías (2024) Relatos decrecentistas. El salto diario <https://www.elsaltodiario.com/ecotopias> 

Herrero, Y. [Yayo], González, M. [María] Pascual, M. [Marta] y Gascó, E. [Emma] (2019) La vida en el centro. Voces y relatos ecofeministas. Libros en Acción

### Notas al pie:

1. Interesante esta página para 'Comprender las dimensiones del problema del agua' (ONU-HABITAT, 2021)
2. Antes ya aparecía en segundo plano en artículos y objetivos de la ONU, como en la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948.
3. Vídeo sobre decrecimiento (SpanishRevolution, 2024): <https://www.youtube.com/watch?v=jeUUJPcfIHs> 
4. Interesante mostrar estas cifras de acceso y consumo de agua: CNN Español (2023) ¿Qué países tienen menos acceso al agua y qué países consumen más?
5. Leer entrevista: <https://climatica.coop/carlos-taibo-frenar-crecimiento/> 
6. Sobre estos términos (El bien social, 2022): <https://elbiensocial.org/que-es-el-greenwashing-o-socialwashing-y-como-podemos-detectarlo/> 
7. La pérdida de hábitats naturales —especialmente la deforestación para urbanizar o crear monocultivos y ganadería industrial— facilita que patógenos salten de animales a humanos. De hecho, se estima que al menos la mitad de las enfermedades zoonóticas recientes se deben a estas alteraciones ecológicas (WWF)
8. Vídeo (FUHEM, 2017): <https://www.youtube.com/watch?v=gy2mYlyLZwY> 
9. Este vídeo puede ser mandado a ver al alumnado para ver en profundidad como funciona el sistema de producción desde la extracción hacia el desecho de las cosas con un repaso de los impactos sociales y ambientales. Aunque tiene unos años de momento es totalmente actual y completo, además impulsa a la unión y al cambio y el interés por otras visiones más sostenibles. Página web: <https://www.storyofstuff.org/> 
10. Noticia (Instituto Tricontinental de Investigación Social, 2023) <https://thetricontinental.org/es/newsletterissue/bangladesh-confeccion/> 
11. Interesante la búsqueda de noticias (Econoticias, 2022): <https://www.ecoticias.com/sostenibilidad/las-mentiras-verdes-del-textil>  / (Busines Insider, 2019): <https://www.businessinsider.es/economia/coleccion-join-life-zara-no-tan-sostenible-534853> 
12. Propuesta búsqueda en casa de opciones sostenibles y justas de compras cercanas a la agroecología o moda sostenible o profundizar en temas como la obsolescencia programada en sesiones futuras.
13. Es interesante dar a conocer al alumnado campañas como 'Ropa Limpia': <https://roba-neta.org/> . Informes sobre impactos de empresas como Inditex o Decathlon con casos de explotación de trabajadores en Bangladesh o China, y también de la naturaleza en Brasil con grandes deforestaciones.
14. Leer entrevista de Henry Giroux en CCCB, (2019): <https://lab.cccb.org/ca/henry-giroux-defensar-que-educacio-ha-de-ser-neutral-es-dir-que-ningu-nha-de-retre-comptes/> 

# Créditos

Esta guía y sus contenidos han sido realizados con el apoyo financiero de la Vicepresidencia Primera y Consellería de Servicios Sociales, Igualdad y Vivienda. El contenido de los mismos es responsabilidad exclusiva de «Fad Juventud» y no refleja necesariamente la opinión de la Generalitat Valenciana.

## **AUTORÍA DE LOS TEXTOS:**

Nerea Álvarez Segúin.

## **COORDINACIÓN:**

Mar Herranz Mateos – Fad Juventud.

Esther Pérez Palao – Fad Juventud.

## **TRADUCCIÓN AL VALENCIANO:**

Manuel Gil Fernández.

## **CORRECCIÓN DE TEXTOS:**

Susanna Ligeró Tormo.

## **DISEÑO Y MAQUETACIÓN:**

Dynamium.

## **FINANCIADO POR:**



Un proyecto de la Fundación  
Fad Juventud, 2025.

