

### 3.1.6. Investigación-Acción participativa sobre oferta alimentaria y la publicidad de alimentos y bebidas

#### Objetivos

#### **Objetivo general**

Proporcionar al alumnado las competencias necesarias para realizar elecciones alimentarias saludables y sostenibles.

#### **Objetivos específicos**

1. Interpretar la oferta alimentaria, calificándola de adecuada o no, de acuerdo a las recomendaciones dietéticas actuales y al principio de sostenibilidad, con especial foco en la dieta mediterránea y otras dietas tradicionales.
2. Interpretar y valorar correctamente la información del etiquetado nutricional de los alimentos.
3. Desarrollar un análisis crítico, con base a reflexiones razonadas, sobre la influencia de la publicidad de alimentos en las decisiones de compra y consumo.
4. Elaborar un plan de acción y comunicar a toda la comunidad educativa una propuesta de mejora sobre la oferta alimentaria analizada.

#### Metodología

Se trata de un proyecto de **investigación acción participativa**.

Es una actividad continuada a lo largo del curso, integrada, preferiblemente, en el Plan de Acción Tutorial (PAT), por ser de carácter interdisciplinar, transversal y colectivo que cuenta con la participación del alumnado potenciando la reflexión, el razonamiento y la experimentación, a través de la creación de una red de trabajo con toda la comunidad educativa, con perspectiva de equidad, sostenibilidad y género. Se definirá el número de sesiones teniendo en cuenta el contenido del proyecto, el momento madurativo del grupo y los condicionantes de calendario académico.

Se recomienda que se integre en el PEC.

#### **Etapas:**

##### **1. Planificar** (1er trimestre)

El profesorado presenta al alumnado una serie de propuestas para analizar la oferta alimentaria. Cada grupo elige una, que será su proyecto de investigación a lo largo del curso. Podrá analizarse el entorno alimentario del alumno/a, otro tipo de oferta fuera de su ámbito (incluyendo una perspecti-

va de ciclo de vida desde el nacimiento con la lactancia materna hasta las personas mayores), de otras épocas históricas (por ejemplo, la alimentación en la Antigua Roma) y/o la publicidad y las promociones de la industria alimentaria.

##### **2. Observar** (2º trimestre).

El alumnado busca información, la registra y compara los resultados de su análisis con las recomendaciones de alimentación saludable y criterios de referencia.

##### **3. Reflexionar** (2º trimestre).

En base a los resultados obtenidos y necesidades percibidas, identifican aspectos que son objeto de mejora.

##### **4. Actuar** (3er trimestre).

Se diseña un Plan de mejora en función de la oferta alimentaria analizada y posteriormente cada grupo de trabajo comunica dicho Plan al resto de la comunidad educativa.

Se puede realizar en Primaria o Secundaria, adecuando el proyecto al curso. Las actividades propuestas para los diferentes cursos son:

- **Educación Primaria:** valoración de los hábitos de consumo y preferencias alimentarias familiares, las preferencias del grupo o el conocimiento del entorno alimentario del alumnado, incluir la manipulación de alimentos y la cata alimentaria (por ejemplo, semana cultural con gastronomía relativa a distintos lugares).
- **ESO:** valoración de las recomendaciones de consumo, patrones y modelos alimentarios y su relación con la salud, la relación geográfica, recursos y disponibilidad alimentaria, etc.
- **Bachillerato:** valoración de los distintos entornos alimentarios y su relación con los recursos, la equidad, la disponibilidad alimentaria en diferentes grupos sociales, la economía y la salud

Fuente de la imagen: Pixabay



### **Recursos humanos:**

Son necesarios dos docentes por aula. Pueden incorporarse otras personas de forma puntual y a lo largo del curso para reforzar y apoyar actividades concretas.

Además de los/las docentes, es necesario la participación de la familia y del entorno donde vive el alumnado (establecimientos de venta de alimentos, restauradores de la zona, etc.).

### **Recursos materiales:**

Dispositivos móviles para edición de fotografía y vídeo, soporte y programas informáticos, etc.

Cartelería, folletos, blog del centro para divulgar el proyecto.

## Recursos

Conselleira de Sanidade. Xunta de Galicia. **Guía de axuda para desenvolver un proxecto Nutriescuelas** [Guía de ayuda para desarrollar un proyecto Nutriescuelas]: [https://libraria.xunta.gal/sites/default/files/downloads/publicacion/carpeta\\_do\\_docente\\_correcciones\\_disenadora\\_27-10-2022\\_.pdf](https://libraria.xunta.gal/sites/default/files/downloads/publicacion/carpeta_do_docente_correcciones_disenadora_27-10-2022_.pdf)

Ministerio de Sanidad. **Web de estilos de vida saludable:** <https://estilosdevidasaludable.sanidad.gob.es/alimentacionSaludable/home.htm>

AESAN. Ministerio de Consumo. **Recomendaciones dietéticas sostenibles y recomendaciones de actividad física para la población española. 2022:** [https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad\\_alimentaria/evaluacion\\_riesgos/informes\\_comite/INFORME\\_RECOMENDACIONES\\_DIETETICAS.pdf](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alimentaria/evaluacion_riesgos/informes_comite/INFORME_RECOMENDACIONES_DIETETICAS.pdf)

Agencia de Salud Pública de Cataluña. **Guía de “Pequeños cambios para comer mejor”.** 2019: <https://www.fen.org.es/storage/app/media/publicaciones%20nueva%20web%202020/La-guia-peq-cambios-castella.pdf>

Ministerio de Educación y Formación Profesional. **Programa de Alimentación, Nutrición y Gastronomía para la Educación Infantil:** <https://sede.educacion.gob.es/publventa/d/20892/19/0>