

ODS 2: HAMBRE CERO



TABLA DE INFORMACIÓN NUTRICIONAL

100 GRAMOS DE:	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CARBOHIDRATOS (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
ESCARABAJO DE AGUA GIGANTE					
HORMIGA ROJA					
PUPAS DE GUSANO DE SEDA					
ESCARABAJO PELOTERO					
GRILLO					
SALTAMONTES GIGANTE					
ESCARABAJO DE JUNIO					
ORUGA					
TERMITA					
GORGOJO					
TERNERA					
BACALAO					

ODS 2: HAMBRE CERO



Utiliza la información de la tabla de información nutricional para responder a las preguntas.

1. ¿Qué animal aporta más proteínas? ¿Y el que menos?

2. ¿Qué animal aporta más calcio? ¿Y el que menos?

3. ¿Qué animal aporta más grasa? ¿Y el que menos?

4. ¿Qué animal aporta más hidratos de carbono? ¿Y el que menos?

5. ¿Crees que los insectos son una buena fuente alternativa de proteínas?
¿Por qué / por qué no?

Escarabajo gigante de agua

Proteína: 19.8g
Grasa: 8.3g
Carbohidratos: 2.1g
Calcio: 43.5mg
Hierro: 13.6mg

Hormiga roja

Proteína: 13.9g
Grasa: 3.5g
Carbohidratos: 2.9g
Calcio: 47.8mg
Hierro: 5.7mg

Pupas de gusanos de seda

Proteína: 9.6g
Grasa: 5.6g
Carbohidratos: 2.3g
Calcio: 41.7mg
Hierro: 1.8mg

Escarabajo pelotero

Proteína: 17.2g
Grasa: 4.3g
Carbohidratos: 0.2g
Calcio: 30.9mg
Hierro: 7.7mg

Grillo

Proteína: 12.9g
Grasa: 5.5g
Carbohidratos: 5.1g
Calcio: 75.8mg
Hierro: 9.5mg

Saltamontes gigante

Proteína: 14.3g
Grasa: 3.3g
Carbohidratos: 2.2g
Calcio: 27.5mg
Hierro: 3.0mg

Escarabajo de junio

Proteína: 13.4g
Grasa: 1.4g
Carbohidratos: 2.9g
Calcio: 22.6mg
Hierro: 6.0mg

Oruga

Proteína: 6.7g
Grasa: --
Carbohidratos: --
Calcio: --
Hierro: 13.1g

Termitas

Proteína: 14.2g
Grasa: --
Carbohidratos: --
Calcio: --
Hierro: 35.5mg

Gorgojo

Proteína: 6.7g
Grasa: --
Carbohidratos: --
Calcio: --
Hierro: 13.1mg

Ternera

Proteína: 27.4g
Grasa: 12g
Carbohidratos: 0g
Calcio: 17mg
Hierro: 3.5mg

Pescado

Proteína: 28.5g
Grasa: 1.5g
Carbohidratos: 0g
Calcio: 25.2mg
Hierro: 1.0mg



Objetivos de Desarrollo Sostenible

Objetivo de Desarrollo Sostenible nº 2: Hambre cero

Duración de la actividad

60 minutos (si fuera necesario, esta clase podría impartirse en dos sesiones de 45 minutos)

Nivel

1º y 2º de la ESO

Objetivos

Centrarse en el Objetivo de Desarrollo Sostenible nº 2: Hambre cero, con el fin de que

- los alumnos comprendan que nuestros actuales hábitos alimentarios son insostenibles (**ámbito cognitivo**)
- los alumnos puedan reflexionar de forma crítica sobre fuentes de alimentación alternativas (**ámbito socioemocional**)
- los alumnos puedan proponer soluciones para abordar el problema del hambre (**ámbito conductual**)

Material necesario:

Acceso a Internet, tarjetas de información nutricional (proporcionadas) y celofán para pegarlas en el aula, hojas de trabajo 1.1 y 1.2 (una de cada por alumno), dispositivos de grabación (teléfonos móviles o tabletas).

Metodología

Para comenzar

- Muestra a los alumnos las tarjetas y obtén los nombres de los animales (1. gusano, 2. saltamontes, 3. escarabajo, 4. hormiga, 5. oruga, 6. vaca/carne, 7. bacalao/pescado, 8. gorgojo). A medida que los alumnos nombran los animales, pega las tarjetas en la pizarra o en las paredes del aula para que sean visibles.
- Pide a los alumnos que trabajen con un compañero para decidir juntos cuál es el “elemen-

to raro” (porque es diferente de los demás) y que justifiquen sus ideas. Esto debería generar bastante debate, ya que no hay una respuesta correcta clara, y cualquier respuesta podría ser correcta si los alumnos son capaces de justificar su decisión.

- Obtén sus respuestas y dedícales un tiempo a debatirlas juntos. Es posible que los alumnos sugieran que algunos de los animales son comestibles y otros no en esta fase, en cuyo caso, dedíquese a explorar la idea más a fondo y a cuestionar sus opiniones. Si no es así, pregúntales: ¿Te comerías (una hormiga / un escarabajo / carne de vacuno)? y obtén sus reacciones de esta manera.

Introducción

- Pega las tarjetas de información nutricional en el aula y distribuye la hoja de trabajo 1.1. Comprueba con los alumnos el vocabulario que no conozcan, como “pupa”, o pídeles que busquen en un diccionario el vocabulario que no conozcan antes de empezar.
- Pide a los alumnos que recorran el aula y completen la tabla de información nutricional con la información pertinente. Explique que cuando falte información, significa que no disponemos de ella y que deben dejar esta sección de la tabla en blanco.
- Cuando hayan completado la tabla, pide a los alumnos que vuelvan a sentarse y repasen rápidamente sus respuestas. A continuación, invita a los alumnos a trabajar en parejas para responder a las preguntas de la ficha 1.2, haciendo referencia a la información de la tabla. Dedicar unos minutos a comprobar sus respuestas y a discutir las. Pregúnteles qué conclusiones pueden sacar sobre la utilización de los insectos como fuente alternativa de proteínas para ayudar a resolver el problema del hambre en el mundo.



Tarea

- Pregunta a los alumnos si están familiarizados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible y animales a que cuenten a la clase lo que saben sobre ellos. Si no están familiarizados con los objetivos, explique brevemente su propósito: 17 objetivos interconectados creados por la ONU en 2015 con el fin de lograr un futuro mejor y más sostenible para todos. Muestra a los alumnos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>) y pídeles que identifiquen el objetivo relacionado con el hambre en el mundo (Objetivo de Desarrollo Sostenible nº 2: Hambre cero). Dile a los alumnos que los seres humanos necesitan proteínas en sus dietas, pero que la producción de las fuentes tradicionales de proteínas, como la carne de vacuno y el pollo, es insostenible. Explica que las dietas basadas en plantas ofrecen todas las proteínas necesarias para que los seres humanos gocen de una salud óptima.
- Muestra a los alumnos el siguiente informe: <http://www.fao.org/3/i3264s/i3264s00.pdf>
- Los insectos comestibles siempre han formado parte de la dieta humana, pero en algunas sociedades sigue existiendo cierto desprecio y repugnancia por su consumo. Aunque la mayoría de los insectos que se consumen se recogen en hábitats forestales, en muchos países se están desarrollando sistemas de cría en masa. Los insectos ofrecen una importante oportunidad de fusionar los conocimientos tradicionales y la ciencia moderna para mejorar la seguridad alimentaria humana en todo el mundo.
- Explica a los alumnos que la ONU sugiere que una posible solución a los problemas que existen con las fuentes tradicionales de proteínas sería utilizar insectos como fuente de proteínas, y solicita su reacción ante la idea de comer insectos en lugar de, por ejemplo, carne de vacuno o pollo.
- Explique a los alumnos que van a trabajar en

grupos de dos o tres para diseñar una receta en la que sustituyan la fuente de proteínas por una alternativa de insectos, por ejemplo, una lasaña de hormigas rojas, un salteado de saltamontes fritos picantes o un helado de gusanos. Permita que sean tan creativos y disparatados como quieran en este punto. Los alumnos deben escribir una lista de ingredientes e instrucciones para su receta. Si necesitan un apoyo lingüístico adicional para ello, permíteles que busquen en Internet la alternativa tradicional a su receta. Esto les dará un marco lingüístico con el que trabajar y sólo tendrán que sustituir los nombres de las fuentes de proteínas por la fuente de proteínas alternativa que han elegido en su lugar (un insecto). Si el tiempo lo permite, también podrían ilustrar su receta.

- Recoge las recetas y crea un libro de cocina de la clase.

Repaso

- Pídeles que creen un breve anuncio (de 30 segundos a un minuto) de su receta para animar a la gente a hacer y comer la comida. Anímalos a consultar la tabla de información nutricional completada en la ficha 1.1 para obtener información nutricional que les ayude a explicar por qué su receta es mejor que la tradicional.
- Graba sus anuncios en forma de vídeos o grabaciones de audio y publícalos en el blog de la clase o en la página de las redes sociales de la escuela.

Referencias

El valor nutricional de los insectos de la ficha 1.1 puede encontrarse [aquí](#).



HAZ CLICK EN LAS IMÁGENES PARA DESCUBRIR MÁS RECURSOS