Smithsonian

SCIENCE
for Global Goals



FOOD!

GUÍA DE INVESTIGACIÓN COMUNITARIA

¿CÓMO PODEMOS GARANTIZAR UNA BUENA NUTRICIÓN PARA TODOS?

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

desarrollado por

Smithsonian
Science Education Center

en colaboración con

iap SCIENCE HEALTH POLICY
the interacademy partnership

© 2019 Smithsonian Institution
Todos los derechos reservados. Primera edición del 2019.

Aviso de derechos de autor
No se puede utilizar ni reproducir ninguna parte de este módulo, ni trabajos derivados de este módulo, para ningún fin, excepto para el uso legítimo, sin autorización por escrito del Centro Smithsoniano de Educación Científica.

Diseño de portada de Andre Radloff y Hannah Osborn

Foto de portada: Foxys_forest_manufacture/iStock/Getty Images Plus

Todas las fotos de alimentos adicionales: Getty Images Plus

Diseño de texto y maquetación de Andre Radloff.

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

FOOD!
¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

Guía de investigación comunitaria

Centro Smithsoniano de Educación Científica: Personal de desarrollo de módulos

Desarrollador, escritor y diseñador de módulos principal
Andre Radloff

Directora ejecutiva
Dra. Carol O'Donnell

Director de división
Dr. Brian Mandell

Desarrolladores de programas de estudios científicos
Jean Flanagan
Dra. Sarah Glassman
Patti Marohn
Melissa Rogers
Logan Schmidt
Beth Short
Dra. Katya Vines

Medios digitales
Ashley Deese
Reuben Brenner-Adams
Sofia Elian
Ryan Seymour

Asistente de publicaciones
Hannah Osborn

Pasantes
Hazel Arroyo
Francine Baker
Sara Cottle
Julian Januszka
Sharath Narayan
Tina Zdawczyk

Centro Smithsoniano de Educación Científica: Personal de soporte del módulo

Oficina ejecutiva
Kate Echevarria
Bernadette Hackley
Angela Pritchett

Ascenso y asociaciones
Cole Johnson,
Directora de división
Irina Kiton
Inola Walston

Servicios profesionales
Dra. Amy D'Amico,
Directora de división
Katherine Blanchard
Katie Fancher
Katie Gainsback
Dra. Hyunju Lee
Tami McDonald
Eva Muszynski

Finanzas y administración
Lisa Rogers,
Directora de división
Anne-Marie Kom
Martha Mulugeta

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE *for Global Goals*

Asesores de proyectos sénior

Dr. Bruce Alberts
Coordinador de liderazgo del rector en Bioquímica y Biofísica de Educación Científica
Universidad de California, San Francisco

John Boright
Director
Academia Nacional de Ciencias

Ph.D. Bathsheba Bryant-Tarpeh
Miembro público de Mellon/ACLS
Patrimonio de conservación del Instituto Smithsoniano

Ph.D. Kate Christen
Gerente sénior
Patrimonio de conservación del Instituto Smithsoniano

Ph.D. Brian Coyle
Gerente de programa
Patrimonio de conservación del Instituto Smithsoniano

Dr. Robin Davidson
Profesor
Universidad Cornell

Joan Nathan
Autora y periodista sobre alimentos

Stephanie Norby
Director
Centro para el Aprendizaje y Acceso Digital del Instituto Smithsoniano

Ph.D. Peter McGrath
Coordinador
InterAcademy Partnership

Ruth Anna Stolk
Directora ejecutiva
Patrimonio de conservación del Instituto Smithsoniano

Asesores de proyectos

Dan Barber
Chef ejecutivo y copropietario
Blue Hill Farms

Jennifer Collins
Especialista en Educación
Museo Nacional de Historia Natural del Instituto Smithsoniano

Carlos Eduardo Dias
Gerente de Salud global
Johnson & Johnson

Andrea Ellers
Antropóloga
Museo Nacional de Historia Natural del Instituto Smithsoniano

© 2019 Smithsonian Institution

Frank Feltens
Curador asistente de arte japonés de la Fundación Japón
Galería Freer de Arte y Galería Arthur M. Sackler

Diana Johnson
Científica sénior
Johnson & Johnson

Jennifer Levasseur
Curadora
Museo Nacional del Aire y el Espacio del Instituto Smithsoniano

Ph.D. Russanne D. Low
Científica sénior
Instituto para estrategias ambientales globales

Mike Maslanka
Nutricionista del zoológico
Zoológico Nacional e Instituto de Conservación Biológica del Instituto Smithsoniano

Paul Moughan
Profesor
Riddet Institute

Jennifer Reifsteck
Especialista en Educación
Galería Freer de Arte y Galería Arthur M. Sackler

Sabrina Sholes
Curadora
Museo Nacional de Historia Natural del Instituto Smithsoniano

Edwin Schupman (Muscogee)
Gerente de Educación Nacional
Museo Nacional de los Nativos Americanos del Instituto Smithsoniano

Amy Van Allen
Gerenta de proyecto
Museo Nacional de los Nativos Americanos del Instituto Smithsoniano

Ashley Rose Young
Historiadora
Museo Nacional de Historia Americana del Instituto Smithsoniano

Revisor técnico

XXXXXXXXXXXXX

Sitios de prueba en terreno

XXXXXXXXXXXX

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE *for Global Goals*

Centro Smithsoniano de Educación Científica

El Centro Smithsoniano de Educación Científica (SSEC, del inglés *Smithsonian Science Education Center*) es operado por el Instituto Smithsoniano y su objetivo es mejorar la enseñanza y el aprendizaje de la ciencia de los estudiantes en Estados Unidos y en todo el mundo. El SSEC difunde información sobre recursos educativos ejemplares, desarrolla materiales para programas de estudio, apoya el crecimiento profesional de los profesores científicos y líderes de escuelas, y lleva a cabo programas de difusión de desarrollo de liderazgo y asistencia técnica a fin de ayudar a los distritos escolares a implementar programas científicos centrados en investigaciones. Su misión es transformar la enseñanza y el aprendizaje de la ciencia en un mundo de cambios científicos y tecnológicos sin precedentes.

Instituto Smithsoniano

El Instituto Smithsoniano fue creado por una ley del Congreso en el 1846 "para la ampliación y difusión de los conocimientos…". Este establecimiento federal independiente es el complejo de educación e investigación con museos más grande del mundo y es responsable de actividades públicas y académicas, exposiciones y proyectos de investigación en todo el país y en el extranjero. Entre los objetivos del Smithsoniano se encuentra la aplicación de sus recursos únicos para mejorar la educación primaria y secundaria.



Ciencia Smithsoniana para Objetivos Globales (SSfGG, del inglés *Smithsonian Science for Global Goals*) es un programa de estudios a libre disposición desarrollado por el Centro Smithsoniano de Educación Científica (SSEC, del inglés *Smithsonian Sciente Education Center*) en colaboración con la Asociación Interacademias (InterAcademy Partnership). Utiliza los objetivos de desarrollo sostenible (SDG, del inglés *Sustainable Development Goals*) de las Naciones Unidas como un marco para enfocarse en las acciones sostenibles que están definidas e implementadas para estudiantes.

En un intento por facultar a la próxima generación encargada de tomar decisiones a que sean capaces de tomar las decisiones correctas sobre los complejos problemas sociocientíficos que enfrenta la sociedad humana, la **SSfGG** combina prácticas previas en la educación científica basada en investigación (IBSE, del inglés *Inquiry-Based Science Education*), la educación de estudios sociales (SSE, del inglés *Social Studies Education*), la educación cívica global (GCE, del inglés *Global Citizenship Education*), el aprendizaje emocional social (SEL, del inglés *Social Emotional Learning*) y la educación para el desarrollo sostenible (ESD, del inglés *Education for Sustainable Development*).



© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE *for Global Goals*

Gracias a nuestro equipo de desarrollo de programas de estudio

Smithsonian
Arthur M. Sackler Gallery

Smithsonian
Center for Learning and Digital Access

Smithsonian
Folkways Recordings

Smithsonian
National Museum of American History Kenneth E. Behring Center

Smithsonian
National Air and Space Museum

Smithsonian
National Museum of the American Indian

Smithsonian
National Museum of Natural History

Smithsonian
National Zoological Park

Smithsonian Conservation Commons

iap SCIENCE HEALTH POLICY
the interacademy partnership

© 2019 Smithsonian Institution

Gracias a nuestros socios de financiamiento

Este proyecto está financiado por un regalo de Johnson & Johnson.



© 2019 Smithsonian Institution

Mira estas imágenes.
¿Qué ves?
¿Estás familiarizado con alguno de estos alimentos?
Si no es así, ¿qué crees que podrían ser?
¡Compártelo!



© 2019 Smithsonian Institution

Bienvenido al equipo

Léanlo juntos como equipo.

Observen este plato vacío. ¿Qué tipo de alimento les gustaría ver ahí? ¿Qué alimentos les gusta comer? ¿Esos alimentos se consideran saludables? Levanten la mano si saben algo sobre los alimentos y la salud. Compartan rápidamente algunas cosas que saben sobre los alimentos y la salud. Más tarde tendrán más tiempo para compartir lo que saben sobre los alimentos y la salud.

Por más que nos gusten los alimentos, en muchos lugares del mundo forma parte de uno de los problemas más grandes. Pueden ser parte de algunos problemas para personas que habitan los lugares donde viven. O pueden ser parte de algunos problemas lejos de donde viven. O bien, en el futuro, estos problemas podrían afectarlos. ¿Alguien conoce sobre algún problema relacionado con los alimentos? No se preocupen si no están familiarizados con algún problema. Tendremos más tiempo para hablar sobre estos más adelante.

Muchos de estos problemas no son fáciles de entender. Hay muchas aspectos que desconocemos acerca de los alimentos, la nutrición y las personas. Tampoco existe una única solución para todos los problemas que generan. Hay muchas soluciones posibles que debemos considerar. Y debido a que hay muchas soluciones, hay muchas decisiones que se deben tomar. A veces, tomar decisiones sobre lo que se debe hacer es difícil. ¿Qué hacen cuando tienen que tomar una decisión difícil? Compartan rápidamente algunas ideas como equipo.

Por esta razón, le pedimos que se unan a un equipo de investigación. Necesitamos que sus equipos ayuden a sus comunidades locales a tomar algunas decisiones. Necesitamos su creatividad y fortaleza como equipo. Sus equipos tienen un líder que ayudará a guiar a los equipos de



investigación. Sus líderes de equipo están para ayudar, pero no tienen todas las respuestas o soluciones. El líder del equipo tampoco conoce todas las decisiones que se deben tomar. Tendrán que trabajar en equipo para descubrirlas juntos.

Esto puede ser confuso. Pero no se preocupen. El equipo está aquí para ayudarlos. En primer lugar, deben comprender algunos conceptos básicos de esta Guía de investigación comunitaria. Repasen la historia de la investigación como equipo en las siguientes páginas.

Notas:

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Historia de la guía de investigación comunitaria

Parte 1: Problema
En esta parte, tu equipo comenzará por definir el problema de investigación. También comenzará a establecer sus planes de investigación locales para estudiar los alimentos y la nutrición en tu comunidad. Para hacerlo, tu equipo deberá aprender más acerca de los miembros del equipo, las diferentes perspectivas y las preguntas que trabajarán para responder en su investigación sobre los alimentos.

Parte 2: Comunidad
En esta parte, tu equipo se enfocará en recopilar evidencia sobre lo que la comunidad local piensa y conoce sobre los alimentos y la nutrición. Tu equipo también establecerá sus sitios de investigación y comenzará a identificar a los socios locales con los que podrían trabajar durante su investigación.

Parte 3: Aspectos fundamentales de la nutrición
En esta parte, tu equipo se enfocará en aprender sobre los aspectos fundamentales de los alimentos y la nutrición. La investigación incluirá la recopilación y la comparación de alimentos dentro de sus centros de investigación, y el estudio de las pautas locales y globales de alimentos y fuentes de alimentos para satisfacer las necesidades locales y globales.

Parte 4: Acceso y almacenamiento
En esta parte, el equipo se enfocará en investigar y explorar dónde y cómo se accede a los alimentos y cómo se almacenan en la comunidad. La investigación incluye la identificación y el análisis de diferentes puntos de acceso para los alimentos además de investigar estrategias de almacenamiento para mantener los alimentos.

Parte 5: Cocina y conservación
En esta parte, el equipo se enfocará en investigar y experimentar con el procesamiento, la cocina y la conservación de varios alimentos para satisfacer las necesidades locales y globales. También se realizarán investigaciones sobre diversas técnicas, herramientas y recetas de cocina y conservación locales y globales.

Parte 6: Seguridad alimentaria y nutricional
En esta parte, el equipo se enfocará en explorar una variedad de desequilibrios relacionados con los alimentos y la nutrición en la comunidad. La investigación se enfocará en los desequilibrios relacionados con la nutrición y la salud y los problemas médicos, la diversidad de alimentos consumidos y los desequilibrios relativos a la población o la urbanización que puedan existir y sean importantes para la definición local del problema alimentario.

Parte 7: Plan de acción
En esta parte, el equipo se enfocará en desarrollar un plan de acción comunitaria local. Este plan describirá la investigación que se realizó, las acciones que el equipo cree que las personas deben realizar en la comunidad y un plan de comunicaciones para compartir el plan con los miembros de la comunidad local.

© 2019 Smithsonian Institution

Comprensión de esta guía de investigación comunitaria

Léanlo juntos como equipo.

Cada una de las siete partes tiene una lista de **tareas** que se deben completar. Algunas tareas tienen dos opciones: ALIMENTO A o ALIMENTO B. Elijan la versión de la tarea que mejor se adapte a su equipo. Las versiones del ALIMENTO A generalmente son más fáciles. Si no pueden completar una tarea por cualquier motivo, no se preocupen. Hablen como equipo, inténtenlo de nuevo o prueben la versión del ALIMENTO A de la tarea, si está disponible. Está bien cambiar de opinión. Las tareas de esta guía les indicarán qué hacer. Recuerden, está bien cambiar entre las tareas del ALIMENTO A y el ALIMENTO B en cualquier momento.

Durante cada tarea, tendrán que buscar recursos de tareas en la carpeta de tareas de la Guía de investigación. La carpeta de tareas se etiquetará con el número de tarea. Esta carpeta de tareas contendrá recursos adicionales para esa tarea.

Consejo de investigación

Las carpetas de tareas se pueden encontrar en:

ssec.si.edu/food

Cuando veas esta flecha azul, debes ir a las carpetas de tareas de ahí. ¡Pruébalo ahora!

Consejo de investigación

Se usa este ícono verde cuando se utiliza una lectura de la sección Pregúntale al equipo.

También incluirá las dos versiones (ALIMENTO A y ALIMENTO B) de la tarea, si están disponibles. No todas las tareas tienen dos versiones. Estos recursos para tareas les indicarán qué hacer. El líder del equipo ayudará a leerlos si no lo comprenden. Simplemente sigan la guía y no se preocupen.

Si se quedan atascados, hablen como equipo, inténtenlo de nuevo o cambien a la versión del ALIMENTO A de la tarea. Quedarse atascado y volver a intentarlo es parte de la investigación. Cambiar de opinión está bien y es normal.

Cuando se realiza una investigación, hay muchas incógnitas. También hay muchas cosas que hay que averiguar como equipo. Tendrán que ser creativos. No siempre habrá una clara respuesta correcta e incorrecta. A veces, el equipo podría no estar de acuerdo. Y está bien. Solo asegúrense de respetar a sus compañeros de equipo. A veces puede que no se sientan seguros de qué decisiones deben tomar. Es normal. El objetivo de la investigación es ayudarlos a hablar y pensar en cómo tomar decisiones como equipo.

Es normal confundirse. Es normal frustrarse. Es normal equivocarse y necesitar intentarlo de nuevo. Es normal cambiar de opinión a medida que se aprende más. Pero no se preocupen. Todo esto es parte de la investigación. El líder de equipo y su equipo están para ayudarse mutuamente.

¡Así que, empecemos!



© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

PARTE 1: LISTA DE TAREAS DE PROBLEMAS

Esta es la lista de tareas para la parte 1: Problema

Márcalos a medida que los completas.

TAREAS

- [ ] 1-1 Hacer un mapa de tu identidad
- [ ] 1-2 Pensar en las decisiones
- [ ] 1-3 Equipo preencuesta
- [ ] 1-4 Presentación de alimentos
- [ ] 1-5 Crear la identidad del equipo
- [ ] 1-6 Definir el problema de investigación
- [ ] 1-7 Comprender el plan de acción comunitaria
- [ ] 1-8 Explorar perspectivas de investigación
- [ ] 1-9 Crear afirmaciones a partir de evidencia
- [ ] 1-10 Asignación de preguntas

La parte uno de tu investigación se centrará en preparar al equipo. El primer paso de toda buena investigación de equipo es comprender mejor a tu equipo y el problema que se explorará.









© 2019 Smithsonian Institution

1-1 Hacer un mapa de tu identidad

Bienvenido al equipo y a la tarea 1-1. Como has escuchado, se tomarán muchas decisiones como equipo durante tu investigación sobre alimentos y nutrición. Muchas de las decisiones que tomarás en tu investigación pueden verse influenciadas por tu identidad. Dado que tu equipo tomará muchas decisiones en conjunto, es bueno aprender más acerca de las diferentes identidades de tu equipo. En tareas futuras, utilizarás este mapa de identidad para ver si hay partes de tu identidad que determinan que pienses de una manera u otra. Así que mantén tu mapa de identidad en un lugar seguro.

Objetivo



En esta tarea, cada miembro del equipo hará un mapa de identidad sobre sí mismo.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-1 y toma las instrucciones del mapa de identidad, instrucciones para Piensa, forma parejas y comparte, y preguntas de análisis. Esta tarea tiene solo una versión para todos.
2. Analiza con las instrucciones para Piensa, forma parejas y comparte a fin de desarrollar categorías para la pregunta "¿Quién soy?" o "¿Qué diferentes aspectos me componen?".
3. Agrega la lista de categorías adicionales de los mapas de identidad a la carpeta de la tarea 1-1.
4. Observa el ejemplo del mapa de identidad en las instrucciones para tener una idea de cómo se ven.
5. Utiliza esta lista de categorías, además de las que agregaste, a fin de crear un mapa de identidad para ti mismo.
   - Los miembros del equipo deben mantener sus mapas de identidad seguros para futuras tareas.
6. Elige algo de tu mapa de identidad que puedas compartir con el equipo. ¡Enciérralo en un círculo!

Consejo de investigación

Se pueden encontrar las carpetas de las tareas en: ssec.si.edu/food
Cuando veas esta flecha azul, debes ir a las carpetas de tareas de ahí. Encuentra la carpeta Parte 1 y, luego, la carpeta Tarea 1-1. Ahí estarán todos los recursos adicionales. ¡Pruébalo ahora!

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-1. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 1-2!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-1. Hacer un mapa de tu identidad

Instrucciones del mapa de identidad

Los mapas de identidad son una herramienta gráfica que puede ayudar a las personas a comprender mejor muchas cosas que nos conforman como individuos. Estas cosas también pueden influir en los pensamientos o en las decisiones que toma una persona en diferentes situaciones. Cada miembro del equipo creará un mapa de identidad para profundizar su comprensión sobre ellos mismos y los miembros de su equipo.

1. **Piensa, forma parejas y comparte** cómo responderías la pregunta "¿Quién soy?" o "¿Qué diferentes aspectos me componen?"
2. Después de la actividad de Piensa, forma parejas y comparte, haz una lluvia de ideas sobre una lista de categorías que podrías utilizar para describir la identidad de alguien o quiénes son.
3. Agrega las siguientes categorías a tu lista. Estas se utilizarán cuando crees tus mapas de identidad.
4. Mira un ejemplo de mapa de identidad.
5. Escribe tu nombre en el medio de una hoja de papel. (Opcional: dibuja una pequeña imagen de ti mismo).
6. Con la lista de categorías, pídele a cada miembro del equipo que cree un mapa de identidad en torno a su nombre y su imagen.
7. Como equipo, respondan las preguntas de análisis.

Instrucciones de Piensa, forma parejas y comparte

Piensa: pídele a cada miembro del equipo que piense tranquilamente por su cuenta sobre la pregunta o el tema que se ha presentado. Da unos minutos a cada miembro del equipo para que tome notas o haga una lista de ideas propias.

Forma parejas: forma parejas de un miembro del equipo con otro o un grupo pequeño. En parejas o grupos pequeños, los estudiantes compartirán sus ideas.

Comparte: los estudiantes comparten su lista de ideas con su compañero. Los líderes de equipo amplían el intercambio en un análisis o participación de la clase completa.

Categorías del mapa de identidad

Edad

Escuela/clase

Raza

Género

Nacionalidad

© 2019 Smithsonian Institution

Origen étnico

Origen/antecedentes familiares

Rol en la familia (hermana, hermano, primo. . .)

Intereses

Pasatiempos

Religión

Cosas que te gusta hacer

Rasgos de personalidad (tímido, ruidoso, conversador, callado, divertido, triste) . .)

Rasgos físicos (alto, bajo, cabello castaño, cabello negro, ojos azules, ojos castaños) . .)

Preguntas de análisis

- ¿Qué elemento de tu mapa de identidad consideras el más esencial de tu identidad? ¡Enciérralo en un círculo!
- ¿Ciertos aspectos de tu identidad influyen más que otros aspectos? ¿Por qué?
- ¿Cómo podría cambiar tu mapa de identidad con el tiempo?
- ¿Cuánto control tienes sobre los aspectos que hay en tu mapa de identidad?
- ¿De qué manera los aspectos de tu mapa de identidad podrían afectar las decisiones que tomas en tu vida?

Ejemplo



Volver a la Guía de investigación ahora

© 2019 Smithsonian Institution

1-2 Pensar en las decisiones

Bienvenido al equipo y a la tarea 1-2. Como has escuchado, se tomarán muchas decisiones como equipo durante tu investigación sobre alimentos y nutrición. Antes de comenzar tu investigación, el equipo debe pensar en cómo toma decisiones cada miembro del equipo. También deberás utilizar tu mapa de identidad de la tarea 1-1 para ver si alguna parte de tu identidad afecta las decisiones que tomas.

Objetivo



En esta tarea, el equipo aprenderá a trabajar y hablar en conjunto sobre la toma de decisiones y cómo puede verse influenciado por el mapa de identidad que se realizó en la tarea 1-1. Esto será especialmente importante cuando no estén todos de acuerdo.

Repasen estas normas de equipo en conjunto.

- Reconocer el beneficio de escuchar diferentes ideas de las personas de tu equipo.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las tuyas.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-2 y toma la actividad Pensar en las decisiones y las preguntas de análisis.
2. Elige la actividad de ALIMENTO A o B de la carpeta de tareas. También puedes realizar ambas versiones de la tarea, si lo deseas. O algunos miembros del equipo pueden hacer el ALIMENTO A y otros pueden hacer el ALIMENTO B. ¡Ustedes deciden!
3. Realiza la actividad de acuerdo con las instrucciones de la carpeta y analiza las preguntas.
4. Recuerda: cuando participas en un análisis constructivo como equipo, debes respetar a tu equipo. Por ejemplo, utiliza estas frases para comenzar.
   - Estoy de acuerdo con _____ porque . . .
   - No estoy de acuerdo con _____ porque . . .
   - Me gustaría volver a lo que dijo _____ sobre . . .
   - Me gustaría agregar _____.

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-2. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 1-3!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-2. Pensar en las decisiones: COMIDA A

A continuación, encontrarás una breve historia. Después de leer la historia, detente y decide con tranquilidad si crees que las personas de la historia hicieron algo malo. Antes de hablar con otra persona sobre cómo te sientes, marca tus sentimientos en la escala que se encuentra a continuación.

Historia

Un automóvil mató a la mascota de una familia frente a su casa. Habían escuchado que la carne de la mascota era deliciosa, por lo que cortaron el cuerpo de la mascota, lo cocinaron y se lo comieron en la cena. Nadie los vio hacerlo.

1. ¿Crees que esta familia hizo algo malo? Antes de hablar con otras personas, utiliza la escala que se encuentra a continuación para marcar cómo te sientes con respecto a esta pregunta.

Estoy completamente en desacuerdo con lo que hizo la familia.	Estoy en desacuerdo con lo que hizo la familia.	Estoy un poco en desacuerdo con lo que hizo la familia.	Soy neutral o estoy indeciso acerca de lo que hizo la familia.	Estoy un poco de acuerdo con lo que la familia hizo.	Estoy de acuerdo con lo que hizo la familia.	Estoy totalmente de acuerdo con lo que hizo la familia.
1	2	3	4	5	6	7

© 2019 Smithsonian Institution

2. Después de haber tomado tu decisión personal, compila y cuenta los datos de las respuestas de tu equipo a esta pregunta.

	Escala	1	2	3	4	5	6	7
Datos de la reacción inicial	Miembros del equipo							
	Total							

3. Utiliza las siguientes preguntas para hacer un análisis con tus compañeros de equipo sobre tus decisiones personales.

Preguntas de análisis para pensar sobre nuestras decisiones

1. Como grupo, compartan si creen que las personas de la historia hicieron algo malo o no.
2. ¿Qué razonamiento utilizaste para apoyar tu decisión?
3. Observa el mapa de identidad que creaste en la Tarea 1-1. ¿Tus decisiones estuvieron influenciadas por alguno de los aspectos de tu mapa de identidad, como tus valores, actitudes, prejuicios? ¿La cultura o las costumbres locales?
4. Después de escuchar a tus compañeros de equipo, ¿cambiaste tu decisión personal? Si es así, ¿en qué parte de la escala te encuentras ahora? Compila los datos actuales del equipo para su posterior análisis.

	Escala	1	2	3	4	5	6	7
Datos posteriores al intercambio y el análisis	Miembros del equipo							
	Total							

© 2019 Smithsonian Institution

Alternativas de la historia

A continuación, se presentan alternativas de la historia. Lee cada una y determina si tus pensamientos o decisiones acerca de la historia cambian cuando se incluye esta información. Utiliza la tabla de datos que aparece a continuación para hacer un seguimiento de cómo cambia el nivel de acuerdo entre tú y tu equipo por cada alternativa de la historia. Luego, analiza tu razonamiento por cada una.

A. ¿Cambiarían tus pensamientos y decisiones sobre la historia si supieras que la familia no había tenido comida durante unos días antes de que se comieran a la mascota?
B. ¿Cambiarían tus pensamientos y decisiones si el animal fuera salvaje, como un ciervo o un conejo, y no una mascota de la familia?
C. ¿Cambiarían tus pensamientos y decisiones si supieras que la mascota era específicamente un perro? ¿Gato? ¿Conejo?
D. ¿Cambiarían tus pensamientos y decisiones si alguien viera que la familia se come a la mascota?
E. ¿Cambiarían tus pensamientos y decisiones si supieras que ninguna otra persona se enteraría de lo que hizo la familia?

Escala		Estoy completamente en desacuerdo con lo que hizo la familia.	Estoy en desacuerdo con lo que hizo la familia.	Estoy un poco en desacuerdo con lo que hizo la familia.	Soy neutral o estoy indeciso acerca de lo que hizo la familia.	Estoy un poco de acuerdo con lo que la familia hizo.	Estoy de acuerdo con lo que hizo la familia.	Estoy totalmente de acuerdo con lo que hizo la familia.
		1	2	3	4	5	6	7
Historia A	Miembros del equipo							
	Total							

© 2019 Smithsonian Institution

Historia B	Miembros del equipo							
	Total							
Historia C	Miembros del equipo							
	Total							
Historia D	Miembros del equipo							
	Total							

Análisis de datos

1. Crea un gráfico de líneas o barras para analizar los datos recopilados en los diferentes puntos de esta actividad.
2. Describe tendencias o relaciones interesantes que encuentres en los datos. ¿Cómo se comparan los datos de la reacción inicial con los datos de las alternativas de la historia?
3. ¿Proporcionan los datos evidencia de respaldo sobre cómo las decisiones de las personas cambian en diferentes situaciones?
4. Según este análisis y tu comprensión de los datos, ¿podrías crear otras formas de visualizar estos datos para ayudar a comunicarlo a otras personas?

© 2019 Smithsonian Institution

Preguntas de análisis

- ¿Qué te dice este ejercicio acerca de cómo tomas la mayoría de tus decisiones?
- ¿Qué te dice este ejercicio acerca de cómo juzgas las decisiones de otras personas?
- ¿Cuál es la peor decisión que tomaste alguna vez?
- ¿Consideras que fue la peor debido a la decisión en sí o fue una decisión razonable con un mal resultado?
- ¿Una buena decisión garantiza un buen resultado?
- ¿Tienes control sobre la decisión, el resultado, ninguno o ambos?

¿Qué aspectos de tu mapa de identidad crees que influyen más cuando tomas decisiones?

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-2. Pensar en las decisiones: COMIDA B

1. ¿Quién tiene el poder sobre la toma de decisiones?

Esta actividad tiene como objetivo estimular el análisis sobre cómo se toman las decisiones en tu familia cuando se trata de alimentos. Presentaremos 13 decisiones relacionadas con los alimentos y te preguntaremos tu opinión acerca de (a) quién tiene el mayor poder para tomar estas decisiones y (b) si desearías tener más influencia en la toma de estas decisiones.

Esta actividad se puede realizar individualmente o con toda una familia.

Mira la siguiente lista de decisiones relacionadas con los alimentos. Coloca una marca en la casilla debajo del miembro de la familia que sientes que tiene el mayor poder en tu familia cuando se trata de tomar la decisión en la columna de la izquierda. Si estás completando este formulario con varios miembros de la familia, asigna a cada persona un símbolo diferente (#, *, !, +). Puedes colocar más de una marca en una casilla. Por ejemplo, si todos los miembros de la familia sienten que los padres tienen el mayor poder para decidir qué alimentos compra la familia, todos deben colocar su símbolo en “Padres”. Si sientes que nadie tiene más poder sobre toma de decisiones que otros miembros de la familia para un elemento en particular, entonces no pongas una marca para esa decisión.

© 2019 Smithsonian Institution

Modificado de origen: PennState Fridge Curriculum: Aprender juntos sobre alimentos y nutrición

¿Quién tiene el poder sobre la toma de decisiones?

Decisión relacionada con los alimentos	Hijos	Padres	Abuelos	Otros cuidadores adultos
1. ¿Qué alimentos compra la familia?				
2. ¿Dónde compra comida la familia?				
3. ¿Qué alimentos ingresan al hogar?				
4. ¿Cómo se preparan los alimentos?				
5. ¿Quién prepara la comida?				
6. ¿La familia se reúne para una comida juntos o solo es algo rápido para llevar?				
7. ¿Cuándo se realiza la comida familiar?				
8. ¿Cuánto tiempo toman las comidas familiares?				
9. ¿En qué lugar de la casa se consumen las comidas?				
10. ¿Quién limpia después de las comidas?				
11. Si la familia sale a comer, ¿quién decide a dónde ir?				
12. ¿Qué refrigerios comen los miembros de la familia?				
13. ¿Cuáles son las reglas de los refrigerios familiares (si las hubiera)?				

2. Del poder al compañerismo

Esta actividad se puede realizar individualmente o con toda tu familia. En cada decisión relacionada con los alimentos, si sientes que te gustaría tener más influencia en la forma en que tu familia toma este tipo de decisión, pon una marca en la columna que represente quién eres.

© 2019 Smithsonian Institution

¿A quién le gustaría tener más poder en la toma de decisiones?

Decisión relacionada con los alimentos	Hijos	Padres	Abuelos	Otros cuidadores adultos
1. ¿Qué alimentos compra la familia?				
2. ¿Dónde compra comida la familia?				
3. ¿Qué alimentos ingresan al hogar?				
4. ¿Cómo se preparan los alimentos?				
5. ¿Quién prepara la comida?				
6. ¿La familia se reúne para una comida juntos o solo es algo rápido para llevar?				
7. ¿Cuándo se realiza la comida familiar?				
8. ¿Cuánto tiempo toman las comidas familiares?				
9. ¿En qué lugar de la casa se consumen las comidas?				
10. ¿Quién limpia después de las comidas?				
11. Si la familia sale a comer, ¿quién decide a dónde ir?				
12. ¿Qué refrigerios comen los miembros de la familia?				
13. ¿Cuáles son las reglas de los refrigerios familiares (si las hubiera)?				

Preguntas de análisis

Si completaste esta actividad individualmente:

- ¿Cómo llegaste a tus decisiones?
- ¿Cuáles son los posibles efectos o consecuencias de las decisiones que tomaste tú y las personas de tu familia?
- Observa el mapa de identidad que creaste en la Tarea 1-1. ¿Alguno de los aspectos de tu mapa de identidad afectó a la persona que influye en estas decisiones? Si es así, ¿cuáles y por qué?
- ¿Alguna vez sientes que otros no escuchan tus opiniones? ¿Cómo puedes asegurarte de que se escuchen tus opiniones en el futuro?
- ¿Cuáles son algunas de las medidas que se podrían tomar para involucrarte a ti o a más miembros de la familia en la toma de decisiones relacionadas con los alimentos?

© 2019 Smithsonian Institution

Si completaste esta actividad como familia:

Después de algún análisis, dé a los miembros de la familia la oportunidad de revisar sus respuestas, en parte, para lograr el mayor consenso posible. Lo que se desarrollará (con suerte) es una imagen visualmente variada de la dinámica de toma de decisiones de la familia.

- ¿Hasta qué punto hubo un acuerdo o desacuerdo en los sentimientos de los miembros de la familia acerca de quién debería tener el poder de tomar las decisiones relacionadas con los alimentos?
- ¿Qué decisiones tuvieron el mayor acuerdo?
- ¿Qué decisiones tuvieron el menor acuerdo?
- ¿Alguien cambió de opinión después de escuchar la explicación de otra persona?
- ¿Cuáles son algunas de las medidas que se podrían tomar para involucrar a más miembros de la familia en la toma de decisiones relacionadas con los alimentos?

Modificado de origen: PennState Fridge Curriculum: Aprender juntos sobre alimentos y nutrición

© 2019 Smithsonian Institution

1-3

Equipo preencuesta

Como se analizó en la tarea 1-2, el equipo tomará muchas decisiones durante la investigación. Antes de que comience su investigación sobre alimentos y nutrición, el equipo debe documentar lo que las personas de su equipo piensan actualmente sobre los alimentos y la nutrición.

Objetivo



En esta tarea, realizarás una encuesta al equipo para documentar lo que piensan actualmente. En tareas posteriores, podrás ver los datos de esta encuesta para ver si tus pensamientos han cambiado con el tiempo. No te preocupes si no estás seguro de las preguntas. Es normal. Esto no es una prueba.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-3 y toma las preguntas y los métodos de la encuesta. Solo hay una versión de esta tarea, pero se puede personalizar fácilmente según sea necesario.
2. Determinen qué preguntas de la encuesta son las más adecuadas para el equipo.
3. Hablen como equipo acerca de la diferencia entre una encuesta y una prueba. Hablen sobre por qué es importante ser honesto para realizar una encuesta.
4. Decidan qué método de encuesta funciona mejor para el equipo. Si tienen una mejor opción, úsala.
5. El líder del equipo ayudará al equipo a tomar la decisión.
6. No se preocupen si no comprenden las preguntas. Simplemente marquen "No estoy seguro".
7. Completen la encuesta y guarden los resultados del equipo en un lugar seguro para utilizarlos en tareas posteriores.

Consejo de investigación

El equipo utilizará los resultados de esta encuesta en tareas futuras. Guarden los resultados en un lugar seguro para que todos puedan acceder fácilmente a estos después.

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-3. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 1-4!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-3. Equipo preencuesta

Cómo realizar la encuesta

Una encuesta es un método para recopilar información de personas o de un grupo. La información recopilada brinda al equipo de investigación una mejor comprensión de las visiones u opiniones generales de un grupo de personas en un momento y lugar específicos. No es una prueba con respuestas correctas o incorrectas. Los resultados de una encuesta ayudarán al equipo de investigación a definir mejor el problema y a guiar su trabajo.

Recuerda, el propósito de una encuesta es comprender los pensamientos de una persona o grupo en ese momento y lugar específicos. Esto significa que para que la investigación sea útil, es importante que las personas sean honestas cuando realicen la encuesta. Si las personas son honestas en una encuesta, esto ayudará al equipo de investigación a tomar decisiones más informadas sobre su trabajo.

1. Personaliza las preguntas de la encuesta, según sea necesario.
    - Repasa las preguntas proporcionadas.
    - Puedes utilizar la encuesta como está o puedes eliminar o agregar preguntas.
    - Asegúrate de incluir al menos una o dos preguntas de las partes 2 a la 7.
    - Crea y agrega tus propias preguntas, según sea necesario.
    - Recuerda, las preguntas que se proporcionan aquí son para ayudarte a comenzar, así que personalízalas según sea necesario.

2. Identifica un método de encuesta que funcione mejor para el equipo. Algunas opciones incluyen:

- Imprimir una copia de la encuesta para cada miembro del equipo y el líder del equipo. Pídele a cada persona que complete una versión escrita por su cuenta y que la envíe al líder del equipo. Las respuestas se pueden escribir directamente en la encuesta o en otro documento.
- Publicar o proyectar las preguntas de la encuesta para que todos puedan verlas.
    - Cada miembro del equipo escribe las respuestas a las preguntas de la encuesta en un documento y las envía al líder del equipo.
    - El equipo lee juntos cada pregunta y cada miembro del equipo elige su respuesta. Luego, todos votan por la respuesta seleccionada, de preferencia con la cabeza hacia abajo, para que el voto sea anónimo. El líder del equipo hace un recuento de los votos.
- El líder del equipo hace las preguntas en voz alta, el equipo vota (de preferencia, un voto con la cabeza hacia abajo) y el líder del equipo hace el conteo de los votos.
- Crea una versión digital de la encuesta con Survey Monkey, Google Forms/Documents u otro método digital. ¡Usa eso!

Como siempre, elige la opción que sea más fácil para ti. Si tienes un método de encuesta que no aparece aquí y lo prefieres, ¡úsalo!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-3. Encuesta alimentaria en equipo

Nombre:_____

Parte 1. Antecedentes

Edad				
0-10	11-20	21-40	41-64	Más de 65

Género				
Masculino	Femenino	No binario/ tercer género	Prefiero autodescribirme _____	Prefiero no decirlo

¿Cuál es el nombre de la comunidad en la que vives?

¿Dónde está tu hogar?			
Ciudad	Villa	Rural	Pueblo
Periurbano (a las afueras de la ciudad)	Otro (especifica)		

Disponibilidad de medios de comunicación en la casa (marca todas las opciones que correspondan)			
Televisión	Periódico	Radio	Computadora
Tableta	Internet	Teléfono	Teléfono celular
SMS	Redes sociales	Teléfono celular con Internet	Otro

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 2. Comunidad

¿Esta la primera vez que alguien te encuesta acerca de alimentos, nutrición y problemas de salud?		
Sí	No	No estoy seguro

¿Cómo calificarías tu salud en general?					
1. Excelente	2. Muy buena	3. Buena	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Cómo calificarías la salud en general de las personas de tu comunidad?					
1. Excelente	2. Muy buena	3. Buena	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Qué tanto te preocupas por los alimentos en tu comunidad?					
1. No me preocupa	2. Un poco preocupado	3. Preocupado	4. Muy preocupado	5. Extremadamente preocupado	6. No estoy seguro

¿De dónde obtienes *la mayor parte* de la información sobre alimentos, dieta y nutrición? (Marca todas las opciones que correspondan)			
Familia	Amigos	Televisión	Médico
Enfermera	Internet	Revistas	Artículos de investigación
Libros	Profesor/escuela	Anuncios de alimentos	Redes sociales
No lo sé	Otro (enumera)		

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 3. Aspectos fundamentales de la nutrición

¿Qué tan bueno es tu conocimiento sobre lo que constituye una comida saludable y bien equilibrada?					
1. Excelente	2. Muy bueno	3. Bueno	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Con qué frecuencia piensas en el valor nutricional de los alimentos cuando decides qué comer?			
1. A menudo	2. A veces	3. Para nada	4. No estoy seguro

¿Qué tan familiarizado estás con las pautas alimentarias nacionales o regionales sobre qué comer?					
1. Excelente	2. Muy bien	3. Bien	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Qué tan bien entiendes los siguientes tipos de información nutricional?					
A. Folletos o volantes de información nutricional					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
B. Información de la etiqueta de los alimentos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
C. Programas de televisión, radio o Internet sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
D. Recomendaciones verbales de profesionales sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
E. Consejos sobre nutrición alimentaria de familiares o amigos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro

Según lo que comes periódicamente, ¿cuál es tu estilo de alimentación? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Comedor rápido	Comedor errático	Comedor emocional (estresado, aburrido, triste, etc.)	Comedor nocturno	Comedor con poco tiempo
No me gusta la comida “saludable”	Viajo con frecuencia	No planifico las comidas o los menús	Dependo de los productos de conveniencia	Los miembros de la familia tienen gustos diferentes
Me encanta comer	Como demasiado	Como porque tengo que hacerlo	Tengo una relación negativa con la comida	Lucho contra los problemas alimentarios
Estoy confundido con respecto a los alimentos y la nutrición	Como comida rápida con frecuencia	Malas opciones de refrigerios	No tengo fácil acceso a las comidas habituales	Con frecuencia como solo

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 4. Acceso y almacenamiento

Piensa en un día habitual. ¿Qué tan fácil o difícil es para ti acceder a alimentos frescos y saludables?					
1. Muy difícil	2. Difícil	3. Algo fácil	4. Fácil	5. Muy fácil	6. No estoy seguro

¿Dónde compras los alimentos en tu comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mercado al aire libre	2. Mercado de agricultores	3. Directamente de los agricultores	4. Supermercado
5. Tienda de conveniencia	6. Restaurante formal	7. Restaurante informal	6. Otro (especifica)_____
De los lugares que indicaste anteriormente, ¿dónde compras alimentos con más frecuencia?			

¿Qué tan cerca de donde vives se encuentra el lugar donde compras alimentos con más frecuencia?				
1. Muy cerca	2. Algo cerca	3. Lejos	4. Muy lejos	No estoy seguro

¿Cómo viajas a los lugares donde compras comida en tu comunidad?				
1. Vehículo personal	2. Motocicleta o moto	3. Transporte público	4. Taxi	5. Bicicleta
6. A pie	7. No estoy seguro	Otro (especifica)		

¿Dónde almacenas los alimentos para tu hogar? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Estructura exterior	2. Refrigerador	3. Congelador	4. Estructura comunitaria
5. Despensa o gabinete	6. No estoy seguro	Otro (especifica)	

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 5. Cocina y conservación

¿Con qué frecuencia cocinas tus propias comidas solo en casa o con tu familia?			
1. De 0 a 2 veces a la semana	2. De 3 a 5 veces a la semana	3. de 6 a 8 veces a la semana	4. Más de 8 veces a la semana

¿Qué tan cómodo te sientes con las herramientas (cuchillos, sartenes) y las técnicas (cocinando sobre fuego) para cocinar alimentos?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Un poco cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. Extremadamente incómodo

¿Qué tan cómodo te sientes siguiendo recetas?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué tan cómodo te sientes con el acceso a la información sobre los ingredientes de cocina que no has usado ni consumido antes?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué técnicas de conservación de alimentos conoces o has usado? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mermelada	2. Secado	3. Embotellado	4. Estofado
5. Fermentación	6. Encurtidos	Otro (especifica)	7. No estoy seguro

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 6. Seguridad alimentaria

¿Sabes de personas de tu comunidad que tengan problemas de salud relacionados con la dieta?				
Sí	No	No estoy seguro		
Si la respuesta es sí, ¿cuáles?				
Desnutrición	Obesidad	Diabetes	Hipertensión	Enfermedades cardiovasculares
Anorexia	Bulimia			

¿Sabes de áreas o personas en tu comunidad que no tengan acceso fácil y seguro a los mercados de alimentos?			
Sí	No	No estoy seguro	
Si la respuesta es sí, ¿cuáles son algunos motivos?			

¿Sabes de personas o familias a las que les resulte difícil costear comida en tu comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro

Históricamente hablando, ¿estás al tanto de algún cambio en los problemas relacionados con los alimentos en tu comunidad hoy en día en comparación con el pasado?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

© 2019 Smithsonian Institution

¿Estás al tanto de algún cambio en la diversidad o en la cantidad de diferentes tipos de alimentos disponibles o consumidos en la comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

Parte 7. Plan de acción

¿Estás al tanto de los servicios o programas alimentarios en tu comunidad?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿cuáles servicios?		

¿De dónde recibes la información sobre los programas de alimentación y nutrición en la comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/ trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

¿En qué fuentes confías más para obtener información precisa sobre alimentos y nutrición? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/ trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

© 2019 Smithsonian Institution

¿Actualmente tomas alguna medida para ayudarte a ti, tu familia o tu comunidad en relación con los problemas alimentarios locales?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿qué acción?		

Volver a la Guía de investigación ahora

© 2019 Smithsonian Institution

1-4 Presentación de alimentos

Antes de comenzar tu encuesta, necesitas saber más acerca de lo que ya piensa el equipo sobre los alimentos.

Objetivo



En esta tarea, el equipo descubrirá lo que ya saben y piensan sobre los alimentos y la nutrición. Luego, cada miembro del equipo contará una historia sobre un alimento que le gusta y por qué lo considera importante. Posteriormente, agregarán esto a los mapas de identidad que crearon en la tarea 1-1.

1. En la carpeta Tarea 1-4, obtén las imágenes del pan de cada día, el mapa mundial, las historias de alimentos y la plantilla en blanco de la historia de alimento para hacer una propia. Solo hay una versión de esta tarea.

2. Mira en silencio las seis imágenes de Daily Bread de niños rodeados por alimentos.
   - ¿Qué ves? ¿Qué opinas sobre eso?
   - ¿Qué preguntas te surgen? ¿Cuáles son las similitudes y las diferencias?
3. Utiliza el mapa mundial para encontrar el país de procedencia de cada niño.
4. Piensa silenciosamente en los alimentos que te gusta comer o que significan algo para ti.
5. En tu mapa de identidad de la tarea 1-1, marca un área alrededor de tus categorías de identidad llamada "Alimentos que me gustan". Escribe o dibuja en esa área todos los alimentos o platos que te gusta comer y que significan algo para ti.
6. Lee las historias de los alimentos provenientes de distintas personas en la carpeta de la tarea para aprender sobre algún alimento específico que significa algo para ellas.
   - ¿Estás familiarizado con alguno de estos alimentos?
   - ¿Hay similitudes en las diferentes historias?
7. Elige un alimento o plato de tu mapa de identidad sobre el cual puedas contar una historia. ¡Enciérralo en un círculo!
8. Completa la tarjeta de la historia de los alimentos para documentar tu propia historia sobre este alimento o plato. Guarda las historias para utilizarlas en la tarea 1-5.

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-4. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 1-5!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-4 Presentar los alimentos: imágenes de *Daily Bread*

Instrucciones:

1. Observa tranquilamente las seis imágenes de los niños rodeados de comida. Estas fotografías son parte de un proyecto fotográfico más grande llamado *Daily Bread* de Gregg Segal. Cuando mires las fotografías, piensa y analiza:
   - ¿Qué **ves**?
   - ¿Qué **opinas** sobre eso?
   - ¿Qué **preguntas** te surgen?
   - Compara las imágenes. ¿Cuáles son las **similitudes** y las **diferencias**?

2. Utiliza el mapamundi para ubicar y marcar el país donde vives.
3. Ubica y marca el país donde vive cada uno de estos seis niños.
4. En función de la imagen y el mapa, **compara** y **contrasta** dónde vives tú y dónde viven estos niños, y los alimentos que tú y ellos comen.

Fuente: Rutinas de pensamiento visible del Proyecto Cero de Harvard

© 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Anchal Sahani

Ciudad, país: Bombay, India



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Beryl Oh Jynn

Ciudad, país: Kuala Lumpur, Malasia



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Daria Joy Cullen

Ciudad, estado, país: Pasadena, California, Estados Unidos de América



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Frank Fadel Agbomenou

Ciudad, país: Dakar, Senegal



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Kawakanih Yawalapiti

Región, país: Región superior de Xingu de Mato Grosso, Brasil



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Paolo Mendolaro

Ciudad, región, país: Belpasso, Sicilia, Italia



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution



Fuente del mapa: GettyImages/dikobraziy

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-4. Historias de alimentos



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Inola

Alimento: Filé Gumbo criollo



Imagen del gumbo: iheartrecipes.com



¡Inola está pensando hacer gumbo!

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Filé Gumbo criollo



Descripción general del alimento o plato
¡El gumbo es un guiso de casi todo lo que hay! Comenzamos con un roux (mezcla de harina y mantequilla) y agregamos cebollas verdes, apio, pimientos morrones, ajo, caldo de pollo, camarones, carne de cangrejo, pollo y salchicha andouille. Lo sazonamos con condimentos criollos que mi familia llama "polvo de pantano" y lo servimos muy caliente con arroz.

Breve historia sobre este alimento o plato
El gumbo me trae muchos recuerdos afectuosos. El gumbo del día de Año Nuevo ha sido una tradición en mi familia de Luisiana durante más de 100 años. Todos los años después de Navidad, mi madre solía tomarse un día para cocinar una enorme olla de su clásico Filé Gumbo criollo. Era nuestra primera comida del año nuevo y creíamos que la calidad del gumbo era la señal de un buen o mal año por venir. Por eso, siempre dábamos una mano para hacer que cada gumbo fuera el mejor de todos. Se han agregado nuevos ingredientes a lo largo de las generaciones. Por ejemplo, yo agregué vieiras a mi receta de gumbo. La próxima vez, creo que lo probaré con arroz con coco.

Haz clic aquí para ver cómo se hace el gumbo:
https://www.youtube.com/watch?v=eK4umRMJlrs

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Irina

Alimento: Ensalada Olivier



¡Irina está pensando en comer una ensalada Olivier!



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Ensalada Olivier



Descripción general del alimento o plato

La ensalada Olivier es una de las ensaladas rusas más preferidas y sabrosas. Esta ensalada siempre está presente en las celebraciones de Navidad y Año Nuevo y, generalmente, para cualquier otra celebración. Es similar a la ensalada de papas estadounidenses, pero llegó a un nivel muy exclusivo.

Breve historia sobre este alimento o plato

Las raíces de este plato provienen del comienzo del siglo XVII cuando Pedro el Grande fuera el emperador del Imperio ruso. Fue conocido como una persona que implementó muchas innovaciones y abrió Rusia para que los viajeros extranjeros intercambiaran habilidades y conocimientos. La leyenda cuenta que, una vez, un turista francés que visitaba Rusia se quedó en la casa de unos aldeanos locales, pero no tenía dinero para pagar el alojamiento. Así que hizo un trato con el propietario de que, al final de la estadía, compartiría su receta favorita. Afortunadamente, resultó ser un chef muy talentoso y les dio la receta para esta ensalada. Los lugareños le pusieron su nombre a la ensalada, Olivier. Debido a que los ingredientes eran muy comunes en las granjas locales, como papas, zanahoria y cebolla, esta ensalada ha sido muy popular durante muchos siglos, hasta la actualidad. Ahora, la ensalada Olivier es la reina de las ensaladas y trae alegría y felicidad a millones de personas con su espíritu festivo en las reuniones familiares.

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Ensalada Olivier por Irina

Ingredientes

3 papas grandes
3 zanahorias grandes
3 huevos
2 pepinos encurtidos
2 pepinos ingleses pequeños y frescos
1 cebolla pequeña
1/4 kg (½ libra) de salchicha ahumada
1 lata de guisantes
½ taza de eneldo y perejil frescos (cortado)
3/4 taza de mayonesa
Sal y pimienta a gusto

Método

- Hierve las papas y las zanahorias hasta que estén listas (20 a 25 minutos). Deja enfriar durante 30 minutos y, luego, pélalas.
- Hierve los huevos durante 5 minutos, enfríalos y, luego, pélalos.
- Corta todos los ingredientes en cubos pequeños en un recipiente.
- Agrega sal, pimienta, eneldo, perejil, los guisantes (escurridos) y la mayonesa.
- Mézclalo bien.
- Colócalo en un recipiente para servir y decora con más eneldo y perejil.
- ¡Bon appetit! ☺

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Katherine

Alimento: Enchiladas de pollo con chile verde



Foto: foodfolksandfun.net



¡Katherine y su familia disfrutan de una comida juntos!

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Enchiladas de pollo con chile verde

Descripción general del alimento o plato
Es una mezcla de pollo, cebolla, queso y salsa envuelta en una tortilla de maíz tostada. Las tortillas enrolladas se colocan en una cacerola, cubiertas con más salsa y queso, y se hornean hasta que burbujean y están doradas. La salsa es de chiles verdes, un tipo de pimienta. Mi estado natal es famoso por esta verdura.



Breve historia sobre este alimento o plato
Mis padres crecieron en el medio oeste de Estados Unidos y no tenían mucha comida picante cuando eran niños. Pero una vez que se mudaron a Nuevo México, la comida picante pasó a ser un elemento básico para la familia. Mi mamá lo hace para la víspera de Navidad, para las celebraciones de cumpleaños, cuando vuelvo de visita a casa y cuando traigo amigos que necesitan un poco de apoyo.

Haz clic aquí para ver una receta y aprender a preparar enchiladas:
https://foodfolksandfun.net/green-chile-chicken-enchiladas/

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Kathy

Alimento: Huevos al vapor chinos



Imagen en primer plano de los huevos al vapor



¡Kathy se está preparando para disfrutar de algunos huevos al vapor chinos!

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Huevos al vapor chinos

Descripción general del alimento o plato
Este es un tipo de versión China de crema de huevo, y el sabor es más salado que dulce (al menos en la variedad que prefiero). ¡Es muy fácil de preparar, además de delicioso!

Breve historia sobre este alimento o plato
Mi papá hace los mejores huevos al vapor chinos en el mundo, porque sigue exactamente cada paso. Para él, hacerlo "bien" incluso implica usar cáscaras de huevo para medir el agua. Lo prepara solo algunas veces al año, generalmente, en los cumpleaños y las vacaciones culturales chinas, como el Año Nuevo Lunar y el Festival del Medio Otoño. A medida que crecía, aprendí a hacerlo a su manera y espero que algún día logre su nivel de dominio del plato.

Haz clic aquí para ver una receta y aprender a preparar huevos al vapor chinos:
https://redhousespice.com/chinese-steamed-eggs/

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Katya

Alimento: Macarrones con queso de Winnie the Pooh



Los macarrones con queso de Katya con tocino y tomates



¡Katya está preparando macarrones con queso!

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Macarrones con queso de Winnie the Pooh

Descripción general del alimento o plato
Pasta con salsa de queso.

Breve historia sobre este alimento o plato
Criar a una gran familia de niños bulliciosos con el salario de un profesor de escuela primaria era un desafío para mis padres. ¡La comida tenía que ser barata, fácil de preparar y saciar, y todos la tenían que comer! Los macarrones con queso cumplían todos los requisitos y fue el plato que probablemente comí con más frecuencia mientras crecía. Casi de seguro lo servían para la hora del té los sábados, después de que mi padre nos llevaba a nadar al Halesowen Leisure Center. Primero, mi mamá preparaba una salsa blanca con el método roux (se pronuncia "ru"). Derretía la mantequilla, mezclaba la harina y después le agregaba la leche lentamente para preparar una salsa espesa. Cuando intenté preparar este plato en mi época de estudiante, me di cuenta de que no era tan simple como se veía. Después de verme eliminar los grumos con un colador por enésima vez, mi compañera de departamento me sugirió que usara su libro de cocina de Winnie the Pooh que había tenido desde que era niña. Winnie the Pooh sugiere mezclar primero la harina con la leche y luego verter la mezcla sobre la mantequilla derretida. Con esto se terminaron las salsas grumosas y sigue siendo el método que uso hasta hoy.
En nuestra casa, el queso siempre fue un cheddar fuerte y había en grandes cantidades. A mi mamá también le gustaba poner tomate encima y, si podía comprarlas, lonchas de tocino. Le gustaba gratinar la parte superior del queso de los macarrones hasta que quedaba ennegrecida.
En un día invernal, frío y lluvioso, no hay nada mejor que un plato grande de macarrones con queso y tocino crujiente.

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Macarrones con queso de Winnie the Pooh por Katya

Para 6 personas o 4 niños con gran apetito.

Ingredientes

1 onza (2 cucharadas) de mantequilla (también puedes usar margarina o aceite)
2 cucharadas de harina común o harina de maíz (maicena)
½ pinta británica (aproximadamente 300 ml) de leche
1 paquete o caja de macarrones, aproximadamente 0,5 kg (16 onzas)
½ cucharadita de sal
1/4 kg (½ libra) de queso cheddar (agrega más si te gusta con mucho queso. Créeme, ¡nunca es demasiado queso!).
6 lonchas de tocino ahumado

Método

- Ralla el queso.
- Pon la parrilla a calentar.
- Agrega la harina a la leche. Mezcla con un tenedor hasta que se haya disuelto.
- Pon a hervir una olla grande de agua. Agrega la sal. Cuando el agua esté hirviendo, agrega todo el paquete de macarrones.
- Pon el temporizador en el tiempo indicado en el paquete.
- Derrite la mantequilla a fuego lento. Ten cuidado de que no se queme. Cuando se haya derretido, vierte la mezcla de leche y harina sobre ella. Continúa calentando suavemente mientras revuelves, hasta que la salsa se espese.
- Agrega la mayor parte del queso a la salsa blanca. Reserva una cucharada para rociar sobre el queso de los macarrones. Continúa calentando la salsa hasta que todo el queso se haya disuelto y la salsa esté suave.
- En este punto, los macarrones deberían estar listos. Escúrrelos bien y colócalos en una fuente para hornear de tamaño mediano. Vierte la salsa de queso y mezcla. Espolvorea el resto del queso rallado en la parte superior.
- Corta el tomate y pon las rebanadas sobre el queso de los macarrones.
- Coloca tanto el tocino como el plato debajo del gratinador. Cuando el tocino esté cocido y el queso de los macarrones esté crujiente, retira ambos del gratinador. Agrega el tocino en la parte superior del queso de los macarrones y sirve.

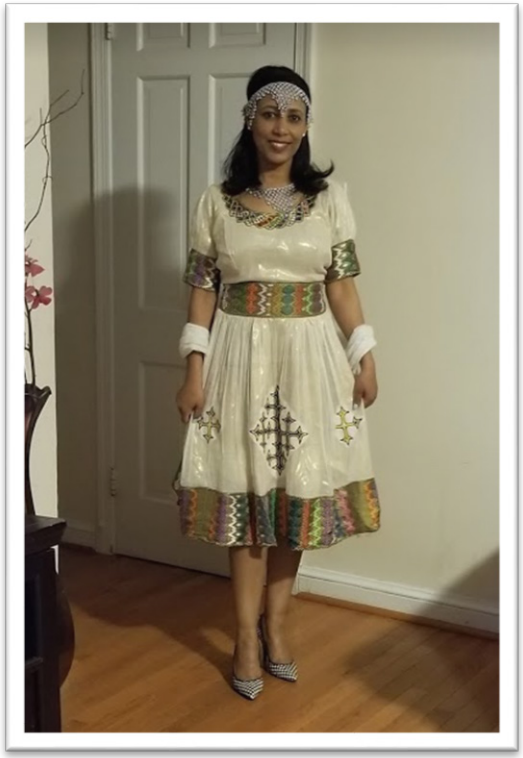
FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Martha

Alimento: Doro Wot



Imagen: http://4.bp.blogspot.com/-FAbTpAIQnHw/UIcfdnke51I/AAAAAAAAACg/EoUifvBOt5Y/s1600/ethopian1.png



¡Martha se está preparando para comer un poco de doro wot!

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Doro Wot



Descripción general del alimento o plato
Doro wot es la comida tradicional más popular de Etiopía. Es un estofado de pollo delicioso, aromático y picante a base de cebolla, que se sirve sobre una injera, un gran pan plano de masa fermentada hecho de harina de teff, junto con otros estofados y verduras tradicionales.

Breve historia sobre este alimento o plato
Para mí, el doro wot tiene un significado especial en mi vida porque es el plato fuerte que se sirve en nuestra familia cuando nos reunimos para las fiestas y ocasiones especiales.

Haz clic aquí para ver cómo se prepara el doro wot:
https://www.cookingchanneltv.com/recipes/doro-wot-ethiopian-national-chicken-dish-2105964#reviewsTop

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Nombre: Sarah

Alimento: Spiedies de pollo



Asando algunos spiedies



¡Sarah está pensando en comer algunos spiedies!

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Spiedies de pollo

Descripción general del alimento o plato
Trozos de pollo asados, marinados en aceite, vinagre y especias italianas.

Breve historia sobre este alimento o plato
Si mi familia se reunía para una barbacoa, a menudo había spiedies de pollo. O mis abuelos los traían de Endicott, Nueva York, EE. UU., o bien los hacíamos nosotros mismos marinándolos durante tres días. Cuando era joven, mis amigos nunca habían oído hablar de los spiedies. El tiempo pasó, y ahora a mis amigos les encantaba comer spiedies en mi casa. No importa cuántos spiedies hagas, nunca son suficientes.

Haz clic aquí para ver una receta y aprender a preparar los spiedies:
https://www.geniuskitchen.com/recipe/lupos-chicken-spiedies-219681

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution



Fuente: GettyImages/dikobraziy

1-5 Crear la identidad del equipo

En las tareas 1-1 y 1-4, hiciste un mapa de tu identidad y creaste una historia alimentaria sobre un alimento que te gusta. Esta es tu identidad personal cuando se trata de alimentos. Como equipo, también tienen una identidad de equipo y tienen conocimientos como grupo. Esta es la identidad de tu equipo. Cada persona puede tener similitudes y diferencias entre las identidades personales y del equipo. Está bien y es normal. Es importante comprender cómo estas similitudes y diferencias entre las identidades personales y del equipo pueden afectar las decisiones que tú o el equipo toman durante la investigación.

Objetivo



En esta tarea, compartirás tu trabajo de las tareas 1-1 y 1-4 para ayudar a crear un mapa de identidad del equipo. Este mapa de identidad del equipo se puede utilizar durante la investigación para ver si alguna parte de sus identidades puede estar afectando las decisiones personales o del equipo.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-5 y toma las instrucciones y preguntas sobre la Construcción de la identidad de equipo. Solo hay una versión de esta tarea.
2. Sigue las instrucciones para jugar la Primera ronda: Identidad de equipo.
3. Observa el ejemplo de Identidad de equipo en la carpeta de la tarea 1-5 para obtener orientación durante ambas rondas.
4. Como equipo, analicen las preguntas de debate de la primera ronda.
5. Sigan las instrucciones para jugar la Segunda ronda: Compartir historias alimentaria del equipo de la tarea 1-4.
6. Después de que todos hayan compartido su historia alimentaria, pónganse de pie como equipo. Manténganse así en toda la secuencia.
7. Como equipo, analicen las preguntas de debate de la segunda ronda.
8. Hablen sobre el objetivo de crear una identidad como equipo para ayudar a construir relaciones y romper estereotipos antes de comenzar su investigación.
   - ¿Por qué es importante permitir que todos compartan sus ideas e historias?
   - ¿Por qué debemos ser considerados con las ideas de todos en un equipo?

Consejo de investigación

El equipo utilizará este mapa de identidad de equipo en futuras tareas. Guárdenlo en un lugar seguro para que el equipo pueda acceder a este fácilmente después.

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-5. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 1-6!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-5. Crear la identidad del equipo

Materiales
Una bola grande de lana, hilo, cuerda o sedal
Papel
Bolígrafo, lápiz o marcador

1. Reúne a los estudiantes en un círculo, sentados en el piso o en sillas.
2. Sostén una bola grande de lana, hilo, cuerda o sedal.
3. Tú jugarás dos rondas.

Primera ronda: Identidad del equipo

Recuérdale al equipo las siguientes normas.

- Reconocer los beneficios de escuchar un rango de perspectivas y puntos de vista diferentes.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las propias.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para hacer cambios positivos.
- Utilizar habilidades de escucha activa.
    - Ponerse de frente a la persona que habla.
    - Mirarla a los ojos.
    - Estar atento.

1. Comienza por escribir la palabra **EQUIPO** en la pizarra o en una hoja de papel grande. ¡Enciérralo en un círculo!
2. El líder del equipo comenzará compartiendo lo que marcó con un círculo sobre su identidad en la tarea 1-1.
3. También compartirán por qué este aspecto influye más que los demás.
4. El líder del equipo agregará este aspecto de su identidad en torno a la palabra **EQUIPO** en el mapa de identidad del equipo.
5. A continuación, el líder del equipo hará rodar o pasará la bola de lana, hilo o cuerda a otro miembro del equipo, sin soltar el extremo del hilo.
6. El miembro del equipo que reciba la bola de hilo dice su nombre y comparte una cosa que haya marcado con un círculo sobre su identidad en la tarea 1-1.
7. También comparte por qué este aspecto influye más que otros.
8. El equipo agregará este aspecto al mapa de identidad del equipo.
9. Luego, el miembro del equipo que acaba de compartir sujetará el hilo en el lugar donde lo capturó y hará rodar la bola de lana, hilo o cuerda hasta otro miembro del equipo sin soltarlo.
10. Esto se repite hasta que todos los miembros del equipo hayan compartido y agregado un aspecto al mapa de identidad del equipo.
11. El equipo debería haber creado una telaraña gigante.
12. Sostén la cuerda para la segunda ronda.

© 2019 Smithsonian Institution

Recuérdale al equipo que ahora participarán en un análisis. Cuando participamos en cualquier tipo de análisis significativo como equipo, debemos respetar a nuestro equipo. Utiliza estas frases de inicio de conversación significativas en tu análisis para respetar a los demás miembros del equipo.

- Estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- Me gustaría volver a lo que _____ dijo acerca de _____. . .
- Me gustaría agregar _____
- Me di cuenta de que _____. . .
- Otro ejemplo es _____. . .
- Entonces, lo que estás diciendo es _____. . .

Preguntas de análisis de la primera ronda (mientras sostienen la cadena)

- Cuando una persona tira de la cuerda, ¿las otras personas lo sienten?
- ¿Cómo se relaciona la telaraña de cuerda con la idea del trabajo en equipo?
- Compara y contrasta tu mapa de identidad personal con el mapa del equipo.
- ¿Por qué es importante comprender la identidad de las otras personas de tu equipo?

Segunda ronda: Historias de alimentos del equipo

Continúa sosteniendo la cuerda o el hilo. La segunda ronda sigue las mismas normas que la primera ronda, pero ahora nos concentraremos en compartir tu historia alimentaria personal sobre un alimento de la tarea 1-4.

1. Comienza la segunda ronda; pide al líder del equipo que comparta su historia personal de alimentos de la tarea 1-4.
2. Coloca cada historia sobre o alrededor del mapa de identidad del equipo. Otra opción es hacer una pared de historias de alimentos del equipo en el espacio donde están trabajando para colgar o mostrar todas las historias escritas por el equipo.
3. Repite hasta que todos los miembros del equipo hayan compartido su historia de alimentos y la hayan agregado al mapa de identidad del equipo.
4. Dale tiempo al equipo para que vean todas las historias y aprendan más acerca de los diferentes miembros del equipo.

Preguntas de análisis de la segunda ronda

- Si algunos miembros del equipo dejaron caer la cuerda, ¿qué efecto tiene en la fuerza de la telaraña?
- Compara y contrasta tu mapa de identidad personal y tu historia de alimentos con las historias de alimentos del equipo.
- ¿Por qué es importante comprender todo lo que el equipo sabe y piensa acerca de los alimentos antes de comenzar nuestra investigación?

Volver a la Guía de investigación ahora

© 2019 Smithsonian Institution

1-6

Definir el problema de investigación

Ahora comprendes de mejor manera los pensamientos, tanto los tuyos como los de tu equipo, sobre los alimentos y la identidad. Esa información será útil a medida que comiences a definir el problema alimentario en tu comunidad local. Así que mantén esos mapas de identidad seguros para ocuparlos después.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se reunirá con algunos investigadores que estudian los problemas alimentarios y de nutrición para aprender más sobre las distintas partes del problema. Estos investigadores le darán al equipo algunas ideas sobre las cosas que deberían considerar cuando se realiza una investigación en la comunidad local.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-6 para obtener instrucciones adicionales, textos y datos de los objetivos de desarrollo sostenible de las Naciones Unidas. Solo hay una versión de esta tarea, pero hay muchos recursos distintos para hacerla. Escoge las que se adapten mejor a ti.
2. Mira los videos si es que puedes. No te preocupes si no puedes hacerlo.
3. Como equipo, lean juntos la introducción del problema.
4. Durante la lectura, encierra en un círculo o subraya todas las palabras que no comprendas. No te preocupes, hay muchas palabras difíciles en la ciencia.
5. Como equipo, hagan una lista de todas las palabras que encerraron en un círculo o subrayaron para que puedan comenzar a ayudarse mutuamente a comprenderlas mejor.
6. Hagan un plan sobre cómo podrían obtener más información sobre lo que significan estas palabras. ¿Dónde pueden buscar o a quién se le puede pedir más información sobre estas palabras?
7. Vayan hacia atrás e identifiquen una parte destacada de la lectura. Compartan estas partes destacadas como equipo.
8. Como equipo, sigan las instrucciones para analizar el Índice de objetivos de desarrollo sostenible y el Informe del panel de las Naciones Unidas.
9. Piensen y analicen cómo esta información podría ser útil para el equipo
10. Sigan las instrucciones para la sección Preguntar al equipo: Rompecabezas, parte uno.

© 2019 Smithsonian Institution

1-6

11. Pídele a cada grupo que presente su investigador al equipo y que incluya lo siguiente:



- Nombre, cargo, organización
- Lo más interesante de su mapa de identidad
- Una parte destacada de cada una de las tres preguntas
    - o ¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto en animales como en humanos?
    - o Proporciona una breve descripción de tu trabajo en relación con los alimentos y la nutrición.
    - o ¿Cuánto falta por saber acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?
    - o ¿Cómo te interesaste en tu trabajo?

12. Haz una lista de las partes destacadas de todos los grupos.
13. Sigan las instrucciones para la sección Preguntar al equipo: Rompecabezas, parte dos.



14. Pídele a cada grupo que presente su investigador al equipo y que incluya lo siguiente:
    - Una parte destacada de cada perspectiva (ética, económica, social, ambiental)
    - Una parte destacada de por qué es importante considerar perspectivas cuando se toman decisiones sobre este problema
15. Haz una lista de las partes destacadas de todos los grupos
    Para ayudar a la comunidad local, tu equipo deberá crear un sitio de investigación y desarrollar una variedad de sugerencias para soluciones a esta pregunta:

¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

Recuerda: la investigación no siempre es fácil. No hay una respuesta correcta.

Hay muchas soluciones posibles. Por lo tanto, es posible que te confundas. Es posible que te frustres. Es posible que las cosas no siempre funcionen de la manera en la que lo pensaste.

Es normal. Todo lo que puedes hacer es volver a intentarlo, comenzar de nuevo, hacer una pregunta diferente, hablar con otra persona o crear un nuevo camino.

Recuerda: hay muchas preguntas que se deben considerar. Hay muchas decisiones que tomar. Hay muchas soluciones posibles.

Pero solo hay una pregunta sobre el problema:

¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-6. Definir el problema de investigación

Videos de introducción al problema

Si el equipo puede mirar un video, comienza con uno de estos videos. No te preocupes si no pueden ver los videos. Puedes ir directamente a la lectura a continuación.

Desnutrición y hambre mundial: Una guía para los problemas globales:

https://youtu.be/FWB7G7OzpZw

Obesidad: no es solo un problema del mundo adinerado

https://youtu.be/ueiXAUKro3M

¿Por qué necesitamos cambiar nuestro sistema alimentario?

https://youtu.be/VcL3BQeteCc

Lectura de introducción al problema

La comida es parte de la vida de todas las personas del planeta. Proporciona la energía y los nutrientes que necesitas para levantarte por la mañana. Es esencial para un crecimiento saludable. A lo largo de tu vida, es esencial para mejorar tu bienestar y felicidad. A medida que creces, es esencial reducir las posibilidades de desarrollar muchos problemas y enfermedades. Es esencial para la supervivencia.

Lamentablemente, en muchos lugares, tener acceso a la comida es un gran desafío. En otros lugares, las personas tienen un fácil acceso a la comida, pero las opciones que eligen no son saludables. El sobrepeso y la obesidad en adultos se encuentran en niveles récord: el 38,9 % de los adultos tiene sobrepeso u obesidad, se extiende desde África a Norteamérica y está aumentando en los adolescentes. Por otra parte, cada año nacen 20 millones de bebés con bajo peso. Y los niños menores de cinco años se enfrentan a múltiples cargas nutricionales. Estos problemas comúnmente son causados por desnutrición.

Las mujeres tienen una carga más alta que los hombres cuando se trata de ciertas formas de desnutrición: un tercio de todas las mujeres en edad reproductiva tiene anemia, y las mujeres tienen una mayor prevalencia de obesidad que los hombres. Sin embargo, millones de mujeres aún están por debajo del peso apropiado.

Desnutrición significa una falta de nutrición adecuada. La desnutrición puede deberse a muchas cosas diferentes. Puede deberse a que no hay cantidad suficiente de alimentos. Puede deberse a que no se come suficiente cantidad de alimentos correctos. Puede deberse a que no se pueden asimilar los alimentos que se comen. Puede deberse a que se come demasiada comida. También puede deberse a que solo se consumen alimentos que no son saludables. La desnutrición se presenta en muchas formas en diferentes partes del mundo. Las causas de la desnutrición también se presentan en muchas formas

© 2018 Smithsonian Institution

en todo el mundo. Esto significa que las soluciones para abordar este problema también se presentarán de muchas formas en todo el mundo.

Sabemos que la desnutrición es un problema universal que impide el desarrollo, con consecuencias inaceptables para los seres humanos. Sin embargo, la oportunidad de erradicar la desnutrición nunca ha sido tan grande. Las mujeres tienen una carga más alta que los hombres cuando se trata de ciertas formas de desnutrición: un tercio de todas las mujeres en edad reproductiva tiene anemia y las mujeres tienen una mayor prevalencia de obesidad que los hombres. Millones de mujeres siguen teniendo un peso insuficiente. Sin embargo, se están tomando medidas importantes para abordar este problema. A nivel mundial, el retraso del crecimiento entre los niños han disminuido y ha habido una ligera disminución en el número de mujeres que están por debajo del peso apropiado. Muchos países se han propuesto lograr al menos uno de los objetivos establecidos por los Objetivos de Desarrollo Sostenible (SDG, por sus siglas en inglés) de las Naciones Unidas sobre el hambre y la buena salud (objetivos 2 y 3).

El nivel de conocimiento sobre lo que se necesita para lograr resultados nunca ha sido tan grande. El incremento de los datos nos permiten avanzar en nuestra comprensión de la naturaleza de la carga de desnutrición en todas sus formas y causas, lo que guía e inspira la acción para mejorar nuestra capacidad a fin de hacer un seguimiento del progreso. Es urgente que aprovechemos esta ventana de oportunidad para encaminarnos correctamente hacia el objetivo del SDG de erradicar la desnutrición en todas sus formas para el año 2030.

Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas: Informes de índice y paneles

Los SDG son 17 objetivos para lograr un futuro mejor y más sostenible para todos. Abordan los desafíos globales que enfrentamos, incluidos aquellos relacionados con la pobreza, la desigualdad, el clima, la degradación ambiental, la prosperidad, la paz y la justicia. Los objetivos están interconectados y, para asegurarnos de no dejar a nadie atrás, es importante que logremos todos los objetivos para el año 2030.

Obtén más información acerca de los 17 SDG aquí: https://sustainabledevelopment.un.org/sdgs

Todos los objetivos son importantes y se deben abordar. Sin embargo, cuando se piensa en alimentos y nutrición, es especialmente importante conocer los SDG 2 y 3.

SDG 2: Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible.

https://sustainabledevelopment.un.org/sdg2

SDG l 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.

https://sustainabledevelopment.un.org/sdg3

Cada año, los informes de índice y paneles de los SDG presentan una evaluación revisada y actualizada del progreso de los países en el logro de los SDG. Es útil cuando se definen los problemas alimentarios y de nutrición en tu comunidad local para comprender dónde se encuentra actualmente tu país y tu región del mundo acerca de estos problemas.

© 2018 Smithsonian Institution

1. Ubica las clasificaciones de los informes de índice y paneles de los SDG en la carpeta de recursos de tareas (estos datos utilizan cuadros de colores para ilustrar los datos) o accede a la versión digital interactiva en línea: https://dashboards.sdgindex.org/#/
2. Determina la clasificación y puntuación actuales de tu país en el índice SDG.
    a. La puntuación del índice SDG quiere decir la posición de un país entre los peores (0) y los mejores resultados u objetivos (100). Por ejemplo, el puntaje del índice general de Suecia (85) sugiere que el país está, en promedio, en un 85 % del camino hacia el mejor resultado posible en los 17 SDG.
    b. Compara la clasificación de tu país con los países de los seis niños en las imágenes de la tarea 1-4:
        - Anchal Sahani, India
        - Beryl Oh Jynn, Malaysia
        - Daria Joy Cullen, Estados Unidos de América
        - Frank Fadel Agbomenou, Senegal
        - Kawakanih Yawalapiti, Brasil
        - Paolo Mendolaro, Italia
3. Ubica el panel de tu región y tu país.
4. Ubica los objetivos 2 y 3.
5. Determina la calificación de color general de tu país para los objetivos 2 y 3.
6. Utiliza la escala para determinar lo que indica la clasificación de colores para cada objetivo.
    - Verde = Objetivo de SDG alcanzado
    - Amarillo = Aún quedan desafíos para lograr este objetivo
    - Naranja = Aún quedan desafíos significativos para lograr este objetivo
    - Rojo = Quedan grandes desafíos para lograr este objetivo
    - Gris = Información no disponible para la clasificación
7. ¿Cómo se compara tu país con la calificación general de los otros países de tu región respecto a los objetivos 2 y 3?
8. Compara y contrasta las calificaciones de tu país con los países de los seis niños de la tarea 1-4.
    - Anchal Sahani, India
    - Beryl Oh Jynn, Malaysia
    - Daria Joy Cullen, Estados Unidos de América
    - Frank Fadel Agbomenou, Senegal
    - Kawakanih Yawalapiti, Brasil
    - Paolo Mendolaro, Italia
9. Ubica el panel de tendencias de los SDG para tu región. (Estos datos utilizan flechas de colores para ilustrar los datos de tendencias).
10. Ubica tu país y los objetivos 2 y 3.
11. Determina la flecha de tendencia de tu país (color y dirección) para los objetivos 2 y 3.
12. Utiliza la escala a continuación para determinar lo que indica la clasificación de colores para cada objetivo. Dos puntos grises (• •) quiere decir que no había información disponible para hacer una clasificación de tendencias.

© 2018 Smithsonian Institution



Decreciente

Puntuación decreciente, es decir, el país se está moviendo en la dirección incorrecta.



Estancado

La puntuación permanece estancada o aumenta a una tasa inferior al 50 % de la tasa de crecimiento necesaria para alcanzar el SDG para el 2030.



Aumenta moderadamente

La puntuación aumenta a una tasa superior al 50 % de la tasa de crecimiento requerida, pero por debajo de la tasa necesaria para alcanzar el SDG para el 2030.



Bien encaminado

La puntuación aumenta a la tasa necesaria para lograr el SDG en el 2030.



Mantiene el logro del SDG

El puntaje está nivelado y la tendencia se mantiene o está por encima del logro del SDG.

13. ¿Cómo se compara la tendencia de tu país para el objetivo 2 y 3 con respecto a la de otros países de tu región?
14. ¿Cómo se comparan las tendencias para los objetivos 2 y 3 en tu país con respecto a las tendencias en los países de los seis niños de la tarea 1-4?

    - Anchal Sahani, India
    - Beryl Oh Jynn, Malaysia
    - Daria Joy Cullen, Estados Unidos de América
    - Frank Fadel Agbomenou, Senegal
    - Kawakanih Yawalapiti, Brasil
    - Paolo Mendolaro, Italia

15. Ubica el perfil en profundidad de tu país en el documento de la carpeta de tareas.
16. Este documento tiene un análisis más detallado de cada objetivo para tu país. Esto incluye el desempeño por indicadores para cada objetivo.
17. Determina la calificación y la tendencia para cada uno de estos indicadores bajo los objetivos 2 y 3 para tu país. (Recuerda usar la escala de clasificación de colores del paso 6 para la puntuación de la calificación y la escala de clasificación de tendencias del paso 12 para el análisis de tendencias).

    SDG 2: Hambre cero

    - Prevalencia de la desnutrición (% de la población)
    - Prevalencia del retraso del crecimiento (baja estatura para la edad) en niños menores de cinco años (%)
    - Prevalencia de emaciación (bajo peso para la estatura) en niños menores de cinco años (%)
    - Prevalencia de la obesidad

© 2018 Smithsonian Institution

SDG 3: Buena salud y bienestar

- Tasa de mortalidad, menores de cinco años (por cada 1000 nacidos vivos)
- Esperanza de vida saludable al nacer (años)
- Bienestar subjetivo

18. Identifica dos o tres países en tu región para examinar sus perfiles de país en profundidad y estos indicadores específicos. ¿Cómo se comparan y contrastan las tendencias de estos indicadores específicos en tu país con respecto a otros países de tu región?
19. Compara y contrasta los indicadores de tu país para los objetivos 2 y 3 con respecto a los países de los seis niños de la Tarea 1-4.
    - Anchal Sahani, India
    - Beryl Oh Jynn, Malaysia
    - Daria Joy Cullen, Estados Unidos de América
    - Frank Fadel Agbomenou, Senegal
    - Kawakanih Yawalapiti, Brasil
    - Paolo Mendolaro, Italia
20. ¿Cómo podrían ser útiles todos estos datos si se consideran los problemas relacionados con la comida en tu comunidad, tu país y el mundo en el futuro?

© 2018 Smithsonian Institution

Conoce a los investigadores: Instrucciones para la parte uno del rompecabezas

Hay muchas personas interesadas en estudiar y aprender más acerca de los alimentos y los problemas relacionados con los seres humanos en todo el mundo y los objetivos de desarrollo sostenible. Conozcamos a algunas de estas personas para aprender más sobre los alimentos y la nutrición. A medida que conoces a cada persona, piensa en cómo podrías utilizar esta información para ayudar a resolver los problemas relacionados con los alimentos en tu propia comunidad.

1. Divide al equipo en grupos.
2. Asigna a cada grupo uno de los perfiles de los miembros del equipo de la lectura Conoce al equipo.
3. Cada grupo es responsable de leer sobre una persona.
4. Durante la lectura, completa lo siguiente en cada grupo.
    a. Cada miembro del grupo lee la primera página de preguntas y respuestas de su investigador para ellos mismos.
    b. (Opcional) Un miembro del grupo lee toda el texto en voz alta para el resto del grupo.
    c. Cada miembro del grupo regresa e identifica una parte destacada de cada sección de la primera página.
        - En el mapa de identidad del investigador, identifica lo que consideres lo más interesante.
        - ¿Por qué es tan importante que las personas entiendan el problema de los alimentos?
        - Describe brevemente el trabajo del investigador en relación con los alimentos.
        - ¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos o la nutrición?
        - ¿Cómo se interesó esta persona en su trabajo?
    d. Encierra en un círculo o coloca una nota adhesiva sobre lo que cada miembro del grupo piensa que es la parte más importante de la lectura.
    e. En tu grupo, pídele a cada persona que comparta con el grupo las partes que consideraron destacadas, por qué las seleccionaron y lo que identificaron en el mapa de identidad del investigador.
    f. Como grupo, resume las partes destacadas de tu grupo y sus ideas sobre el mapa de identidad.
    g. Asegúrate de que cada miembro del grupo esté listo para compartir sus VIP con el resto del equipo.

© 2018 Smithsonian Institution

Conoce a los investigadores: Instrucciones para la parte dos del rompecabezas

1. Cada grupo lee la segunda página sobre su investigador.
2. Durante la lectura, completa lo siguiente en cada grupo.
    a. Cada miembro del equipo lee la segunda página sobre su investigador para ellos mismos.
    b. (Opcional) Un miembro del grupo lee toda el texto en voz alta para el resto del grupo.
    c. Cada miembro del grupo regresa e identifica una parte destacada de cada sección de la segunda página.
        - Identifica una parte destacada de cada perspectiva (ética, económica, social, medioambiental).
        - ¿Por qué es importante considerar diversas perspectivas cuando se toman decisiones sobre la pregunta del problema? ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?
    d. Encierra en un círculo o coloca una nota adhesiva sobre lo que cada miembro del grupo piensa que es la parte más importante de la lectura.
    e. En tu grupo, haz que cada persona comparta con el grupo las partes destacadas y por qué las seleccionaron.
    f. Como grupo, resume las partes destacadas de tu grupo y sus ideas sobre las cuatro perspectivas.
    g. Asegúrate de que cada miembro del grupo esté listo para compartir sus VIP con el resto del equipo.

Volver a la Guía de investigación ahora

© 2018 Smithsonian Institution



FOOD! Tarea 1-6. Definir el problema

SABRINA, la CURADORA

DEPARTAMENTO DE ANTROPOLOGÍA

Organización:
Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto para los animales como para los seres humanos?

Debemos comprender la nutrición en los animales y los seres humanos porque la salud animal y la salud humana están conectadas. Compartimos algunas de las mismas enfermedades, y compartimos cada vez más los mismos entornos. Los animales son necesarios para conservar los ecosistemas saludables de los que dependemos para la comida, el agua y otros recursos esenciales para la nutrición y la salud. Algunos animales son comida para nosotros y, si nuestra comida no es saludable, tampoco nosotros lo seremos (somos lo que comemos).

Describe brevemente tu trabajo relacionado con los alimentos y la nutrición.

Me interesa saber sobre los cambios que se han producido en la salud debido modificaciones en nuestra dieta y nutrición a lo largo de nuestra historia, a medida que interactuamos y cambiamos nuestro medioambiente. Esa información nos ayuda a comprender los desafíos que se presentan para nuestra salud en el mundo actual que cambia rápida y constantemente. Estoy particularmente interesada en los efectos sobre la salud de la contaminación y otros elementos dañinos que pueden estar en nuestros alimentos, agua y aire, y en cómo varían a través del tiempo y el espacio.

¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?

Aún no sabemos mucho acerca de la manera en que la nutrición ha afectado y ha sido afectada por la genética. Los cambios nutricionales y dietéticos desempeñaron un papel importante en la evolución humana y ahora, con nuevos avances en la antigua genómica, podemos investigar dónde y cuándo surgieron diferentes adaptaciones y qué significan para la salud humana en el mundo moderno.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Qué hay en el mapa de identidad de Sabrina?

MUJER.

HERMANA.

HABLA INGLÉS Y FRANCÉS.

MÚSICA.

LIBROS ANTIGUOS.

ARTE ABSTRACTO.

PELÍCULAS DE TERROR.

TOCA GUITARRA.

RESUELVE CRUCIGRAMAS.

PILATES.

ALTA.

OJOS VERDES.

CURIOSA.

ENÉRGICA.

MENTE ABIERTA.

¡Compáralo con el tuyo!

¿Cómo te interesaste en tu trabajo?

Comencé a interesarme en la nutrición a través de mis estudios y trabajo como antropóloga biológica. Toda la historia humana se trata de la comida. Nuestra dieta, la forma en que adquirimos y preparamos los alimentos, ha dado forma a nuestra anatomía, nuestro comportamiento y nuestra expansión como especie, y continúa cambiándonos incluso hoy. Cuando hablamos de "nutrición", nos referimos a comer alimentos saludables, alimentos que nos ayudan a desarrollarnos, crecer, funcionar y sentirnos bien. Se pueden encontrar muchas pistas en los huesos sobre el tipo y la cantidad de alimentos que un individuo comía, especialmente durante la infancia (etapa en la cual el esqueleto crece rápidamente y necesita alimentos nutritivos para que los huesos sean lo más grande y fuerte posible). Mi investigación se enfoca en lo que los huesos y los dientes nos pueden contar sobre la salud de las personas y su medio ambiente, especialmente en el pasado antiguo.



© 2019 Smithsonian Institution

¿Por qué es importante analizar los problemas alimentarios o de nutrición desde diferentes perspectivas?

Ética

Debemos considerar las partes éticas del problema alimentario. "Ética" significa la ecuanimidad en algo. Muchas personas no tienen acceso a alimentos nutritivos como frutas y verduras frescas debido a la falta de acceso o a los medios para adquirirlos, lo cual no es justo.

Económica

Debemos considerar las partes económicas del problema. Lo "económico" se refiere al dinero, los ingresos y el uso de la riqueza. Muchos alimentos naturales que contienen nutrientes esenciales son más costosos que los alimentos procesados con poco valor nutricional, lo que hace que una buena nutrición sea un privilegio que no todos puedan costear.

Social

Es importante considerar la parte social del problema. "Social" se refiere a la interacción de las personas en una comunidad. Preparar comida es algo que las personas suelen hacer para los demás más que para ellas mismas. Es una forma importante de comprender y decidir qué alimentos comes, y hacer que tu vida social sea un factor en tu salud nutricional.

Medioambiental

Es importante comprender las partes medioambientales del problema. "Medioambiente" se refiere al mundo natural. También se refiere al impacto humano en el mundo natural. Algunos de nuestros alimentos se están volviendo menos nutritivos debido a los cambios en el medioambiente, como el suelo en el que crecen las plantas.

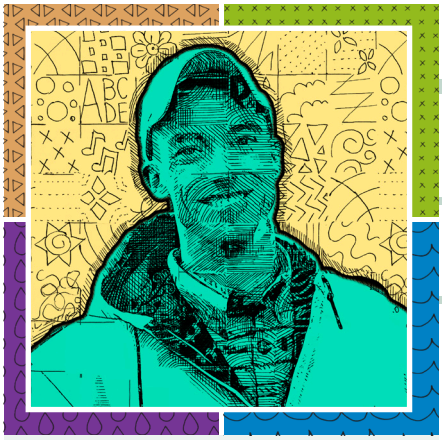
¿Por qué es importante considerar un problema desde diversas perspectivas (ética, económica, social, medioambiental) cuando se toman decisiones y se desarrollan soluciones para los problemas?

Las distintas perspectivas destacarán las diferentes partes de un problema y enfatizarán las soluciones específicas, por lo que si consideran tantas perspectivas como sea posible, tendrás una mejor visión del panorama completo.





© 2019 Smithsonian Institution



Organización:
Instituto de Biología y Conservación y Zoológico Nacional del Smithsonian

FOOD! Tarea 1-6 Definir el problema

MIKE, el NUTRICIONISTA DEL ZOOLÓGICO

JEFE DEL DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN

¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto para los animales como para los seres humanos?

Los animales y los seres humanos funcionan con los nutrientes y la energía que toman desde el exterior de sus cuerpos. A corto plazo, los nutrientes y la energía se pueden utilizar desde el interior del cuerpo, pero no es una solución a largo plazo. La selección adecuada de los alimentos que consumimos permite el funcionamiento óptimo del cuerpo. Como seres humanos, tenemos el conocimiento para seleccionar los alimentos adecuados (el acceso es un tema completamente distinto). En el caso de los animales, los que se mueven libremente recolectan alimentos de forma óptima para satisfacer sus necesidades. Por otra parte, los que se encuentran en zoológicos o en entornos administrados viven en entornos en los que no han evolucionado y, por lo tanto, no pueden tomar decisiones adecuadas, teniendo en cuenta los elementos que se les pueden ofrecer. Como nutricionista, mi función es diseñar dietas adecuadas para satisfacer las necesidades nutricionales y energéticas de los animales que reciben nuestro cuidado, porque ellos no pueden hacerlo.

Describe brevemente tu trabajo relacionado con los alimentos y la nutrición.

Superviso la provisión de nutrición de todos los animales en los dos establecimientos de animales vivos del Smithsonian (Zoológico y SCBI). Esto significa que nos enfocamos en la provisión real de la dieta a través del funcionamiento del almacén de víveres (donde se almacenan los alimentos y se preparan y entregan las dietas). El almacén de víveres sirve como un vínculo entre nuestro programa de nutrición clínica (formulación y equilibrio de la dieta real) y los animales. El almacén de víveres hace que las dietas que diseñamos se vuelvan realidad. A medida que formulamos las dietas, si descubrimos que falta información, podemos consultar la bibliografía revisada por colegas en busca de respuestas. Si no encontramos ninguna, podemos usar nuestros laboratorios de nutrición en el zoológico como ayuda. Los laboratorios cuentan con equipos para determinar la energía, la materia seca, la grasa, las proteínas, las porciones de fibra y los minerales de las muestras, que es información esencial para formular las dietas. El aprendizaje es una parte natural de nuestros trabajos, por lo que también incluimos la enseñanza y el intercambio como parte de nuestro rol. Tenemos la oportunidad de enseñar a los estudiantes que se interesan en la nutrición, desde la escuela primaria hasta la escuela de posgrado y la de formación profesional. Contamos con uno de los pocos programas de nutrición para zoológicos en el mundo realmente integral.

¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?

No lo sabemos. En serio, cada animal aún guarda secretos sobre su historia natural básica, ni hablar de lo que sabemos de su fisiología y comportamiento. Aún queda mucho por aprender.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Qué hay en el mapa de identidad de Mike?

HIJO MENOR.

TROTAMUNDOS.

CATÓLICO.

CAUCÁSICO.

CRIANZA RURAL.

POLACO-IRLANDÉS.

CIENTÍFICO.

AMANTE DE LA VIDA SILVESTRE.

NUTRICIONISTA.

BIÓLOGO DE VIDA SILVESTRE.

ESTUDIANTE DE POR VIDA.

GRADUADO DE VIRGINIA TECH Y MINNESOTA.

LA CAPACIDAD ES RIQUEZA.

ORGANIZADO.

BICICLETA.

ESCALADA.

SENDERISMO.

CORRE.

CAZA.

PESCA.

¡Compáralo con el tuyo!

¿Cómo te interesaste en tu trabajo?

Crecí recorriendo bosques, campos y arroyos, aprendiendo sobre la naturaleza mediante el senderismo, la observación de aves, la pesca y la caza. Como estudiante universitario, me especialicé en ciencias forestales y vida silvestre, lo cual fue una evolución natural para mí. Sin embargo, durante ese tiempo, comencé a trabajar con estudiantes de pregrado y posgrado en los departamentos de ciencia animal y láctea, donde aprendí sobre la fisiología y la nutrición de los animales domésticos, principalmente a través de la participación en proyectos de investigación. Cuanto más aprendía en la granja y en el laboratorio, más me interesaba aplicar ese conocimiento nutricional de los animales domésticos a lo que conocía de la administración de la vida silvestre y el hábitat. Simplemente no había una manera fácil.

Fui a la escuela de posgrado en nutrición láctea y me encontré con un profesor de hacía mucho tiempo que había estado realizando investigaciones sobre hábitat, lobos y alces en la Isla Royale en Michigan. Se convirtió en el jefe de mi comité de posgrado y mi interés creció aún más en aplicar los conocimientos sobre nutrición de animales domésticos a la vida silvestre. Después de completar la escuela de posgrado, tuve la suerte de ser seleccionado como residente de nutrición del zoológico en Brookfield Zoo, cerca de Chicago (la única residencia en nutrición del zoológico en el mundo en ese momento). Eso fue hace más de 20 años atrás y he sido lo suficientemente afortunado de poder trabajar con zoológicos, acuarios y parques de vida silvestre en todo el mundo desde entonces, aplicando lo que sabemos sobre la nutrición animal en cada taxón conocido.



© 2019 Smithsonian Institution

¿Por qué es importante analizar los problemas alimentarios o de nutrición desde diferentes perspectivas?

Ética

Debemos considerar las partes éticas del problema alimentario. "Ética" significa la ecuanimidad en algo. Tomar la decisión de mantener a cualquier animal en un zoológico significa que tienes la responsabilidad de cuidar de manera adecuada a ese animal durante toda su vida. Proporcionar una nutrición adecuada es uno de los principales aspectos de la cría de animales y, como nutricionistas, nuestro papel es determinar y proporcionar las mejores dietas a todos los animales a nuestro cuidado.

Económica

Debemos considerar las partes económicas del problema. Lo "económico" se refiere al dinero, los ingresos y el uso de la riqueza. Gastamos la mayor parte del dinero del zoológico alimentando a los animales y nos esforzamos por hacerlo de una manera responsable y práctica. El proceso de formulación y preparación de la dieta se realiza teniendo en cuenta todos los aspectos de los recursos sostenibles, y uno de los más importantes es el recurso financiero, sin el cual no podríamos salvar especies.

Social

Es importante considerar la parte social del problema. "Social" se refiere a la interacción de las personas en una comunidad. Como seres humanos, nos damos cuenta de que los alimentos suelen ser un mecanismo de interacción social (a menudo nos reunimos con otros en las comidas). Como gerentes de animales, los alimentos son una de las principales maneras en que hacemos posible las relaciones con los animales. La preparación y la provisión de alimentos es el epítome del cuidado de un animal (o, como decimos, la comida es amor). Esto causa tantos desafíos como los que resuelve, pero es bastante universal.

Medioambiental

Es importante comprender las partes medioambientales del problema. "Medioambiente" se refiere al mundo natural. También se refiere al impacto humano en el mundo natural. Parte de nuestra responsabilidad es proporcionar bambú, pastura y heno a nuestros animales. Por ese motivo, somos activos gerentes de hábitat o medioambiente. Nuestro objetivo es administrar estos hábitats de manera tan sostenible como podamos, no solo para la producción continua de los alimentos que necesitamos, sino también por el valor inherente del ecosistema en sí.

¿Por qué es importante considerar un problema desde diversas perspectivas (ética, económica, social, medioambiental) cuando se toman decisiones y se desarrollan soluciones para los problemas?

Podemos decir que salvamos especies, pero el mecanismo mediante el cual eso ocurre es a través de la administración responsable, reflexiva y práctica de recursos. La definición de "recurso" también ayuda a describir las múltiples perspectivas con las que abordamos la administración. Los recursos para nosotros incluyen espacio, mano de obra, tiempo, dinero, equipo, infraestructura, genes, alimentos, experiencia, terreno, exposiciones, personal, gametos y muchas otras cosas. Dado esos puntos de vista, cada decisión que enfrentamos, por simple que parezca, es una decisión compleja.

© 2019 Smithsonian Institution



FOOD! Tarea 1-6 Definir el problema

ANDREA, la ANTROPÓLOGA

BECARIA DEL POSDOCTORADO PETER S. BUCK

Organización:
Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto para los animales como para los seres humanos?

La comida es una variable básica, pero compleja, en la trama de la vida. La comida nos conecta, desde la caza hasta el plato, entre nosotros y con el mundo que nos rodea. Es importante que las personas comprendan su relación con los alimentos para que ellos y sus comunidades puedan mantenerse saludables. Debido a que todos estamos interconectados, la salud de la comunidad que cultiva los alimentos y la salud de las personas que los comen no es tan diferente.

Describe brevemente tu trabajo relacionado con los alimentos y la nutrición.

Uso la evidencia que queda en nuestros huesos y dientes, y en los huesos y dientes de los animales, para comprender si una persona era nutricionalmente saludable. Lo que más me interesa son los patrones de salud de los animales que vivían en estado salvaje y de aquellos que vivían en un lugar administrado por humanos. En los zoológicos o las reservas naturales, los animales son alimentados por humanos. Esta práctica se denomina aprovisionamiento y es total o parcial, según el entorno. Los alimentos abastecidos pueden ser muy nutritivos, pero siguen siendo tipos diferentes de alimentos de los que un animal salvaje comería. Estos cambios en la dieta tienen amplias implicaciones para el crecimiento y la salud de ese animal.

¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?

¡Mucho! Los científicos debaten sobre qué alimentos son más saludables y por qué. Discutimos sobre lo que comían nuestros antepasados y cómo lo preparaban. Y una vez que la comida está dentro del cuerpo, aún quedan muchas preguntas sobre cómo la masticamos, cómo la digerimos y, sí, cómo la hacemos popó. Las bacterias que están en nuestros intestinos hacen gran parte del trabajo digestivo, pero ni siquiera lo sabíamos hasta hace 20 años atrás.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Qué hay en el mapa de identidad de Andrea?

HIJA.

AMIGA.

PROFESORA.

MÚSICA.

ARTE.

NATURALEZA.

LECTURA.

HISTORIA.

MATEMÁTICAS.

PRIMATES.

EVOLUCIÓN.

IGUALDAD.

OPTIMISMO.

RIZOS.

PECAS.

CABELLO LARGO.

PIES GRANDES.

AMABLE.

CREATIVA.

TÍMIDA.

AMIGA.

¡Compáralo con el tuyo!

¿Cómo te interesaste en tu trabajo?

La disponibilidad de los alimentos y la elección de los alimentos son aspectos fundamentales en la ecología de cualquier animal. Todos tenemos que comer, por lo que las innumerables elecciones que hacemos son fascinantes para mí como antropóloga biológica. A su vez, la forma en que alimentamos a nuestros animales y la forma en que los seres humanos afectan los espacios silvestres alteran el acceso de los animales a alimento. Estos cambios se están produciendo rápidamente y, como científica, quiero entender el impacto.







© 2019 Smithsonian Institution

¿Por qué es importante analizar los problemas alimentarios o de nutrición desde diferentes perspectivas?

Ética

Debemos considerar las partes éticas del problema alimentario. "Ética" significa la ecuanimidad en algo. ¿Cuáles son las pautas éticas y legales para la nutrición de primates en cautiverio? ¿Se hacen cumplir estas pautas? ¿Qué tan común es la práctica de sobrealimentar a los animales en cautiverio?

Económica

Debemos considerar las partes económicas del problema. Lo "económico" se refiere al dinero, los ingresos y el uso de la riqueza. ¿Valoramos la nutrición animal lo suficiente como para gastar el dinero necesario para que sea de alta calidad? ¿Por qué son tan caros los alimentos de alta calidad?

Social

Es importante considerar la parte social del problema. "Social" se refiere a la interacción de las personas en una comunidad. ¿Cómo podemos hacer compromisos sociales más sólidos para preservar los espacios silvestres? ¿Cómo nos enseñamos a cuidar a los animales salvajes una vez que están bajo nuestra administración? ¿Esas lecciones son lo suficientemente efectivas para salvar a los animales en cautiverio?

Medioambiental

Es importante comprender las partes medioambientales del problema. "Medioambiente" se refiere al mundo natural. También se refiere al impacto humano en el mundo natural. ¿Qué alimentos están disponibles para que elija un primate? ¿Son los mismos alimentos que sus ancestros probablemente habrían consumido?

¿Por qué es importante considerar un problema desde diversas perspectivas (ética, económica, social, medioambiental) cuando se toman decisiones y se desarrollan soluciones para los problemas?

Porque los problemas complejos suelen tener soluciones complejas. Las respuestas sencillas son poco frecuentes en la ciencia, en mi opinión, especialmente cuando se agregan los seres humanos a la ecuación. Desde que estudio los espacios donde convergen los seres humanos y la vida silvestre, soy una gran partidaria de los puntos de vista integrados. Por lo tanto, a menudo considero más de una perspectiva cuando realizo investigaciones.

© 2019 Smithsonian Institution



Organización:
Johnson & Johnson
São Paulo, Brasil

¿Qué hay en el mapa de identidad de Carlos?

PADRE, HIJO.
HABLA 3 IDIOMAS.
LE ENCANTA VER PELÍCULAS.
POSITIVIDAD.
CURIOSIDAD.
LECTOR.
JUGADOR DE FIFA.
AMANTE DE LOS PERROS.
GENEROSIDAD.
VIAJERO.
GENIO INFORMÁTICO.
HUMOR.
AMIGA.
ESPOSO.
CREATIVIDAD.
ESTUDIOSO.
BENEVOLENTE.
SOCIABLE.

¡Compáralo con el tuyo!

FOOD! Tarea 1-6 Definir el problema

CARLOS, el GERENTE DE SALUD GLOBAL

SERVICIOS DE SALUD GLOBAL

¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto para los animales como para los seres humanos?

La nutrición es un tema esencial para todos los seres vivos. Claramente, para la mayoría de ellos, no es posible vivir sin comer durante largos períodos. La comida es el combustible de nuestros cuerpos y los alimentos que ingerimos definirán el funcionamiento de nuestro cuerpo. Lamentablemente, nuestro mundo actual no tiene las mismas condiciones de igualdad de acceso a la comida.

Describe brevemente tu trabajo relacionado con los alimentos y la nutrición.

Como médico e instructor de salud y bienestar, la alimentación y la nutrición son parte de mi vida diaria. También he estudiado la nutrición clínica y simplemente ¡me encanta el tema! Además, trabajo como voluntario, ayudando y ofreciendo comida a personas sin hogar una vez a la semana.

¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?

Aunque en medicina siempre hay avances, todavía hay mucho que descubrir sobre qué alimentos son ideales. Debemos difundir cada vez más que la gran solución es una dieta equilibrada.

¿Cómo te interesaste en tu trabajo?

Vengo de una familia con una larga tradición en la cocina. Pero solo después de graduarme como médico, hice mi primer curso de posgrado en nutrición clínica.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Por qué es importante analizar los problemas alimentarios o de nutrición desde diferentes perspectivas?

Ética

Debemos considerar las partes éticas del problema alimentario. "Ética" significa la ecuanimidad en algo. En primer lugar, debemos pensar en las personas que no tienen fácil acceso a los alimentos básicos y que están en riesgo de desnutrición. ¿La distribución de alimentos en el mundo es igualitaria hoy? ¿Qué pasos pequeños podemos dar para cambiar esta situación?

Económica

Debemos considerar las partes económicas del problema. Lo "económico" se refiere al dinero, los ingresos y el uso de la riqueza. Las personas han estado comiendo cada vez peor debido a problemas económicos. Si bien las cadenas de comida rápida ofrecen precios cada vez más bajos para sus productos, los cuales se deben consumir con moderación o como excepción, los productos saludables como las frutas y las verduras tienen un precio cada vez mayor. Hoy en día, comer sano es costoso y por eso las personas eligen los alimentos que pueden pagar. ¿Cómo podemos mejorar el acceso a alimentos más nutritivos de menor costo?

Social

Es importante considerar la parte social del problema. "Social" se refiere a la interacción de las personas en una comunidad. Somos responsables de las comunidades en las que vivimos, y debemos volver a la división equitativa de los recursos alimentarios básicos, y apoyar eso cada vez más. Las pequeñas actitudes de generosidad pueden marcar una diferencia cuando hay tanto desperdicio de alimentos.

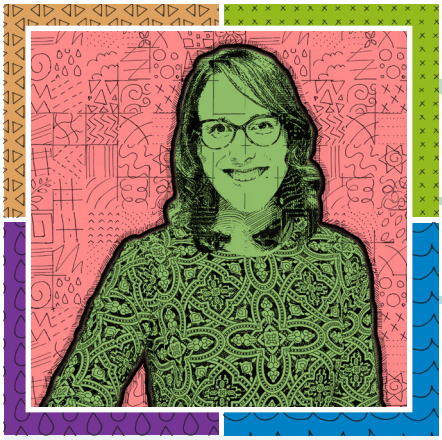
Medioambiental

Es importante comprender las partes medioambientales del problema. "Medioambiente" se refiere al mundo natural. También se refiere al impacto humano en el mundo natural. El rápido aumento de la población mundial ha afectado el medioambiente de muchas maneras, como la deforestación, una práctica común de la agricultura. Este aumento en la producción de alimentos también plantea preguntas sobre la manera en que se sacrifican estos animales, los cuales se consumen cada vez más.

¿Por qué es importante considerar un problema desde diversas perspectivas (ética, económica, social, medioambiental) cuando se toman decisiones y se desarrollan soluciones para los problemas?

Cuanto antes entendamos que no estamos solos en el mundo y que nuestras actitudes tienen un impacto en todas las esferas anteriores, más fácil será tomar decisiones más altruistas. Los recursos en el mundo son limitados y necesitamos saber cómo dividirlos para hacer que este medioambiente sea sostenible. Además, debemos tener en cuenta la contaminación del suelo y los ríos con el creciente uso de pesticidas en plantaciones y cultivos. ¿Cómo podemos cambiar esta situación para que la producción de alimentos sea sostenible no solo para nosotros, sino para las siguientes generaciones, y especialmente para poder incluir a aquellos que no tienen condiciones económicas suficientes como para mantenerse ellos mismos?

© 2019 Smithsonian Institution



Organización:

Museo Nacional de Historia Estadounidense, Instituto Smithsoniano

FOOD! Tarea 1-6 Definir el problema

ASHLEY, la HISTORIADORA

EL PROYECTO DE LA HISTORIA CULINARIA ESTADOUNIDENSE

¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto para los animales como para los seres humanos?

La comida se encuentra en el centro de todo lo que hacemos para sobrevivir. Nuestras vidas están orientadas en torno a la producción, la distribución y el consumo de alimentos, para que tengamos la energía para vivir, prosperar y crear. Debido a que los alimentos desempeñan un papel tan fundamental en nuestra capacidad de funcionar, también son la base nuestra esencia como individuos y como miembros de una comunidad. Son estas las conexiones socioculturales que me fascinan particularmente y que me esfuerzo por estudiar como historiadora de alimentos.

Describe brevemente tu trabajo relacionado con los alimentos y la nutrición.

Como parte de mi trabajo para la actualización de la exhibición "FOOD: Transforming the American Table" (COMIDA: Transformar la mesa norteamericana), estoy codiseñando un caso de exhibición sobre la historia de las dietas en Estados Unidos (desde 1950 hasta el presente). En la planificación de la creación de este caso, nos hemos contactado con historiadores de alimentos y nutricionistas que tienen experiencia en esta área. Aprendimos muy rápidamente que no podíamos cubrir todo el arco del desarrollo de la ciencia de la nutrición en un caso de exhibición. Por lo tanto, decidimos concentrarnos en la historia de las dietas de moda, que van desde Weight Watchers hasta la dieta cetogénica. Mostraremos las primeras ediciones de estos libros de cocina, organizándolos de tal manera que muestren los consejos dietéticos contradictorios y, a menudo, confusos que muchos estadounidenses reciben. Además, formamos un equipo con una empresa de investigación de mercado para identificar las estadísticas clave que miden los cambios en los hábitos alimenticios de los estadounidenses desde 1950. Vamos a colocar esos datos en una infografía que sea accesible y atractiva para los visitantes del museo.

¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?

En el campo de la historia de la comida, ciertamente hay académicos que están rastreando cómo las ideas sobre salud, consumo y el cuerpo han cambiado con el tiempo. Muchos historiadores miran esos cambios a través de la lente de los marcadores de identidad como la raza, la etnia, el género, la sexualidad y la religión. Otros académicos toman un enfoque más científico social o basado en la ciencia, mediante el uso de algoritmos y datos duros para estudiar esos cambios y su impacto más amplio en el cuerpo y en la sociedad a mayor escala.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Qué hay en el mapa de identidad de Ashley?

AMANTE DE LA COMIDA.

HERMANA.

HIJA.

SOBRINA.

MEJOR AMIGA.

NOVIA.

FANÁTICA DE NETFLIX.

ORADORA PÚBLICA.

CANTANTE.

GOLFISTA.

AMANTE DE LAS PELÍCULAS.

ENTUSIASTA.

APASIONADA.

AMBICIOSA.

SOCIAL.

JOVEN.

ANSIOSA.

ASUSTADIZA.

MUJER.

¡Compáralo con el tuyo!

¿Cómo te interesaste en tu trabajo?

La comida y la historia están estrechamente entrelazadas en el viaje de mi vida. De hecho, las pasiones y las carreras profesionales de mis padres en la industria alimentaria y el campo de la historia moldearon profundamente el camino por el cual convertí en historiadora de alimentos.

Mi madre era empresaria culinaria en mi ciudad natal. Ella y sus hermanas eran dueñas y operaban tiendas de alimentos y forjaron una buena reputación como proveedoras de productos comestibles importados especializados y productos agrícolas y lácteos de origen local. Hicieron un esfuerzo conjunto para educar a mis hermanos, mis primos y a mí sobre las diversas culturas alimentarias. Trabajando al lado de mi madre mientras abastecía nuestra encimera de queso, llegué a conocer la diferencia entre los quesos camembert, roquefort y brie para cuando tenía cuatro años. Cuando no estábamos trabajando detrás de la encimera en nuestro negocio familiar, íbamos con mi padre, un historiador jubilado, a muchos museos e instituciones culturales para aprender acerca de civilizaciones antiguas y modernas. Esas interacciones tempranas con los alimentos y la historia son los cimientos de mi carrera profesional.

Como alumna de historia en la universidad, pude seguir explorando mis intereses en una amplia variedad de cursos que van desde la historia ambiental global hasta la historia egipcia antigua y la historia afroamericana después de 1865. Dos semestres en el extranjero me introdujeron en la fascinante historia de la cultura judicial a comienzos de la Europa moderna, el estudio antropológico de la antigua civilización etrusca y el aumento de la fe bautista en Estados Unidos. Quizás uno de los momentos más cruciales de mi carrera de pregrado fue mi pasantía en archivos y colecciones, que inspiró mi tesis sénior sobre las imágenes étnicas y raciales de los libros de cocina posguerra: *Cooking in the Old Creole Days: An Exploration of Late 19th and Early 20th Century Creole Culture and Society Through the Study of Creole Cookbooks.* (Cocinar en los antiguos días criollos: Una exploración de la sociedad y la cultura criolla del siglo XIX y comienzos del siglo XX a través del estudio de los libros de cocina criolla).

Como estudiante de doctorado, busqué no solo participar en el departamento de historia, sino también en el centro de estudios documentales, expandiéndome al estudio de historias orales. Trabajé para trazar un perfil del nacionalmente conocido Carrboro Farmers' Market (Mercado de Agricultores de Carrboro) a través de las historias orales, un proyecto que iluminaba la rica cultura, altamente política, de los alimentos alternativos.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Qué hay en el mapa de identidad de Ashley? (continuación)

ALTA.

GRAN SONRISA.

MANOS GRANDES.

PIES GRANDES.

PIERNAS LARGAS.

CABELLO CASTAÑO.

OJOS CASTAÑOS.

HISTORIADORA.

DOCTORA EN

FILOSOFÍA.

ESTUDIÓ EN LA UNIVERSIDAD DUKE.

ESTUDIÓ EN YALE.

LIBERAL.

VIAJERA DEL MUNDO.

ARTISTA.

¡Compáralo con el tuyo!

Además, durante mi carrera de posgrado, invertí en proyectos académicos que estuvieran orientados al público y fueran accesibles para la comunidad local. En el 2014, fui codirectora de un proyecto que buscaba analizar de manera crítica las formas en que ciertos alimentos y personas están etiquetados como "otros" o "raros" y, de ese modo, quedan marginados de la sociedad. Este proyecto que duró todo el semestre involucró a audiencias académicas y públicas a través de comidas comunitarias y proyectos de arte, conferencias, recorridos de recolección de alimentos, exposiciones y más.

A partir de mi interés en el trabajo dirigido al público, hice una pasantía para ayudar a los académicos y miembros de la comunidad a realizar investigaciones con colecciones de archivos. También hice varias exposiciones, entre las que se incluyen "A Delicate Balance: Understanding the Four Humors" (Un equilibrio delicado: Entender los cuatro humores) y "'Agencies Prefer Men!' The Women of Madison Avenue" ("¡Las agencias prefieren a los hombres!" Las mujeres de Madison Avenue). También contribuí y fui curadora de dos exposiciones fotográficas durante este tiempo en mi universidad: "Skim" (Descremada) y "To Market, To Market! Urban Street Food Culture Around the Globe" (¡Al mercado, al mercado! Cultura gastronómica urbana de todo el mundo).

Mi interés en el trabajo de conservación y la programación pública me llevó a una pasantía de posgrado en el Proyecto de la Historia Culinaria Estadounidense en el Museo Nacional de Historia Americana del Smithsonian, en el verano del 2017. En el otoño de ese año, con mi doctorado en la mano, me uní al personal del Smithsonian como la historiadora del Proyecto de la Historia Culinaria Estadounidense. En el Smithsonian, soy la anfitriona del programa de demostración de cocina original, Cooking Up History, una serie mensual de demostraciones de cocina en vivo que exploran la historia estadounidense a través de las tradiciones alimentarias. Colaboro con cocineros y chefs nacionales para diseñar un menú que hable sobre temas de la cultura culinaria estadounidense y les presento la historia culinaria estadounidense a los visitantes del museo durante las demostraciones.

Además, contribuyo a los continuos esfuerzos de conservación del museo mediante la investigación y la redacción de exposiciones presentes y futuras, y programas, demostraciones y simposios complementarios. Mi proyecto de conservación principal incluye la actualización de la exhibición "FOOD: Transforming the American Table", que es el hogar de la cocina de Julia Child.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Por qué es importante analizar los problemas alimentarios o de nutrición desde diferentes perspectivas?

Ética

Debemos considerar las partes éticas del problema alimentario. "Ética" significa la ecuanimidad en algo. Como historiadora, me esfuerzo por contarles la historia de diversas comunidades a través de la lente de la comida y demostrar al público estadounidense que no hay una sola cultura gastronómica en Estados Unidos, sino una comunidad constantemente cambiante de culturas alimentarias que merecen respeto y apreciación.

Económica

Debemos considerar las partes económicas del problema. Lo "económico" se refiere al dinero, los ingresos y el uso de la riqueza. Mi investigación a menudo destaca el ingenio económico y el espíritu emprendedor de las comunidades marginadas que enfrentan grandes desigualdades estructurales. Me esfuerzo por destacar su intervención y cambiar las narrativas históricas que a menudo ignoran sus aportes a la economía estadounidense.

Social

Es importante considerar la parte social del problema. "Social" se refiere a la interacción de las personas en una comunidad. Nuestros amigos, familias, redes comunitarias conforman profundamente lo que comemos, cómo comemos, dónde comemos y cuánto comemos. Reconocer que comer suele ser una actividad social que moldea nuestro sentido de nosotros mismos puede ayudarnos a entender por qué es difícil cambiar los hábitos alimenticios.

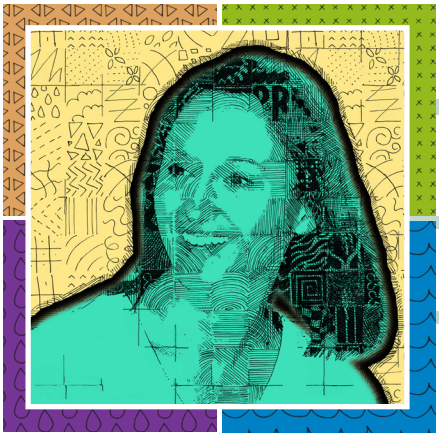
Medioambiental

Es importante comprender las partes medioambientales del problema. "Medioambiente" se refiere al mundo natural. Históricamente, y hasta ahora, nuestros entornos dan forma a los alimentos disponibles para cultivar, cosechar, distribuir y consumir. Me interesa la manera en que las actitudes de los productores y distribuidores hacia el medioambiente han cambiado con el tiempo desde el período colonial hasta el presente. También me interesa la manera en que la humanidad busca ordenar el mundo natural, pero al hacerlo a menudo amenaza los sistemas ambientales que nos sostienen.

¿Por qué es importante considerar un problema desde diversas perspectivas (ética, económica, social, medioambiental) cuando se toman decisiones y se desarrollan soluciones para los problemas?

Los alimentos influyen en cada aspecto de nuestras vidas y, por lo tanto, debemos estudiarlos desde la mayor cantidad de ángulos como sea posible. Elegir solo una perspectiva limitaría nuestra comprensión del sistema alimentario y nuestro papel dentro de este.

© 2019 Smithsonian Institution



FOOD! Tarea 1-6 Definir el problema

JENNIFER, la CURADORA DEL MUSEO

Departamento de Historia Espacial

Organización:
Museo Nacional del Aire y el Espacio, Instituto Smithsoniano

¿Qué hay en el mapa de identidad de Jennifer?

DOCTORADA.

HERMANA.

ESPOSA.

MAMÁ.

HIJA.

PROGRESISTA.

CONVERSADORA.

LECTURA.

CAMPING.

VIAJES.

¡Compáralo con el tuyo!

¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto para los animales como para los seres humanos?

Consumir alimentos o sustento de cualquier tipo es una necesidad que todos tenemos, sin importar hacia dónde vayamos. El espacio es un ejemplo de cómo incluso cuando la comida no está disponible de inmediato, o no está disponible en absoluto, debemos pensar creativamente sobre cómo preparar la comida para llevarla con nosotros, o prepararla una vez que lleguemos a donde vayamos con los recursos disponibles.

Describe brevemente tu trabajo relacionado con los alimentos y la nutrición.

Yo me desempeño como una de las curadoras que administra una colección de comida de astronauta en el Museo Nacional del Aire y el Espacio. La colección incluye comida de naves espaciales desde la misión del Friendship 7 de John Glenn en 1962 y también incluye algunas de las misiones soviéticas y rusas. Regularmente doy entrevistas para los medios de comunicación sobre cómo los astronautas comen en el espacio, ayudo a nuestro personal de conservación a pensar en cómo proteger la integridad del empaquetado de los alimentos para que no se dañen ni causen ningún daño en nuestras áreas de almacenamiento o exhibición, y hago mi propia investigación sobre cómo funciona todo el proceso, lo que incluye hablar con los actuales nutricionistas y expertos en envasado de los alimentos espaciales.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Qué hay en el mapa de identidad de Jennifer? (continuación)

CIENCIA FICCIÓN.

STAR WARS.

VIAJE ESPACIAL.

CABELLO CASTAÑO.

GRACIOSA.

PEARL JAM Y U2.

GRADUADA DE MICHIGAN.

ORIUNDA DE MICHIGAN.

FÚTBOL AMERICANO.

HOCKEY.

RED WINGS.

PELÍCULAS.

¡Compáralo con el tuyo!

¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?

Hay mucho que aprender sobre cómo mantener el cuerpo bien alimentado en el espacio. Principalmente, me ocupo del elemento histórico de esa historia, pero es importante para mí poder hablar sobre lo que está sucediendo hoy para conectarlo a lo que sabemos del pasado. Sabemos que los astronautas desean que la comida tenga mucho sabor, pero los experimentos recientes demuestran que también se benefician de la elaboración de sus propios alimentos: preparando pizzas aptas para el espacio, cultivando lechugas y otras verduras, y pronto, horneando sus propias galletas y pan en un horno. La comida desempeña un papel fundamental en nuestro sentido de satisfacción y felicidad, y conozco, como jardinera aficionada, el enorme beneficio psicológico que puede ofrecer cultivar los alimentos. Por lo tanto, cómo cultivar los alimentos en el espacio, procesarlos para su consumo y luego reciclar los productos de desecho son grandes áreas de investigación actual y futura.

¿Cómo te interesaste en tu trabajo?

Mi primera responsabilidad con las colecciones en el Smithsonian fue a través de las cámaras de los astronautas, lo que se basaba en mi experiencia como pasante en la División de Fotografía de la Galería Nacional de Retratos. Pensar en cómo los seres humanos hacen las actividades diarias en el espacio, en ese caso con cámaras, me hizo pensar en qué otras cosas cambian, o no cambian, cuando las hacemos en un entorno de menor gravedad. Cuando uno de nuestros curadores se jubiló en el 2009, tuve la oportunidad de expandir mis horizontes y conservar todo tipo de equipos personales utilizados por los astronautas, incluidos los alimentos espaciales. Me encanta la oportunidad de usar alimentos, y cómo se envasan, como un ejemplo de una necesidad humana sencilla, pero fundamental, que ocurre de manera un poco diferente cuando salimos de la atmósfera.

© 2019 Smithsonian Institution

¿Por qué es importante analizar los problemas alimentarios o de nutrición desde diferentes perspectivas?

Ética

Debemos considerar las partes éticas del problema alimentario. "Ética" significa la ecuanimidad en algo. El desperdicio de alimentos es un problema particularmente importante en el espacio, ya que es muy costoso y difícil llevar todos los recursos contigo. Debemos ser responsables y considerados en todo el proceso de preparación de alimentos a fin de eliminar el desperdicio que no se puede ignorar en el espacio.

Económica

Debemos considerar las partes económicas del problema. Lo "económico" se refiere al dinero, los ingresos y el uso de la riqueza. Ir al espacio a explorar o visitar es un proceso muy riesgoso y costoso. Preparar los alimentos que sostendrán la vida humana y envasarlos para que se puedan manejar también es costoso. Quizás minimizar el peso de los alimentos por adelantado, pero permitiendo que los astronautas lleven semillas para que luego puedan cultivar sus propios alimentos podría ayudar a reducir los costos. Las plantas también pueden compensar las inquietudes relacionadas con el desplazamiento de CO_2 desde el aire, por lo que tener más cosas vivas dentro de una nave espacial puede tener un efecto dominó en otras áreas para reducir los costos.

Social

Comer y beber son experiencias profundamente sociales, y eso continúa en el espacio, y quizás sea aún más crítico para la salud mental cuando las personas están en un espacio aislado o cerrado durante largos períodos de tiempo. Los astronautas usan los tiempos de comida para obtener un sentido de comunidad y una atmósfera familiar que no podrían tener con sus propias familias debido a las grandes distancias.

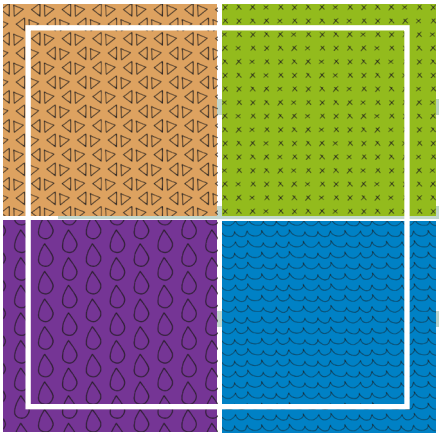
Medioambiental

Es importante comprender las partes medioambientales del problema. "Medioambiente" se refiere al mundo natural. También se refiere al impacto humano en el mundo natural. El ambiente espacial NO es bueno para los seres humanos y cambia la forma en que nuestros cuerpos funcionan. Debido a esto, incluso el acto de recoger un poco de comida con un tenedor es complicado. Lo que hay en ese tenedor tiene un impacto aún mayor que en la Tierra, ya que es necesario que lleve a los astronautas los nutrientes esenciales que no obtienen del sol y de nuestro medioambiente.

¿Por qué es importante considerar un problema desde diversas perspectivas (ética, económica, social, medioambiental) cuando se toman decisiones y se desarrollan soluciones para los problemas?

Una solución que se encuentre en un área siempre podría influir en otra área. Podría mejorar o empeorar otra área, por lo que la red en la que suceden estas cosas debe entenderse como compleja y no lineal. Si bien esta forma de trabajar es difícil y requiere mucho tiempo, es importante asegurarnos de tomar decisiones inteligentes y no apresurar las que podrían ayudar de alguna manera, pero perjudicar en otras.

© 2019 Smithsonian Institution



FOOD! Tarea 1-6 Definir el problema

Organización:

¿Qué hay en el mapa de identidad de...?

¿Por qué el problema alimentario o nutricional es tan importante en todo el mundo, tanto para los animales como para los seres humanos?

Proporciona una breve descripción de tu trabajo relacionado con los alimentos y la nutrición.

¿Cuánto se desconoce aún acerca de los alimentos y la nutrición en tu campo de trabajo?

¡Compáralo con el tuyo!

© 2019 Smithsonian Institution

¿Por qué es importante analizar los problemas alimentarios o de nutrición desde diferentes perspectivas?

Ética

Debemos considerar las partes éticas del problema del mosquito. "Ética" significa la ecuanimidad en algo.

Económica

Debemos considerar las partes económicas del problema. Lo "económico" se refiere al dinero, los ingresos y el uso de la riqueza.

Social

Es importante considerar la parte social del problema. "Social" se refiere a la interacción de las personas en una comunidad.

Medioambiental

Es importante comprender las partes medioambientales del problema. "Medioambiente" se refiere al mundo natural. También se refiere a los impactos humanos en el mundo natural.

¿Por qué es importante considerar un problema desde varias perspectivas (social, ética, medioambiental, económica) cuando se toman decisiones y se desarrollan soluciones para los problemas?

© 2019 Smithsonian Institution

1-7

Comprender el plan de acción comunitaria

Como aprendiste en la tarea 1-6, el equipo se enfocará en crear soluciones para la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Hay muchas soluciones posibles para esta pregunta. Por esta razón, debes realizar investigaciones para obtener más información sobre el problema en tu comunidad. Después, puedes sugerir decisiones y medidas que crees que deberían tomar las personas. Al final de la investigación, el equipo deberá crear y comunicar un Plan de acción comunitaria. Toda la investigación del equipo lo ayudará a crear el Plan de acción comunitaria.

Objetivo



En esta tarea, el equipo aprenderá más sobre el Plan de acción comunitaria que realizarán en el futuro.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-7 para leer los detalles del Plan de acción comunitaria. Solo hay una versión del Plan de acción comunitaria.
2. Lean los detalles del plan de acción como equipo. Hagan preguntas acerca de cualquier parte que no esté clara. Recuerden no preocuparse. La investigación no es fácil. A veces las cosas podrían no funcionar de la manera en que se planificó. Aprender a superar el problema es parte del desafío y la diversión.
3. Lean el texto para la sección Preguntar al equipo, con historias sobre lo que no funcionó en proyectos de investigación y planes de acción. Piensa en cómo tu equipo puede trabajar en conjunto cuando las cosas no funcionan según lo previsto para alcanzar sus objetivos de investigación y plan de acción.

Consejo de investigación

La parte 7 de la Guía de investigación comunitaria se trata de crear tu plan de acción comunitaria. Recuerda que toda la investigación lleva a la creación de este plan.

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-7. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 1-8!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-7. Comprender el plan de acción comunitaria

En este documento, se detalla el plan de acción comunitario que creará tu equipo al final de tu investigación. El equipo no creará este plan ahora. Sin embargo, comprender en lo que estarás trabajando para completar al final de tu investigación es útil incluso antes de comenzar. Lee este plan completamente para que el equipo entienda todo lo que necesitarás completar al final de tu trabajo. Luego, mientras realizas tu investigación, piensa en cómo la información que estás recopilando podría ser útil para este plan de acción final y para abordar la pregunta del problema: *¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?*

El plan de acción comunitario tendrá cuatro partes.

1. **Investigar los antecedentes del área, recopilar evidencia y desarrollar un plan de administración integrado:** esta parte implica organizar la investigación que ya has completado.
2. **Problema al que se dirige el plan de acción:** esta parte implica averiguar en qué tema específico de los alimentos concentrarás tu plan de acción, después de finalizar el paso 1.
3. **Objetivos del plan de acción:** esta parte implica averiguar lo que deseas que logre tu plan de acción.
4. **Estrategia de comunicaciones:** esta parte implica averiguar cómo les dirás a las personas acerca de tu investigación, el plan de acción y los objetivos.

Antecedentes del área de investigación

Proporciona una breve descripción general de tu ubicación y del sitio de investigación. Esto ayudará a otras personas que miren tu plan ahora y en el futuro. Esta sección implica organizar lo que hiciste durante tu investigación. Incluye lo siguiente:

1. **Descripción de la ubicación de la investigación:** proporciona una breve descripción de tu ubicación física donde realizaste tu investigación. Incluye la posición dentro de tu comunidad, tu país y el mundo.
2. **Descripción del equipo y la cultura local:** Proporciona una breve descripción de tu equipo y de las culturas locales que tu equipo haya identificado durante tu investigación. Incluye el mapa de identidad de tu equipo de la Tarea 1-5 como parte de esta descripción.
3. **Mapa del sitio de investigación:** Proporciona un mapa de tu sitio de investigación y la información importante que hayas recopilado sobre el sitio que sería útil para comprender tu plan. Si es posible, incluye imágenes de tu sitio de investigación.
4. **Evidencia y afirmaciones:** organiza y comparte toda la evidencia que hayas recopilado durante tu investigación y las afirmaciones que hayas desarrollado.

© 2019 Smithsonian Institution

Problema al que se dirige el plan de acción

Deberás proporcionar una breve descripción general del problema que abordará tu plan de acción, en función de tu investigación comunitaria. Mientras llevas a cabo tu investigación comunitaria, puedes identificar una variedad de problemas basados en los alimentos en tu comunidad. Después de que hayas identificado algunos de estos problemas, deberás seleccionar en qué tema enfocarás tu plan de acción. También deberás incluir todos los detalles específicos del problema y el motivo por el que los seleccionaste para enfocarte. Considera lo siguiente:

- ¿A quién se dirige tu plan de acción?
- ¿A qué problema específico se dirigirá?
- ¿Cuáles son las características del problema local al que planeas dirigirte?
- ¿Por qué estás seleccionando este problema para desarrollar tu plan de acción?

Objetivos del plan de acción

Establecer los objetivos del plan de acción local te ayudará a determinar qué medidas se deben tomar ahora y en el futuro, quién es responsable de tomarlas y cómo se monitorearán para determinar su eficacia en el tiempo.

1. Desarrolla una lista de objetivos de acción en los que varias personas en tu comunidad podrían trabajar mientras implementas las partes de tu plan de acción. Cuando crees tus objetivos de acción, piensa en qué tipo de acción se necesita y qué problema tenía que abordar la acción. Proporciona una descripción de la acción. Algunos ejemplos incluyen:
   - **Objetivos de acción de educación:** crear y entregar folletos para informar a la comunidad sobre temas basados en los alimentos en la comunidad. Esta acción aumentará el conocimiento local y activará las acciones de los miembros de la comunidad con respecto a los problemas relacionados con los alimentos y la nutrición.
   - **Objetivos de acción de defensa:** crear carteles para abogar por un grupo de personas en riesgo relacionado con problemas de los alimentos. Se pueden escribir cartas a los funcionarios locales y los líderes de la comunidad en relación con los problemas alimentarios y su efecto en diferentes grupos de personas en su comunidad.
   - **Objetivos de acción física:** supervisar tu centro de investigación semanal, mensual y anualmente para seguir agregando los conjuntos de datos que recopilarás a través de esta guía de investigación.
   - ¡Sé creativo y desarrolla tus propios objetivos para tu comunidad!
2. ¿Quién es responsable de la acción: tú, los miembros del equipo, el equipo, los miembros específicos de la comunidad, todos los miembros de la comunidad?

© 2019 Smithsonian Institution

3. Programa o cronograma de acción: ¿cuándo y con qué frecuencia debe realizarse la acción?
4. Pon las acciones en orden: si tienes una lista de objetivos de acción, ¿cuáles recomendarías que se hagan primero, segundo y tercero? Crea un orden para todas tus acciones, de modo que el equipo sepa dónde empezar.
5. Monitoreo: ¿cómo se documentarán o monitorearán los objetivos de acción a lo largo del tiempo para determinar su efectividad? ¿Cómo determinará tu equipo si la acción está funcionando de manera eficaz? Crea una estrategia para monitorear estos objetivos a lo largo del tiempo.

Estrategia de comunicaciones

Si nadie fuera de tu equipo de investigación conoce tu plan, ¿puede generar un impacto? Deberás desarrollar un plan para comunicar de forma creativa las partes de tu plan de acción a tu comunidad. Asegúrate de incluir las partes sociales, éticas, económicas y ambientales del problema. ¿Cómo informarás a los demás sobre tu evidencia, afirmaciones, decisiones y objetivos de acción?

¡Sé creativo! Este plan puede incluir hacer lo siguiente:

- Carteles o proyectos de arte para comunicar las partes de tu plan
- Una canción o una obra de un solo acto para comunicar las partes de tu plan
- Un anuncio de servicio público (audio o video) para comunicar las partes de tu plan
- Un podcast sobre tu investigación y plan de acción
- Un video sobre tu plan de acción
- Una campaña en medios sociales para comunicar las partes de tu plan
- Sé creativo: ¡inventa tus propias ideas!

Después de que hayas desarrollado tu estrategia de comunicaciones, deberás compartir y presentar esta información a tu comunidad. Esto puede incluir a padres, educadores, administradores, miembros de la comunidad local y otros miembros del equipo.

Cada grupo debería hacer lo siguiente cuando se comunique con los miembros de la comunidad:

- Presentar las consideraciones sociales, éticas, ambientales y económicas para la comunidad.
- Respaldar todas las afirmaciones del plan con evidencia (datos y estadísticas, opinión de expertos, experiencia personal y de segunda mano).
- Respaldar todas las acciones sugeridas con afirmaciones y evidencia.

© 2019 Smithsonian Institution

- Explicar, demostrar e ilustrar claramente las partes de tu plan de administración integrado.
- Explicar, demostrar y mostrar claramente todos los aspectos de tus objetivos de acción.
- Describir claramente cómo se monitoreará la efectividad del plan a lo largo del tiempo. Analizar cómo se puede ajustar el plan si no está funcionando o si se debe mejorar.

Volver a la Guía de investigación ahora



© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 1-7. Comprender el Plan de Acción final

Cuéntanos acerca de un momento en el que un proyecto o algo en tu vida no salió según lo planificado.

ANDREA, la ANTROPÓLOGA



Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

Muchas veces las cosas no funcionan de la manera que esperamos. Las subvenciones en las que trabajas durante meses no se financian, los datos se destruyen o se pierden, los resultados son deslucidos. Las tres nociones más importantes que tengo en cuenta cuando me enfrento a obstáculos son: primero, mantener un apoyo optimista para ti. Si no lo haces tú, ¿quién lo hará? Segundo, dejarse sorprender por un giro inesperado de eventos. Algunos de los mejores momentos que he tenido en la ciencia fueron los que no anticipé. Y tercero, y lo que más me cuesta recordar, es que el fracaso es parte del éxito y no su antítesis. Sigue intentando, sigue aprendiendo y encontrarás la alegría de los logros en sí mismos, independientemente del resultado.

ASHLEY, la HISTORIADORA



Museo Nacional de Historia Estadounidense, Instituto Smithsoniano

Como historiadora, estoy solicitando subvenciones constantemente para adquirir dinero que pueda respaldar mis esfuerzos de investigación en archivos y en terreno. El rechazo es una ocurrencia común. No es fácil recibir una carta o un correo electrónico que te notifica que tu proyecto no será financiado. Sin embargo, administrar mi actitud ayuda. Podría estar triste y enojada porque mi proyecto fue rechazado. O podría concentrarme en postularme en una oportunidad diferente o ajustar mi proyecto para atraer a una audiencia más amplia. Siempre hay oportunidades para el crecimiento. Y, como me han dicho muchas veces, cuando una puerta se cierra, otra puerta se abre.

CARLOS, el GERENTE DE SALUD GLOBAL



Johnson & Johnson, São Paulo, Brasil

En el 2012, no llevé una vida equilibrada y pesaba casi 100 kilogramos. Me di cuenta de que eso no estaba en línea con mis valores de vida, porque les pedía a las personas que se cuidaran y yo no lo hacía. Perdí más de 20 kilogramos. Sé lo difícil que es llevar una vida regulada, pero esto ocurre solo cuando creamos hábitos y tenemos un propósito y una misión que cumplir.

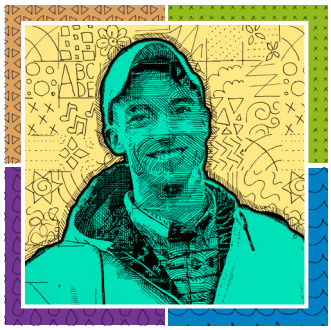
© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 1-7. Comprender el Plan de Acción final

Cuéntanos acerca de un momento en el que un proyecto o algo en tu vida no salió según lo planificado.

MIKE, el NUTRICIONISTA DEL ZOOLÓGICO

Instituto de Biología y Conservación y Zoológico Nacional del Smithsonian



Supongo que en su mayoría todo salió bien, dado dónde estoy y lo que estoy haciendo. Tengo la suerte de tener un puesto donde siempre hay trabajo que hacer y siempre surge algo nuevo (ya sea que lo queramos o no). Parte de la operación que superviso es bastante regular, la necesidad constante de hacer dietas para los animales que se encuentran en nuestra colección. Esto proporciona alguna medida de regularidad de propósito para mí y nuestro equipo. Más allá de esa regularidad muy concreta, se trata de un tipo diferente de regularidad: Una colección de animales vivos está en constante crecimiento, cambio y evolución, por lo que hay un cambio incesante. Cada animal cambia fisiológicamente durante su vida, y respondemos a esos cambios a diario. Con más de 2000 ejemplares, eso puede ser un desafío continuo.

SABRINA, la CURADORA

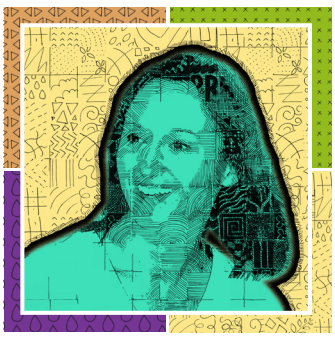
Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano



El profesor más importante de mi vida falleció cuando todavía era estudiante. Terminar el trabajo que comenzamos juntos me ayudó a honrar todo lo que hizo por mí y a sentir la confianza de que podría continuar sin él.

JENNIFER, la CURADORA DEL MUSEO

Museo Nacional del Aire y el Espacio, Instituto Smithsoniano



Al igual que muchos jóvenes, cuando comencé en mi carrera, pensé que debería estar teniendo más responsabilidades, que las personas deberían confiar más en mí para hacer mi trabajo y darme más oportunidades. Si bien sabía que era capaz, no todo el mundo que conocí sabía lo que podía hacer. Me costó muchos años de arduo trabajo ganarme la confianza y el respeto de las personas y, finalmente, tuve la oportunidad de trabajar de forma independiente y avanzar en nuevas funciones. Tuve que aprender a tener paciencia con mis colegas y conmigo misma para ver el largo plazo de mi trayectoria profesional.

© 2019 Smithsonian Institution

1-8

Explorar perspectivas de investigación

Como aprendiste en las tareas 1-6 y 1-7, el equipo recibirá diversas perspectivas del problema durante su investigación: social, ética, ambiental y económica.

Objetivo



En esta tarea, el equipo explorará estas perspectivas para comprenderlas mejor.

Esta tarea solo requiere espacio para una línea continua (real o imaginaria) de un lado de la sala al otro.

1. Coloca un cartel que diga TOTALMENTE DE ACUERDO y otro que diga TOTALMENTE EN DESACUERDO en las paredes o esquinas opuestas de la sala. El espacio entre estos dos carteles representa la gama de respuestas. Coloca un cartel en el medio de estos dos carteles que diga NO ESTOY SEGURO.
2. El equipo escuchará una variedad de afirmaciones.
3. Después de cada afirmación, cada miembro del equipo debe colocarse en el espacio que representa la gama de respuestas según qué tan de acuerdo o en desacuerdo esté.
4. Ve a la carpeta de la tarea 1-8 para obtener las declaraciones, instrucciones adicionales, preguntas de análisis y el texto para la sección Preguntar al equipo. Elige la versión de ALIMENTO A o ALIMENTO B de esta tarea.
5. Repasen las normas del equipo en conjunto ubicadas en la carpeta de la tarea.
6. Sigan las instrucciones para jugar la ronda de calentamiento.
7. Como equipo, analicen las preguntas de análisis de calentamiento.
8. Sigan las instrucciones para jugar cuatro rondas de perspectivas y preguntas.
9. Como equipo, analicen las preguntas de análisis de la tarea 1-8.
10. Lean el texto de la sección **Preguntar al equipo** sobre qué hacer cuando el equipo no está de acuerdo. Aprendan y analicen las formas en que sus equipos trabajan los desacuerdos. Piensen en cómo su equipo puede trabajar mejor en conjunto para respetar las ideas de todos.

Consejo de investigación

Mostrar un conjunto de normas de conversación que los miembros del equipo pueden utilizar durante los debates. Estas normas son útiles para tener conversaciones respetuosas, especialmente cuando se está en desacuerdo.

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-8. Márcala en la lista de tareas.

¡Ve a la tarea 1-9!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-8. Explorar las perspectivas de la investigación: COMIDA A

Normas del equipo

- Reconocer los beneficios de escuchar un rango de perspectivas y puntos de vista diferentes.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las propias.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para hacer cambios positivos.
- Utilizar habilidades de escucha activa.
    - Ponerse de frente a la persona que habla.
    - Mirarla a los ojos.
    - Estar atento.
    - Mantener la mente abierta.
    - No interrumpir.
    - Hacer preguntas si estás confundido.

Instrucciones de las rondas de calentamiento

1. Esta es la declaración de la ronda de calentamiento.

Las naranjas son la fruta con mejor sabor.

2. No hay necesariamente respuestas correctas o incorrectas, y la opinión de todos se incluirá en algún lugar en la gama de respuestas, desde “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”.

3. Tómate un minuto y deja que cada miembro del equipo piense en su posición frente a esa declaración. Explica el siguiente paso para que los miembros del equipo puedan elegir qué lugar dónde en la gama de respuestas. Explica que la ubicación relativa también es importante; es decir, estar cerca del lado “totalmente de acuerdo” o del lado “totalmente en desacuerdo” de la sala significa que se siente muy bien con respecto a esta declaración.

4. Una vez que cada miembro del equipo se ubique, indícale a los miembros del equipo que comiencen a explicar a aquellos que están cerca de ellos por qué eligieron el lugar que eligieron. Los estudiantes deben explicar su razonamiento para su ubicación.

5. En función de estas conversaciones con las personas cercanas, deberían producirse cambios en las ubicaciones. Este proceso trata de escuchar a otros miembros del equipo cerca de ellos y determinar si realmente piensan y se sienten más o menos seguros acerca del tema. Anima a los miembros del equipo a moverse, según sea necesario, para representar con precisión la gama de respuestas que expresan las opiniones del equipo.

Preguntas de análisis de las rondas de calentamiento

- ¿Pueden cada uno de los miembros del equipo explicar al resto los motivos de la elección de su respuesta?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de hablar con otros miembros del equipo que estaban a su alrededor en la gama de respuestas?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?

© 2019 Smithsonian Institution

- ¿Qué te llevó a cambiar de opinión?
- Concluye el análisis solicitando a los miembros del equipo, a ambos lados del problema, que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y los motivos más sólidos que escucharon desde el lado *opuesto.*

Cuatro rondas de perspectivas: instrucciones y preguntas

1. La configuración de la línea de la gama de respuestas para las próximas cuatro rondas sigue siendo la misma. La principal diferencia es que el equipo ahora está dividido en grupos de tres a cuatro miembros.
2. Cada grupo negociará su posición a lo largo de la gama de respuestas, según la siguiente declaración.

Perspectiva ética: está bien comer animales.

3. Cada grupo debe determinar, como un grupo, dónde se ubican en el continuo.
4. Cada grupo enviará a un representante para identificar el lugar en la línea de la gama de respuestas que mejor represente la visión del grupo.
5. Ahora, los representantes de cada grupo explicarán a todo el equipo los motivos de la posición de su grupo en la gama de respuestas. Los miembros del grupo que habla pueden expresar su apoyo al representante en cualquier momento.
6. Después de que cada grupo haya tenido la oportunidad de compartir, cada grupo debe tener un breve debate sobre si les gustaría mover su ubicación en la gama de respuestas, según la conversación de todo el equipo.
   - ¿Cuántos grupos cambiaron sus posiciones después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?
   - ¿Qué te llevó a cambiar de opinión o a no cambiar de opinión?
   - Concluye el análisis solicitando a los miembros del equipo, a ambos lados del problema, que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y los motivos más sólidos que escucharon desde el lado *opuesto.*
7. Repite los pasos 2 al 6 para *una* declaración de cada una de las siguientes cuatro perspectivas.

Perspectiva económica

- Las bebidas azucaradas deberían pagar más impuestos.
- La carne debería pagar más impuestos.
- Está bien que la comida saludable solo esté disponible para las personas que puedan pagarla.

Perspectiva ética

- Los animales que se crían como alimento no necesitan el mismo tratamiento que los animales que se crían como mascotas.
- Está bien que los productores de alimentos utilicen publicidad de alimentos engañosa para venderte sus productos si el producto no produce daños al consumidor.

© 2019 Smithsonian Institution

Perspectiva social

- Está bien que las etiquetas de los alimentos no proporcionen información completa sobre el producto.
- Los productores de alimentos deben tener el poder de decidir qué información proporcionar a los consumidores sobre los alimentos que producen.
- La responsabilidad de la seguridad alimentaria recae en el gobierno.
- La responsabilidad de la seguridad alimentaria recae en el consumidor individual.

Perspectiva ambiental

- Está bien que los productores de alimentos destruyan el medioambiente en un esfuerzo por mantener bajos los precios de los alimentos.
- Está bien contaminar el medio ambiente ahora para proporcionar alimentos a las personas que lo necesitan.

Preguntas de análisis

Como equipo completo, analiza las siguientes preguntas.

Recuérdale al equipo que ahora participarán en un análisis. Cuando participamos en cualquier tipo de análisis significativo como equipo, debemos respetar a nuestro equipo. Utiliza las frases de conversación significativas en tu análisis para respetar a los demás miembros del equipo.

Frases de inicio de conversación significativas utilizadas en el lenguaje de la argumentación:

- Estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- Me gustaría volver a lo que _____ dijo acerca de _____. . .
- Me gustaría agregar _____. . .
- Me di cuenta de que _____. . .
- Otro ejemplo es…
- Entonces, lo que estás diciendo es _____. . .
- ¿Crees que. . . ?
- ¿No podría ser también que. . . ?
- ¿Por qué crees eso?
- ¿Puedes explicar lo que quieres decir con eso?
- ¿Puedes decirme más?
- ¿Puedes darme un ejemplo de eso?

- ¿Cómo llegó tu grupo a sus decisiones?
- ¿Qué métodos de toma de decisiones usó tu grupo (consenso, votación, etc.)?
- ¿Cómo influyeron tus decisiones en los valores, las actitudes, los prejuicios y los aspectos de identidad de las personas de tu grupo?
- ¿Cómo se manejaron los desacuerdos y los conflictos?
- ¿Cuáles son algunos de los beneficios de escuchar una variedad de perspectivas y puntos de vista diferentes en el equipo?

© 2019 Smithsonian Institution

- ¿Es útil estar abierto a nuevas ideas y perspectivas que desafían las tuyas? ¿Por qué?
- ¿Hay algo que hayas aprendido en esta tarea que sea útil cuando pienses en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

Volver a la Guía de investigación





© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-8. Explorar las perspectivas de la investigación: COMIDA B

Normas del equipo

- Reconocer los beneficios de escuchar un rango de perspectivas y puntos de vista diferentes.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las propias.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para hacer cambios positivos.
- Utilizar habilidades de escucha activa.
    - Ponerse de frente a la persona que habla.
    - Mirarla a los ojos.
    - Estar atento.
    - Mantener la mente abierta.
    - No interrumpir.
    - Hacer preguntas si estás confundido.

Instrucciones de las rondas de calentamiento

1. Esta es la declaración de la ronda de calentamiento.

Las naranjas son la fruta con mejor sabor.

2. No hay necesariamente respuestas correctas o incorrectas, y la opinión de todos se incluirá en algún lugar en la gama de respuestas, desde “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”.

3. Tómate un minuto y deja que cada miembro del equipo piense en su posición frente a esa declaración. Explica el siguiente paso para que los miembros del equipo puedan elegir dónde pararse en la gama de respuestas. Explica que la ubicación relativa también es importante; es decir, estar cerca del lado “totalmente de acuerdo” o del lado “totalmente en desacuerdo” de la sala significa que se siente muy bien con respecto a esta declaración.

4. Una vez que cada miembro del equipo se ubique, indícale a los miembros del equipo que comiencen a explicar a aquellos que están cerca de ellos por qué eligieron el lugar que eligieron. Los estudiantes deben explicar su razonamiento para su ubicación.

5. En función de estas conversaciones con las personas cercanas, deberían producirse cambios en las ubicaciones. Este proceso trata de escuchar a otros miembros del equipo cerca de ellos y determinar si realmente piensan y se sienten más o menos seguros acerca del tema. Anima a los miembros del equipo a moverse, según sea necesario, para representar con precisión la gama de respuestas que expresan las opiniones del equipo.

Preguntas de análisis de las rondas de calentamiento

- ¿Puede cada uno de los miembros del equipo explicar al resto los motivos de la elección de su respuesta?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de hablar con otros miembros del equipo que estaban a su alrededor en la gama de respuestas?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?

© 2019 Smithsonian Institution

- ¿Qué te llevó a cambiar de opinión?
- Concluye el análisis solicitando a los miembros del equipo, a ambos lados del problema, que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y los motivos más sólidos que escucharon desde el lado *opuesto.*

Cuatro rondas de perspectivas: instrucciones y preguntas

1. La configuración de la línea de la gama de respuestas de las siguientes cuatro rondas se mantiene básicamente igual, pero con algunas diferencias que se describen en el paso 3.
2. Presenta la siguiente declaración a todo el equipo.

Perspectiva ética: está bien comer animales.

3. Haz que cada persona se ubique individualmente en un lugar de la gama de respuestas.
4. A continuación, crea grupos de tres a cuatro miembros con los miembros del equipo que están más cercanos a ti en la gama de respuestas.
5. Haz que cada grupo trabaje en conjunto para desarrollar una explicación de los motivos de la posición de su grupo en la gama de respuestas. Comparte estas explicaciones con todo el equipo.
6. Después de que cada grupo haya tenido la oportunidad de compartir, cada grupo debe tener un breve debate sobre si les gustaría mover su ubicación en la gama de respuestas, según la conversación del equipo.
   - ¿Cuántos grupos cambiaron su posición después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?
   - ¿Qué te llevó a cambiar de opinión o a no cambiar de opinión?
   - Concluye el análisis solicitando a los miembros del equipo, a ambos lados del problema, que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y los motivos más sólidos que escucharon desde el lado *opuesto.*

7. Repite los pasos 2 al 6 para *una* declaración de cada una de las siguientes cuatro perspectivas.

Perspectiva económica

- Las bebidas azucaradas deberían pagar más impuestos.
- La carne debería pagar más impuestos.
- Está bien que la comida saludable solo esté disponible para las personas que puedan pagarla.

Perspectiva ética

- Los animales que se crían como alimento no necesitan el mismo tratamiento que los animales que se crían como mascotas.
- Está bien que los productores de alimentos utilicen publicidad de alimentos engañosa para venderte sus productos si el producto no produce daños al consumidor.

Perspectiva social

- Está bien que las etiquetas de los alimentos no proporcionen información completa sobre el producto.

© 2019 Smithsonian Institution

- Los productores de alimentos deben tener el poder de decidir qué información proporcionar a los consumidores sobre los alimentos que producen.
- La responsabilidad de la seguridad alimentaria recae en el gobierno.
- La responsabilidad de la seguridad alimentaria recae en el consumidor individual.

Perspectiva ambiental

- Está bien que los productores de alimentos destruyan el medioambiente en un esfuerzo por mantener bajos los precios de los alimentos.
- Está bien contaminar el medio ambiente ahora para proporcionar alimentos a las personas que lo necesitan.

Tarea 1-8 Preguntas de análisis

Como equipo completo, analiza las siguientes preguntas.

Recuérdale al equipo que ahora participarán en un análisis. Cuando participamos en cualquier tipo de análisis significativo como equipo, debemos respetar a nuestro equipo. Utiliza las frases de conversación significativas en tu análisis para respetar a los demás miembros del equipo.

Frases de inicio de conversación significativas utilizadas en el lenguaje de la argumentación:

- Estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- Me gustaría volver a lo que _____ dijo acerca de _____. . .
- Me gustaría agregar _____. . .
- Me di cuenta de que _____. . .
- Otro ejemplo es…
- Entonces, lo que estás diciendo es _____. . .
- ¿Crees que. . . ?
- ¿No podría ser también que. . . ?
- ¿Por qué crees eso?
- ¿Puedes explicar lo que quieres decir con eso?
- ¿Puedes decirme más?
- ¿Puedes darme un ejemplo de eso?

- ¿Cómo llegó tu grupo a sus decisiones?
- ¿Qué métodos de toma de decisiones usó tu grupo (consenso, votación, etc.)?
- ¿Cómo influyeron tus decisiones en los valores, las actitudes, los prejuicios y los aspectos de identidad de las personas de tu grupo?
- ¿Cómo se manejaron los desacuerdos y los conflictos?
- ¿Cuáles son algunos de los beneficios de escuchar una variedad de perspectivas y puntos de vista diferentes en el equipo?
- ¿Es útil estar abierto a nuevas ideas y perspectivas que desafían las tuyas? ¿Por qué?
- ¿Hay algo que hayas aprendido en esta tarea que sea útil cuando pienses en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

Volver a la Guía de investigación ahora

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 1-8. Explorar perspectivas de investigación

¿Qué haces cuando el equipo no está de acuerdo?

ANDREA, la ANTROPÓLOGA



Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

Lo hablamos. Cada una hace su caso con el uso de tanta evidencia (experiencia pasada, conocimiento de datos, incluso citas de trabajos publicados) como se pueda. Escuchamos, discutimos y, si es necesario, nos detenemos para reflexionar antes de hablar nuevamente. Estamos en el mismo equipo, por lo que es fácil recordar que todas quieren solo lo mejor para el proyecto y, hasta ahora, he visto que ese modelo es efectivo. No siempre se gana, pero te sientes considerado sin importar lo que pase.

ASHLEY, la HISTORIADORA



Museo Nacional de Historia Estadounidense, Instituto Smithsoniano

Como colega de menor antigüedad, mi condición base es escuchar y tratar de entender el razonamiento de un colega sénior que puede estar en desacuerdo conmigo. No obstante, si después de intentar entender su punto de vista aún no estoy de acuerdo, dedico tiempo a desarrollar mi argumento. Puedo realizar investigaciones adicionales para respaldar mi argumento o practicar mi refutación. Luego, pido otra reunión y presento mi caso. A menudo, cuando regreso y presento una idea más formada, mis colegas séniores están dispuestos a escuchar e incorporar mis ideas.

CARLOS, el GERENTE DE SALUD GLOBAL



Johnson & Johnson, São Paulo, Brasil

Votamos y optamos por las mejores ideas de la mayoría.

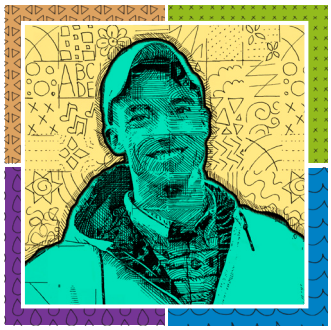
© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 1-8. Explorar perspectivas de investigación

¿Qué haces cuando el equipo no está de acuerdo?

MIKE, el NUTRICIONISTA DEL ZOOLÓGICO

Instituto de Biología y Conservación y Zoológico Nacional del Smithsonian



Por lo general, tratamos de basar las decisiones nutricionales en la ciencia. Recurrimos a la bibliografía revisada por pares para respaldar las decisiones. También queremos estar seguros de aplicar una cantidad razonable de escepticismo y pensamiento crítico a la información que encontramos. A menudo, cuando la ciencia se evalúa y comparte de manera crítica entre nutricionistas, veterinarios y administradores de animales, existe un acuerdo en términos de enfoque. En los casos en los que no lo hay, terminamos profundizando para encontrar más información o realizamos una evaluación de riesgos, dadas las variables en el enfoque, para llegar a una solución.

SABRINA, la CURADORA

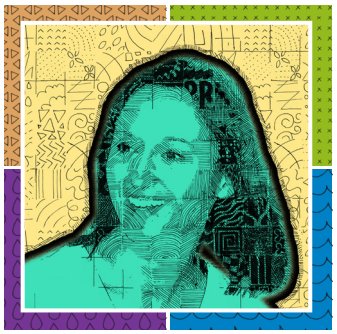
Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano



Identificas el problema, analizas las opciones y decides las acciones como equipo, normalmente en persona en las reuniones o a veces por teléfono o por correo electrónico.

JENNIFER, la CURADORA DEL MUSEO

Museo Nacional del Aire y el Espacio, Instituto Smithsoniano



Con frecuencia tenemos desacuerdos sobre la forma de interpretar la historia para contar al público una historia sobre el vuelo espacial. La mejor sugerencia que he descubierto para superar situaciones como estas es respirar, retroceder y asegurarme de escuchar a todos los que tienen una opinión en la mesa. Como líder del equipo, soy el responsable de la decisión en última instancia, pero trato de asegurarme también de considerar todas las ideas y agradecer a cada persona por intentar encontrar soluciones.

© 2019 Smithsonian Institution

1-9

Crear afirmaciones a partir de evidencia

Durante tu investigación, recopilarás y trabajarás con muchos tipos diferentes de pruebas. Utilizarás esta evidencia para hacer afirmaciones basadas en argumentos científicos. Una afirmación es una respuesta sugerida a una pregunta científica. La evidencia es la información que utilizas para crear afirmaciones. Durante la investigación, el equipo utilizará muchos tipos diferentes de pruebas para elaborar afirmaciones sobre las partes de la pregunta del problema, **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Antes de comenzar la investigación, es importante comprender y practicar la creación y la evaluación de afirmaciones con la evidencia.

Objetivo



En esta tarea, aprenderás a recopilar y usar evidencia para crear y respaldar afirmaciones. Esto ayudará al equipo a mejorar y explicar cómo sabe lo que sabe.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-9 para obtener las actividades de la Creación de afirmaciones a partir de la evidencia. Hay dos versiones de esta tarea, ALIMENTO A o ALIMENTO B, en la carpeta de la tarea.



2. Sigue las instrucciones de los documentos de la tarea para aprender a crear y respaldar las afirmaciones con la evidencia.
3. Lean el texto de la sección **Preguntar al equipo** sobre lo que es importante cuando se crean afirmaciones. Identifiquen y enumeren algunas cosas diferentes que utilizan cuando crean afirmaciones en su trabajo.



4. Después de completar estas tareas, como equipo, analicen las siguientes preguntas:
   - ¿Por qué es importante siempre respaldar tus afirmaciones con evidencia?
   - ¿Por qué es importante respaldar las decisiones que uno toma en la vida con evidencia?
   - ¿Por qué es importante escuchar a las personas que apoyan diferentes afirmaciones, incluso cuando no estás de acuerdo?
   - ¿Por qué es importante respetar a las personas, incluso cuando no estás de acuerdo?

   Recuerda: en tu investigación, el equipo usará muchos tipos diferentes de evidencias para crear afirmaciones sobre las partes de la pregunta del problema, **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 1-9. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 1-10!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-9. Crear afirmaciones a partir de evidencia: COMIDA A

El hecho de que alguien haga una pregunta o haga una afirmación sobre un objeto, organismo o evento de la naturaleza no significa necesariamente que la persona está buscando una explicación científica. Cuando se habla sobre alimentos y nutrición, escucharás muchas afirmaciones diferentes de diferentes personas sobre los beneficios para la salud o la falta de beneficios de determinados alimentos. Algunas de estas afirmaciones y sus explicaciones asociadas se consideran científicas y otras no. Comprender qué hace que una afirmación o explicación sea científica o no científica es importante cuando leemos o hablamos con personas sobre diversas afirmaciones y cómo se desarrollaron.

Para que una explicación se considere científica, debe cumplir con diversas condiciones, entre las que se incluyen:

- **Las explicaciones científicas se basan en observaciones o experimentos empíricos.** La apelación a la autoridad como una explicación válida no cumple con los requisitos de la ciencia. Las observaciones se basan en experiencias de sentido o en una extensión de los sentidos a través de la tecnología.
- **Las explicaciones científicas son públicas.** Los científicos realizan presentaciones en reuniones científicas o publican en revistas profesionales, lo que hace que el conocimiento sea público y esté disponible para otros científicos.
- **Las explicaciones científicas son tentativas.** Las explicaciones pueden cambiar y sí cambian. No hay verdades científicas en sentido absoluto.
- **Las explicaciones científicas son históricas**. Las explicaciones pasadas son la base de las explicaciones contemporáneas, y aquellas, a su vez, son la base para explicaciones futuras.
- **Las explicaciones científicas son probabilísticas.** La visión de la naturaleza estadística es evidente de manera implícita o explícita cuando se establecen predicciones científicas de fenómenos o se explica la probabilidad de eventos en situaciones reales.
- **Las explicaciones científicas suponen relaciones de causa y efecto.** Gran parte de la ciencia está dirigida a determinar las relaciones causales y a desarrollar explicaciones para las interacciones y los vínculos entre objetos, organismos y eventos. Las distinciones entre la causalidad, la correlación, la coincidencia y la contingencia separan la ciencia de la pseudociencia.
- **Las explicaciones científicas son limitadas.** Las explicaciones científicas a veces están limitadas por la tecnología, por ejemplo, el poder de resolución de los microscopios y los telescopios. Las nuevas tecnologías pueden generar nuevos campos de consulta o ampliar las áreas actuales de estudio. Las interacciones entre la tecnología y los avances en la biología molecular y el papel de la tecnología en las exploraciones planetarias sirven como ejemplos.

Modificado de: Enseñanzas sobre la evolución y la naturaleza de la ciencia, NAP (1998)

© 2019 Smithsonian Institution

Además, las explicaciones científicas tienen tres componentes principales, conocidos como CER:

- ❑ **Afirmación (Claim):** una aseveración o conclusión que aborda la pregunta o el problema original.
- ❑ **Evidencia (Evidence):** datos científicos (que pueden obtener de muchas formas).
- ❑ **Razonamiento (Reasoning):** el vínculo entre los datos y la afirmación, a menudo se refiere a principios científicos establecidos.

Mediante la argumentación, evaluamos las explicaciones según la presencia, la idoneidad y la suficiencia de la evidencia y el razonamiento proporcionados.

Para obtener más información sobre el proceso de desarrollo de afirmaciones científicas a partir de la evidencia, realiza las siguientes actividades del Cubo de afirmaciones.

Cubo de afirmación n.° 1

1. Corta y arma el cubo de afirmación n.° 1.
2. Colócalo sobre una mesa para que los otros miembros del equipo no puedan ver la parte inferior.
3. Pídele al equipo que formen grupos de tres o cuatro.
4. Coloca el cubo en el centro de una mesa donde los grupos puedan verlo, pero sin tocar, girar, levantar ni abrir el cubo.
5. Presenta la pregunta*, ¿qué hay en la parte inferior del cubo?*
6. Dile al equipo que tendrán que responder la pregunta proponiendo una explicación y que tendrán que convencer al resto del equipo de que su respuesta se basa en evidencia. (La evidencia se refiere a las observaciones que el grupo pueda hacer sobre los lados visibles del cubo).

Haz observaciones

Haz una lista de observaciones sobre el cubo que se puede utilizar para desarrollar una afirmación sobre lo que está en la parte inferior. Ejemplos de observaciones:

- El cubo tiene seis lados.
- Los números son negros.
- Los lados expuestos tienen los números 1, 3, 4, 5, 6.

© 2019 Smithsonian Institution

Desarrolla una afirmación

Desarrolla una afirmación para responder a la pregunta*, ¿qué hay en la parte inferior del cubo?*

Organiza tu razonamiento

Documenta el razonamiento para respaldar tu afirmación. El razonamiento es lo que proporciona el vínculo entre los datos (evidencia) y la afirmación que desarrolló el grupo. Explique la manera en que los datos respaldan la afirmación que desarrolló tu grupo.

Comparte y compara las explicaciones

¿Los grupos comparten sus afirmaciones, evidencia y motivos utilizados para respaldar su afirmación a fin de responder a la pregunta*, ¿qué hay en la parte inferior del cubo?*

- Los puntos clave para recordar son que la ciencia tiene su origen en las preguntas sobre el mundo.
- La ciencia utiliza las observaciones para construir las explicaciones (respuestas a las preguntas). Mientras más observaciones tengas que respalden tu explicación propuesta, más sólida será tu explicación, incluso si no pudiste confirmar la respuesta examinando la parte inferior del cubo.
- Los científicos hacen públicas sus explicaciones a través de las presentaciones.
- Los científicos presentan sus explicaciones y analizan las explicaciones propuestas por otros científicos.

Consenso de afirmaciones del equipo

¡Nunca reveles al equipo la parte inferior del cubo! Los científicos a menudo no tienen forma de ver realmente los fenómenos que están investigando. En estas situaciones, utilizan el consenso científico del grupo para acordar una explicación. El **consenso científico** implica un acuerdo general, aunque no necesariamente unánime, respecto de una explicación.

1. Después de que todos los grupos hayan compartido, determina cuáles afirmaciones tienen el mayor consenso en el equipo.
2. Si todos los grupos llegaron a la misma afirmación, entonces hay un consenso unánime sobre lo que está en la parte inferior.

© 2019 Smithsonian Institution

3. Si diferentes grupos llegaron a diferentes afirmaciones, entonces son posibles dos o más afirmaciones.
    a. Aquí, el equipo debe evaluar cómo se utilizan las observaciones, los datos, la evidencia y el razonamiento para respaldar o debilitar las diferentes afirmaciones.
4. Recuerda que, en la ciencia, dos o más afirmaciones pueden ser igualmente coherentes, teniendo en cuenta los datos disponibles. Por lo tanto, es legítimo no poder llegar a un consenso dado los datos disponibles.
5. En todos los casos, es importante analizar si es posible determinar quién está en lo correcto y quién está equivocado. Si las distintas explicaciones son coherentes con toda la evidencia disponible, ¿es posible decidir qué explicación podría corresponder con la respuesta sobre la parte inferior del cubo, que no podemos ver?

Repite el proceso con los cubos de afirmación n.° 2 y n.° 3 para aumentar la complejidad. Es posible que desees adaptar los niveles de dificultad para tu equipo. También puedes tener diferentes grupos trabajando en distintos cubos al mismo tiempo y luego presentar sus conclusiones a los otros grupos.

Cubo de afirmación n.° 1: el valor de la parte inferior es 2, que falta en la secuencia. Los lados opuestos del cubo suman hasta 7, y debido a que el 5 está en la parte superior, y 5 + 2 = 7, el 2 podría estar en la parte inferior.

Cubo de afirmación n.° 2: la parte inferior es 98. El patrón puede parecer como si los lados opuestos del cubo fueran el doble o la mitad del otro lado, por lo que una respuesta común puede ser que la parte inferior sea 32 o 128. La regla de este cubo es solo que los números deben ser un número par de dos dígitos. A veces, el observador puede inferir un patrón a partir de un conjunto de observaciones, pero a medida que se recopilan más datos, el patrón se puede desafiar o actualizar.

Cubo de afirmación n.° 3: la parte inferior es Francene. Este cubo tiene una complejidad mucho mayor. Las afirmaciones deben abordar el color, los números y el nombre en la parte inferior del cubo. Este cubo tomará más tiempo para trabajar, así que considéralo en tu planificación.

© 2019 Smithsonian Institution

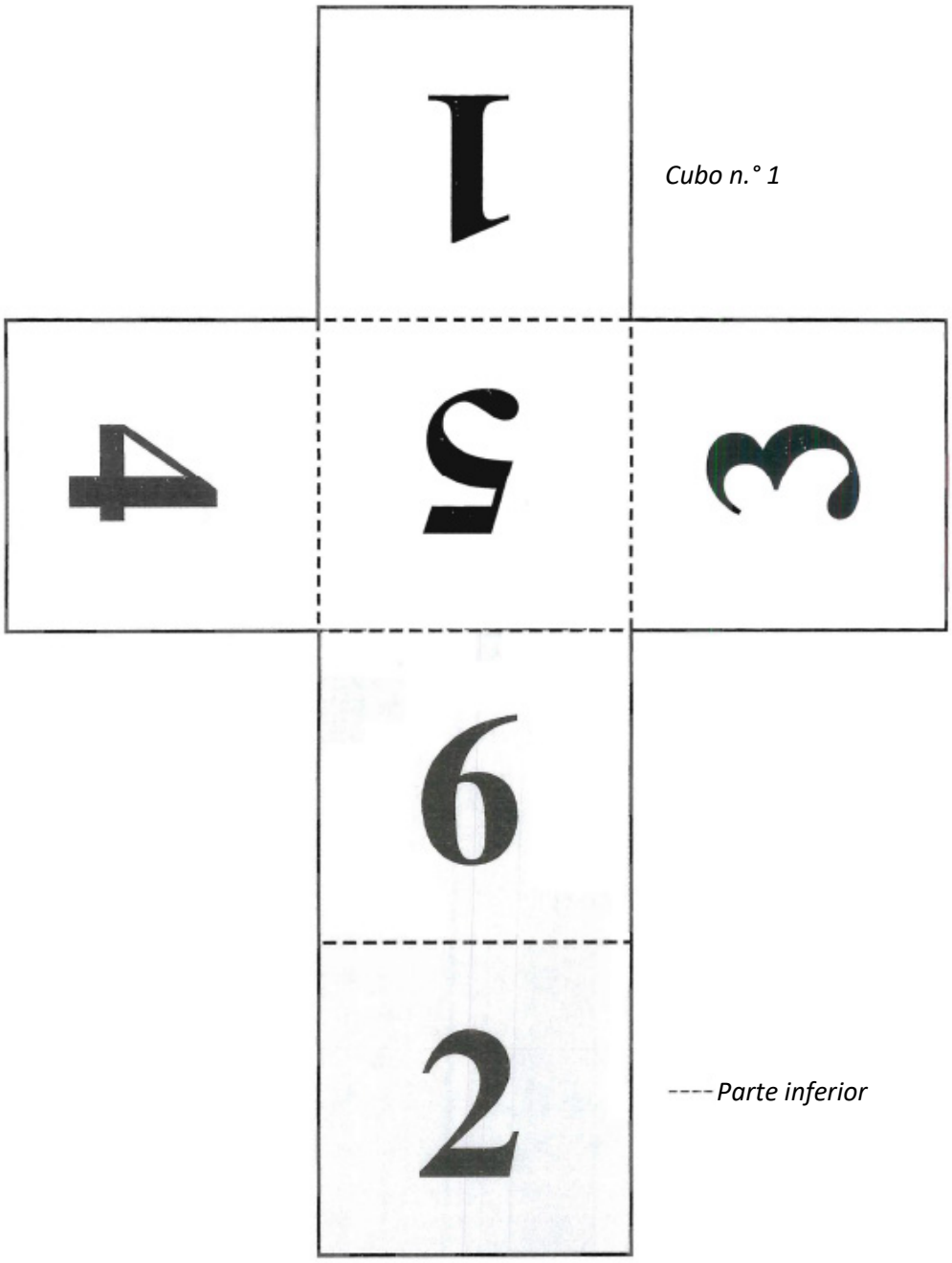
Modificado de: Enseñanzas sobre la evolución y la naturaleza de la ciencia, NAP (1998)

Cubo n.° _____

¿Tienes preguntas? ¿Qué hay en la parte inferior del cubo?
Afirmación
Evidencia observacional (datos)
Razonamiento de la afirmación
Consenso y razonamiento de afirmaciones del equipo

© 2019 Smithsonian Institution

Cubo de afirmación n.° 1



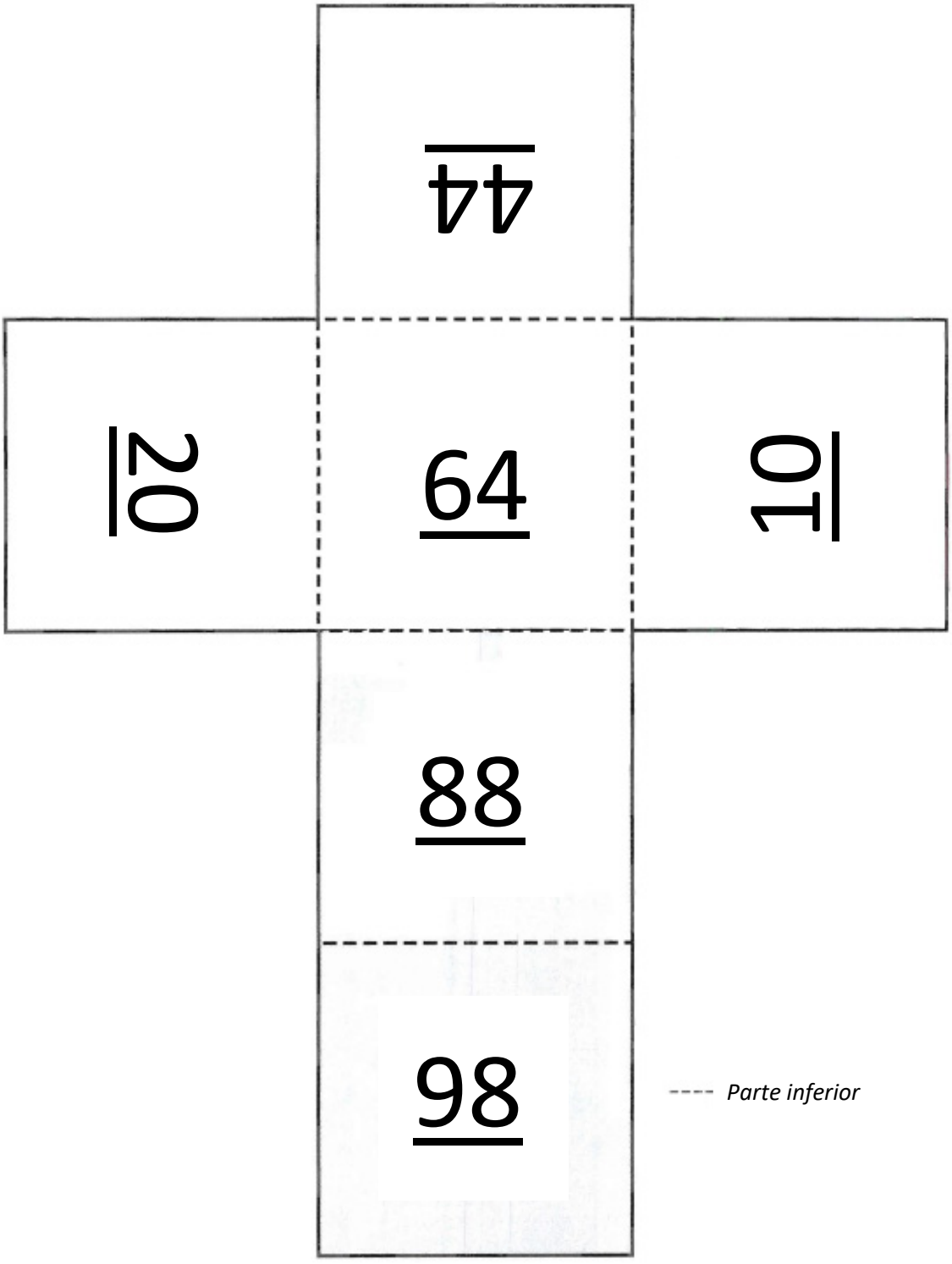
Cubo n.° 1

---- *Parte inferior*

Modificado de: Enseñanzas sobre la evolución y la naturaleza de la ciencia, NAP (1998)

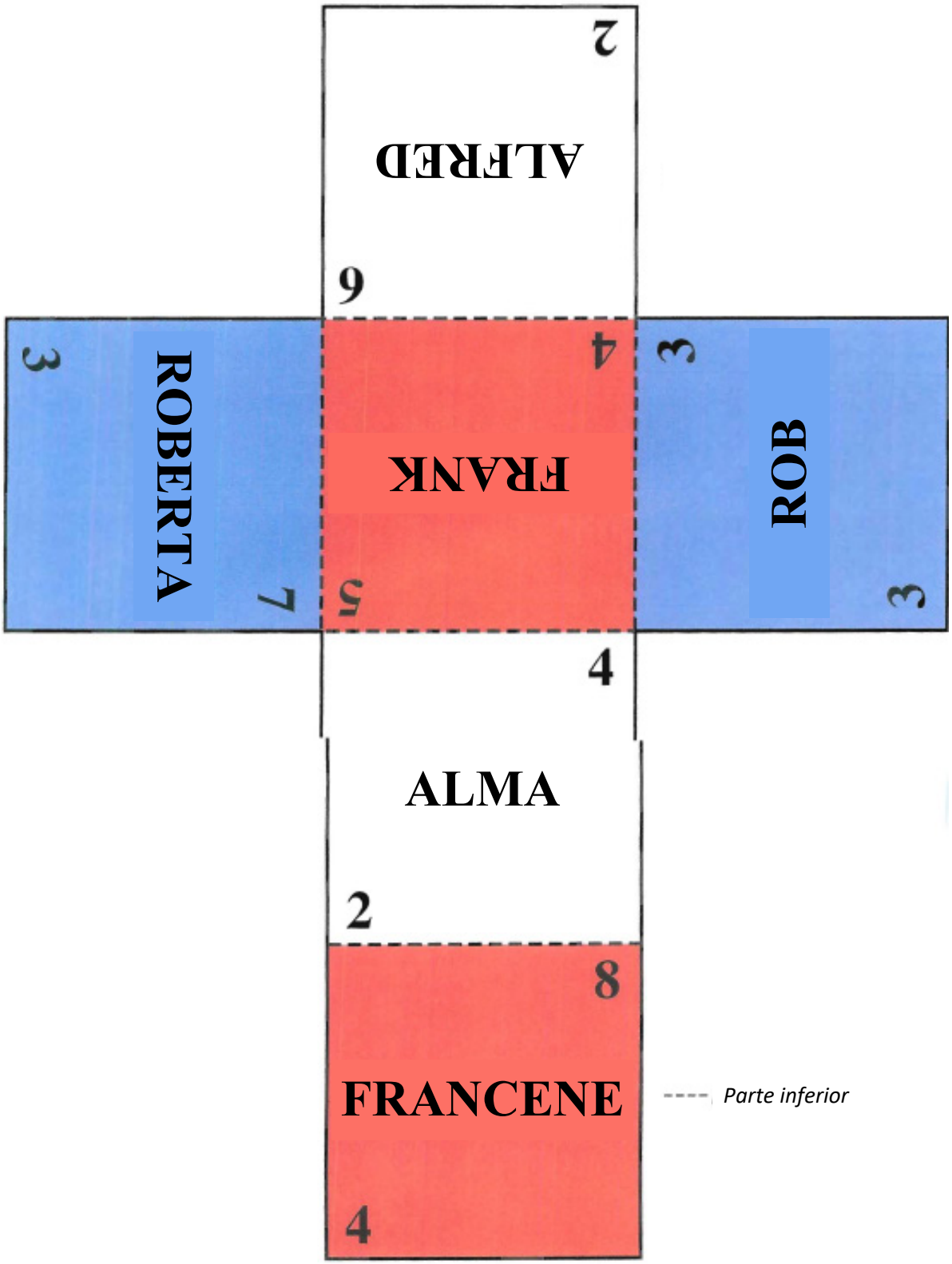
© 2019 Smithsonian Institution

Cubo de afirmación n.° 2



© 2019 Smithsonian Institution

Cubo de afirmación n.° 3



Modificado de: Enseñanzas sobre la evolución y la naturaleza de la ciencia, NAP (1998)

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-9. Generar afirmaciones a partir de la evidencia: COMIDA B.

Cuando los científicos y otras personas hacen afirmaciones basadas en evidencia, a menudo terminan con más de una forma posible de responder una pregunta. Luego, los científicos deben evaluar qué afirmaciones están mejor respaldadas por la evidencia. También pueden explicar y analizar por qué la evidencia respalda una afirmación sobre otra.

Pensar, votar, formar parejas, compartir

1. Pregúntales a los estudiantes si han oído hablar de la regla de los cinco segundos sobre comer alimentos que se han caído al piso.
2. Si no lo han hecho, explica que la regla de los cinco segundos es un concepto en debate de higiene de los alimentos, que dice que hay una ventana limitada (menos de cinco segundos) en la que se permite recoger los alimentos (o, en ocasiones, los cubiertos) una vez que se han caído y, por lo tanto, se han expuesto a la contaminación.
3. **Pensar:** pídeles a los estudiantes que piensen en la regla de los cinco segundos. ¿La siguen? ¿Alguna vez comen alimentos que se han caído al piso?
4. **Voto del equipo**: lleva la cuenta de cómo los miembros del equipo responden la pregunta: *¿Siguen la regla de los cinco segundos?* Utiliza las categorías: Siempre, A veces, Nunca, No estoy seguro. Recopila los datos y guárdalos para usarlos más tarde.
5. **Formar parejas:** después de que los miembros del equipo hayan tenido tiempo para pensar, pídeles que se turnen y analicen la pregunta con un compañero.
6. **Compartir:** después de que las parejas hayan tenido tiempo para debatir, comparte como grupo grande lo que las personas piensan de esto.

Primera ronda

1. Divide al equipo en grupos más pequeños de tres a cinco personas.
2. A cada grupo se le proporcionará un conjunto de Tarjetas para ordenar de la Actividad B: Generar afirmaciones a partir de la evidencia. Opcional: Recorta las tarjetas para poder moverlas por la mesa.
3. Lean la situación juntos.

   > Natasha estaba cortando un tomate para una ensalada sobre una tabla para cortar en la encimera de su cocina. Mientras estaba cortando, se dio cuenta de que algunas de las rodajas se habían caído al piso de baldosas. No estaba segura de cuánto tiempo habían estado allí, pero no pensó que era mucho tiempo, ya que solo le tomó 30 segundos cortar todo el tomate. Cuando recogió las rodajas, se preguntó si era seguro comerlas si las había recogido lo suficientemente rápido. Había oído hablar de la regla de los cinco segundos, pero no estaba segura de qué hacer.

Una tarjeta tiene la pregunta del problema: *¿Es seguro comer un tomate en rodajas que se ha caído al piso de una cocina de baldosas si lo recoges lo suficientemente rápido?*

© 2019 Smithsonian Institution

4. Busca y coloca las tres tarjetas de afirmación en la tabla debajo de la pregunta del problema.

   Afirmación 1: Los alimentos que se caen al piso, se pueden comer con seguridad antes de cinco segundos.

   Afirmación 2: Los alimentos que se caen al piso, no se pueden comer con seguridad antes de cinco segundos.

   Afirmación 3: Otra afirmación: ni la afirmación 1 ni la 2 cuentan con evidencia suficiente que las respalde, y se debe crear una nueva afirmación. (En ese caso, crea tu propia afirmación).

5. Seleccionarás una de estas afirmaciones para respaldar con evidencia y razonamiento. Colócalas bajo la pregunta del problema por ahora.
6. Las tarjetas A a la E contienen evidencias.
7. En tu grupo, tu objetivo es analizar y ordenar las evidencias para determinar cuál de las tres afirmaciones que compiten crees que está mejor respaldada por la evidencia.
8. Completa la sección de la primera ronda en tu hoja de datos.
   - ¿Qué afirmación está mejor respaldada?
   - ¿Qué evidencia respalda mejor esta afirmación?
   - ¿Por qué esta evidencia respalda mejor esta afirmación?
9. Explica que es posible que los grupos no lleguen a un consenso sobre qué afirmación está mejor respaldada. Esto es normal y esperable. Ese es el motivo por el que existe la categoría Otra afirmación.
10. Si tienes preguntas o no estás seguro sobre las afirmaciones 1 y 2, selecciona Otra afirmación y entrega tus motivos, con la evidencia para respaldarla.
11. Pídele a los grupos o a todo el equipo que compartan y analicen qué afirmación piensan que está mejor respaldada por la evidencia existente, después de mirar la evidencia de la primera ronda.
    Utiliza las siguientes frases de inicio de conversación durante el análisis.
    - Creo que esta afirmación se respalda mejor porque _____. . .
    - No creo que esta afirmación se respalde mejor porque _____. . .
    - Estoy de acuerdo porque _____. . .
    - No estoy de acuerdo porque _____. . .
    - ¿Por qué crees eso?

Segunda ronda

1. Analiza cómo los científicos hacen observaciones constantemente y recopilan nuevos datos, que pueden convertirse en nueva evidencia.
2. Proporciona a cada grupo las evidencias de la segunda ronda (tarjetas F a la J). Agrégalas a la evidencia de la primera ronda.
3. Utiliza esta nueva evidencia, junto con la evidencia de la primera ronda, para determinar qué afirmación cree el equipo que está mejor respaldada por la evidencia existente.
4. Completa la sección de la segunda ronda en la hoja de datos.
5. Participa en el análisis del equipo. Pídele a los grupos o a todo el equipo que compartan y analicen qué afirmación piensan que está mejor respaldada y por qué, con la adición de la nueva evidencia para la segunda ronda.

© 2019 Smithsonian Institution

Utiliza las siguientes frases de inicio de conversación durante el análisis.

- Creo que esta afirmación se respalda mejor porque _____. . .
- No creo que esta afirmación se respalde mejor porque _____. . .
- Estoy de acuerdo porque _____. . .
- No estoy de acuerdo porque _____. . .
- ¿Por qué crees eso?

6. Utiliza las siguientes preguntas de análisis.

- ¿En qué se parecen o diferencian sus análisis entre la primera y la segunda ronda?
- ¿De qué hablaban cuando estaban analizando la evidencia?
- ¿Las conversaciones sobre qué afirmación estaba mejor respaldada cambiaron de la primera a la segunda ronda cuando recibieron las nuevas tarjetas de evidencia?
- Recuerda:
    - A menudo, los científicos desarrollan afirmaciones que compiten sobre un fenómeno en particular. Utilizan la evidencia para decidir qué afirmación es más sólida.
    - A medida que surge nueva evidencia, los científicos deben volver a evaluar la solidez de sus afirmaciones.

Tercera ronda

1. Analiza cómo los científicos hacen observaciones constantemente y recopilan nuevos datos, que pueden convertirse en nueva evidencia.
2. Proporciona a cada grupo las evidencias de la tercera ronda (tarjetas K a la Q). Agrégalas a la evidencia de la primera y segunda ronda.
3. Utiliza esta nueva evidencia, junto con la evidencia de las rondas anteriores, para determinar qué afirmación cree el equipo que está mejor respaldada y porqué, dada la evidencia existente.
4. Completa la sección de la tercera ronda en la hoja de datos.
5. Participa en el análisis del equipo. Pídele a los grupos o a todo el equipo que compartan y analicen qué afirmación piensan que está mejor respaldada por la evidencia existente después de la tercera ronda.

Utiliza las siguientes frases de inicio de conversación durante el análisis.

- Creo que esta afirmación se respalda mejor porque _____. . .
- No creo que esta afirmación se respalde mejor porque _____. . .
- Estoy de acuerdo porque _____. . .
- No estoy de acuerdo porque _____. . .
- ¿Por qué crees eso?

6. Utiliza las siguientes preguntas de análisis.

- ¿Las conversaciones sobre qué afirmación estaba mejor respaldada cambiaron desde la primera y la segunda rondas cuando recibieron las nuevas tarjetas de evidencia de la tercera ronda?
- Recuerda:
    - A menudo, los científicos desarrollan afirmaciones que compiten sobre un fenómeno en particular. Utilizan la evidencia para decidir qué afirmación es más sólida.

© 2019 Smithsonian Institution

- A medida que surge nueva evidencia, los científicos deben volver a evaluar la solidez de sus afirmaciones.

Análisis con todo el equipo

Recuérdale al equipo que ahora participarán en un análisis. Cuando participamos en cualquier tipo de análisis significativo como equipo, debemos respetar a nuestro equipo. Utiliza estas frases de inicio de conversación significativas en tu análisis para respetar a los demás miembros del equipo.

- Estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque _____. . .
- Me gustaría volver a lo que _____ dijo acerca de _____. . .
- Me gustaría agregar _____
- Me di cuenta de que _____. . .
- Otro ejemplo es _____. . .

A. ¿Por qué es importante respaldar todas las afirmaciones con evidencia?
B. ¿Por qué es importante volver a evaluar todas las afirmaciones cuando se recopila nueva evidencia?
C. ¿Por qué es importante participar en un análisis cuando hay varias afirmaciones para la misma pregunta?

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-9. Tarjetas para ordenar de la Actividad B: Generar afirmaciones a partir de la evidencia.

Recorta la pregunta del problema, las afirmaciones y las tarjetas de respaldo de evidencias

Situación: Natasha estaba cortando un tomate para una ensalada sobre una tabla para cortar en la encimera de su cocina. Mientras estaba cortando, se dio cuenta de que algunas de las rodajas se habían caído al piso de baldosas. No estaba segura de cuánto tiempo habían estado allí, pero no pensó que era mucho tiempo, ya que solo le tomó 30 segundos cortar todo el tomate. Cuando recogió las rodajas, se preguntó si era seguro comerlas si las había recogido lo suficientemente rápido. Había oído hablar de la regla de los cinco segundos, pero no estaba segura de qué hacer.
Pregunta del problema: ¿Es seguro comer un tomate en rodajas que se ha caído al piso de una cocina de baldosas si lo recoges lo suficientemente rápido?
Afirmación 1: Los alimentos que se caen al piso, se pueden comer con seguridad antes de cinco segundos.
Afirmación 2: Los alimentos que se caen al piso, no se pueden comer con seguridad antes de cinco segundos.
Afirmación 3: Otra afirmación: ni la afirmación 1 ni la 2 cuentan con evidencia suficiente que las respalde, y se debe crear una nueva afirmación. (En ese caso, crea tu propia afirmación).

Evidencia que crees **que respalda** la afirmación	Evidencia que crees **que no** respalda la afirmación	Evidencia que crees **que no tiene nada que ver con** la afirmación

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-9. Tarjetas de evidencia de Comida B

Tarjetas de evidencia de la primera ronda	
A. Natasha estaba dentro de su casa cuando se le cayó comida al piso.	B. Según los investigadores de la Universidad de Aston, los alimentos que se recogen apenas unos segundos después de que se caen son menos propensos a contener bacterias que si se dejan por períodos más prolongados.
C. Los científicos alimentarios de la Universidad de Rutgers declaran que los estudios científicos aficionados y las "investigaciones" televisadas han confundido el problema de seguridad de la caída de alimentos, ya que confían en experimentos que no son científicos.	D. La amiga de Natasha, Ariel, come comida del piso en su casa después de cinco segundos y nunca ha tenido problemas.
E. La investigación sobre alimentos que caen al suelo determinó que depende de la superficie del suelo y de qué tipo de bacterias podrías recoger. Por ejemplo, si estás en un hospital y algo se te cae, probablemente no querrías comértelo.	
Tarjetas de evidencia de la segunda ronda	
F. Según una investigación de la Universidad Aston, es menos probable que las bacterias se transfieran a la comida cuando caen sobre superficies alfombradas.	G. Las investigaciones han demostrado que las bacterias son mucho más propensas a permanecer más tiempo si los alimentos húmedos hacen contacto durante más de cinco segundos con superficies de madera laminada o de baldosas.
H. Un estudio de dos años en la Universidad de Rutgers llegó a la conclusión de que no importa lo rápido que recojas los alimentos que se caen al suelo, recogerás bacterias con ellos.	I. Los científicos alimentarios afirman que, en la mayoría de los casos, comer algo que ha recogido un poco de polvo y bacterias del piso es improbable que dañe a alguien con un sistema inmunológico saludable.
J. Practicar una buena higiene manteniendo los pisos y las superficies limpias ha demostrado ser importante para la seguridad alimentaria.	

© 2019 Smithsonian Institution

Tarjetas de evidencia de la tercera ronda	
K. Un estudio publicado en 2015 informó altos recuentos de bacterias en esponjas, tablas para cortar, encimeras y fregaderos.	L. El padre de Natasha dijo que había comido alimentos que se había caído en el pasado, pero ahora lo piensa antes de tomar su decisión.
M. Las investigaciones citadas por los Centros para el Control de Enfermedades descubrieron que la contaminación cruzada de superficies era el sexto factor, entre 32, que más comúnmente contribuía al brote de enfermedades transmitidas por los alimentos.	N. En una encuesta de 2000 personas, el 79 % admitió haber comido alimentos que se habían caído al piso.
O. El hermano de Natasha dijo que no le importa y se come los alimentos que se le caen al suelo.	

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 1-9. Hoja de datos de Afirmaciones y Evidencias

Ronda	**Afirmación**	Evidencia que crees **que respalda** la afirmación	Evidencia que crees **que no** respalda la afirmación	Evidencia que crees **que no tiene nada que ver con** la afirmación	Afirmación que crees que está mejor respaldada (1, 2 o 3)	Motivos por los que crees que esta afirmación está mejor respaldada
1	**1**					
	2					
	3					
2	**1**					
	2					
	3					
3	**1**					
	2					
	3					

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 1-9. Crear afirmaciones a partir de evidencia

¿Qué consideras importante cuando creas declaraciones en tu trabajo?

ANDREA, la ANTROPÓLOGA



Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

Pensamos en lo que es normal, o lo que suponemos que es normal, en la comunidad más amplia de la antropología biológica. ¿Nuestros colegas entenderán nuestro proyecto o nuestro enfoque? Y, por supuesto, pensamos en lo que podría ser mejor para las comunidades con las que trabajamos. Quiero ver animales salvajes sanos, y si no hay una mejor alternativa, animales cautivos sanos. Esto es una realidad para algunos animales en este momento, pero no es suficiente. Espero que mi trabajo con el proyecto EMPHASIS contribuya a ese objetivo.

ASHLEY, la HISTORIADORA



Museo Nacional de Historia Estadounidense, Instituto Smithsoniano

Como historiadora, quiero mirar una amplia variedad de fuentes que provienen de lugares formales e informales. Por ejemplo, me gustaría revisar informes del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, así como de la American Heart Association. También me gustaría ver libros de cocina de moda, blogs, correos electrónicos, tweets e historias orales. Luego, puedo ver la manera en que estos diferentes tipos de fuentes informan cómo la gente cotidiana entiende la nutrición.

CARLOS, el GERENTE DE SALUD GLOBAL



Johnson & Johnson, São Paulo, Brasil

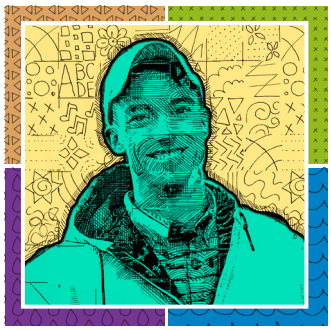
La mayoría de las decisiones que tomamos deben basarse en la ciencia y en estudios de investigación. También es muy importante recopilar la mayor cantidad de datos posible y analizar los resultados después. ¡Pero nunca debes dejar de seguir tus instintos y tu inspiración!

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 1-9. Crear afirmaciones a partir de evidencia

¿Qué consideras importante cuando creas declaraciones en tu trabajo?

MIKE, el NUTRICIONISTA DEL ZOOLÓGICO



Instituto de Biología y Conservación y Zoológico Nacional del Smithsonian

Como nutricionistas, cuanto tomamos decisiones valoramos la bibliografía revisada por pares, la experiencia exitosa y la evidencia empírica. Hay que tener en cuenta que, solo porque algo es revisado por pares, no significa automáticamente que sea correcto, mucho menos infalible. También valoramos la experiencia en el cuidado y el manejo de animales, especialmente cuando esa experiencia respalda los datos (y viceversa). En cierta medida, también valoramos la evidencia empírica (es decir, hay un conjunto de técnicas que han demostrado tener éxito con determinadas especies y sin bibliografía sobre el tema). Idealmente, buscaremos descubrir los "por qué" detrás de situaciones como esta, pero el éxito anterior es valorable.

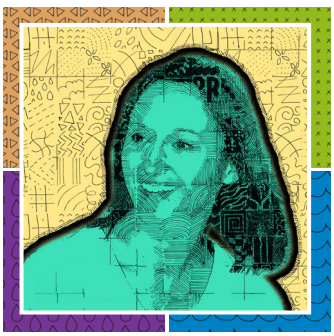
SABRINA, la CURADORA



Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

El público en general quiere respuestas simples sobre qué es nutritivo, para poder tomar decisiones fáciles sobre lo que creen que es saludable para ellos y sus familias. Sin embargo, la nutrición es un tema complejo y debemos ser cuidadosos con la manera en que percibimos lo que es "bueno" o "malo" para las personas que son tan diversas en cuanto a edad, ascendencia, estilo de vida, medioambiente e historia de vida.

JENNIFER, la CURADORA DEL MUSEO



Museo Nacional del Aire y el Espacio, Instituto Smithsoniano

Tiendo a considerar fuentes primarias y secundarias. Cualquier elemento relacionado directamente con un artefacto es una fuente principal. Las listas de inventario, los documentos de historial de vuelo, las fotografías y los informes de conservación pueden desempeñar un papel importante en la gestión del artefacto o en la selección de cuál utilizar en una exhibición. Las fuentes secundarias son los escritos de periodistas, ingenieros y otros historiadores sobre los alimentos y lo que significan. Esto me ayuda a decidir cómo dar forma a la historia que le contaré a una audiencia de exhibición.

© 2019 Smithsonian Institution

Asignación de preguntas

En la parte 2, comenzarás la investigación local. Antes de comenzar, es bueno conocer todas las preguntas del equipo. Esto te ayudará a organizar tu investigación.

Objetivo



En esta tarea, el equipo aprenderá de tus preguntas y las organizará para utilizarlas en la investigación en partes posteriores.

1. Cada miembro del equipo debe pensar qué más le gustaría saber sobre los alimentos y la nutrición.
2. Haz una lista de todas las preguntas que tienes o que te gustaría explorar sobre los alimentos y la nutrición. Recuerda: deben escribirse como preguntas.
3. Piensa, forma parejas y comparte las preguntas que desarrollaste.
4. Como equipo, hagan una lista de estas preguntas.
5. Ve a la carpeta de la tarea 1-8 para obtener el mapa de preguntas.
6. Observa el mapa de preguntas. Este mapa ya tiene algunas casillas llenas con preguntas.
   - La pregunta más importante en el cuadro azul oscuro es la pregunta del problema para el cual estás interesado en crear soluciones: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?
   - Los cuadros verdes bajo la pregunta del problema crean columnas relacionadas con las partes de la Guía de investigación. También verás una columna final en la que puedes poner preguntas que parecen no encajar en ninguna de las otras columnas en este momento.
   - Los cuadros de color celeste son algunas preguntas diferentes que deberás explorar a fin de ayudar a desarrollar tus soluciones para la pregunta principal del problema.
7. Como equipo, con este mapa de preguntas, tomen la lista de preguntas creadas por todo el equipo y comiencen a colocar cada pregunta en una de las columnas.
8. Analicen como equipo en dónde piensan que va mejor cada pregunta. Recuerden: siempre se puede mover las preguntas más adelante en la investigación. Por lo tanto, colóquenlas en la última columna por ahora si no están seguros.
9. Eliminen las preguntas repetidas. Cada pregunta solo debe estar en el mapa una vez.
10. Combinen las preguntas que puedan ir juntas.

    Este mapa de preguntas ayudará a guiar su investigación en las siguientes partes.

    Cada vez que esté analizando preguntas en la parte inferior del mapa, piensen en cómo podrían ayudarlo a responder la pregunta del problema en la parte superior: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Consejo de investigación

El mapa de preguntas ayudará a guiar la investigación del equipo. Su equipo trabajará para investigar, averiguar y explorar tantas preguntas como sea posible. Deberán volver a este mapa de preguntas muchas veces. Por lo tanto, guárdenlo en un lugar seguro y de fácil acceso para el equipo.

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 1-10 Asignación de preguntas

¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

Parte 1. Problema	Parte 2. Comunidad	Parte 3. Aspectos fundamentales	Parte 4. Acceso + almacenamiento	Parte 5. Cocina + conservación	Parte 6. Seguridad alimentaria	Parte 7. Plan de acción	¿Qué otras preguntas deberíamos hacer para obtener más información sobre los alimentos y la nutrición de nuestra comunidad local?
¿Cuáles son las diferentes identidades de las personas de nuestro equipo?	¿Dónde podemos enfocar y ubicar en el mapa nuestra investigación en la comunidad?	¿Cuáles son los diferentes alimentos y dietas que las personas comen para satisfacer sus necesidades diarias?	¿Dónde están todos los puntos de acceso para los alimentos de la comunidad?	¿Cuáles son las diferentes herramientas y técnicas de cocina locales y globales?	¿Qué efectos tienen la publicidad y las noticias sobre alimentos en la seguridad alimentaria y nutricional?	¿Qué datos de nuestra investigación comunitaria podrían ayudar a informar nuestro plan de acción?	
¿Cuáles son los diferentes problemas mundiales y locales basados en alimentos que están afectando a las personas de todo el mundo?	¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?	¿Cuáles son los grupos de alimentos básicos para lograr una buena nutrición?	¿Cuáles son las características de los alimentos en los diferentes puntos de acceso de la comunidad?	¿Cómo se comparan los ingredientes y las recetas locales y mundiales para satisfacer las necesidades dietéticas?	¿Qué efectos tienen los cambios en la población y la urbanización en la seguridad alimentaria y nutricional?	¿Qué acciones creemos que las personas deberían tomar para abordar los problemas alimentarios locales?	
¿Cuáles son las diferentes perspectivas que debemos considerar cuando exploramos este problema a nivel local?	¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?	¿Cuáles son las diferentes pautas nutricionales y cómo se usan a nivel local y mundial?	¿Cuáles son las diferentes técnicas de almacenamiento de alimentos que se utilizan a nivel local y mundial?	¿Cuáles son las diferentes técnicas de conservación de alimentos locales y mundiales?	¿Qué impactos tienen los cambios en la dinámica económica y social en la seguridad alimentaria y nutricional?	¿Cuáles son las maneras en que podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?	
¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir los problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?	¿Quiénes son las personas, organizaciones y asociaciones locales que pueden proporcionar información valiosa relacionada con este problema?	¿De qué manera son útiles las porciones servidas y las raciones recomendadas para controlar la nutrición?	¿Cuáles son los desafíos para acceder y almacenar los alimentos en la comunidad local?	¿Cuáles son las técnicas para garantizar la seguridad alimentaria y controlar la propagación de enfermedades transmitidas por los alimentos?	¿Qué efectos tienen los cambios en el medioambiente sobre la seguridad alimentaria y nutricional?	¿Cómo podemos comenzar a promulgar nuestro plan de acción a nivel local?	
					¿Cuáles son las conexiones alimentarias locales y mundiales que pueden afectar la seguridad alimentaria y nutricional?		

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

© 2019 Smithsonian Institution

Informe de la parte uno

¡Felicitaciones!

Has completado la parte uno de tu investigación.

Date una palmadita en la espalda.

El equipo ahora debe tener una mejor comprensión del equipo y del problema alimentario.

Sin embargo, no te preocupes si estás confundido o si no estás seguro de nada.

Las dudas se esclarecerán a medida que investiguemos más.



Como se puede ver en el mapa de preguntas de la tarea 1-10, todavía quedan muchas preguntas que debemos explorar.

Estas preguntas guiarán la exploración de nuestra comunidad local.

Esta exploración nos ayudará a comprender mejor el problema de nuestra comunidad local.

Esto también nos ayudará a desarrollar soluciones que creemos que son las mejores para nuestra comunidad.

Recuerda: cada comunidad es diferente.

La respuesta no siempre es la misma para todos los lugares del mundo.

Pero recuerda que todo este trabajo se centra en nuestra pregunta sobre el problema:

¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?



La siguiente parte de tu investigación se centrará en la ubicación en el mapa de los centros de investigación del equipo.

Luego, realizarás una encuesta a las personas de tu sitio de investigación para ver lo que saben sobre los alimentos.

Después, utilizarás esta información a fin de comenzar a desarrollar ideas para soluciones.

Esto puede ser confuso.

Pero no se preocupen.

Todo tendrá sentido a medida que completes las tareas. Recuerda, el equipo está aquí para ayudar.

Continúa con la parte 2: Comunidad

© 2019 Smithsonian Institution

Notas:

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

PARTE 2: LISTA DE TAREAS DE LA COMUNIDAD

Esta es la lista de tareas para la parte 2: Comunidad

Márcalos a medida que los completas.

TAREAS

- [ ] 2-1 Ubicar en el mapa los sitios de investigación
- [ ] 2-2 Encuesta a la comunidad
- [ ] 2-3 Análisis de los datos de la encuesta
- [ ] 2-4 Conexión de alimentos, cultura, identidad e historias
- [ ] 2-5 Recolección de historias orales sobre la cultura alimentaria
- [ ] 2-6 Identificar a los socios de la comunidad
- [ ] 2-7 Informe de la comunidad

En esta parte, el equipo establecerá y hará un esquema de sus sitios de investigación para enfocarse en la recopilación de datos sobre lo que la comunidad local piensa y sabe sobre los alimentos. El equipo utilizará métodos de encuestas y entrevistas para recopilar y analizar datos acerca de la información y la cultura alimentaria local relacionados con la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos? El equipo también comenzará a identificar a los socios locales con los que podrían trabajar durante su investigación en partes futuras.









© 2019 Smithsonian Institution

2-1 Ubicar en el mapa los sitios de investigación

Bienvenido a la parte 2 y la tarea 2-1. El equipo ahora comenzará a investigar sobre los alimentos y la nutrición en tu comunidad local. Para hacerlo, el equipo primero debe identificar el área en donde les gustaría realizar la investigación sobre los alimentos. Esta será el área donde realizarán experimentos, harán observaciones y recopilarán información. Así que piensa en un lugar de tu comunidad sobre el que estés interesado en saber más.

Por ejemplo, los límites de los sitios de investigación podrían incluir el lugar donde se reúne tu equipo y el área circundante. También podría ser muy grande e incluir todo el pueblo o la ciudad, y los hogares de todos los miembros del equipo. O puede ser un sitio más pequeño que se enfoque más en un área específica. Tu equipo tendrá que tomar estas decisiones en conjunto. También deberán decidir si quieren tomar más de un sitio de investigación. Ustedes toman todas estas decisiones. También se puede cambiar el tamaño y la cantidad de los sitios de investigación más adelante a medida que se recopila más información.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se enfocará en recopilar datos sobre la siguiente pregunta del mapa de preguntas de la tarea 1-10: **¿Dónde podemos enfocar y ubicar en el mapa nuestra investigación en la comunidad?**

En esta tarea, el equipo determinará la ubicación y los límites de los sitios de investigación. Una vez que se hayan decidido, el equipo puede comenzar a desarrollar un mapa de estos sitios.

1. Ve a la carpeta de la tarea 2-1 y toma las instrucciones y ejemplos de Ubicación en el mapa de sitios de investigación. Esta tarea tiene solo una versión, pero muchas opciones que debes elegir.
2. Como equipo, determinen lo siguiente:
   - ¿Cuántos sitios de investigación tomarán para estudiar alimentos?
   - ¿Dónde hay lugares correctos para tomar como nuestros sitios de investigación?
   - ¿Cuáles serán los límites de nuestros sitios de investigación?
   - ¿Los sitios de investigación incluirán todos los hogares de los miembros del equipo?
   - Si tenemos más de un sitio de investigación, ¿qué miembros del equipo serán responsables de cada sitio?
3. Cuando el equipo haya determinado las ubicaciones y los límites de los sitios de investigación para estudiar los alimentos en la comunidad, sigue las instrucciones de la tarea para comenzar a elaborar tu mapa. Observa los ejemplos.
4. Marca los límites de los sitios de investigación en tu mapa. Mide y calcula el área de los sitios de investigación. ¡Usa tus habilidades matemáticas para ayudarte!

Consejo de investigación

Las carpetas de tareas se encuentran en: **ssec.si.edu/food** Cuando veas la flecha azul, debes ir a las carpetas de tareas de ahí. Ahí estarán todos los recursos adicionales. ¡Pruébalo ahora!

Consejo de investigación

Este mapa se utilizará durante la investigación, por lo que debes guardarlo en un lugar seguro. Se agregará otra información a este mapa a medida que obtengas más información sobre los sitios. Así que guárdalo en un lugar seguro.

¡Qué bien! Completaste la tarea 2-1. Márcala en la lista de tareas.

¡Ve a la tarea 2-2!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 2-1. Ubicar en el mapa los sitios de investigación

Los mapas son herramientas útiles para visualizar la información y los datos sobre alimentos de la comunidad. Cuando realices tu investigación sobre alimentos, utilizarás un mapa para definir los límites o bordes de la comunidad que estás estudiando. Estos límites pueden basarse en muchos elementos sociales y físicos diferentes que estén contenidos en ellos. Por ejemplo:

- Donde viven las personas.
- Dónde se ubican los negocios.
- Caminos.
- Características naturales.

Los mapas muestran cómo la comunidad se adapta dentro del contexto más amplio de su entorno y cómo ha cambiado con el tiempo. Los mapas también pueden ayudar a revelar cómo las comunidades se han organizado de forma económica, social o geográfica. Durante la investigación sobre alimentos, agregarás diferente información relacionada con los alimentos al mapa que crees en esta tarea.

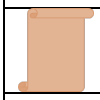
Existen muchas fuentes de mapas existentes para ahorrarte tiempo a fin de comenzar. Sin embargo, siempre puede crear tu propio mapa desde cero.

1. Obtén los mapas de la comunidad en torno a dónde se reúne su equipo, lo que puede ser útil para comenzar.
    - En Internet: utiliza programas de mapas en línea gratuitos, como Google Maps o MapQuest, para descargar o imprimir un mapa de la comunidad.
    - Impresión: los mapas buenos de la comunidad a menudo están publicados y disponibles en:
        - Bibliotecas locales
        - Oficinas de planificación del gobierno local
        - Atlas o mapas de viaje o carretera en estaciones de servicio, tiendas o en línea
    - Si no puedes obtener los mapas, tendrás que crear tu mapa desde cero. Comienza con un trozo de papel en blanco o un papel cuadriculado.
2. Para comenzar, marca en tu mapa la ubicación donde se reúne tu equipo. Trabajarás desde esta ubicación para determinar los límites de tu sitio de investigación.
3. Trabajando desde la ubicación de reunión de tu equipo, determina los límites o los bordes del área que el equipo está interesado en investigar y los motivos. Por ejemplo, puedes establecer un límite que podría incluir:
    - Límites de las viviendas del equipo: establece un límite que incluya todos los hogares de los miembros del equipo, el lugar de reunión del equipo y el área circundante.
    - Límites naturales: montañas, ríos y características diferentes del terreno.

© 2019 Smithsonian Institution

- Límites políticos o administrativos: líneas de ciudades o condados, líneas de distritos escolares, líneas de vecindarios.
- Límites de infraestructuras físicas: carreteras, redes de transporte, uso de la tierra.
- Límites sociales o culturales: vecindarios separados por grupos sociales o culturales.
- Otros límites: determina tus propios motivos para establecer un límite.

4. Marca o dibuja los límites de tu sitio de investigación en tu mapa.
5. Proporciona una justificación de por qué seleccionaste estos límites para tu sitio de investigación.
6. En tu mapa, utiliza identificadores únicos (colores, formas, adhesivos, etc.) para marcar cualquiera de los siguientes elementos que te gustaría incluir, como:
   - Ubicación de reunión del equipo.
   - Ubicaciones de las casas de los miembros del equipo.
   - Calles principales o lugares de interés.
   - Lugares que son importantes para la comunidad, como bibliotecas, lugares de reunión, centros comunitarios, hospitales o clínicas de salud, lugares de culto.
7. Crea una leyenda para tu mapa a fin de mostrar lo que significa cada identificador en el mapa (agregarás elementos adicionales a tu mapa y, más adelante, agregarás leyendas en tu investigación, así que deja espacio para agregar más).
   Ejemplo de leyenda:

Leyenda	
	Ubicación de reunión del equipo.
	Ubicaciones de las casas de los miembros del equipo.
	Biblioteca.
Deja espacio para agregar más a tu leyenda en el futuro.	

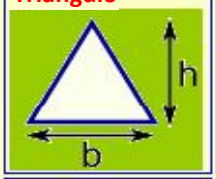
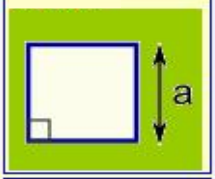
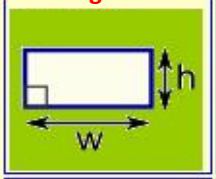
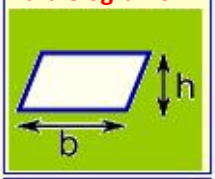
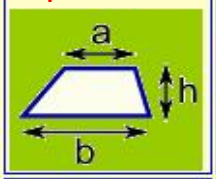
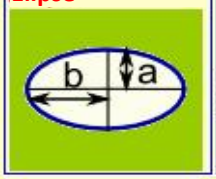
9. Determina qué dirección es el norte en el mapa. Agrega una rosa de los vientos para marcar esta dirección. La rosa de los vientos tiene este aspecto. Gírala en el mapa para mostrar la dirección correcta del norte.

© 2019 Smithsonian Institution



Conexión matemática

Utiliza tus habilidades matemáticas o la tecnología para determinar el área aproximada de tu sitio de investigación. Utiliza las siguientes fórmulas para las diferentes formas a fin de determinar las maneras de calcular el área.

Forma	Fórmula	Forma	Fórmula
Triángulo 	Área = ½b × h b = base h = altura	Cuadrado 	Área = a^2 a = longitud del lado
Rectángulo 	Área = w × h w = ancho h = altura	Paralelogramo 	Área = b × h b = base h = altura vertical
Trapezoide 	Área = ½(a+b) × h h = altura vertical a y b son los lados paralelos	Círculo 	Área = πr^2 r = radio
Elipse 	Área = πab a = mitad del eje menor b = mitad del eje	Sector 	Área = ½r^2θ r = radio θ = ángulo en radianes

Si no tienes acceso a la tecnología para medir longitudes y calcular el área en tu mapa, utiliza el siguiente método para medirlas en el mundo real y hacer los cálculos adecuados, luego agrégalas al mapa.

© 2019 Smithsonian Institution

Cómo calcular tu longitud de paso y longitud para medir distancias largas

Puedes realizar esta medición dentro o fuera. Necesitarás algo para marcar el punto de inicio y final (tiza, cono, roca) y una cinta métrica o una varilla de medición.

1. Con la cinta métrica o la varilla de medición y los marcadores, mide y marca los puntos de inicio y final de una distancia específica, como 5 o 10 metros.
2. Comienza a caminar unos 3 metros antes del marcador inicial para alcanzar la velocidad de tu caminata natural.
3. Cuando llegues al marcador inicial, comienza a contar los pasos, detén el conteo cuando llegues al marcador final.
4. Divide la cantidad de metros en la distancia medida por la cantidad de pasos que diste desde la primera a la segunda marca. **Distancia en metros ÷ número de pasos = longitud del paso.** Por ejemplo, si diste 25 pasos para cubrir 10 metros, tu longitud de paso sería de 0,4 metros (10 ÷ 25 = 0,4).
5. Ahora que conoces la longitud de tu paso, puedes usarla para medir distancias largas.
6. Simplemente cuenta la cantidad de pasos que das al caminar una cierta distancia. Luego, multiplica el conteo total de pasos por la longitud del paso. Por ejemplo, 1248 pasos x 0,4 metros (longitud del paso) = 499,2 metros, o aproximadamente 500 metros.
7. Utiliza este método para medir distancias largas y las fórmulas de las figuras anteriores para determinar el área aproximada de tu sitio de investigación.

Agregar una escala del mapa al mapa del sitio de investigación

Muchos mapas digitales proporcionan la escala del mapa con el que está trabajando. Utiliza esa escala y agrégala a cualquier versión física de los mapas que estés utilizando en tu investigación.

Si no tienes acceso al tipo de mapa que te indica la escala o la tecnología para medir longitudes y calcular la escala en tu mapa, utiliza el siguiente método para medirlas en el mundo real y hacer los cálculos adecuados, luego agrégalas al mapa.

1. En primer lugar, calcula la longitud de tu paso y zancada para medir distancias largas mediante la técnica anterior.

© 2019 Smithsonian Institution

2. A continuación, calcula la escala de tu mapa.

    a. Identifica una longitud relativamente recta en tu mapa, como una distancia que podrías caminar entre dos ubicaciones.

    b. Marca una ubicación de inicio y final en tu mapa.

    c. Con una regla, mide la distancia entre la ubicación de inicio y final en el mapa. Fíjate en las unidades de tus mediciones, como milímetros o centímetros.

    d. Ve a la ubicación de inicio, en el mundo físico, que marcaste en tu mapa.

    e. Contando tus pasos, camina desde la ubicación de inicio hasta la ubicación final que marcaste en tu mapa.

    f. Cuenta la cantidad total de pasos que diste para recorrer la distancia. Este será tu conteo de pasos.

    g. Multiplica el conteo total de pasos para recorrer la distancia por la longitud de tu paso. Por ejemplo, 1248 pasos, x 0,4 metros (longitud del paso) = 499,2 metros, o aproximadamente 500 metros.

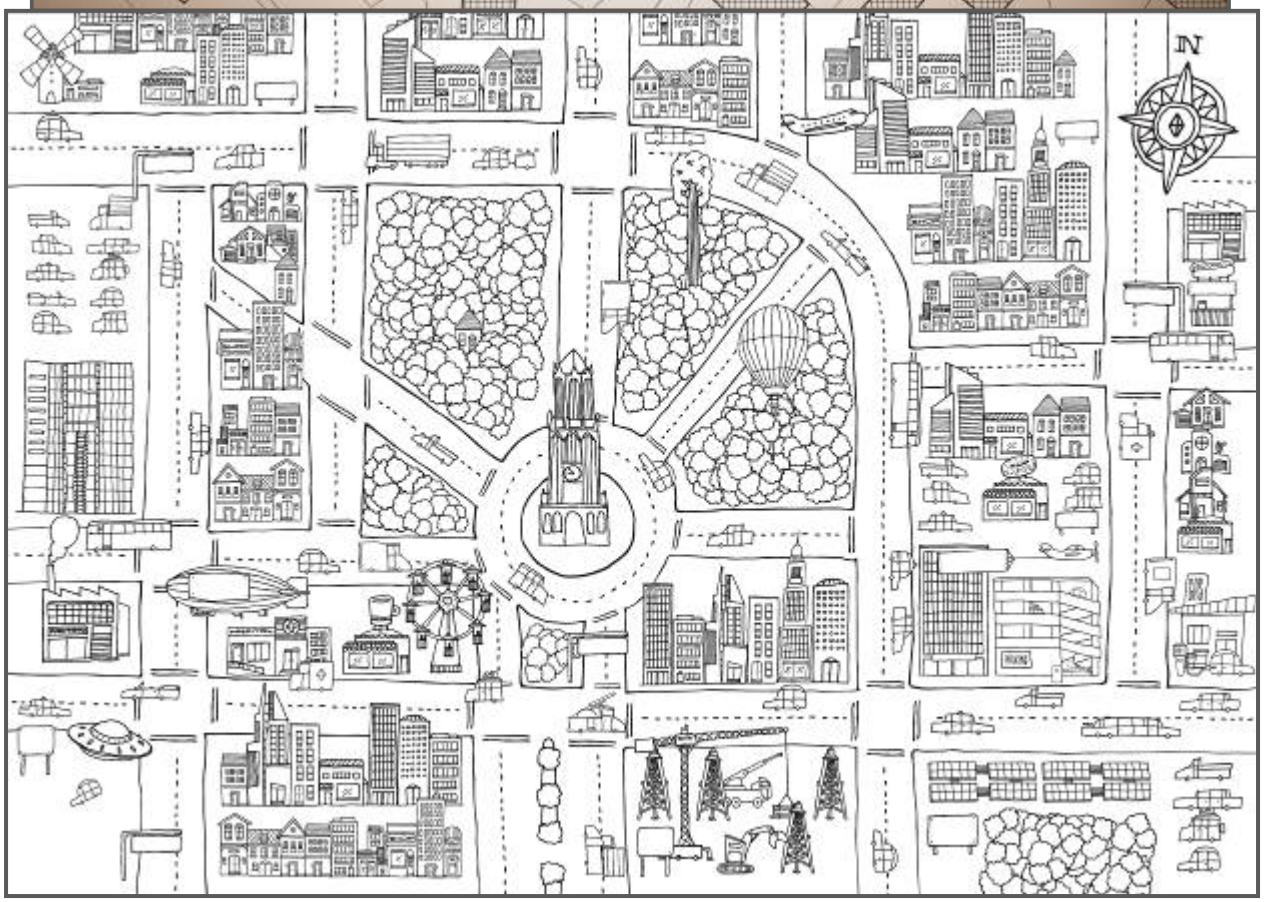
    h. Divide esta medición de distancia real por la medición de esa distancia en tu mapa. Por ejemplo, supongamos que la distancia entre los puntos de inicio y final en el mapa es de 16 centímetros. Ya sabes que la distancia en el mundo real es de 500 metros. 500 ÷ 16 = 31,25. La escala sería 1 centímetro (en tu mapa) es igual a 31,25 metros (en el mundo real).

3. Utiliza este método para calcular la escala del mapa de tu sitio de investigación. Agrega esta información a tu mapa.

© 2019 Smithsonian Institution

Ejemplos de mapas dibujados a mano





© 2019 Smithsonian Institution

2-2 Encuesta a la comunidad

En la tarea 1-3, el equipo recopiló los datos de la encuesta de los miembros del equipo. Ahora es el momento de encuestar a otras personas en la comunidad para ver lo que saben y lo que piensan. Esto ayudará al equipo a comprender lo que las personas del equipo y la comunidad piensan sobre diferentes partes del problema alimentario. Esta encuesta también proporcionará evidencia que será útil para saber qué aspectos las personas podrían no entender sobre los alimentos y la nutrición.

Objetivo



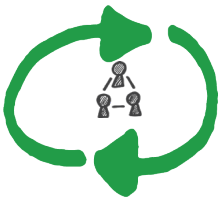
En esta tarea, el equipo se centrará en la recopilación de datos sobre las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?**
- **¿Cuáles son las maneras en que podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 2-2 y toma las preguntas de la encuesta, el texto para la sección Preguntar al equipo y los Consejos de seguridad.



2. Lee el texto de la sección **Preguntar al equipo** referente a ideas erróneas sobre alimentos. Se refiere a conceptos que las personas de todo el mundo comúnmente no entienden sobre alimentación o nutrición.



3. Mira las preguntas de la encuesta y determina cuáles son las preguntas más apropiadas de la encuesta.
4. Determina a quién encuestará el equipo en la comunidad. Se pueden encuestar a más de una persona si lo desean. La encuesta te ayudará a comprender conceptos erróneos en tu comunidad.



Consejo de investigación

Lee los Consejos de seguridad de la encuesta antes de salir a la comunidad a realizar encuestas o entrevistar a personas. Sé respetuoso, nunca salgas solo y siempre mantente atento a tu entorno.

© 2019 Smithsonian Institution

2-2

5. Si vas a encuestar a tu familia, amigos o personas en la escuela, decide a quién encuestarás y por qué.
6. Si vas a encuestar a alguien de tu comunidad, decide quién será esta persona y busca la manera de entregarle la encuesta o de encuestarla en persona.
7. Siempre que tengas que encuestar a personas de tu comunidad, primero pide permiso al líder de tu equipo antes de comunicarte con estas personas. Lee el documento de Consejos de seguridad sobre hacer encuestas o entrevistas a las personas antes de comenzar.
8. Deben determinar cómo los miembros del equipo desean hacer la encuesta.
   - Entrevista oral: haces las preguntas y documentas las respuestas.
   - Proporcionar a cada persona una versión impresa de la encuesta y pedirles que las completen por su cuenta.
   - Si tienes acceso a herramientas de encuestas digitales, averigua cómo las puedes utilizar. Se pueden utilizar herramientas como SurveyMonkey y Google Forms/Docs, si están disponibles.
   - Si tienes otra estrategia que funcione mejor para tu equipo, ¡úsala!
9. Haz la encuesta y lleva los resultados a la siguiente reunión de equipo. En la tarea 2-3, el equipo recopilará y analizará los resultados de la parte 1 y la parte 2 de la encuesta.
10. En el mapa de tu sitio de investigación de la tarea 2-1, grafica la ubicación de donde vive cada persona encuestada. Crea un símbolo único para estos sitios y agrégalo a la leyenda del mapa.
11. Analiza cómo podría ser útil realizar esta encuesta y agregar estos datos al mapa del sitio de investigación cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 2-2. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 2-3!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 2-2. Encuesta a la comunidad

Cómo realizar la encuesta

Una encuesta es un método para recopilar información de personas o de un grupo. La información recopilada brinda al equipo de investigación una mejor comprensión de la visión u opinión general de un grupo de personas. Una encuesta es una herramienta para aprender acerca de los pensamientos u opiniones de un grupo en un momento y lugar específicos. No es una prueba con respuestas correctas o incorrectas. Los resultados de una encuesta ayudarán al equipo de investigación a definir mejor el problema y a guiar tu trabajo.

Recuerda, el propósito de una encuesta es comprender los pensamientos de una persona o grupo en ese momento y lugar específicos. Esto significa que para que la investigación sea útil, es importante que las personas sean honestas cuando realicen la encuesta. Si las personas son honestas en una encuesta, esto ayudará al equipo de investigación a tomar decisiones mejor informadas sobre su trabajo. Cuando encuestes a las personas de tu comunidad, es importante recordarles estos detalles antes de comenzar.

Personaliza las preguntas de la encuesta, según sea necesario.

- Repasa las preguntas proporcionadas.
- Puedes utilizar la encuesta como está o puedes eliminar o agregar preguntas, según sea necesario.
- Asegúrate de incluir al menos una o dos preguntas de las partes 2 a la 7.
- Crea y agrega tus propias preguntas, según sea necesario.
- Recuerda, las preguntas que se proporcionan aquí son para ayudarte a comenzar, así que personalízalas según sea necesario.

Identifica un método de encuesta que funcione mejor para el equipo. Algunas opciones incluyen:

- Entrevista oral: haz las preguntas y documenta las respuestas de las personas.
- Encuesta en papel: pídele a cada persona que complete una versión escrita por su cuenta y que la envíe al equipo. Las respuestas se pueden escribir directamente en la encuesta o en otro documento.
- Crea una versión digital de la encuesta con Survey Monkey, Google Forms/Documents u otro método digital.
- Como siempre, elige la opción que sea más fácil de hacer para ti.
- Si tienes un método de encuesta que no aparece aquí y que prefieras, ¡úsalo!

© 2019 Smithsonian Institution

Encuesta alimentaria de la comunidad

Nombre:_____

Parte 1. Antecedentes

Edad				
0-10	11-20	21-40	41-64	Más de 65

Género				
Masculino	Femenino	No binario/tercer género	Prefiero autodescribirme _____	Prefiero no decirlo

¿Cuál es el nombre de la comunidad en la que vives?

¿Dónde está tu hogar?			
Ciudad	Villa	Rural	Pueblo
Periurbano (a las afueras de la ciudad)	Otro (especifica)		

Disponibilidad de medios de comunicación en la casa (marca todas las opciones que correspondan)			
Televisión	Periódico	Radio	Computadora
Tableta	Internet	Teléfono	Teléfono celular
SMS	Redes sociales	Teléfono celular con Internet	Otro

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 2. Comunidad

¿Esta la primera vez que alguien te encuesta acerca de alimentos, nutrición y problemas de salud?		
Sí	No	No estoy seguro

¿Cómo calificarías tu salud en general?					
1. Excelente	2. Muy buena	3. Buena	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Cómo calificarías la salud en general de las personas de tu comunidad?					
1. Excelente	2. Muy buena	3. Buena	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Qué tanto te preocupas por los alimentos en tu comunidad?					
1. No me preocupa	2. Un poco preocupado	3. Preocupado	4. Muy preocupado	5. Extremadamente preocupado	6. No estoy seguro

¿De dónde obtienes *la mayor parte* de la información sobre alimentos, dieta y nutrición? (Marca todas las opciones que correspondan)			
Familia	Amigos	Televisión	Médico
Enfermera	Internet	Revistas	Artículos de investigación
Libros	Profesor/escuela	Anuncios de alimentos	Redes sociales
No lo sé	Otro (enumera)		

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 3. Aspectos fundamentales de la nutrición

¿Qué tan bueno es tu conocimiento sobre lo que constituye una comida saludable y bien equilibrada?					
1. Excelente	2. Muy bueno	3. Bueno	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Con qué frecuencia piensas en el valor nutricional de los alimentos cuando decides qué comer?			
1. A menudo	2. A veces	3. Para nada	4. No estoy seguro

¿Qué tan familiarizado estás con las pautas alimentarias nacionales o regionales sobre qué comer?					
1. Excelente	2. Muy bien	3. Bien	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Qué tan bien entiendes los siguientes tipos de información nutricional?					
A. Folletos o volantes de información nutricional					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
B. Información de la etiqueta de los alimentos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
C. Programas de televisión, radio o Internet sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
D. Recomendaciones verbales de profesionales sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
E. Consejos sobre nutrición alimentaria de familiares o amigos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro

Según lo que comes periódicamente, ¿cuál es tu estilo de alimentación? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Comedor rápido	Comedor errático	Comedor emocional (estresado, aburrido, triste, etc.)	Comedor nocturno	Comedor con poco tiempo
No me gusta la comida “saludable”	Viajo con frecuencia	No planifico las comidas o los menús	Dependo de los productos de conveniencia	Los miembros de la familia tienen gustos diferentes
Me encanta comer	Como demasiado	Como porque tengo que hacerlo	Tengo una relación negativa con la comida	Lucho contra los problemas alimentarios
Estoy confundido con respecto a los alimentos y la nutrición	Como comida rápida con frecuencia	Malas opciones de refrigerios	No tengo fácil acceso a las comidas habituales	Con frecuencia como solo

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 4. Acceso y almacenamiento

Piensa en un día habitual. ¿Qué tan fácil o difícil es para ti acceder a alimentos frescos y saludables?					
1. Muy difícil	2. Difícil	3. Algo fácil	4. Fácil	5. Muy fácil	6. No estoy seguro

¿Dónde compras los alimentos en tu comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mercado al aire libre	2. Mercado de agricultores	3. Directamente de los agricultores	4. Supermercado
5. Tienda de conveniencia	6. Restaurante formal	7. Restaurante informal	6. Otro (especifica)_____
De los lugares que indicaste anteriormente, ¿dónde compras alimentos con más frecuencia?			

¿Qué tan cerca de donde vives se encuentra el lugar donde compras alimentos con más frecuencia?				
1. Muy cerca	2. Algo cerca	3. Lejos	4. Muy lejos	No estoy seguro

¿Cómo viajas a los lugares donde compras comida en tu comunidad?				
1. Vehículo personal	2. Motocicleta o moto	3. Transporte público	4. Taxi	5. Bicicleta
6. A pie	7. No estoy seguro	Otro (especifica)		

¿Dónde almacenas los alimentos para tu hogar? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Estructura exterior	2. Refrigerador	3. Congelador	4. Estructura comunitaria
5. Despensa o gabinete	6. No estoy seguro	Otro (especifica)	

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 5. Cocina y conservación

¿Con qué frecuencia cocinas tus propias comidas solo en casa o con tu familia?			
1. De 0 a 2 veces a la semana	2. De 3 a 5 veces a la semana	3. De 6 a 8 veces a la semana	4. Más de 8 veces a la semana

¿Qué tan cómodo te sientes con las herramientas (cuchillos, sartenes) y las técnicas (cocinando sobre fuego) para cocinar alimentos?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Un poco cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. Extremadamente incómodo

¿Qué tan cómodo te sientes siguiendo recetas?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué tan cómodo te sientes con el acceso a la información sobre los ingredientes de cocina que no has usado ni consumido antes?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué técnicas de conservación de alimentos conoces o has usado? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mermelada	2. Secado	3. Embotellado	4. Estofado
5. Fermentación	6. Encurtidos	Otro (especifica)	7. No estoy seguro

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 6. Seguridad alimentaria

¿Sabes de personas de tu comunidad que tengan problemas de salud relacionados con la dieta?				
Sí	No	No estoy seguro		
Si la respuesta es sí, ¿cuáles?				
Desnutrición	Obesidad	Diabetes	Hipertensión	Enfermedades cardiovasculares
Anorexia	Bulimia			

¿Sabes de áreas o personas en tu comunidad que no tengan acceso fácil y seguro a los mercados de alimentos?			
Sí	No	No estoy seguro	
Si la respuesta es sí, ¿cuáles son algunos motivos?			

¿Sabes de personas o familias a las que les resulte difícil costear comida en tu comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro

Históricamente hablando, ¿estás al tanto de algún cambio en los problemas relacionados con los alimentos en tu comunidad hoy en día en comparación con el pasado?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

¿Estás al tanto de algún cambio en la diversidad o en la cantidad de diferentes tipos de alimentos disponibles o consumidos en la comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 7. Plan de acción

¿Estás al tanto de los servicios o programas alimentarios en tu comunidad?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿cuáles servicios?		

¿De dónde recibes la información sobre los programas de alimentación y nutrición en la comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/ observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

¿En qué fuentes confías más para obtener información precisa sobre alimentos y nutrición? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/ observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

¿Actualmente tomas alguna medida para ayudarte a ti, tu familia o tu comunidad en relación con los problemas alimentarios locales?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿qué acción?		

Volver a la Guía de investigación ahora

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 2-2. Encuesta a la comunidad

¿Crees que las personas malinterpretan ciertos conceptos sobre comida o nutrición?



ANDREA, la ANTROPÓLOGA

Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

¡Sí! Mi mejor ejemplo son las dietas. . . todas. Simplemente no funcionan. Cambiar los patrones alimentarios es un trabajo difícil que requiere paciencia y debes comprometerte con los hábitos a largo plazo. Los cambios a corto plazo pueden producir resultados a corto plazo, pero pueden ser complicados para tu cuerpo y tu metabolismo. La nutrición no se trata de hacer dieta, se trata de dar lo mejor de ti cada día para consumir las calorías que necesitas pensar, caminar, respirar y abrazar a tu familia. Y si estás corriendo para hacer todas esas cosas, ¡esperemos que también hagas ejercicio!



ASHLEY, la HISTORIADORA

Museo Nacional de Historia Estadounidense, Instituto Smithsoniano

Como consumidora cotidiana, no como historiadora, siento que hay un debate sobre las causas de la obesidad y los riesgos para la salud asociados con el aumento de peso. Algunas personas culpan a las estructuras y a cómo la desigualdad estructural conduce a salarios deficientes y a un acceso reducido a alimentos frescos y asequibles. Algunas personas culpan a las personas y les encomiendan cambiar sus hábitos alimenticios. Sin embargo, los debates sobre quién tiene la culpa a menudo quitan la atención de los problemas más inmediatos a mano y sus posibles soluciones. Al final del día, las personas deben tener acceso a alimentos asequibles, frescos, saludables y diversos que se alineen con sus creencias culturales y sistemas sociales.

También hay académicos estudiando el movimiento de aceptación de la gordura. Buscan identificar la discriminación que enfrentan las personas obesas y con sobrepeso a diario y cómo han cambiado las actitudes del cuerpo con el tiempo. Además, estudian las fuentes que forman prejuicios contra las personas obesas y con sobrepeso.



CARLOS, el GERENTE DE SALUD GLOBAL

Johnson & Johnson, São Paulo, Brasil

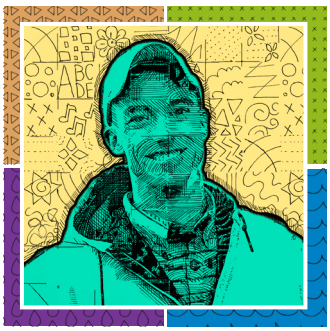
No necesariamente solo en mi campo de trabajo, sino en el día a día. Por ejemplo, el concepto de que algunas personas creen que comer paletas puede hacer que te contagies de gripe, cuando esto no puede suceder.

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 2-2. Encuesta a la comunidad

¿Crees que las personas malinterpretan ciertos conceptos sobre comida o nutrición?

MIKE, el NUTRICIONISTA DEL ZOOLÓGICO



Instituto de Biología y Conservación y Zoológico Nacional del Smithsonian

¡Por supuesto! Las personas transfieren sus propias ideas personales sobre dietas a sus animales. Si tomo vitaminas, entonces mis animales deben tomar vitaminas. Pero ¿qué ocurre si la dieta de tu animal ya es adecuada y la consume bien? Las vitaminas, en ese caso, no son apropiadas, son una pérdida de dinero y pueden incluso ser perjudiciales. Solo como verduras orgánicas, lo que significa que debemos alimentar a los animales solo con productos orgánicos. La definición de orgánico es fluida, y no podemos decir, de manera inequívoca, que lo orgánico es mejor que lo que se cultiva de manera convencional. Nos esforzamos por ingredientes sostenibles, no necesariamente orgánicos. Ser sostenible se trata de un enfoque mucho más meditado que nos permite aprovechar la nueva tecnología y las opciones para minimizar las huellas de carbono y considerar el impacto del presupuesto federal.

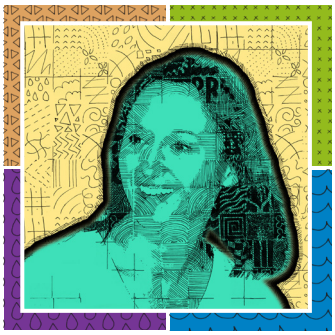
SABRINA, la CURADORA



Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

Existe una idea errónea de que un tipo de dieta o comida es universalmente saludable. Los alimentos saludables son alimentos que te ayudan a crecer y a funcionar en el entorno al que se adapta tu cuerpo. Alguien cuyos ancestros se adaptaron a un ambiente marino frío podría metabolizar grandes cantidades de grasa de pescado mejor que alguien que heredó adaptaciones a un ambiente y una dieta tropical.

JENNIFER, la CURADORA DEL MUSEO



Museo Nacional del Aire y el Espacio, Instituto Smithsoniano

Creo que los mayores malentendidos con respecto a los alimentos espaciales son la medida en que el contenido de los paquetes refleja lo que alguien podría comprar en un estante de una tienda de abarrotes. Probablemente se piensa que solo tienen barras de proteínas (que sí tienen) y puré de manzana en tubos, pero en realidad, se puede empaquetar casi todo lo que comemos en la Tierra para que los astronautas coman en el espacio. E incluso hay maneras de hacer solicitudes especiales si tienen una comida favorita de otro país.

 © 2019 Smithsonian Institution

2-3

Análisis de los datos de la encuesta

En la tarea 1-3 y la tarea 2-2, el equipo recopiló los datos de la encuesta del equipo y de la comunidad sobre qué piensan las personas acerca de los alimentos y la nutrición.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se enfocará en analizar los resultados de la encuesta de las partes 1 y 2 de las encuestas. Este análisis ayudará al equipo a comprender mejor las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?**
- **¿Cuáles son las maneras en que podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 2-3 y toma las instrucciones y preguntas sobre el Análisis de los datos de la encuesta.
2. Reúne todas las encuestas completadas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2.
3. En esta tarea, el equipo solo echará un vistazo a las partes 1 y 2 de la encuesta: antecedentes y comunidad.
4. Como equipo, determinen cómo compilar las respuestas de las partes 1 y 2 de todas las encuestas recopiladas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2. Es recomendable analizar los datos recopilados de todas las encuestas. Desarrolla tu propio método para recopilar los datos o utiliza uno de los métodos de las instrucciones.
5. Crea algunos gráficos sobre estos datos compilados. Utiliza las instrucciones y los ejemplos de la carpeta de la tarea como ayuda. ¡Sé creativo!
6. Utiliza los gráficos y los datos compilados para responder estas preguntas:
   - ¿Qué patrones interesantes ves en los datos emanados de las preguntas de la encuesta en las partes 1 y 2?
   - ¿En qué preguntas estuvo de acuerdo la mayoría de las personas?
   - ¿En qué preguntas las personas tuvieron respuestas diferentes?

Consejo de investigación

Como puedes haber notado, la encuesta se divide en las mismas partes que esta guía de investigación. Analiza solo los resultados de la parte de la encuesta que corresponda a la parte de la guía con la que estás trabajando para que el análisis sea más manejable.

© 2019 Smithsonian Institution

2-3

7. Analiza cómo esta evidencia de la encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de los alimentos y la nutrición?**
8. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿de qué maneras podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**
9. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**
10. Selecciona dos o tres preguntas de la encuesta, escribe una afirmación y proporciona la evidencia de respaldo de la afirmación en función de la pregunta y la evidencia de los datos recopilados. ¿Qué evidencia respalda tus afirmaciones?

Por ejemplo:

- Las personas de nuestra comunidad están muy preocupadas por los alimentos y la nutrición.
- Las redes sociales son una manera útil de comunicarse con nuestra comunidad.

11. Como equipo, compartan algunas afirmaciones que hayan creado y la evidencia que respalda cada afirmación junto con los datos de la encuesta.

¡Qué bien! Completaste la tarea 2-3. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 2-4!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 2-3. Análisis de los datos de la encuesta

Opciones para compilar los datos de la encuesta

Primero, tu equipo debe compilar las respuestas de las encuestas comunitarias para todas las preguntas de las partes 1 y 2: Antecedentes y comunidad. El equipo buscará las otras partes de la encuesta en las tareas posteriores.

Estas son algunas opciones para compilar las respuestas de las preguntas de la encuesta. Pero, como siempre, si prefieres utilizar otro método, ¡hazlo!

Opción 1

Entrega una encuesta en blanco a cada persona.

Lee cada pregunta; los miembros del equipo pueden levantar la mano para votar por la respuesta que prefieren. Algunos miembros del equipo pueden contar los votos y otros pueden anotar los totales del equipo.

Opción 2

Escribe las preguntas en una pizarra, papel o computadora donde se puedan compilar los conteos. Cuenta las respuestas y comparte los resultados.

Opción 3

Si realizaste la encuesta de forma digital o en línea, deberías poder ver y exportar los resultados de cada pregunta.

Opción 4

Crea tu propia manera de compilar los datos de la encuestas.

Realizar gráficos con los datos de las encuestas

¿Cómo podrías graficar partes de los resultados de esta encuesta?

¿Qué preguntas podrías graficar?

Si tienes los recursos, elige algunas preguntas para hacer un gráfico que consideres que sería útil.

¿Cómo serían útiles estos gráficos para respaldar afirmaciones con evidencia?

© 2019 Smithsonian Institution

Encuesta de alimentos de la comunidad: datos compilados

Utiliza esta encuesta en blanco para compilar los datos.

Parte 1. Antecedentes

Edad				
0-10	11-20	21-40	41-64	Más de 65

Género				
Masculino	Femenino	No binario/tercer género	Prefiero autodescribirme _____	Prefiero no decirlo

¿Cuál es el nombre de la comunidad en la que vives?

¿Dónde está tu hogar?			
Ciudad	Villa	Rural	Pueblo
Periurbano (a las afueras de la ciudad)	Otro (especifica)		

Disponibilidad de medios de comunicación en la casa (marca todas las opciones que correspondan)			
Televisión	Periódico	Radio	Computadora
Tableta	Internet	Teléfono	Teléfono celular
SMS	Redes sociales	Teléfono celular con Internet	Otro

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 2. Comunidad

¿Esta la primera vez que alguien te encuesta acerca de alimentos, nutrición y problemas de salud?		
Sí	No	No estoy seguro

¿Cómo calificarías tu salud en general?					
1. Excelente	2. Muy buena	3. Buena	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Cómo calificarías la salud en general de las personas de tu comunidad?					
1. Excelente	2. Muy buena	3. Buena	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Qué tanto te preocupas por los alimentos en tu comunidad?					
1. No me preocupa	2. Un poco preocupado	3. Preocupado	4. Muy preocupado	5. Extremadamente preocupado	6. No estoy seguro

¿De dónde obtienes *la mayor parte* de la información sobre alimentos, dieta y nutrición? (Marca todas las opciones que correspondan)			
Familia	Amigos	Televisión	Médico
Enfermera	Internet	Revistas	Artículos de investigación
Libros	Profesor/escuela	Anuncios de alimentos	Redes sociales
No lo sé	Otro (enumera)		

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 3. Aspectos fundamentales de la nutrición

¿Qué tan bueno es tu conocimiento sobre lo que constituye una comida saludable y bien equilibrada?					
1. Excelente	2. Muy bueno	3. Bueno	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Con qué frecuencia piensas en el valor nutricional de los alimentos cuando decides qué comer?			
1. A menudo	2. A veces	3. Para nada	4. No estoy seguro

¿Qué tan familiarizado estás con las pautas alimentarias nacionales o regionales sobre qué comer?					
1. Excelente	2. Muy bien	3. Bueno	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Qué tan bien entiendes los siguientes tipos de información nutricional?					
A. Folletos o volantes de información nutricional					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
B. Información de la etiqueta de los alimentos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
C. Programas de televisión, radio o Internet sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
D. Recomendaciones verbales de profesionales sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
E. Consejos sobre nutrición alimentaria de familiares o amigos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro

Según lo que comes periódicamente, ¿cuál es tu estilo de alimentación? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Comedor rápido	Comedor errático	Comedor emocional (estresado, aburrido, triste, etc.)	Comedor nocturno	Comedor con poco tiempo
No me gusta la comida “saludable”	Viajo con frecuencia	No planifico las comidas o los menús	Dependo de los productos de conveniencia	Los miembros de la familia tienen gustos diferentes
Me encanta comer	Como demasiado	Como porque tengo que hacerlo	Tengo una relación negativa con la comida	Lucho contra los problemas alimentarios
Estoy confundido con respecto a los alimentos y la nutrición	Como comida rápida con frecuencia	Malas opciones de refrigerios	No tengo fácil acceso a las comidas habituales	Con frecuencia como solo

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 4. Acceso y almacenamiento

Piensa en un día habitual. ¿Qué tan fácil o difícil es para ti acceder a alimentos frescos y saludables?					
1. Muy difícil	2. Difícil	3. Algo fácil	4. Fácil	5. Muy fácil	6. No estoy seguro

¿Dónde compras los alimentos en tu comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mercado al aire libre	2. Mercado de agricultores	3. Directamente de los agricultores	4. Supermercado
5. Tienda de conveniencia	6. Restaurante formal	7. Restaurante informal	6. Otro (especifica) _____
De los lugares que indicaste anteriormente, ¿dónde compras alimentos con más frecuencia?			

¿Qué tan cerca de donde vives se encuentra el lugar donde compras alimentos con más frecuencia?				
1. Muy cerca	2. Algo cerca	3. Lejos	4. Muy lejos	No estoy seguro

¿Cómo viajas a los lugares donde compras comida en tu comunidad?				
1. Vehículo personal	2. Motocicleta o moto	3. Transporte público	4. Taxi	5. Bicicleta
6. A pie	7. No estoy seguro	Otro (especifica)		

¿Dónde almacenas los alimentos para tu hogar? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Estructura exterior	2. Refrigerador	3. Congelador	4. Estructura comunitaria
5. Despensa o gabinete	6. No estoy seguro	Otro (especifica)	

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 5. Cocina y conservación

¿Con qué frecuencia cocinas tus propias comidas solo en casa o con tu familia?			
1. De 0 a 2 veces a la semana	2. De 3 a 5 veces a la semana	3. De 6 a 8 veces a la semana	4. Más de 8 veces a la semana

¿Qué tan cómodo te sientes con las herramientas (cuchillos, sartenes) y las técnicas (cocinando sobre fuego) para cocinar alimentos?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Un poco cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. Extremadamente incómodo

¿Qué tan cómodo te sientes siguiendo recetas?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué tan cómodo te sientes con el acceso a la información sobre los ingredientes de cocina que no has usado ni consumido antes?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué técnicas de conservación de alimentos conoces o has usado? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mermelada	2. Secado	3. Embotellado	4. Estofado
5. Fermentación	6. Encurtidos	Otro (especifica)	7. No estoy seguro

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 6. Seguridad alimentaria

¿Sabes de personas de tu comunidad que tengan problemas de salud relacionados con la dieta?				
Sí	No	No estoy seguro		
Si la respuesta es sí, ¿cuáles?				
Desnutrición	Obesidad	Diabetes	Hipertensión	Enfermedades cardiovasculares
Anorexia	Bulimia			

¿Sabes de áreas o personas en tu comunidad que no tengan acceso fácil y seguro a los mercados de alimentos?			
Sí	No	No estoy seguro	
Si la respuesta es sí, ¿cuáles son algunos motivos?			

¿Sabes de personas o familias a las que les resulte difícil costear comida en tu comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro

Históricamente hablando, ¿estás al tanto de algún cambio en los problemas relacionados con los alimentos en tu comunidad hoy en día en comparación con el pasado?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

¿Estás al tanto de algún cambio en la diversidad o en la cantidad de diferentes tipos de alimentos disponibles o consumidos en la comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

© 2019 Smithsonian Institution

Parte 7. Plan de acción

¿Estás al tanto de los servicios o programas alimentarios en tu comunidad?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿cuáles servicios?		

¿De dónde recibes la información sobre los programas de alimentación y nutrición en la comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/ observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

¿En qué fuentes confías más para obtener información precisa sobre alimentos y nutrición? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/ observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

¿Actualmente tomas alguna medida para ayudarte a ti, tu familia o tu comunidad en relación con los problemas alimentarios locales?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿qué acción?		

Volver a la Guía de investigación ahora

© 2019 Smithsonian Institution

2-4

Conexión de alimentos, cultura, identidad e historias

En la tarea 2-3, el equipo comenzó a analizar los resultados de la encuesta para obtener más información sobre lo que algunas personas piensan de los alimentos y la nutrición en la comunidad. Sin embargo, es posible que los resultados de la encuesta por sí solos no siempre proporcionen toda la información que se podría necesitar para entender por qué las personas piensan de diferentes maneras. Las razones subyacentes que influyen en los pensamientos y las decisiones de una persona pueden estar relacionadas con aspectos de la cultura, la identidad y la historia locales.

Cuando se define un problema relativo a los alimentos, es importante comprender la relación que tiene una comunidad con los alimentos, la cultura, las identidades y las historias de ese lugar. En esta tarea, el equipo investigará y explorará las conexiones entre los alimentos, la cultura, la identidad y las historias dentro de las naciones nativas del noroeste del Pacífico. El equipo utilizará este análisis como preparación para realizar investigaciones sobre posibles conexiones dentro de su sitio de investigación local en la tarea 2-5.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se enfocará en la siguiente pregunta del mapa de preguntas de la tarea 1-10: **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?**

1. Ve a https://americanindian.si.edu/nk360/pnw-history-culture/ a fin de obtener instrucciones para el profesor y el estudiante para completar la actividad número 1 de Native Knowledge 360°, Por qué son importantes los alimentos que comemos: **Comida no es solo lo que comes.**

EN EL INSTITUTO SMITHSONIANO

Esta actividad sobre los alimentos y la cultura de los pueblos nativos americanos se puede encontrar aquí: https://americanindian.si.edu/nk360/pnw-history-culture/

2. Después de completar la actividad, analicen lo siguiente:
   - ¿Cómo pueden los alimentos ser más que solo lo que comemos?
   - ¿Cómo se pueden usar los alimentos para expresar la cultura?
   - ¿Cómo se pueden usar los alimentos para formar una identidad individual y colectiva, por ejemplo, en tu equipo de investigación?

© 2019 Smithsonian Institution

2-4

3. Ve a https://americanindian.si.edu/nk360/pnw-history-culture/ a fin de obtener instrucciones para el profesor y el estudiante para completar la actividad número 2 de Native Knowledge 360°, Por qué son importantes los alimentos que comemos: **¿Por qué el salmón es importante para los pueblos y las naciones nativas?**

EN EL INSTITUTO SMITHSONIANO

Esta actividad sobre los alimentos y la cultura de los pueblos nativos americanos se puede encontrar aquí: https://americanindian.si.edu/nk360/pnw-history-culture/

4. Después de completar la actividad, analicen lo siguiente:
   - ¿Qué podría ocurrirle a las personas, las culturas y las comunidades si los alimentos que los definen dejaran de existir?
   - ¿Cuáles son algunos posibles alimentos que pueden ayudar a definir la cultura, las identidades o las historias de las personas en tu comunidad?
   - ¿Cómo puede ser útil comprender las conexiones entre los alimentos, la cultura, las identidades y las historias cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Si deseas obtener más información sobre cómo transformar la enseñanza y el aprendizaje de los nativos americanos, visita: https://americanindian.si.edu/nk360

¡Qué bien! Completaste la tarea 2-4. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 2-5!

© 2019 Smithsonian Institution

2-5 Recolección de historias orales sobre la cultura alimentaria

En la tarea 2-4, el equipo aprendió más acerca de las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de una comunidad. Será útil documentar y analizar estos tipos de conexiones en tu propia comunidad para su investigación. Esto será particularmente útil cuando desarrolles tus planes de acción y comunicación comunitarios en la parte 7.

Objetivo



En esta tarea, el equipo entrevistará a personas para recopilar historias orales sobre las conexiones locales entre los alimentos, la cultura, la identidad y las historias en su comunidad. La historia oral se refiere tanto al método de documentar un testimonio oral como al producto de ese proceso. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

Antes de la entrevista

1. Cuando tengas que hacer entrevistas en la comunidad, ve a la carpeta de la tarea 2-5 y toma la lista de preguntas de la entrevista, los consejos para entrevistas y los consejos de seguridad.
2. Lee la lista de preguntas de la entrevista.
3. Haz una lista de personas que podrías entrevistar en tu comunidad. Considera:
   - Familiares
   - Amigos
   - Vecinos
   - Otros adultos o colegas de la comunidad
4. Identifica dispositivos que el equipo podría utilizar para grabar audios o videos en las entrevistas.
5. Practica la entrevista con otros miembros del equipo, toma notas y utiliza el equipo de grabación de audio o video (si está disponible).
6. Lee los consejos para el momento previo a la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.

© 2019 Smithsonian Institution

2-5

Entrevista

1. Lee los consejos para la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.
2. Programa y realiza las entrevistas.

Luego de la entrevista

1. Recopila todas las notas y las grabaciones de audio o video de las entrevistas.
2. Analiza las notas y las grabaciones.
   - Describe lo que observaste en las entrevistas.
   - ¿Cuáles son algunas historias o información interesantes que surgieron en las respuestas?
   - Identifica los alimentos o las historias con los que no estabas familiarizado.
   - Identifica los alimentos o las historias con los que sí estabas familiarizado.
   - ¿Para qué preguntas la mayoría de las personas de la comunidad tuvieron respuestas similares?
   - ¿Para qué preguntas las personas de la comunidad tuvieron respuestas diferentes?
3. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, las historias y los alimentos de una comunidad?**
4. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 2-4. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 2-5!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 2-5. Recolección de historias orales sobre la cultura alimentaria

Preguntas de la entrevista

1. ¿Tú, tu familia o amigos tienen alguna conexión cultural específica con la comida? Si es así, ¿puedes compartir una historia sobre una de esas conexiones?
2. ¿Tú, tu familia o amigos tienen algún tipo de rituales importantes en torno a la comida? Si es así, ¿puedes contarnos sobre estos rituales y su historia?
3. ¿La comida es parte de celebraciones y fiestas especiales en tu vida? Si es así, ¿puedes contarnos sobre esa comida en particular y el por qué es importante?
4. ¿Existen técnicas o herramientas de cocina específicas para preparar alimentos que tengan un significado especial en tu comunidad? Si es así, ¿por qué y cuál es la historia asociada con estas?
5. ¿Existen partes de tu identidad que estén formadas por una conexión que tengas con los alimentos?
6. ¿Ha cambiado alguna parte de la cultura alimentaria en tu comunidad durante tu vida? Si es así, ¿cómo y por qué?
7. ¿Te preocupa que la cultura alimentaria de tu comunidad cambie en el futuro? Si es así, ¿cómo y por qué?

Antes de la entrevista

Practica entrevistar, tomar notas y utilizar equipos de audio y video (si están disponibles).

Consejos para tener en cuenta

- La entrevista debe sentirse como una conversación. Está bien pasar de una pregunta a otra o hacerlas de manera diferente para ayudar a la persona a entender mejor la pregunta.
- A veces, la mejor pregunta es: “¿Puede decirme más?”.
- Si tu entrevistado hizo una pausa, dale tiempo para reunir sus pensamientos en lugar de apresurarse con la siguiente pregunta. Podrían estar a punto de decir algo interesante.
- Si utilizas equipos para grabar las entrevistas, realiza entrevistas de prueba para asegurarte de que el equipo funcione correctamente. Cuando se reproduce el audio o el video, ¿es claro y fácil de escuchar/ver?
- Si vas a escribir las respuestas, practica tomar notas mientras alguien habla. Considera realizar las entrevistas en grupos para que más de una persona pueda ayudar a escribir las respuestas. Después de la entrevista, los compañeros de equipo pueden comparar sus notas para mantener la precisión y la coherencia.

Entrevista

Consejos para tener en cuenta

- Si es posible, encuentra un espacio tranquilo y cómodo sin ruidos externos. Esto es especialmente importante si estás grabando las entrevistas.
- Si vas a utilizar un equipo de grabación de audio o video, prueba todo el equipo antes de la entrevista.
- Asegúrate de tener lápiz y papel para tomar notas.

© 2019 Smithsonian Institution

- Preséntate y explícale al entrevistado la investigación que estás llevando a cabo y el propósito de la entrevista. Explícale que tu equipo está interesado en aprender más acerca de las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de la comunidad local.
- Al final de la entrevista, agradece al entrevistado por participar.

Análisis posterior a la entrevista

1. Compila todas las notas y grabaciones de las entrevistas del equipo.
2. Lee las notas o escucha/mira las grabaciones de las entrevistas.
   - Describe lo que observas.
   - ¿Qué fue lo que primero observaste como interesante en sus respuestas?
   - Identifica lo que no te resulta familiar.
   - Identifica lo que sí te resulta familiar.
   - Identifica las respuestas que sean útiles para la pregunta: *¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?*
   - Analiza cómo las respuestas de estas entrevistas de historia oral podrían ser útiles cuando pienses en la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*



© 2019 Smithsonian Institution

2-6

Identificar a los socios de la comunidad

En la tarea 2-2 y la tarea 2-5, obtuviste algunas evidencias sobre la cultura alimentaria local y lo que la comunidad piensa sobre los alimentos y la nutrición. Ahora es el momento de identificar algunos socios comunitario que pueden ayudarte a aprender más. Un socio comunitario es cualquier recurso que tenga el potencial de mejorar la calidad de vida dentro de una comunidad. Ejemplos de socios de la comunidad:

Personas: los trabajadores de la salud, el personal escolar, los médicos y los profesores tienen conocimientos que podrían ser útiles para el equipo durante la investigación.

Lugares: los hospitales, los centros de salud, las bibliotecas, las estaciones de policía y los centros comunitarios tienen información que podría ser útil para el equipo durante su investigación.

Organizaciones y asociaciones comunitarias: las organizaciones y asociaciones son grupos de personas que trabajan juntas en un objetivo común, como la seguridad alimentaria.

Organismos gubernamentales: el Departamento de Salud o el Departamento de Servicios Humanos pueden tener información que podría ser útil para el equipo durante su investigación.

Objetivo

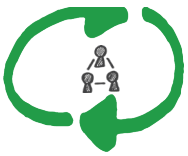


En esta tarea, el equipo se enfocará en la siguiente pregunta del mapa de preguntas de la tarea 1-10: **¿Quiénes son las personas, organizaciones y asociaciones locales que pueden proporcionar información valiosa relacionada con este problema?**

En esta tarea, el equipo identificará a algunos socios de la comunidad locales que podrían ayudarlo a comprender mejor la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**



1. Ve a la carpeta de la tarea 2-6 y toma las instrucciones para Identificar a los socios de la comunidad, el texto de la sección Preguntar al equipo y la hoja de datos. Solo hay una versión de esta tarea.



2. Como equipo, lean el texto de la sección **Preguntar al equipo** sobre por qué es importante identificar y trabajar con los socios. Para cada persona, identifica una razón por la que crees que es importante identificar y trabajar con los socios durante su investigación.
3. Utiliza las instrucciones y la hoja de datos de la carpeta de la tarea para desarrollar una lista de posibles socios de la comunidad para el equipo.
4. Identifica si alguno de los socios de la comunidad están dentro del mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1. De ser así, márcalos e identifícalos en el mapa de tu sitio de investigación y agrégalos a la leyenda.
5. Si la mayoría de los socios de la comunidad se encuentran principalmente fuera del mapa de tu sitio de investigación, considera ampliar los límites del mapa para incluir a estos socios dentro de tu sitio de investigación, o crea un mapa de socios de la comunidad por separado para determinar las ubicaciones de estos socios en relación con la ubicación de sus sitios de investigación.

¡Qué bien! Completaste la tarea 2-5. Márcala en la lista de tareas.

¡Ve a la tarea 2-6!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 2-6. Identificar a los socios de la comunidad

1. Como equipo, trabajen juntos para comenzar a crear una lista de diferentes socios de la comunidad que el equipo debe utilizar en tu investigación.
2. Haz una lluvia de ideas sobre una lista de personas en la comunidad que podrían ayudar a proporcionar información para las preguntas en el mapa de preguntas de la tarea 1-10.
3. Pídeles a los miembros del equipo que les pidan a familiares, amigos y personas de la comunidad que les ayuden a encontrar algunos nombres de personas, organizaciones o agencias que podrían ser buenos socios.
4. Investiga en Internet, en las guías telefónicas locales y llamando a diferentes organizaciones para averiguar qué personas, lugares, organizaciones y agencias existen en tu comunidad que pueden ayudarte a obtener más información sobre alimentos y nutrición. Algunos ejemplos son:
    - El personal del centro escolar o comunitario podría tener información sobre los alimentos en la escuela o en la comunidad.
    - Los padres o los miembros de la familia del equipo podrían incluir profesiones que trabajen con alimentos, nutrición o salud.
    - Personas que trabajan en mercados o tiendas de alimentos que venden comida.
    - Personas que cultivan o producen alimentos, como los agricultores.
    - Personas que trabajan o tiene su propio restaurant, como un chef o los meseros.
    - Personas que tienen jardines comunitarios para cultivar comida para la comunidad.
    - Hospitales o centros de salud que tratan a personas con problemas relacionados con los alimentos.
    - Centros comunitarios que instruyan a la comunidad sobre los alimentos.
    - Bibliotecas que tienen información sobre alimentos y nutrición.
    - Parques.
    - Universidades y facultades.
    - Organizaciones escolares.
    - Departamento de Salud y Agricultura de los EE. UU.
    - Departamento de Servicios Humanos de los Estados Unidos.
5. Compila una lista del equipo. Utiliza la siguiente tabla de datos según sea necesario.
6. Escribe una breve descripción de cómo la persona, la organización o la agencia podrían ser útiles para el equipo.
7. Determina cómo el equipo podría ponerse en contacto con la persona, la organización o la agencia para obtener información de ellos.
8. Con el líder de su equipo, desarrolla un plan de contacto para comunicarte con las personas de tu comunidad.

© 2019 Smithsonian Institution

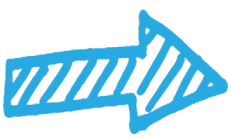
Tarea 2-6. Identificar los socios de la comunidad

Socio de la comunidad	Nombre	Cómo podría ser útil para el equipo	Información de contacto (dirección, teléfono, correo electrónico)
Persona			
Persona			
Persona			
Persona			
Lugar físico			
Lugar físico			
Lugar físico			
Lugar físico			
Organización			
Organización			
Organización			
Agencia gubernamental			
Agencia gubernamental			
Agencia gubernamental			

© 2019 Smithsonian Institution

Notas:

Volver a la Guía de investigación ahora



© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 2-6. Identificar a los socios de la comunidad

¿Por qué es importante identificar y trabajar con un equipo de socios en tu trabajo?



ANDREA, la ANTROPÓLOGA

Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

Mi equipo para este proyecto es uno de los mejores con los que he trabajado. Nos escuchamos entre nosotras, cada miembro tiene sus fortalezas y sí, ¡somos todas mujeres! Seis miembros en total, de tres instituciones en todo el país. La colaboración es una parte esencial de la ciencia moderna, ya que mediante la combinación de expertos de diferentes áreas podemos hacer preguntas más grandes con múltiples líneas de evidencia. Ese trabajo requiere tiempo, dinero y una buena comunicación entre los miembros del equipo. Cuando funciona, como el equipo en el que estoy para EMPHASIS, es una gran sensación.



ASHLEY, la HISTORIADORA

Museo Nacional de Historia Estadounidense, Instituto Smithsoniano

La mayor parte de nuestro trabajo se basa en el equipo. Cuando salimos a hacer trabajo de campo para entrevistar personas y recolectar objetos para el museo, lo hacemos en equipo. Después de recolectar los materiales, trabajamos con especialistas en museos para catalogar, preservar y almacenar los objetos antes de que se muestren en una exhibición. Otro ejemplo de trabajo en equipo gira en torno a nuestra programación pública, como el Smithsonian Food History Weekend. Nos asociamos con chefs, profesores, líderes comunitarios y activistas para hablar sobre paneles, realizar demostraciones de cocina y compartir comidas con el público. La planificación de este evento lleva un año completo, y el Equipo de Historia de los Alimentos se asocia con curadores e historiadores que tienen experiencia en el área en cuestión en el tema anual elegido. Reunimos a estos expertos semanalmente para compartir ideas sobre qué preguntas nos gustaría formular y qué personas nos gustaría invitar al museo para que hablen. Es un trabajo muy gratificante.



CARLOS, el GERENTE DE SALUD GLOBAL

Johnson & Johnson, São Paulo, Brasil

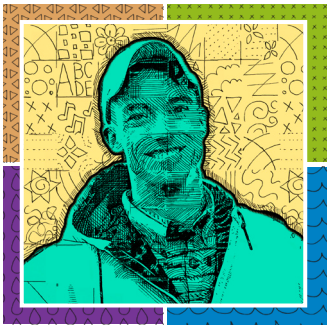
Siempre estamos trabajando en equipos multidisciplinarios para ofrecer la mejor opción de nutrición posible a los pacientes. Creamos divertidas competencias de pérdida de peso de manera sostenible y ofrecemos la mayor selección posible de alimentos saludables.

© 2019 Smithsonian Institution

FOOD! Tarea 2-6. Identificar a los socios de la comunidad

¿Por qué es importante identificar y trabajar con un equipo de socios en tu trabajo?

MIKE, el NUTRICIONISTA DEL ZOOLÓGICO



Instituto de Biología y Conservación y Zoológico Nacional del Smithsonian

Hay aproximadamente 20 nutricionistas de zoológico en América del Norte. Básicamente, nos conocemos entre todos. Con muy poca frecuencia, trabajamos juntos como grupo completo. Con mayor frecuencia, nuestros esfuerzos combinados se facilitan por medio de una organización profesional común, el Grupo de Asesoramiento en Nutrición (Nutrition Advisory Group). Si tenemos un gran problema que abordar, como el cuidado y el manejo de animales de cámara de alimentación, reuniremos un grupo de nutricionistas y otros socios para desarrollar pautas comúnmente aceptadas que ayuden a todos los zoológicos con ese problema. De la misma manera, cada nutricionista en los Estados Unidos trabaja como asesor nutricional del programa Plan de Supervivencia de Especies (SSP, del inglés *Species Survival Plan*) o Grupos de Asesores de Taxones (TAG, del inglés *Taxon Advisory Group*). Estos grupos gestionan una especie completa, como los guepardos. El asesor nutricional de la SSP del guepardo no solo proporcionará orientación nutricional e instrucciones para su propio zoológico, sino también a todos los zoológicos que manejan guepardos. De esta manera, la influencia de los 20 nutricionistas del zoológico puede ser más positiva que solo dentro de su propio zoológico.

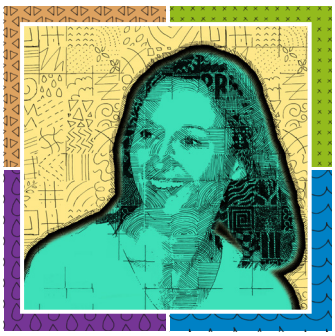
SABRINA, la CURADORA



Museo Nacional de Historia Natural, Instituto Smithsoniano

Existen muchas habilidades diferentes involucradas en el estudio de seres humanos de pasado a presente. Algunas personas pueden identificar evidencia de desnutrición y enfermedad en los huesos y dientes, mientras que otras pueden reconstruir una dieta a partir de firmas isotópicas. Algunas personas pueden extraer y secuenciar ADN antiguo para encontrar ciertos rasgos genéticos relacionados con el metabolismo, mientras que otras pueden identificar vestigios de evidencia de productos químicos y metales dañinos. Algunas personas son expertos en salud animal o ambiental, que son fundamentales para comprender el panorama general. Por esta razón, es útil identificar diversos socios y trabajar con ellos, para tener una imagen mucho más general cuando realizas la investigación.

JENNIFER, la CURADORA DEL MUSEO



Museo Nacional del Aire y el Espacio, Instituto Smithsoniano

Los curadores a menudo colaboran entre sí en proyectos de investigación, pero con mayor frecuencia trabajamos juntos en exposiciones. En este momento, el Museo del Aire y Espacio está creando más de 20 nuevas exhibiciones para el público, que se inaugurarán a partir del 2022. Este es un esfuerzo de equipo ENORME y, a veces, necesitamos ayuda de especialistas en muchas áreas para asegurarnos de que las cosas se hagan a tiempo.

© 2018 Smithsonian Institution

2-7 Informe de la comunidad

Esta es la última tarea de la parte 2: Comunidad.

Objetivo



En esta tarea, el equipo hará un informe de la parte 2: Comunidad. Es bueno hacer un informe antes de que el equipo continúe con la siguiente parte. Los informes serán muy similares y se dividirán en las mismas partes. El objetivo es pensar y analizar sobre la información útil que se recopiló durante esa parte antes de continuar.

Recuerda las normas del equipo.

- Reconocer los beneficios de escuchar una variedad de perspectivas y puntos de vista.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las propias.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para producir cambios positivos.

Recuerda utilizar los puntos de partida de conversación importantes según sea necesario durante este análisis.

- Estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- Me gustaría volver a lo que dijo _____ sobre . . .
- Me gustaría agregar . . .
- Me di cuenta de que . . .
- Otro ejemplo es . . .

Recuerda utilizar las siguientes oraciones cuando estés haciendo una afirmación a partir de la evidencia.

- Creo que esta afirmación se respalda mejor porque . . .
- No creo que esta afirmación se respalde mejor porque . . .
- Creo que esta parte de la evidencia respalda esta afirmación porque . . .
- No creo que esta parte de la evidencia respalde esta afirmación porque . . .

© 2019 Smithsonian Institution

2-7

1. Ve a la carpeta de la tarea 2-7 y toma las instrucciones para Crear un informe comunitario. Solo hay una versión de esta tarea.



2. Sigue las instrucciones que se encuentran en la carpeta de la tarea para completar las seis secciones del informe.
   - Análisis del mapa del sitio de investigación
   - Socios de la comunidad
   - Perspectivas
   - Identidad
   - Análisis del mapa de preguntas
   - Pregunta del problema

¡Qué bien! Completaste la tarea 2-7 y la parte dos. Márcala en la lista de tareas.

Felicitaciones, has completado la parte 2 de tu investigación. ¡Date una palmadita en la espalda! Ahora sabes más sobre lo que tu comunidad piensa acerca de los alimentos y la nutrición. Guarda esta investigación en un lugar de fácil acceso.

La siguiente parte de tu investigación se centrará en comprender los aspectos fundamentales de los alimentos y la nutrición. Esto incluye explorar e investigar lo siguiente:

- Grupos alimentarios diferentes
- Pautas alimentarias globales diferentes
- Culturas y estilos de vida de alimentación diferentes
- Afirmaciones nutricionales diferentes

Continúa con la parte 3: Aspectos fundamentales de la nutrición

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 2-7. Informar los datos de la comunidad

Análisis del mapa del sitio de investigación

1. Observa el mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1.
2. Revisa todos los datos y la evidencia que has recopilado hasta el momento en la parte 2.
3. ¿Hay algún dato que el equipo haya recopilado durante la parte 2 que se pueda agregar a este mapa? ¿Ubicaciones de posibles socios de la comunidad? ¿Ubicaciones de personas encuestadas? ¿Ubicaciones de entrevistas de testimonios orales? Agrega estos datos al mapa y ¡con leyendas!
4. Analiza el mapa. ¿Se deben cambiar los límites del mapa para incluir información nueva recopilada en la parte 2? Ajusta según sea necesario.
5. Analiza el mapa. ¿El mapa proporciona información nueva que podría ser útil para futuras investigaciones?

Socios de la comunidad

1. Como equipo, revisen la lista de socios de la comunidad que crearon en la tarea 2-6.
2. Como equipo, identifiquen a los socios de la comunidad con los que podrían comunicarse en este momento. ¿Qué socios podrían ayudarlos a obtener más información sobre las diferentes partes de su mapa de preguntas?
    a. Diseñen un plan, como equipo, para contactar y comunicarse con estos socios.
    b. Creen una lista de preguntas que les gustaría hacer a los socios.
    c. Comuníquense con cada socio por correo electrónico, por teléfono o por escrito para hacerles las preguntas.
    d. Si tu equipo decide que es apropiado, invita al socio a reunirse con el equipo. Utiliza tu lista de preguntas para guiar la conversación y la recopilación de datos.

Perspectivas

1. Utiliza la configuración de la gama de respuestas de la tarea 1-8 (puedes usar tanto COMIDA A o COMIDA B aquí) para analizar cada una de las siguientes declaraciones de perspectivas.
2. Realiza esta actividad individualmente o en grupos pequeños. Si están trabajando en grupos pequeños, cada grupo envía un representante a la gama de respuestas.
3. Recuerda: para cada afirmación, primero enúnciala, y luego da tiempo para que cada miembro del equipo o grupo piense en su posición respecto a esa afirmación.

- Recuerda que la gama de respuestas va de un extremo al otro, desde “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”. Y está la opción “no estoy seguro”, en el medio.

© 2019 Smithsonian Institution

- Explica que la ubicación relativa también es importante; es decir, estar más cerca de "totalmente de acuerdo" o de "totalmente en desacuerdo" significa que estás muy convencido respecto a esta afirmación. Si solo estás ligeramente de acuerdo o en desacuerdo, entonces ubicarse más cerca del medio es una forma física de establecer qué es lo que piensas y cómo te sientes respecto al problema.

Social: todos los grupos culturales de una comunidad deben tener la misma voz y representación cuando se toman decisiones sobre los problemas de alimentos de la comunidad.

Ética: todas las personas de una comunidad deben tener acceso equitativo a la información sobre alimentos y nutrición.

Medioambiental: está bien que los productores de alimentos de una comunidad contaminen el medioambiente, siempre y cuando mantengan bajos los precios de los alimentos para los miembros de la comunidad.

Económica: los productores de alimentos que tienen impactos ambientales, sociales o éticos en una comunidad deben pagar mayores impuestos.

Pasa a un análisis con todo el equipo. Recuerda: los miembros del equipo deben respaldar sus opiniones con información y los otros miembros del equipo deben escuchar cuidadosamente a los demás.

- ¿Pueden cada uno de los miembros del equipo explicar al resto los motivos de la elección de su respuesta?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron sus posiciones después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?
- ¿Qué te llevó a cambiar de opinión?
- Pida a los miembros del equipo que hayan usado respuestas de los extremos de la gama de respuestas que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y las razones más fuertes que escucharon del lado *opuesto*.

Identidad

1. Observa tu mapa de identidad individual y el del equipo de la tarea 1-1 y la tarea 1-5. ¿Qué aspectos de tu identidad o de la de tu equipo podrían influir en tus opiniones sobre la gama de respuestas en perspectiva?
2. ¿Cómo estas partes de tu identidad podrían influir en tus decisiones?
3. ¿Alguna parte de tu mapa de identidad cambió?

© 2019 Smithsonian Institution

Análisis del mapa de preguntas

1. Observa el mapa de preguntas de tu equipo de la tarea 1-10. ¿Qué preguntas de tu mapa se abordaron en la parte 2: Comunidad?
2. ¿Qué evidencia recolectaste durante la parte 2 que podría ser útil para responder cualquier pregunta en el mapa de preguntas?
3. ¿Cómo podría esta evidencia o información ser útil para ayudar a desarrollar un plan de acción para abordar la pregunta sobre el problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?
4. Tómate un tiempo para reorganizar, actualizar, modificar, eliminar o agregar preguntas al mapa de preguntas en este momento.

Pregunta del problema

¿Hay algo que hayas aprendido en la parte 2 que sería útil si se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

PARTE 3: ASPECTOS FUNDAMENTALES DE LA LISTA DE TAREAS NUTRICIONALES

Esta es la lista de tareas para la parte 3: Aspectos fundamentales de la nutrición

Márcalos a medida que los completas.

TAREAS

- [ ] 3-1 Creación de registros alimentarios
- [ ] 3-2 Recopilación de registros alimentarios de la comunidad
- [ ] 3-3 Comprensión y análisis de los grupos alimentarios
- [ ] 3-4 Evaluación de las pautas alimentarias
- [ ] 3-5 Estimación de la porción servida y la ración recomendada
- [ ] 3-6 Elección de tu plato
- [ ] 3-7 Recopilación de historias orales fundamentales
- [ ] 3-8 Análisis de datos de la encuesta fundamentales
- [ ] 3-9 Creación de informe sobre los aspectos fundamentales

En esta parte, tu equipo se enfocará en aprender sobre los aspectos fundamentales de los alimentos y la nutrición. La investigación incluirá la comparación de diarios alimentarios dentro de tus sitios de investigación y estudiar las pautas locales y globales de alimentos y fuentes de alimentos.









© 2019 Smithsonian Institution

3-1 Creación de registros alimentarios

Bienvenido a la parte 3: Aspectos fundamentales y tarea 3-1. En la parte 2, aprendiste más acerca de lo que las personas de tu comunidad piensan sobre los alimentos y la nutrición. Ahora, el equipo comenzará a aprender más sobre los aspectos fundamentales básicos de la alimentación de las personas. Para ello, el equipo deberá crear, recolectar y analizar una variedad de registros alimentarios de la comunidad. Los diarios alimentarios son una herramienta para hacer un seguimiento de lo que las personas comen durante varios días. Estos datos ayudarán al equipo a comprender bien los tipos y las cantidades de alimentos que se consumen regularmente en la comunidad.

Objetivo



En esta tarea, el equipo aprenderá y analizará los diarios alimentarios de los animales del zoológico y los seres humanos. Luego, el equipo creará diarios alimentarios para sí mismos. En esta tarea, el equipo se enfocará en la siguiente pregunta del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son los diferentes alimentos y dietas que las personas comen para satisfacer sus necesidades diarias?



1. Ve a la carpeta de la tarea 3-1 y toma el texto de la sección Preguntar al equipo, seis fotografías de animales y diarios alimentarios, diarios e imágenes de niños de Daily Bread y el formulario del diario alimentario en blanco.



2. Lee el texto de la sección **Preguntar al equipo** acerca de las cosas que el equipo del zoológico debe tener en cuenta cuando toma decisiones acerca del diario alimentario semanal de cada animal.
3. Haz una lista de cosas interesantes que el personal del zoológico considere al momento de crear los registros alimentarios semanales para los diferentes animales.
4. Mira las fotografías de los animales y los registros alimentarios semanales de los seis animales en el zoológico. Estos registros incluyen información sobre los tipos de alimentos, las cantidades y los días de la semana en que cada animal se alimenta de cada alimento. (Los días de la semana están marcados con D L M M J V S, la primera D corresponde a domingo, luego, L, lunes, etcétera).
   - ¿Qué animales se alimentan principalmente de carne o partes de otros animales?
   - ¿Qué animales se alimentan principalmente de frutas y verduras?
   - ¿Qué animales se alimentan de una combinación de carne, frutas y verduras?
   - ¿Qué animales se alimentan de una mayor diversidad (cantidad de diferentes tipos) de alimentos en una semana? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
   - ¿Por qué crees que es importante para los nutricionistas del zoológico conocer las cantidades de cada alimento que se alimenta a cada animal?

© 2019 Smithsonian Institution

- ¿Cómo podría ser útil un registro alimentario como este para manejar las dietas de los animales en un zoológico?

5. Mira *las imágenes de niños Daily Bread* y los registros de la carpeta de la tarea 3-1. Estos registros documentan todos los alimentos que cada niño comió durante una semana. La fotografía se tomó después de la semana, con cada uno de los alimentos recreados para la foto.
6. Compara y contrasta los registros alimentarios de los diferentes niños.
   - ¿Qué niños, en caso que corresponda, comen periódicamente alimentos que no son carne, como frutas, verduras, granos, panes y arroz a lo largo de la semana?
   - ¿Qué niños, en caso que corresponda, comen periódicamente una mezcla de carnes y alimentos que no son carne durante la semana?
   - ¿Qué niños, en caso que corresponda, comen de forma periódica principalmente carne durante la semana?
   - ¿Qué niños, en caso que corresponda, comen periódicamente alimentos azucarados, procesados o prefabricados?
   - ¿Qué niños crees que comen la mayor diversidad (cantidad de diferentes tipos) de alimentos en una semana? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
7. Ahora que estás familiarizado con los registros alimentarios, es hora de crear los propios. Utiliza el registro alimentario en blanco para documentar todos los alimentos que comes en una semana. Si una semana es demasiado tiempo, elige un período más corto entre uno y siete días. (Deja la columna de Grupos alimentarios en blanco por ahora; la completarás en la tarea 3-3). Opcional: Toma fotografías de todos tus alimentos para incluirlos en tu registro.
8. Después de completar el registro alimentario, búscalo y considera lo siguiente:
   - ¿Cuánto y con qué frecuencia comes frutas, verduras, granos, panes, arroz, carne y lácteos?
   - ¿Cuánto y con qué frecuencia cocinas tus propios alimentos en lugar de comer alimentos preparados fuera de tu casa?
   - ¿Cuánto y con qué frecuencia comes o bebes alimentos y bocadillos azucarados o salados?
   - ¿Qué tan diversa (cantidad de diferentes tipos) es la comida que comes?
   - ¿Normalmente comes solo o con otras personas?
   - ¿Cómo te sientes generalmente cuando comes?
9. Cómo podría ser útil un registro alimentario cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son los alimentos y las dietas diferentes que las personas comen para satisfacer sus necesidades diarias?**
10. Cómo podrían ser útiles los registros alimentarios cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

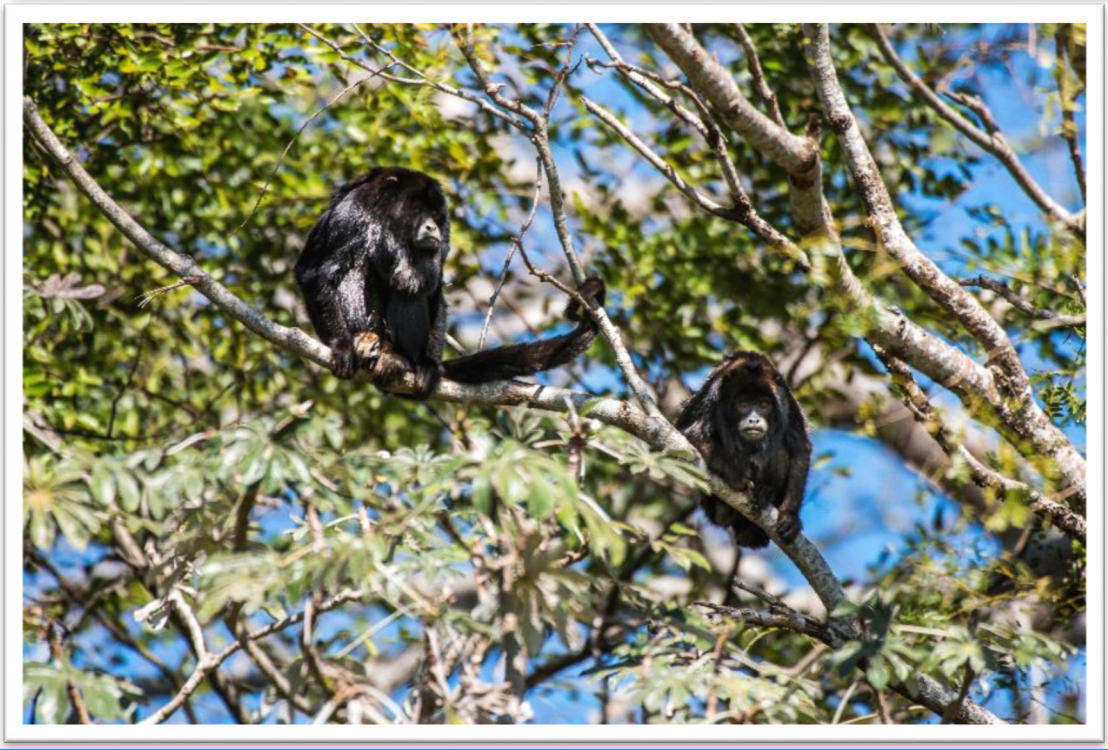
¡Qué bien! Completaste la tarea 3-1. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-2!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-1. Creación de registros alimentarios: imágenes de animales

Mono aullador negro





© 2019 Smithsonian Institution

Rana flecha azul





© 2019 Smithsonian Institution

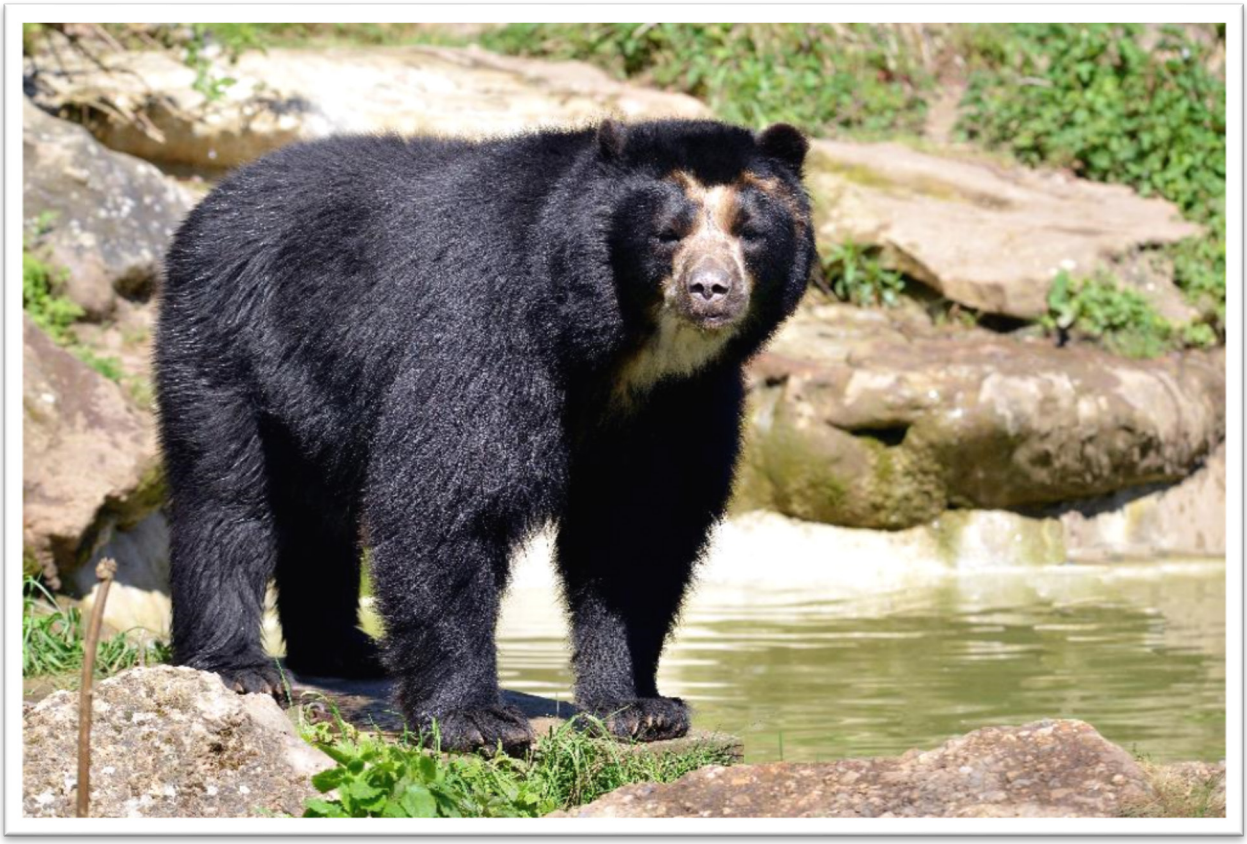
Iguana de Gran Caimán

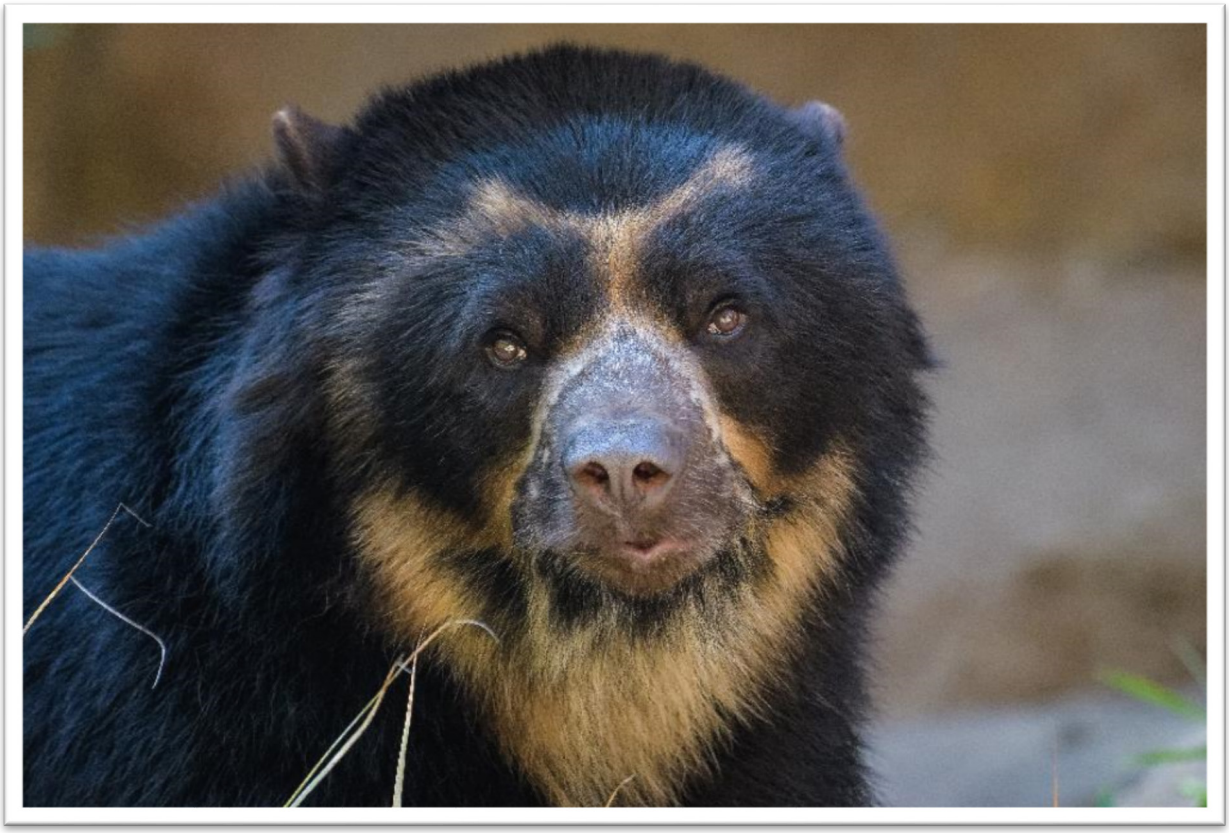




© 2019 Smithsonian Institution

Oso de anteojos





© 2019 Smithsonian Institution

León de Transvaal





© 2019 Smithsonian Institution

Coatí de nariz blanca





© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-1. Creación de registros alimentarios: registro en blanco

Nombre			**Edad**			
Fecha y hora	**Comida**	**Alimento e ingredientes**	**Cantidad**	**Marca**	**Notas**	**Grupos de alimentos** (Completar en la tarea 3-3)
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					

© 2019 Smithsonian Institution

	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-1. Creación de registros alimentarios: registros alimentarios de niños de Daily Bread

Anchal Sahani, 10, Chembur, Bombay, India

Anchal vive en una pequeña casa de hojalata en una zona de construcción en un suburbio de Bombay con sus padres y sus dos hermanos. Su padre gana menos de USD 5 por día, apenas lo suficiente para que su madre prepare curri de coliflor y okra, lentejas y roti desde cero. A Anchal le gustaría volver a la granja donde nació en Bihar, ir a la escuela como otros niños y finalmente convertirse en maestra, pero está ocupada con las tareas domésticas y el cuidado de su hermano menor. Cuando tiene tiempo, se arregla y sale de la zona de construcción para disfrutar de la fragancia de jazmín y loto, y para ver a los niños del barrio jugar críquet y correr libremente. Mientras camina, Anchal recoge envoltorios de chocolate de colores brillantes que encuentra en el camino junto a la tienda de abarrotes. Anchal desea que su madre la ame de la misma forma en que ama a su hermano menor.



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Anchal Sahani

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
03/03/2017 Viernes	Desayuno	Chapati Grueso Vege de papa, berenjena y tomate frito en ajo, cebolla y hojas de curri con ají verde	2 x 60 g x 100 g	Casero	8:00
	Almuerzo	Chapati Grueso -El mismo Vege que en el desayuno-	1/2 x 30 g x 50 g	Casero	15:45
	Refrigerios	Caramelos de colores	1 x 50 g	Cadbury Gems	13:00
	Cena	Chapati Grueso Vege de yaca con curri picante	2 x 60 g x 50 g	Casero	22:00
	Adicionales	Uvas verdes chocolate	x 6 x 1 50 g	 snickers	18:00
04/03/2017 Sábado	Desayuno	Chapati Grueso Melón Amargo frito con cebollas y ají verde	2 x 60 g x 70 g	Casero	9:00
	Almuerzo	Chapati Grueso Melón Amargo frito con cebollas y ají verde	1 x 60 g x 30 g	Casero	15:00
	Refrigerios	Ice Tango Rollos Fritos de harina y ají rojo, con colorante agregado	1 x 15 ml 2 x 10 g	Comida chatarra callejera	13:00
	Cena	Arroz Blanco Lentejas Calabaza con Especias y curri de papa	x 100 g x 50 g x 80 g	Casero	22:00
	Adicionales	Paleta	x 1	Comida chatarra callejera	22:30

© 2019 Smithsonian Institution

05/03/2017 Domingo	Desayuno	Galleta de Chocolate	x 4	Bourbon	9:00
	Almuerzo	Chapati Grueso Berenjena, Soja, Papa con ajo, cebolla y hojas de curri	2 x 60 g x 100 g	Casero	12:45
	Refrigerios	Rollos Fritos de harina y ají rojo, con colorante agregado	2 x 10 g	Comida chatarra callejera	18:00
	Cena	Arroz Blanco Lentejas Salmón Frito	x 100 g x 50 g 1 X 80 g	Casero	22:00
	Adicionales				
06/03/2017 Lunes	Desayuno	Té con leche Galleta	1 taza x 5	Casero Marie	7:00
	Almuerzo	Chapati Grueso Yaca cocinada con ajo, cebolla y hojas de curri	2 x 60 g x 100 g	Casero	9:45
	Refrigerios	Chapati Grueso	1 X 60 g	Casero	13:00
	Cena	Chapati Grueso Okra cocinada con Papas con especias	2 x 60 g x 100 g	Casero	22:00
	Adicionales	Rollos Fritos de harina y ají rojo, con colorante agregado Paleta	2 x 10 g x 1	Comida chatarra callejera Comida chatarra callejera	18:00
07/03/2017 Martes	Desayuno	Té con leche Galleta	1 taza x 3	Casero Marie	7:00
	Almuerzo	Chapati Grueso Berenjena cocinada con papas y especias	2 x 60 g x 100 g	Casero	10:00

© 2019 Smithsonian Institution

	Refrigerios	Barra de caramelo con azúcar y harina Uvas verdes	x 1 x 5	Comida chatarra callejera	12:00
	Cena	Chapati Grueso Berenjena cocinada con papas y especias	2 x 60 g x 100 g	Casero	22:00
	Adicionales	Chocolate	x 1 25 g	5Star	
08/03/2017 Miércoles	Desayuno	Galletas	x 4	Marie vita	8:00
	Almuerzo	Chapati Grueso Espinaca seca y frita con especias	2 x 60 g x 100 g	Casero	13:00
	Refrigerios	Galleta de Chocolate	x 4	Bourbon	18:00
	Cena	Arroz Blanco Lentejas Pescado al curri	X 150 g x 50 g	Casero Mackerel	22:00
	Adicionales	Chocolate Helado	X 1 5 g x 1 25 g	Melody Amul cup Vanila	22:40
09/03/2017	Desayuno	Té y Leche Pan Blanco Mermelada de frutas	x 1 taza x 3 rebanadas	Casero Mapro	8:15
Jueves	Almuerzo	Chapati Lentejas Negras Con Especias	x 2 x 100 g	Casero	12:00
	Refrigerios	Té y Leche Pan Blanco Mermelada de frutas	x 1 taza x 2 rebanadas	Casero Mapro	18:00
	Cena	Arroz Blanco Lentejas Lentejas Negras Con Especias	x 100 g X 50 g x 100 g	Casero	21:20
	Adicionales	Chocolate Helado	x 4-5 g x 1 25 g	Melody Amul cup Vanila	21:40

© 2019 Smithsonian Institution

Beryl Oh Jynn, 8, Kuala Lumpur, Malasia.

Beryl vive en un tranquilo condominio con sus padres y sus dos hermanos. Asiste a S. J. K. Han Ming Puchong, una escuela nacional China cerca de su hogar. El padre de Beryl es ingeniero y la madre está a cargo de una guardería. El primer recuerdo de Beryl sobre la comida son las gachas y el pastel. Su plato favorito es el espagueti con salsa carbonara. Beryl cultiva col china y espinaca en su jardín de balcón, no está permitido beber gaseosas y se niega a comer jengibre. Le gustaría ser animadora.



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Beryl Oh Jynn

Registro alimentario de Daily Bread

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
Lunes 16/03/17	Desayuno	Cereales	160 g	Honey Star	
		Milo caliente	240 ml	Milo	
		Banana	1 unidad		
	Almuerzo	Arroz	170 g		
		Calabaza en cubos y	4 cucharadas		
		Pollo			
		agua	240 ml		
	Refrigerios	Pastel de pescado cocido a fuego lento	170 g		
		fideos			
		agua	240 ml		
	Cena	Arroz integral	160 g		
		Sopa de Estómago de Pescado	1 bol		
		con carne de cerdo picada			
		y zanahoria			
		Lechuga Salteada	1 cucharada		
	Adicionales	Agua	240 ml		
		Mermelada de arándanos	2 rebanadas	Massimo Bread	
		Sándwich		Vita Organic Jam	
Martes 17/03/17	Desayuno	Milo	240 ml	MILO	
		Galletas	3 unidades	HUP SENG	
	Almuerzo	Arroz	160 g		
		Frijoles rojos salteados	4 cucharadas		
		con cebolla morada en salsa de tomate			
		agua	240 ml		
	Refrigerios	Puré de Papas	100 g		
		Panecillo de chocolate		Massimo	
	Cena	Sopa de algas con	1 bol		
		crema de frijoles fritos,			
		tomate y carne de cerdo picada			
		Arroz integral	160 g		
		Vegetales salteados	1 cucharada		Frijoles y rebanadas de zanahoria
	Adicionales	Salchichas chinas			
		salteadas	algunas rebanadas		
		agua	240 ml		

© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Daily Bread

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
Miércoles 18/03/17	Desayuno	Manzana	media manzana		
		Milo caliente	240 ml	MILO	
		Galletas	3 unidades	HUP SENG	
	Almuerzo	Espagueti con			
		salsa de champiñones	170 g	Campbell Mushroom Sauce	
		agua	240 ml		
	Refrigerios	Meehun frito	180 g	Hawker Stall	
	Cena	Snack de KFC	1 caja	KFC	
		Té helado de limón	240 ml		
	Adicionales				
Jueves 19/03/17	Desayuno	milo caliente	240 ml	MILO	
		Panecillo de queso	1 unidad	Panadería local	
		Panecillo de pasas	1 unidad	Panadería local	
	Almuerzo	Fideos fritos	180 g	Hawker Stall	
		Pepinos en rebanadas	6 Rebanadas		
		agua	240 ml		
	Refrigerios	Panecillo de queso	1 unidad	Panadería local	
		Agua de cebada	240 ml		
	Cena	Arroz integral	160 g		
		Papa estofada con 4 cucharadas			
		de crema de cerdo y frijoles			
		Fruta del dragón roja	1 unidad		
		agua	240 ml		
	Adicionales				

© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Daily Bread

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
Viernes 20/03/17	Desayuno	Milo caliente	240 ml	MILO	
		Cereales con leche	170 g	Kellogg's	
	Almuerzo	Arroz frito	170 g		
		agua	240 ml		
	Refrigerios	Galletas	3 unidades	Munchy's	
	Cena	Bak Kut Teh	1 bol	Restaurante local	Sopa de hierbas con cerdo, crema de frijoles
		Buñuelos de masa	algunas unidades		champiñones
		Arroz con Cebolla	160 g		
		Piña	2 rebanadas		
		agua	240 ml		
	Adicionales				
Sábado 21/03/17	Desayuno	Cereales con leche	160 g	KOKOCRUNCH	
				CORNFLAKES	
		Milo caliente	240 ml		
	Almuerzo	Arroz con calabaza en cubos	1 bol de 170 g		
		zanahoria y pollo			
		agua	240 ml		
	Refrigerios				
	Cena	Sopa de Pollo con Hierbas	1 bol		
		Arroz integral	160 g		
		agua	240 ml		
	Adicionales				

© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Daily Bread

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
Domingo 22/03/17	Desayuno	Milo caliente	240 ml	MILO	
		Galletas	3 rebanadas	HUP SENG	
	Almuerzo	Arroz	160 g		
		Sopa de Albóndigas de Pescado			
		con brócoli, Cebolla y	1 bol		
		Papa			
	Refrigerios	agua	240 ml		
		Tostada francesa	1 rebanada	Massimo Bread	
	Cena	Ban mian	180 g	Restaurante local	Fideos chinos con anchoas y carne de cerdo picada
		Crema Sundae ce	1 taza	Mc Donald's	
	Adicionales				

© 2019 Smithsonian Institution

Daria Joy Cullen, 6, Pasadena, California, Estados Unidos de América

A Daria le encantan el tocino, la pasta, las palomitas de maíz bañadas en mantequilla, chocolate con leche y otros dulces, especialmente el helado de menta con chispas de chocolate. No come frutas y verduras de ningún tipo, ni incluso cuando era pequeña, ni siquiera puré de banana ni salsa de manzana. Su médico está preocupado por el bajo peso y la dieta limitada de Daria, y sus padres están preocupados por la posibilidad de que ella tenga un reflejo nauseoso exagerado. El modelo a seguir de Daria es su hermana mayor, que puede hacer amigos y tocar el violín sin esfuerzo. Para divertirse, Daria entretiene a sus amigos imitando a un mono. Cuando crezca, a Daria le gustaría ser entrenadora de perros. Si tuviera suficiente dinero, compraría un caballo y un pug.



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Daria Cullen

Martes, 9/2/16

Desayuno

- 4 ravioles de espinaca (sin salsa)



- 2 rebanadas de tocino



- 2 vitaminas para niños



Refrigerio de la mañana

- galletas saladas



Almuerzo

- pasta con salsa de tomate



Refrigerio de la tarde

- barra de granola



Refrigerio a última hora de la tarde

- Pirate's Booty
- Paleta de Jugo Verde



Cena

- Joe's Os (sin leche)



Postre de la noche:

- Helado de vainilla
- 2 galletas de Girl Scout (Thin Mints)



© 2019 Smithsonian Institution

Miércoles, 10/2/16

Desayuno

- 2 rebanadas de tocino
- 4 ravioles de espinaca
- 2 vitaminas para niños

Refrigerio de la mañana:

- barra de granola

Almuerzo (créeme, le enviamos más ¡pero ella no lo come!)

- 2 ravioles de espinaca

Refrigerio de la tarde:

- paleta de jugo verde

Cena

- pasta con salsa de tomate
- jugo verde (3 oz, con 3 oz de agua)

Premio por haber terminado la tarea:

- 1 galleta de Girl Scout (Thin Mints)

Jueves, 11/2/16

Desayuno:

- 2 rebanadas de tocino
- 4 ravioles de espinaca
- 2 vitaminas para niños

Refrigerio de la mañana:

- barra de granola

Almuerzo:

- 2 ravioles de espinaca

Cena:

- 1 perro caliente de pavo
- jugo verde



Viernes, 12/2/16

Desayuno (¡adivinaste!):

- 4 ravioles de espinaca
- 2 rebanadas de tocino
- 2 vitaminas para niños

Refrigerio

- barra de granola

Almuerzo

- pasta con salsa roja

Refrigerio de la tarde:

- Gran surtido de dulces del Día de San Valentín

Refrigerio a última hora de la tarde:

- Paleta de jugo verde

Cena:

- Perro caliente de pavo

Refrigerio de noche de cine:

- Palomitas de maíz (para horno de microondas, bajas en grasa de Trader Joe's)

Sábado, 12/2/16

Desayuno:

- Cereales sin leche
- 2 rebanadas de tocino

Refrigerio:

- paleta de jugo verde

Almuerzo:

- Pasta con salsa roja

Cena:

- Perro caliente de pavo

© 2019 Smithsonian Institution

Domingo, 14/2/16

Desayuno:

- 2 rebanadas de tocino
- 1 dona azucarada

Almuerzo:

- cereales, sin leche
- paleta de jugo verde

Cena:

- Arroz rojo de Los Tacos (¡sí, es lo único que ella come de nuestro lugar mexicano favorito!)

Premio de la noche:

- Galleta de Girl Scout (thin mint)

Lunes, 15/2/16

Desayuno

- Paleta de jugo verde
- 2 rebanadas de tocino
- 2 vitaminas para niños

Almuerzo

- perro caliente de pavo

Refrigerio

- pasta con salsa roja
- paleta de jugo verde

Cena

- Pasta con salsa roja

© 2019 Smithsonian Institution

Frank Faddel Agbomenou, 8, Dakar, Senegal.

Frank vive con su hermano mayor y su padre, un gerente de Recursos Humanos en un departamento en la ciudad de Dakar. Frank quiere ver a su papá y a su mamá juntos otra vez, pero no cree que ese deseo se cumpla. Frank lloró hace un par de semanas; su mamá le dijo que lo llevaría a la playa, pero luego cambió de opinión. Ella está ocupada, trabaja como proveedora de catering para fiestas y eventos de hoteles elegantes. No hay casi nada que a Frank no le guste comer. Come muchos maníes del árbol de maní en su terraza. Le encanta el pescado. Frank es un excelente bailarín y ha dominado los saltos mortales, aunque prefiere ver televisión y jugar con su Play Station. Lo que más lo hace reír es que su primo Coco se caiga. Frank sueña con comprar un auto deportivo llamativo y viajar a París. Cuando crezca, quiere ser ginecólogo.



Foto: Gregg Segal, de *Daily Bread,* publicado por Powerhouse Books, junio del 2019

© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Frank Faddel Agbomenou

Fecha	**Comida**	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
21/08/2017	**Desayuno**	Copos de maíz con frutas Leche Pan Chocolate Manzana Agua	Tresor Kellogg's Bridel Boulangerie Nutella Mineral	1 bol	9:00
	Almuerzo	Brochette de pescado Arroz Blanco Juliana de legumbres Agua	Maison	1 plato	12:30
	Refrigerios	Pan de atún mango Agua	Maison Mineral	1 porción	17:00
	Cena	Bistec frito Ensalada de tomate Yogur Agua	Maison Cremor Mineral	1 plato	20:00
22/08/2017	**Desayuno**	Leche Nesquick Pan Chocolate Agua	Bridel Nutella Mineral	1 bol	10:30
	Almuerzo	Filete de pescado Salsa de tomate triturado Arroz Blanco Jugo Agua	Maison	1 plato	13:00
	Refrigerios	Papas fritas Pringles Yogur Agua	Pringles Cremor Mineral	1 porción	18:00
	Cena	Carne picada Farfalle Queso Agua	Maison	1 plato	20:00

© 2019 Smithsonian Institution

23/08/2017	Desayuno	Leche Copos de maíz Galletas Jugo de uva Agua	Bridel Kellogg's Jockers Mineral	1 bol	10:00
	Almuerzo	Yassa de pollo Arroz Blanco Yogur Agua		1 plato	13:00
	Refrigerio	Tarte passion Jugo de bissap	Maison	1 porción	17:30
	Cena	Cote Cordero Guisantes Zanahoria Plato De fruta Damasco Ciruela	Maison	1 plato	20:30
24/08/2017	Desayuno	Leche Copos de maíz Chocolate Jugo de uva Agua	Bridel Kellogg's Nutella Jockers Mineral	1 bol	09:30
	Almuerzo	Arroz con pescado rojo Melón Agua	Maison	1 plato	13:30
	Refrigerios	Pizza de 3 quesos Jugo de piña Agua	Torta Pressea Mineral	5 porción	18:00
	Cena	Pescado frito Legumbres Helado de chocolate Agua	Maison	1 plato	21:00
25/08/2017	Desayuno	Copos de maíz Leche Pan de chocolate		1 bol	10:00

© 2019 Smithsonian Institution

	Almuerzo	Camarones Sautees Arroz Jugo de bouye Agua	Maison	1 plato	12:00
	Refrigerios	Pastel de frutos secos Manzana roja Agua	Maison	1 porción	17:30
	Cena	Muslos de pollo Ensalada mixta Crouton de queso blanco Agua	Maison	1 plato	20:30
	Adicionales				
26/08/2017	Desayuno	Leche Pan Huevo frito al plato Piña Agua	Maison Mineral	1 bol	9:00
	almuerzo	Crema de champiñones Pollo Manzana Sautees Sandía Agua	Maison	1 plato	13:00
	refrigerio	Pan de yogur Especias Limonada	Cremor	1 porción	17:30
	Cena	Composición Charcutería Cerdo Manzana Noisette Agua	3 petit cochon Auchan mineral	1 plato	20:30

© 2019 Smithsonian Institution

Paolo Mendolareo, 9, Belpasso, Sicilia, Italia

Paolo y su familia de cuatro integrantes viven en un apartamento de Belpasso, un pequeño pueblo medieval en la costa este de Sicilia fundado en 1305. Cuando sale de su apartamento, Paolo ve la plaza central y la Madre Iglesia de Belpasso con su escalera de piedra volcánica y el campanario. La mamá de Paolo trabaja tiempo completo para una compañía de cosméticos, pero se hace un tiempo para preparar comidas caseras para su familia como Cannolo Siciliano y Pasta alla Norma. Una vez a la semana, compran un pollo asado o salen a comer pizza, lo que Paolo ama más que a cualquier cosa. Paolo ha aprendido a preparar su propia pizza y pasta, así como galletas y donas grandes. Su abuelo tenía un jardín rebosante y Paolo ayudó a cosechar berenjenas, calabacines, pimientos morrones, aceitunas, fresas, duraznos, tomates, arvejas y habas. Durante la semana en la que Paolo completaba su registro alimentario para Daily Bread, estuvo en la playa con su familia y no siguió una dieta tan saludable como de costumbre; comieron comida rápida con frecuencia. Paolo reza por sus padres. Para su madre, desea una secadora, y un nuevo camión para su padre, que es carpintero. Si tuviera suficiente dinero, Paolo compraría una Play Station 4, un set de Lego gigante y, como mínimo, unas vacaciones de una semana para toda la familia.



© 2019 Smithsonian Institution

Registro alimentario de Paolo Mendolaro

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
Lunes	Desayuno	Té frío de durazno	1 vaso grande	San Benedett	envasado
	Almuerzo	Pasta Norma	1 plato		Salsa de tomate, berenjena
					queso ricota salino.
		Barra de pescado crujiente	4	Findus	Bacalao empanado frito
		Pimiento morrón asado	1 plato		
	Refrigerios	Sándwich	la mitad		Jamón
	Cena	Sándwich	1		
		Pimiento morrón reposado	1 plato		
		Melón amarillo	1 rebanada		
	Adicionales				
Martes	Desayuno	Té de limón frío	1 vaso grande	Coop	envasado
	Almuerzo	Mozzarella en	3	MD	pan blanco empaquetado
		carroza			huevo cocido y pan rallado, relleno
		Ensalada mixta	1		con mozzarella y frito en
					aceite vegetal.
	Refrigerios	Cono de helado	1	Algida	
		envasado			
	Cena	Rollos de carne de cerdo	6		huevo, pan rallado, jamón
					queso
		Ensalada mixta	1		
	Adicionales	Té de limón frío	1 vaso grande	Coop	envasado

© 2019 Smithsonian Institution

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Ingredientes
Miércoles	Desayuno	Té de limón frío	1 vaso grande	Coop	envasado
	Almuerzo	Sándwiches	2		Pan lactal, jamón
	Refrigerios	Sándwich	1		Pan lactal, jamón
	Cena	Chuleta	1 rebanada		Carne, huevo, pan rallado,
					queso grana, pimienta negra,
					perejil.
		Ensalada	1		Tomate cherry
	Adicionales	Té frío de durazno	2 vasos	San Benedett	envasado
Jueves	Desayuno	Leche de almendras	1 vaso	MD	
	Almuerzo	Menú de Mc Donald's:			
		Hamburguesa	1		
		Papas fritas	1 medianas		
		Coca cola	1 vaso grande		
	Refrigerios	Cono de helado	1	Algida	
		envasado			
	Cena	Ensalada de arroz blanco	1 plato		Arroz blanco con "condiriso",
					Atún, maíz.
					*Condiriso es una preparación
					industrial hecha de
					verduras, azúcar, aceite vegetal
	Adicionales				

© 2019 Smithsonian Institution

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Notas
Viernes	Desayuno	Leche de almendras	1 vaso	MD	
	Almuerzo	Ensalada de arroz blanco	1		Igual que el jueves por la noche
		Albóndigas con	2		Carne, huevos, pan rallado, sal,
		salsa de tomate			pimienta negra, salsa de tomate,
					cebolla frita, sal.
	Refrigerios	Cono de helado	1	Algida	
		envasado			
	Cena				
		Sándwich	1		jamón, queso mozzarella, tomate,
					queso derretido.
	Adicionales	Jugo ACE	1	MD	
Sábado	Desayuno	Jugo ACE	1	MD	
	Almuerzo	Pasta	1	Divella	Espagueti partido, calabacín largo
					Hojas, cebolla, tomates cherry,
		Albóndigas con			aceite de oliva.
		salsa de tomate	2		Igual que el viernes
	Refrigerios	Jugo ACE	1 vaso	MD	
		Sándwich	la mitad		con salame
	Cena	Pizza	1		Salsa de tomate y mozzarella
	Adicionales				

© 2019 Smithsonian Institution

Fecha	Comida	Alimento	Cantidad	Marca	Ingredientes
Domingo	Desayuno	Medialuna	1		Crema pastelera
	Almuerzo	Sándwich	1		jamón y queso derretido
	Refrigerios	Jugo de frutas	1 caja	MD	Pera
	Cena	Espagueti	1 plato	Divella	Almejas, ajo, tomate, perejil, aceite
	Adicionales	Té frío de durazno	2 vasos	San Benedett	envasado

© 2019 Smithsonian Institution

3-2

Recopilación de registros alimentarios de la comunidad

En la tarea 3-1, el equipo aprendió sobre los registros alimentarios y creó los propios. Guarda estos registros del equipo en un lugar seguro; los utilizarás después en tu investigación. Ahora es el momento de recopilar los registros de todo el sitio de investigación. Los registros alimentarios de una variedad de personas de todo el sitio de investigación pueden proporcionar datos útiles, evidencia y un historial de alimentos de la comunidad. Esto será particularmente útil para ayudarte a comprender las dietas de personas de diferentes edades y lugares de la comunidad además de los antecedentes culturales.

Objetivo



En esta tarea, el equipo recopilará los registros alimentarios de una variedad de personas diferentes en el sitio de investigación. El equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- **¿Cuáles son los diferentes alimentos y dietas que las personas comen para satisfacer sus necesidades diarias?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-2 y toma la Recopilación de registros alimentarios: registro en blanco. También necesitarás tu mapa del sitio de investigación de la tarea 2-1.
2. Identifica y haz una lista de las personas con las que podrías trabajar para recolectar registros alimentarios. Las opciones incluyen familiares y amigos, vecinos que viven en el sitio de la investigación y socios de la comunidad identificados en la tarea 2-6.
3. Determina cuántos días de datos deseas recopilar de cada persona.
4. Trabaja con las personas que identificas para recopilar sus datos y completar sus registros alimentarios. (Nota: El equipo completará la columna de grupos alimentarios en la tarea 3-3, por lo que debes dejarla en blanco por ahora).
5. En tu mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1, grafica la ubicación de cada persona de las que se recopilaron los datos para el registro alimentario.
6. Cómo podrían ser útiles los datos de estos registros alimentarios cuando se piensa en la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

¡Qué bien! Completaste la tarea 3-2. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-3!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-2. Recopilación de los registros alimentarios: registro en blanco

Nombre			**Edad**			
Fecha y hora	**Comida**	**Alimento e ingredientes**	**Cantidad**	**Marca**	**Notas**	**Grupos de alimentos** (Completar en la tarea 3-3)
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					

© 2019 Smithsonian Institution

	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					
	Desayuno					
	Almuerzo					
	Refrigerios					
	Cena					
	Adicionales					

© 2019 Smithsonian Institution

3-3 Comprensión y análisis de los grupos alimentarios

En la tarea 3-1 y la tarea 3-2, el equipo recolectó una variedad de registros alimentarios de la comunidad. Estos registros proporcionan datos sobre todo lo que las personas comen durante un período. Es posible que hayas notado en estos registros que las personas comen muchos tipos diferentes de alimentos. Debido a esto, puede ser difícil analizar los registro. Crear una cantidad menor de categorías o grupos de alimentos puede ayudar. Cuando se establecen grupos alimentarios, se pueden ordenar grandes listas de diferentes alimentos en una lista de categorías más acotada. Esta clasificación te ayudará a analizar los datos que recopila el equipo cuando trabaja con la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

Objetivo



En esta tarea, aprenderás sobre diferentes grupos alimentarios. Luego, el equipo analizará los datos de consumo global de algunos de los diferentes grupos alimentarios. Por último, el equipo realizará un análisis de grupos alimentarios de los datos que se encuentran en los registros alimentarios recopilados en la tarea 3-1 y la tarea 3-2. Se enfocarán en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son los grupos de alimentos básicos para lograr una buena nutrición?
- ¿Cuáles son los diferentes alimentos y dietas que las personas comen para satisfacer sus necesidades diarias?

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-3 y toma el Juego de cartas de grupos alimentarios y los Datos de consumo de los grupos alimentarios globales. También necesitarás los registros alimentarios de la tarea 3-1 y la tarea 3-2.
2. Juega el juego de cartas del grupo alimentario, siguiendo las instrucciones de la carpeta de la tarea.
3. Grafica los datos del juego y analiza lo siguiente:
   - ¿Cuáles son los cinco principales grupos alimentarios?
   - ¿Cuáles son algunas similitudes y diferencias entre los alimentos que conforman cada grupo de alimentos?
4. Observa los datos globales de consumo de grupos alimentarios en la carpeta de la tarea.

© 2019 Smithsonian Institution

5. Utiliza las preguntas del archivo de datos para estudiar y analizar los datos de consumo del grupo alimentario. Cómo podrían ser útiles los datos de consumo globales del grupo alimentario cuando se piensa en la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?
6. Observa los registros alimentarios que el equipo recopiló en la tarea 3-1 y en la tarea 3-2. La última columna de estos registros alimentarios está etiquetada como "Grupos alimentarios". Para cada comida que figure en los registros, identifica y escribe qué grupos de alimentos se comieron, según la información proporcionada.
7. Si el equipo no puede determinar qué grupos alimentarios se consumieron en una comida, márcalo como "desconocido". Si el equipo no está familiarizado con un alimento, haz una investigación sobre ese alimento, busca a la persona que escribió ese registro alimentario o pide a los socios que identificaste en la tarea 2-6 que ayuden con este análisis.
8. Para cada registro, identifica lo siguiente:
   - ¿Qué grupos alimentarios consumió con mayor frecuencia la persona?
   - ¿Qué grupos alimentarios consumió con menor frecuencia la persona?
   - ¿La persona consume todos los grupos alimentarios de manera equilibrada? Si no es así, ¿qué le sugerirías a esta persona que consuma para que tenga un mejor equilibrio de los grupos alimentarios?
9. Cuando observes todos los registros recopilados, identifica lo siguiente:
   - ¿Qué grupos alimentarios se consumieron con mayor frecuencia?
   - ¿Qué grupos alimentarios se consumieron con menor frecuencia?
   - Si observas en general a todos los registros, ¿las personas de tu comunidad generalmente comen de todos los grupos alimentarios de manera equilibrada? Si no es así, ¿qué le sugerirías a esta personas que consuman de todos los grupos alimentarios para que tengan un mejor equilibrio alimentario?
10. Cómo podrían ser útiles los datos de consumo globales del grupo alimentario cuando se piensa en la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

¡Qué bien! Completaste la tarea 3-3. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-4!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-3. Comprensión y análisis de grupos de alimentos: juego de cartas de grupos de alimentos

1. Corta el mazo de cartas.
2. Baraja las cartas y colócalas en una pila con el lado de la imagen hacia abajo.
3. Este juego se puede jugar con dos o más jugadores.

Las cartas

El paquete de cartas incluye un total de 52 cartas. Cuarenta de las cartas se dividen en las siguientes categorías de grupos de alimentos, numeradas con un valor del uno al ocho.

- Frutas
- Verduras
- Alimentos proteicos
- Lácteos
- Granos

Las 12 cartas restantes están etiquetadas como Comida Chatarra y tienen un valor de 10. El número en las cartas de Comida Chatarra es solo para fines de puntuación, no para la partida.

Objetivo del juego

El objetivo es ser el primer jugador en deshacerse de todas las cartas.

El reparto de cartas

1. Reparte cinco cartas boca abajo, una a la vez, a cada jugador, comenzando con el jugador a la izquierda de quien reparte.
2. Coloca las cartas restantes boca abajo en el centro de la mesa para formar el mazo.
3. Quien reparte toma la carta superior del mazo y la coloca boca arriba, junto al mazo. Esta es la pila de descarte. Si se da vuelta una carta de Comida Chatarra, vuelve a colocarla en el mazo en una ubicación aleatoria y da vuelta otra carta.

El juego

1. Comienza el jugador a la izquierda de quien reparte y cada jugador debe colocar una carta boca arriba en la pila de descarte. Cada carta que se juegue (que no sea una carta de Comida Chatarra) debe coincidir con el grupo de alimentos (frutas, verduras, alimentos proteicos, lácteos, granos) o con el número que aparece en la carta que se acaba de tirar.

Por ejemplo, si la carta de la pila de descarte es Fruta (4), puedes jugar otra carta Fruta con cualquier número, o puedes jugar una carta de otro grupo de alimentos que tenga el número 4, como Alimento Proteico (4).

2. Si algún jugador no puede jugar una carta en su poder, debe sacar una carta de la parte superior del mazo. Si esta carta se puede colocar en la pila de descarte, se debe jugar y se completa el turno. Si la carta tomada no se puede jugar, el jugador se la dejará y será el turno del siguiente jugador.
3. Las cartas de Comida Chatarra son comodines y se pueden jugar en cualquier momento. Sin embargo, cuando se juega una carta de Comida Chatarra, el jugador debe tomar dos cartas del mazo y mantenerlas en su mano. Se termina su turno. Luego, el siguiente jugador puede elegir cualquier carta que le gustaría jugar sobre la carta de Comida Chatarra en la pila de descarte, y el juego continúa.

© 2019 Smithsonian Institution

4. Si alguien no puede jugar y saca una carta de Comida Chatarra de la parte superior del mazo, puede jugarla inmediatamente, pero deberá sacar dos cartas adicionales del mazo y terminará su turno. También puede optar por sostener la carta de Comida Chatarra en la mano, no jugar y terminar su turno.
5. El juego continúa hasta que un jugador se deshaga de todas sus cartas.
6. Si el mazo se agota antes de que eso suceda, deja la carta superior de la pila de descarte sobre la mesa y baraja el resto de la pila para armar un mazo nuevo. El juego continúa hasta que un jugador utilice todas sus cartas.
7. Luego, todos los jugadores deben anotar sus manos, como se describe a continuación. Utiliza la tarjeta de resultados para realizar un seguimiento de sus puntajes.
8. Juega otra ronda.
9. Después de jugar la cantidad de rondas que quiera, suma el puntaje total de cada jugador. El jugador con el puntaje total más bajo es el ganador.

Puntos

El jugador que se deshaga primero de todas sus cartas termina la ronda y no obtiene puntos por esa ronda. Los participantes restantes de esa ronda cuentan el valor total de las cartas que quedan en sus manos, utilizando los valores numéricos (del uno al ocho) de cada carta. Todas las cartas de Comida Chatarra tienen un valor de 10 puntos.

Jugador	Ronda 1	Ronda 2	Ronda 3	Ronda 4	Ronda 5	Ronda 6	Ronda 7	Ronda 8	Total del juego

© 2019 Smithsonian Institution

Conexión matemática

Grafica los datos de los puntajes.

- Crea un gráfico lineal con números redondos en el eje X y los puntos por ronda en el eje Y.
- Crea un gráfico de barras con los jugadores en el eje X y los puntos totales del juego en el eje Y. Diseña una manera de marcar o colorear cada barra para incluir los puntajes por ronda individuales de cada persona.
- Diseña tu propio gráfico para visualizar los datos.

© 2019 Smithsonian Institution

1

LÁCTEOS



Queso Azul

2

LÁCTEOS



Leche de Camella

3

LÁCTEOS



Leche de Vaca

4

LÁCTEOS



Queso Fresco

5

LÁCTEOS



Yogur

6

LÁCTEOS



Kéfir

7

LÁCTEOS



Queso Suizo

8

LÁCTEOS



Leche de Cabra

 © 2019 Smithsonian Institution

1

FRUTAS



Manzana

2

FRUTAS



Aronia

3

FRUTAS



Grosella

4

FRUTAS



Higo

5

FRUTAS



Kiwi

6

FRUTAS



Naranja

7

FRUTAS



Papaya

8

FRUTAS



Pera

 © 2019 Smithsonian Institution

1

ALIMENTO PROTEICO



Amaranto

2

ALIMENTO PROTEICO



Cebada

3

ALIMENTO PROTEICO



Arroz Negro

4

ALIMENTO PROTEICO



Arroz Integral

5

ALIMENTO PROTEICO



Trigo Sarraceno

6

ALIMENTO PROTEICO



Avena

7

ALIMENTO PROTEICO



Espelta

8

ALIMENTO PROTEICO



Teff

 © 2019 Smithsonian Institution

1

ALIMENTO PROTEICO



Frijoles

2

ALIMENTO PROTEICO



Almeja

3

ALIMENTO PROTEICO



Grillos

4

ALIMENTO PROTEICO



Avellanas

5

ALIMENTO PROTEICO



Lentejas

6

ALIMENTO PROTEICO



Gusanos de la harina

7

ALIMENTO PROTEICO



Sardinas

8

ALIMENTO PROTEICO



Tofu

 © 2019 Smithsonian Institution

1

VERDURAS



Rúcula

2

VERDURAS



Remolacha

3

VERDURAS



Brócoli

4

VERDURAS



Zanahoria

5

VERDURAS



Ajo

6

VERDURAS



Frijoles Verdes

7

VERDURAS



Lechuga

8

VERDURAS



Cebolla

 © 2019 Smithsonian Institution

10

COMIDA CHATARRA



Chizitos

10

COMIDA CHATARRA



Dona

10

COMIDA CHATARRA



Pastel de Chocolate

10

COMIDA CHATARRA



Galletas

10

COMIDA CHATARRA



Papas fritas

10

COMIDA CHATARRA



Bebida Azucarada

 © 2019 Smithsonian Institution

10

COMIDA CHATARRA



Chizitos

10

COMIDA CHATARRA



Dona

10

COMIDA CHATARRA



Pastel de Chocolate

10

COMIDA CHATARRA



Galletas

10

COMIDA CHATARRA



Papas fritas

10

COMIDA CHATARRA



Bebida Azucarada

 © 2019 Smithsonian Institution

Food! © 2019 Smithsonian Institution

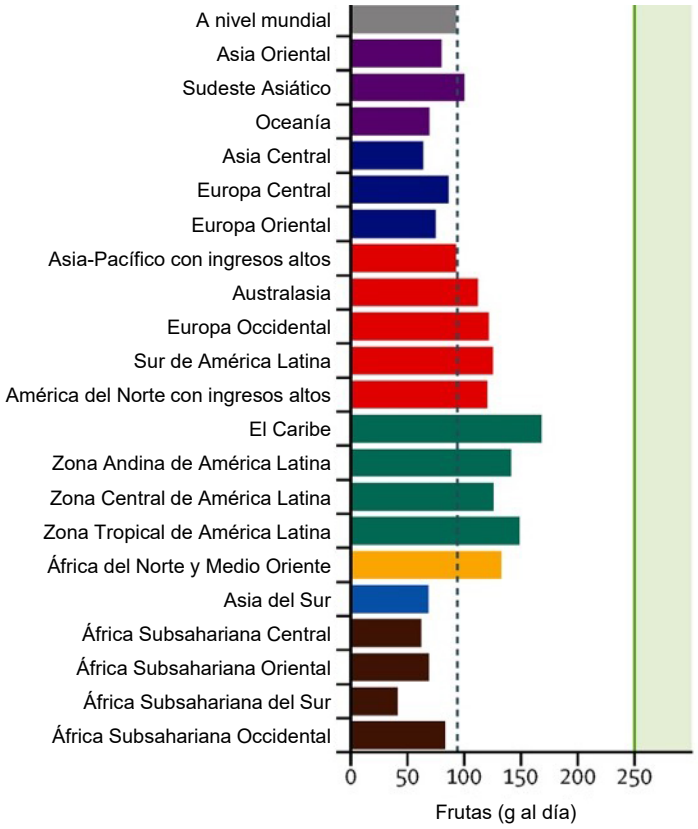
Tarea 3-3. Exploración y análisis de los grupos de alimentos

Datos de consumo de los grupos de alimento a nivel mundial

Fuente: Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: Un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017 *The Lancet*
DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de frutas a nivel mundial



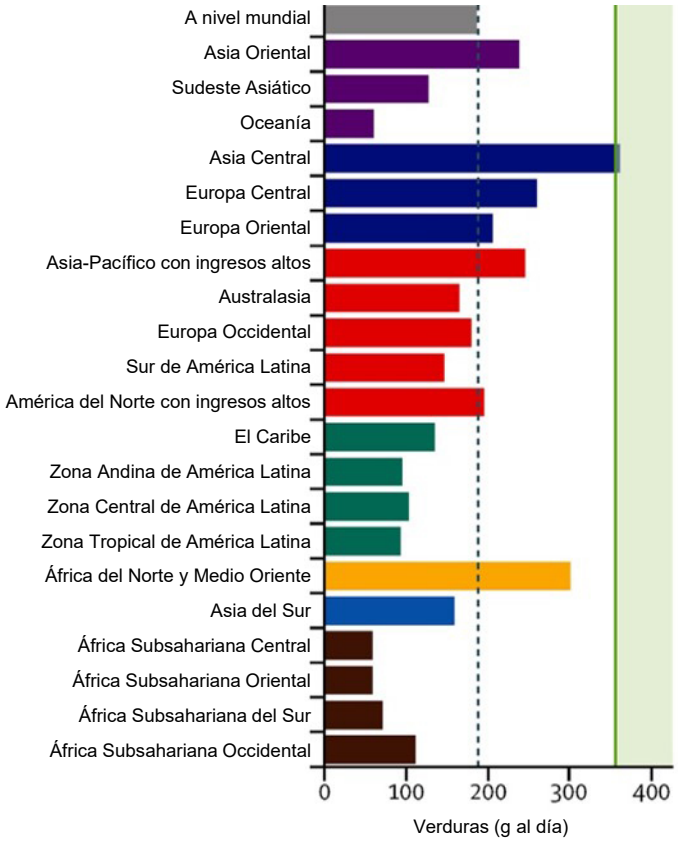
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de frutas al día para una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de frutas al día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de frutas? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de frutas? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de frutas?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de frutas?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de frutas?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?*

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de verduras a nivel mundial



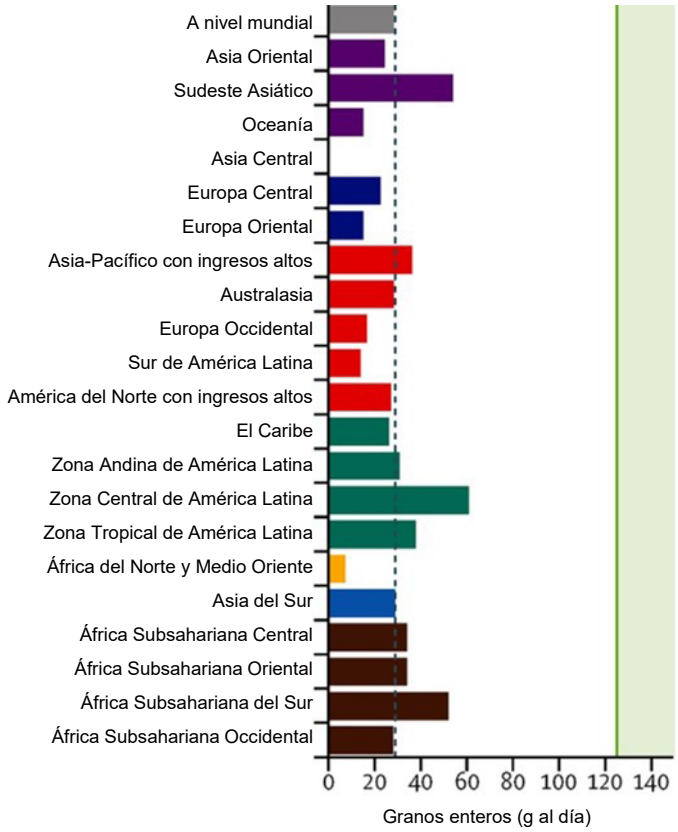
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de verduras por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de verduras por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de verduras? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de verduras? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de verduras?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de verduras?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de verduras?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de granos enteros a nivel mundial



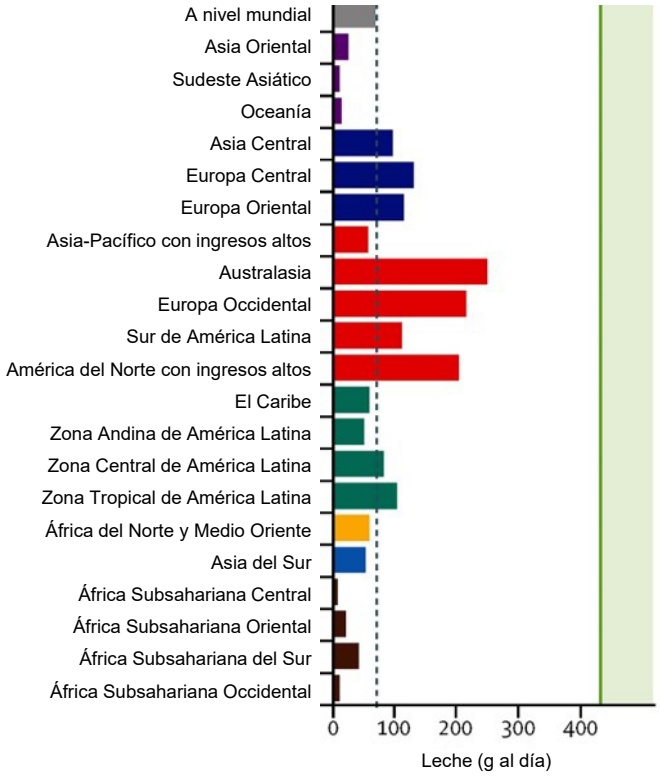
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de granos enteros al día para una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de granos enteros al día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de granos enteros? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de granos enteros? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de granos enteros?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de granos enteros?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de granos enteros?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de leche y productos lácteos a nivel mundial



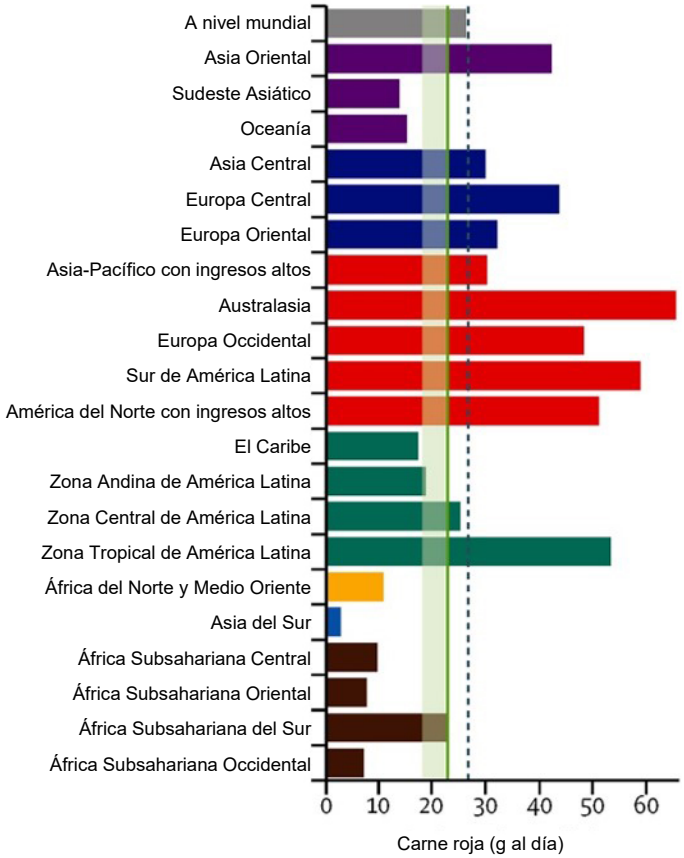
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de leche por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de leche por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de leche? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de leche? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de leche?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de leche?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de leche?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de proteína de carne roja a nivel mundial



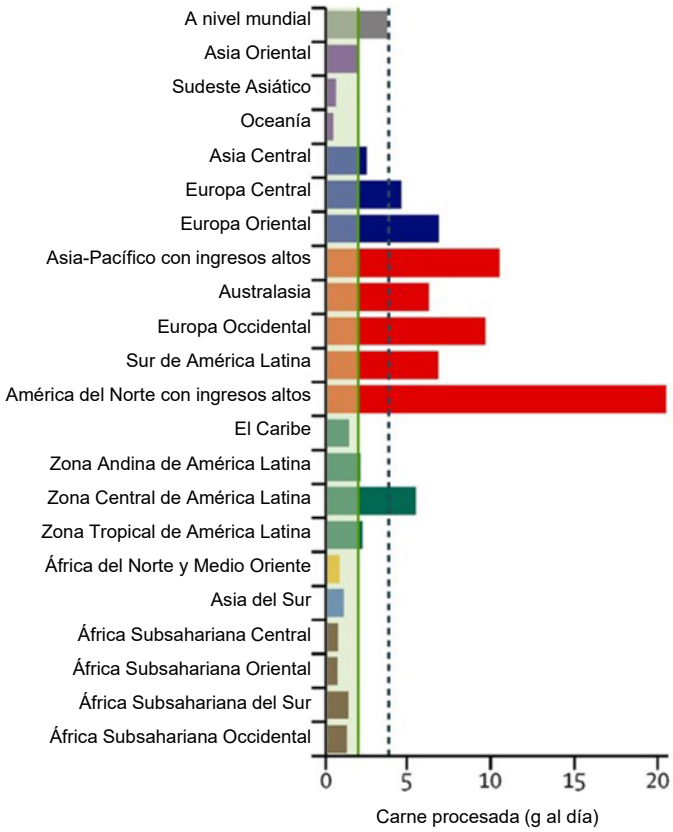
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de carne roja por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de carne roja por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de carne roja? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de carne roja? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de carne roja?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de carne roja?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de carne roja?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de proteína de carne procesada a nivel mundial



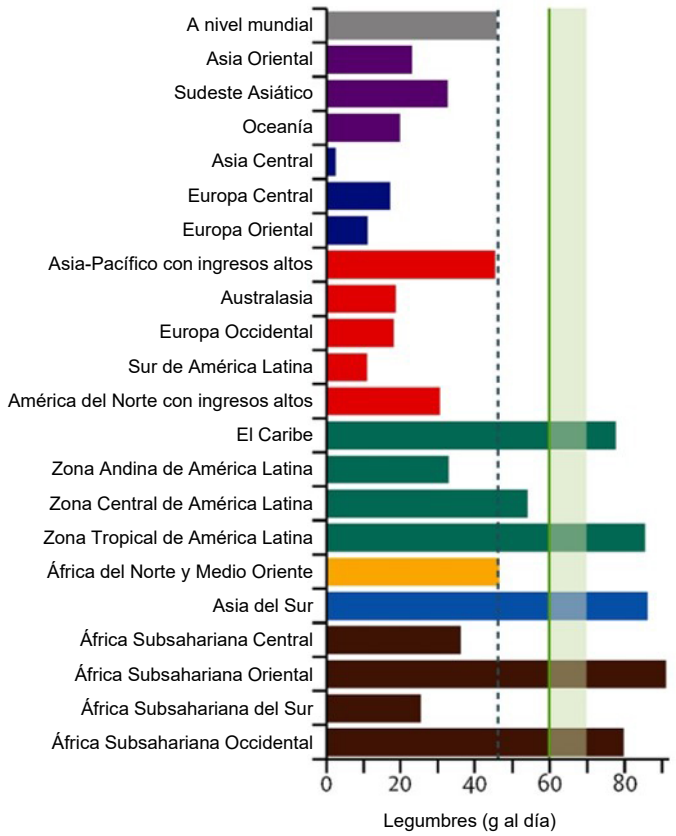
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de carne procesada por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de carne procesada por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de carne procesada? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de carne procesada? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de carne procesada?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de carne procesada?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de carne procesada?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de proteínas de legumbres a nivel mundial

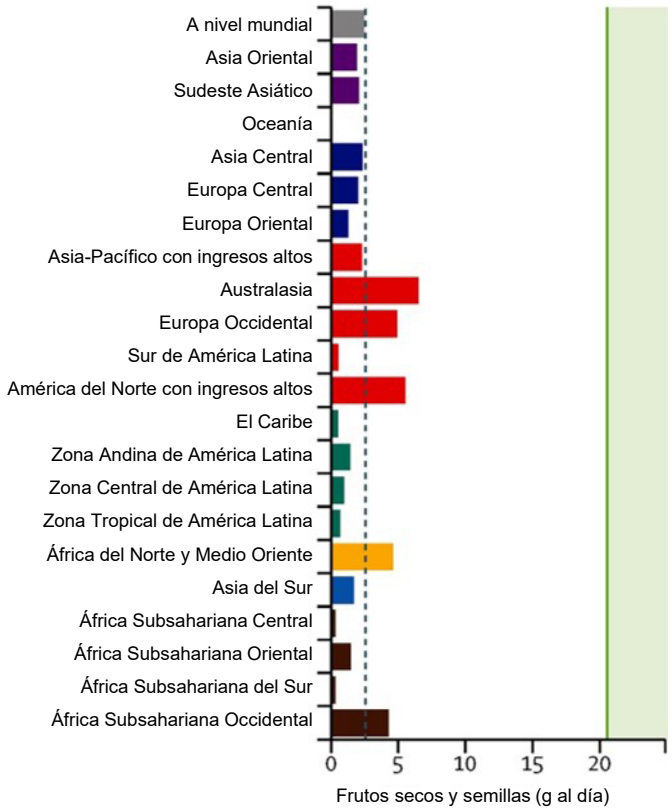


1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de legumbres por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de legumbres por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de legumbres? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de legumbres? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de legumbres?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de legumbres?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de legumbres?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution



Ingesta de proteínas de frutos secos y semillas a nivel mundial

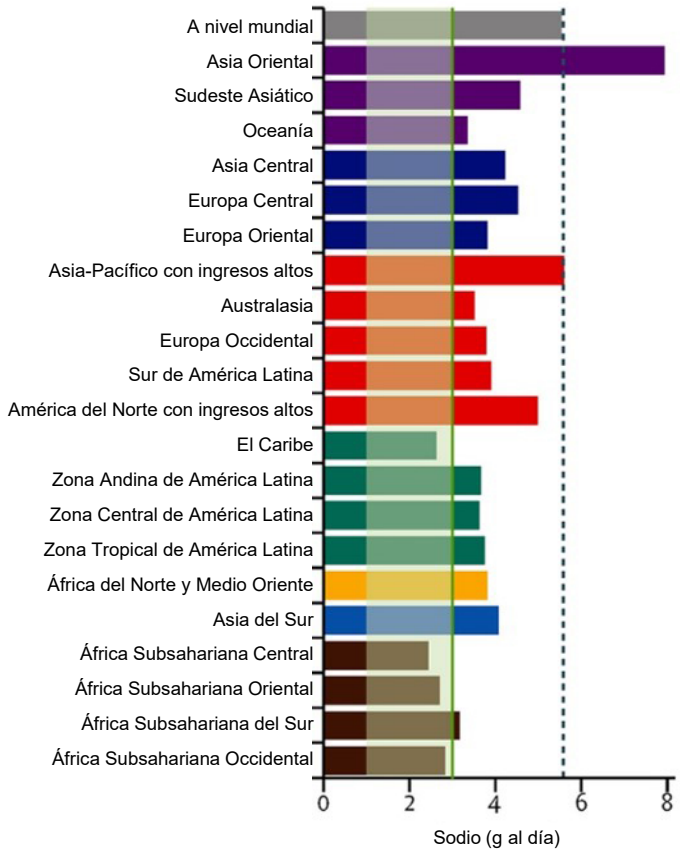
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de frutos secos y semillas por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de al frutos secos y semillas por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de frutos secos y semillas? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de frutos secos y semillas? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de frutos secos y semillas?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de frutos secos y semillas?
7. ¿Hay regiones que estén por debajo del nivel óptimo de ingesta de frutos secos y semillas?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution



Ingesta de sodio a nivel mundial

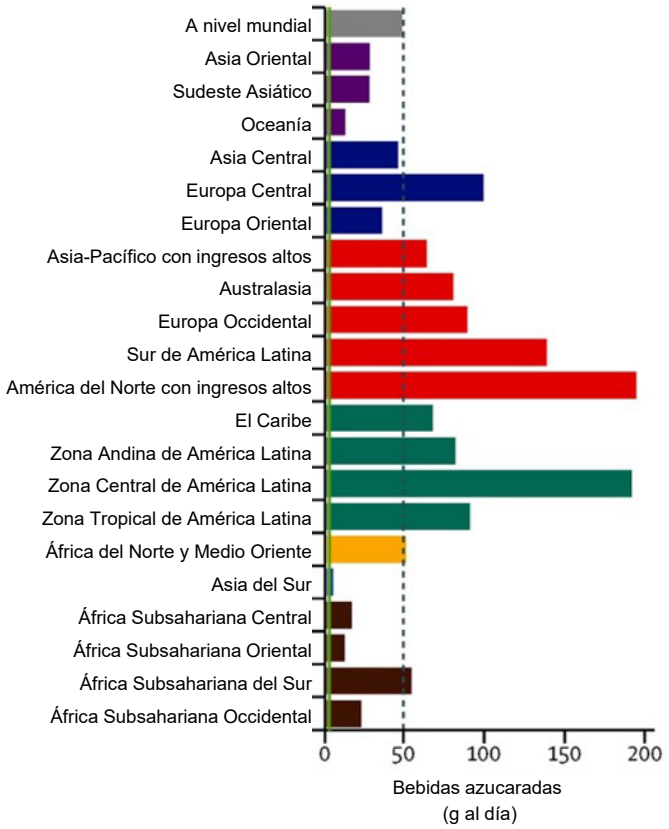
1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de sodio por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de sodio por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de sodio? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de sodio? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de sodio?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de sodio?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de sodio?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Ingesta de bebidas azucaradas a nivel mundial



1. ¿Cuál es el nivel óptimo de ingesta de bebidas azucaradas por día para lograr una buena salud?
2. ¿Cuál fue la ingesta de bebidas azucaradas por día a nivel mundial en el 2017?
3. ¿Qué regiones tienen la mayor ingesta de bebidas azucaradas? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
4. ¿Qué regiones tienen la menor ingesta de bebidas azucaradas? ¿Por qué crees que esto podría ser así?
5. ¿Alguna región cumple con el nivel óptimo diario de ingesta de bebidas azucaradas?
6. ¿Alguna región excede el nivel óptimo de ingesta de bebidas azucaradas?
7. ¿Hay regiones por debajo del nivel óptimo de ingesta de bebidas azucaradas?
8. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*?

A nivel mundial | Sudeste Asiático, Asia Oriental y Oceanía | Europa Central, Europa Oriental y Asia Central | Ingresos altos | América Latina y el Caribe
África del Norte y Medio Oriente | Asia del Sur | África Subsahariana | Ingesta a nivel mundial en el 2017 | Nivel óptimo de ingesta (de acuerdo con el punto medio del rango óptimo de ingesta)

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

Fuente: *Efectos en la salud de los riesgos dietéticos en 195 países, 1990-2017: un análisis sistemático para el estudio sobre la carga mundial de la morbilidad del 2017. The Lancet* DOI: (10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

3-4

Evaluación de las pautas alimentarias

En la tarea 3-3, el equipo aprendió más acerca de los diferentes grupos alimentarios. Una dieta equilibrada incluye todos los grupos alimentarios todos los días. Sin embargo, según dónde vivas, pueden ser diferentes la manera en que se agrupa la comida y las cantidades sugeridas de cada grupo alimentario. Los diferentes países crean pautas alimentarias para ayudar a comunicar a las personas dentro y fuera del país lo que constituye una dieta saludable. Comprender las similitudes y diferencias entre las pautas alimentarias en los diferentes países es útil cuando se piensa en cómo se comunica la nutrición en diferentes lugares y a escala global. Esta exploración también ayudará al equipo a pensar en cómo pautas como estas podrían ayudar a las personas de su comunidad y cuando trabajen con la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

Objetivo



En esta tarea, el equipo explorará las similitudes y diferencias entre las pautas alimentarias de diferentes países. Luego, el equipo identificará, reunirá y analizará las pautas alimentarias de su país que se utilizarán durante la investigación. El equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son las diferentes pautas nutricionales y cómo se usan a nivel local y global?

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-4 y toma las imágenes de las directrices alimentarias y el mapa mundial. .
2. Utiliza el mapa mundial a fin de localizar tu país y los países para cada conjunto de pautas.
3. Compara y contrasta las imágenes de las distintas pautas de los países.
   - ¿Qué grupos alimentarios se representan en las pautas de cada país?
   - ¿Cuáles son las formas similares o diferentes en que los países eligen visualizar sus pautas? ¿Por qué crees que eligieron visualizarlas de esa manera?
   - ¿Cómo se compara la cantidad de cada grupo alimentario representado entre los diferentes países?
   - ¿Qué grupos de alimentos son los más grandes en todos los países?
   - ¿Qué grupos de alimentos son más pequeños en todos los países?
   - ¿Cuáles son algunas similitudes y diferencias entre los alimentos que conforman cada grupo de alimentos?

© 2019 Smithsonian Institution

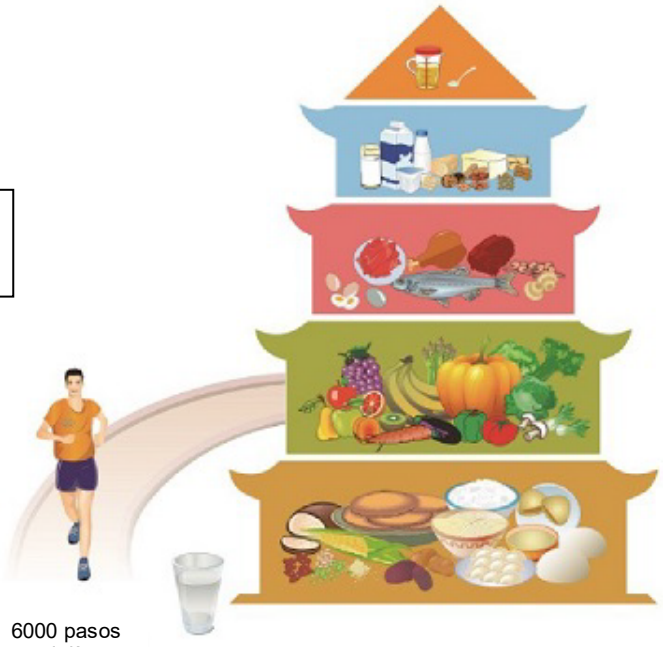
4. Identifica si tu país tiene pautas alimentarias. Utiliza el enlace de la carpeta de la tarea para investigar esto en línea, o comunícate con tu biblioteca o departamento de salud local para obtener una copia.
5. Si existen pautas en tu país, utiliza las mismas preguntas del paso 3 para comparar y contrastar las pautas alimentarias locales con otras que ya ha evaluado. Si no existen pautas en tu país, determina qué crees que deberían contener y cómo deberían verse.
6. Analiza el mapa mundial de pautas nutricionales ubicado en la carpeta de la tarea. Este mapa muestra qué países (en verde) tienen pautas y qué países (en gris) no.
   - ¿Qué patrones ves en este mapa de datos de pautas alimentarias globales?
   - ¿Cómo podrían ser útiles estos datos cuando se piensa en la pregunta del problema u otras preguntas de tu mapa de preguntas?
7. Analiza la tabla de datos de la Clasificación de países con y sin pautas nutricionales en la carpeta de la tarea.
   - ¿Qué relación ves en los datos entre el nivel de ingresos y las pautas nutricionales?
   - ¿Cómo podrían ser útiles estos datos cuando se piensa en la pregunta del problema u otras preguntas de tu mapa de preguntas?
8. Analiza el Resumen de los mensajes más comunes en el gráfico Pautas por nivel de ingresos.
   - ¿Qué similitudes y diferencias ves en los datos entre los diferentes niveles de ingresos y los mensajes que comunican en sus pautas?
   - ¿Qué crees que puede estar causando estas similitudes o diferencias en los mensajes?
   - ¿Cómo podrían ser útiles estos datos cuando se piensa en la pregunta del problema u otras preguntas de tu mapa de preguntas?

¡Qué bien! Completaste la tarea 3-4. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-5!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-4. Evaluación de las pautas alimentarias

China

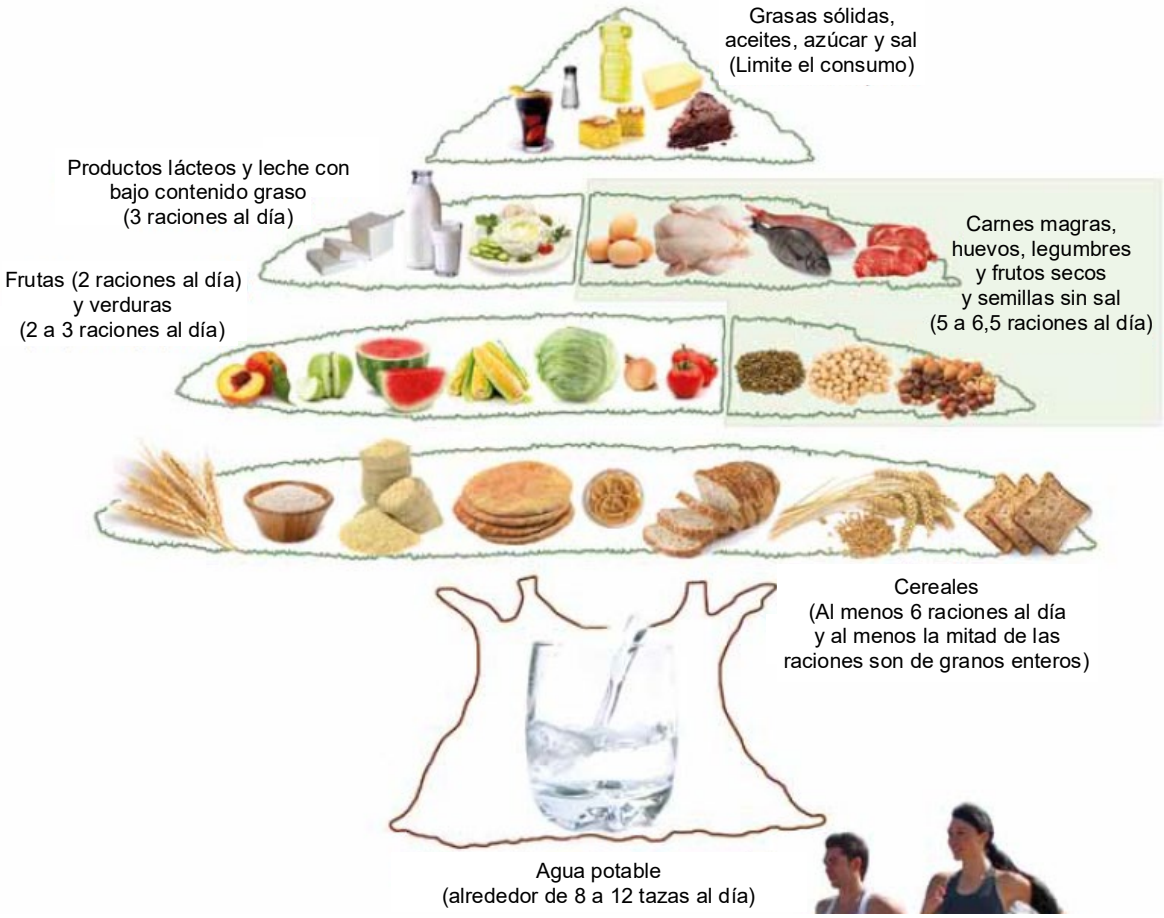


6000 pasos al día

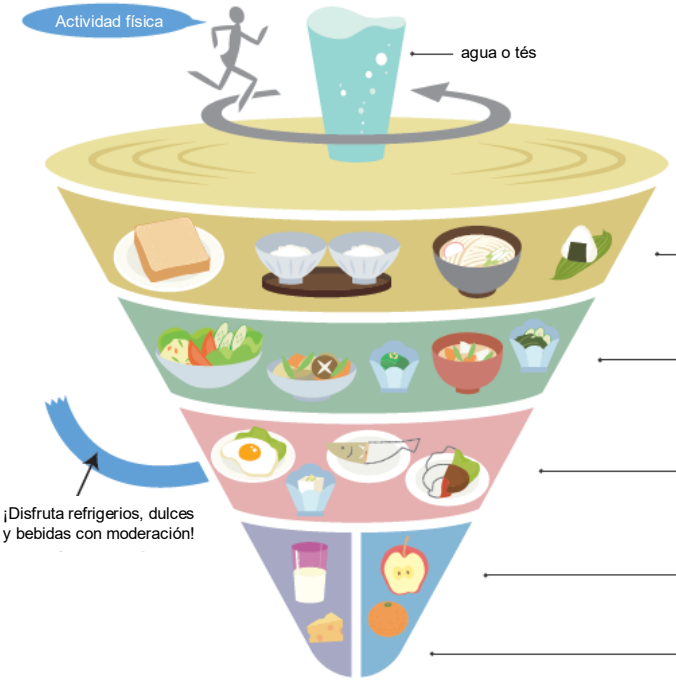
http://www.cnsoc.org

Sal	<6 gramos
Aceite	25~30 gramos
Leche y productos lácteos	300 gramos
Legumbres y frutos secos	25~35 gramos
Carne y aves	40~75 gramos
Mariscos	40~75 gramos
Huevos	40~50 gramos
Verduras	300~500 gramos
Fruta	200~350 gramos
Cereales y tubérculos	250~400 gramos
Integral y multigrano	50~150 gramos
Tubérculos	50~100 gramos
Agua	1500 a 1700 mililitros

Líbano



© 2019 Smithsonian Institution



Trompo alimentario de Japón

¿Tiene una dieta bien equilibrada?

para un día	Ejemplo de platos o comidas
5~7 r Platos de granos (Arroz, pan, fideos y pasta)	1 r = = = = 1,5 r = 2 r = = =
5~6 r Platos de vegetales	1 r = = = = = = = = 2 r = = =
3~5 r Platos de pescado y carne (Platos de carne, pescado, huevo y soja)	1 r = = = = 2 r = = = 3 r = = =
2 r Leche (Leche y productos lácteos)	1 r = = = = = 2 r =
2 r Frutas	1 r = = = = = = =

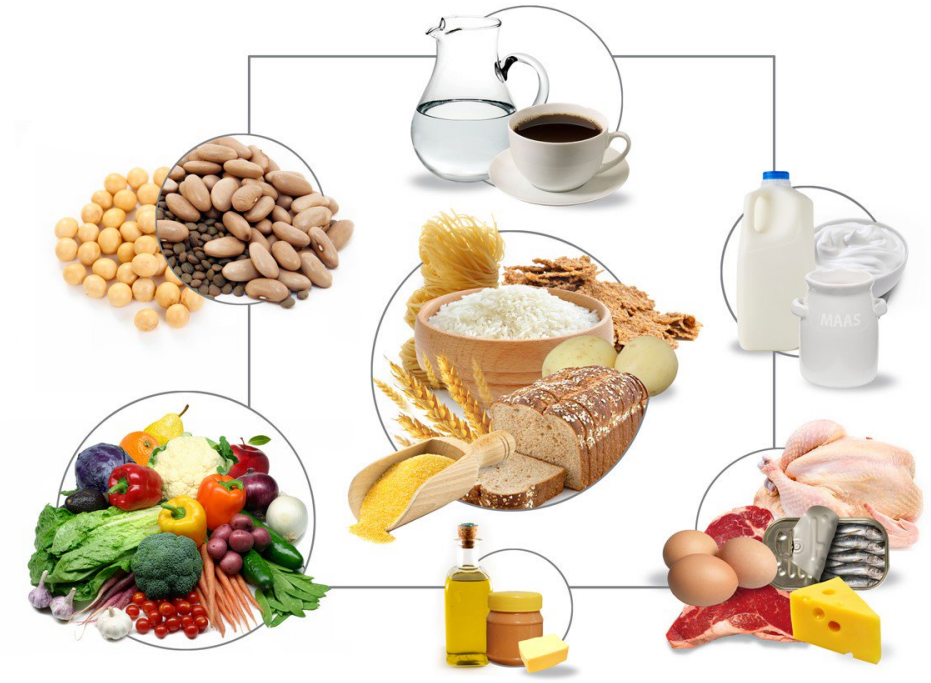
※r es la abreviatura de "ración", que es un simple número contable que describe la cantidad aproximada de cada plato o comida servido a una persona

India



© 2019 Smithsonian Institution

Sudáfrica



Australia

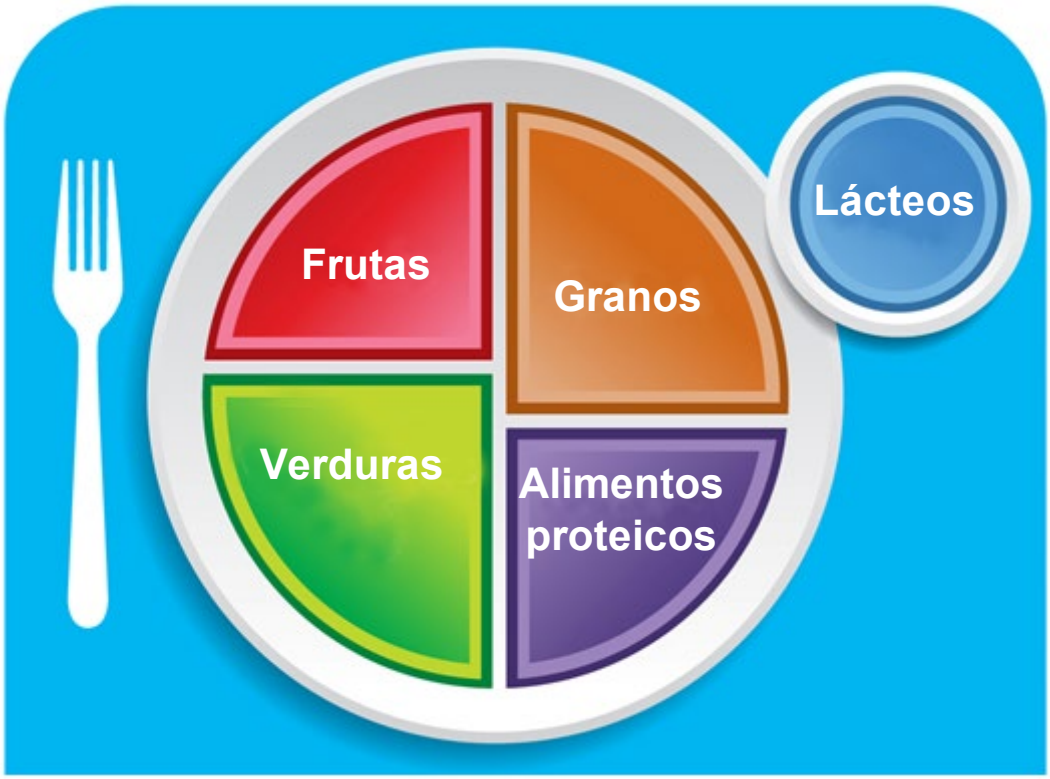


© 2019 Smithsonian Institution

Argentina



EE. UU.

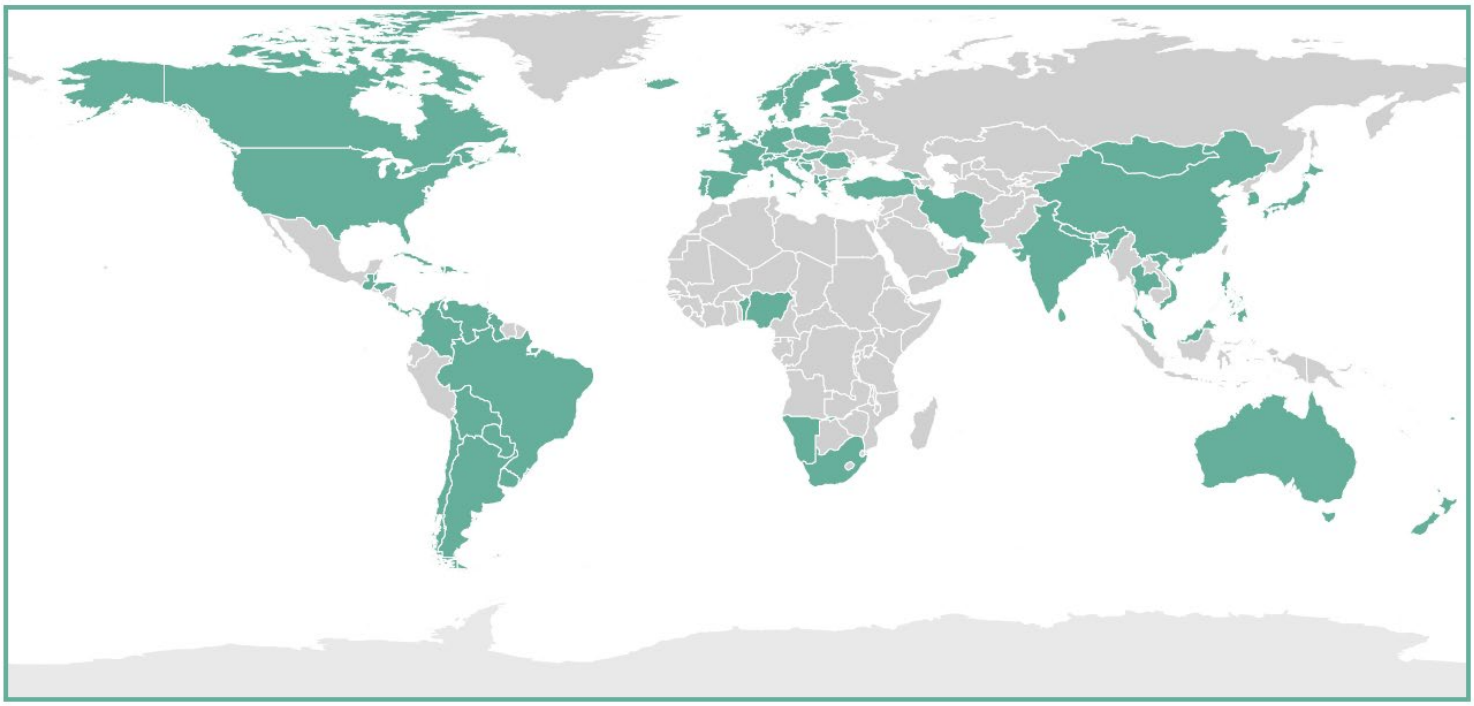


© 2019 Smithsonian Institution

Un enlace útil para encontrar las pautas de alimentos de su país:

http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/

Figura 1: Mapa que muestra (en verde) los 83 países con pautas alimentarias incluidas en este análisis.



Verde: el país tiene pautas nutricionales
Gris: el país no tiene pautas nutricionales
Fuente: Platos, pirámides y planeta: Avances en las guías alimentarias nacionales saludables y sostenibles: un análisis de la situación actual; Carlos González Fisher y Tara Garnett; Red de Investigación sobre el Clima y la Alimentación, Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2016)

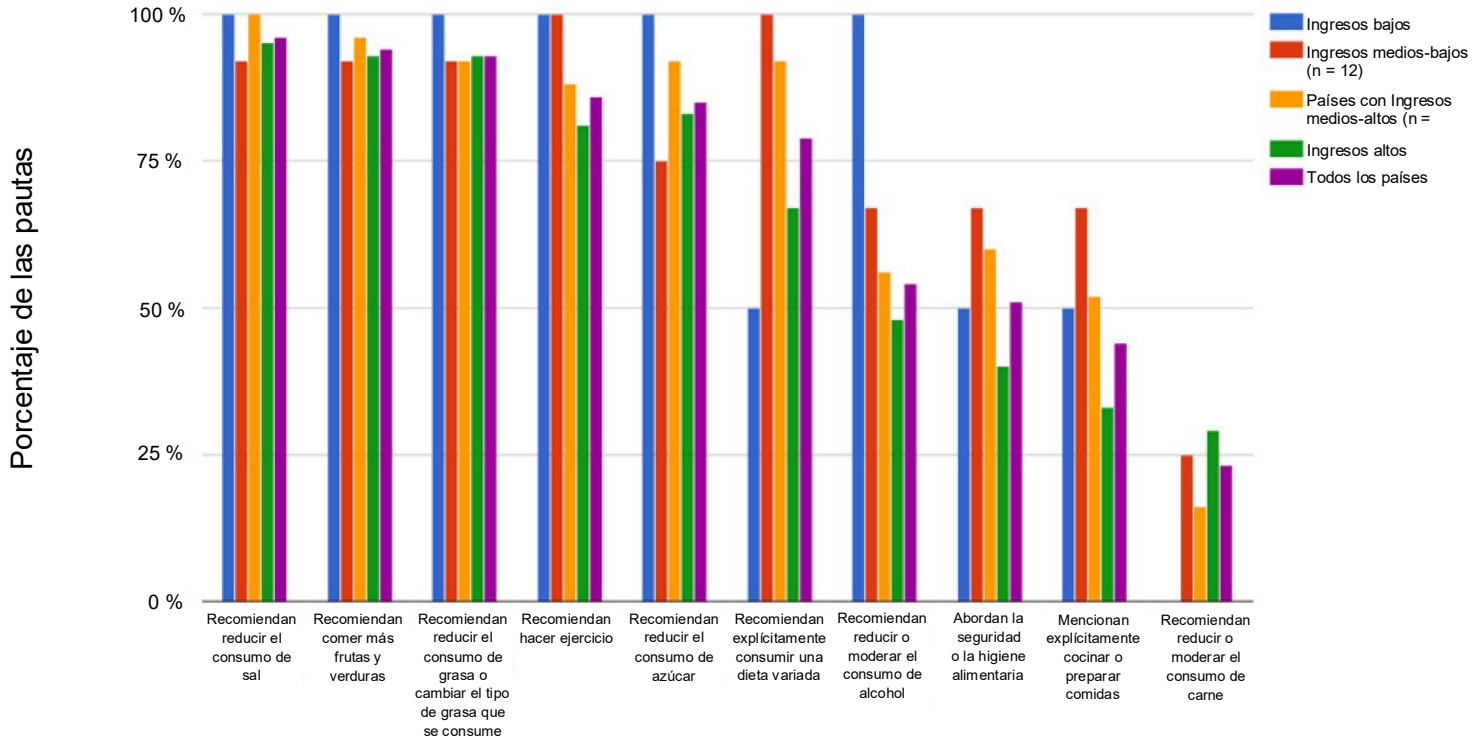
© 2019 Smithsonian Institution

Tabla 2: Clasificación de los países con y sin pautas alimentarias, de acuerdo con su nivel de ingresos (según la clasificación del Banco Mundial).

	Total	Con pautas
Países con ingresos bajos	31	2 (6 %)
Países con ingresos medios-bajos	51	12 (24 %)
Países con ingresos medios-altos	53	26 (45 %)
Países con ingresos altos	80	43 (53 %)
Todos los países	215	83 (38 %)

Fuente: Platos, pirámides y planeta: Avances en las guías alimentarias nacionales saludables y sostenibles: un análisis de la situación actual; Carlos González Fisher y Tara Garnett; Red de Investigación sobre el Clima y la Alimentación, Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2016)

Figura 2: Resumen de los mensajes más comunes en las pautas por nivel de ingresos.



Fuente: Platos, pirámides y planeta: Avances en las guías alimentarias nacionales saludables y sostenibles: un análisis de la situación actual; Carlos González Fisher y Tara Garnett; Red de Investigación sobre el Clima y la Alimentación, Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2016)

© 2019 Smithsonian Institution



Fuente: GettyImages/dikobraziy

3-5

Estimación de la porción servida y la ración recomendada

Durante la parte 3, el equipo aprendió acerca de los diferentes alimentos y grupos alimentarios que las personas comen en su comunidad. En la tarea 3-4, el equipo exploró diversas pautas alimentarias de todo el mundo. Estas pautas proporcionan recomendaciones para las cantidades de lo que se debe comer de cada grupo alimentario. En las pautas, es posible que el equipo haya visto los términos **porción servida** y **ración recomendada**. También es posible que hayas visto estos términos en las etiquetas de información nutricional de los alimentos envasados que compras. Esta información puede ayudar a las personas a tomar decisiones sobre la cantidad de alimento que debe comer.

Sin embargo, a veces la información de la ración recomendada no se proporciona en una etiqueta o se necesita medir una cantidad menor de un paquete grande y no tiene un dispositivo para medir. En estos casos, puede ser útil calibrar una herramienta mental o física, como tu mano, para ayudarte a tomar estas medidas y decisiones.

Objetivo



En esta tarea, el equipo aprenderá acerca de la diferencia entre la porción servida y la ración recomendada. El equipo calibrará una herramienta, como su mano, como un dispositivo de medición para determinar las raciones recomendadas de diferentes alimentos. Luego, el equipo aprenderá a leer una etiqueta de información nutricional para determinar ración recomendada de ese producto. Por último, el equipo utilizará su dispositivo de medición para medir las raciones recomendadas de algunos productos diferentes. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿De qué manera son útiles las porciones servidas y las raciones recomendadas para controlar la nutrición?

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-5 y toma las hojas de actividades de Estimación de la porción servida y la ración recomendada.
2. Completa la actividad de acuerdo con las instrucciones de la carpeta de la tarea.
3. Después de completar la actividad, analicen en equipo cómo podrían ser útiles su herramienta de medición, las etiquetas de información nutricional y la comprensión de las porciones servidas y las raciones recomendadas cuando se piensa en la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

¡Qué bien! Completaste la tarea 3-5. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-6!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-5. Estimación de la porción servida y la ración recomendada

Porciones y raciones: ¿Cuál es la diferencia?
Una **porción** es la cantidad de alimentos que eliges comer para una comida o un refrigerio. Puede ser grande o pequeña, tú decides.
Una **ración** es una cantidad medida de alimentos o bebidas, como una rebanada de pan o una taza (8 onzas) de leche.

Muchos alimentos envasados o vendidos como una sola *porción* en realidad contienen varias *raciones*. Es obligatorio que los alimentos envasados tengan una etiqueta de información nutricional que indique la cantidad de raciones que contiene el envase. La encontrarás en la parte posterior de las latas o las bolsas, o en el costado de las cajas. Diversos tipos de productos tienen diferentes tamaños de ración. Los tamaños de las raciones se pueden medir en muchas unidades diferentes, como tazas, onzas, gramos, piezas, rebanadas o números (como tres galletas saladas).

Observa la etiqueta de información nutricional de un refresco de 20 onzas (que se suele consumir como una porción). Dice que la botella contiene 2,5 raciones. Una bolsa de 3 onzas de papas fritas, que algunos consideran una sola porción, contiene tres raciones.

Según cuánto elijas comer, el tamaño de tu porción puede o no coincidir con el tamaño de la ración. Recuerde, el tamaño de la porción es la cantidad de comida que eliges comer en un momento determinado, ya sea que estés comiendo en un restaurante, en casa o estés comiendo un plato preparado previamente. El tamaño de la ración es una cantidad medida de alimentos con una cantidad determinada de valor nutricional. Conocer el valor nutricional de una ración puede ayudarte a decidir cuán grande o pequeña es la porción apropiada para cada uno en el día. Sin embargo, la ración en la etiqueta de información nutricional puede ser mayor o menor que la cantidad que debe comer dependiendo de tu edad, de tu peso, de si eres hombre o mujer, y de cuán activo eres.

En esta actividad, aprenderás a calcular el tamaño de porción de algunos alimentos y a compararlo con la ración sugerida. A continuación, calibrará una herramienta de medición, su mano, que puede utilizar para realizar mediciones aproximadas del tamaño de las porciones y raciones en su vida diaria.

© 2019 Smithsonian Institution

Pautas de alimentos de Líbano: Recomendaciones sobre el tamaño de la ración

Tabla 3.1	Ingesta recomendada y ejemplos de tamaños de ración de cada uno de los cinco grupos de alimentos
Ingesta recomendada de los cinco grupos de alimentos (basado en una dieta de 2000 calorías)	**Ejemplos de una ración de cada uno de los grupos de alimentos**
Cereales y granos (al menos 6 raciones al día y al menos la mitad de granos enteros)	• ¼ de una unidad grande de pan árabe integral • 1 rebanada de una hogaza de pan (tostado) integral • ½ taza de grano integral, "BurghuP", arroz integral, pasta o fideos de trigo integral cocida • 1 taza de cereales para desayuno listos para comer (sin azúcar)
Fruta (2 raciones al día)	• 1 manzana pequeña • 1 banana, naranja o durazno grande • ½ taza de frutas secas (dátiles, ciruelas, pasas de uva, damascos) • 1 taza de jugo de fruta fresco
Verduras (2 a 3 raciones al día)	• 1 taza de verduras crudas • 2 tazas de verduras de hojas verdes crudas • 1 taza de verduras cocidas • 1 taza de jugo de verduras
Leche y productos lácteos con bajo contenido graso (3 raciones al día)	• 1 taza de leche líquida o yogur • 3 cucharadas de leche en polvo • 45 g de queso blanco • 1 taza de pudín a base de leche como "Mhalbiyeh", "Sahlab" o "Riz Bi Halib" • 8 cucharadas "Labneh"
Alimentos ricos en proteínas (5 a 6,5 raciones al día)	• 30 g de carne roja o blanca (de ave o pescado) magra cocida • 1 huevo entero o 1,5 claras de huevo • ¼ taza de legumbres (frijoles, lentejas, arvejas) • 15 g de frutos secos o semillas sin sal

© 2019 Smithsonian Institution

Para esta parte de la actividad, el equipo debe utilizar las pautas de alimentos de Líbano como referencia.

1. Observa la cantidad total de raciones de cada grupo de alimentos que se recomienda comer al día.
    - Cereales y granos
    - Fruta
    - Verduras
    - Leche y productos lácteos con bajo contenido graso
    - Alimentos ricos en proteínas
2. Revisa los ejemplos de alimentos y las cantidades que equivalen a una ración para cada grupo de alimentos.
3. Calcula la cantidad total de cada alimento que necesitarías comer para cumplir con los requisitos diarios de ese grupo de alimentos.

    Por ejemplo, si una rebanada de una hogaza de pan (tostado) integral equivale a una ración, ¿cuántas rebanadas de pan tendrías que comer al día para satisfacer tu ingesta diaria total recomendada de cereales y granos?

    1 rebanada de pan integral = 1 ración

    Ingesta diaria recomendada de cereales y granos = 6 raciones

    1 rebanada x 6 = 6 rebanadas de pan

    - ¿Cuántas manzanas tendrías que comer para satisfacer tus necesidades diarias recomendadas de frutas?
    - ¿Cuántas tazas de yogur tendrías que beber para satisfacer tus necesidades diarias recomendadas de productos lácteos?
    - ¿Cuántas tazas de verduras de hoja verde tendrías que comer para satisfacer tus necesidades diarias recomendadas de verduras?
    - ¿Cuántas tazas de legumbres tendrías que comer para satisfacer tus necesidades diarias recomendadas de proteínas?

© 2019 Smithsonian Institution

Estimación y calibración de la herramienta de medición de raciones y porciones

En esta parte de la actividad, los miembros del equipo estimarán una porción de alimentos que sea igual a los diferentes tamaños de ración de diversos alimentos. A continuación, utilizarás una herramienta de medición (vaso, cuchara, balanza) para comparar tu estimación con la cantidad real. Luego, cada miembro del equipo calibrará su mano para que sea una herramienta de medición para cada una de estas mediciones de raciones. Luego podrás usar la mano siempre que necesites aproximarse a la cantidad de raciones en la porción de alimentos que esté comiendo.

Materiales

- Cucharas, tazas, dispositivos utilizados para medir alimentos al cocinar
- Balanza, báscula u otros dispositivos para medir el peso de los alimentos (si están disponibles)
- Platos, bols o tazas para medir alimentos en ellos
- Alimentos sugeridos para medir (pero usa lo que tenga disponible):
  - Arroz crudo o cocido
  - Frijoles crudos o cocidos
  - Frutos secos o semillas
  - Frutas secas
  - Verduras o frutas crudas, como la zanahoria o la manzanas
  - Verduras de hoja verde, como la lechuga o la espinaca
  - Leche
  - Queso

© 2019 Smithsonian Institution

Procedimiento

Esta actividad se realiza mejor de manera individual o en grupos pequeños, según la cantidad de materiales disponibles.

1. **Calcule una porción.** Sin utilizar ningún dispositivo de medición, llena un plato, tazón o taza con una porción de cada alimento, siempre y cuando consideres que equivale a una ración como se indica en las pautas de alimentos de Líbano. Por ejemplo, una ración es igual a:
    - 1 taza de verduras crudas
    - 2 tazas de verduras de hojas verdes
    - ½ taza de arroz cocido
    - ¼ taza de arroz crudo
    - ½ taza de frutas secas
    - ¼ frijoles crudos
    - ½ frijoles cocidos
    - 1 taza de leche
    - 15 gramos de frutos secos o semillas
    - 45 gramos de queso

2. **Mida su porción estimada.** Utiliza el dispositivo de medición adecuado para medir tu porción estimada de cada elemento. Utiliza la tabla de datos para documentar qué tan cerca estuvo tu porción estimada del tamaño real de la ración. Por ejemplo, puedes marcarla como más pequeña, igual o más grande que el tamaño de ración. (Por lo tanto, si mides la cantidad estimada de porción y descubres que fue más pequeña que la medida real del tamaño de ración, márcala como más pequeña. Si mides la cantidad estimada de porción y descubres que fue más grande que la medida real del tamaño de ración, márcala como más grande).

- Teniendo en cuenta los datos que recopiló, ¿cómo se relacionan tus estimaciones de porciones con las cantidades medidas reales de la ración?
- ¿Los datos indican que es más probable que subestimes o que sobrestimes los tamaños de las raciones cuando se toma una porción de alimentos?

© 2019 Smithsonian Institution

Alimento	Una ración	Comparación de medición estimada

3. **Calibra tu mano.** Ahora calibrarás tu mano para que sea una herramienta de medición de tamaño de ración aproximada.
    a. Un alimento a la vez, mide en un plato el tamaño de una ración de cada uno de los alimentos que tienes disponibles. Por ejemplo, una ración es igual a:

- 1 taza de verduras crudas
- 2 tazas de verduras de hojas verdes
- ½ taza de arroz cocido
- ¼ taza de arroz crudo
- ½ taza de frutas secas
- ¼ frijoles crudos
- ½ frijoles cocidos
- 1 taza de leche
- 15 gramos de frutos secos o semillas
- 45 gramos de queso

    b. Con los dedos o la mano entera, dale la forma del tamaño aproximado de una ración del alimento. Determina cuánto o qué parte de tu mano podría representar una ración de ese alimento.

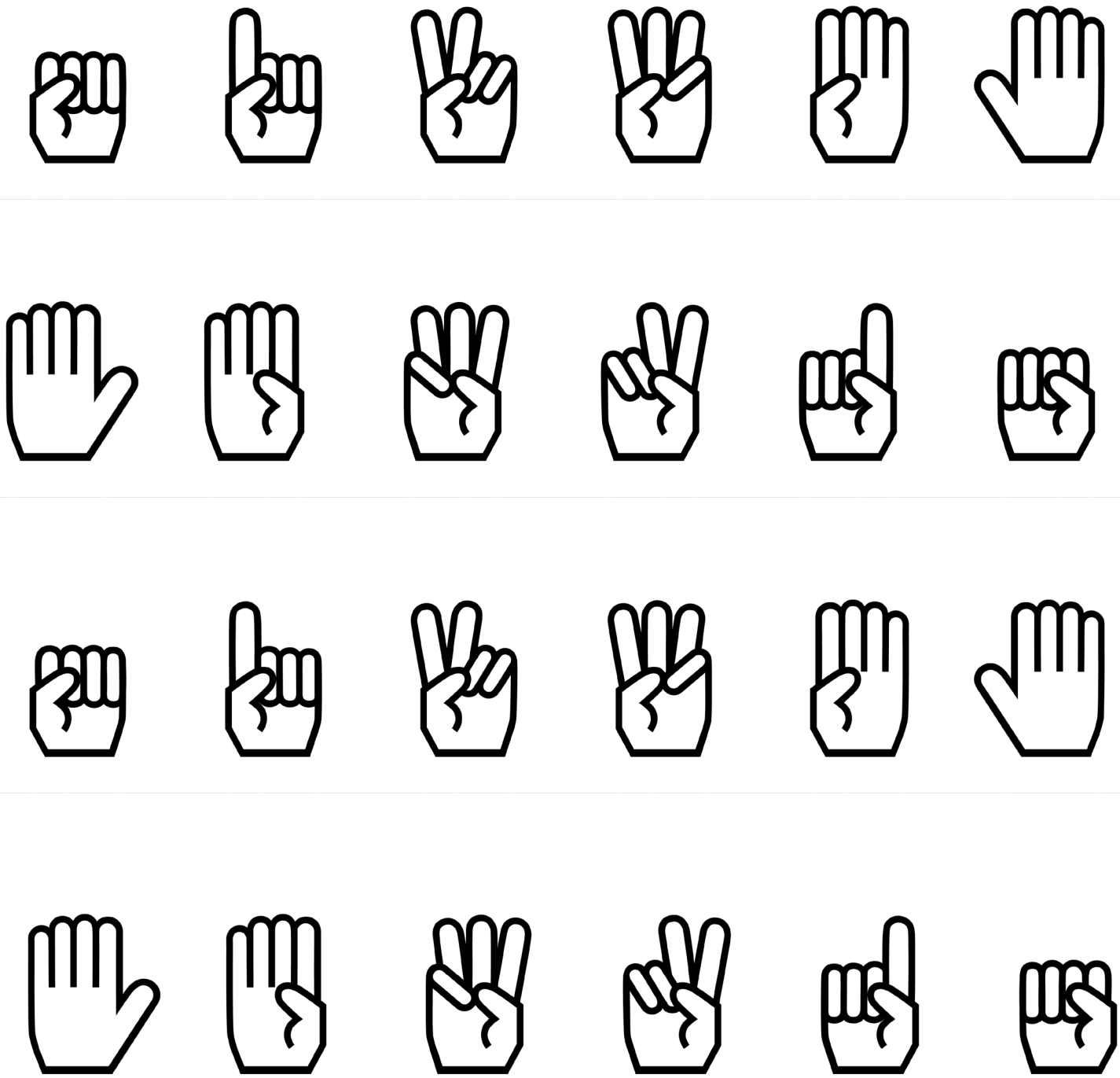
© 2019 Smithsonian Institution

- Por ejemplo, la mano en forma de puño podría tener el mismo tamaño que una ración de leche. O bien, el dedo índice podría tener aproximadamente el tamaño de una ración de queso.
- También puedes usar la palma de la mano abierta o ahuecada. Por ejemplo, ¿cuánto cubre una ración de arroz o frijoles de la mano abierta o ahuecada?
    c. Utiliza la tabla de datos y los íconos de calibración de la mano para diseñar un símbolo y una descripción de calibración de la mano para las diferentes raciones de los alimentos.
- Los íconos de calibración de la mano se pueden recortar, dibujar, o las partes se pueden colorear o encerrar para representar diversas cantidades.
- Si los recortas, pégalos en la tabla de datos.

4. **Prueba tu herramienta.** Los miembros del equipo ahora evaluarán sus conjuntos de símbolos de mano y utilizarán los datos para calibrar aún más sus símbolos de mano.
    a. Sin que el resto del equipo vea, pide a un miembro del equipo que mida una porción determinada de varios alimentos. Esta porción debe ser mayor o menor que una ración. No les digas el tamaño exacto de la porción a las personas que prueban sus símbolos de mano.
    b. Pide a los demás miembros del equipo que utilicen su tabla de datos y símbolos de mano para medir estas porciones de alimentos. Estos miembros del equipo están usando sus símbolos para averiguar la cantidad aproximada de raciones en esa porción.
    c. Documenta esta medición en tu tabla de datos.
    d. Después de que todos los alimentos se hayan medido con los símbolos de mano, pide a la persona que dirige la prueba que revele las cantidades exactas medidas de cada alimento.
    e. Compara y contrasta las mediciones de tamaño de la ración de la mano con las medidas reales.
    f. En función de los datos, ajusta o calibra aún más los símbolos de mano para que sean más precisos.

© 2019 Smithsonian Institution

Íconos de calibración de la mano



© 2019 Smithsonian Institution

Tabla de datos de la calibración de la mano

Nombre				
Alimento	Grupo de alimentos	Tamaño de la ración	Descripción del símbolo de calibración de la mano	Dibujo del símbolo de calibración de la mano

© 2019 Smithsonian Institution

Análisis de las etiquetas de información nutricional

Muchos países exigen que los fabricantes de alimentos coloquen etiquetas de información nutricional en los alimentos para informar a los consumidores. Muchos alimentos envasados tienen este tipo de etiqueta en el recipiente. Por ejemplo:

LECHE

Queso





Estas etiquetas proporcionan información sobre el tamaño de las raciones del producto. Determina lo siguiente para estos dos productos.

	Queso	Leche
Unidad de medida de la ración		
Cantidad de una ración		
Cantidad de raciones en todo el envase		
Calorías de una ración		
Calorías en todo el envase		

© 2019 Smithsonian Institution

Encuentra una variedad de productos con etiquetas de información nutricional en tu hogar o en tu comunidad que puedas analizar. Trae el envase real para analizarlo.

Utilizarás la información de las etiquetas para determinar qué símbolo de mano se podría utilizar para medir una ración de ese producto. Registra tus datos a continuación.

Nombre				
Alimento	Grupo de alimentos	Cantidad de una ración	Calorías de una ración	Ícono de calibración de la mano para una ración

© 2019 Smithsonian Institution

3-6

Elección de tu plato

En la parte 3, el equipo aprendió acerca de diferentes grupos alimentarios, pautas, porciones y alimentos que las personas comen en la comunidad. Todos los días, las personas de diferentes lugares utilizan este conocimiento para tomar decisiones fundamentadas sobre lo que ponen en su plato en donde viven. A lo largo de la parte 3, el equipo comenzó a aprender acerca de la gran cantidad de recomendaciones y grupos alimentarios diferentes que se colocan en su plato para satisfacer los requisitos nutricionales diarios en diferentes lugares. Es útil comenzar a pensar en cómo toda esta información es útil para ti cuando tomas decisiones sobre las comidas durante un día en tu hogar o comunidad.

Objetivo



En esta tarea, el equipo jugará el juego Pick Your Plate!. En este juego, el equipo viajará virtualmente a diferentes países para crear tres comidas y pensar en cómo construir comidas diarias dentro de diferentes países y con diversos presupuestos. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de pregunta.

- **¿Cuáles son los alimentos y las dietas diferentes que las personas comen para satisfacer sus necesidades diarias?**
- **¿Cuáles son los grupos de alimentos básicos para lograr una buena nutrición?**
- **¿Cuáles son las diferentes pautas nutricionales y cómo se usan a nivel local y mundial?**
- **¿De qué manera son útiles las porciones servidas y las raciones recomendadas para controlar la nutrición?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-6 y toma la tabla de datos de Pick Your Plate!.
2. ¡Accede al juego Pick Your Plate! en: https://ssec.si.edu/pick-your-plate
3. La tabla de datos tiene dos pruebas para cada nivel de país del juego. Utiliza la tabla de datos durante el juego para recopilar los resultados de la primera prueba de cada nivel de país en el juego.

© 2019 Smithsonian Institution

3-6

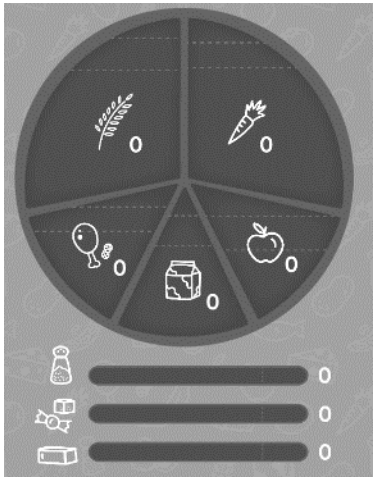
4. Después de que todos los equipos hayan completado la primera prueba de cada país, deténganse para un análisis y un estudio.
5. Jueguen la segunda prueba de cada nivel de país. Comparen y contrasten sus resultados.
6. Analicen cómo puede ser útil el juego Pick Your Plate! cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

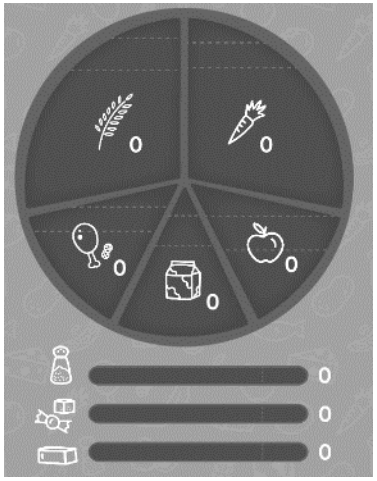


¡Qué bien! Completaste la tarea 3-6. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-7!

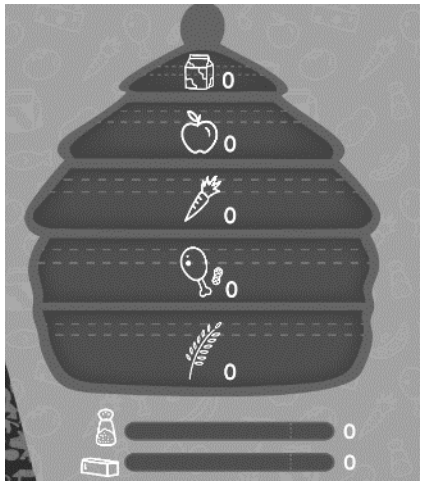
© 2019 Smithsonian Institution

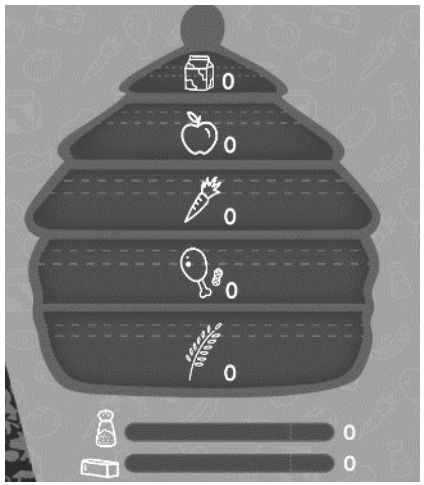
Tarea 3-6. Pick Your Plate! Tabla de datos

Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Uno	**Australia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

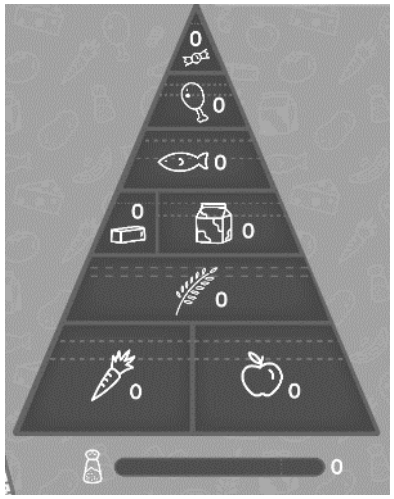
Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Dos	**Australia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

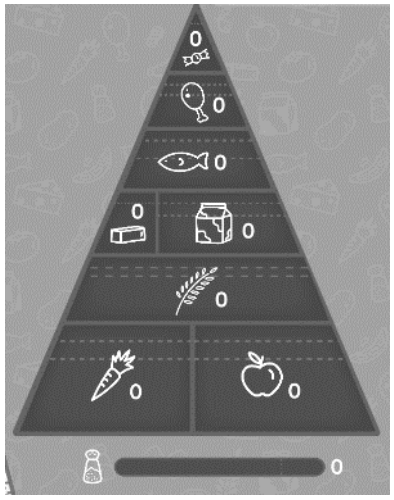
© 2019 Smithsonian Institution

Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Uno	**Benín**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

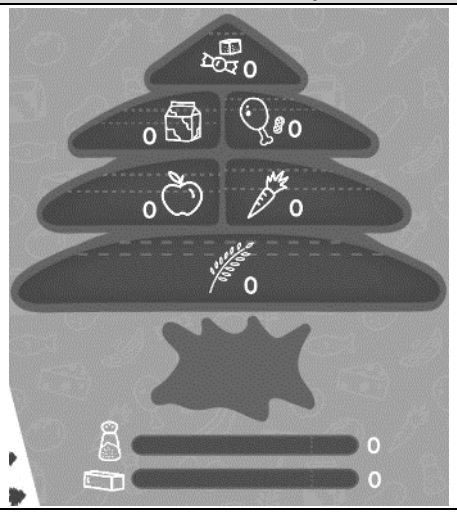
Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Dos	**Benín**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

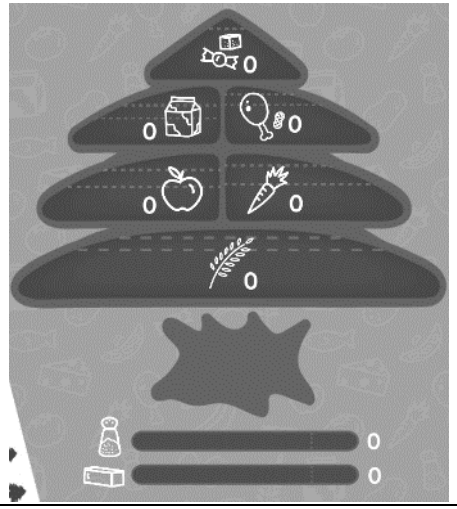
© 2019 Smithsonian Institution

Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Uno	**Finlandia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

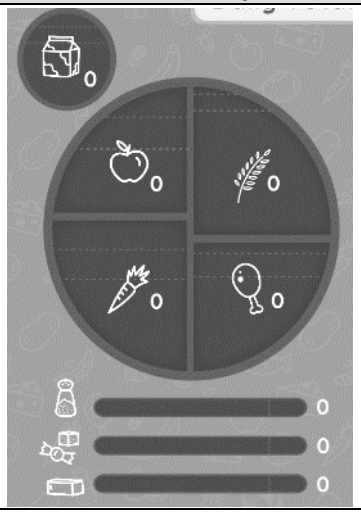
Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Dos	**Finlandia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

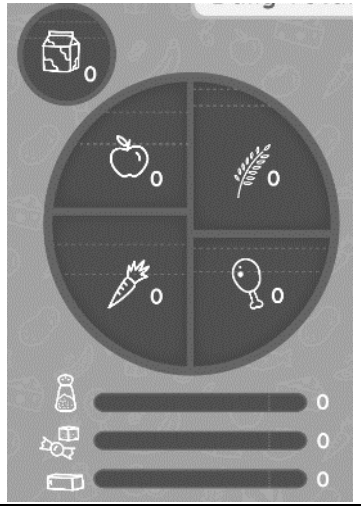
© 2019 Smithsonian Institution

Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Uno	Líbano	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Dos	Líbano	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

© 2019 Smithsonian Institution

Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Uno	Estados Unidos de América	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

Prueba	País	Comidas	Precio total de la comida	Totales diarios (completar)	Medalla
Uno	Estados Unidos de América	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

© 2019 Smithsonian Institution

3-7

Recopilación de historias orales fundamentales

En la tarea 2-5, el equipo recopiló historias orales sobre las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de la comunidad. Es útil documentar y recopilar datos desde una variedad de perspectivas a fin de conocer estos tipos de conexiones en la comunidad. Esto será particularmente útil cuando desarrolles tus planes de acción y comunicación comunitarios en la parte 7.

Objetivo



En esta tarea, el equipo continuará entrevistando a las personas para que recopilen historias orales sobre grupos y pautas alimentarios, además de sus comportamientos en el tiempo. Recuerda que la historia oral se refiere tanto al método de documentar un testimonio oral como al producto de ese proceso. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-7 y toma la lista de preguntas de entrevista, consejos de entrevista y consejos de seguridad para utilizar cuando se hagan entrevistas en la comunidad.



<u>Antes de la entrevista</u>

1. Lee la lista de preguntas de la entrevista.
2. Haz una lista de personas que podrías entrevistar en tu comunidad. Considera entrevistar a las mismas personas de la tarea 2-5 o a las personas que recopilaste en los registros alimentarios de la tarea 3-2. Considera lo siguiente:
   - Familiares
   - Amigos
   - Vecinos
   - Otros adultos o colegas de la comunidad
3. Identifica dispositivos que el equipo podría utilizar para grabar audios o videos en las entrevistas.

© 2019 Smithsonian Institution

3-7

4. Practica la entrevista con otros miembros del equipo, toma notas y utiliza el equipo de grabación de audio o video (si está disponible).
5. Lee los consejos para el momento previo a la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.

Entrevista

1. Lee los consejos de la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.
2. Programa y realiza las entrevistas.

Luego de la entrevista

1. Recopila todas las notas y las grabaciones de audio o video de las entrevistas.
2. Analiza las notas y las grabaciones.
   - Describe lo que observaste en las entrevistas.
   - ¿Cuáles son algunas historias o información interesantes que surgieron en las respuestas?
   - Identifica los alimentos o las historias con los que no estabas familiarizado.
   - Identifica los alimentos o las historias con los que sí estabas familiarizado.
   - ¿Para qué preguntas la mayoría de las personas de la comunidad tuvieron respuestas similares?
   - ¿Para qué preguntas las personas de la comunidad tuvieron respuestas diferentes?
3. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, las historias y los alimentos de una comunidad?**
4. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 3-7. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-8!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-7. Recopilación de historias orales fundamentales

Preguntas de la entrevista

1. ¿Qué tipos de alimentos o comidas comías cuando eras niño?
2. ¿Sigues comiendo los mismos alimentos que comías de niño? ¿Qué ha cambiado en tu dieta o patrones de alimentación con el tiempo? ¿Qué causó esos cambios?
3. ¿Cuáles son tus alimentos favoritos de cada uno de los grupos de alimentos (granos, frutas, verduras, alimentos proteicos y lácteos)?
4. ¿Te resulta fácil o difícil comer regularmente alimentos frescos de todos los grupos de alimentos? ¿Por qué?
5. ¿Consideras que las pautas de alimentos locales o globales son útiles para tu vida diaria? ¿Por qué? Si no es así, ¿qué consejo podrías ofrecer para que sean más fáciles de usar?

Antes de la entrevista

Practica entrevistar, tomar notas y utilizar equipos de audio y video (si están disponibles).

Consejos para tener en cuenta:

- La entrevista debe sentirse como una conversación. Está bien pasar de una pregunta a otra o hacerlas de manera diferente para ayudar a la persona a entender mejor la pregunta.
- A veces, la mejor pregunta es: "¿Puede decirme más?".
- Si tu entrevistado hizo una pausa, dale tiempo para reunir sus pensamientos en lugar de apresurarse con la siguiente pregunta. Podrían estar a punto de decir algo interesante.
- Si utilizas equipos para grabar las entrevistas, realiza entrevistas de prueba para asegurarte de que el equipo funcione correctamente. Cuando se reproduce el audio o el video, ¿es claro y fácil de escuchar/ver?
- Si vas a escribir las respuestas, practica tomar notas mientras alguien habla. Considera realizar las entrevistas en grupos para que más de una persona pueda ayudar a escribir las respuestas. Después de la entrevista, los compañeros de equipo pueden comparar sus notas para mantener la precisión y la coherencia.

Entrevista

Consejos para tener en cuenta:

- Si es posible, encuentra un espacio tranquilo y cómodo sin ruidos externos. Esto es especialmente importante si estás grabando estas entrevistas.
- Si vas a utilizar un equipo de grabación de audio o video, prueba todo el equipo antes de la entrevista.
- Asegúrate de tener lápiz y papel para tomar notas.
- Preséntate y explícale al entrevistado la investigación que estás llevando a cabo y el propósito de la entrevista. Explícale que tu equipo está interesado en aprender más acerca de las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de la comunidad local.
- Al final de la entrevista, agradece al entrevistado por participar.

© 2019 Smithsonian Institution

Análisis posterior a la entrevista

1. Recopila todas las notas y grabaciones de las entrevistas del equipo.
2. Lee las notas o escucha/mira las grabaciones de las entrevistas.
    - Describe lo que observas.
    - ¿Qué fue lo que primero observaste como interesante en sus respuestas?
    - Identifica lo que no te resulta familiar.
    - Identifica lo que sí te resulta familiar.
    - Identifica las respuestas que sean útiles para la pregunta: *¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?*
    - Analiza cómo las respuestas de estas entrevistas de historia oral podrían ser útiles cuando pienses en la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*



© 2019 Smithsonian Institution

3-8

Análisis de datos de la encuesta fundamentales

En la tarea 1-3 y la tarea 2-2, el equipo recopiló los datos de la encuesta del equipo y de la comunidad sobre lo que la gente piensa acerca de los alimentos y la nutrición.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se enfocará en analizar los resultados de la parte 3 de la encuesta. Este análisis ayudará al equipo a comprender mejor las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?**
- **¿Cuáles son las maneras en que podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-8 y toma las instrucciones y preguntas sobre el análisis de la encuesta.
2. Reúne todas las encuestas completadas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2.
3. En esta tarea, el equipo solo le echará un vistazo a la parte 3 de las encuestas, Aspectos fundamentales nutricionales.
4. Como equipo, determinen cómo compilar las respuestas de la parte 3 de todas las encuestas recopiladas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2. Es recomendable analizar los datos recopilados de todas las encuestas. Desarrolla tu propio método para recopilar los datos o utiliza uno de los métodos de las instrucciones.
5. Crea algunos gráficos sobre estos datos compilados. Utiliza las instrucciones y los ejemplos de la carpeta de la tarea como ayuda. ¡Sé creativo!
6. Utiliza los gráficos y los datos compilados para responder estas preguntas:
   - Qué patrones interesantes ves en los datos emanados de las preguntas de la encuesta en la parte 3?
   - En qué preguntas estuvo de acuerdo la mayoría de las personas?
   - ¿Para qué preguntas las personas tuvieron respuestas diferentes?

Consejo de investigación

Como puedes haber notado, la encuesta se divide en las mismas partes que esta guía de investigación. Analiza solo los resultados de la parte de la encuesta que corresponda a la parte de la guía con la que estás trabajando para que el análisis sea más manejable.

© 2019 Smithsonian Institution

3-8

7. Analiza cómo esta evidencia de la encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de los alimentos y la nutrición?**
8. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿De qué maneras podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**
9. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**
10. Selecciona dos o tres preguntas de estas preguntas de encuesta, escribe una afirmación y proporciona la evidencia de respaldo de la afirmación en función de la pregunta y la evidencia de los datos recopilados. Por ejemplo:
    - Las personas de nuestra comunidad no están muy familiarizadas con las pautas alimentarias locales sobre qué comer.
    - Muchas personas de nuestra comunidad suelen comer solas.
11. ¿Qué evidencia respalda tus afirmaciones? Como equipo, compartan algunas afirmaciones que hayan creado y la evidencia que respalda cada afirmación con estos datos.

¡Qué bien! Completaste la tarea 3-8. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 3-9!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-8. Análisis de datos de la encuesta sobre los aspectos fundamentales

Opciones para compilar los datos de la encuesta

En primer lugar, debes recopilar las respuestas de las encuestas comunitarias de todas las preguntas de la Parte 3: Aspectos fundamentales. El equipo buscará las otras partes de la encuesta en las tareas posteriores.

Estas son algunas opciones para compilar las respuestas de las preguntas de la encuesta. Pero, como siempre, si prefieres utilizar otro método, ¡hazlo!

Opción 1

Entrega una encuesta en blanco a cada persona.

Lee cada pregunta; los miembros del equipo pueden levantar la mano para votar por la respuesta que prefieren. Algunos miembros del equipo pueden contar los votos y otros pueden anotar los totales del equipo.

Opción 2

Escribe las preguntas en una pizarra, papel o computadora donde se puedan compilar los conteos. Cuenta las respuestas y comparte los resultados.

Opción 3

Si realizaste la encuesta de forma digital o en línea, deberías poder ver y exportar los resultados de cada pregunta.

Opción 4

Crea tu propia manera de compilar los datos de la encuestas.

Realizar gráficos con los datos de las encuestas

¿Cómo podrías graficar partes de los resultados de esta encuesta?

¿Qué preguntas podrías graficar?

Si tienes los recursos, elige algunas preguntas para hacer un gráfico que consideres que sería útil.

¿Cómo serían útiles estos gráficos para respaldar afirmaciones con evidencia?

© 2019 Smithsonian Institution

Encuesta de alimentos de la comunidad: datos compilados

Utiliza esta encuesta en blanco para compilar los datos.

Parte 3. Aspectos fundamentales de la nutrición

¿Qué tan bueno es tu conocimiento sobre lo que constituye una comida saludable y bien equilibrada?					
1. Excelente	2. Muy bueno	3. Bueno	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Con qué frecuencia piensas en el valor nutricional de los alimentos cuando decides qué comer?			
1. A menudo	2. A veces	3. Nunca	4. No estoy seguro

¿Qué tan familiarizado estás con las pautas alimentarias nacionales o regionales sobre qué comer?					
1. Excelente	2. Muy bien	3. Bueno	4. Regular	5. Deficiente	6. No estoy seguro

¿Qué tan bien entiendes los siguientes tipos de información nutricional?					
A. Folletos o volantes de información nutricional					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
B. Información de la etiqueta de los alimentos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
C. Programas de televisión, radio o Internet sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
D. Recomendaciones verbales de profesionales sobre alimentos y nutrición					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro
E. Consejos sobre nutrición alimentaria de familiares o amigos					
1. Para nada	2. Apenas	3. Un poco	4. Bien	5. Muy bien	6. No estoy seguro

© 2019 Smithsonian Institution

Según lo que comes periódicamente, ¿cuál es tu estilo de alimentación? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Comedor rápido	Comedor errático	Comedor emocional (estresado, aburrido, triste, etc.)	Comedor nocturno	Comedor con poco tiempo
No me gusta la comida “saludable”	Viajo con frecuencia	No planifico las comidas o los menús	Dependo de los productos de conveniencia	Los miembros de la familia tienen gustos diferentes
Me encanta comer	Como demasiado	Como porque tengo que hacerlo	Tengo una relación negativa con la comida	Lucho contra los problemas alimentarios
Estoy confundido con respecto a los alimentos y la nutrición	Como comida rápida con frecuencia	Malas opciones de refrigerios	No tengo fácil acceso a las comidas habituales	Con frecuencia como solo

© 2019 Smithsonian Institution

3-9 Creación de informe sobre los aspectos fundamentales

Esta es la última tarea de la parte 3: Aspectos fundamentales.

Objetivo



En esta tarea, el equipo hará un informe de la parte 3: Aspectos fundamentales. Es bueno hacerlo antes de pasar a la siguiente parte. El objetivo es pensar y analizar sobre la información útil que se recopiló durante esta parte antes de continuar

Recuerda las normas del equipo.

- Reconocer los beneficios de escuchar un rango de perspectivas y puntos de vista diferentes.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las propias.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para hacer cambios positivos.

Recuerda utilizar los puntos de partida de conversación importantes según sea necesario durante este análisis.

- Estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- Me gustaría volver a lo que dijo _____ sobre . . .
- Me gustaría agregar . . .
- Me di cuenta de que . . .
- Otro ejemplo es . . .

Recuerda utilizar las siguientes oraciones cuando estés haciendo una afirmación a partir de la evidencia.

- Creo que esta afirmación se respalda mejor porque . . .
- No creo que esta afirmación se respalde mejor porque . . .
- Creo que esta parte de la evidencia respalda esta afirmación porque . . .
- No creo que esta parte de la evidencia respalde esta afirmación porque . . .

© 2019 Smithsonian Institution

3-9

1. Ve a la carpeta de la tarea 3-9 y toma las instrucciones para Crear un informe sobre los datos de los aspectos fundamentales.
2. Sigue las instrucciones en la carpeta de la tarea para completar las seis secciones del informe.
   - Análisis del mapa del sitio de investigación
   - Socios de la comunidad
   - Perspectivas
   - Identidad
   - Análisis del mapa de preguntas
   - Pregunta del problema

¡Qué bien! Completaste la tarea 3-9 y la parte tres. Márcala en la lista de tareas.

Felicitaciones, has completado la Parte 3 de tu investigación. Date una palmadita en la espalda. Ahora sabes más sobre los aspectos fundamentales básicos de la buena nutrición. Guarda esta investigación en un lugar de fácil acceso. Piensa en cómo podría ayudar con tu proyecto final.

La siguiente parte de tu investigación explorará el acceso y el almacenamiento de alimentos en tu sitio de investigación y en sus alrededores. Esto incluye aprender sobre:

- ¿Dónde están todos los puntos de acceso para los alimentos de nuestra comunidad?
- ¿Cuáles son las características de los alimentos disponibles en diferentes puntos de acceso?
- ¿Cuáles son las diferentes técnicas de almacenamiento de alimentos que se utilizan a nivel local y global?
- ¿Cuáles son los desafíos locales para acceder y almacenar alimentos a fin de tener una buena nutrición?

Continúa con la parte 4: Acceso y almacenamiento

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 3-9. Creación de informes sobre datos de aspectos fundamentales

Análisis del mapa del sitio de investigación

1. Observa el mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1.
2. Revisa todos los datos y la evidencia que has recopilado hasta el momento en la parte 3.
3. ¿Hay algún dato que el equipo haya recopilado durante la parte 3 que se pueda agregar a este mapa? ¿Ubicaciones de posibles socios de la comunidad? ¿Ubicaciones de entrevistas de testimonios orales? ¿Ubicaciones de anuncios de alimentos? Agrega estos datos al mapa y ¡con leyendas!
4. Analiza el mapa. ¿Se deben cambiar los límites del mapa para incluir información nueva recopilada en la parte 3? Ajusta según sea necesario.
5. Analiza el mapa. ¿El mapa proporciona información nueva que podría ser útil para futuras investigaciones?

Socios de la comunidad

1. Como equipo, revisen la lista de socios de la comunidad que crearon en la Tarea 2-6.
2. Como equipo, identifiquen a los socios de la comunidad con los que podrían comunicarse en este momento. ¿Qué socios podrían ayudarlos a obtener más información sobre las diferentes partes de su mapa de preguntas?
    a. Diseñen un plan, como equipo, para contactar y comunicarse con estos socios.
    b. Creen una lista de preguntas que les gustaría hacer a los socios.
    c. Comuníquense con cada socio por correo electrónico, por teléfono o por escrito para hacerles las preguntas.
    d. Si tu equipo decide que es apropiado, invita al socio a reunirse con el equipo. Utiliza tu lista de preguntas para guiar la conversación y la recopilación de datos.

Perspectivas

1. Utiliza la configuración de la gama de respuestas de la tarea 1-8 (puedes usar tanto COMIDA A o COMIDA B aquí) para analizar cada una de las siguientes declaraciones de perspectivas.
2. Realiza esta actividad de manera individual o en grupos pequeños. Si están trabajando en grupos pequeños, cada grupo envía un representante a la gama de respuestas.
3. Recuerda: para cada afirmación, primero enúnciala, y luego da tiempo para que cada miembro del equipo o grupo piense en su posición respecto a esa afirmación.

- Recuerda que la gama de respuestas va de un extremo al otro, desde “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”. Y está la opción “no estoy seguro”, en el medio.
- Explica que la ubicación relativa también es importante; es decir, estar más cerca de “totalmente de acuerdo” o de “totalmente en desacuerdo” significa que estás muy convencido respecto a esta afirmación. Si solo estás ligeramente de acuerdo o en desacuerdo, entonces ubicarse más cerca del medio es una forma física de establecer qué es lo que piensas y cómo te sientes respecto al problema.

© 2019 Smithsonian Institution

Social: cada país debería exigir que los alimentos estén etiquetados con su información nutricional.

Ética: está bien que las empresas de alimentos no proporcionen información nutricional sobre sus productos.

Pasa a un análisis con todo el equipo. Recuerda: los miembros del equipo deben respaldar sus opiniones con información y los otros miembros del equipo deben escuchar cuidadosamente a los demás.

- ¿Pueden cada uno de los miembros del equipo explicar al resto los motivos de la elección de su respuesta?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?
- ¿Qué te llevó a cambiar de opinión?
- Pida a los miembros del equipo que hayan usado respuestas de los extremos de la gama de respuestas que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y las razones más fuertes que escucharon del lado *opuesto*.

Identidad

- Observa tu mapa de identidad individual y el del equipo de la tarea 1-1 y la tarea 1-5. ¿Qué aspectos de tu identidad o de la de tu equipo podrían influir en tus opiniones sobre la gama de respuestas en perspectiva?
- ¿Cómo estas partes de tu identidad podrían influir en tus decisiones?
- ¿Alguna parte de tu mapa de identidad cambió?

Análisis del mapa de preguntas

1. Observa el mapa de preguntas de tu equipo de la tarea 1-10. ¿Qué preguntas de tu mapa se abordaron en la parte 3: Aspectos fundamentales?
2. ¿Qué evidencia recolectaste durante la parte 3 que podría ser útil para responder cualquier pregunta en el mapa de preguntas?
3. ¿Cómo podría esta evidencia o información ser útil para ayudar a desarrollar un plan de acción para abordar la pregunta sobre el problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*
4. Tómate un tiempo para reorganizar, actualizar, modificar, eliminar o agregar preguntas al mapa de preguntas en este momento.

Pregunta del problema

¿Hay algo que hayas aprendido en la parte 3 que sería útil si se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

© 2019 Smithsonian Institution

Notas:

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

PARTE 4: LISTA DE TAREAS DE ACCESO Y ALMACENAMIENTO

Esta es la lista de tareas para la parte 4: Acceso y almacenamiento

Márcalos a medida que los completas.

TAREAS

- [ ] 4-1 Identificar y ubicar en el mapa los puntos de acceso a los alimentos
- [ ] 4-2 Evaluación de los puntos de acceso a los alimentos
- [ ] 4-3 Identificación de las plantas comestibles locales
- [ ] 4-4 Pensar en el almacenamiento de los alimentos
- [ ] 4-5 Experimentar con el almacenamiento de los alimentos
- [ ] 4-6 Recopilación de historias locales de acceso y almacenamiento
- [ ] 4-7 Análisis de los datos de la encuesta de acceso y almacenamiento
- [ ] 4-8 Creación de informes sobre acceso y almacenamiento

En esta parte, el equipo se enfocará en investigar y explorar dónde y cómo se accede a los alimentos y cómo se almacenan en la comunidad. La investigación incluye la identificación y el análisis de diferentes puntos de acceso de los alimentos además de investigar estrategias de almacenamiento para mantener en buen estado los alimentos para el consumo humano.









© 2019 Smithsonian Institution

4-1 Identificar y ubicar en el mapa los puntos de acceso a los alimentos

Bienvenido a la parte 4: Acceso y almacenamiento. En la parte 3, el equipo recopiló datos sobre los alimentos que la gente come en la comunidad. Ahora el equipo comenzará a recopilar datos sobre en dónde tiene acceso la gente a estos alimentos y cómo se almacenan. El hecho de tener acceso a los alimentos y poder almacenarlos antes de que se echen a perder pueden ser un problema para algunas personas en una comunidad. Comprender el acceso a los alimentos y al almacenamiento de manera local puede ayudar al equipo cuando trabajen con la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos? También puede ayudar a que entiendas lo que influye en la elección de las personas sobre qué grupos alimentarios comer y por qué.

Objetivo



En esta tarea, el equipo identificará en si mapa del sitio de investigación y marcará las ubicaciones de todos los lugares en los cuales se puede acceder a alimentos. El equipo utilizará este mapa para enfocar la investigación en tareas posteriores para comprender posibles problemas de acceso alimentario de distintas personas en la comunidad.

En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- **¿Dónde están todos los puntos de acceso para los alimentos de la comunidad?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 4-1 y toma las instrucciones de Identificación y ubicación en el mapa de los puntos de acceso a los alimentos. También necesitarás el mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1.



2. Como equipo, utilicen las instrucciones y el mapa del sitio de investigación para identificar, ubicar en el mapa y marcar todos los puntos de acceso a los alimentos dentro o alrededor de su sitio de investigación.
3. Como equipo, analicen lo siguiente:
   - Cómo podría ser útil este mapa cuando se piensa en la pregunta: **¿Dónde están todos los puntos de acceso para los alimentos de la comunidad?**
   - Cómo podría ser útil este mapa cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 4-1. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 4-2!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-1. Identificar y ubicar en el mapa los puntos de acceso a los alimentos

Arma una lista

1. Observa el mapa del sitio de investigación de la tarea 2-1. (Si aún no hiciste la tarea 2-1, haz esa tarea primero). Según el tamaño actual de tu sitio de investigación, es posible que debas aumentar o disminuir el tamaño para incluir diversos puntos de acceso a alimentos en tu mapa.
2. Como equipo, utilicen la siguiente tabla de datos para hacer una lista de todos los puntos de acceso a alimentos en su sitio de investigación y en los alrededores. Un punto de acceso a alimentos es cualquier lugar o negocio donde puedes comprar alimentos. Los puntos de acceso a alimentos pueden incluir:
    - Mercados de alimentos y tiendas de abarrotes
    - Restaurantes
    - Puestos, camiones y stands de comida callejera
    - Tiendas de conveniencia, estaciones de servicio y almacenes
    - Jardines compartidos, personales y comunitarios
    - Bancos de alimentos y servicios de alimentos comunitarios
    - Ubicaciones de plantas comestibles silvestres, como frutas o verduras
    - Máquinas expendedoras de alimentos
3. Para cada ubicación, asegúrate de documentar la dirección, las calles transversales o una descripción general de la ubicación o el área aproximada para ayudar al equipo cuando tengas que ubicar los sitios en el mapa.
4. Con tu lista de socios de la comunidad de la tarea 2-6, identifica a las personas que podrían ayudarte a agregar puntos de acceso a alimentos a tu lista. Comunícate con el socio y pregúntale dónde accede a los alimentos. Esto podría incluir preguntarles a padres, amigos y familiares a dónde suelen acceder a los alimentos. Agrega estos lugares a la lista de tu equipo y no olvides incluir información sobre la ubicación para que sirva de ayuda para marcar los lugares en el mapa.

Agrega puntos de acceso a alimentos en el mapa

1. En el mapa del sitio de investigación de la tarea 2-1, agrega información de los puntos de acceso a alimentos en la leyenda del mapa. Asigna diferentes colores o íconos para los distintos tipos de puntos de acceso que identificó. Esto te ayudará más adelante en tu análisis.

© 2019 Smithsonian Institution

2. Con la información de la ubicación de cada punto de acceso, marca cada punto de acceso a alimentos en el mapa del sitio de investigación. Utiliza los distintos símbolos, íconos y colores cuando tengas que marcar cada punto de acceso.
3. Si tu mapa no tiene una escala, considera agregar una ahora. Sigue las instrucciones de la tarea 2-1 según sea necesario para hacerlo.
4. ¿Existen límites del vecindario para las diferentes comunidades que se podrían agregar al mapa? Considera agregar estos límites ahora si aún no lo has hecho.
5. ¿Marcaste en el mapa dónde se reúne tu equipo o dónde viven los miembros del equipo? Si te gustaría marcarlo, considera hacerlo ahora.

Nombre del punto de acceso	Tipo de punto de acceso (mercado, restaurante, jardín, etc.)	Ubicación (dirección y descripción)	Notas

© 2019 Smithsonian Institution

Agrega información de transporte y estacionamiento al mapa

Si aún no lo has hecho, agrega información de transporte de la ubicación al mapa. Puedes incluir:

- Estaciones de tren, metro, subte
- Paradas de autobús
- Estacionamientos
- Carriles, senderos, rutas para bicicletas, motonetas, skate boards
- Senderos, rutas y caminos

© 2019 Smithsonian Institution

Analiza el mapa

1. Analiza la distribución general de diferentes tipos de puntos de acceso a alimentos en todo el mapa.
    - ¿Hay áreas del mapa donde se agrupen ciertos tipos de puntos de acceso a alimentos? ¿Cuál podría ser el motivo?
    - ¿Hay áreas del mapa en las que hay muy pocos puntos de acceso a alimentos? ¿Cuál podría ser el motivo?
2. ¿Notas alguna tendencia en la disponibilidad de diversos tipos de puntos de acceso a alimentos en diferentes vecindarios de tu comunidad, donde tu equipo se reúne o cerca de los hogares de los miembros del equipo?
3. ¿Notas posibles desiertos alimentarios? Un desierto alimentario es un vecindario o un área de una comunidad con poco o ningún acceso a alimentos saludables.
4. ¿Notas algún punto de acceso a alimentos al que se pueda acceder fácilmente mediante varios tipos de transporte (a pie, en bicicleta, en autobús, en tren, en automóvil)?
5. ¿Notas algún punto de acceso a alimentos al que no se pueda acceder fácilmente mediante varios tipos de transporte (por ejemplo, que solo se pueda acceder en automóvil)?

Crea zonas colchón para los puntos de acceso a alimentos

Para calcular las puntuaciones según la accesibilidad a alimentos para cada punto de acceso a alimentos, el equipo debe crear zonas colchón en el mapa con el punto de acceso a alimentos como epicentro. Marca una zona colchón circular alrededor de cada punto de acceso a alimentos a las siguientes distancias del epicentro (es decir, del punto de acceso a alimentos).

- 0,5 km (0,3 millas)
- 1,0 km (0,6 millas)
- 1,5 km (0,9 millas)
- 2,0 km (1,2 millas)

Calcula las puntuaciones según la accesibilidad a alimentos

1. Con la escala de puntuación de accesibilidad a alimentos que se muestra a continuación, utiliza la información del mapa de su equipo para comenzar a recopilar información básica sobre la accesibilidad a alimentos en tu área de investigación. Debes incluir:

© 2019 Smithsonian Institution

- Nombre del punto de acceso a alimentos
- Puntuación según la accesibilidad a alimentos
- Cantidad de residencias en las zonas colchón
- Cantidad de opciones de transporte en zonas colchón

2. Marca cada valor en puntos en la lista de puntuación de acceso a alimentos a continuación.
3. Suma la puntuación de cada punto de acceso para determinar un puntaje de accesibilidad a alimentos para cada uno.

Escala de puntuación de accesibilidad a alimentos

Puntos por cada residencia presente en cada zona colchón:

Cada residencia dentro de los 0,5 km del colchón = 4 puntos
Cada residencia dentro de los 1,0 km del colchón = 3 puntos
Cada residencia dentro de los 1,5 km del colchón = 2 puntos
Cada residencia dentro de los 2,0 km del colchón = 1 punto
Cada residencia fuera del colchón = 0 puntos

Cada COM* dentro de los 0,5 km del colchón = 8 puntos
Cada COM* dentro de los 1,0 km del colchón = 6 puntos
Cada COM* dentro de los 1,5 km del colchón = 4 puntos
Cada COM* dentro de los 2,0 km del colchón = 2 puntos

*** COM** = casa de ocupación múltiple: complejos de departamentos, condominios, dúplex, viviendas colectivas; cualquier estructura que se comercialice y que esté destinada a tener varios hogares.

Puntos por cada opción de tránsito presente en cada zona colchón:

Por cada estación de transporte público (tren, autobús, entre otras) e infraestructura (camino, sendero, carril) no vehicular (para andar a pie, en bicicleta, en motoneta, en ciclomotor) dentro de los 0,5 km del colchón = 2 puntos
Por cada estacionamiento dentro de los 0,5 km del colchón = 1 punto

© 2019 Smithsonian Institution

Categorización de los puntos de acceso
Marca los puntos de acceso a alimentos con las puntuaciones de accesibilidad más altas y más bajas (puntaje total) en la lista de puntuación de acceso a alimentos que aparece a continuación.

Analiza
Como equipo, analicen sus conclusiones.

- ¿Por qué estos puntos de acceso tienen puntuaciones de accesibilidad altas o bajas?
- ¿El acceso a alimentos es un problema en nuestra comunidad? Si es así, ¿cuáles son algunas ideas de cómo podríamos hacer que los alimentos sean más accesibles?
- ¿Existen tendencias o relaciones en la disponibilidad de puntos de acceso a alimentos y los niveles de población o de ingresos en la comunidad?
- Cuando analizan los datos, ¿hay desiertos alimentarios potenciales (lugares sin fácil acceso a alimentos saludables) en tu comunidad?
- ¿Qué medios de transporte utilizan actualmente la mayoría de las personas en tu comunidad?
- ¿Los puntos de acceso a alimentos en tu comunidad son de fácil acceso caminando o en el transporte público?

© 2019 Smithsonian Institution

Lista de puntuación de acceso a alimentos

Con el mapa del área de investigación, completa la siguiente lista para calcular el puntaje de accesibilidad a alimentos de su comunidad.

Nombre del punto de acceso	n.° de la ⌂ 0,5 km colchón (4 puntos)	n.° de la ⌂ 1,0 km colchón (3 puntos)	n.° de la ⌂ 1,5 km colchón (2 puntos)	n.° de la ⌂ 2,0 km colchón (1 punto)	Total ⌂ puntuación	n.° de 🚆 0,5 km colchón (2 puntos)	n.° de 🚗 0,5 km colchón (1 punto)	Total 🚗 puntuación	**Puntuación total**

© 2019 Smithsonian Institution

4-2

Evaluación de los puntos de acceso a los alimentos

En la tarea 4-1, el equipo identificó y ubicó en el mapa los diferentes puntos de acceso a los alimentos dentro de su centro de investigación y comunidad. Ahora que sabes dónde se encuentran los diferentes tipos de puntos de acceso a los alimentos, realizarás una evaluación detallada de cada punto. Esta evaluación ayudará al equipo a comprender las características y la calidad de cada punto de acceso a los alimentos dentro y alrededor de su centro de investigación. Comprender las características y la calidad de estos diferentes puntos de acceso a los alimentos puede ayudar al equipo a trabajar en la pregunta del problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

Objetivo



En esta tarea, el equipo realizará una evaluación más profunda de los diferentes puntos de acceso a los alimentos que identificaron y asignaron en la tarea 4-1. El equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- **¿Cuáles son las características de los alimentos ofrecidos en los diferentes puntos de acceso en la comunidad?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 4-2 y toma el Formulario de datos para la evaluación de los puntos de acceso a los alimentos: ALIMENTO A o el Formulario de datos del ALIMENTO B. También necesitarás el mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 4-1.
2. Determina qué miembros del equipo serán responsables de evaluar cada uno de los puntos de acceso que hayan identificado.
3. Vayan a cada punto de acceso y completen el Formulario de datos del ALIMENTO A o el Formulario de datos del ALIMENTO B para cada uno.
4. Como equipo, analicen lo siguiente:
   - Cómo podría ser útil esta evaluación cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son las características de los alimentos ofrecidos en los diferentes puntos de acceso en la comunidad?**
   - Cómo podría ser útil esta evaluación cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 4-2. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 4-3!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-2. Evaluación de los puntos de acceso a alimentos: formulario de datos ALIMENTO A

Nombre del punto de acceso a alimentos _____

Dirección _____

Número de teléfono _____ Horario de atención _____

¿Qué tipos de alimentos tienen disponibles (frescos o procesados)?

¿Hay alimentos de cada grupo de alimentos principal disponibles aquí?

¿Qué comidas puedes comer aquí?

- ☐ Desayuno
- ☐ Almuerzo
- ☐ Cena
- ☐ Refrigerios

¿Cuál es tu estimación del costo promedio de una comida aquí?

- ☐ $ (USD 0-20 por comida)
- ☐ $$ (USD 21-40 por comida)
- ☐ $$$ (USD 41-70 por comida)
- ☐ $$$$ (USD 71+ por comida)

Notas

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-2. Evaluación de los puntos de acceso a alimentos: formulario de datos ALIMENTO B

Parte 1. Información comercial general	
Nombre del investigador	
Fecha	
Nombre del punto de acceso	
Persona de contacto comercial y puesto	
Dirección	
Horario de atención	
Tipo de negocio (tienda, mercado, restaurante, puesto de comida, etc.)	
Categoría de negocio (independiente, cadena, cooperativa, unipersonal, etc.)	
¿Hay negocios similares cerca de este negocio? (si la respuesta es sí, enumere los demás negocios)	
Notas	
Parte 2. Apariencia exterior del negocio (si corresponde)	
Describe los letreros exteriores	

© 2019 Smithsonian Institution

¿Qué tipo de letrero es más prominente desde fuera del negocio?	
¿En qué idiomas se encuentran los letreros exteriores?	
¿Se publicitan productos alimenticios específicos? Si la respuesta es sí, ¿qué tipos de productos?	
Describe la condición exterior	
¿Hay un bote de basura disponible o cerca?	
Notas	
Parte 3. Accesibilidad del negocio (si corresponde)	
¿El negocio tiene estacionamiento para vehículos motorizados?	
¿El negocio tiene estacionamiento para bicicletas?	
¿El negocio tiene aceras y cruces para que las personas caminen fácilmente?	

© 2019 Smithsonian Institution

¿Las personas en sillas de ruedas o que tengan dificultades para caminar pueden acceder fácilmente al negocio?				
¿Se puede acceder fácilmente al negocio en transporte público?				
Notas				
Parte 4. Disposición y publicidad de productos				
Cuando entras por primera vez al negocio, ¿qué productos se exhiben de forma más llamativa?				
¿En qué idiomas se encuentran las etiquetas de los productos?				
¿Qué productos se publicitan dentro del negocio?				
Parte 5. Disponibilidad y calidad del grupo de alimentos				
¿Cuántas variedades de cada grupo de alimentos hay disponibles en este punto de acceso?				
Frutas	Verduras	Granos	Alimentos proteicos	Lácteos

© 2019 Smithsonian Institution

¿Cómo calificarías la calidad de cada grupo de alimentos disponible en este punto de acceso? (Muy fresca, un poco fresca, no muy fresca, casi podrida, visiblemente podrida)				
Frutas	Verduras	Granos	Alimentos proteicos	Lácteos

¿Qué porcentaje de los alimentos son frescos comparados con los envasados o procesados?			
Fresco		Envasado o procesado	

Parte 6. Comparación de precios	
Selecciona una variedad de alimentos de este punto de acceso y documenta el precio de cada artículo. Considera artículos de cada grupo de alimentos.	

© 2019 Smithsonian Institution

Notas adicionales

© 2019 Smithsonian Institution

4-3 Identificación de las plantas comestibles locales

En la tarea 4-2, el equipo realizó una evaluación más profunda de varios puntos de acceso a los alimentos. Aprendiste más sobre los tipos, la calidad y los precios de los alimentos que se ofrecen en estos lugares. Sin embargo, las tiendas y los mercados no son los únicos lugares en los que los seres humanos pueden conseguir alimentos. Las plantas comestibles que crecen naturalmente en tu comunidad pueden ser una fuente sostenible de alimentos. En muchas comunidades, puede ser parte de una solución para las comunidades urbanas y rurales que no siempre pueden acceder a los puntos de acceso a los alimentos.

Objetivo



En esta tarea, el equipo realizará una encuesta sobre las plantas dentro del área del sitio de investigación. Luego, con recursos creíbles, el equipo determinará si alguna de estas plantas es comestible. Con estos datos, el equipo puede determinar si estas fuentes de alimentos podrían ser útiles para la comunidad.

En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de pregunta.

- **¿Dónde están todos los puntos de acceso para los alimentos de la comunidad?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 4-3 y toma las instrucciones de la encuesta sobre las plantas, el Formulario de identificación de la encuesta sobre las plantas y las preguntas de análisis. También necesitarás tu mapa del sitio de investigación.
2. Haz una encuesta sobre plantas en tu área de investigación según las instrucciones de la carpeta de la tarea.
3. Utiliza los recursos para identificar cada planta y determinar si es comestible o no.
4. Analiza las preguntas en la carpeta de la tarea, según si encontraste plantas comestibles o no.
5. Como equipo, analicen lo siguiente:
   - Cómo podría ser útil esta encuesta cuando se piensa en la pregunta: **¿Dónde están todos los puntos de acceso a los alimentos de la comunidad?**
   - Cómo podría ser útil este mapa cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-3. Identificación de las plantas comestibles locales

Realiza un estudio en tu área de investigación

Con tu equipo, visiten el área de investigación designada en el mapa de la tarea 2-1. Observa todas las plantas que encuentres en el área de investigación. Haz un boceto y, si es posible, toma fotografías de las plantas que encuentres.

Opcional: Toma una o dos muestras**, si corresponde**, de las plantas de las que dibujó o a las que les tomó fotografías. Si encuentras una planta en una propiedad privada, **no tomes una muestra sin el permiso expreso del propietario de la propiedad**.

Si tu área de investigación es demasiado grande para realizar un estudio a pie de manera razonable, selecciona una sección de tu área de investigación para realizar el estudio. Si solo estás realizando un estudio en una parte de tu área de investigación, asegúrate de marcar tanto tú como tu equipo el mapa para indicar qué parte del área de investigación se estudió.

Identifica las plantas

Con la documentación visual que realizaste y con las muestras que tomaste durante el estudio de tu equipo en el área de investigación, identifica todas las plantas que encontraste utilizando guías de campo u otros recursos que tengas disponibles. Sugerimos PlantSnap (versión gratuita) para aquellos con acceso a dispositivos móviles. Utiliza el formulario de identificación del estudio de plantas para registrar tus datos.

Busca plantas comestibles

Con tu libro de texto *Edible Wild Plants: A North American Field Guide to Over 200 Natural Foods* (o cualquier otra guía de plantas comestibles confiable), verifica si alguna de las plantas que tu equipo identificó es comestible. Utiliza el formulario de identificación del estudio de plantas para registrar tus hallazgos.

Debate en equipo

Si tu equipo **encontró plantas comestibles** en tu área de estudio, analicen lo siguiente:

- ¿Les pareció que las personas usan activamente esas plantas como alimento?
- ¿Creen que las personas de su comunidad saben que esas plantas son comestibles?
- ¿Creen que el uso de plantas comestibles en paisajismo y en espacios comunitarios es una buena manera de proporcionar alimentos a tu comunidad? ¿Por qué?

© 2019 Smithsonian Institution

Si tu equipo **no encontró ninguna planta comestible** en tu área de estudio, analicen lo siguiente:

- ¿Hay plantas comestibles que deberían cultivarse en tu comunidad?
- ¿Por qué crees que estas plantas no están presentes en tu comunidad?
- ¿Creen que el uso de plantas comestibles en paisajismo y en espacios comunitarios es una buena manera de proporcionar alimentos a tu comunidad? ¿Por qué?

© 2019 Smithsonian Institution

Formulario de identificación del estudio de plantas

Dibujo (y, si corresponde, nombre del archivo de imagen)	**Nombre común**	**Nombre científico**	**¿Es comestible? (sí o no)**

© 2019 Smithsonian Institution

© 2019 Smithsonian Institution

4-4

Pensar en el almacenamiento de los alimentos

En las tareas 4-1, 4-2 y 4-3, el equipo identificó y mapeó puntos de acceso a los alimentos. Según el área que asignaste, es posible que hayas notado que algunos puntos de acceso a los alimentos están lejos de las áreas en donde viven las personas y no todos tienen las mismas formas de llegar a estos. En algunos lugares, las personas tienen que caminar o conducir largas distancias para acceder a los alimentos. Algunos de los alimentos a los que podrían desear acceder deben mantenerse a una temperatura determinada, de modo que sean seguro comerlos. Si estos alimentos se mantienen demasiado tiempo a una temperatura mayor o menor, pueden comenzar a formar bacterias. Esto puede provocar que las personas se enfermen. Para las personas que tienen que viajar lejos, especialmente en climas más cálidos, es importante que tengan una manera de almacenar estos alimentos para mantenerlos lo más cerca posible de la temperatura segura durante el transporte y mientras se almacenan.

Objetivo



En esta tarea, el equipo explorará diferentes tipos de aislamiento que pueden ayudar a mantener los alimentos a cierta temperatura durante un período específico. Las pautas de seguridad alimentaria de muchos países sugieren que los alimentos refrigerados no deben dejarse a temperatura ambiente por más de dos horas y cuando la temperatura ambiente es superior a 32 °C (90 °F) no deben dejarse sin refrigeración más de una hora. A fin de evitar la "zona de peligro" cuando los alimentos pueden generar niveles peligrosos de bacterias, la temperatura más segura para los alimentos fríos es de alrededor de 5 °C (41 °F) o menos, y para los alimentos calientes es de alrededor de 60 °C (140 °F) o más. Ten esto en cuenta durante esta tarea.

En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- **¿Qué técnicas diferentes de almacenamiento de alimentos se utilizan a nivel local y global?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 4-4 y toma las instrucciones para el experimento Pensar en el almacenamiento de los alimentos. Solo hay una versión de esta tarea, pero los materiales se pueden ajustar fácilmente, así que utiliza lo que tengas disponible.
2. Completa la actividad de acuerdo con las instrucciones de la carpeta de la tarea.
3. Después de completar la actividad, analiza cómo el uso de diferentes materiales para el almacenamiento de alimentos puede ser útil cuando se piensa en la pregunta sobre el problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-4. Pensar en el almacenamiento de los alimentos

En esta tarea, el equipo ayudará a Sasha. Sasha necesita ayuda para decidir qué materiales utilizar para mantener sus alimentos fríos. Sasha no tiene una bicicleta o un automóvil y tiene que caminar 5 kilómetros, en parte por un camino de tierra y en parte por una acera, para llegar al punto de acceso a alimentos más cercano. Debido a que es el final del verano, la temperatura últimamente ha estado por encima de los 32 °C (90 °F). Sasha tarda aproximadamente una hora y media en caminar hasta y desde el punto de acceso a alimentos. ¿Qué material le sugerirías usar a Sasha para mantener sus alimentos fríos?

Necesitarás:

- Termómetros de seguridad
- 1 taza de plástico
- 1 taza de poliestireno
- 1 taza de papel
- 1 taza de vidrio
- 1 taza de cerámica

Opcional: bolas de algodón, papel de aluminio, lana, fundas para tazas de café, tapas para tazas o envoltura de plástico y bandas de goma para crear una tapa, tazas de plástico más grandes, hielo, secador de pelo o lámpara de calor

1. Entrega una copia de la hoja de registro de temperaturas de prueba a cada equipo.
2. Cada equipo debe tener un termómetro y una taza de cada tipo.
3. Llena cada taza con agua fría. (Preferentemente a una temperatura de 4,4 °C (40 °F) o menos; si es necesario, utiliza hielo o un refrigerador (o congelador). Si utilizas hielo, también puedes ver la rapidez con la que se derrite en algunas tazas).
4. Pide a los estudiantes que tomen una lectura de temperatura inicial y que registren la temperatura de cada taza en la hoja de registro de temperaturas de prueba.
5. Continúa tomando la temperatura en intervalos regulares (cada X cantidad de minutos) y registra el tiempo y la temperatura en la hoja de registro de temperaturas de prueba hasta que tengas al menos tres lecturas.
    - No dudes en realizar más lecturas si tienes más tiempo.
    - No dudes en utilizar hielo o calor para acelerar el proceso.
    - Recuerda decirles a los estudiantes que dejen el termómetro en la taza el tiempo suficiente para obtener una lectura precisa.
6. Mientras los equipos prueban y registran las temperaturas del agua, analicen los diferentes tipos de aislantes. Para esta actividad, los equipos utilizaron plástico, poliestireno, papel, vidrio y cerámica. Otros aislantes pueden ser lana, papel de aluminio, algodón y hasta aire. Mientras Sasha intenta mantener sus alimentos fríos, analicen cómo estos aislantes también pueden mantener la comida caliente.
    - ¿Qué sucede si le colocamos una tapa a las tazas?
    - ¿Qué sucede si le colocamos una funda hecha de un material diferente a las tazas?
    - ¿Qué sucede si las tazas se colocan en una taza más grande con algodón, lana, aire o papel de aluminio entre ellas?

    Analizar el calor: Bill Nye video de análisis del calor (1:56)

© 2019 Smithsonian Institution

Si tiene tiempo, puede realizar el mismo experimento con tapas, algodón, lana, aire y papel de aluminio.

7. Toma las temperaturas y los tiempos registrados en la hoja de registro de temperaturas de prueba y grafíquelas en la hoja de gráficos de temperaturas de prueba.
8. Compara y contrasta los resultados y decide qué material le sugeriría a Sasha y explique por qué.

© 2019 Smithsonian Institution

Hoja de registro de temperaturas de prueba

Nombre(s) del grupo _____ Fecha _____

Material	Tiempo --- Temperatura			
Plástico	---	---	---	---
Papel	---	---	---	---
Vidrio	---	---	---	---
Poliestireno	---	---	---	---
Cerámica	---	---	---	---

© 2019 Smithsonian Institution

Hoja de gráficos de temperaturas de prueba

Nombre(s) del grupo _____ Fecha _____

Coloca la temperatura en el eje Y y el tiempo en el eje X y grafica los datos debajo. Recuerda hacer una guía codificada con colores para mostrar qué material se está graficando.



© 2019 Smithsonian Institution

4-5 Experimentar con el almacenamiento de los alimentos

En la tarea 4-4, el equipo aprendió que es importante mantener algunos alimentos a ciertas temperaturas. Asegurarse de que los alimentos se conserven a la temperatura adecuada puede mantenerlos seguros para comer. El equipo exploró diferentes materiales para ver cuáles podrían ayudar a almacenar estos alimentos a diferentes temperaturas. Habiendo comprendido las diferentes formas de almacenar alimentos, el equipo ahora puede pensar en otros problemas que pueden surgir cuando las personas intentan almacenar o transportar alimentos fríos y calientes desde el punto de acceso a los alimentos a sus hogares.

Objetivo



En esta tarea, el equipo experimentará con diseños para que un dispositivo mantenga los alimentos frescos. Se le presentarán al equipo situaciones del mundo real en las cuales pueden ofrecer su ayuda mediante el diseño de una conservadora que sería más beneficiosa según una situación determinada. Tengan en cuenta que es posible que en algunas situaciones se requieran diseños diferentes, según la forma en que la persona accede a los alimentos.

En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- **¿Cuáles son los desafíos de acceder y almacenar alimentos en la comunidad local?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 4-5 y toma las hojas de actividades de la Experimentar con el almacenamiento de los alimentos. Solo hay una versión de esta tarea, pero contiene varias situaciones para elegir. Seleccionen la que mejor se adapte a ustedes y utilicen los materiales a los que puedan acceder en su comunidad para el proceso de diseño. Hagan que el equipo piense en formas creativas de reutilizar los materiales que están disponibles fácilmente.
2. Completa la actividad de acuerdo con las instrucciones de la carpeta de la tarea.
3. Después de completar la actividad, analiza cómo el uso de diferentes métodos para el almacenamiento de alimentos puede ser útil cuando se piensa en la pregunta sobre el problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 4-5. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 4-6!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-5. Experimentar con el almacenamiento de los alimentos

1. Divide al equipo en grupos. Cada grupo puede elegir un una situación para trabajar o considerar cada situación de a una por vez.

Situación 1: Jackie usa una bicicleta para llegar a su punto de acceso a alimentos favorito en su ciudad. Es el más barato y ofrece los mejores productos. Está a siete millas de su apartamento ubicado en un tercer piso. Puede usar una ciclovía en la mayor parte del camino, pero en algunas áreas tiene que andar en la acera. Necesita poder mantener fríos sus alimentos fríos en el viaje desde el punto de acceso a alimentos hasta su apartamento en el verano, cuando la temperatura promedio es de 32 °C (90 °F). ¿Cómo diseñarías un refrigerador para ayudar a Jackie?

Situación 2: Isla tiene que caminar hasta el punto de acceso a alimentos más cercano desde su pequeño pueblo. Está a 10 km del pueblo. El camino es principalmente de tierra, con un poco de pavimento en lugares más cercanos al punto de acceso. Hace un promedio de 20 °C (69 °F) durante los meses más cálidos y de 16 °C (62 °F) en los meses más fríos. Necesita poder mantener fríos sus alimentos fríos al regresar al pueblo desde el punto de acceso a alimentos. ¿Cómo diseñarías un refrigerador para ayudar a Isla?

Situación 3: Oliver vive en un rancho en una parte muy remota de su país. Su punto de acceso a alimentos más cercano con todos los elementos esenciales para abastecerse está a aproximadamente dos horas y media en automóvil. Oliver tiene un camión pequeño que maneja al punto de acceso a alimentos cada dos meses para abastecerse de comida y suministros. Necesita mantener fríos sus alimentos fríos en el largo viaje en automóvil de vuelta a su rancho desde el punto de acceso a alimentos. ¿Cómo diseñarías un refrigerador para ayudar a Oliver?

Situación Extra: En las partes remotas de algunos países, el agua puede tardar horas, incluso días completos en recuperarse y volver a las casas o comunidades de las personas. ¿Cómo podrías diseñar un contenedor para facilitar el transporte de agua?

2. Cada equipo dibujará el diseño de un contenedor, un dispositivo o un método para abordar la situación. Etiqueta todos los materiales, las dimensiones y las características (ruedas, un tipo específico de tapa, correas para los hombros, etc.) y explica por qué se eligió cada material y cada característica.

Opcional: pide a cada grupo que elija una situación única, que realmente cree un prototipo de un contenedor o un dispositivo basado en el diseño dibujado y que lo pruebe. Puedes utilizar la hoja de instrucciones de calificación para prototipos para calificar los diseños del equipo.

© 2019 Smithsonian Institution

3. Antes de que los equipos comiencen a diseñar:

- analicen con toda la clase los factores que se deben considerar que pueden ser diferentes para cada situación; o
- analicen los factores que se deben considerar en cada equipo y, a continuación, vuelvan a analizarlos con toda la clase después de que se presenten los diseños.

  Aspectos que se deben considerar en el diseño (según cada situación):

  - Durabilidad: ¿Se desarmará en terreno irregular o se derretirá con el calor? ¿Se le caerá la tapa? ¿Será necesario manejarlo de una manera específica?
  - Movilidad: si alguien está caminando y va sujetándolo, tirándolo, empujándolo o llevándolo sobre la espalda o los hombros, ¿sería capaz de llevarlo? ¿Es demasiado pesado? ¿Necesita ruedas o una correa?
  - Facilidad de uso: ¿Cuánto tiempo se tarda en fijar la tapa? ¿Se requieren varias personas para usarlo?

4. Comparen y contrasten el diseño de cada equipo, según la situación que hayan seleccionado.

5. Ahora es el momento de pensar en su propia comunidad. ¿Hay alguna situación que notes en tu propia comunidad para la que puedas diseñar algo nuevo? ¿Personas mayores? ¿Mamás con varios niños?

Adicional: ¿Hay un sistema mejor que puedas diseñar para ayudar a las personas de tu comunidad a almacenar y acceder a alimentos?

© 2019 Smithsonian Institution

Hoja de diseño

Dibuja tu diseño a continuación. No olvides etiquetar los materiales utilizados en tu diseño.

© 2019 Smithsonian Institution

Instrucciones de calificación para prototipos

Grupos	Temperatura	Peso	Durabilidad	Movilidad	Facilidad de uso	Puntuación total
1						
2						
3						
4						
5						

Calificación general

Temperatura: frío
A 4,4 °C (40 °F) = +5 puntos
0,5 °C a 3 °C (1° a 5° F) por debajo de 4,4 °C (40 °F) = +2 puntos
3 °C (5° F) por encima de 4,4 °C (40 °F) = 0 puntos
3 °C (10° F) por encima de 4,4 °C (40 °F) = -2 puntos
8 °C (15° F) o más por encima de 4,4 °C (40 °F) = -5 puntos

Temperatura: Calor
A 60 °C (140 °F) = +5 puntos
0,5 °C a 3 °C (1° a 5° F) por encima de 60 °C (140 °F) = +2 puntos
3 °C (5° F) por debajo de 60 °C (140 °F) = 0 puntos
5,5 °C (10° F) por debajo de 60 °C (140 °F) = -2 puntos
8,5 °C (15° F) o más por debajo de 60 °C (140 °F) = -5 puntos

Peso
4,5 kg (10 libras) = +2 puntos
Más de 4,5 kg (10 libras) = 0 puntos
Menos de 4,5 kg (10 libras) = +5 puntos

Durabilidad
¿Se desarmó algo durante el traslado de los productos?
Sí = -5 puntos
No = +5 puntos

Movilidad
¿Qué tan fácil y cómodo es mover el prototipo una larga distancia?
Muy fácil = +5
Fácil = +2

© 2019 Smithsonian Institution

Algo fácil = 0
Un poco difícil = -2
Muy difícil = -5

Facilidad de uso
¿Cuánto tiempo se tarda en empacar todo en el refrigerador y asegurarlo?
Menos de 5 minutos = +5 puntos
Más de 5 minutos = 0 puntos

© 2019 Smithsonian Institution

4-6 Recopilación de historias locales de acceso y almacenamiento

En la tarea 2-5 y la tarea 3-6, el equipo recopiló historias orales sobre las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de la comunidad. Es útil documentar y recopilar datos sobre estos tipos de conexiones en la comunidad desde una variedad de perspectivas. Esto será particularmente útil cuando desarrolles tu plan de acción y comunicación de la comunidad en la parte 7.

Objetivo



En esta tarea, el equipo seguirá entrevistando personas de la comunidad para recopilar historias orales sobre el acceso a los alimentos y su almacenamiento con el paso del tiempo. Recuerda que la historia oral se refiere tanto al método de documentar un testimonio oral como al producto de ese proceso. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?**
- **¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 4-6 y toma la lista de preguntas de entrevista, consejos de entrevista y consejos de seguridad para utilizar cuando se hagan entrevistas en la comunidad.



<u>Antes de la entrevista</u>

1. Lee la lista de preguntas de la entrevista.
2. Haz una lista de personas que podrías entrevistar en tu comunidad. Considera entrevistar a las mismas personas de la tarea 2-5 y la tarea 3-6, o a las personas a las que recopilaste en los registros alimentarios de la tarea 3-2. Considera lo siguiente:
   - Familia
   - Amigos
   - Vecinos
3. Identifica dispositivos que el equipo podría utilizar para grabar audios o videos en las entrevistas.
4. Practica la entrevista con otros miembros del equipo, toma notas y utiliza el equipo de grabación de audio o video (si está disponible).
5. Lee los consejos para el momento previo a la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.

© 2019 Smithsonian Institution

4-6

Consejo de investigación

Utiliza los consejos de seguridad en el campo que se encuentran en los documentos de seguridad del laboratorio de aprendizaje antes de ir a la comunidad para realizar encuestas o entrevistar a personas. Sé respetuoso, nunca salgas solo y siempre mantente atento a tu entorno.

Entrevista

1. Lee los consejos para la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.
2. Programa y realiza las entrevistas.

Luego de la entrevista

1. Recopila todas las notas y las grabaciones de audio o video de las entrevistas.
2. Analiza las notas y las grabaciones.
   - Describe lo que observaste en las entrevistas.
   - ¿Cuáles son algunas historias o información interesantes que surgieron en las respuestas?
   - Identifica los alimentos o las historias con los que no estabas familiarizado.
   - Identifica los alimentos o las historias con los que sí estabas familiarizado.
   - ¿Para qué preguntas la mayoría de las personas de la comunidad tuvieron respuestas similares?
   - ¿Para qué preguntas las personas de la comunidad tuvieron diferentes respuestas?
3. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, las historias y los alimentos de una comunidad?**
4. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-6. Recopilación de historias locales de acceso y almacenamiento

Preguntas de la entrevista

1. Cuando eras niño, ¿tu familia cultivaba tus propios alimentos? ¿Actualmente cultivas tus propios alimentos? ¿Tienes un jardín o una granja?
2. Cuando eras niño, ¿dónde comprabas alimentos en tu comunidad (mercados abiertos, mercados de agricultores, supermercado local)? ¿Dónde compras actualmente tus alimentos?
3. ¿Ha aumentado o disminuido la cantidad de puntos de acceso a alimentos en esta comunidad con el tiempo? ¿Comprar alimentos en un mercado o supermercado se volvió más conveniente o menos conveniente con el tiempo?
4. ¿Han cambiado las características de los lugares donde compras alimentos en tu comunidad con el tiempo? Si es así, ¿cómo y por qué crees que han cambiado?
5. ¿Cuánto tiempo y qué tan lejos viajas a los mercados para comprar alimentos? ¿Ha cambiado esto con el tiempo? Si es así, ¿cómo y por qué?
6. ¿Cuáles eran las formas en las que tu familia almacenaba la comida en tu hogar cuando era más joven? ¿Han cambiado las técnicas de almacenamiento de los alimentos con el tiempo en tu hogar o en la comunidad?
7. ¿Enfrentas alguna dificultad para acceder y almacenar alimentos saludables en tu hogar? Si es así, ¿cuáles son los motivos de estas dificultades?

Antes de la entrevista

Practica entrevistar, tomar notas y utilizar equipos de audio y video (si están disponibles).

Consejos para tener en cuenta:

- La entrevista debe sentirse como una conversación. Está bien pasar de una pregunta a otra o hacerlas de manera diferente para ayudar a la persona a entender mejor la pregunta.
- A veces, la mejor pregunta es: “¿Puede decirme más?”.
- Si tu entrevistado hizo una pausa, dale tiempo para reunir sus pensamientos en lugar de apresurarse con la siguiente pregunta. Podrían estar a punto de decir algo interesante.
- Si utilizas equipos para grabar las entrevistas, realiza entrevistas de prueba para asegurarte de que el equipo funcione correctamente. Cuando se reproduce el audio o el video, ¿es claro y fácil de escuchar/ver?
- Si vas a escribir las respuestas, practica tomar notas mientras alguien habla. Considera realizar las entrevistas en grupos para que más de una persona pueda ayudar a escribir las respuestas. Después de la entrevista, los compañeros de equipo pueden comparar sus notas para mantener la precisión y la coherencia.

© 2019 Smithsonian Institution

Entrevista

Consejos para tener en cuenta:

- Si es posible, encuentra un espacio tranquilo y cómodo sin ruidos externos. Esto es especialmente importante si estás grabando estas entrevistas.
- Si vas a utilizar un equipo de grabación de audio o video, prueba todo el equipo antes de la entrevista.
- Asegúrate de tener lápiz y papel para tomar notas.
- Preséntate y explícale al entrevistado la investigación que estás llevando a cabo y el propósito de la entrevista. Explícale que tu equipo está interesado en aprender más acerca de las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de la comunidad local.
- Al final de la entrevista, agradece al entrevistado por participar.

Análisis posterior a la entrevista

1. Recopila todas las notas y grabaciones de las entrevistas del equipo.
2. Lee las notas o escucha/mira las grabaciones de las entrevistas.
   - Describe lo que observas.
   - ¿Qué fue lo que primero observaste como interesante en sus respuestas?
   - Identifica lo que no te resulta familiar.
   - Identifica lo que sí te resulta familiar.
   - Identifica las respuestas que sean útiles para la pregunta: *¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?*
   - Analiza cómo las respuestas de estas entrevistas de historia oral podrían ser útiles cuando pienses en la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

© 2019 Smithsonian Institution

4-7 Análisis de los datos de la encuesta de acceso y almacenamiento

En la tarea 1-3, 2-2 y 3-7 el equipo recopiló los datos de la encuesta del equipo y de la comunidad sobre qué piensan las personas acerca de los alimentos y la nutrición.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se enfocará en analizar los resultados de la parte 4 de la encuesta. Este análisis ayudará al equipo a comprender mejor las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?**
- **¿Cuáles son las maneras en que podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 4-7 y toma las instrucciones y preguntas sobre el análisis de la encuesta.
2. Reúne todas las encuestas completadas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2.
3. En esta tarea, el equipo solo le echará un vistazo a la parte 4 de la encuesta: Acceso y almacenamiento.
4. Como equipo, determinen cómo compilar las respuestas de la parte 4 de todas las encuestas recopiladas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2. Es recomendable analizar los datos recopilados de todas las encuestas. Desarrolla tu propio método para recopilar los datos de la parte 4 o utiliza uno de los métodos de las instrucciones.
5. Crea algunos gráficos sobre estos datos compilados. ¡Sé creativo!
6. Utiliza los gráficos y los datos compilados para responder estas preguntas:
   - ¿Qué patrones interesantes ves en los datos emanados de las preguntas de la encuesta en la parte 4?
   - En qué preguntas estuvo de acuerdo la mayoría de las personas?
   - ¿Para qué preguntas las personas tuvieron respuestas diferentes?

Consejo de investigación

Como puedes haber notado, la encuesta se divide en las mismas partes que esta guía de investigación. Analiza solo los resultados de la parte de la encuesta que corresponda a la parte de la guía con la que estás trabajando para que el análisis sea más manejable.

© 2019 Smithsonian Institution

4-7

7. Analiza cómo esta evidencia de la encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: ¿qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de los alimentos y la nutrición?
8. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: ¿de qué maneras podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?
9. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: ¿cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?
10. Selecciona dos o tres preguntas de estas preguntas de encuesta, escribe una afirmación y proporciona la evidencia de respaldo de la afirmación en función de la pregunta y la evidencia de los datos recopilados. Por ejemplo:
    - Es difícil para las personas de nuestra comunidad acceder a alimentos frescos.
    - Muchas personas en nuestra comunidad utilizan un vehículo personal para acceder a los alimentos.
11. ¿Qué evidencia respalda tus afirmaciones? Como equipo, compartan algunas afirmaciones que hayan creado y la evidencia que respalda cada afirmación con estos datos.

¡Qué bien! Completaste la tarea 4-7. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 4-8!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-7. Análisis de los datos de la encuesta de acceso y almacenamiento

Opciones para compilar los datos de la encuesta

En primer lugar, debes recopilar las respuestas de las encuestas comunitarias de todas las preguntas de la parte 3: Acceso y almacenamiento. El equipo buscará las otras partes de la encuesta en las tareas posteriores.

Estas son algunas opciones para compilar las respuestas de las preguntas de la encuesta. Pero, como siempre, si prefieres utilizar otro método, ¡hazlo!

Opción 1

Entrega una encuesta en blanco a cada persona.

Lee cada pregunta; los miembros del equipo pueden levantar la mano para votar por la respuesta que prefieren. Algunos miembros del equipo pueden contar los votos y otros pueden anotar los totales del equipo.

Opción 2

Escribe las preguntas en una pizarra, papel o computadora donde se puedan compilar los conteos. Cuenta las respuestas y comparte los resultados.

Opción 3

Si realizaste la encuesta de forma digital o en línea, deberías poder ver y exportar los resultados de cada pregunta.

Opción 4

Crea tu propia manera de compilar los datos de la encuestas.

Realizar gráficos con los datos de las encuestas

¿Cómo podrías graficar partes de los resultados de esta encuesta?

¿Qué preguntas podrías graficar?

Si tienes los recursos, elige algunas preguntas para hacer un gráfico que consideres que sería útil.

¿Cómo serían útiles estos gráficos para respaldar afirmaciones con evidencia?

© 2019 Smithsonian Institution

Encuesta de alimentos de la comunidad: datos compilados

Utiliza esta encuesta en blanco para compilar los datos.

Parte 4. Acceso y almacenamiento

Piensa en un día habitual. ¿Qué tan fácil o difícil es para ti acceder a alimentos frescos y saludables?					
1. Muy difícil	2. Difícil	3. Algo fácil	4. Fácil	5. Muy fácil	6. No estoy seguro

¿Dónde compras los alimentos en tu comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mercado al aire libre	2. Mercado de agricultores	3. Directamente de los agricultores	4. Supermercado
5. Tienda de conveniencia	6. Restaurante formal	7. Restaurante informal	6. Otro (especifica) _____
De los lugares que indicaste anteriormente, ¿dónde compras alimentos con más frecuencia?			

¿Qué tan cerca de donde vives se encuentra el lugar donde compras alimentos con más frecuencia?				
1. Muy cerca	2. Algo cerca	3. Lejos	4. Muy lejos	No estoy seguro

¿Cómo viajas a los lugares donde compras comida en tu comunidad?				
1. Vehículo personal	2. Motocicleta o moto	3. Transporte público	4. Taxi	5. Bicicleta
6. A pie	7. No estoy seguro	Otro (especifica)		

¿Dónde almacenas los alimentos para tu hogar? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Estructura exterior	2. Refrigerador	3. Congelador	4. Estructura comunitaria
5. Despensa o gabinete	6. No estoy seguro	Otro (especifica)	

© 2019 Smithsonian Institution

4-8 Creación de informes sobre acceso y almacenamiento

Esta es la última tarea de la parte 4: Acceso y almacenamiento.

Objetivo



En esta tarea, el equipo hará un informe de la parte 4: Acceso y almacenamiento. Es bueno hacerlo antes de pasar a la siguiente parte. El objetivo es pensar y analizar sobre la información útil que se recopiló durante esa parte antes de continuar.

Recuerda las normas del equipo.

- Reconocer los beneficios de escuchar una variedad de perspectivas y puntos de vista.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las propias.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para producir cambios positivos.

Recuerda utilizar los puntos de partida de conversación importantes según sea necesario durante este análisis.

- Estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- Me gustaría volver a lo que dijo _____ sobre . . .
- Me gustaría agregar . . .
- Me di cuenta de que . . .
- Otro ejemplo es . . .

Recuerda utilizar las siguientes oraciones cuando estés haciendo una afirmación a partir de la evidencia.

- Creo que esta afirmación se respalda mejor porque . . .
- No creo que esta afirmación se respalde mejor porque . . .
- Creo que esta parte de la evidencia respalda esta afirmación porque . . .
- No creo que esta parte de la evidencia respalde esta afirmación porque . . .

© 2019 Smithsonian Institution

4-8



1. Ve a la carpeta de la tarea 4-8 y toma las instrucciones para Crear un informe sobre los datos de acceso y almacenamiento.
2. Sigue las instrucciones en la carpeta de la tarea para completar las seis secciones del informe.
   - Análisis del mapa del sitio de investigación
   - Socios de la comunidad
   - Perspectivas
   - Identidad
   - Análisis del mapa de preguntas
   - Pregunta del problema

¡Qué bien! Completaste la tarea 4-8 y la parte 4. Márcala en la lista de tareas.

¡Felicitaciones! Has completado la **parte cuatro** de tu investigación. Date una palmadita en la espalda.

Continúa con la parte 5: Cocina y conservación

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 4-8. Creación de informes sobre datos de acceso y almacenamiento

Análisis del mapa del sitio de investigación

1. Observa el mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1.
2. Revisa todos los datos y la evidencia que has recopilado hasta el momento en la parte 4.
3. ¿Hay algún dato que el equipo haya recopilado durante la parte 4 que se pueda agregar a este mapa? ¿Ubicaciones de los puntos de acceso? ¿Ubicaciones de entrevistas de testimonios orales? Agrega estos datos al mapa y ¡con leyendas!
4. Analiza el mapa. ¿Se deben cambiar los límites del mapa para incluir información nueva recopilada en la parte 4? Ajusta según sea necesario.
5. Analiza el mapa. ¿El mapa proporciona información nueva que podría ser útil para futuras investigaciones?

Socios de la comunidad

1. Como equipo, revisen la lista de socios de la comunidad que crearon en la Tarea 2-6.
2. Como equipo, identifiquen a los socios de la comunidad con los que podrían comunicarse en este momento. ¿Qué socios podrían ayudarlos a obtener más información sobre las diferentes partes de su mapa de preguntas?
    - Diseñen un plan, como equipo, para contactar y comunicarse con estos socios.
    - Creen una lista de preguntas que les gustaría hacer a los socios.
    - Comuníquense con cada socio por correo electrónico, por teléfono o por escrito para hacerles las preguntas.
    - Si tu equipo decide que es apropiado, invita al socio a reunirse con el equipo. Utiliza tu lista de preguntas para guiar la conversación y la recopilación de datos.

Perspectivas

1. Utiliza la configuración de la gama de respuestas de la tarea 1-8 (puedes usar tanto COMIDA A o COMIDA B aquí) para analizar cada una de las siguientes declaraciones de perspectivas.
2. Realiza esta actividad de manera individual o en grupos pequeños. Si están trabajando en grupos pequeños, cada grupo envía un representante a la gama de respuestas.
3. Recuerda: para cada afirmación, primero enúnciala, y luego da tiempo para que cada miembro del equipo o grupo piense en su posición respecto a esa afirmación.

- Recuerda que la gama de respuestas va de un extremo al otro, desde “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”. Y está la opción “no estoy seguro”, en el medio.
- Explica que la ubicación relativa también es importante; es decir, estar más cerca de “totalmente de acuerdo” o de “totalmente en desacuerdo” significa que estás muy convencido respecto a esta afirmación. Si solo estás ligeramente de acuerdo o en desacuerdo, entonces ubicarse más cerca del medio es una forma física de establecer qué es lo que piensas y cómo te sientes respecto al problema.

© 2019 Smithsonian Institution

Social: el gobierno debe proporcionar más ayuda a las personas que no pueden acceder fácilmente a alimentos saludables en su comunidad.

Económica: está bien que un país exporte y venda sus alimentos a otros países para ganar dinero, incluso cuando los ciudadanos del país necesitan los alimentos.

Pasa a un análisis con todo el equipo. Recuerda: los miembros del equipo deben respaldar sus opiniones con información y los otros miembros del equipo deben escuchar cuidadosamente a los demás.

- ¿Pueden cada uno de los miembros del equipo explicar al resto los motivos de la elección de su respuesta?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?
- ¿Qué te llevó a cambiar de opinión?
- Pida a los miembros del equipo que hayan usado respuestas de los extremos de la gama de respuestas que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y las razones más fuertes que escucharon del lado *opuesto*.

Identidad

- Observa tu mapa de identidad individual y el del equipo de la tarea 1-1 y la tarea 1-5. ¿Qué aspectos de tu identidad o de la de tu equipo podrían influir en tus opiniones sobre la gama de respuestas en perspectiva?
- ¿Cómo estas partes de tu identidad podrían influir en tus decisiones?
- ¿Alguna parte de tu mapa de identidad cambió?

Análisis del mapa de preguntas

1. Observa el mapa de preguntas de tu equipo de la tarea 1-10. ¿Qué preguntas de tu mapa se abordaron en la parte 4: Acceso y almacenamiento?
2. ¿Qué evidencia recolectaste durante la parte tres que podría ser útil para responder cualquier pregunta en el mapa de preguntas?
3. ¿Cómo podría esta evidencia o información ser útil para ayudar a desarrollar un plan de acción para la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*
4. Tómate un tiempo para reorganizar, actualizar, modificar, eliminar o agregar preguntas al mapa de preguntas en este momento.

Pregunta del problema

¿Hay algo que hayas aprendido en la parte 4 que sería útil si se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

PARTE 5: LISTA DE TAREAS DE COCINA Y CONSERVACIÓN

Esta es la lista de tareas para la parte 5: Cocina y conservación

Márcalos a medida que los completas.

TAREAS

- [ ] 5-1 Exploración de ingredientes y platos
- [ ] 5-2 Elección de tu plato
- [ ] 5-3 Análisis de herramientas y técnicas de cocina
- [ ] 5-4 Exploración de técnicas de conservación
- [ ] 5-5 Recopilación de historias orales de cocina y conservación
- [ ] 5-6 Análisis de los datos de la encuesta sobre cocina y conservación
- [ ] 5-7 Creación de informes sobre cocina y preservación

En esta parte, el equipo se enfocará en investigar y experimentar con el procesamiento, la cocina y la conservación de varios alimentos para satisfacer las necesidades locales y mundiales. También se investigarán diversas técnicas, herramientas y recetas locales y globales de cocina y preservación.









© 2019 Smithsonian Institution

5-1

Exploración de ingredientes y recetas

Bienvenido a la parte 5: Cocina y preservación, y tarea 5-1. En la parte 4, aprendiste más acerca de cómo se accede y se almacena la comida en tu comunidad. En la parte 5, el equipo observará más de cerca lo que hacen las diferentes personas con los alimentos después de haber accedido a estos. El equipo comenzará por aprender más sobre las diferentes maneras en que se utilizan y se consumen diversos ingredientes en todo el mundo.

Objetivo



En esta tarea, el equipo examinará, comparará y contrastará platos que incluyen cinco ingredientes de diferentes grupos alimentarios y que se encuentran en todo el mundo: queso, coco, huevo, tomate y arroz. Luego, el equipo recopilará recetas que utilicen algunos o todos estos ingredientes en su comunidad.

En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son las diferentes herramientas y técnicas de cocina locales y globales?
- ¿Cómo se comparan los ingredientes y las recetas locales y globales para satisfacer las necesidades nutricionales?

1. Ve a la carpeta de la tarea 5-1 y consigue el Libro de recetas de asociación o clasificación, las instrucciones de la Actividad de asociación o clasificación y el Organizador de recetas.



2. Juega a la Actividad de asociación o clasificación de acuerdo con las instrucciones de la carpeta de la tarea. Si los estudiantes desean tener una vista más amplia de las imágenes de los alimentos, muestra el archivo Imágenes del juego de asociación de exploración de ingredientes y recetas.
3. Utiliza el Organizador de recetas para recopilar información en tu comunidad sobre platos locales que usen uno o más de los cinco ingredientes: tomate, coco, arroz, queso y huevo.
4. Compara y contrasta las distintas recetas y platos en tu comunidad con los platos de la Actividad de asociación o clasificación.
5. Analiza cómo la información sobre sus platos locales podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 5-1. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 5-2!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-1: Explorar ingredientes y recetas



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Utiliza las siguientes imágenes,
según sea necesario,
para realizar la actividad de
coincidencia/clasificación de recetas

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Malasia



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Senegal



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

India



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Japón



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Grecia, Eslovenia, Croacia, Bosnia y Herzegovina, Montenegro, Serbia, Rumania, Kosovo, Albania, Macedonia, Bulgaria, Georgia, Armenia, Azerbaiyán, Turquía



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Francia



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Australia



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

España



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Rusia
Ucrania
Polonia



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Camboya



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Italia



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Estados Unidos (Nueva York)



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Guatemala



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Jamaica
Tobago



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Canadá



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Perú



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

América Central
América Latina
México
España
África Occidental



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Argentina
Chile
Uruguay
México
España
Portugal



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Estados Unidos (Hawái)



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Brasil



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Egipto
Líbano
Jordania



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Tanzania



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Finlandia
Suecia
Noruega
Dinamarca
Islandia
Islas Feroe



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Sudáfrica



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Túnez
Argelia
Marruecos
Libia
Israel
Yemen



FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Todas las imágenes provienen de GettyImages

FOOD! © 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-1. Exploración de ingredientes y platos: Organizador de recetas

Categoría de los platos (encierre la opción con un círculo): Queso, Coco, Huevo, Tomate, Arroz

Nombre del plato:

Descripción del plato

Nota cultural

Menciona los ingredientes necesarios para preparar el plato.

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-1. Exploración de ingredientes y recetas: Actividad de correspondencia o clasificación de recetas

Con el libro de recetas, intenta una o ambas de las siguientes actividades.

Actividad de correspondencia

1. Imprime suficientes copias del libro de correspondencia o clasificación de recetas de la tarea 5-1 para distribuirlas a los equipos o a los individuos.
2. El libro se divide en cinco secciones, con cinco recetas codificadas por color en cada una. Cada color representa un ingrediente principal diferente para un plato: **el amarillo** es el queso, **el azul** es el coco, **el verde** es el huevo, **el rojo** es el tomate y **el morado** es el arroz.
3. Asegúrate de que cada sección tenga cinco recetas diferentes codificadas por color. Las recetas de esta tarea se encuentran desordenadas para la actividad de correspondencia.
4. El objetivo de la actividad es averiguar qué fotos de comidas, descripciones y notas culturales van juntas dentro de cada una de las cinco secciones.
5. Utiliza la hoja de datos en blanco para registrar tus resultados.
6. **Consulta la resolución del libro de correspondencia o clasificación de recetas según sea necesario.**

Actividad de clasificación

1. Imprime suficientes copias de los 25 platos en el libro de correspondencia o clasificación de recetas de la tarea 5-1 para cada grupo.
2. Recorta todas las fotos, descripciones y notas culturales. Debe haber 75 cuadrados en cada juego.
3. Mezcla los cuadrados y entrega un juego completo a cada grupo.
4. Pide a los estudiantes que junten cada foto de comida, descripción y nota cultural correcta del juego.
5. Utiliza la hoja de datos en blanco para registrar tus resultados.
6. **Consulta la resolución del libro de correspondencia o clasificación de recetas según sea necesario.**

© 2019 Smithsonian Institution

Libro de correspondencia o clasificación de recetas

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	NOTA CULTURAL
 Malasia	Las **dolmas** suelen ser pequeñas piezas hechas de rellenos, como arroz, cebollas, carne y especias, que se envuelven en hojas o con los que se rellenan verduras, como tomates o cebollas. Las dolmas de carnes se suelen servir calientes. Las dolmas a base de arroz se suelen servir frías con una salsa de ajo y yogur.	**B1** Es un plato malayo tradicional que se suele comer en el desayuno. A menudo se lo considera como el plato nacional de Malasia. Su nombre proviene del malayo y significa “arroz con mucho sabor”.
 Senegal	El **shahi paneer** consiste en cubos de paneer (un queso indio fresco y semifirme) en una salsa de tomate cremosa y condimentada. Por lo general, se come con arroz o pan sin levadura, como el naan o el roti.	**G1** Es un plato de desayuno típico en Japón. Este plato es una guarnición típica que se encuentra en las cajas de bento. Aunque es un plato tradicional, la forma habitual de este plato en la actualidad no se hizo popular hasta fines del siglo XIX debido al precio del azúcar y el mirin, los cuales son necesarios para mantener el huevo blando.
 India	El **tamgoyaki** es un tipo de omelet creado con varias capas de huevos que se cocinan en una sartén rectangular para formar un panecillo grueso similar a una torta.	**R1** Es un plato popular en el Mediterráneo, incluidos la península balcánica, Cáucaso Sur, Asia Central, la India y Medio Oriente. Este plato es una práctica culinaria principal en la República de Azerbaiyán. Si bien el origen de este plato no es claro, su existencia se ha rastreado hasta el siglo XVII.

© 2019 Smithsonian Institution

 Japón	El **nasi lemak** consiste en arroz cocido al vapor en leche de coco con hojas de pandano aromáticas. Se sirve con muchos complementos, como huevos duros, anchoas fritas y salsa de chile sambal. Tradicionalmente, se sirve envuelto en una hoja de plátano.	**Y1** Es un plato de la parte norte de la India. Lo comieron por primera vez los líderes del Imperio mogol, un imperio musulmán que llegó a la India desde la región de Persia en Medio Oriente. La palabra *shahi* significa "real" en Urdu, el idioma que usan comúnmente los gobernantes mogol. Usualmente, se sirve en *langar*s, que son grandes cocinas comunitarias vegetarianas en los templos sijes, donde se invita a personas de todas las religiones y todos los trasfondos a comer gratis.
 Grecia, Eslovenia, Croacia, Bosnia y Herzegovina, Montenegro, Serbia, Rumania, Kosovo, Albania, Macedonia, Bulgaria, Georgia, Armenia, Azerbaiyán, Turquía	**El thieboudienne** por lo general incluye pescado, arroz y salsa de tomate. También se suele preparar con cebollas, zanahorias, repollo (todos ingredientes habituales del país). En Senegal, tradicionalmente, el arroz es arroz partido.	**P1** Es un plato tradicional de Senegal. El pescado, a menudo conocido como *guedj,* es pecado salado y secado. La leyenda cuenta que una mujer en el siglo XIX, Penda Mbaye, creó el plato tal como se sirve hoy. La idea de moler tomates cherry le dio la fama de los palacios de San Luis.

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	NOTA CULTURAL
 Francia	Para hacer el **lamingto,** se sumerge una pieza cuadrada de bizcocho en chocolate derretido y se lo recubre con coco rallado.	**Y2** Es un plato tradicional de Europa Oriental que se come habitualmente en Rusia, Ucrania y Polonia. Este plato tradicionalmente se come durante las fiestas judías de Shavuot. En el judaísmo, el Shavuot conmemora el día en que Dios les dio la Torá, un texto religioso judío, a los judíos en el Monte Sinaí. Durante el Shavuot, es habitual que las familias judías coman productos lácteos como el queso.
 Australia	Para el **suflé**, se usan claras de huevo batidas y yemas de huevo para crear un plato esponjoso, inflado y similar a un pastel que puede ser dulce o salado.	**R2** Es un plato principal de la cocina catalana, que tiene su origen en la región de Cataluña en el este de España. Este plato se remonta al siglo XVI en España, pero no se volvió popular hasta el siglo XVIII. Se creó como una forma de ablandar el pan que se secaba demasiado.
 España	El **num banh chok** está hecho con fideos de arroz y a menudo incluye verduras, hierbas como menta y albahaca y una salsa de pescado.	**G2** Es un plato tradicional francés horneado. El nombre de este plato deriva de una forma del verbo francés *souffler,* que significa “soplar o inflar, respirar, insuflar”. El primer registro de este plato es de mediados del siglo XVIII. Se lo asocia con el chef francés Vincent La Chapelle, que cocinó para condes y príncipes.

© 2019 Smithsonian Institution

 Rusia, Ucrania, Polonia	El **Pa amb tomàquet** está hecho de pan tostado, al cual se le frota tomate y se lo aliña con aceite de oliva.	**B2** Es un postre tradicional australiano. Aunque existe un debate, se dice que el chef francés de Lord Lamington lo preparó por accidente para alimentar a algunos huéspedes inesperados en la Old Government House. Se dice que el chef Gallard tenía una esposa tahitiana francesa, lo cual aparentemente fue lo que lo inspiró a agregarle coco al bizcocho.
 Camboya	**Los blintzes de queso** constan de un crepé o panqueque delgado envuelto alrededor de un relleno de queso endulzado. Luego, se fríe con cuidado en mantequilla.	**P2** Es un desayuno o un refrigerio de la tarde camboyano. Se denomina así por los fideos de arroz que son parte del plato. Una leyenda cuenta que Thun Chey fue exiliado a China y tuvo que preparar este famoso plato para sobrevivir. Fue condenado a prisión y devuelto a Camboya después de ser grosero con el emperador. Aparentemente, Thun Chey le dio a los chinos la idea de preparar fideos, lo que sugiere que los fideos se inventaron en Camboya.

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	NOTA CULTURAL
 Italia	El **rondón** es un estofado de pescado a base de leche de coco espesa, a menudo preparado con caballa, tomate y cebolla.	**R3** Es un plato tradicional guatemalteco que se elaboró a partir de la cocina de la antigua civilización maya. El plato fue declarado como patrimonio cultural en el 2007 por el Ministerio de Cultura y Deportes de Guatemala. El pavo que se utiliza en este plato todavía se mata de una manera maya tradicional, lo que mantiene viva la cultura. El plato se sirve a menudo en las celebraciones.
 Estados Unidos	El **Kak'ik** es una sopa de pavo picante preparada con tomate, cilantro, chiles y una especia roja brillante llamada achiote.	**G3** Es un plato de desayuno estadounidense que se popularizó por primera vez en la Ciudad de Nueva York en los Estados Unidos. Debido a que es un plato con ingredientes simples, su origen no es completamente transparente. Sin embargo, se dice que Charles Ranhofer, chef del restaurante Delmonico de la Ciudad de Nueva York, lo creó en el siglo XIX para un cliente habitual que quería algo diferente para el almuerzo un día.
 Guatemala	**Los huevos benedictinos** tradicionalmente se componen de un muffin inglés cubierto con jamón, un huevo escalfado y salsa holandesa (hecha de yema de huevo y mantequilla).	**Y3** Es un plato de la provincia canadiense de habla francesa de Quebec. Se inventó a finales de la década de 1950 en Quebec, pero su origen exacto sigue siendo discutido. Una encuesta televisiva coloca a este plato en una lista de las mejores invenciones de Canadá, y muchos consideran que es el plato nacional de Canadá.

© 2019 Smithsonian Institution

 Jamaica, Tobago	**La poutine** está hecha de papas fritas cubiertas con cuajadas de queso fresco y salsa de cocción.	**P3** Es un plato del sur italiano. *Arancia* significa “naranja” en italiano, que es a lo que se parece este plato (arancini es el plural). Las primeras versiones de este plato fueron dulces, con queso ricota, azúcar y leche. La incorporación de tomates en el área cambió la receta y la transformó en el delicioso plato que es hoy.
 Canadá	Las **arancini** son grandes bolas de arroz del tamaño de una naranja. Una versión tradicional es perfectamente redonda y está rellena de una mezcla de salsa roja, carne, queso mozzarella y arvejas. Otra versión tradicional es *al burro*, que significa “con mantequilla”, la cual tiene forma de pera y está rellena con mozzarella, prosciutto (un tipo de jamón) y queso rallado.	**B3** Es un plato tradicional que se come en las islas caribeñas de Jamaica y Tobago. No había muchos bienes disponibles en la isla de Jamaica y el plato se creó con lo que había disponible en ese momento.

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	NOTA CULTURAL
 Perú	**La horchata de arroz** es una bebida de leche de arroz, con una variación habitual en México y Guatemala elaborada con arroz, canela y, a menudo, vainilla.	**B4** Es un popular postre brasileño horneado. El nombre de este plato proviene de las lenguas subsaharianas bantúes. La palabra significa “los gestos, la actitud o el humor de los adolescentes”.
 México, Guatemala, Puerto Rico, Ecuador España, Nigeria, Malí	El **quindim** está hecho de azúcar, yemas de huevo y coco rallado, y se hornea hasta formar una natilla redonda, intensamente amarilla y brillante.	**G4** Es un plato hawaiano clásico que se come en el desayuno, el almuerzo o la cena. El plato se creó después de la segunda Guerra Mundial en la ciudad de Hilo, Hawái. El plato se creó para servir a los adolescentes que pasaban el tiempo en una cafetería local y que querían algo que realmente los sacie a un precio asequible. A uno de los adolescentes, por quien se nombró el plato, lo apodaban “loco”.

© 2019 Smithsonian Institution

 Argentina, Chile, Uruguay, México, España, Portugal	El **dulce de membrillo** es una jalea gruesa hecha de membrillo, una fruta agria, amarilla, similar a una pera. Se suele comer en sándwiches o como un refrigerio con queso blando.	**P4** Hay muchas variaciones de esta bebida de arroz. Esta bebida de arroz tiene sus orígenes en África. En España y África, la bebida a veces se hace con chufas en lugar de almendras y, a menudo, se conoce como **horchata de chufa o kunnu aya**.
 Estados Unidos	Por lo general, el **lomo saltado** incluye tiras de solomillo (u otro filete de res), cebollas, tomates, papas fritas y una guarnición de arroz.	**Y4** Se consume comúnmente en países de habla hispana, incluidos Argentina, Chile, Uruguay, España y México. Una receta para este plato aparece en un libro de cocina romano, *Apicius*, por lo que muchos creen que existe desde finales del siglo IV o principios del siglo V.
 Brasil	**El loco moco** es arroz blanco pegajoso, un medallón de hamburguesa y un huevo frito, todos cubiertos con salsa de cocción.	**R4** Es un plato peruano tradicional. Este plato se originó como parte de una tradición chifa, que es una mezcla de la cultura china y peruana.

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	NOTA CULTURAL
 Egipto, Líbano, Jordania	**Los hertzoggies** son pequeñas tartas o galletas en forma de taza rellenas con mermelada de damasco y cubiertas con un merengue de coco horneado.	**R5** Es un plato de desayuno popular de Medio Oriente y África del Norte, que se suele comer en Túnez, Argelia, Marruecos, Libia, Israel, Yemen y muchos otros países. El nombre de este plato significa “todo mezclado”, que es exactamente lo que es. La receta se volvió tan popular porque solo se necesita una sartén para prepararla.
 Tanzania	El **shakshuka** consta de huevos escalfados en una salsa de tomate y verduras, y se suele comer con pan como el pan árabe.	**B5** Es un popular postre sudafricano nombrado así por el Primer Ministro J. B. M. Hertzog, quien era un gran fanático de la golosina. Originalmente, los creó el grupo étnico de los malayos del Cabo en Sudáfrica para mostrar su apoyo a Hertzog, después de que les prometió igualdad de derechos a la comunidad “de color”. Sin embargo, cuando no cumplió su promesa, los malayos del Cabo hicieron los postres con un glaseado beige poco favorecedor para avergonzarlo.
 Suecia, Finlandia, Noruega, Dinamarca, Islandia, Islas Feroe	El **qatayef** es un bollo de masa con forma de media luna frito que comúnmente se rellena con queso akawi, un queso blando en salmuera con un sabor salado muy suave. A veces se prepara con queso ricota endulzado y frutos secos, y se sirve con jarabe de azúcar caliente.	**G5** Es una popular comida callejera que se come en Tanzania. Por lo general, este plato se sirve con un tipo de ensalada. Debido a que se tarda toda la mañana en preparar las papas para la receta, normalmente no se come hasta más tarde en el día.

© 2019 Smithsonian Institution

 Sudáfrica	**El Chipsi mayai** implica cortar papas en rodajas y freírlas, y, luego, cocinarlas con huevos para formar un omelet francés.	**P5** Este es un plato que tradicionalmente se sirve durante las fiestas escandinavas, como Navidad y el solsticio de invierno. Antes de que el arroz se introdujera en la región, se lo preparaba con cebada o sémola.
 Túnez, Argelia, Marruecos, Libia, Israel, Yemen	**El risipuuro** es un plato cremoso hecho con arroz, leche entera, nuez moscada, canela, azúcar y sal. Se puede servir frío o caliente, con fruta, mantequilla o sal.	**Y5** Es un postre árabe que se come comúnmente en Egipto, Líbano, Jordania y otras partes del Medio Oriente. Tradicionalmente, se come durante el festival de un mes de Ramadán, que es celebrado por los musulmanes de todo el mundo. Durante Ramadán, los seguidores de islam no comen ni beben durante las horas de luz diurna, un tipo de ayuno.

© 2019 Smithsonian Institution

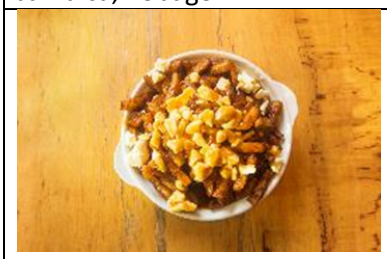
Exploración de ingredientes y recetas: Hoja de datos de correspondencia o clasificación de recetas

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	NOTA CULTURAL
 Malasia		
 Senegal		
 India		
 Japón		
 Grecia, Eslovenia, Croacia, Bosnia y Herzegovina, Montenegro, Serbia, Rumania, Kosovo, Albania, Macedonia, Bulgaria, Georgia, Armenia, Azerbaiyán, Turquía		

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	DATO CULTURAL
 Francia		
 Australia		
 España		
 Rusia, Ucrania, Polonia		
 Camboya		

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	DATO CULTURAL
 Italia		
 Estados Unidos		
 Guatemala		
 Jamaica, Tobago		
 Canadá		

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	DATO CULTURAL
 Perú		
 México, Guatemala, Puerto Rico, Ecuador, España, Nigeria, Malí		
 Argentina, Chile, Uruguay, México, España, Portugal		
 Estados Unidos		
 Brasil		

© 2019 Smithsonian Institution

FOTO DE COMIDA	DESCRIPCIÓN	DATO CULTURAL
 Egipto, Líbano, Jordania		
 Tanzania		
 Suecia, Finlandia, Noruega, Dinamarca, Islandia, Islas Feroe		
 Sudáfrica		
 Túnez, Argelia, Marruecos, Libia, Israel, Yemen		

© 2019 Smithsonian Institution

Resolución del libro de correspondencia o clasificación de recetas

Lácteos: Queso, **Fruta: Coco**, **Alimento proteico: Huevo**, **Verdura: Tomate**, **Grano: Arroz**

FOTO	DESCRIPCIÓN	NOTA CULTURAL
 Egipto, Líbano, Jordania	El **qatayef** es un bollo de masa con forma de media luna frito que comúnmente se rellena con queso akawi, un queso blando en salmuera con un sabor salado muy suave. A veces se prepara con queso ricota endulzado y frutos secos, y se sirve con jarabe de azúcar caliente.	Es un postre árabe que se come comúnmente en Egipto, Líbano, Jordania y otras partes del Medio Oriente. Tradicionalmente, se come durante el festival de un mes de Ramadán, que es celebrado por los musulmanes de todo el mundo. Durante Ramadán, los seguidores de islam no comen ni beben durante las horas de luz diurna, un tipo de ayuno.
 India	El **shahi paneer** consiste en cubos de paneer (un queso indio fresco y semifirme) en una salsa de tomate cremosa y condimentada. Por lo general, se come con arroz o pan sin levadura, como el naan o el roti.	Es un plato de la parte norte de la India. Lo comieron por primera vez los líderes del Imperio mogol, un imperio musulmán que llegó a la India desde la región de Persia en Medio Oriente. La palabra *shahi* significa "real" en Urdu, el idioma que usan comúnmente los gobernantes mogol. Usualmente, se sirve en *langar*s, que son grandes cocinas comunitarias vegetarianas en los templos sijes, donde se invita a personas de todas las religiones y todos los trasfondos a comer gratis.
 Rusia, Ucrania, Polonia	**Los blintzes de queso** constan de un crepé o panqueque delgado envuelto alrededor de un relleno de queso endulzado. Luego, se fríe con cuidado en mantequilla.	Es un plato tradicional de Europa Oriental que se come habitualmente en Rusia, Ucrania y Polonia. Este plato tradicionalmente se come durante las fiestas judías de Shavuot. En el judaísmo, el Shavuot conmemora el día en que Dios les dio la Torá, un texto religioso judío, a los judíos en el Monte Sinaí. Durante el Shavuot, es habitual que las familias judías coman productos lácteos como el queso.

© 2019 Smithsonian Institution

 Canadá	**La poutine** está hecha de papas fritas cubiertas con cuajadas de queso fresco y salsa de cocción.	Es un plato de la provincia canadiense de habla francesa de Quebec. Se inventó a finales de la década de 1950 en Quebec, pero su origen exacto sigue siendo discutido. Una encuesta televisiva coloca a este plato en una lista de las mejores invenciones de Canadá, y muchos consideran que es el plato nacional de Canadá.
 Argentina, Chile, Uruguay, México, España, Portugal	El **dulce de membrillo** es una jalea gruesa hecha de membrillo, una fruta agria, amarilla, similar a una pera. Se suele comer en sándwiches o como un refrigerio con queso blando.	Se consume comúnmente en países de habla hispana, incluidos Argentina, Chile, Uruguay, España y México. Una receta para este plato aparece en un libro de cocina romano, *Apicius*, por lo que muchos creen que existe desde finales del siglo IV o principios del siglo V.
 Sudáfrica	**Los hertzoggies** son pequeñas tartas o galletas en forma de taza rellenas con mermelada de damasco y cubiertas con un merengue de coco horneado.	Es un popular postre sudafricano nombrado así por el Primer Ministro J. B. M. Hertzog, quien era un gran fanático de la golosina. Originalmente, los creó el grupo étnico de los malayos del Cabo en Sudáfrica para mostrar su apoyo a Hertzog, después de que les prometió igualdad de derechos a la comunidad “de color”. Sin embargo, cuando no cumplió su promesa, los malayos del Cabo hicieron los postres con un glaseado beige poco favorecedor para avergonzarlo.
 Malasia	El **nasi lemak** consiste en arroz cocido al vapor en leche de coco con hojas de pandano aromáticas. Se sirve con muchos complementos, como huevos duros, anchoas fritas y salsa de chile sambal. Tradicionalmente, se sirve envuelto en una hoja de plátano.	Es un plato malayo tradicional que se suele comer en el desayuno. A menudo se lo considera como el plato nacional de Malasia. Su nombre proviene del malayo y significa “arroz con mucho sabor”.

© 2019 Smithsonian Institution

 Australia	Para hacer el **lamingto,** se sumerge una pieza cuadrada de bizcocho en chocolate derretido y se lo recubre con coco rallado.	Es un postre tradicional australiano. Aunque existe un debate, se dice que el chef francés de Lord Lamington lo preparó por accidente para alimentar a algunos huéspedes inesperados en la Old Government House. Se dice que el chef Gallard tenía una esposa tahitiana francesa, lo cual aparentemente fue lo que lo inspiró a agregarle coco al bizcocho.
 Jamaica, Tobago	El **rondón** es un estofado de pescado a base de leche de coco espesa, a menudo preparado con caballa, tomate y cebolla.	Es un plato tradicional que se come en las islas caribeñas de Jamaica y Tobago. No había muchos bienes disponibles en la isla de Jamaica y el plato se creó con lo que había disponible en ese momento.
 Brasil	El **quindim** está hecho de azúcar, yemas de huevo y coco rallado, y se hornea hasta formar una natilla redonda, intensamente amarilla y brillante.	Es un popular postre brasileño horneado. El nombre de este plato proviene de las lenguas subsaharianas bantúes. La palabra significa “los gestos, la actitud o el humor de los adolescentes”.
 Tanzania	**El Chipsi mayai** implica cortar papas en rodajas y freírlas, y, luego, cocinarlas con huevos para formar un omelet francés.	Es una popular comida callejera que se come en Tanzania. Por lo general, este plato se sirve con un tipo de ensalada. Debido a que se tarda toda la mañana en preparar las papas para la receta, normalmente no se come hasta más tarde en el día.

© 2019 Smithsonian Institution

 Japón	El **tamgoyaki** es un tipo de omelet creado con varias capas de huevos que se cocinan en una sartén rectangular para formar un panecillo grueso similar a una torta.	Es un plato de desayuno típico en Japón. Este plato es una guarnición típica que se encuentra en las cajas de bento. Aunque es un plato tradicional, la forma habitual de este plato en la actualidad no se hizo popular hasta fines del siglo XIX debido al precio del azúcar y el mirin, los cuales son necesarios para mantener el huevo blando.
 Francia	Para el **suflé**, se usan claras de huevo batidas y yemas de huevo para crear un plato esponjoso, inflado y similar a un pastel que puede ser dulce o salado.	Es un plato tradicional francés horneado. El nombre de este plato deriva de una forma del verbo francés *souffler,* que significa “soplar o inflar, respirar, insuflar”. El primer registro de este plato es de mediados del siglo XVIII. Se lo asocia con el chef francés Vincent La Chapelle, que cocinó para condes y príncipes.
 Estados Unidos	**Los huevos benedictinos** tradicionalmente se componen de un muffin inglés cubierto con jamón, un huevo escalfado y salsa holandesa (hecha de yema de huevo y mantequilla).	Es un plato de desayuno estadounidense que se popularizó por primera vez en la Ciudad de Nueva York en los Estados Unidos. Debido a que es un plato con ingredientes simples, su origen no es completamente transparente. Sin embargo, se dice que Charles Ranhofer, chef del restaurante Delmonico de la Ciudad de Nueva York, lo creó en el siglo XIX para un cliente habitual que quería algo diferente para el almuerzo un día.
 Estados Unidos	**El loco moco** es arroz blanco pegajoso, un medallón de hamburguesa y un huevo frito, todos cubiertos con salsa de cocción.	Es un plato hawaiano clásico que se come en el desayuno, el almuerzo o la cena. El plato se creó después de la segunda Guerra Mundial en la ciudad de Hilo, Hawái. El plato se creó para servir a los adolescentes que pasaban el tiempo en una cafetería local y que querían algo que realmente los sacie a un precio asequible. A uno de los adolescentes, por quien se nombró el plato, lo apodaban “loco”.

© 2019 Smithsonian Institution

 Túnez, Argelia, Marruecos, Libia, Israel, Yemen	El **shakshuka** consta de huevos escalfados en una salsa de tomate y verduras, y se suele comer con pan como el pan árabe.	Es un plato de desayuno popular de Medio Oriente y África del Norte, que se suele comer en Túnez, Argelia, Marruecos, Libia, Israel, Yemen y muchos otros países. El nombre de este plato significa “todo mezclado”, que es exactamente lo que es. La receta se volvió tan popular porque solo se necesita una sartén para prepararla.
 Grecia, Eslovenia, Croacia, Bosnia y Herzegovina, Montenegro, Serbia, Rumania, Kosovo, Albania, Macedonia, Bulgaria, Georgia, Armenia, Azerbaiyán, Turquía	Las **dolmas** suelen ser pequeñas piezas hechas de rellenos, como arroz, cebollas, carne y especias, que se envuelven en hojas o con los que se rellenan verduras, como tomates o cebollas. Las dolmas de carnes se suelen servir calientes. Las dolmas a base de arroz se suelen servir frías con una salsa de ajo y yogur.	Es un plato popular en el Mediterráneo, incluidos la península balcánica, Cáucaso Sur, Asia Central, la India y Medio Oriente. Este plato es una práctica culinaria principal en la República de Azerbaiyán. Si bien el origen de este plato no es claro, su existencia se ha rastreado hasta el siglo XVII.
 España	El **Pa amb tomàquet** está hecho de pan tostado, al cual se le frota tomate y se lo aliña con aceite de oliva.	Es un plato principal de la cocina catalana, que tiene su origen en la región de Cataluña en el este de España. Este plato se remonta al siglo XVI en España, pero no se volvió popular hasta el siglo XVIII. Se creó como una forma de ablandar el pan que se secaba demasiado.
 Guatemala	El **Kak'ik** es una sopa de pavo picante preparada con tomate, cilantro, chiles y una especia roja brillante llamada achiote.	Es un plato tradicional guatemalteco que se elaboró a partir de la cocina de la antigua civilización maya. El plato fue declarado como patrimonio cultural en el 2007 por el Ministerio de Cultura y Deportes de Guatemala. El pavo que se utiliza en este plato todavía se mata de una manera maya tradicional, lo que mantiene viva la cultura. El plato se sirve a menudo en las celebraciones.

© 2019 Smithsonian Institution

 Perú	Por lo general, el **lomo saltado** incluye tiras de solomillo (u otro filete de res), cebollas, tomates, papas fritas y una guarnición de arroz.	Es un plato peruano tradicional. Este plato se originó como parte de una tradición chifa, que es una mezcla de la cultura china y peruana.
 Senegal	**El thieboudienne** por lo general incluye pescado, arroz y salsa de tomate. También se suele preparar con cebollas, zanahorias, repollo (todos ingredientes habituales del país). En Senegal, tradicionalmente, el arroz es arroz partido.	Es un plato tradicional de Senegal. El pescado, a menudo conocido como *guedj,* es pecado salado y secado. La leyenda cuenta que una mujer en el siglo XIX, Penda Mbaye, creó el plato tal como se sirve hoy. La idea de moler tomates cherry le dio la fama de los palacios de San Luis.
 Camboya	El **num banh chok** está hecho con fideos de arroz y a menudo incluye verduras, hierbas como menta y albahaca y una salsa de pescado.	Es un desayuno o un refrigerio de la tarde camboyano. Se denomina así por los fideos de arroz que son parte del plato. Una leyenda cuenta que Thun Chey fue exiliado a China y tuvo que preparar este famoso plato para sobrevivir. Fue condenado a prisión y devuelto a Camboya después de ser grosero con el emperador. Aparentemente, Thun Chey le dio a los chinos la idea de preparar fideos, lo que sugiere que los fideos se inventaron en Camboya.
 Italia	Las **arancini** son grandes bolas de arroz del tamaño de una naranja. Una versión tradicional es perfectamente redonda y está rellena de una mezcla de salsa roja, carne, queso mozzarella y arvejas. Otra versión tradicional es *al burro*, que significa “con mantequilla”, la cual tiene forma de pera y está rellena con mozzarella, prosciutto (un tipo de jamón) y queso rallado.	Es un plato del sur italiano. *Arancia* significa “naranja” en italiano, que es a lo que se parece este plato (arancini es el plural). Las primeras versiones de este plato fueron dulces, con queso ricota, azúcar y leche. La incorporación de tomates en el área cambió la receta y la transformó en el delicioso plato que es hoy.

© 2019 Smithsonian Institution

 México, Guatemala, Puerto Rico, Ecuador, España, Nigeria, Malí	**La horchata de arroz** es una bebida de leche de arroz, con una variación habitual en México y Guatemala elaborada con arroz, canela y, a menudo, vainilla.	Hay muchas variaciones de esta bebida de arroz. Esta bebida de arroz tiene sus orígenes en África. En España y África, la bebida a veces se hace con chufas en lugar de almendras y, a menudo, se conoce como **horchata de chufa o kunnu aya**.
 Suecia, Finlandia, Noruega, Dinamarca, Islandia, Islas Feroe	**El risipuuro** es un plato cremoso hecho con arroz, leche entera, nuez moscada, canela, azúcar y sal. Se puede servir frío o caliente, con fruta, mantequilla o sal.	Este es un plato que tradicionalmente se sirve durante las fiestas escandinavas, como Navidad y el solsticio de invierno. Antes de que el arroz se introdujera en la región, se lo preparaba con cebada o sémola.

© 2019 Smithsonian Institution

5-2 Elección de tu plato

En la tarea 5-1, aprendiste sobre una variedad de platos de todo el mundo y de tu comunidad. Todos los días, las personas en diferentes lugares toman decisiones sobre lo que ponen en sus platos. En la parte 3, el equipo también aprendió sobre las diferentes recomendaciones y grupos alimentarios que pueden poner en su plato para satisfacer los requisitos nutricionales diarios. Es útil comenzar a pensar en todas estas cosas a medida que accedes, cocinas y preparas tus comidas durante el día en tu hogar o comunidad.

Objetivo



En esta tarea, el equipo jugará el juego Pick Your Plate!. En este juego, viajarás virtualmente a diferentes países para crear tres comidas que requieren que pienses en cómo preparar comidas diarias en diferentes países y con diversos presupuestos.

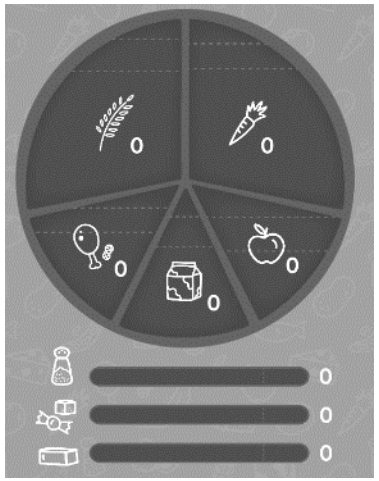
En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

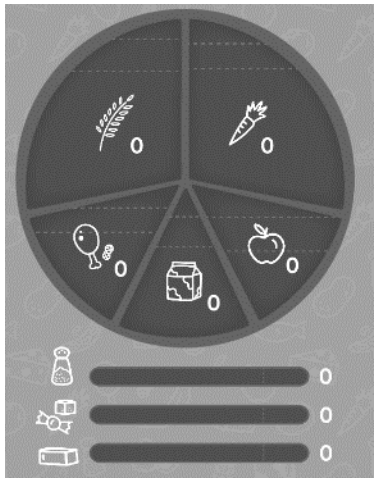
- ¿Cómo se comparan los ingredientes y las recetas locales y mundiales para satisfacer las necesidades dietéticas?
- ¿Cuáles son los alimentos y las dietas diferentes que las personas comen para satisfacer sus necesidades diarias?
- ¿Cuáles son las diferentes pautas nutricionales y cómo se usan a nivel local y mundial?

1. Ve a la carpeta de la tarea 5-2 y toma la tabla de datos de Pick Your Plate!.
2. Accede al juego Pick Your Plate! en https://ssec.si.edu/pick-your-plate.
3. La tabla de datos tiene dos pruebas para cada país en el juego. Utiliza la tabla de datos durante el juego a fin de recopilar los resultados de la primera prueba para cada país en el juego.
4. Después de que todos los equipos hayan completado la primera prueba de cada país, deténganse para un análisis y un estudio.
   - Según los datos que recopilaron durante la primera prueba, ¿qué cambios harían en la segunda prueba a fin de ganar una medalla más alta en el juego?
5. Jueguen la segunda prueba de cada país. Comparen y contrasten los resultados entre los equipos.
6. Analicen cómo puede ser útil el juego Pick Your Plate! cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

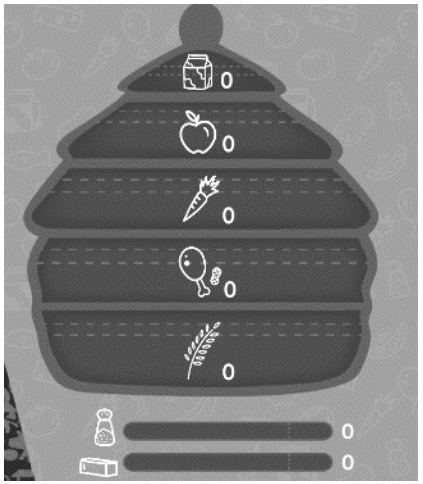
© 2019 Smithsonian Institution

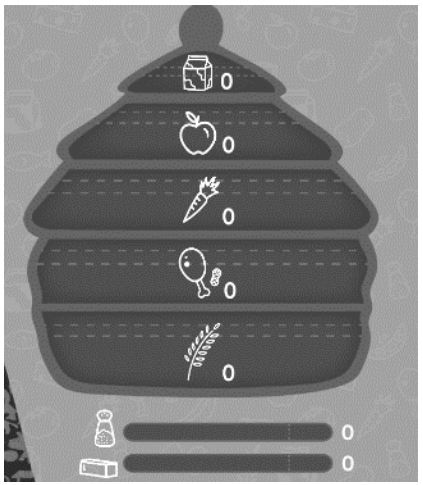
Tarea 5-2. Pick Your Plate! Tabla de datos

PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Uno	**Australia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

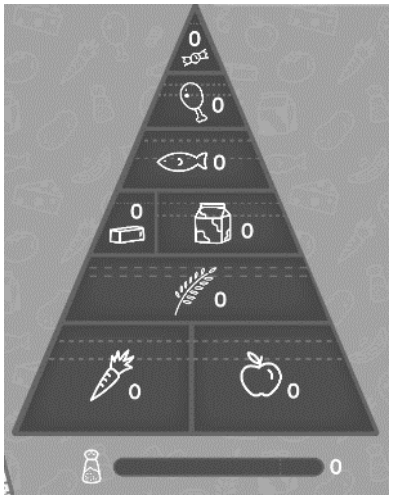
PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Dos	**Australia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

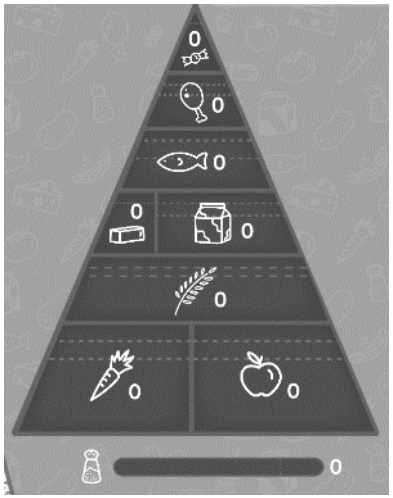
© 2019 Smithsonian Institution

PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Uno	**Benín**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

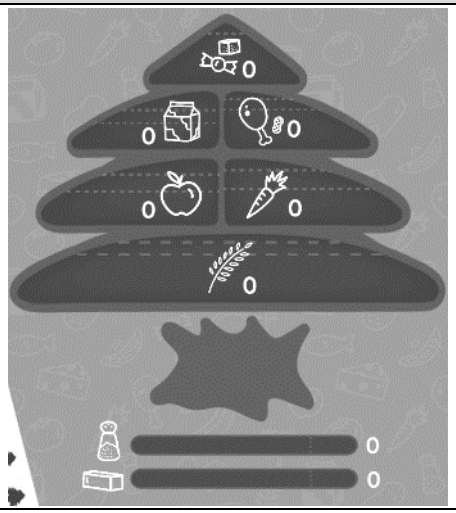
PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Dos	**Benín**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

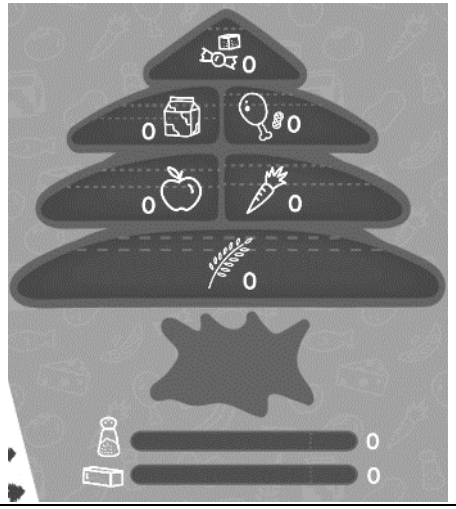
© 2019 Smithsonian Institution

PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Uno	**Finlandia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

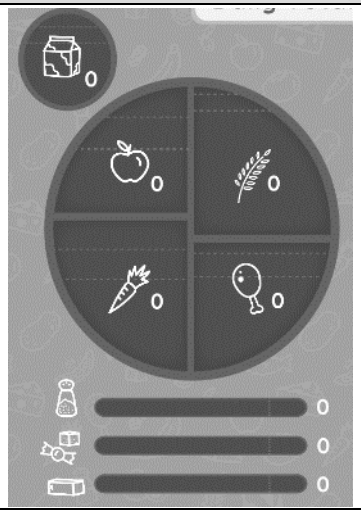
PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Dos	**Finlandia**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

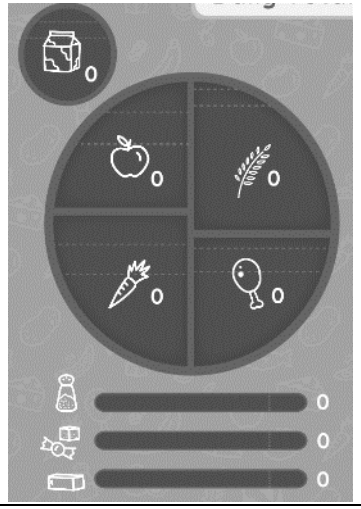
© 2019 Smithsonian Institution

PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Uno	Líbano	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Dos	Líbano	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

© 2019 Smithsonian Institution

PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Uno	**Estados Unidos de América**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

PRUEBA	PAÍS	COMIDAS	PRECIO TOTAL DE LA COMIDA	TOTALES DIARIOS (COMPLETAR)	MEDALLA
Uno	**Estados Unidos de América**	Mañana			
		Mediodía			
		Noche			

© 2019 Smithsonian Institution

5-3 Análisis de los datos de métodos y herramientas de cocina

En la tarea 5-1 y la tarea 5-2, el equipo aprendió acerca de las diferentes recetas y platos que las personas comen en todo el mundo y en su comunidad para satisfacer sus necesidades nutricionales. Para cocinar muchos de estos platos, se necesita una variedad de herramientas y técnicas. Comprender las diferentes herramientas y técnicas de cocina de todo el mundo podría ayudar al equipo a pensar en cómo preparar platos en su comunidad de formas nuevas o diferentes.

Objetivo



En esta tarea, el equipo analizará diferentes herramientas y métodos de cocina. El equipo hará esto para los diferentes tipos de energía que se utilizan en la cocina, diferentes herramientas para suministrar esa energía, diferentes utensilios de cocina y diferentes utensilios para la alimentación. En esta tarea, el equipo se enfocará en la siguiente pregunta del mapa de preguntas:

- **¿Cuáles son las diferentes herramientas y técnicas de cocina locales y globales?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 5-3 y toma la tabla de datos de Análisis de herramientas y métodos de cocina y el organizador de recetas. Se debe agregar el organizador de recetas de esta tarea al organizador de recetas que completaste en la tarea 5-1.



2. Como equipo, observen cada una de las fotos de la tabla de datos de Análisis de herramientas y métodos de cocina. Completen la columna Explícalo para cada caso.
3. Como equipo, compartan diferentes características o aspectos de cada alimento, qué podría ser, cómo se podría utilizar en la cocina o en la alimentación, y para qué otras cosas se podrían utilizar.
4. Completa el organizador de recetas para los platos que seleccionaste en la tarea 5-1. Incluye información sobre el tipo de energía utilizada, las herramientas de cocina, las instrucciones para usar las herramientas y los utensilios que se utilizan comúnmente para comer el plato.
5. Analiza cómo la información sobre las herramientas y los métodos utilizados para cocinar platos locales podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 5-3. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 5-4!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-3. Análisis de utensilios y métodos de cocina: Organizador de recetas

Completa este organizador de recetas para los mismos platos que el equipo recolectó en el organizador de recetas de la tarea 5-1.

Nombre del plato:

¿Qué tipo de fuente de energía necesitarías para preparar su plato? ¿Requerirá calor o frío?

Indica qué equipos de cocina necesitarás para preparar el plato. ¿Algún utensilio, olla o sartén especial?

© 2019 Smithsonian Institution

Escriba las instrucciones de preparación del plato. ¿Necesitas un horno especial o prepararlo de una manera específica?

¿Qué cubiertos suelen usar las personas de tu comunidad para comer este plato?

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-3. Análisis de la tabla de datos de utensilios y métodos de cocina

Tipo de energía utilizada en la cocción	Explícalo
	**Identifícalo.** Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes: **Explícalo.** ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí? **Da motivos.** ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios? **Genera alternativas.** ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



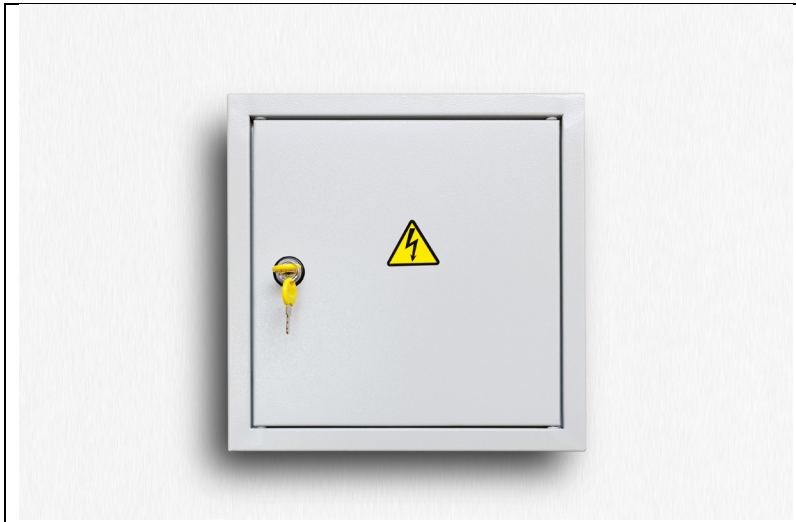
Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution

Herramientas para usar energía	Explícalo
	**Identifícalo.** Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes: **Explícalo.** ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí? **Da motivos.** ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios? **Genera alternativas.** ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution

Utensilio de cocina	Explícalo
	**Identifícalo.** Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes: **Explícalo.** ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí? **Da motivos.** ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios? **Genera alternativas.** ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution

Cubierto	Explícalo
	**Identifícalo.** Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes: **Explícalo.** ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí? **Da motivos.** ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios? **Genera alternativas.** ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution

	Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes: **Explícalo.** ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí? **Da motivos.** ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios? **Genera alternativas.** ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution



Identifícalo. Nombra una característica o un aspecto del objeto que observes:

Explícalo. ¿Qué podría ser? ¿Qué labor o función podría cumplir? ¿Por qué estaría ahí?

Da motivos. ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

Genera alternativas. ¿Qué otra opción podría ser? ¿Qué te hace pensar eso? ¿Cuáles son los indicios?

© 2019 Smithsonian Institution

5-4

Exploración de técnicas de conservación

A lo largo de su investigación, el equipo ha aprendido sobre muchas recetas y platos diferentes que las personas comen en todo el mundo y en su comunidad para satisfacer sus necesidades nutricionales. Muchos de estos platos requieren alimentos frescos que solo se pueden almacenar y comer durante un corto período antes de que se estropeen. A lo largo de la historia, los seres humanos han desarrollado muchas técnicas diferentes en todo el mundo para conservar la comida más tiempo. Es posible que hayas oído hablar de encurtir, enlatar, secar, o hacer mermeladas o gelatinas. Todas estas son técnicas de cocina que pueden conservar los alimentos durante más tiempo. Las técnicas de cocina que conservan alimentos durante períodos prolongados pueden ayudar a mantener una dieta saludable cuando no haya alimentos frescos disponibles en tu comunidad. La conservación de los alimentos también puede reducir la posibilidad de que los alimentos frescos se estropeen antes de que puedas comerlos, lo que reduce el desperdicio de alimentos. Aprender y utilizar diversas técnicas de conservación podría ayudar al equipo a pensar en las acciones que se pueden realizar a fin de abordar los problemas de alimentos locales en su comunidad.

Objetivo



En esta tarea, el equipo aprenderá y probará una variedad de técnicas de conservación de alimentos. Luego, el equipo recopilará las recetas y técnicas que se utilizan en su comunidad para conservar los alimentos. En esta tarea, el equipo se enfocará en la siguiente pregunta del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son las diferentes técnicas de conservación de alimentos locales y globales?

1. Accede a los métodos Pit Up! en https://nchfp.uga.edu/putitup.html
2. Selecciona uno o más de los métodos de conservación de alimentos del paso 4 y pruébalo.
3. Ve a la carpeta de la tarea 5-4 y toma el organizador de recetas de conservación.
4. Utiliza los recursos o las personas y los socios de tu comunidad e identifica una receta local que las personas utilizan para conservar los alimentos durante períodos más prolongados.
5. Completa el organizador de recetas de preservación sobre la técnica.
6. Incluye información sobre cualquier herramienta especial, instrucciones para utilizar las herramientas, los ingredientes y las instrucciones para conservar alimentos.
7. Analiza cómo la información acerca de las técnicas de conservación de alimentos podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-4. Exploración de las técnicas de conservación: Organizador de recetas

Completa este organizador de recetas sobre los alimentos conservados que se consumen en tu comunidad, o sobre una receta de otro lugar que te gustaría probar y preparar.

Nombre del plato:

Lista de ingredientes

Menciona los utensilios de cocina que necesitarás para preparar el plato. ¿Algún utensilio, olla, sartén, etc. especial?

© 2019 Smithsonian Institution

Escriba las instrucciones de preparación del plato.

¿Hay algún otro alimento con el que recomendaría comer este plato cuando esté listo?

© 2019 Smithsonian Institution

5-5 Recopilación de historias orales de cocina y conservación

En las tareas 2-5, 3-6 y 4-6, el equipo recopiló historias orales sobre las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de su comunidad. Es útil documentar y recopilar datos desde una variedad de perspectivas a fin de conocer estos tipos de conexiones en la comunidad. Esto será particularmente útil cuando desarrolles tu plan de acción y comunicación de la comunidad en la parte 7.

Objetivo



En esta tarea, el equipo seguirá entrevistando a personas de la comunidad para recopilar historias orales sobre la cocina y la conservación de alimentos. Recuerda que la historia oral se refiere tanto al método de documentar un testimonio oral como al producto de ese proceso. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?
- ¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?

1. Ve a la carpeta de la tarea 5-5 y toma la lista de preguntas de entrevista, consejos de entrevista y consejos de seguridad para utilizar cuando se hagan entrevistas en la comunidad.



Antes de la entrevista

1. Lee la lista de preguntas de la entrevista.
2. Haz una lista de personas que podrías entrevistar en tu comunidad. Piensa en entrevistar a las mismas personas de las tareas 2-5, 3-6 y 4-6 o a las personas que recopilaste los registros alimentarios en la tarea 3-2. Considera lo siguiente:
   - Familia
   - Amigos
   - Vecinos
3. Identifica dispositivos que el equipo podría utilizar para grabar audios o videos en las entrevistas.
4. Practica la entrevista con otros miembros del equipo, toma notas y utiliza el equipo de grabación de audio o video (si está disponible).
5. Lee los consejos para el momento previo a la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.

© 2019 Smithsonian Institution

5-5

Entrevista

1. Lee los consejos para la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.
2. Programa y realiza las entrevistas.

Luego de la entrevista

1. Recopila todas las notas y las grabaciones de audio o video de las entrevistas.
2. Analiza las notas y las grabaciones.
    - Describe lo que observaste en las entrevistas.
    - ¿Cuáles son algunas historias o información interesantes que surgieron en las respuestas?
    - Identifica los alimentos o las historias con los que no estabas familiarizado.
    - Identifica los alimentos o las historias con los que sí estabas familiarizado.
    - ¿Para qué preguntas la mayoría de las personas de la comunidad tuvieron respuestas similares?
    - ¿Para qué preguntas las personas de la comunidad tuvieron diferentes respuestas?
3. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, las historias y los alimentos de una comunidad?**
4. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**



Consejo de investigación

Utiliza los consejos de seguridad en el campo que se encuentran en los documentos de seguridad del laboratorio de aprendizaje antes de ir a la comunidad para realizar encuestas o entrevistar a personas. Sé respetuoso, nunca salgas solo y siempre mantente atento a tu entorno.

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-5. Recopilación de historias orales de cocina y conservación

Preguntas de la entrevista

1. ¿Qué tipos de alimentos o comidas cocinabas cuando eras niño?
2. ¿Sigues cocinando los mismos alimentos que comías de niño? ¿Qué ha cambiado con el tiempo sobre los alimentos que cocinas? ¿Qué causó esos cambios?
3. ¿Quién cocina habitualmente los alimentos en tu hogar? ¿Por qué suele cocinar esa persona?
4. ¿Dónde y cómo aprendiste a cocinar?
5. ¿Utilizas algún método de conservación de alimentos, como el encurtido o el secado, en tu hogar? ¿Siempre has utilizado estos métodos o han cambiado con el tiempo?

Antes de la entrevista

Practica entrevistar, tomar notas y utilizar equipos de audio y video (si están disponibles).

Consejos para tener en cuenta:

- La entrevista debe sentirse como una conversación. Está bien pasar de una pregunta a otra o hacerlas de manera diferente para ayudar a la persona a entender mejor la pregunta.
- A veces, la mejor pregunta es: "¿Puede decirme más?".
- Si tu entrevistado hizo una pausa, dale tiempo para reunir sus pensamientos en lugar de apresurarse con la siguiente pregunta. Podrían estar a punto de decir algo interesante.
- Si utilizas equipos para grabar las entrevistas, realiza entrevistas de prueba para asegurarte de que el equipo funcione correctamente. Cuando se reproduce el audio o el video, ¿es claro y fácil de escuchar/ver?
- Si vas a escribir las respuestas, practica tomar notas mientras alguien habla. Considera realizar las entrevistas en grupos para que más de una persona pueda ayudar a escribir las respuestas. Después de la entrevista, los compañeros de equipo pueden comparar sus notas para mantener la precisión y la coherencia.

Entrevista

Consejos para tener en cuenta:

- Si es posible, encuentra un espacio tranquilo y cómodo sin ruidos externos. Esto es especialmente importante si estás grabando estas entrevistas.
- Si vas a utilizar un equipo de grabación de audio o video, prueba todo el equipo antes de la entrevista.
- Asegúrate de tener lápiz y papel para tomar notas.
- Preséntate y explícale al entrevistado la investigación que estás llevando a cabo y el propósito de la entrevista. Explícale que tu equipo está interesado en aprender más acerca de las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de la comunidad local.
- Al final de la entrevista, agradece al entrevistado por participar.

© 2019 Smithsonian Institution

Análisis posterior a la entrevista

1. Recopila todas las notas y grabaciones de las entrevistas del equipo.
2. Lee las notas o escucha/mira las grabaciones de las entrevistas.
    - Describe lo que observas.
    - ¿Qué fue lo que primero observaste como interesante en sus respuestas?
    - Identifica lo que no te resulta familiar.
    - Identifica lo que sí te resulta familiar.
    - Identifica las respuestas que sean útiles para la pregunta: *¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?*
    - Analiza cómo las respuestas de estas entrevistas de historia oral podrían ser útiles cuando pienses en la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*



© 2019 Smithsonian Institution

5-6 Análisis de los datos de la encuesta sobre cocina y conservación

En las tareas 1-3, 2-2, 3-7, y 4-7, el equipo recopiló datos de la encuesta del equipo y de la comunidad sobre lo que las personas piensan sobre los alimentos y la nutrición.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se enfocará en analizar los resultados de la parte 5 de la encuesta. Este análisis ayudará al equipo a comprender de mejor manera las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?
- ¿Cuáles son las maneras efectivas de compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?

1. Ve a la carpeta de la tarea 5-6 y toma las instrucciones y preguntas sobre el análisis de la encuesta.
2. Reúne todas las encuestas completadas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2.
3. En esta tarea, el equipo solo le echará un vistazo a la parte 5 de la encuesta: Cocina y conservación.
4. Como equipo, determinen cómo compilar las respuestas de la parte 5 de todas las encuestas recopiladas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2. Es recomendable analizar los datos recopilados de todas las encuestas. Desarrolla tu propio método para recopilar los datos de la parte 5 o utiliza uno de los métodos de las instrucciones.
5. Crea algunos gráficos sobre estos datos compilados. ¡Sé creativo!
6. Utiliza los gráficos y los datos compilados para responder estas preguntas:
   - ¿Qué patrones interesantes ves en los datos emanados de las preguntas de la encuesta en la parte 5?
   - En qué preguntas estuvo de acuerdo la mayoría de las personas?
   - ¿Para qué preguntas las personas tuvieron respuestas diferentes?

Consejo de investigación

Como puedes haber notado, la encuesta se divide en las mismas partes que esta guía de investigación. Analiza solo los resultados de la parte de la encuesta que corresponda a la parte de la guía con la que estás trabajando para que el análisis sea más manejable.

© 2019 Smithsonian Institution

5-6

7. Analiza cómo esta evidencia de la encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de los alimentos y la nutrición?**
8. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son las maneras efectivas de compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**
9. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**
10. Selecciona dos o tres preguntas de estas preguntas de encuesta, escribe una afirmación y proporciona la evidencia de respaldo de la afirmación en función de la pregunta y la evidencia de los datos recopilados.
    Por ejemplo:
    - Encurtir es una técnica de conservación común en nuestra comunidad.
    - Muchas personas de nuestra comunidad no se sienten cómodas con las herramientas y las técnicas para cocinar alimentos.
11. ¿Qué evidencia respalda tus afirmaciones? Como equipo, compartan algunas afirmaciones que hayan creado y la evidencia que respalda cada afirmación con estos datos.

¡Qué bien! Completaste la tarea 5-6. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 5-7!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-6. Análisis de los datos de la encuesta sobre cocina y conservación

Opciones para compilar los datos de la encuesta

En primer lugar, debes recopilar las respuestas de las encuestas comunitarias de todas las preguntas de la Parte 5: Cocina y conservación. El equipo buscará las otras partes de la encuesta en las tareas posteriores.

Estas son algunas opciones para compilar las respuestas de las preguntas de la encuesta. Pero, como siempre, si prefieres utilizar otro método, ¡hazlo!

Opción 1

Entrega una encuesta en blanco a cada persona.

Lee cada pregunta; los miembros del equipo pueden levantar la mano para votar por la respuesta que prefieren. Algunos miembros del equipo pueden contar los votos y otros pueden anotar los totales del equipo.

Opción 2

Escribe las preguntas en una pizarra, papel o computadora donde se puedan compilar los conteos. Cuenta las respuestas y comparte los resultados.

Opción 3

Si realizaste la encuesta de forma digital o en línea, deberías poder ver y exportar los resultados de cada pregunta.

Opción 4

Crea tu propia manera de compilar los datos de la encuestas.

Realizar gráficos con los datos de las encuestas

¿Cómo podrías graficar partes de los resultados de esta encuesta?

¿Qué preguntas podrías graficar?

Si tienes los recursos, elige algunas preguntas para hacer un gráfico que consideres que sería útil.

¿Cómo serían útiles estos gráficos para respaldar afirmaciones con evidencia?

© 2019 Smithsonian Institution

Encuesta de alimentos de la comunidad: datos compilados

Utiliza esta encuesta en blanco para compilar los datos.

Parte 5. Cocina y conservación

¿Con qué frecuencia cocinas tus propias comidas solo en casa o con tu familia?			
1. De 0 a 2 veces a la semana	2. De 3 a 5 veces a la semana	3. De 6 a 8 veces a la semana	4. Más de 8 veces a la semana

¿Qué tan cómodo te sientes con las herramientas (cuchillos, sartenes) y las técnicas (cocinando sobre fuego) para cocinar alimentos?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Un poco cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. Extremadamente incómodo

¿Qué tan cómodo te sientes siguiendo recetas?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué tan cómodo te sientes con el acceso a la información sobre los ingredientes de cocina que no has usado ni consumido antes?					
1. Extremadamente cómodo	2. Muy cómodo	3. Cómodo	4. Un poco incómodo	5. Muy incómodo	6. No estoy seguro

¿Qué técnicas de conservación de alimentos conoces o has usado? (Marca todas las opciones que correspondan)			
1. Mermelada	2. Secado	3. Embotellado	4. Estofado
5. Fermentación	6. Encurtidos	Otro (especifica)	7. No estoy seguro

© 2019 Smithsonian Institution

5-7

Creación de informes sobre cocina y preservación

Esta es la última tarea de la parte 5: Cocina y conservación.

Objetivo



En esta tarea, el equipo hará un informe de la parte 5: Cocina y conservación. Es bueno hacerlo antes de pasar a la siguiente parte. El objetivo es pensar y analizar sobre la información útil que se recopiló durante esa parte antes de continuar.

Recuerda las normas del equipo.

- Reconocer los beneficios de escuchar un rango de perspectivas y puntos de vista diferentes.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las propias.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para hacer cambios positivos.

Recuerda utilizar los puntos de partida de conversación importantes según sea necesario durante este análisis.

- Estoy de acuerdo con_____porque . . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- Me gustaría volver a lo que dijo _____ sobre . . .
- Me gustaría agregar . . .
- Me di cuenta de que . . .
- Otro ejemplo es . . .

Recuerda utilizar las siguientes oraciones cuando estés haciendo una afirmación a partir de la evidencia.

- Creo que esta afirmación se respalda mejor porque . . .
- No creo que esta afirmación se respalde mejor porque . . .
- Creo que esta parte de la evidencia respalda esta afirmación porque . . .
- No creo que esta parte de la evidencia respalde esta afirmación porque . . .

© 2019 Smithsonian Institution

5-7

1. Ve a la carpeta de la tarea 5-7 y toma las instrucciones Creación de informes sobre cocina y conservación.
2. Sigue las instrucciones en la carpeta de la tarea para completar las seis secciones del informe.
    - Análisis del mapa del sitio de investigación
    - Socios de la comunidad
    - Perspectivas
    - Identidad
    - Análisis del mapa de preguntas
    - Pregunta del problema

¡Qué bien! Completaste la tarea 5-7 y la parte 5. Márcala en la lista de tareas.

¡Felicitaciones! Has completado la **parte 5** de tu investigación. Date una palmadita en la espalda.

Continúa con la parte 6: Seguridad alimentaria.

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 5-7. Creación de informes sobre datos de cocina y conservación

Análisis del mapa del sitio de investigación

1. Observa el mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1.
2. Revisa todos los datos y la evidencia que has recopilado hasta el momento en la parte 5.
3. ¿Hay algún dato que el equipo haya recopilado durante la parte 5 que se pueda agregar a este mapa? ¿Ubicaciones de posibles socios de la comunidad? ¿Ubicaciones de entrevistas de testimonios orales? Agrega estos datos al mapa y ¡con leyendas!
4. Analiza el mapa. ¿Se deben cambiar los límites del mapa para incluir información nueva recopilada en la parte 5? Ajusta según sea necesario.
5. Analiza el mapa. ¿El mapa proporciona información nueva que podría ser útil para futuras investigaciones?

Socios de la comunidad

1. Como equipo, revisen la lista de socios de la comunidad que crearon en la Tarea 2-6.
2. Como equipo, identifiquen a los socios de la comunidad con los que podrían comunicarse en este momento. ¿Qué socios podrían ayudarlos a obtener más información sobre las diferentes partes de su mapa de preguntas?
    - Diseñen un plan, como equipo, para contactar y comunicarse con estos socios.
    - Creen una lista de preguntas que les gustaría hacer a los socios.
    - Comuníquense con cada socio por correo electrónico, por teléfono o por escrito para hacerles las preguntas.
    - Si tu equipo decide que es apropiado, invita al socio a reunirse con el equipo. Utiliza tu lista de preguntas para guiar la conversación y la recopilación de datos.

Perspectivas

1. Utiliza la configuración de la gama de respuestas de la tarea 1-8 (puedes usar tanto COMIDA A o COMIDA B aquí) para analizar cada una de las siguientes declaraciones de perspectivas.
2. Realiza esta actividad de manera individual o en grupos pequeños. Si están trabajando en grupos pequeños, cada grupo envía un representante a la gama de respuestas.
3. Recuerda: para cada afirmación, primero enúnciala, y luego da tiempo para que cada miembro del equipo o grupo piense en su posición respecto a esa afirmación.

- Recuerda que la gama de respuestas va de un extremo al otro, desde “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”. Y está la opción “no estoy seguro”, en el medio.
- Explica que la ubicación relativa también es importante; es decir, estar más cerca de “totalmente de acuerdo” o de “totalmente en desacuerdo” significa que estás muy convencido respecto a esta afirmación. Si solo estás ligeramente de acuerdo o en desacuerdo, entonces ubicarse más cerca del medio es una forma física de establecer qué es lo que piensas y cómo te sientes respecto al problema.

© 2019 Smithsonian Institution

Social: las escuelas deben enseñar a todas las personas de una comunidad cómo cocinar y conservar la comida.

Medioambiental: el gobierno debe regular las técnicas de cocina que tienen un alto impacto en el medioambiente.

Pasa a un análisis con todo el equipo. Recuerda: los miembros del equipo deben respaldar sus opiniones con información y los otros miembros del equipo deben escuchar cuidadosamente a los demás.

- ¿Pueden cada uno de los miembros del equipo explicar al resto los motivos de la elección de su respuesta?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?
- ¿Qué te llevó a cambiar de opinión?
- Pida a los miembros del equipo que hayan usado respuestas de los extremos de la gama de respuestas que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y las razones más fuertes que escucharon del lado *opuesto*.

Identidad

- Observa tu mapa de identidad individual y el del equipo de la tarea 1-1 y la tarea 1-5. ¿Qué aspectos de tu identidad o de la de tu equipo podrían influir en tus opiniones sobre la gama de respuestas en perspectiva?
- ¿Cómo estas partes de tu identidad podrían influir en tus decisiones?
- ¿Alguna parte de tu mapa de identidad cambió?

Análisis del mapa de preguntas

1. Observa el mapa de preguntas de tu equipo de la tarea 1-10. ¿Qué preguntas de tu mapa se abordaron en la parte 5: Cocina y conservación?
2. ¿Qué evidencia recolectaste durante la parte 5 que podría ser útil para responder cualquier pregunta en el mapa de preguntas?
3. ¿Cómo podría esta evidencia o información ser útil para ayudar a desarrollar un plan de acción para abordar la pregunta sobre el problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*
4. Tómate un tiempo para reorganizar, actualizar, modificar, eliminar o agregar preguntas al mapa de preguntas en este momento.

Pregunta del problema

¿Hay algo que hayas aprendido en la parte 5 que sería útil si se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

© 2019 Smithsonian Institution

Notas:

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

PARTE 6: LISTA DE TAREAS DE SEGURIDAD ALIMENTARIA

Esta es la lista de tareas para la parte 6: Seguridad alimentaria

Márcalos a medida que los completas.

TAREAS

- [ ] 6-1 Análisis de datos de seguridad alimentaria
- [ ] 6-2 Ubicación en el mapa de conexiones de alimentos
- [ ] 6-3 Exploración de historias de seguridad alimentaria
- [ ] 6-4 Examinación de publicidad y seguridad alimentaria
- [ ] 6-5 Recolección de historias orales de seguridad alimentaria
- [ ] 6-6 Análisis de los datos de la encuesta de seguridad alimentaria
- [ ] 6-7 Creación de informe de seguridad alimentaria

En esta parte, tu equipo se enfocará en explorar una diversidad de problemas de seguridad relacionados con los alimentos y la nutrición en tu comunidad. La investigación se centrará en los desequilibrios relacionados con la nutrición, la salud y los problemas médicos, los efectos ambientales sobre el acceso a los alimentos, los desequilibrios de la población y la urbanización, y las conexiones de alimentos locales y globales que pueden ser importantes para definir el problema de seguridad de los alimentos de manera local.









© 2019 Smithsonian Institution

6-1

Análisis de datos de seguridad alimentaria

Bienvenido a la parte 6: Seguridad alimentaria y tarea 6-1. En la parte 5, el equipo aprendió más acerca de cómo se cocinan y conservan los alimentos para satisfacer las necesidades nutricionales. Contar con acceso regular a alimentos saludables para cocinar y preservar es una cosa que se debe tener en cuenta cuando se piensa en la seguridad alimentaria. En un nivel muy básico, la seguridad alimentaria significa tener suficiente alimento a fin de comer de manera regular, no solo para hoy o mañana, sino también el próximo mes y el próximo año. Comprender las dimensiones de la seguridad alimentaria en tu comunidad y en las comunidades de todo el mundo es un paso importante a medida que el equipo comienza a desarrollar su plan de acción en la parte 7.

Objetivo



En esta tarea, el equipo analizará algunos datos globales sobre las diferentes dimensiones de la seguridad alimentaria. El equipo puede utilizar estos datos, además de los datos recopilados en otras partes, para comenzar a analizar la seguridad alimentaria de su comunidad.

En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- **¿Qué efectos tienen los cambios en la población y la urbanización en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?**
- **¿Qué efectos tienen los cambios en las dinámicas económica y social en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 6-1 y toma las preguntas de la Guía de análisis de datos de seguridad alimentaria.
2. Utiliza la información y las preguntas de la carpeta de la tarea para guiar el análisis de los datos.
3. Analiza cómo estos datos y análisis podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta: ¿Qué efectos tienen los cambios en la población y la urbanización en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?
4. Analiza cómo estos datos y análisis podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta: ¿Qué efectos tienen los cambios en las dinámicas económica y social en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?
5. Analiza cómo estos datos y análisis podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta sobre el problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-1. Análisis de datos de seguridad alimentaria

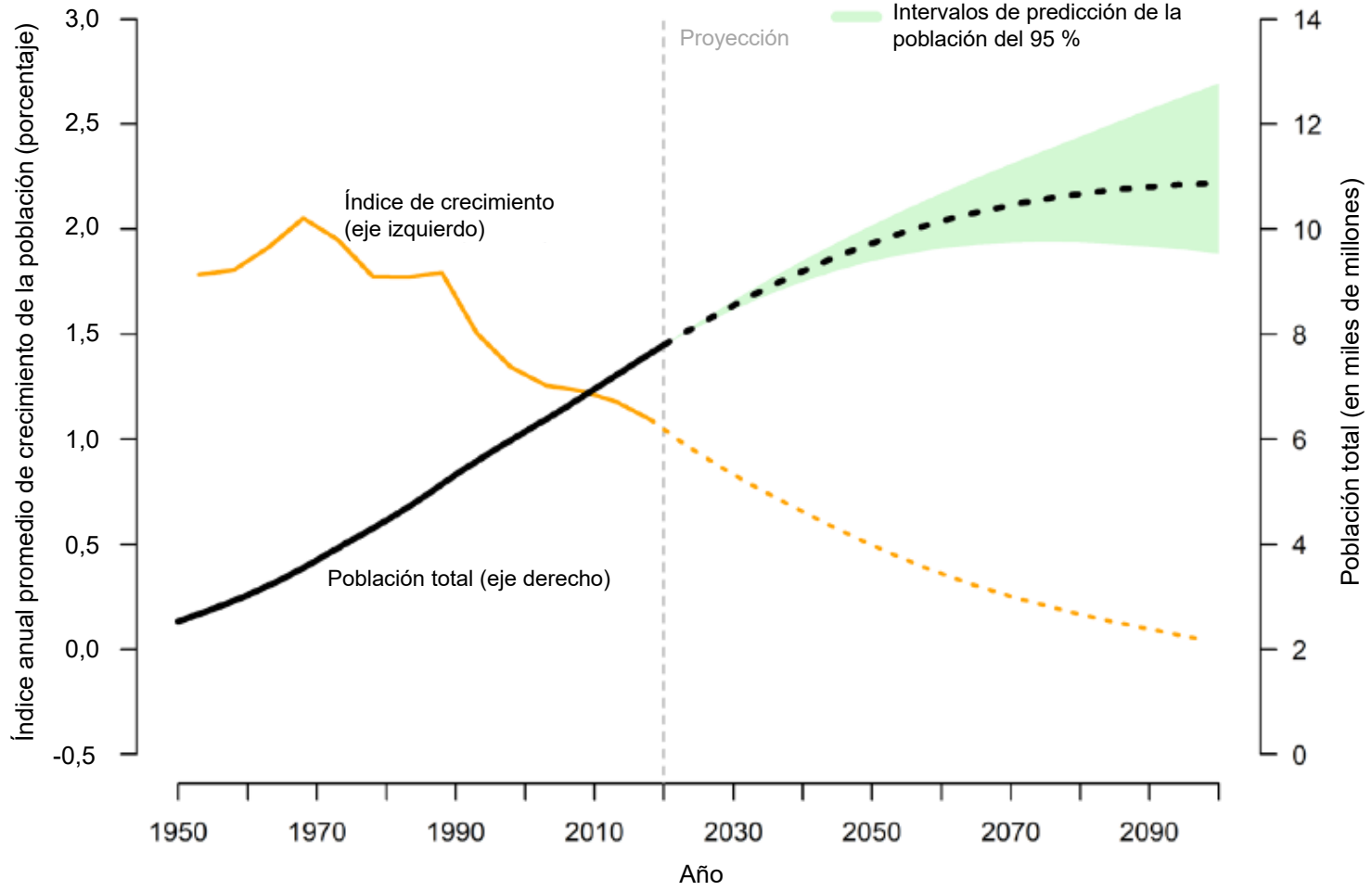
Fuentes:

OAA, FIDA, Unicef, PMA Y OMS. (2019). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2019. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía.* Roma, Italia: Organización de Alimentos y Agricultura de las Naciones Unidas.

Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de Naciones Unidas, División de Población. (2019). *Prospectos de la Población Mundial 2019.*

Food! © 2019 Smithsonian Institution

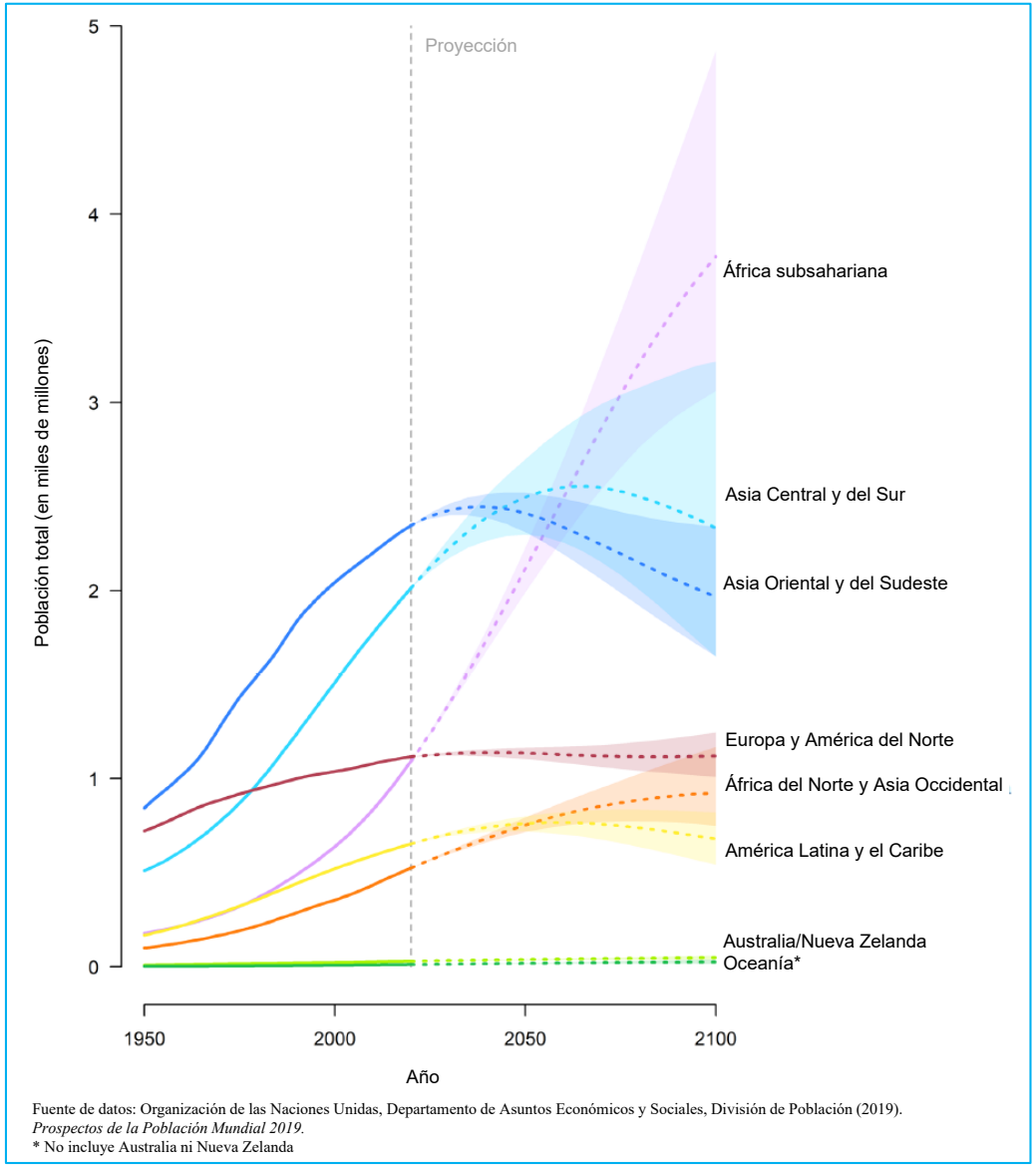
Nro. 1: Tamaño de la población e índice de crecimiento anual para el mundo del 1950 al 2020



Fuente de datos: Organización de las Naciones Unidas, Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, División de Población (2019). *Prospectos de la Población Mundial 2019.*

Food! © 2019 Smithsonian Institution

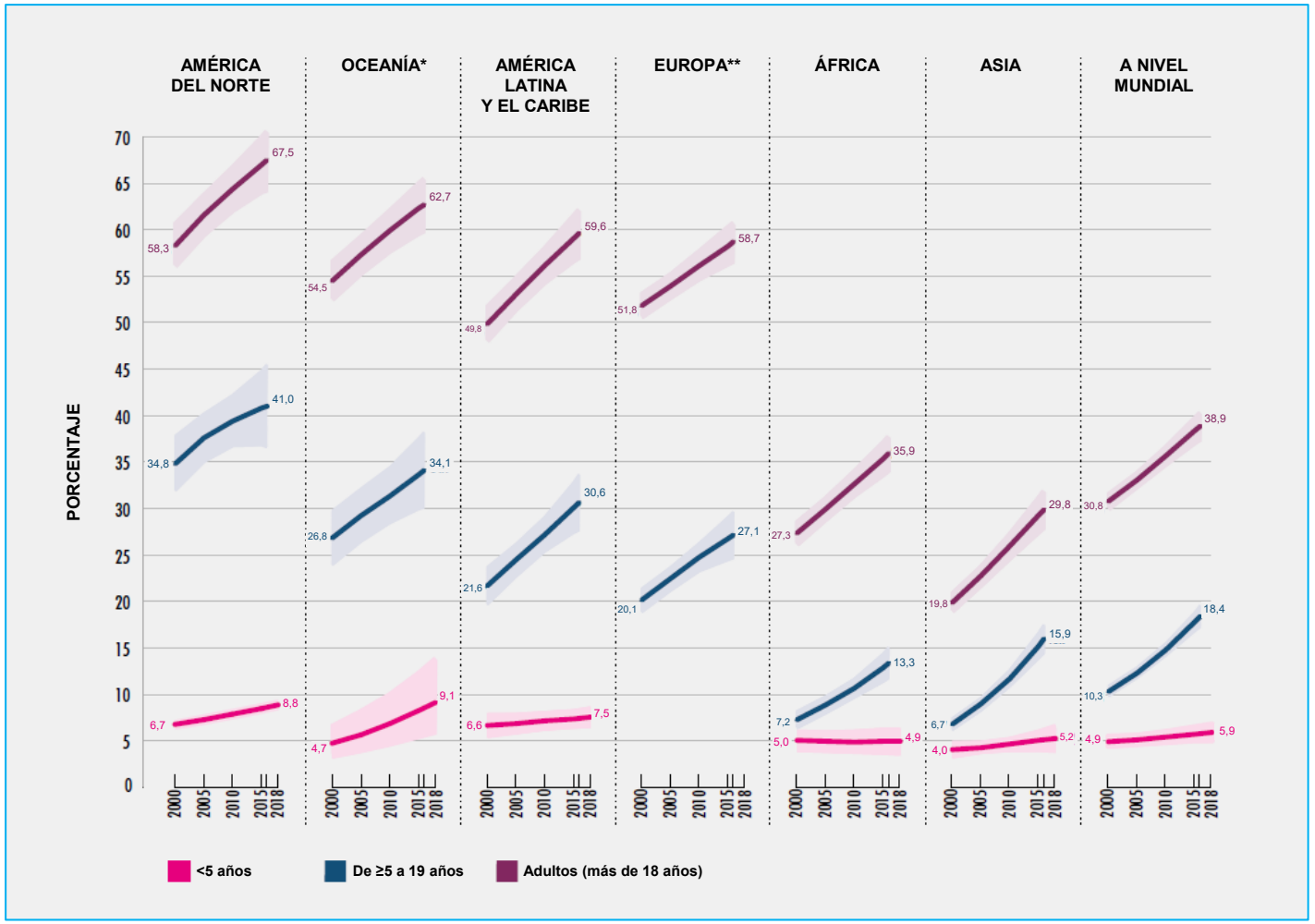
Nro. 2: Población por región 1950-2019; Proyecciones 2020-2100



Fuente de datos: Organización de las Naciones Unidas, Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, División de Población (2019). *Prospectos de la Población Mundial 2019.*
* No incluye Australia ni Nueva Zelanda

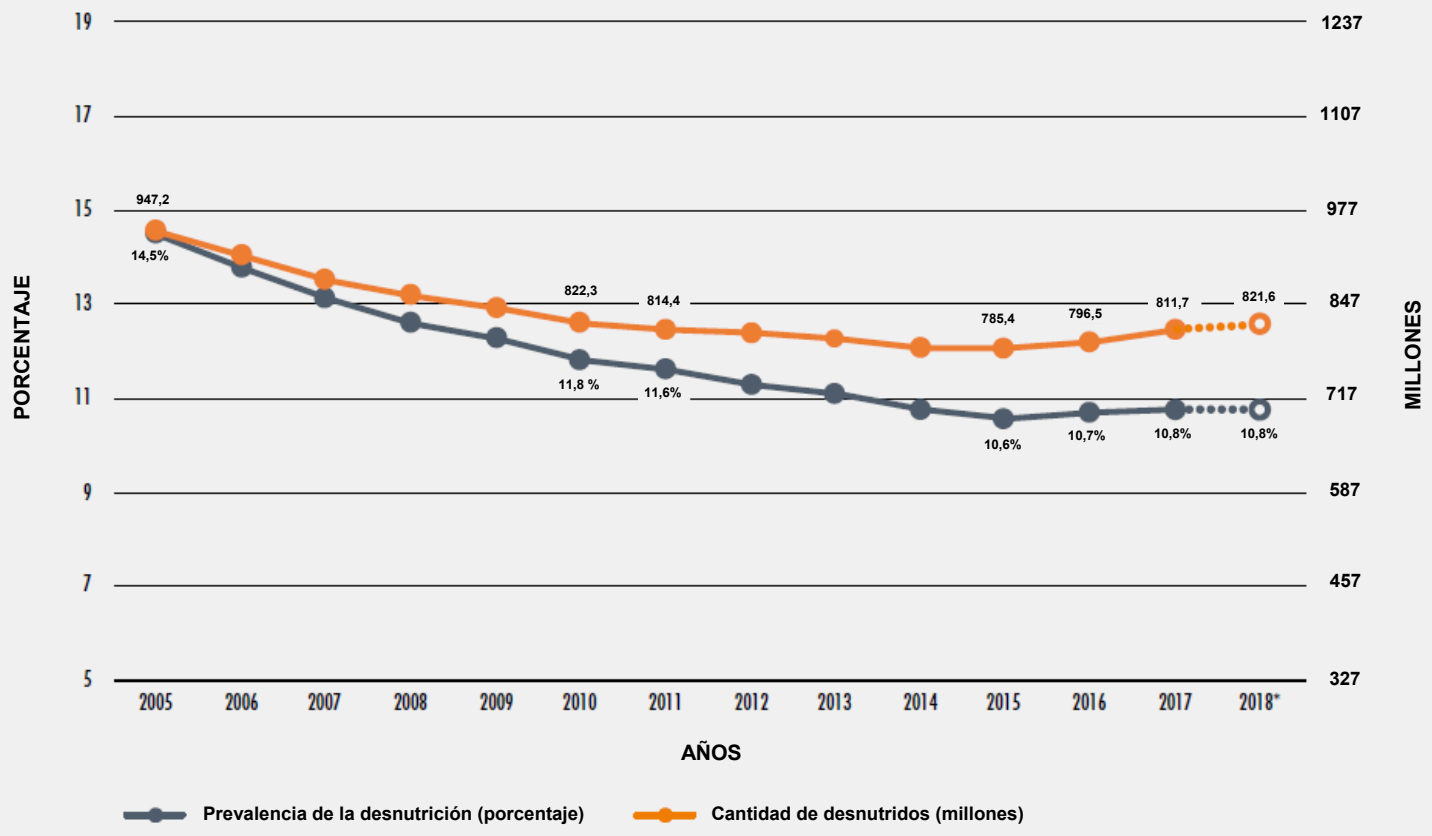
Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 3: Prevalencia de personas con sobrepeso por grupo etario y región, del 2000 al 2018



Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 4: Personas desnutridas en el mundo, del 2005 al 2018



NOTAS: * Los valores para el 2018 son proyecciones, tal como se ilustra mediante líneas de puntos y círculos vacíos. Toda la serie se revisó cuidadosamente para que refleje la nueva información disponible desde la publicación de la última edición del informe; reemplaza a todas las series publicadas anteriormente. Consulta el cuadro 2.
FUENTE: OAA.

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 5

Composición de regiones geográficas

ÁFRICA

África del Norte: Argelia, Egipto, Libia, Marruecos, Sudán, Túnez y Sahara Occidental.

África subsahariana

África Oriental: Burundi, Comoras, Yibuti, Eritrea, Etiopía, Kenia, Madagascar, Malaui, Mauricio, Mozambique, Ruanda, Seychelles, Somalia, Sudán del Sur, Uganda, República Unida de Tanzania, Zambia y Zimbabue.
África Central: Angola, Camerún, República Centroafricana, Chad, Congo, República Democrática del Congo, Guinea Ecuatorial, Gabón, Santo Tomé y Príncipe.
África del Sur: Botsuana, Esuatini, Lesoto, Namibia y Sudáfrica.
África Occidental: Benín, Burkina Faso, Cabo Verde, Costa de Marfil, Gambia, Ghana, Guinea-Bisáu, Liberia, Malí, Mauritania, Níger, Nigeria, Senegal, Sierra Leona y Togo.

ASIA

Asia Central: Kazajistán, Kirguistán, Tayikistán, Turkmenistán y Uzbekistán.
Asia Oriental: China, República Popular Democrática de Corea, Japón, Mongolia y República de Corea.
Asia Sudoriental: Brunéi Darusalam, Camboya, Indonesia, República Democrática Popular Lao, Malasia, Birmania, Filipinas, Singapur, Tailandia, Timor-Leste y Vietnam.
Asia del Sur: Afganistán, Bangladés, Bután, India, Irán (República Islámica de), Maldivas, Nepal, Pakistán y Sri Lanka.
Asia Occidental: Armenia, Azerbaiyán, Baréin, Chipre, Georgia, Irak, Israel, Jordania, Kuwait, Líbano, Omán, Palestina, Catar, Arabia Saudita, República Árabe Siria, Turquía, Emiratos Árabes Unidos y Yemen.

AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE

Caribe: Antigua y Barbuda, Bahamas, Barbados, Cuba, Dominica, República Dominicana, Granada, Haití, Jamaica, Puerto Rico, San Cristóbal y Nieves, Santa Lucía, San Vicente y las Granadinas y Trinidad y Tobago.

América Latina

América Central: Belice, Costa Rica, EI Salvador, Guatemala, Honduras, México, Nicaragua y Panamá.
América del Sur: Argentina, Bolivia (Estado Plurinacional de), Brasil, Chile, Colombia, Ecuador, Guyana, Paraguay, Perú, Surinam, Uruguay y Venezuela (República Bolivariana de).

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 5

OCEANÍA

Australia y Nueva Zelanda: Australia y Nueva Zelanda.

Oceanía, con excepción de Australia y Nueva Zelanda
Melanesia: Fiyi, Nueva Caledonia, Papúa Nueva Guinea, Islas Salomón y Vanuatu.
Micronesia: Kiribati, Islas Marshall, Micronesia (Estados Federados de), Nauru y Palaos.
Polinesia: Samoa Americana, Islas Cook, Polinesia Francesa, Niue, Samoa, Tokelau, Tonga y Tuvalu.

AMÉRICA DEL NORTE Y EUROPA

América del Norte: Bermudas, Canadá, Groenlandia y Estados Unidos de América.

Europa
Europa Oriental: Bielorrusia, Bulgaria, Chequia, Hungría, Polonia, República de Moldavia, Rumania, Federación Rusa, Eslovaquia y Ucrania.
Europa del Norte: Dinamarca, Estonia, Finlandia, Islandia, Irlanda, Letonia, Lituania, Noruega, Suecia y el Reino Unido de Gran Bretaña e Irlanda del Norte.
Europa del Sur: Albania, Andorra, Bosnia-Herzegovina, Croacia, Grecia, Italia, Malta, Montenegro, Macedonia del Norte, Portugal, Serbia, Eslovenia y España.
Europa Occidental: Austria, Bélgica, Francia, Alemania, Luxemburgo, Países Bajos y Suiza.

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 6

NÚMERO DE PERSONAS DESNUTRIDAS EN EL MUNDO, DEL 2005 AL 2018

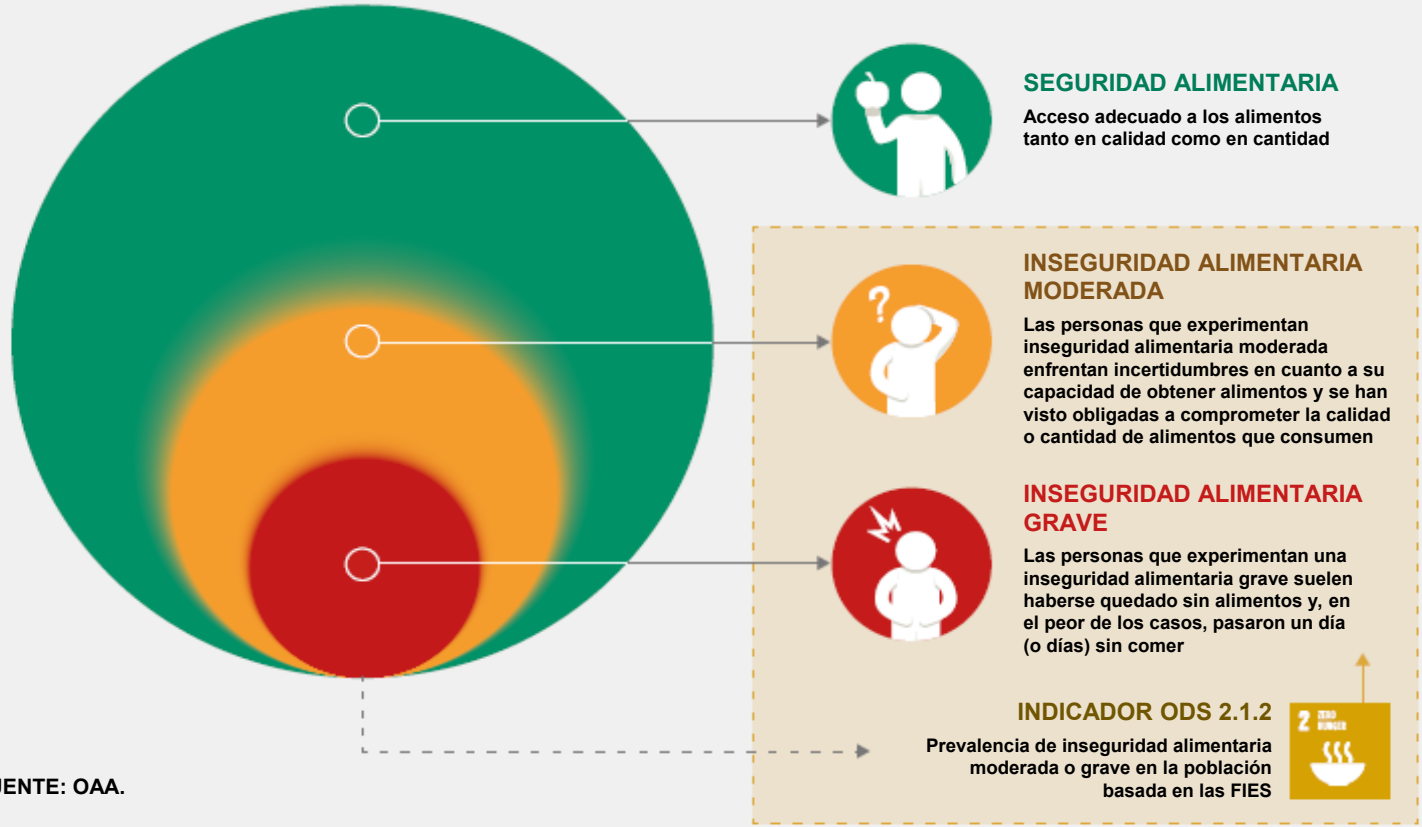
	Cantidad de desnutridos (millones)					
	2005	2010	2015	2016	2017	2018*
MUNDO	**947,2**	**822,3**	**785,4**	**796,5**	**811,7**	**821,6**
ÁFRICA	**196,0**	**199,8**	**217,9**	**234,6**	**248,6**	**256,1**
África del Norte	9,7	8,5	15,5	16,1	16,5	17,0
África subsahariana	176,7	180,6	202,4	218,5	232,1	239,1
África Oriental	113,5	118,6	119,3	126,9	129,8	133,1
África Central	36,2	36,5	37,9	41,1	43,2	44,6
África Meridional	3,6	4,2	5,0	5,5	5,4	5,3
África Occidental	33,0	31,9	40,3	45,0	53,7	56,1
ASIA	**688,6**	**572,1**	**518,7**	**512,3**	**512,4**	**513,9**
Asia Central	6,5	4,6	3,8	3,8	4,0	4,1
Asia Oriental	219,1	178,4	138,1	137,8	138,1	137,0
Asia Sudoriental	103,8	75,9	61,9	61,9	61,1	60,6
Asia del Sur	339,8	293,1	286,1	278,3	276,4	278,5
Asia Occidental	19,4	20,1	28,8	30,5	32,7	33,7
Asia Occidental y África del Norte	*29,1*	*28,6*	*44,3*	*46,6*	*49,2*	*50,6*
AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE	**51,1**	**40,7**	**39,1**	**40,4**	**41,7**	**42,5**
El Caribe	9,1	8,0	7,7	7,6	7,7	7,8
América Latina	42,1	32,6	31,5	32,9	34,0	34,7
América Central	12,4	11,6	10,9	10,6	10,7	11,0
América del Sur	29,6	21,1	20,6	22,2	23,2	23,7
OCEANÍA	**1,8**	**1,9**	**2,3**	**2,4**	**2,5**	**2,6**
AMÉRICA DEL NORTE Y EUROPA	**n.i.**	**n.i.**	**n.i.**	**n.i.**	**n.i.**	**n.i.**

NOTAS: * Valores proyectados. Consulta el cuadro 2 y el anexo 1B para obtener una descripción de cómo se realizan las proyecciones. n.i. = no informado, ya que la prevalencia es inferior al 2,5 %. Los totales regionales pueden diferir de la suma de subregiones, debido al redondeo. Para conocer las composiciones de países de cada agregado regional/subregional, consulta Notas sobre las regiones geográficas en las tablas estadísticas dentro de la cubierta posterior.
FUENTE: OAA.

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 7

EXPLICACIÓN DE LOS NIVELES DE GRAVEDAD DE INSEGURIDAD ALIMENTARIA MEDIDOS POR LAS FIES EN EL INDICADOR DE ODS 2.1.2



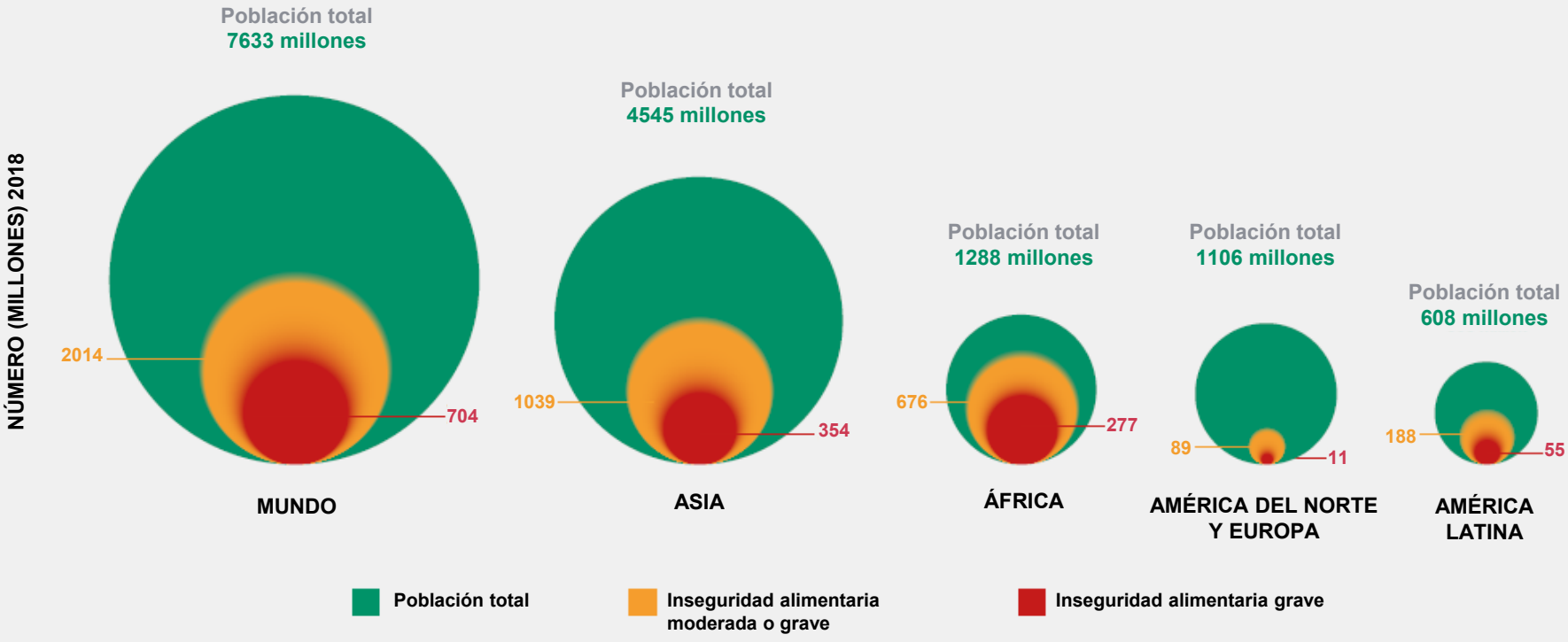
FUENTE: OAA.

[1] ONU. 2017. Comisión Estadística de las Naciones Unidas Sesión nro. 48 (2017). En: *UNSD Comisión Estadística de las Naciones Unidas* [en línea]. Nueva York, EE. UU. [Citado el 4 de abril de 2019]. https://unstats.un.org/unsd/statcom/48th-session; y ONU. 2017. *Indicador 2.1.2: Prevalencia de inseguridad alimentaria moderada o grave en la población basada en la seguridad alimentaria Escala de experiencia (FIES).* [Citado el 4 de abril de 2019]. https://unstats.un.org/sdgs/metadata/files/Metadata-02-01-02.pdf

[2] Las otras tres dimensiones de la seguridad alimentaria son la disponibilidad, la utilización y la estabilidad de los alimentos.

Food! © 2019 Smithsonian Institution

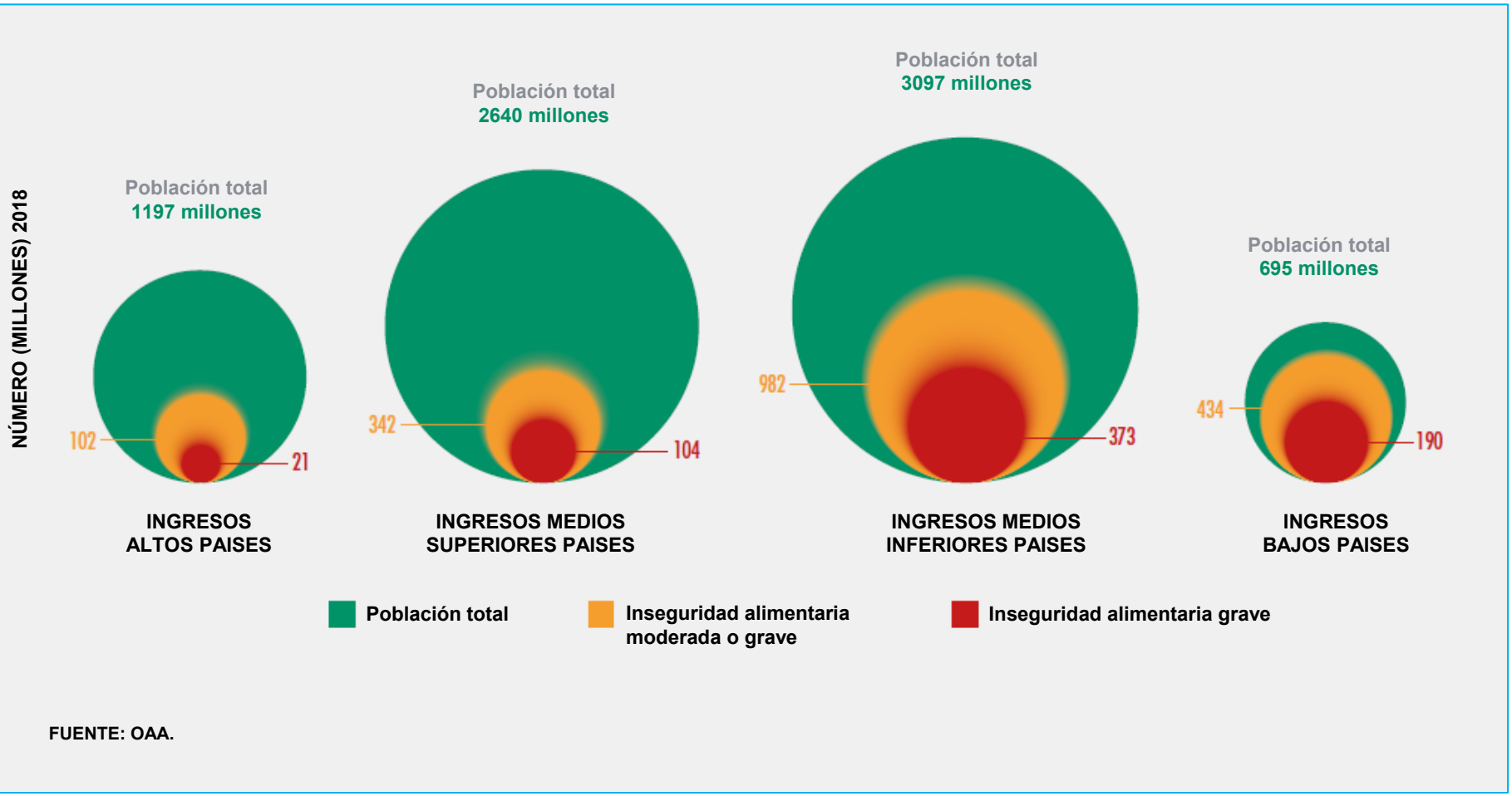
Nro. 8: Concentración y distribución de la inseguridad alimentaria en las regiones, 2018



FUENTE: OAA.

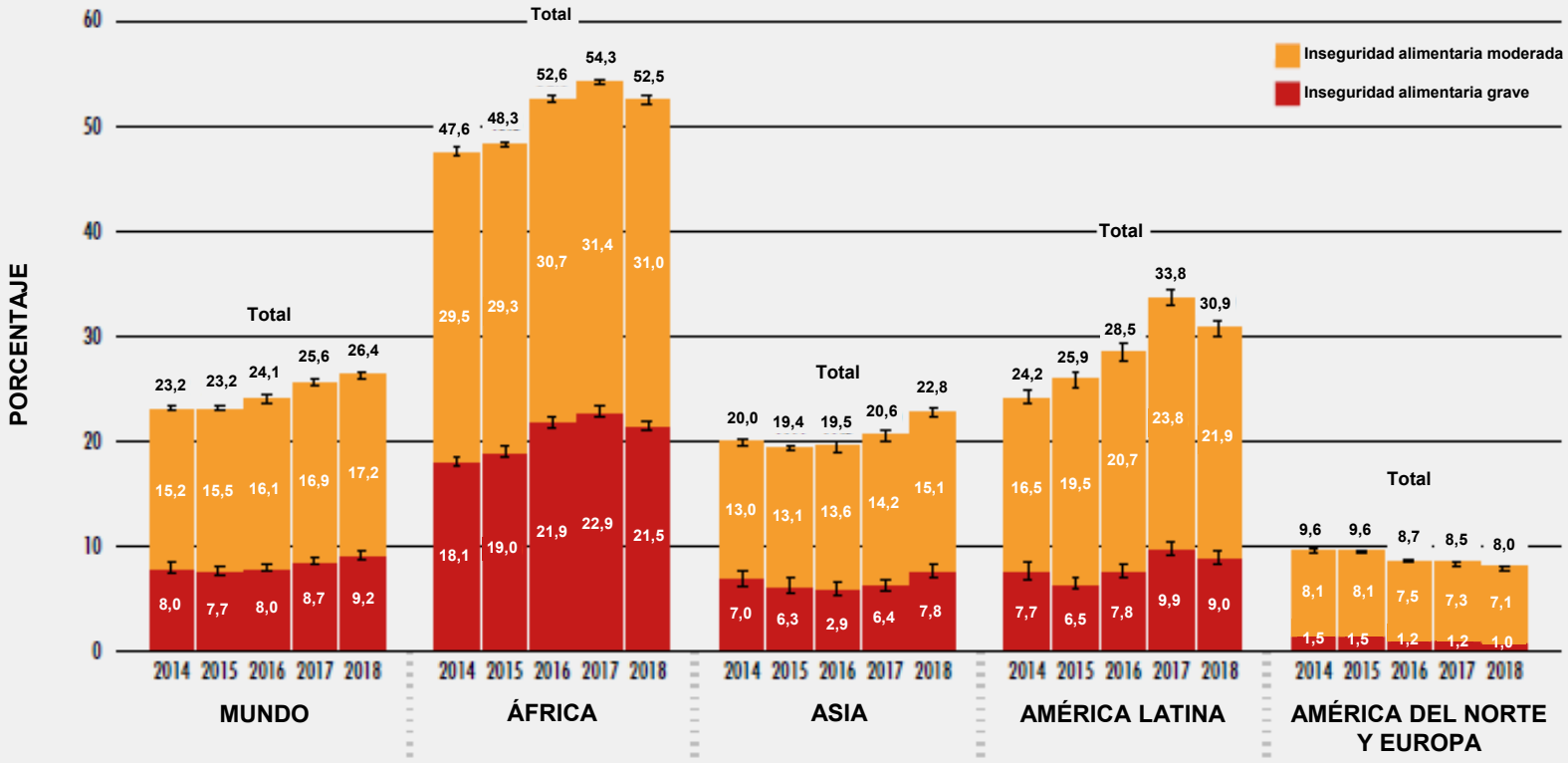
Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 9: Nivel de seguridad alimentaria y de ingresos del país, 2018



Food! © 2019 Smithsonian Institution

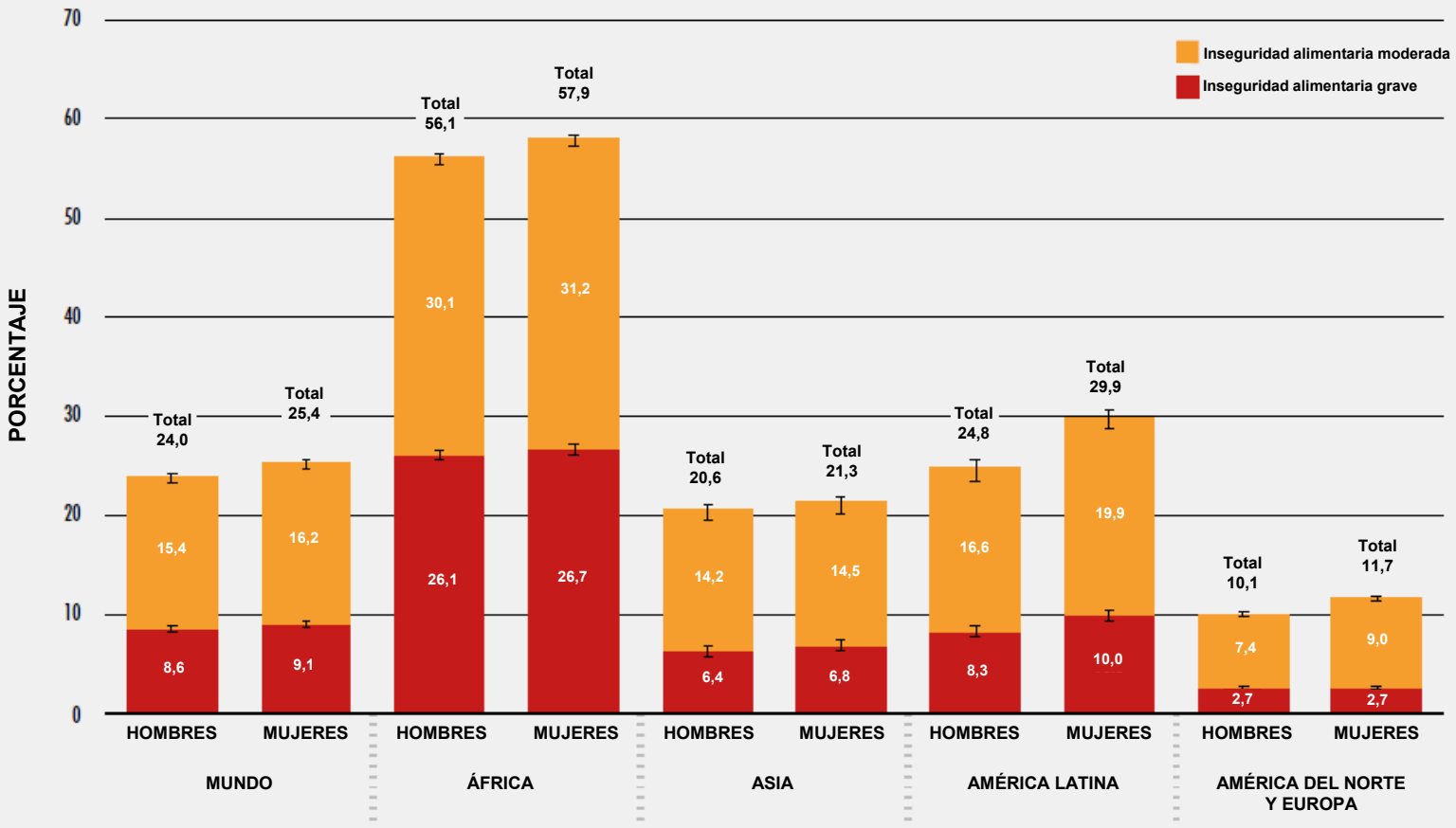
Nro. 10: Niveles de inseguridad alimentaria en las regiones, del 2014 al 2018



NOTAS: Las diferencias en el total se deben al redondeo de las cifras con el punto decimal más cercano.
FUENTE: OAA.

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Nro. 11: Inseguridad alimentaria y género, Promedios de tres años del 2016 al 2018



NOTAS: Las diferencias en el total se deben al redondeo de las cifras con el punto decimal más cercano.
FUENTE: OAA.

Food! © 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-1. Análisis de la Guía de análisis de datos de seguridad alimentaria

Nro. 1: Tamaño de la población e índice de crecimiento anual para el mundo del 1950 al 2020

La línea negra sólida en este gráfico muestra la población global del 1950 al 2020. La línea negra punteada también muestra a la población proyectada para el año 2100. La línea amarilla muestra el índice de crecimiento de la población. Este es el índice en el que cambia el número de personas de una población en un período determinado.

1. ¿Cuál fue la población mundial aproximada en 1950?
2. ¿Cuál es la población mundial aproximada en el 2020?
3. ¿Cuál es la diferencia en la población mundial entre el 1950 y el 2020?
4. ¿Cómo ha cambiado la población global entre el 1950 y 2020?
5. ¿Cuál es la población proyectada en el 2050? ¿2100?
6. Describe la tendencia general en la población proyectada entre el 2020 y 2100.
7. ¿Cómo y por qué los datos de población como estos serían útiles y de interés para el equipo cuando se piensa en los alimentos?

Nro. 2: Población por región del 1950 al 2020; proyecciones del 2020 al 2100

Este gráfico muestra la población de diferentes regiones del mundo entre el 1950 y 2020. Las líneas punteadas muestran proyecciones de cambios de la población hasta el año 2100.

1. Busca la región donde vives en el gráfico. ¿Cómo ha cambiado la población de esa región entre el 1950 y 2020?
2. ¿Cómo se compara el cambio de la población en tu región entre el 1950 y 2020 con el cambio en otras regiones del mundo?
3. Describe el cambio de población proyectado en tu región entre el 2020 y 2100.
4. ¿Qué crees que podría estar afectando esta proyección?

© 2019 Smithsonian Institution

5. ¿Cómo se compara el cambio proyectado de la población en tu región entre el 2020 y 2100 con el cambio en otras regiones?
6. ¿Cómo y por qué los datos regionales de la población como estos serían útiles y de interés para el equipo cuando se piensa en los alimentos?

Nro. 3: Prevalencia de personas con sobrepeso por grupo etario y región, del 2000 al 2018

El término "sobrepeso" se refiere al peso corporal mayor que lo que se considera normal o saludable para las personas de cierta altura. El sobrepeso generalmente se debe a la grasa corporal adicional.

1. Describe los cambios en el número de personas con sobrepeso entre el 2000 y 2018 en todo el mundo para cada uno de los siguientes grupos de edad:
    a. < 5 años
    b. De ≥ 5 a 19 años
    c. Adultos (más de 18 años)
2. A nivel mundial, ¿qué crees que podría estar causando estos cambios en el número de personas con sobrepeso entre el 2000 y 2018?
3. Compara y contrasta las seis regiones que se muestran en este gráfico. ¿Qué similitudes y diferencias ves entre las seis regiones para diferentes grupos etarios?
4. ¿Qué crees que podría estar causando las diferencias entre las seis regiones y los grupos etarios?
5. ¿Cómo y por qué podrían ser útiles y de interés los datos como estos sobre la prevalencia de personas con sobrepeso para el equipo cuando se piensa en los alimentos?

Nro. 4: Personas desnutridas en el mundo, del 2005 al 2018

La desnutrición se define como no tener la cantidad de alimentos necesaria para cumplir con los requisitos mínimos de energía de una población. Muchos factores, como el acceso a los alimentos y la economía, pueden afectar a muchas personas que se consideran desnutridas. Mira este gráfico de la cantidad de personas desnutridas en el mundo entre los años 2005 y 2018. También incluye un porcentaje de la población mundial que se considera desnutrida.

© 2019 Smithsonian Institution

1. Describe cualquier cambio en el número de personas que están desnutridas entre el 2005 y 2018. ¿Qué crees que podría estar causando estos cambios en la cantidad de personas desnutridas?
2. Describe los cambios en la prevalencia (porcentaje) de desnutrición entre el 2005 y 2018.
3. Describe las relaciones que observes entre la cantidad de personas desnutridas y la prevalencia de la desnutrición entre el 2005 y 2018. ¿Qué crees que podría estar causando estos cambios?
4. ¿Cómo y por qué podrían ser útiles y de interés los datos como estos sobre las personas desnutridas para el equipo cuando se piensa en los alimentos?

Nro. 5: Composición de regiones geográficas

Utiliza esta lista para determinar a qué región geográfica pertenece cada país.

1. Identifica a qué región geográfica pertenece tu país.
    a. África
    b. Asia
    c. América Latina y el Caribe
    d. Oceanía
    e. América del Norte y Europa
2. Identifica a qué región geográfica pertenece tu país.
    a. Ejemplos: África del Norte, Asia Central, América del Sur, Melanesia o Europa Oriental

Nro. 6: Número de personas desnutridas en el mundo, del 2005 al 2018

Esta tabla incluye datos sobre la cantidad de personas desnutridas en cada región entre el 2005 y 2018.

1. Crea un gráfico de línea de los datos regionales entre los años 2005 y 2018 en cada una de las siguientes regiones.
    a. África
    b. Asia
    c. América Latina y el Caribe

© 2019 Smithsonian Institution

2. Encuentra tu subregión geográfica en esta tabla de datos. Escoge otra región si no se representa tu región. (América del Norte y Europa)
3. Agrega los datos de tu subregión al gráfico de línea.
4. ¿Cómo se comparan las tendencias entre las diferentes regiones?
5. ¿Cómo se compara la tendencia de tu subregión con tu región como conjunto?
6. ¿Cómo se compara la tendencia de tu subregión con otras regiones del mundo?
7. ¿Cómo y por qué podrían ser útiles y de interés los datos como estos sobre las personas desnutridas para el equipo cuando se piensa en los alimentos?

Nro. 7: Explicación de los niveles de gravedad de inseguridad alimentaria

Este gráfico describe los tres niveles de inseguridad alimentaria. Estos niveles se utilizarán en los números 8 y 9. Repasa los tres niveles de seguridad alimentaria como equipo. Consulta este gráfico cuando veas los números 8 y 9.

Nro. 8: Concentración y distribución de la inseguridad alimentaria en las regiones, 2018

Este gráfico proporciona información sobre los niveles de seguridad alimentaria de personas en el mundo y en las regiones.

1. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria moderada en las diferentes regiones.
2. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria grave en las diferentes regiones.
3. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria moderada dentro de una región con la población total de esa región. ¿En qué se diferencia esto entre las regiones?
4. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria grave dentro de una región con la población total de esa región. ¿En qué se diferencia esto entre las regiones?
5. ¿Cómo y por qué podrían ser útiles y de interés los datos como estos sobre los niveles de seguridad alimentaria para el equipo cuando se piensa en los alimentos?

© 2019 Smithsonian Institution

Nro. 9: Nivel de seguridad alimentaria y de ingresos del país, 2018

Este gráfico muestra el nivel de seguridad alimentaria de personas en países con diferentes niveles de ingresos.

1. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria moderada en los países con diferentes niveles de ingresos. ¿Qué crees que podría estar causando estas diferencias?
2. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria grave en los países con diferentes niveles de ingresos. ¿Qué crees que podría estar causando estas diferencias?
3. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria moderada dentro de un nivel de ingresos con la población total de ese nivel de ingresos. ¿En qué se diferencia esto entre los niveles de ingresos?
4. Compara y contrasta el número de personas con inseguridad alimentaria grave dentro de un nivel de ingresos con la población total de ese nivel de ingresos. ¿En qué se diferencia esto entre los niveles de ingresos?
5. ¿Cómo y por qué podrían ser útiles y de interés los datos como estos sobre los niveles de seguridad alimentaria y los ingresos para el equipo cuando se piensa en los alimentos?

Nro. 10: Niveles de inseguridad alimentaria en las regiones, del 2014 al 2018

1. Describe las tendencias del porcentaje total de personas con inseguridad alimentaria en cada región entre el 2014 y 2018.
2. ¿Qué crees que podría estar causando estas diferencias entre las diferentes regiones del mundo?
3. Describe la tendencia del porcentaje total de personas con inseguridad alimentaria dentro de tu región entre el 2014 y 2018.
4. ¿Qué crees que podría estar causando estas diferencias con el tiempo dentro de tu región?

© 2019 Smithsonian Institution

Nro. 11: Inseguridad alimentaria y género, Promedios de tres años del 2016 al 2018

Este gráfico muestra los niveles de inseguridad alimentaria para hombres y mujeres en las diferentes regiones del mundo.

1. Compara y contrasta el porcentaje de hombres y mujeres que experimentan inseguridad alimentaria moderada en todas las regiones.
2. ¿Qué crees que podría estar causando estas diferencias entre hombres y mujeres en diferentes regiones del mundo?
3. Compara y contrasta el porcentaje total de hombres y mujeres que experimentan inseguridad alimentaria grave dentro de tu región. ¿Qué crees que podría estar causando estas diferencias entre hombres y mujeres en tu región?
4. Compara y contrasta el porcentaje total de hombres y mujeres que experimentan inseguridad alimentaria en todo el mundo.
5. ¿Qué crees que podría estar causando estas diferencias entre hombres y mujeres en el mundo?

© 2019 Smithsonian Institution

6-2

Ubicación en el mapa de conexiones de alimentos

En la tarea 6-1, aprendió más sobre el estado general de la seguridad alimentaria en todo el mundo. Hay muchas cosas que pueden afectar la seguridad alimentaria de un lugar. La seguridad alimentaria significa tener suficientes alimentos para comer de manera regular, no solo por hoy o mañana, sino también para el próximo mes y el próximo año. En la parte 4, el equipo exploró dónde las personas acceden a los alimentos en la comunidad. El acceso a los alimentos es un componente importante de la seguridad alimentaria de un lugar. Es posible que los miembros del equipo también hayan aprendido que muchos de los alimentos que comen provienen tanto de la región del mundo donde viven como fuera de esta. Comprender de dónde proviene la comida a la que acceden de manera global ayudará al equipo a comprender mejor las conexiones entre las diferentes regiones del mundo y cómo podrían afectar la seguridad alimentaria actual y futura.

Objetivo



En esta tarea, el equipo analizará y ubicará en el mapa algunos datos globales sobre qué regiones del mundo proporcionan alimentos para otras regiones. Con estos datos y el mapa, el equipo puede comprender de mejor manera de dónde provienen principalmente los alimentos que consume.

En esta tarea, el equipo se enfocará en la siguiente pregunta del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son las conexiones alimentarias locales y globales que pueden afectar la seguridad alimentaria y nutricional?

1. Ve a la carpeta de la tarea 6-2 y toma la información de Ubicación en el mapa de conexiones de alimentos (tabla de países y regiones y tabla de composición regional) y el mapa del mundo.
2. En la tabla de países y regiones, encuentren su país en la lista.
3. Determinen a qué región y subregión pertenece su país.
4. Observen la Tabla de composición regional.
5. Encuentren la subregión de la región en la primera columna: Alimentos que se consumen en la región. La segunda columna proporciona una lista de las regiones que aportan alimentos a su región. La tercera columna proporciona un porcentaje de la cantidad de alimentos que la región proporciona a su región.
6. Determinen las cinco principales regiones que aportan alimentos a su región.
7. Tomen el mapa mundial.

© 2019 Smithsonian Institution

6-2

8. Ubiquen su país o región en el mapa.
9. Ubiquen las cinco regiones principales en el mapa que identificaron en el paso 6. Utilicen la Tabla de países y regiones para identificar países específicos en cada región.
10. Dibujen una flecha en el mapa de cada una de las cinco regiones principales que identificaron en el paso 6 hacia su propia región.
11. Determinen cómo se necesitaría transportar la comida de cada región para llegar desde esa región a su región.
    - ¿Cuál es la ruta de envío que creen que sería mejor para llevar los alimentos a su región desde cada región?
    - ¿Qué tipos de métodos de envío (embarcaciones, trenes, camiones o aviones) se necesitarían para llevar la comida desde cada región a su región?
12. ¿Qué le indican estos datos al equipo acerca de las conexiones de los alimentos entre su región y otras regiones del mundo?
13. ¿Por qué creen que su región obtiene un porcentaje de sus alimentos de estas regiones en particular?
14. ¿Qué creen que pasaría si una o más de estas regiones decidieran reducir o dejar de proporcionar alimentos a su región? ¿Cómo creen que debería responder su región si esto sucediera?
15. Seleccionen cualquier otra región de la Tabla de composición regional y realicen el mismo análisis para esa región. ¿Cómo se comparan los datos de esa región con su región? Comparen y contrasten.
16. Analiza cómo estos datos y análisis podrían ser útiles cuando se piense en la pregunta: ¿Cuáles son las conexiones locales y globales de alimentos que pueden afectar la seguridad alimentaria y nutricional?
17. Analiza cómo estos datos y análisis podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta sobre el problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 6-2. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 6-3!

© 2019 Smithsonian Institution



© 2019 Smithsonian Institution



© 2019 Smithsonian Institution



© 2019 Smithsonian Institution

6-3

Exploración de historias de seguridad alimentaria

En la tareas 6-1 y la tarea 6-2, el equipo aprendió más sobre el estado general de la seguridad alimentaria y las conexiones de alimentos entre las regiones del mundo. La seguridad alimentaria significa tener suficientes alimentos para comer de manera regular, no solo por hoy o mañana, sino también para el próximo mes y el próximo año. Cuando se piensa en la seguridad alimentaria, una comunidad debe pensar en el pasado, el presente y el futuro. Hay muchas cosas a nivel local y mundial que pueden afectar la seguridad alimentaria de un lugar en el pasado, el presente y el futuro. Los impactos en la seguridad alimentaria pueden presentarse de muchas formas, ya sea medioambiental, económica o social. El equipo debe comenzar a comprender la diversidad de impactos que podrían afectar la seguridad alimentaria de su comunidad ahora y en el futuro. Una manera útil de reflexionar sobre su propia comunidad es observar cómo la seguridad alimentaria ha sido afectada en otros lugares en el pasado. Con el conocimiento histórico y actual, el equipo puede reflexionar sobre lo podría afectar la seguridad alimentaria de su comunidad.

Objetivo



En esta tarea, el equipo aprenderá sobre los impactos históricos y actuales en la seguridad alimentaria de los pueblos nativos del noroeste del Pacífico. Luego, el equipo utilizará este ejemplo para reflexionar sobre los efectos similares en la seguridad alimentaria que esté presente en su comunidad. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Qué efectos tienen los cambios en el medioambiente en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?
- ¿Qué efectos tienen los cambios en las dinámicas económica y social en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?
- ¿Qué efectos tienen los cambios en la población y la urbanización en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?

1. Accede a las actividades en https://americanindian.si.edu/nk360/pnw-history-culture/ para completar la actividad de Native Knowledge 360°: ¿Por qué son importantes los alimentos que comemos? ¿Cómo afectan las amenazas de los salmones en las naciones y los nativos del noroeste del Pacífico?

© 2019 Smithsonian Institution

2. Analiza cómo el ejemplo del salmón podría ser útil cuando se piensa en las preguntas:
   - ¿Qué efectos tienen los cambios en el medioambiente en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?
   - ¿Qué efectos tienen los cambios en las dinámicas económica y social en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?
   - ¿Qué efectos tienen los cambios en la población y la urbanización en términos de la seguridad alimentaria y nutricional?
3. Según una investigación anterior o la que el equipo está realizando actualmente, identifiquen cualquier posible impacto ambiental, económico o social del presente o del futuro en la seguridad alimentaria de su comunidad.
4. Con la lista de socios de la comunidad que el equipo desarrolló en la tarea 2-6, identifiquen a las personas con las que podrían hablar acerca de los posibles impactos en la seguridad alimentaria de su comunidad.
5. Habla con estas personas para ayudar al equipo a identificar los impactos pasados, presentes o futuros en la seguridad alimentaria de su comunidad en las siguientes categorías:
   - Impactos medioambientales
   - Impactos económicos
   - Impactos sociales
   - Impactos en la población
   - Impactos en la urbanización
6. Analiza cómo este análisis podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 6-3. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 6-4!

© 2019 Smithsonian Institution

6-4 Evaluación y ubicación en el mapa de publicidades alimentarias

En las tareas anteriores de la parte 6, el equipo aprendió más sobre la seguridad alimentaria. Hay muchas cosas que influyen en lo que las personas eligen comer. La elección de los alimentos es un problema principal que se debe considerar cuando se piensa en la seguridad alimentaria de la comunidad. Comprender lo que influye en las decisiones de las personas acerca de qué alimentos comen ayudará al equipo a considerar la pregunta sobre el problema: ¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

La publicidad alimentaria es una cosa que se sabe que influye en las decisiones de las personas sobre qué alimentos eligen comer. Los equipos de marketing de las empresas usan comerciales de televisión y en Internet, carteles y anuncios, revistas y otras estrategias para intentar hacer que compres sus productos alimenticios. Evaluar estas publicidades y saber dónde se encuentran en su comunidad es el primer paso para comprender qué es lo que influye en las elecciones de los alimentos y cómo eso podría afectar la seguridad alimentaria pasada, actual y futura de su comunidad.

Objetivo



En esta tarea, el equipo evaluará una variedad de publicidades alimentarias y las estrategias de marketing que se utilizan para estas. Luego, el equipo identificará y marcará en el mapa las ubicaciones de las publicidades alimentarias en su sitio de investigación. El equipo utilizará este análisis para pensar en cómo esta publicidad puede afectar las opciones y la seguridad alimentarias de su comunidad.

En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Qué efectos tienen la publicidad alimentaria y las noticias en la seguridad alimentaria y nutricional?
- ¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?

1. Ve a la carpeta de la tarea 6-4 y toma la sección Análisis de publicidades alimentarias y ejemplos de publicidades.
2. Como equipo, utilicen este recurso para aprender acerca de las diferentes técnicas de publicidad y marketing que las empresas utilizan para conseguir que las personas compren sus productos.

© 2019 Smithsonian Institution

6-4

3. Realicen una evaluación de cada una de las publicidades de ejemplo mediante las preguntas guía de la carpeta de la tarea.
4. Ve a la carpeta de la tarea 6-4 y toma las instrucciones de Evaluación de publicidades alimentarias: análisis publicitario de productos o marcas del registro alimentario.



5. Sigue las instrucciones y utiliza los registros alimentarios que recopilaste en la parte 3 para recopilar y analizar la publicidad de los productos alimentarios que las personas comen en su comunidad.
6. Ve a la carpeta de la tarea 6-4 y toma las instrucciones de Evaluación de publicidades alimentarias: ubicación en el mapa de publicidades alimentarias de la comunidad.



7. Sigue las instrucciones para identificar, ubicar en el mapa y evaluar las ubicaciones de las publicidades físicas de alimentos en su sitio de investigación.
8. Analicen en equipo:
   - ¿Qué alimentos parecen tener más publicidad en su comunidad?
   - ¿Qué alimentos parecen tener menos publicidad en su comunidad?
   - ¿Por qué creen que algunos alimentos tienen más publicidad que otros?
   - ¿Cuáles son algunos de los aspectos negativos de los productos alimentarios que no se ven en los anuncios?
   - Según su investigación comunitaria, ¿cómo podría afectar la publicidad en la seguridad alimentaria de su comunidad?
   - ¿Qué sugerencias le harían a la comunidad cuando piensan en la publicidad alimentaria del futuro?
   - Cómo podría ser útil entender la publicidad alimentaria y dónde se encuentra cuando se piensa en la pregunta sobre el problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

¡Qué bien! Completaste la tarea 6-4. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 6-5!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-4. Examinación de los anuncios de alimentos

Las empresas alimentarias utilizan una variedad de técnicas para alentar a las personas a comprar y comer más de sus productos.

Estas son algunas de las técnicas que utilizan.

Lucir bien: la comida en los anuncios se ve mejor que la vida real. Los primeros planos intensos activan nuestros sentidos del gusto y el olfato, lo que hace que se nos antoje esa comida.

Celebridades: los anuncios publicitarios con celebridades o personas famosas colocan una cara familiar en el producto. Para los niños, la celebridad puede ser una caricatura, una película o un personaje de televisión.

Afirmaciones de salud: muchos anuncios afirman o implican que el producto es bueno para ti. Aunque pueden convencerte de comprar, estas afirmaciones a menudo son poco claras o inexactas.

Afirmaciones sobre el sabor o la popularidad: muchos anuncios describen la delicia o popularidad de la comida. Estas afirmaciones a menudo son exageradas o no compatibles.

Exagerarlo: los anuncios pueden mostrar grandes tamaños de porciones o personas que no pueden dejar de comer el producto, lo que te anima a comer mucho.

Anuncios en todas partes: los anuncios se colocan en muchos lugares: revistas, sitios web, autobuses, vallas publicitarias, películas, exhibiciones, envases y ropa, para recordarte constantemente sobre el producto.

Concursos, juegos o regalos de equipos: los concursos, juegos y regalos animan a las personas a comprar productos alimenticios por razones distintas a la comida.

Cupones: con cupones de ahorro de dinero, las empresas atraen a las personas a comprar su marca sobre otra.

Películas y televisión: las empresas pagan dinero para que sus productos se coloquen de forma prominente en películas y programas de televisión, lo que ayuda a crear una conexión emocional.

© 2019 Smithsonian Institution

Donaciones: las empresas donan dinero o equipos a escuelas y organizaciones benéficas por cada caja o etiqueta que colectes, lo que te alienta a comprar más y crea lealtad a la marca.

1. **Analiza los siguientes anuncios de alimentos. Para cada anuncio, identifica:**

- ¿Qué producto vende la publicidad?
- ¿Qué grupos de alimentos contiene el producto?
- ¿Qué se muestra en el anuncio?
- ¿Qué destaca el anuncio: calidad, sabor, precio, salud, medioambiente o algo más?
- ¿Qué técnicas de marketing de la lista anterior se utilizaron en el anuncio?
- ¿Cómo hace el anuncio que la comida sea más atractiva?
- ¿Qué más podría estar vendiendo el anuncio además de la comida?
- ¿Quién es el público objetivo del anuncio? ¿El anuncio está dirigido a niños o adolescentes?
- ¿Cómo se dirige el mensaje o el diseño visual al público objetivo?
- ¿Qué tan eficaz es el anuncio? ¿Cree que has sido influenciado por el anuncio? ¿Por qué?

© 2019 Smithsonian Institution

Anuncio nro. 1: hamburguesa Big Mac de McDonald	
	Análisis de anuncio

© 2019 Smithsonian Institution

Anuncio nro. 2: leche de chocolate Nesquik



Análisis de anuncio

© 2019 Smithsonian Institution

Anuncio nro. 3: pollo frito KFC



Análisis de anuncio

© 2019 Smithsonian Institution

Análisis de publicidad de productos/marcas en el diario de alimentos

1. Con los registros alimentarios que recolectaste en la tarea 3-1 y en la tarea 3-2, crea una lista de productos y marcas de alimentos consumidas por personas en tu comunidad.
2. Investiga y recopila anuncios sobre los productos o marcas en la lista, si publicitan. Los lugares para buscar anuncios incluyen los siguientes:
   - Internet
   - Redes sociales
   - Revistas
   - Comerciales de televisión
   - Vallas y carteles
   - Envasado de alimentos
   - Habla con los socios de la comunidad que identificaste en la tarea 2-6.
3. Analiza estos anuncios de productos alimenticios.
   - ¿Qué producto vende la publicidad?
   - ¿Qué grupos de alimentos contiene el producto?
   - ¿Qué se muestra en el anuncio?
   - ¿Qué destaca el anuncio: calidad, sabor, precio, salud, medioambiente o algo más?
   - ¿Qué técnicas de marketing de la lista anterior se utilizaron en el anuncio?
   - ¿Cómo hace el anuncio que la comida sea más atractiva?
   - ¿Qué más podría estar vendiendo el anuncio además de la comida?
   - ¿Quién es el público objetivo del anuncio? ¿El anuncio está dirigido a niños o adolescentes?
   - ¿Cómo se dirige el mensaje o el diseño visual al público objetivo?
   - ¿Qué tan eficaz es el anuncio? ¿Cree que has sido influenciado por el anuncio? ¿Por qué?

© 2019 Smithsonian Institution

Debatir como equipo

1. ¿Qué grupos de alimentos tienen más publicidad?
2. ¿Por qué crees que algunos grupos de alimentos tienen más publicidad que otros?
3. ¿Cuáles son algunos de los aspectos negativos de los productos alimenticios que no ves en los anuncios?
4. ¿Cómo podría ser útil comprender la publicidad de alimentos cuando se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-4. Evaluar los anuncios de alimentos

Análisis de publicidad de productos/marcas en el diario de alimentos

1. Con los registros alimentarios que recolectaste en la tarea 3-1 y en la tarea 3-2, crea una lista de productos y marcas de alimentos consumidas por personas en tu comunidad.
2. Investiga y recopila anuncios sobre los productos o marcas en la lista, si publicitan. Los lugares para buscar anuncios incluyen los siguientes:
   - Internet
   - Redes sociales
   - Revistas
   - Comerciales de televisión
   - Vallas y carteles
   - Envasado de alimentos
   - Habla con los socios de la comunidad que identificaste en la tarea 2-6.
3. Analiza estos anuncios de productos alimenticios.
   - ¿Qué producto vende la publicidad?
   - ¿Qué grupos de alimentos contiene el producto?
   - ¿Qué se muestra en el anuncio?
   - ¿Qué destaca el anuncio: calidad, sabor, precio, salud, medioambiente o algo más?
   - ¿Qué técnicas de marketing de la lista anterior se utilizaron en el anuncio?
   - ¿Cómo hace el anuncio que la comida sea más atractiva?
   - ¿Qué más podría estar vendiendo el anuncio además de la comida?
   - ¿Quién es el público objetivo del anuncio? ¿El anuncio está dirigido a niños o adolescentes?
   - ¿Cómo se dirige el mensaje o el diseño visual al público objetivo?
   - ¿Qué tan eficaz es el anuncio? ¿Cree que has sido influenciado por el anuncio? ¿Por qué?

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-4. Evaluar los anuncios de alimentos

Ubicar en el mapa la publicidad alimentaria de la comunidad

Localizar y ubicar en el mapa dónde se encuentra la publicidad de alimentos en lugares públicos puede ser útil, por diversas razones. Puede informarte sobre los tipos generales de publicidad que se encuentran en diferentes lugares. También puede ayudarte a comprender las estrategias de marketing de la empresa. Por último, te ayudará a determinar qué tipo de alimentos y grupos de alimentos son los más y menos publicitados en tu comunidad. Esto podría ser útil en la parte 7 cuando estés desarrollando tu plan de acción y comunicación para tu comunidad.

1. En el mapa del sitio de investigación de la tarea 2-1, crea un símbolo en la leyenda para la publicidad alimentaria.
2. Identifique las ubicaciones donde se encuentran o venden anuncios de alimentos. Algunos ejemplos son:
    a. Vallas o carteles anunciados en la comunidad
    b. Lugares donde se venden revistas y periódicos con anuncios de alimentos
    c. Edificios o estadios deportivos con patrocinadores de empresas alimentarias claramente marcados en ellos
    d. Tiendas de ropa que venden ropa con marcas de alimentos, como Coca-Cola.
3. Marca las ubicaciones en tu mapa de investigación dónde se encuentran estos anuncios. Si encuentras que la mayoría de los anuncios de alimentos están fuera de tu sitio de investigación, considera ampliar los límites de tu sitio de investigación para incluirlos. O puedes crear un mapa separado específicamente para estos datos de anuncios. Tú decides.
4. Haz una lista que detalle el contenido de cada anuncio.
    - ¿Qué producto vende la publicidad?
    - ¿Qué grupos de alimentos contiene el producto?
    - ¿Qué se muestra en el anuncio?
    - ¿Qué destaca el anuncio: calidad, sabor, precio, salud, medioambiente o algo más?
    - ¿Qué técnicas de marketing se utilizaron en el anuncio?
    - ¿Cómo hace el anuncio que la comida sea más atractiva?

© 2019 Smithsonian Institution

- ¿Qué más podría estar vendiendo el anuncio además de la comida?
- ¿Quién es el público objetivo del anuncio? ¿El anuncio está dirigido a niños o adolescentes?
- ¿Cómo se dirige el mensaje o el diseño visual al público objetivo?
- ¿Qué tan eficaz es el anuncio? ¿Cree que has sido influenciado por el anuncio? ¿Por qué?

5. Identifica patrones para el que se encuentren distintos anuncios de alimentos en tu comunidad. ¿Están agrupados en torno a ciertas ubicaciones? ¿Están cerca de empresas o escuelas similares?
6. ¿Cómo crees que la ubicación del anuncio puede afectar las decisiones sobre alimentos en tu comunidad?
7. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta del problema? "*¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?*"

© 2019 Smithsonian Institution

6-5 Recolección de historias orales de seguridad alimentaria

En las tareas 2-5, 3-6, 4-6, y 5-5, el equipo recopiló historias orales sobre las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de su comunidad. Es útil documentar y recopilar datos desde una variedad de perspectivas a fin de conocer estos tipos de conexiones en la comunidad. Esto será particularmente útil cuando desarrolles tu plan de acción y comunicación de la comunidad en la parte 7.

Objetivo



En esta tarea, el equipo seguirá entrevistando a personas de la comunidad para recopilar historias orales sobre los diferentes elementos de la seguridad alimentaria con el paso del tiempo. Recuerda que la historia oral se refiere tanto al método de documentar un testimonio oral como al producto de ese proceso. En esta tarea, el equipo se enfocará en las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- ¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?
- ¿Qué evidencia podemos recopilar para ayudar a definir problemas relacionados con los alimentos y la nutrición en nuestra comunidad?

1. Ve a la carpeta de la tarea 6-5 y toma la lista de preguntas de entrevista, consejos de entrevista y consejos de seguridad para utilizar cuando se hagan entrevistas en la comunidad.



<u>Antes de la entrevista</u>

1. Lee la lista de preguntas de la entrevista.
2. Haz una lista de personas que podrías entrevistar en tu comunidad. Piensa en entrevistar a las mismas personas de las tareas 2-5, 3-6 y 4-6 o a las personas que recopilaste los registros alimentarios en la tarea 3-2. Considera lo siguiente:
   - Familia
   - Amigos
   - Vecinos
3. Identifica dispositivos que el equipo podría utilizar para grabar audios o videos en las entrevistas.
4. Practica la entrevista con otros miembros del equipo, toma notas y utiliza el equipo de grabación de audio o video (si está disponible).
5. Lee los consejos para el momento previo a la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.

© 2019 Smithsonian Institution

6-5

Entrevista

1. Lee los consejos para la entrevista que se encuentran en la carpeta de la tarea para tenerlos en cuenta.
2. Programa y realiza las entrevistas.

Luego de la entrevista

1. Recopila todas las notas y las grabaciones de audio o video de las entrevistas.
2. Analiza las notas y las grabaciones.
   - Describe lo que observaste en las entrevistas.
   - ¿Cuáles son algunas historias o información interesantes que surgieron en las respuestas?
   - Identifica los alimentos o las historias con los que no estabas familiarizado.
   - Identifica los alimentos o las historias con los que sí estabas familiarizado.
   - ¿Para qué preguntas la mayoría de las personas de la comunidad tuvieron respuestas similares?
   - ¿Para qué preguntas las personas de la comunidad tuvieron diferentes respuestas?
3. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta: **¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, las historias y los alimentos de una comunidad?**
4. Analiza cómo estas entrevistas de historias orales podrían ser útiles cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Consejo de investigación

Utiliza los consejos de seguridad en el campo que se encuentran en los documentos de seguridad del laboratorio de aprendizaje antes de ir a la comunidad para realizar encuestas o entrevistar a personas. Sé respetuoso, nunca salgas solo y siempre mantente atento a tu entorno.

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-5. Recolección de historias orales de seguridad alimentaria

Preguntas de la entrevista

1. Tú o alguien que conozcas, ¿se han preocupado por quedarse o se han quedado sin comida durante el último año? Si la respuesta es sí, ¿con qué frecuencia ocurrió esto y por qué? ¿Ocurrió en momentos específicos del mes o en ciertos momentos del año?
2. ¿Cuáles crees que son los problemas más grandes relacionados con tener suficiente comida en la comunidad? ¿Por qué crees que existen estos problemas?
3. Históricamente, ¿las personas de la comunidad han tenido problemas de seguridad alimentaria en el pasado? Si la respuesta es sí, ¿cuál fue el grado y las razones de estos problemas? ¿Siguen existiendo estos mismos problemas? Si la respuesta es sí, ¿cuál es el alcance del problema actual en comparación con el pasado?
4. ¿Qué dirías que es más importante para ayudar a las personas de la comunidad a lidiar con los momentos en los que la seguridad alimentaria es un problema importante?
5. ¿Qué crees que podría hacer la comunidad (Gobierno, empresas, personas) para facilitar que las personas obtengan suficiente comida? ¿Cómo podrían trabajar para que los alimentos saludables sean accesibles, disponibles y asequibles?
6. ¿Tienes conocimiento de personas en tu comunidad que tengan problemas de salud relacionados con la dieta o la nutrición, como hipertensión, diabetes, obesidad, etc.?
7. ¿Has notado si hay más, menos o pocos cambios en el número de personas en tu comunidad que tienen problemas de salud relacionados con la alimentación o la nutrición en la actualidad, en comparación con cuando eras más joven?
8. Pensando en el futuro, ¿qué tan preocupado estás de tener acceso seguro a los alimentos en los próximos años? ¿Cuáles son los factores que contribuyen a cualquier preocupación futura sobre los alimentos? ¿Hay algo que creas que la comunidad podría estar haciendo ahora para planificar contra futuros problemas alimentarios?

Antes de la entrevista

Practica entrevistar, tomar notas y utilizar equipos de audio y video (si están disponibles).

Consejos para tener en cuenta:

- La entrevista debe sentirse como una conversación. Está bien pasar de una pregunta a otra o hacerlas de manera diferente para ayudar a la persona a entender mejor la pregunta.
- A veces, la mejor pregunta es: “¿Puede decirme más?”.
- Si tu entrevistado hizo una pausa, dale tiempo para reunir sus pensamientos en lugar de apresurarse con la siguiente pregunta. Podrían estar a punto de decir algo interesante.
- Si utilizas equipos para grabar las entrevistas, realiza entrevistas de prueba para asegurarte de que el equipo funcione correctamente. Cuando se reproduce el audio o el video, ¿es claro y fácil de escuchar/ver?
- Si vas a escribir las respuestas, practica tomar notas mientras alguien habla. Considera realizar las entrevistas en grupos para que más de una persona pueda ayudar a escribir las respuestas. Después de la entrevista, los compañeros de equipo pueden comparar sus notas para mantener la precisión y la coherencia.

© 2019 Smithsonian Institution

Entrevista

Consejos para tener en cuenta:

- Si es posible, encuentra un espacio tranquilo y cómodo sin ruidos externos. Esto es especialmente importante si estás grabando estas entrevistas.
- Si vas a utilizar un equipo de grabación de audio o video, prueba todo el equipo antes de la entrevista.
- Asegúrate de tener lápiz y papel para tomar notas.
- Preséntate y explícale al entrevistado la investigación que estás llevando a cabo y el propósito de la entrevista. Explícale que tu equipo está interesado en aprender más acerca de las conexiones entre los alimentos y la cultura, las identidades y las historias de la comunidad local.
- Al final de la entrevista, agradece al entrevistado por participar.

Análisis posterior a la entrevista

1. Recopila todas las notas y grabaciones de las entrevistas del equipo.
2. Lee las notas o escucha/mira las grabaciones de las entrevistas.
    - Describe lo que observas.
    - ¿Qué fue lo que primero observaste como interesante en sus respuestas?
    - Identifica lo que no te resulta familiar.
    - Identifica lo que sí te resulta familiar.
    - Identifica las respuestas que sean útiles para la pregunta: *¿Cuáles son las conexiones entre la cultura, las identidades, la historia y los alimentos de una comunidad?*
    - Analiza cómo las respuestas de estas entrevistas de historia oral podrían ser útiles cuando pienses en la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

© 2019 Smithsonian Institution

6-6 Análisis de los datos de la encuesta sobre seguridad alimentaria

En las tareas 1-3, 2-2, 3-7, 4-7, y 5-6, el equipo recopiló los datos de la encuesta del equipo y de la comunidad acerca de qué piensan las personas sobre alimentos y nutrición.

Objetivo



En esta tarea, el equipo se enfocará en analizar los resultados de la encuesta en la parte 6 de las encuestas. Este análisis ayudará al equipo a comprender de mejor manera las siguientes preguntas del mapa de preguntas:

- **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?**
- **¿Cuáles son las maneras efectivas de compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 6-6 y toma las instrucciones y preguntas sobre el análisis de la encuesta.
2. Reúne todas las encuestas completadas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2.
3. En esta tarea, el equipo solo le echará un vistazo a la parte 6 de la encuesta: Seguridad alimentaria.
4. Como equipo, determinen cómo compilar las respuestas de la parte 6 de todas las encuestas recopiladas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2. Es recomendable analizar los datos recopilados de todas las encuestas. Desarrolla tu propio método para recopilar los datos de la parte 6 o utiliza uno de los métodos de las instrucciones.
5. Crea algunos gráficos sobre estos datos compilados. ¡Sé creativo!
6. Utiliza los gráficos y los datos compilados para responder estas preguntas:
   - ¿Qué patrones interesantes ves en la información de las preguntas de la encuesta en la parte 5?
   - ¿En qué preguntas estuvo de acuerdo la mayoría de las personas?
   - ¿Para qué preguntas las personas tuvieron respuestas diferentes?

Consejo de investigación

Como puedes haber notado, la encuesta se divide en las mismas partes que esta guía de investigación. Analiza solo los resultados de la parte de la encuesta que corresponda a la parte de la guía con la que estás trabajando para que el análisis sea más manejable.

© 2019 Smithsonian Institution

6-6

7. Analiza cómo esta evidencia de la encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de los alimentos y la nutrición?**
8. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿De qué maneras podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**
9. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**
10. Selecciona dos o tres preguntas de estas preguntas de encuesta, escribe una afirmación y proporciona la evidencia de respaldo de la afirmación en función de la pregunta y la evidencia de los datos recopilados. Por ejemplo:
    - La desnutrición y la obesidad son problemas en nuestra comunidad.
    - Muchas personas de nuestra comunidad consideran que es difícil costear los alimentos.
11. ¿Qué evidencia respalda tus afirmaciones? Como equipo, compartan algunas afirmaciones que hayan creado y la evidencia que respalda cada afirmación con estos datos.

¡Qué bien! Completaste la tarea 6-6. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 6-7!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-6. Análisis de los datos de la encuesta sobre seguridad alimentaria

Opciones para compilar los datos de la encuesta

Primero, tu equipo debe recopilar las respuestas de las encuestas comunitarias a todas las preguntas de la parte 6: Seguridad alimentaria. El equipo buscará las otras partes de la encuesta en las tareas posteriores.

Estas son algunas opciones para compilar las respuestas de las preguntas de la encuesta. Pero, como siempre, si prefieres utilizar otro método, ¡hazlo!

Opción 1

Entrega una encuesta en blanco a cada persona.

Lee cada pregunta; los miembros del equipo pueden levantar la mano para votar por la respuesta que prefieren. Algunos miembros del equipo pueden contar los votos y otros pueden anotar los totales del equipo.

Opción 2

Escribe las preguntas en una pizarra, papel o computadora donde se puedan compilar los conteos. Cuenta las respuestas y comparte los resultados.

Opción 3

Si realizaste la encuesta de forma digital o en línea, deberías poder ver y exportar los resultados de cada pregunta.

Opción 4

Crea tu propia manera de compilar los datos de la encuestas.

Realizar gráficos con los datos de las encuestas

¿Cómo podrías graficar partes de los resultados de esta encuesta?

¿Qué preguntas podrías graficar?

Si tienes los recursos, elige algunas preguntas para hacer un gráfico que consideres que sería útil.

¿Cómo serían útiles estos gráficos para respaldar afirmaciones con evidencia?

© 2019 Smithsonian Institution

Encuesta de alimentos de la comunidad: datos compilados

Utiliza esta encuesta en blanco para compilar los datos.

Parte 6. Seguridad alimentaria

¿Sabes de personas de tu comunidad que tengan problemas de salud relacionados con la dieta?				
Sí	No	No estoy seguro		
Si la respuesta es sí, ¿cuáles?				
Desnutrición	Obesidad	Diabetes	Hipertensión	Enfermedades cardiovasculares
Anorexia	Bulimia			

¿Sabes de áreas o personas en tu comunidad que no tengan acceso fácil y seguro a los mercados de alimentos?			
Sí	No	No estoy seguro	
Si la respuesta es sí, ¿cuáles son algunos motivos?			

¿Están al tanto de si hay personas o familias a las que les resulte difícil costear comida en tu comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro

Históricamente hablando, ¿estás al tanto de algún cambio en los problemas relacionados con los alimentos en tu comunidad hoy en día en comparación con el pasado?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

© 2019 Smithsonian Institution

¿Estás al tanto de algún cambio en la diversidad o en la cantidad de diferentes tipos de alimentos disponibles o consumidos en la comunidad?			
1. Sí, estoy muy al tanto	2. Estoy un poco al tanto	3. No estoy al tanto en absoluto	4. No estoy seguro
Si es así, ¿estás al tanto de las posibles razones de este cambio?			

© 2019 Smithsonian Institution

6-7

Creación de informe de seguridad alimentaria

Esta es la última tarea de la parte 6: Seguridad alimentaria.

Objetivo



En esta tarea, el equipo hará un informe de la parte 6: Seguridad alimentaria. Es bueno hacerlo antes de pasar a la siguiente parte. Los informes serán muy similares y se dividirán en las mismas partes. El objetivo es pensar y analizar sobre la información útil que se recopiló durante esa parte antes de continuar.

Recuerda las normas del equipo.

- Reconocer los beneficios de escuchar una variedad de perspectivas y puntos de vista.
- Estar abierto a ideas y perspectivas nuevas que desafíen las tuyas.
- Estar dispuesto a cooperar con los demás para producir cambios positivos.

Recuerda utilizar los puntos de partida de conversación importantes según sea necesario durante este análisis.

- Estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- No estoy de acuerdo con _____ porque . . .
- Me gustaría volver a lo que dijo _____ sobre . . .
- Me gustaría agregar . . .
- Me di cuenta de que . . .
- Otro ejemplo es . . .

Recuerda utilizar las siguientes oraciones cuando estés haciendo una afirmación a partir de la evidencia.

- Creo que esta afirmación se respalda mejor porque . . .
- No creo que esta afirmación se respalde mejor porque . . .
- Creo que esta parte de la evidencia respalda esta afirmación porque . . .
- No creo que esta parte de la evidencia respalde esta afirmación porque . . .

© 2019 Smithsonian Institution

6-7

1. Ve a la carpeta de la tarea 6-7 y toma las instrucciones de Creación de informes sobre los datos de la seguridad alimentaria.



2. Sigue las instrucciones en la carpeta de la tarea para completar las seis secciones del informe.
   - Análisis del mapa del sitio de investigación
   - Socios de la comunidad
   - Perspectivas
   - Identidad
   - Análisis del mapa de preguntas
   - Pregunta del problema

¡Qué bien! Completaste la tarea 6-7 y la parte 6. Márcala en la lista de tareas.

¡Felicitaciones! Has completado la **parte 6** de tu investigación. Date una palmadita en la espalda.

Continúa con la parte 7: Plan de acción comunitaria

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 6-7. Creación de informes sobre los datos de la seguridad alimentaria

Análisis del mapa del sitio de investigación

1. Observa el mapa del sitio de investigación que creaste en la tarea 2-1.
2. Revisa todos los datos y la evidencia que has recopilado hasta el momento en la parte 6.
3. ¿Hay algún dato que el equipo haya recopilado durante la parte 6 que se pueda agregar a este mapa? ¿Ubicaciones de posibles socios de la comunidad? ¿Ubicaciones de entrevistas de testimonios orales? Agrega estos datos al mapa y ¡con leyendas!
4. Analiza el mapa. ¿Se deben cambiar los límites del mapa para incluir información nueva recopilada en la parte 6? Ajusta según sea necesario.
5. Analiza el mapa. ¿El mapa proporciona información nueva que podría ser útil para futuras investigaciones?

Socios de la comunidad

1. Como equipo, revisen la lista de socios de la comunidad que crearon en la tarea 2-6.
2. Como equipo, identifiquen a los socios de la comunidad con los que podrían comunicarse en este momento. ¿Qué socios podrían ayudarlos a obtener más información sobre las diferentes partes de su mapa de preguntas?
    - Diseñen un plan, como equipo, para contactar y comunicarse con estos socios.
    - Creen una lista de preguntas que les gustaría hacer a los socios.
    - Comuníquense con cada socio por correo electrónico, por teléfono o por escrito para hacerles las preguntas.
    - Si tu equipo decide que es apropiado, invita al socio a reunirse con el equipo. Utiliza tu lista de preguntas para guiar la conversación y la recopilación de datos.

Perspectivas

1. Utiliza la configuración de la gama de respuestas de la tarea 1-8 (puedes usar tanto COMIDA A o COMIDA B aquí) para analizar cada una de las siguientes declaraciones de perspectivas.
2. Realiza esta actividad de manera individual o en grupos pequeños. Si están trabajando en grupos pequeños, cada grupo envía un representante a la gama de respuestas.
3. Recuerda: para cada afirmación, primero enúnciala, y luego da tiempo para que cada miembro del equipo o grupo piense en su posición respecto a esa afirmación.

- Recuerda que la gama de respuestas va de un extremo al otro, desde “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”. Y está la opción “no estoy seguro”, en el medio.
- Explica que la ubicación relativa también es importante; es decir, estar más cerca de “totalmente de acuerdo” o de “totalmente en desacuerdo” significa que estás muy convencido respecto a esta afirmación. Si solo estás ligeramente de acuerdo o en desacuerdo, entonces ubicarse más cerca del medio es una forma física de establecer qué es lo que piensas y cómo te sientes respecto al problema.

© 2019 Smithsonian Institution

Social: está bien que las personas de otras comunidades tengan hambre todos los días, siempre y cuando no sea un problema en mi comunidad.

Medioambiental: está bien poner represas en un río con el fin de crear electricidad para una ciudad, a pesar de que esto afectará el acceso de algunos animales y algunas comunidades a la comida del río.

Pasa a un análisis con todo el equipo. Recuerda: los miembros del equipo deben respaldar sus opiniones con información y los otros miembros del equipo deben escuchar cuidadosamente a los demás.

- ¿Pueden cada uno de los miembros del equipo explicar al resto los motivos de la elección de su respuesta?
- ¿Cuántos miembros del equipo cambiaron su posición después de escuchar a las personas hablar durante todo el análisis de los equipos?
- ¿Qué te llevó a cambiar de opinión?
- Pida a los miembros del equipo que hayan usado respuestas de los extremos de la gama de respuestas que identifiquen cuáles creen que son los argumentos y las razones más fuertes que escucharon del lado *opuesto*.

Identidad

- Observa tu mapa de identidad individual y el del equipo de la tarea 1-1 y la tarea 1-5. ¿Qué aspectos de tu identidad o de la de tu equipo podrían influir en tus opiniones sobre la gama de respuestas en perspectiva?
- ¿Cómo estas partes de tu identidad podrían influir en tus decisiones?
- ¿Alguna parte de tu mapa de identidad cambió?

Análisis del mapa de preguntas

1. Observa el mapa de preguntas de tu equipo de la tarea 1-10. ¿Qué preguntas de tu mapa se abordaron en la parte 6: ¿Seguridad alimentaria?
2. ¿Qué evidencia recolectaste durante la parte 6 que podría ser útil para responder cualquier pregunta en el mapa de preguntas?
3. ¿Cómo podría esta evidencia o información ser útil para ayudar a desarrollar un plan de acción para abordar la pregunta sobre el problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*
4. Tómate un tiempo para reorganizar, actualizar, modificar, eliminar o agregar preguntas al mapa de preguntas en este momento.

Pregunta del problema

¿Hay algo que hayas aprendido en la parte 6 que sería útil si se piensa en la pregunta del problema *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE for Global Goals

PARTE 7: LISTA DE TAREAS DEL PLAN DE ACCIÓN COMUNITARIA

Esta es la lista de tareas para la parte 7: Plan de acción comunitaria

Márcalos a medida que los completas.

TAREAS

- [ ] 7-1 Análisis de los datos de la encuesta del plan de acción
- [ ] 7-2 Armado de la parte 1 del plan: Antecedentes del área de investigación
- [ ] 7-3 Focalización de un problema para la acción
- [ ] 7-4 Lluvia de ideas de opciones para la acción
- [ ] 7-5 Desarrollo de la parte 2 del plan: Establecimiento de objetivos de acción
- [ ] 7-6 Creación de la parte 3 del plan: Estrategia de comunicación
- [ ] 7-7 Equipo de posencuesta
- [ ] 7-8 Reflexión sobre tus acciones futuras

En esta parte, tu equipo se enfocará en desarrollar un Plan de acción comunitaria local. Este plan describirá la investigación que realizaron, las acciones que el equipo cree que las personas deben realizar en la comunidad y un plan de comunicaciones para compartir el plan con los miembros de la comunidad local.









© 2019 Smithsonian Institution

7-1

Análisis de los datos de la encuesta del plan de acción

Bienvenido a la parte 7: Plan de acción comunitaria. En las tareas 1-3, 2-2, 3-7, 4-7, 5-6 y 6-6 analizaron los datos de la encuesta del equipo y de la comunidad acerca de lo que las personas piensan sobre los alimentos y la nutrición. Ahora el equipo debe analizar los datos de la última parte de la encuesta, la cual será útil cuando desarrollen su Plan de acción comunitaria.

Objetivo



En esta tarea, el equipo analizará los resultados de la encuesta de la parte 7 de las encuestas. Este análisis ayudará al equipo a comprender mejor las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- ¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de la alimentación y la nutrición?
- ¿Cuáles son las maneras en que podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?

1. Ve a la carpeta de la tarea 7-1 y toma las instrucciones y las preguntas del Análisis de los datos de la encuesta del plan de acción.



2. Reúne todas las encuestas completadas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2.
3. En esta tarea, el equipo solo le echará un vistazo a la parte 7 de las encuestas: Plan de acción.
4. Como equipo, determinen cómo compilar las respuestas de la parte 7 de todas las encuestas recopiladas en la tarea 1-3 y la tarea 2-2. Analiza los datos compilados de todas las encuestas. Desarrolla tu propio método para recopilar los datos de la parte 7 o utiliza uno de los métodos de las instrucciones.
5. Crea algunos gráficos sobre estos datos compilados. ¡Sé creativo!
6. Utiliza los gráficos y los datos compilados para responder estas preguntas:
   - ¿Qué patrones interesantes ves en los datos emanados de las preguntas de la encuesta en la parte 7?
   - En qué preguntas estuvo de acuerdo la mayoría de las personas?
   - ¿Para qué preguntas las personas tuvieron respuestas diferentes?



Consejo de investigación

Como puedes haber notado, la encuesta se divide en las mismas partes que esta guía de investigación. Analiza solo los resultados de la parte de la encuesta que corresponda a la parte de la guía con la que estás trabajando para que el análisis sea más manejable.

© 2019 Smithsonian Institution

7-1

7. Analiza cómo esta evidencia de la encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿Qué piensan y saben las personas de nuestra comunidad local acerca de los alimentos y la nutrición?**
8. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta: **¿De qué maneras podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**
9. Analiza de qué manera la evidencia de esta encuesta podría ser útil cuando se piensa en la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**
10. Selecciona dos o tres preguntas de estas preguntas de encuesta, escribe una afirmación y proporciona la evidencia de respaldo de la afirmación en función de la pregunta y la evidencia de los datos recopilados. Por ejemplo:
    - Las redes sociales son el lugar más común en el cual las personas de la comunidad reciben la información sobre los alimentos y la nutrición.
    - Muchos individuos de nuestra comunidad no son conscientes de los servicios y programas alimentarios que los pueden apoyar.
11. ¿Qué evidencia respalda tus afirmaciones? Como equipo, compartan algunas afirmaciones que hayan creado y la evidencia que respalda cada afirmación con estos datos.

¡Qué bien! Completaste la tarea 7-1. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 7-2!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-1. Análisis de los datos de la encuesta del Plan de acción

Opciones para compilar los datos de la encuesta

Primero, tu equipo debe recopilar las respuestas de las encuestas comunitarias a todas las preguntas de la parte 7: Plan de acción. El equipo ya vio las otras partes de la encuesta en tareas anteriores.

Estas son algunas opciones para compilar las respuestas de las preguntas de la encuesta. Pero, como siempre, si prefieres utilizar otro método, ¡hazlo!

Opción 1

Entrega una encuesta en blanco a cada persona.

Lee cada pregunta; los miembros del equipo pueden levantar la mano para votar por la respuesta que prefieren. Algunos miembros del equipo pueden contar los votos y otros pueden anotar los totales del equipo.

Opción 2

Escribe las preguntas en una pizarra, papel o computadora donde se puedan compilar los conteos. Cuenta las respuestas y comparte los resultados.

Opción 3

Si realizaste la encuesta de forma digital o en línea, deberías poder ver y exportar los resultados de cada pregunta.

Opción 4

Crea tu propia manera de compilar los datos de la encuestas.

Realizar gráficos con los datos de las encuestas

¿Cómo podrías graficar partes de los resultados de esta encuesta?

¿Qué preguntas podrías graficar?

Si tienes los recursos, elige algunas preguntas para hacer un gráfico que consideres que sería útil.

¿Cómo serían útiles estos gráficos para respaldar afirmaciones con evidencia?

© 2019 Smithsonian Institution

Encuesta de alimentos de la comunidad: datos compilados

Utiliza esta encuesta en blanco para compilar los datos.

Parte 7. Plan de acción

¿Estás al tanto de los servicios o programas alimentarios en tu comunidad?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿cuáles servicios?		

¿De dónde recibes la información sobre los programas de alimentación y nutrición en la comunidad? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/ observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

¿En qué fuentes confías más para obtener información precisa sobre alimentos y nutrición? (Marca todas las opciones que correspondan)				
Experiencia/ observación personal	Familiares/amigos	Escuela/universidad	Televisión	Radio
Material impreso o periódico	Redes sociales	Internet	Teléfono celular	Médicos/trabajadores de la salud
Gobierno	Otro	No estoy seguro		

¿Actualmente tomas alguna medida para ayudarte a ti, tu familia o tu comunidad en relación con los problemas alimentarios locales?		
Sí	No	No estoy seguro
Si la respuesta es sí, ¿Qué acción?		

© 2019 Smithsonian Institution

7-2 Armado de la parte uno del Plan de acción comunitaria: Antecedentes del área de investigación

Desde la parte 1 hasta la parte 6, tu equipo aprendió muchas cosas sobre los alimentos y la nutrición en su comunidad. Ahora, es momento de terminar el trabajo. Para esto, debes crear un plan de acción para tu comunidad. En la tarea 1-7, aprendiste sobre el plan de acción, que se centrará en crear soluciones para la pregunta sobre el problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Hay muchas soluciones posibles para este problema. Esta es la razón por la que se realizaron investigaciones para obtener más información sobre el problema en su comunidad. Ahora debes sugerir decisiones y acciones que crees que las personas deben realizar en la comunidad. El plan de acción ayudará a comunicar sus soluciones. Toda la investigación del equipo se realizó para ayudarlo a completar este Plan de acción comunitaria.

Objetivo



En esta tarea, el equipo armará la primera parte de su plan de acción. Esta parte implica armar y organizar toda la investigación que ya han completado de la parte 1 a la parte 6.

Este análisis ayudará al equipo a comprender de mejor manera la siguiente pregunta del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- ¿Qué datos de nuestra investigación comunitaria podrían ayudar a informar nuestro plan de acción?

1. Ve a la carpeta de la tarea 7-2 para leer los detalles del Armado de la parte uno del plan de acción: Antecedentes del área de investigación.
2. Lean nuevamente los detalles de la primera parte del plan de acción como equipo. Hagan preguntas acerca de cualquier parte que no esté clara. Recuerden, ¡no se preocupen!
3. Utilicen todo el trabajo que han completado desde la parte 1 a la parte 6 para armar y organizar esta parte de su plan de acción comunitaria.

¡Qué bien! Completaste la tarea 7-2. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 7-3!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-2. Armado de la parte uno del Plan de acción comunitaria: Antecedentes del área de investigación

El equipo comenzará a desarrollar tu plan de acción. En general, este plan de acción describirá cómo abordarás y comunicarás la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

El Plan de acción comunitaria tendrá tres partes. Las tareas de la 7-2 a la 7-6 te ayudarán a completar cada parte del plan.

1. Tarea 7-2: Antecedentes del área de investigación, incluida toda la evidencia que has recopilado (esta parte implica organizar lo que ya has hecho durante tu investigación).
2. Tarea 7-3: Focalización de un problema para la acción (esta parte implica averiguar en qué problema de tu comunidad te gustaría enfocar tu plan de acción para abordarlo).
3. Tarea 7-4: Lluvia de ideas sobre las opciones de acción (esta parte implica recopilar ideas sobre una variedad de acciones en torno a las cuales tú y tu equipo pueden desarrollar su plan de acción).
4. Tarea 7-5: Establecer objetivos de acción (esta parte implica averiguar y decidir qué acciones les gustaría realizar a ti o a tu equipo y establecer objetivos para realizar esas acciones).
5. Tarea 7-6: Estrategia de comunicaciones (esta parte implica averiguar cómo te comunicarás con otras personas acerca de tu investigación y tu plan de acción).

La tarea 7-2 se centra en el armado de los antecedentes del área de investigación del Plan de acción comunitaria. Esto implica reunir y organizar la información que ya has recopilado sobre tu área de investigación.

Proporciona una breve descripción general de tu ubicación y el sitio de investigación, según la investigación que realizaste. Esto ayudará a otras personas que miren tu plan ahora y en el futuro. Esto implica organizar lo que hiciste durante tu investigación. Incluye lo siguiente:

1. **Descripción física de la ubicación de la investigación:** proporciona una breve descripción de tu ubicación física. Incluye tu posición dentro de tu comunidad, tu país y el mundo.
2. **Descripción del equipo y la cultura local:** proporciona una breve descripción de tu equipo y de las culturas locales que tu equipo haya identificado durante tu investigación. Incluye el mapa de identidad de tu equipo de la tarea 1-5 como parte de esta descripción.
3. **Mapa del sitio de investigación:** proporciona un mapa de tu sitio de investigación y la información importante que hayas recopilado sobre el sitio que sería útil para comprender tu plan. Si es posible, incluye imágenes de tu sitio de investigación.
4. **Evidencia y afirmaciones:** organiza y comparte toda la evidencia que hayas recopilado durante tu investigación y cualquier declaración que hayas desarrollado.

© 2019 Smithsonian Institution

7-3

Focalización de un problema para la acción

Desde la parte 1 a la parte 6 de su investigación, el equipo ha aprendido acerca de muchos problemas relacionados con los alimentos y la nutrición por todo el mundo y en su comunidad. Ser consciente y entender la variedad de problemas relacionados con los alimentos y la nutrición es un primer paso útil cuando se decide qué acciones se deben realizar. El siguiente paso es decidir en cuál problema específico de alimentación o nutrición tu equipo enfocará su plan de acción para abordar la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Existen muchos problemas en los cuales se puede enfocar tu Plan de acción comunitaria para trabajar en esta pregunta. Solo tú puedes tomar esa decisión. Esta es la razón por la que se realizaron investigaciones para obtener más información sobre el problema en su comunidad. Ahora debes decidir sobre qué problema te gustaría realizar alguna acción.

Objetivo



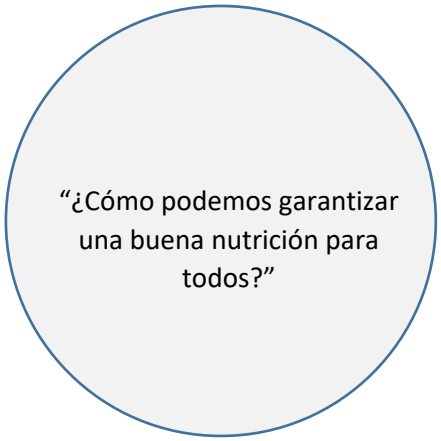
En esta tarea, el equipo hará una lluvia de ideas y creará una lista de todos los problemas relacionados con los alimentos y la nutrición de manera global y en su comunidad. Luego, el equipo utilizará esta lista para seleccionar el problema que se desea abordar en su plan de acción.

1. Ve a la carpeta de la tarea 7-3 y consigue el artículo de EcoTeen Action, junto con la Hoja de lluvia de ideas y selección.
2. Lee el artículo de EcoTeen Action sobre adolescentes que toman medidas sobre problemas relacionados con los alimentos en su comunidad. Utiliza las preguntas de análisis ubicadas en la carpeta de la tarea para analizar el problema que el equipo identificó en su comunidad.
3. Con la Hoja de lluvia de ideas y selección, como equipo documenten todos los diferentes problemas alimentarios y de nutrición en la comunidad sobre los que los miembros del equipo aprendieron durante la investigación. Se deben considerar todos los problemas durante esta lluvia de ideas. ¡No hay problemas demasiado pequeños como para no considerarlos en este momento!
4. Con la lista de la lluvia de ideas del equipo, determinen en qué problema les gustaría que el equipo o varios grupos más pequeños se enfoquen su plan de acción.
5. Describan por qué han seleccionado este problema en particular para su Plan de acción comunitaria. Comprender las razones por las que su plan de acción se enfoca en este problema será útil cuando se desarrolle su plan de acción y lo comuniquen a otros.

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-3. Focalización de un problema para la acción: Lluvia de ideas y hoja de selección

Alrededor del círculo, haz una lluvia de ideas y documenta todos los problemas relacionados con los alimentos y la nutrición que conoces de tu investigación, como la desnutrición y la obesidad**.** Piensa en problemas globales, pero también en problemas comunitarios locales sobre los que aprendiste durante tu investigación. Ningún problema es demasiado pequeño para ser considerado.



© 2019 Smithsonian Institution

El problema al que estará dirigido nuestro plan de acción es . . .

Hemos seleccionado este problema para centrar nuestro plan de acción porque . . .

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-3. Focalización de un problema para la acción: artículo de EcoTeen Action

Cómo fomentar la sostenibilidad alimentaria en tu escuela, comunidad ¡y más allá!

2 de agosto del 2019 | Matthew Capuano-Rizzo y Garreth Bartholomew

Comienza de a poco

Nos rodearon matices de verde a medida que Garreth y yo bajábamos por un sendero en el Shenandoah National Park hacia una de las varias cascadas a lo largo de nuestra ruta de 12 kilómetros. Habíamos llegado con varios otros amigos y algunos padres el día anterior, y observamos que las hojas de los árboles que nos rodeaban estaban cubiertas de gotas de lluvia que habían caído de forma intermitente durante el día. Como personas mayores, comencé nuestra conversación de verano con planes futuros, al igual que cualquier desconocido cuando se entera de que tienes entre 14 y 20 años. Sin embargo, a diferencia de la mayoría de nuestros pares, Garreth se centró en las medidas que tomaría durante su último año para mejorar nuestra comunidad escolar en lugar de su trayectoria profesional posteriormente. El "Grupo de trabajo de alimentos y hambre" hizo eco en mi mente mientras Garreth explicaba su visión de unir a la comunidad escolar con respecto a la realización del segundo Objetivo de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas. Los desechos de alimentos sirvieron como nuestra principal preocupación y compartí mi experiencia de trabajo con DC Central Kitchen y sus esfuerzos por promover el desarrollo económico por medio de los alimentos, a la vez que eliminan el desperdicio. Mi reciente interacción con el director ejecutivo Michael Curtin hizo eco de mi mente: "No hay razón por la que no puedas comenzar lo que estamos haciendo aquí en tus escuelas y comunidades".

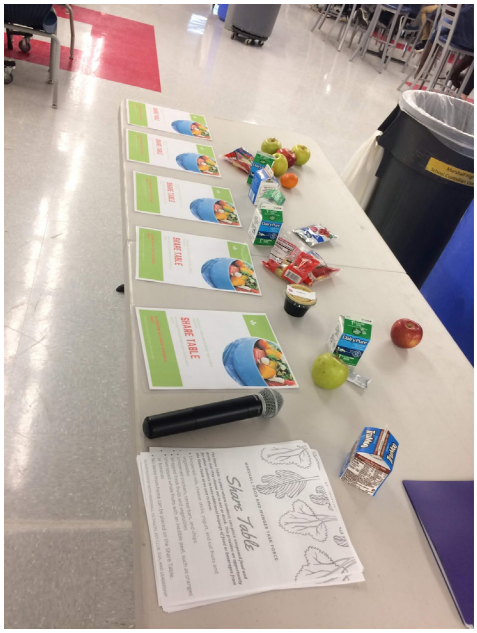
Primero, necesitábamos comprender el impacto de los 2173 estudiantes de la escuela secundaria George C. Marshall en áreas como el desperdicio de alimentos. Después de realizar una auditoría de desperdicio de alimentos el 20 de noviembre, les encargamos a los estudiantes que coloquen sus desechos de alimentos en el basurero correspondiente a su clase y agregamos un contenedor misceláneo para el personal docente. Con solo el 60 % del cuerpo estudiante presente el martes antes del receso de Acción de Gracias, descubrimos que en Marshall se desperdiciaron más de 45 kilos (100 libras) de alimentos y la clase de primer año registró la mayor cantidad de desperdicios con 10 kilos (23 libras). Consultar con el personal de registro de la escuela nos llevó a descubrir que el 17 % de nuestra población escolar recibe un almuerzo gratuito o con precio reducido. La variación en nuestro desperdicio de alimentos y la necesidad de nuestra escuela nos llevó a Garreth y a mí a embarcarnos en diferentes caminos para lograr el objetivo del Grupo de trabajo de reducir el desperdicio de alimentos y la inseguridad alimentaria.

© 2019 Smithsonian Institution

Involucrar a tantas personas y organizaciones como sea posible

Al comienzo del último año, no me imaginé liderar cinco clubes y sociedades de honor distintas. Simplemente ocurrió de esa manera. Pensé, me encantan las materias Francés, Estudios Sociales e Inglés y ya estoy liderando el Centro de Escritura y el club Octagon, así que ¿por qué no agregar algunos más? Si bien esa decisión implicó muchas noches organizando los anuncios y eventos de planificación en Google Classroom, la participación en muchas organizaciones facilitó su asociación en los eventos del Grupo de trabajo de alimentos y hambre, así como en otros, como un Seminario de salud mental y Meditación.

Mi primer proyecto fue la Mesa para compartir, una mesa frente a los contenedores de basura y los contenedores de reciclaje en los que los estudiantes pueden colocar paquetes sin abrir y frutas y verduras sin comer. Después de muchas reuniones con los líderes de Second Story, el club Octagon, el club Key, Marshall PTSA, la Sociedad de Honor Nacional, la Asociación de Gobierno de Estudiantes, y la compra de un refrigerador pequeño con fondos del club Octagon,





implementé la Mesa para compartir el 1 de marzo. Los voluntarios de PTSA llevarían las donaciones de la mesa los martes por la mañana a la oficina de Second Story del albergue de adolescentes para que se las entreguen a jóvenes en riesgo. Durante todo el año, los miembros de la Sociedad de Honor Nacional y los voluntarios del club Octagon, el club Key y la clase de liderazgo de Marshall llenaron la mesa, mientras realizaban anuncios sobre alimentos elegibles y alentaban las donaciones. Recuperamos casi 40 kilos (90 libras) de alimentos en el primer año de la Mesa para compartir.

Al final del último almuerzo, los voluntarios colocan los restos de comida en el refrigerador ubicado en la cafetería y los voluntarios de PTSA transportan las donaciones en el frigorífico situado a la izquierda del refrigerador. En primavera, organizamos una auditoría de desperdicios en toda la escuela, con valores reciclables y de basura, además de los datos de desperdicios de alimentos. Divulgué el evento en los clubes de Inglés, Francés y Estudios Sociales y en las

© 2019 Smithsonian Institution



Sociedades de Honor Nacional, así como en los clubes Octagon y Key. Registramos a más de diez voluntarios por cada desperdicio de orden de almuerzos y descubrimos una reducción del 30 % en los desperdicios de alimentos, de 45 a 31 kilos (100 a 70 libras), a pesar de que hubiera un mayor porcentaje del cuerpo estudiantil. La participación de varias organizaciones escolares llevó a que la auditoría se llevara a cabo, sin sorpresas, con mayor eficiencia que nuestra auditoría de otoño en la que Garreth, yo y algunos otros clasificamos la cantidad de desperdicios de una escuela.

Lily Toruteva, miembro de Estudios Sociales y de la Sociedad Francesa de Honor, posa con nuestra estación de separación en medio de la cafetería de la Escuela Secundaria George C. Marshall.

Creer

Nunca pensé que sería posible la mayoría de lo que logramos en nuestro último año de secundaria. A menudo, estamos condicionados a aceptar las barreras de los precedentes y las reglamentaciones y no superamos la indignación inicial de la existencia de estas barreras. Después de ser obstaculizado por la administración en mis esfuerzos por recaudar dinero para la organización benéfica de un pariente de mi amiga Vivian en México, aislé mis operaciones de recaudación de fondos a Trick-or-Treat para Unicef. Sin embargo, sin inmutarse, según las normativas del condado y del estado sobre la actividad, Garreth organizó un concierto benéfico en toda la escuela para la organización Food for Others con el fin de proporcionar comidas de verano a los estudiantes del condado de Fairfax. El concierto recaudó USD 857 para las comidas de verano, lo que contribuyó a alrededor de 8570 comidas para niños durante el verano.



Garreth Bartholomew circula en el patio escolar mientras el grupo de jazz dirigido por estudiantes de Marshall, The Brassholes, se preparan para tocar en el Marshall Rocks Benefit Concert.

Sin importar si ya eres líder de un club o si te uniste recientemente al movimiento ambiental, todos tenemos una responsabilidad y un papel que desempeñar en la preservación del bienestar futuro de nuestro planeta y de todos los que lo habitan. Todos los problemas se conectan con los problemas ambientales y debemos

© 2019 Smithsonian Institution

reconocer las consecuencias sociales de problemas como el desperdicio de alimentos, la contaminación plástica y el cambio climático para garantizar que respondemos a la escala de los problemas que hemos creado. En lugar de dividir a las partes interesadas en "parte del problema" y "parte de la solución", podemos unirnos en la reestructuración de nuestra economía y la forma de vida en la que nuestro uso actual de recursos no disminuya nuestra calidad de vida en el futuro. Dicho enfoque fomenta la citación de las acciones, los gobiernos y las corporaciones que perpetran estos problemas, pero también proporciona una alternativa al comportamiento no deseado y promueve la cooperación.

Juntos podemos, literalmente, cambiar el rumbo. Solo tenemos que creer.



La pasante del Fondo Mundial para la Naturaleza y coordinadora de sostenibilidad del Smithsonian Folklife Festival, Anna Johnson y Matthew Capuano-Rizzo de la red Eco-Teen Action demuestran cómo realizar una auditoría de desperdicios en una jornada de puertas abiertas de Eco-Teen Action Network el 18 de abril del 2019.

Preguntas de análisis

1. ¿Cuál fue el principal problema que estos adolescentes identificaron para abordar?
2. ¿Qué acciones escogieron para abordar el problema?
3. ¿Por qué escogieron esas acciones?
4. ¿Cuáles fueron algunos de los efectos de sus acciones en el problema?

© 2019 Smithsonian Institution

7-4

Lluvia de ideas de opciones para la acción

En la tarea 7-3, el equipo decidió el problema en el que tomará medidas como parte de su Plan de acción comunitaria. El siguiente paso es ser creativo y hacer una lluvia de ideas sobre todas las diferentes acciones que se podrían tomar para abordar el problema que se seleccionó. Considerar todas las muchas opciones, tanto grandes como pequeñas, antes de tomar una decisión importante sobre su plan de acción es un paso importante para abordar la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Objetivo



En esta tarea, el equipo realizará una lluvia de ideas y creará una lista de las diferentes acciones que podrían realizar para trabajar en pos de su problema alimentario identificado. Luego, el equipo utilizará esta lista para seleccionar las acciones que desean implementar en su plan de acción.

Este análisis ayudará al equipo a comprender de mejor manera la siguiente pregunta del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Qué acciones creemos que las personas deberían tomar para abordar los problemas alimentarios locales?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 7-4 y toma el artículo de EcoTeen Action y la hoja de la lluvia de ideas de opciones para la acción.
2. Lee el artículo de EcoTeen Action sobre adolescentes que toman medidas sobre problemas relacionados con los alimentos en su comunidad. Utiliza las preguntas de análisis ubicadas en la carpeta de la tarea para analizar el problema que el equipo identificó en su comunidad.
3. Con la hoja de la Lluvia de ideas de opciones para la acción, como equipo documenten todas las diferentes acciones que el equipo podría realizar para abordar el problema que escogieron en la tarea 7-3. Se deben considerar todas las acciones durante esta lluvia de ideas. ¡No hay acciones demasiado pequeñas como para no considerarlas en este momento!
4. Con la lista de la lluvia de ideas del equipo, determinen en qué acción el equipo o varios grupos más pequeños enfocarán su plan de acción.
5. Describan por qué han seleccionado esta acción en particular para su Plan de acción comunitaria. Comprender las razones por las que implementarán acciones será útil cuando comuniquen su plan de acción a los demás.

¡Qué bien! Completaste la tarea 7-4. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 7-5!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-4. Lluvia de ideas sobre las opciones de acción: artículo de EcoTeen Action

Cómo fomentar la sostenibilidad alimentaria en tu escuela, comunidad ¡y más allá!

2 de agosto del 2019 | Matthew Capuano-Rizzo y Garreth Bartholomew

Comienza de a poco

Nos rodearon matices de verde a medida que Garreth y yo bajábamos por un sendero en el Shenandoah National Park hacia una de las varias cascadas a lo largo de nuestra ruta de 12 kilómetros. Habíamos llegado con varios otros amigos y algunos padres el día anterior, y observamos que las hojas de los árboles que nos rodeaban estaban cubiertas de gotas de lluvia que habían caído de forma intermitente durante el día. Como personas mayores, comencé nuestra conversación de verano con planes futuros, al igual que cualquier desconocido cuando se entera de que tienes entre 14 y 20 años. Sin embargo, a diferencia de la mayoría de nuestros pares, Garreth se centró en las medidas que tomaría durante su último año para mejorar nuestra comunidad escolar en lugar de su trayectoria profesional posteriormente. El "Grupo de trabajo de alimentos y hambre" hizo eco en mi mente mientras Garreth explicaba su visión de unir a la comunidad escolar con respecto a la realización del segundo Objetivo de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas. Los desechos de alimentos sirvieron como nuestra principal preocupación y compartí mi experiencia de trabajo con DC Central Kitchen y sus esfuerzos por promover el desarrollo económico por medio de los alimentos, a la vez que eliminan el desperdicio. Mi reciente interacción con el director ejecutivo Michael Curtin hizo eco de mi mente: "No hay razón por la que no puedas comenzar lo que estamos haciendo aquí en tus escuelas y comunidades".

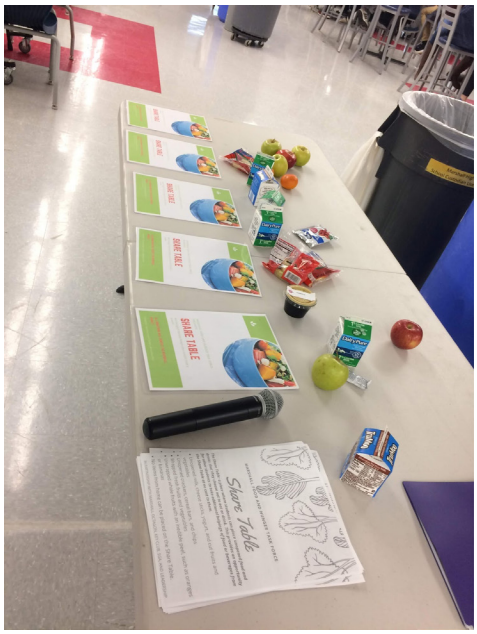
Primero, necesitábamos comprender el impacto de los 2173 estudiantes de la escuela secundaria George C. Marshall en áreas como el desperdicio de alimentos. Después de realizar una auditoría de desperdicio de alimentos el 20 de noviembre, les encargamos a los estudiantes que coloquen sus desechos de alimentos en el basurero correspondiente a su clase y agregamos un contenedor misceláneo para el personal docente. Con solo el 60 % del cuerpo estudiante presente el martes antes del receso de Acción de Gracias, descubrimos que en Marshall se desperdiciaron más de 45 kilos (100 libras) de alimentos y la clase de primer año registró la mayor cantidad de desperdicios con 10 kilos (23 libras). Consultar con el personal de registro de la escuela nos llevó a descubrir que el 17 % de nuestra población escolar recibe un almuerzo gratuito o con precio reducido. La variación en nuestro desperdicio de alimentos y la necesidad de nuestra escuela nos llevó a Garreth y a mí a embarcarnos en diferentes caminos para lograr el objetivo del Grupo de trabajo de reducir el desperdicio de alimentos y la inseguridad alimentaria.

© 2019 Smithsonian Institution

Involucrar a tantas personas y organizaciones como sea posible

Al comienzo del último año, no me imaginé liderar cinco clubes y sociedades de honor distintas. Simplemente ocurrió de esa manera. Pensé, me encantan las materias Francés, Estudios Sociales e Inglés y ya estoy liderando el Centro de Escritura y el club Octagon, así que ¿por qué no agregar algunos más? Si bien esa decisión implicó muchas noches organizando los anuncios y eventos de planificación en Google Classroom, la participación en muchas organizaciones facilitó su asociación en los eventos del Grupo de trabajo de alimentos y hambre, así como en otros, como un Seminario de salud mental y Meditación.

Mi primer proyecto fue la Mesa para compartir, una mesa frente a los contenedores de basura y los contenedores de reciclaje en los que los estudiantes pueden colocar paquetes sin abrir y frutas y verduras sin comer. Después de muchas reuniones con los líderes de Second Story, el club Octagon, el club Key, Marshall PTSA, la Sociedad de Honor Nacional, la Asociación de Gobierno de Estudiantes, y la compra de un refrigerador pequeño con fondos del club Octagon,





implementé la Mesa para compartir el 1 de marzo. Los voluntarios de PTSA llevarían las donaciones de la mesa los martes por la mañana a la oficina de Second Story del albergue de adolescentes para que se las entreguen a jóvenes en riesgo. Durante todo el año, los miembros de la Sociedad de Honor Nacional y los voluntarios del club Octagon, el club Key y la clase de liderazgo de Marshall llenaron la mesa, mientras realizaban anuncios sobre alimentos elegibles y alentaban las donaciones. Recuperamos casi 40 kilos (90 libras) de alimentos en el primer año de la Mesa para compartir.

Al final del último almuerzo, los voluntarios colocan los restos de comida en el refrigerador ubicado en la cafetería y los voluntarios de PTSA transportan las donaciones en el frigorífico situado a la izquierda del refrigerador. En primavera, organizamos una auditoría de desperdicios en toda la escuela, con valores reciclables y de basura, además de los datos de desperdicios de alimentos. Divulgué el evento en los clubes de Inglés, Francés y Estudios Sociales y en las

© 2019 Smithsonian Institution



Sociedades de Honor Nacional, así como en los clubes Octagon y Key. Registramos a más de diez voluntarios por cada desperdicio de orden de almuerzos y descubrimos una reducción del 30 % en los desperdicios de alimentos, de 45 a 31 kilos (100 a 70 libras), a pesar de que hubiera un mayor porcentaje del cuerpo estudiantil. La participación de varias organizaciones escolares llevó a que la auditoría se llevara a cabo, sin sorpresas, con mayor eficiencia que nuestra auditoría de otoño en la que Garreth, yo y algunos otros clasificamos la cantidad de desperdicios de una escuela.

Lily Toruteva, miembro de Estudios Sociales y de la Sociedad Francesa de Honor, posa con nuestra estación de separación en medio de la cafetería de la Escuela Secundaria George C. Marshall.

Creer

Nunca pensé que sería posible la mayoría de lo que logramos en nuestro último año de secundaria. A menudo, estamos condicionados a aceptar las barreras de los precedentes y las reglamentaciones y no superamos la indignación inicial de la existencia de estas barreras. Después de ser obstaculizado por la administración en mis esfuerzos por recaudar dinero para la organización benéfica de un pariente de mi amiga Vivian en México, aislé mis operaciones de recaudación de fondos a Trick-or-Treat para Unicef. Sin embargo, sin inmutarse, según las normativas del condado y del estado sobre la actividad, Garreth organizó un concierto benéfico en toda la escuela para la organización Food for Others con el fin de proporcionar comidas de verano a los estudiantes del condado de Fairfax. El concierto recaudó USD 857 para las comidas de verano, lo que contribuyó a alrededor de 8570 comidas para niños durante el verano.



Garreth Bartholomew circula en el patio escolar mientras el grupo de jazz dirigido por estudiantes de Marshall, The Brassholes, se preparan para tocar en el Marshall Rocks Benefit Concert.

Sin importar si ya eres líder de un club o si te uniste recientemente al movimiento ambiental, todos tenemos una responsabilidad y un papel que desempeñar en la preservación del bienestar futuro de nuestro planeta y de todos los que lo habitan. Todos los problemas se conectan con los problemas ambientales y debemos

© 2019 Smithsonian Institution

reconocer las consecuencias sociales de problemas como el desperdicio de alimentos, la contaminación plástica y el cambio climático para garantizar que respondemos a la escala de los problemas que hemos creado. En lugar de dividir a las partes interesadas en "parte del problema" y "parte de la solución", podemos unirnos en la reestructuración de nuestra economía y la forma de vida en la que nuestro uso actual de recursos no disminuya nuestra calidad de vida en el futuro. Dicho enfoque fomenta la citación de las acciones, los gobiernos y las corporaciones que perpetran estos problemas, pero también proporciona una alternativa al comportamiento no deseado y promueve la cooperación.

Juntos podemos, literalmente, cambiar el rumbo. Solo tenemos que creer.



La pasante del Fondo Mundial para la Naturaleza y coordinadora de sostenibilidad del Smithsonian Folklife Festival, Anna Johnson y Matthew Capuano-Rizzo de la red Eco-Teen Action demuestran cómo realizar una auditoría de desperdicios en una jornada de puertas abiertas de Eco-Teen Action Network el 18 de abril del 2019.

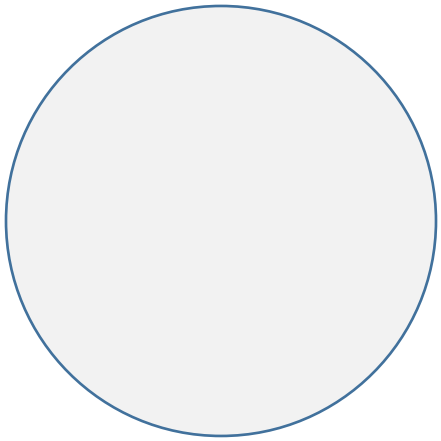
Preguntas de análisis

1. ¿Cuál fue el principal problema que estos adolescentes identificaron para abordar?
2. ¿Qué acciones escogieron para abordar el problema?
3. ¿Por qué escogieron esas acciones?
4. ¿Cuáles fueron algunos de los efectos de sus acciones en el problema?

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-4. Lluvia de ideas de opciones para la acción

Dentro del círculo, escribe el problema que seleccionaste en la tarea 7-3. Alrededor del círculo, haz una lluvia de ideas y documenta todas las ideas sobre las acciones que tu equipo podría tomar para abordar este problema. Piensa en grande y en pequeño; cada idea tiene el mismo valor en este punto.



© 2019 Smithsonian Institution

Analiza todas tus opciones y, luego, encierra en un círculo la acción en la que tu equipo decidió enfocarse.

La acción en torno a la cuál nuestro equipo desarrollará nuestro plan es . . .

Hemos seleccionado esta acción para centrar nuestro plan porque . . .

© 2019 Smithsonian Institution

7-5 Desarrollo de la parte dos de su plan de acción: Establecimiento de objetivos de acción

En la tarea 7-2, armaron y organizaron toda la investigación que ya han completado. En la tarea 7-3 y la tarea 7-4, identificaron el problema que desean abordar en su Plan de acción comunitaria e hicieron una lluvia de ideas con acciones sugeridas para implementar como parte de su plan. Una cosa es hacer una investigación y otra es establecer objetivos concretos a fin de ayudar a las personas a tomar medidas en esa investigación. Sin embargo, es importante utilizar la información que se recopiló a fin de determinar qué acciones se realizarán para ayudar a abordar la pregunta del problema: **¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?**

Hay muchas respuestas posibles a esta pregunta. Es por esto que tu equipo ahora debe decidir algunos objetivos para lo que se realizará a continuación.

Objetivo



En esta tarea, el equipo armará la segunda parte de su plan de acción. Ustedes decidirán las acciones que creen que las personas deben comenzar a realizar en la comunidad para abordar la pregunta del problema. Este análisis ayudará al equipo a comprender mejor las siguientes preguntas del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- ¿Qué acciones creemos que las personas deberían tomar para abordar los problemas alimentarios locales?
- ¿Cómo podemos comenzar a promulgar nuestro plan de acción a nivel local?

1. Ve a la carpeta de la tarea 7-5 para leer los detalles sobre el armado de la parte dos del plan de acción: Establecimiento de objetivos de acción.
2. Vuelvan a leer los detalles como equipo. Hagan preguntas acerca de cualquier parte que no esté clara. Recuerden, ¡no se preocupen!
3. Utilicen todo el trabajo que han completado hasta este punto para armar y organizar esta parte de su Plan de acción comunitaria; sigan las instrucciones de la carpeta de la tarea.

¡Qué bien! Completaste la tarea 7-5. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 7-6!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-5. Desarrollo de la parte dos de su plan de acción: Establecimiento de objetivos de acción

El equipo continuará desarrollando tu plan de acción. En general, este plan de acción describirá cómo abordarás y comunicarás la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

El Plan de acción comunitaria tendrá tres partes. Las tareas de la 7-2 a la 7-6 te ayudarán a completar cada parte del plan.

1. Tarea 7-2: Antecedentes del área de investigación, incluida toda la evidencia que has recopilado (esta parte implica organizar lo que ya has hecho durante tu investigación).
2. Tarea 7-3: Focalización de un problema para la acción (esta parte implica averiguar en qué problema de tu comunidad te gustaría enfocar tu plan de acción para abordarlo).
3. Tarea 7-4: Lluvia de ideas sobre las opciones de acción (esta parte implica recopilar ideas sobre una variedad de acciones en torno a las cuales tú y tu equipo pueden desarrollar su plan de acción).
4. Tarea 7-5: Establecer objetivos de acción (esta parte implica averiguar y decidir qué acciones les gustaría realizar a ti o a tu equipo y establecer objetivos para realizar esas acciones).
5. Tarea 7-6: Estrategia de comunicaciones (esta parte implica averiguar cómo te comunicarás con otras personas acerca de tu investigación y tu plan de acción).

La tarea 7-5 se centra en establecer los objetivos de acción del Plan de acción comunitaria. Esto implica desarrollar las acciones que cree que las personas deben comenzar a realizar para abordar la pregunta del problema en tu comunidad. Completa lo siguiente, según la investigación que realizaste.

Es importante establecer objetivos locales para ayudar a las personas a actuar en el plan. Por ejemplo, parte de tu plan podría ser trabajar con un banco de alimentos local con el fin de ayudar a recolectar alimentos para las personas que no pueden acceder fácilmente a los alimentos durante el año. Otra parte del plan podría ser educar a varias personas en tu comunidad sobre el problema.

Establecer objetivos de acción locales te ayudará a determinar qué acciones se deben tomar ahora y en el futuro, quién es responsable de tomarlas y cómo tu equipo supervisará las acciones para determinar su efectividad con el tiempo. Piensa en las siguientes preguntas a medida que avanzas en esta tarea:

- ¿A quién necesitamos ayudarnos con este plan de acción?
- ¿Qué debemos hacer?
- ¿Qué habilidades que nos pueden ayudar ya tenemos y qué más necesitamos?
- ¿Cómo sabremos si nuestro plan está funcionando?

© 2019 Smithsonian Institution

1. Desarrolla una lista de objetivos de acción que podrían llevar a cabo varias personas en tu comunidad. Considera lo siguiente cuando crees tus objetivos de acción: ¿Qué tipo de acción se necesita y qué es lo que debe abordar la acción? Proporciona una descripción de la acción. Algunos ejemplos pueden incluir lo siguiente:
   - Objetivos de acción de educación: Crear y entregar folletos para informar a la comunidad sobre los problemas de alimentos. Esta acción aumentará el conocimiento de las personas de los miembros de tu comunidad acerca de los problemas alimentarios locales y globales.
   - Objetivos de acción de defensa: Crear carteles para defender a un grupo de personas que experimenten inseguridad alimentaria. Escribir cartas a funcionarios locales y líderes de la comunidad en relación con los problemas basados en alimentos y el efecto sobre diversas personas y grupos en tu comunidad.
   - Objetivos de acción física: Monitorear tu centro de investigación semanalmente o mensualmente, según los datos recopilados. Esta acción podría recopilar y documentar los cambios a largo plazo en tu comunidad en relación con un problema específico.
   - ¡Sé creativo y desarrolla tus propios objetivos para tu comunidad!
2. ¿Qué habilidades que nos ayudarán a implementar este plan de acción ya tenemos?
3. ¿Quién es responsable de la acción: tú, un miembro del equipo, todo el equipo, miembros específicos de la comunidad, todos los miembros de la comunidad?
4. Programa o cronograma de acción: ¿Cuándo y con qué frecuencia deben realizarse las acciones? ¿Cuál es el primer paso que vamos a dar y cuándo? ¿Habrá un segundo paso? ¿Cuándo se llevará a cabo? Si hay más de una acción, ¿Qué se debe hacer primero, segundo y tercero? Crea una orden para todas tus acciones, de modo que el equipo sepa dónde empezar.
5. Monitoreo de acciones: ¿cómo se documentarán o monitorearán los objetivos de acción a lo largo del tiempo para determinar su efectividad? ¿Cómo determinarás si la acción está funcionando de manera efectiva? Crea una estrategia para monitorear el progreso hacia tus objetivos con el tiempo.
6. ¿Cómo sabremos si el plan de acción está funcionando? Identifica algunos indicadores que tu equipo pueda utilizar para determinar si tu plan tiene o no algún efecto sobre el problema.

© 2019 Smithsonian Institution

7-6 Creación de la parte tres de su Plan de acción: Estrategia de comunicaciones

En la tarea 7-2 y la tarea 7-5, armaste y desarrollaste las partes uno y dos de tu Plan de acción comunitaria. Sin embargo, si nadie fuera del equipo de investigación sabe acerca del plan, ¿puede generar un impacto? ¡De ninguna manera! A continuación, deberán desarrollar un plan para comunicar de forma creativa el plan de acción con su comunidad.

Hay muchas formas posibles de comunicarse con su comunidad. ¡Sé creativo!

Objetivo



En esta tarea, el equipo armará la tercera parte de su plan de acción. Esta parte implica crear una estrategia de comunicaciones para comunicar su plan a los demás. Este análisis ayudará al equipo a comprender de mejor manera la siguiente pregunta del mapa de preguntas de la tarea 1-10:

- **¿Cuáles son las maneras en que podemos compartir y comunicar nuestro plan de acción con la comunidad local?**

1. Ve a la carpeta de la tarea 7-6 a fin de leer los detalles para la Creación de la parte tres de su Plan de acción: Estrategia de comunicaciones.

2. Vuelvan a leer los detalles del plan como equipo. Hagan preguntas acerca de cualquier parte que no esté clara. Recuerden, ¡no se preocupen!

3. Utilicen todo el trabajo que han completado desde la parte 1 a la parte 6 a fin de armar y organizar esta parte de su plan de acción comunitaria.

¡Qué bien! Completaste la tarea 7-6. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 7-7!

© 2019 Smithsonian Institution

Tarea 7-6. Creación de la parte tres de su Plan de acción: Estrategia de comunicaciones

El equipo continuará desarrollando tu plan de acción. En general, este plan de acción describirá cómo abordarás y comunicarás la pregunta del problema: *"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"*

El Plan de acción comunitaria tendrá tres partes. Las tareas de la 7-2 a la 7-6 te ayudarán a completar cada parte del plan.

1. Tarea 7-2: Antecedentes del área de investigación, incluida toda la evidencia que has recopilado (esta parte implica organizar lo que ya has hecho durante tu investigación).
2. Tarea 7-3: Focalización de un problema para la acción (esta parte implica averiguar en qué problema de tu comunidad te gustaría enfocar tu plan de acción para abordarlo).
3. Tarea 7-4: Lluvia de ideas sobre las opciones de acción (esta parte implica recopilar ideas sobre una variedad de acciones en torno a las cuales tú y tu equipo pueden desarrollar su plan de acción).
4. Tarea 7-5: Establecer objetivos de acción (esta parte implica averiguar y decidir qué acciones les gustaría realizar a ti o a tu equipo y establecer objetivos para realizar esas acciones).
5. Tarea 7-6: Estrategia de comunicaciones (esta parte implica averiguar cómo te comunicarás con otras personas acerca de tu investigación y tu plan de acción).

La tarea 7-6 se centra en crear una estrategia de comunicaciones para el Plan de acción comunitaria. Esta parte implica comunicar todas las partes de tu plan a tu comunidad. Completa lo siguiente, según los objetivos de investigación y acción en los que hayas trabajado.

Si nadie fuera de tu equipo de investigación conoce tu plan, ¿puede generar un impacto? Por supuesto que no. Deberás desarrollar un plan para comunicar de forma creativa las partes de tu plan de acción a tu comunidad. Asegúrate de incluir perspectivas sociales, éticas, ambientales y económicas sobre el problema que estás abordando en tu plan de acción. ¿Cómo informarás a los demás sobre tu evidencia, afirmaciones, decisiones y objetivos de acción?

Sé creativo. Por ejemplo, este plan puede incluir:

- Creación de carteles o proyectos de arte para comunicar partes de tu plan.
- Escribir una canción o una obra de un solo acto para comunicar partes de tu plan.
- Escribir y grabar un anuncio de servicio público (audio o video) para comunicar partes de tu plan.
- Crea una campaña de redes sociales para comunicar partes de tu plan.
- Hablar en un evento público sobre el problema y tu plan de acción.
- ¡Aporta tus propias ideas!

© 2019 Smithsonian Institution

Antes de seleccionar y desarrollar tu estrategia de comunicaciones, piensa en lo siguiente:

- ¿Cuál es tu meta principal de comunicaciones?
- ¿Con quién deseas comunicarte? ¿Cuáles son tus audiencias objetivo?
- ¿Qué sabes acerca de las audiencias con las que deseas comunicarte?
- ¿Qué más debes aprender sobre las audiencias o considerar antes de desarrollar tu estrategia de comunicaciones?
- ¿Cuáles son los beneficios de tu plan de acción que crees que son de interés para tus audiencias objetivo?
- ¿Cuáles son los mensajes clave que te gustaría transmitir a tu público?
- ¿Qué herramientas de comunicación te ayudarían mejor a lograr tu objetivo con las audiencias objetivo? Por ejemplo:
    - Notas de periódicos
    - Estrategias en línea
    - Correo
    - Publicaciones
    - Hablar en público
    - Eventos públicos
    - Publicidad
- ¿Qué tipo de recursos financieros y humanos tienes para lograr tu estrategia de comunicaciones?

Cada equipo debe considerar lo siguiente cuando desarrollen su estrategia de comunicaciones:

- Presentar consideraciones sociales, éticas, ambientales y económicas para la audiencia.
- Apoyar todas las declaraciones con evidencia (datos y estadísticas, opiniones de expertos, experiencias personales y de segunda mano).
- Respaldar todas las acciones sugeridas mediante declaraciones respaldadas por datos y evidencia.
- Explicar, demostrar y mostrar claramente todos los aspectos de tus objetivos de acción.
- Describir claramente cómo se monitoreará la efectividad del plan a lo largo del tiempo. Analizar cómo se puede ajustar el plan si no está funcionando o si se debe mejorar.

Con toda esta información, selecciona y desarrolla tu estrategia de comunicaciones. Utiliza la siguiente hoja como ayuda para guiar el proceso de desarrollo.

© 2019 Smithsonian Institution

7-7 Equipo de posencuesta

¡Felicitaciones!

Completaste tu Plan de acción comunitaria.

Date una palmadita en la espalda.

Una última cosa que debes hacer es el equipo de posencuesta.

Objetivo



En esta tarea, tomarás la misma encuesta que realizaste en la tarea 1-3 y comparará las respuestas en las dos encuestas. El objetivo es observar cómo tus ideas sobre las preguntas pueden haber cambiado o se han mantenido iguales desde que se comenzó a trabajar en la investigación.

1. Ve a la carpeta de la tarea 1-3 y toma la encuesta que realizaste en la tarea 1-3. Utiliza la misma versión de la encuesta que el equipo utilizó para la encuesta del equipo en la tarea 1-3.
2. Cada miembro del equipo debe completar la encuesta nuevamente.
3. Compara y contrasta las respuestas del equipo con las encuestas entre la tarea 1-3 y la tarea 7-7.
4. Identifica las preguntas cuyas respuestas hayan cambiado. ¿Por qué crees que las respuestas cambiaron de la tarea 1-3 a la tarea 7-7?
5. Identifica las preguntas cuyas respuestas no hayan cambiado. ¿Por qué crees que las respuestas no cambiaron de la tarea 1-3 a la tarea 7-7?
6. ¿Cómo podría ser útil esta información cuando se piensa en la pregunta sobre el problema **"¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?"**

¡Qué bien! Completaste la tarea 7-7. Márcala en la lista de tareas.
¡Ve a la tarea 7-8!

© 2019 Smithsonian Institution

7-8

Reflexión sobre tus acciones futuras

¡Felicitaciones!

Has completado todas las partes de esta Guía de investigación.

Date una palmadita en la espalda.

Sin embargo, esto no significa que hayas terminado.

Los alimentos y la nutrición siguen siendo un problema importante para muchas personas en grandes partes del mundo.

Tu investigación recién empezó.

Piensa en lo siguiente:

- ¿Hay alguna pregunta que aún no tiene respuesta sobre los alimentos?
- ¿Hay algo más que aún necesites aprender para ayudar a más personas con problemas relacionados con los alimentos en tu comunidad y en el mundo?

Siempre hay algo nuevo que aprender para ayudar a los demás.

Esta nueva información seguirá cambiando las decisiones que tomes.

Piensa en cómo puedes continuar mejorando las cosas para el mundo.

Esperamos que estos problemas ahora estén más claros para ti.

¿Cómo puedes ayudarlos a clarificarlos para otras personas a tu alrededor?

¿Cómo puedes ayudar a alguien en una comunidad diferente a obtener más información sobre este problema?

Recuerda: cada comunidad es diferente. La misma respuesta no siempre es correcta para todos los lugares del mundo.

Sin embargo, la pregunta sigue siendo la misma:

¿Cómo podemos garantizar una buena nutrición para todos?

Sé creativo.

Haz preguntas.

Crea un plan.

Explora el mundo que te rodea.

Mantén la mente abierta.

Y lo más importante, piensa en cómo podemos trabajar juntos para hacer del mundo un lugar mejor.

© 2019 Smithsonian Institution

Notas:

© 2019 Smithsonian Institution

Smithsonian | SCIENCE *for Global Goals*

Ciencia Smithsoniana para Objetivos Globales (SSfGG, del inglés Smithsonian Science for Global Goals) es un plan de estudios a libre disposición desarrollado por el Centro Smithsoniano de Educación Científica (SSEC, del inglés Smithsonian Science Education Center) en colaboración con la InterAcademy Partnership (Asociación Interacademias). Utiliza los objetivos de desarrollo sostenible (SDG, del inglés *Sustainable Development Goals*) de las Naciones Unidas como un marco para enfocarse en las acciones sostenibles que están definidas e implementadas para estudiantes.



En un intento por facultar a la próxima generación encargada de tomar decisiones a que sean capaces de tomar las decisiones correctas sobre los complejos problemas sociocientíficos que enfrenta la sociedad humana, la **SSfGG** combina prácticas previas en la educación científica basada en investigación (IBSE, del inglés *inquiry-based science education*), la educación de estudios sociales (SSE, del inglés *social studies education*), la educación cívica global (GCE, del inglés *global citizenship education*), el aprendizaje emocional social y la educación para el desarrollo sostenible (ESD, del inglés *education for sustainable development*).

desarrollado por

Smithsonian *Science Education Center*

en colaboración con

iap SCIENCE HEALTH POLICY

the interacademy partnership