

¿COMO DEMASIADA CARNE?

El impacto de tu consumo de carne

El consumo de carne es importante y relevante porque afecta a nuestra salud, al medio ambiente y a la ética. Comer demasiada carne puede provocar problemas de salud como enfermedades cardíacas, obesidad y ciertos tipos de cáncer. La producción y el consumo de carne también conllevan problemas medioambientales, como la deforestación, las emisiones de gases de efecto invernadero y la contaminación del agua.

Están surgiendo alternativas a la carne tradicional, como las opciones basadas en plantas y cultivadas en laboratorio, que pueden ayudar a reducir los impactos negativos de la producción de carne. Es importante conocer el consumo de carne para tomar decisiones informadas sobre lo que comemos. Con el aumento de la demanda mundial de carne, comprender las consecuencias de nuestras decisiones es crucial para un futuro sostenible y saludable tanto para las personas como para el planeta.

Resumen “¿COMO DEMASIADA CARNE?”

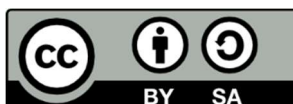


Información principal

Contenido	datos dados en porcentaje, como números decimales Comparando datos Leer, interpretar y analizar diagramas y gráficos. Estimación y cálculo del consumo personal de carne
Grupo objetivo	Estudiantes adultos con habilidades numéricas básicas y ciertas habilidades en el análisis de diagramas y gráficos. Estudiantes adultos dispuestos a reflexionar, pensar demasiado y, eventualmente, cambiar sus hábitos alimenticios.
Intención de aprendizaje	¿Cuál es la intención de los adultos ante este problema? <ul style="list-style-type: none"> – Alfabetización numérica para fines personales y privados – Alfabetización numérica para comprender la sociedad
Duración	Aproximadamente 2 lecciones en clase y una semana para una autoexperimentación que los alumnos realizan en casa individualmente.
Material y recursos	presentaciones (por ejemplo, powerpoint) para dar una idea de... <ul style="list-style-type: none"> • Consumo de carne recomendado (por la OMS) • Consumo real de carne en diferentes países • Efectos secundarios negativos del alto consumo de carne en muchos países
Tamaño del grupo	Rango de 5 a 15 alumnos
Planteamiento del problema	En muchos países del mundo, la ingesta media de carne por persona es superior a la recomendada por la OMS. A menudo, las personas no son conscientes de la cantidad de carne que consumen a la semana (ya que tienden a no “contabilizar” los productos cárnicos procesados) y de los efectos negativos que su elevado consumo de carne tiene para nuestro medio ambiente.
Preguntas de trabajo	¿Son conscientes los estudiantes de la cantidad de su consumo diario/semanal/mensual de carne? ¿Reconocen los estudiantes los efectos negativos de un alto consumo de carne? ¿Están los estudiantes dispuestos a repensar sus hábitos alimentarios y a probar estilos de dieta alternativos o adaptados?



<p>Resultados y resultados del aprendizaje</p>	<p>Los estudiantes reflexionan sobre sus hábitos alimentarios y especialmente sobre la cantidad promedio de carne que consumen.</p> <p>Los estudiantes comparan el consumo promedio de carne en diferentes países interpretando gráficos y diagramas.</p> <p>Los estudiantes están dispuestos a realizar un autoexperimento.</p>
--	--



Plan de trabajo

Tiempo (lecciones)	Descripción de contenidos/actividades	Material	Información metódica y didáctica ¹
15 minutos	<p>Activación : Los estudiantes se ponen en situación de ver hechos, estadísticas y citas sobre el consumo de carne (mundial, nacional, personal).</p> <p>El profesor guía a los estudiantes a través de un diálogo reflexivo y una discusión sobre los hechos y gráficos presentados:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué información obtenemos? • ¿Qué significa esa información para usted personalmente? • ¿Comes carne? ¿Con qué frecuencia? ¿Qué tipo de carne? • ¿A veces reflexionas sobre tu consumo de carne? • ¿Te gustaría cambiar tu consumo de carne? ¿Por qué (no)? • ... 	de PowerPoint (o similar) que presenten datos, estadísticas y citas sobre el consumo de carne (ver apéndice 1)	Activación cognitiva pensamiento crítico reflexión interrogatorio
30 minutos	<p>Opcional: Ejercicio contrastivo Los alumnos se dividen en grupos pequeños y reciben un diagrama o gráfico que presenta el consumo de carne en diferentes países o regiones (por ejemplo, Austria, el promedio de la UE, Estados Unidos, Nigeria). Cada grupo analiza e interpreta los datos y luego elabora una presentación breve (visualizada) que subraya las diferencias y similitudes.</p> <p>Presentación de los resultados del grupo seguida de una discusión de las posibles razones de las diferencias en el consumo de carne.</p>	Diagramas y gráficos que muestran el consumo de carne en diferentes países. (para una sugerencia véase el apéndice 2)	Aprendizaje colaborativo pensamiento crítico

¹Para obtener una descripción y explicación de los tipos de tareas, HIT y otra información de fondo, consulte la guía del profesor/usuario.

30 minutos +	<p>Información de fondo</p> <p>Con la inclusión de los conocimientos previos de los estudiantes y de acuerdo a sus habilidades, el docente...</p> <ul style="list-style-type: none"> • ofrece una breve introducción al impacto del alto consumo de carne en el medio ambiente, la salud y el bienestar animal. • Explica la relación entre la producción de carne, las emisiones de gases de efecto invernadero, la deforestación de la selva tropical, el consumo de agua y el cambio climático. <p>Presenta alternativas como dietas vegetarianas y veganas y consumo reducido de carne.</p>	Aporte del profesor, acompañado de diapositivas de PowerPoint (o similar) a criterio del profesor.	activación cognitiva reflexión pensamiento crítico
una semana (en casa)	<p>Autoexperimentos</p> <p>Se pide a los alumnos que realicen un autoexperimento en el que o...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Documentar todo su consumo personal de carne de una semana y finalmente reflexionar sobre ello y, sobre todo, ponerlo en relación con la recomendación de la OMS. <p>O...</p> <ul style="list-style-type: none"> • tratar de prescindir de la carne y de los productos cárnicos procesados durante una semana entera y escribir un diario de experiencias al respecto. Los alumnos con experiencia pueden utilizar una herramienta digital para calcular su ahorro en emisiones de CO2. 	Opcional: herramienta digital para calcular las emisiones de CO2 (y el ahorro en emisiones), por ejemplo https://carbondebit.s.io/	reflexión pensamiento crítico



15 minutos	<p>Reflexión y transferencia</p> <p>En una fase de reflexión final, los estudiantes recogen sus experiencias personales en el marco de los experimentos autoexperimentados y debaten sobre las lecciones aprendidas. Realizan y continúan reflexionando en profundidad sobre cómo podrían adaptar sus propios hábitos alimentarios para lograr un consumo de carne más sostenible.</p>	Resultados de los autoexperimentos de los alumnos	reflexión pensamiento crítico aprendizaje colaborativo
------------	---	---	--



Sugerencias para el docente /usuario

El ejemplo que aquí se presenta debe considerarse como un material ejemplar e inspirador que presenta una guía con un amplio rango de posibilidades de adaptar esas sugerencias a un grupo específico de estudiantes o a un estudiante individual con sus requerimientos muy personales.

En términos concretos, el ejemplo “¿Como demasiada carne?” podría adaptarse de estas maneras:

- Individualización y diferenciación: el ejemplo puede variar en dificultad según la elección de los diagramas y representaciones que se van a trabajar. Así, los alumnos con menos conocimientos numéricos en esta área pueden optar por diagramas sencillos, mientras que los alumnos avanzados trabajan con contenidos más complejos (como medias, decimales, valores comparativos). El intercambio mutuo hace que los contenidos individuales sean accesibles para todos.
- Contexto de aprendizaje: El docente debe asegurarse de que este tema no afecte a ningún alumno del grupo de forma sensible o desagradable. Por ejemplo, los hábitos alimentarios religiosos y culturales deben tener una aceptación y tolerancia general en todo el grupo, y la elección de este tema no debe poner de relieve ningún trastorno alimentario que pueda estar presente en el grupo.

Nuestras actividades educativas tienen como objetivo que los alumnos no sólo memoricen las habilidades numéricas, sino que , en primer lugar , las practiquen y las utilicen de forma funcional en la vida diaria o en situaciones profesionales. Por ello, se recomienda poner en práctica el concepto de HITS ²(higher impacts of teaching skills) en la medida de lo posible y con la mayor frecuencia posible: ...

- ... trabajar con material concreto y auténtico que los alumnos reconocerán en situaciones de la vida cotidiana. Para este ejemplo, se recomienda utilizar gráficos y diagramas muy reales, de países que coincidan con los antecedentes biográficos de los alumnos.
- ... hacer preguntas a los alumnos y dejar que ellos mismos las planteen. Puede ser fundamental hablar sobre temas, contextos y números relacionados con la alfabetización numérica.

²Para obtener información general y una explicación sobre HITS, consulte la guía del profesor/usuario.

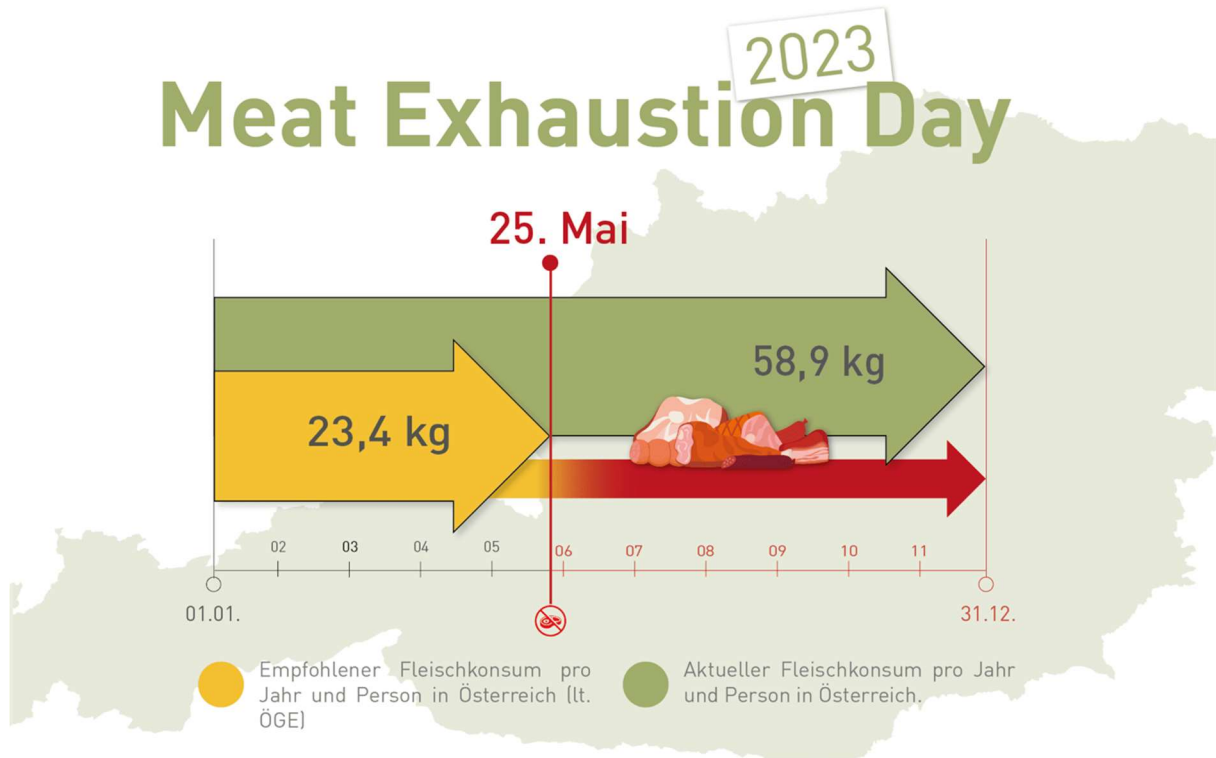


- ... pensar en posibles formas de transferencia. En relación con este ejemplo, el largo período de una semana para realizar el experimento es crucial para ayudar a los estudiantes a reflexionar y reflexionar en profundidad sobre sus hábitos alimentarios.

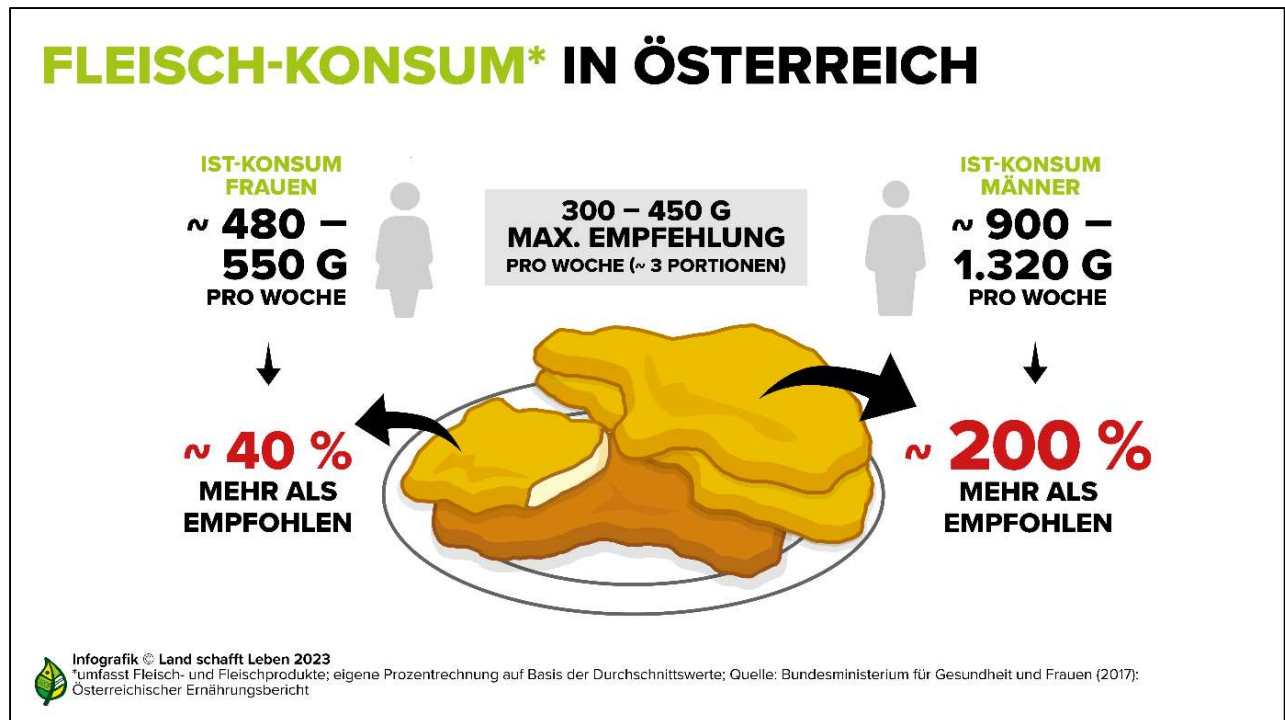


Apéndice 1

Datos, estadísticas y citas sobre la activación



Fuente: Fleischkonsum en Österreich: Die empfohlene Jahresration ist bereits jetzt verputzt - VIER PFOTEN en Österreich - Tierschutz. Weltweit . (vier-pfoten.at) [30.06.2023]



Fuente: https://www.landschaftleben.at/hintergrunde/gesundheits-ernaehrung/Infografiken_Food-Trends_Fleischkonsum%20%28c%29%20Land%20schafft%20Leben%202022.png [30.06.2023]

Cultured meat from the lab, plant-based burger patties or proteins from insects - all these alternatives share the same goal: to reduce the consumption of meat. But is meat consumption actually reducing in the individual countries of Europe? Here is an overview.

Fuente: [¿Menos es más? Consumo de carne per cápita en Europa - MPULSE](#) [30.06.2023]



This work is licensed under CC BY-SA 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

HOW MUCH MEAT DO YOU EAT A DAY?

HOW YOUR PROCESSED AND RED MEAT CONSUMPTION CAN ADD UP OVER A DAY...

ENGLISH BREAKFAST



Two sausages...60g
Three rashers
of bacon.....75g

CUT IT DOWN

One sausage.....30g
One rasher
of bacon.....25g

HAM SANDWICH



Two slices
of ham.....50g

SWAP IT

Substitute ham
for chicken
or tuna.....0g

SPAGHETTI BOLOGNESE



Minced beef
in a regular
portion.....100g

BULK IT OUT

Use less meat
and add beans
or extra veggies...15g

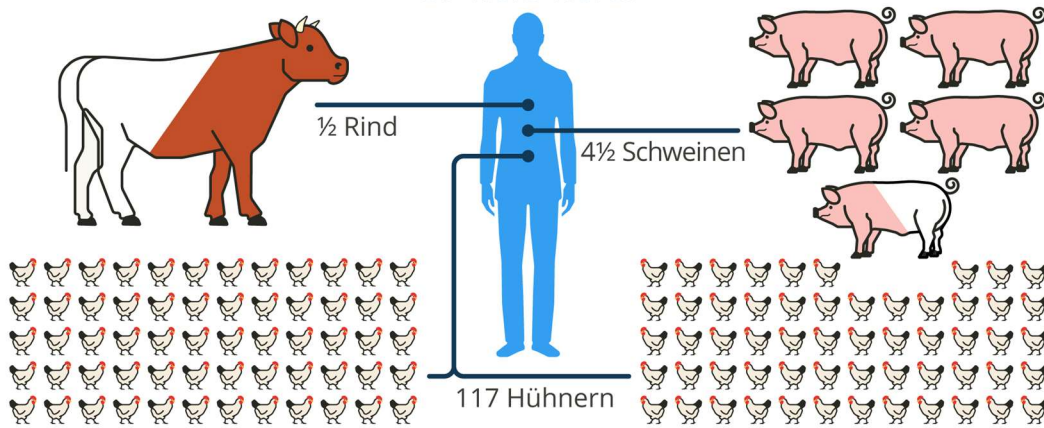


WE WILL BEAT CANCER SOONER
cruk.org



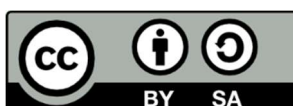
Fuente: <https://carleton.ca/chaimcentre/2017/1875/> [30.06.2023]

Innerhalb von 10 Jahren konsumiert jeder Durchschnittsdeutsche
so viele Tiere:



blitzrechner.de/fleisch

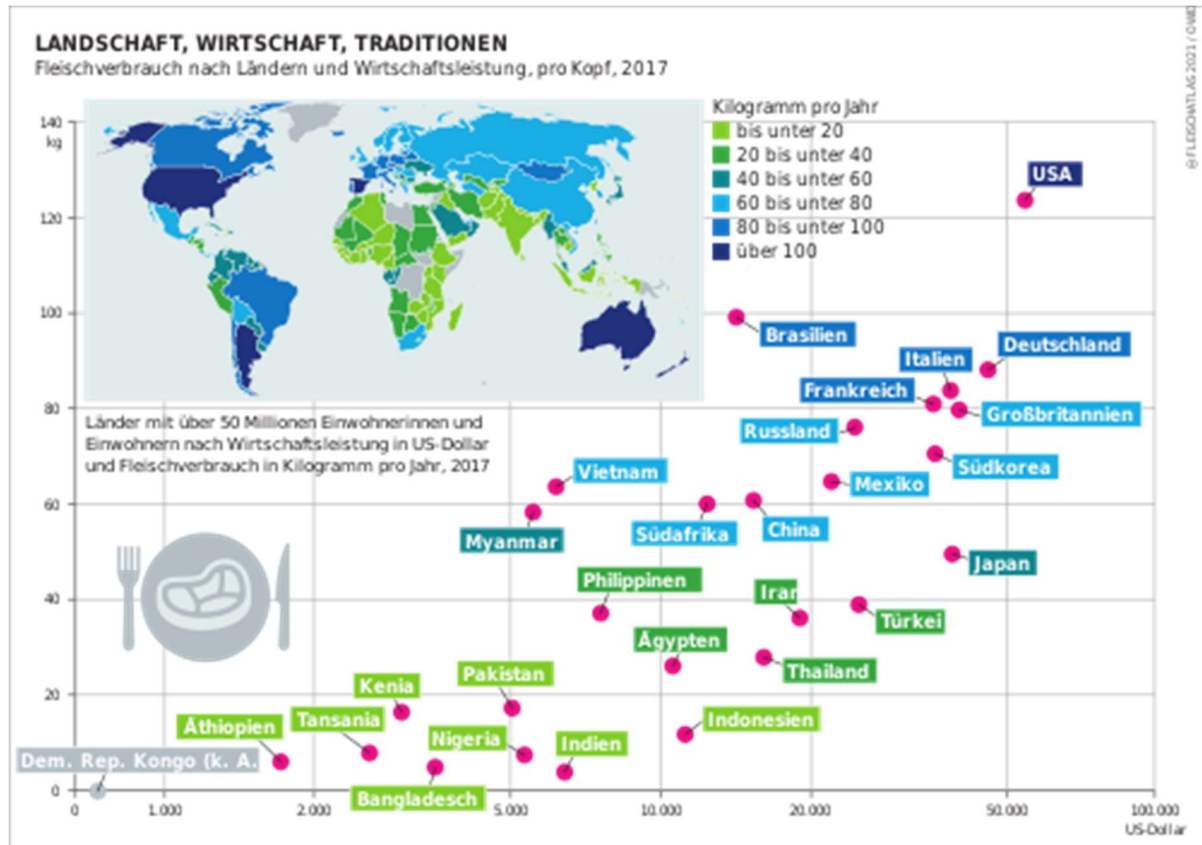
Fuente: Fleischrechner.de: Auswirkung von Fleischkonsum auf Klima, Umwelt & Mensch
(blitzrechner.de) [30.06.2023]



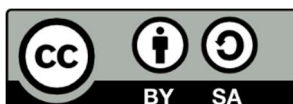
This work is licensed under CC BY-SA 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

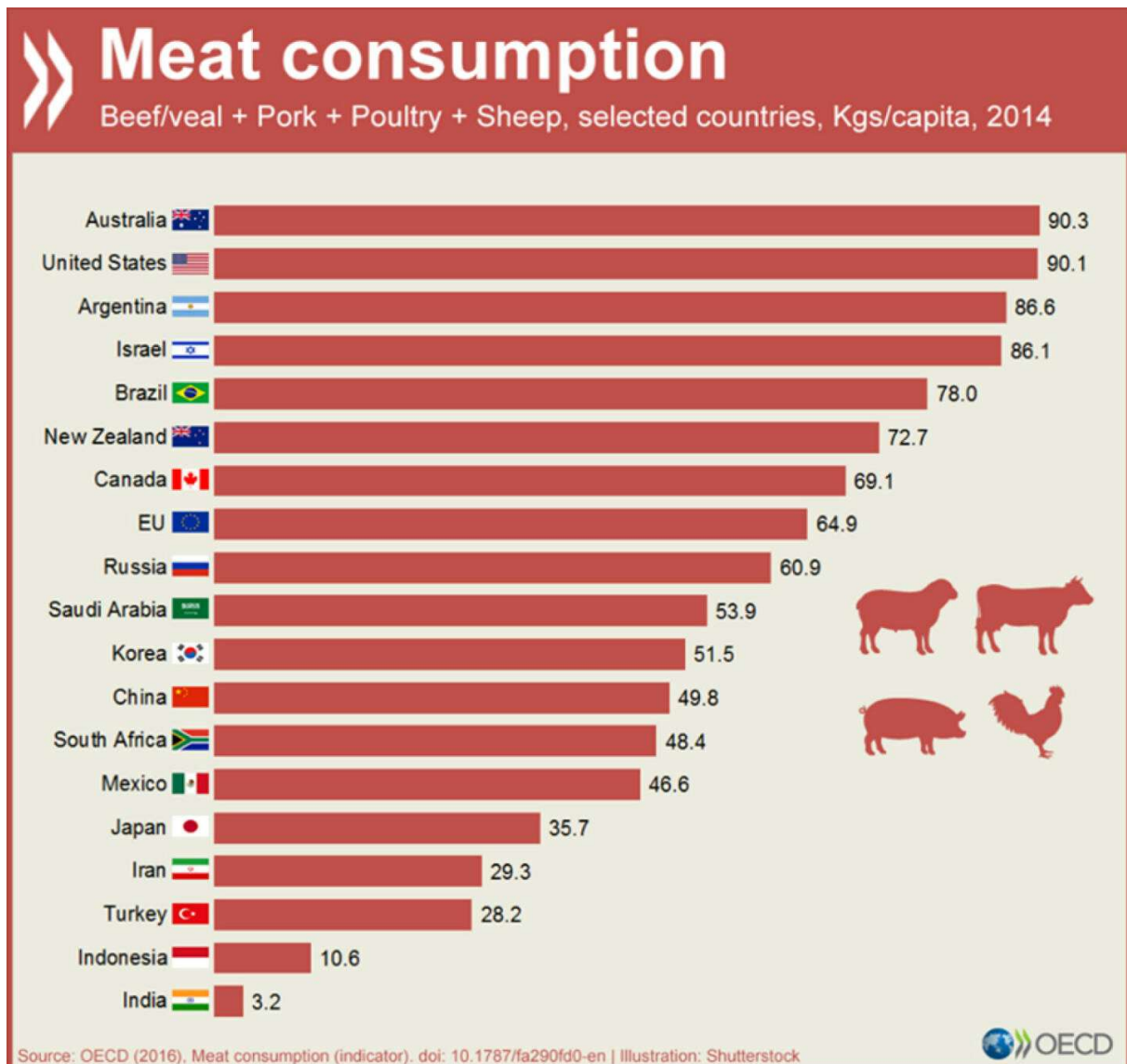
Apéndice 2

Comparación del consumo de carne en diferentes países



Fuente: [Fleischkonsum – Wikipedia](#) [30.06.2023]





Fuente: Fleischkonsum en ausgewählten Ländern. Más detalles en <http://data.oecd.org/agroutput/meat-consumption.htm> Bild 46527 // OECD-Statistiken, Q1 2016 (photaq.com) [30.06.2023]

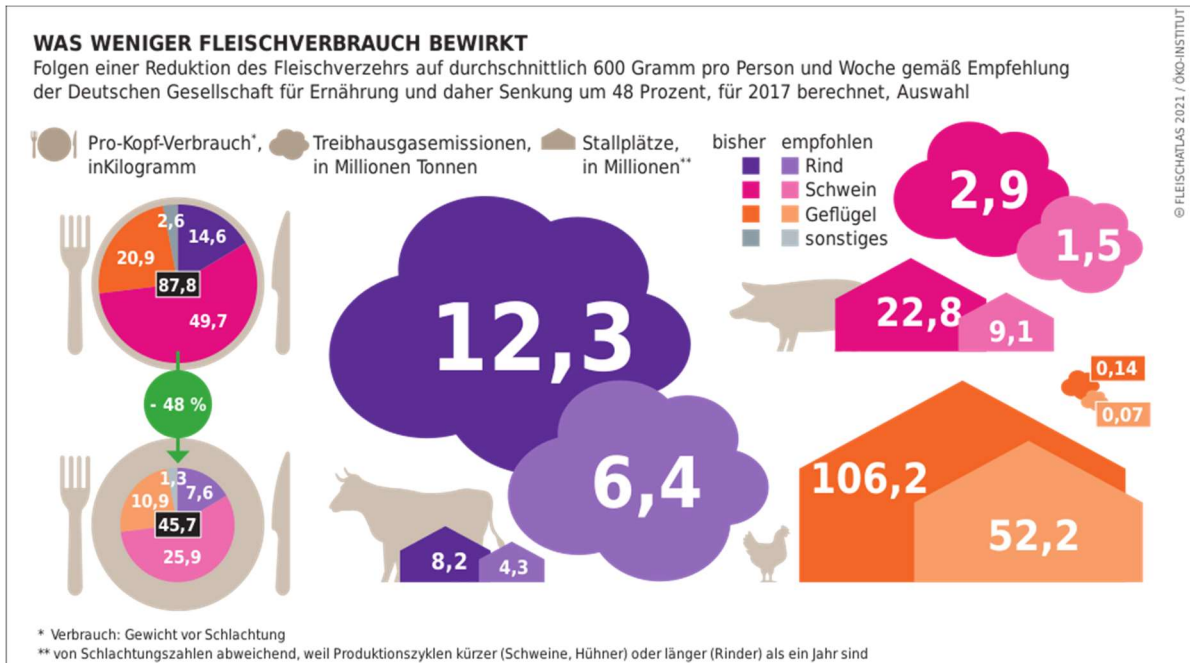


Apéndice 3

Elementos de presentación para acompañar la información de fondo.

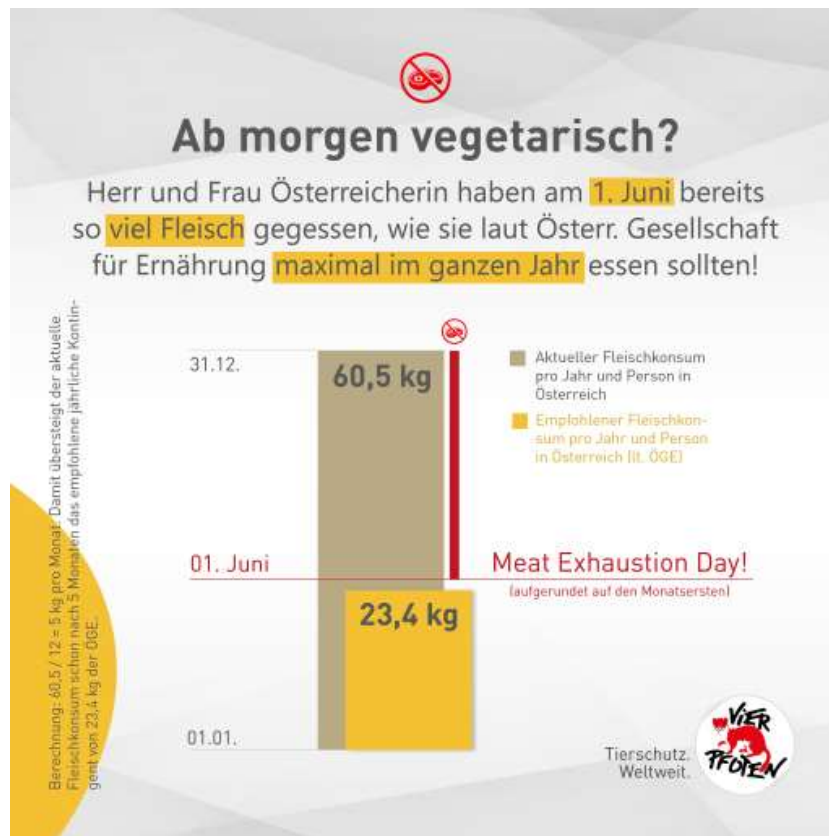


Fuente: Fleischkonsum en Deutschland: Mehrheit akzeptiert höhere Preise für mehr Tierwohl (stuttgarter-zeitung.de) [30.06.2023]

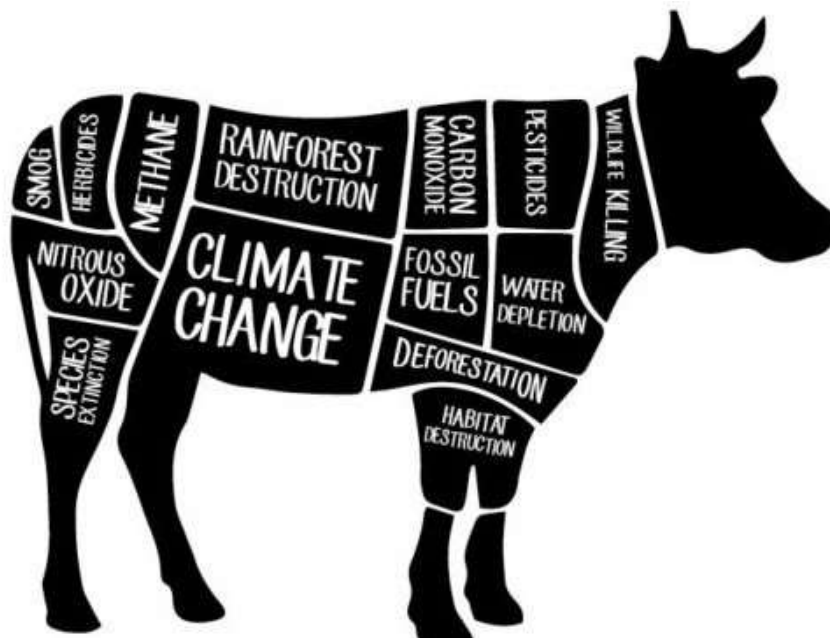


Fuente: https://www.wikiwand.com/de/Fleischkonsum_in_Deutschland [30.06.2023]





Fuente: [Klima-Glossar: Fleischkonsum \(apa.at\)](#) [30.06.2023]



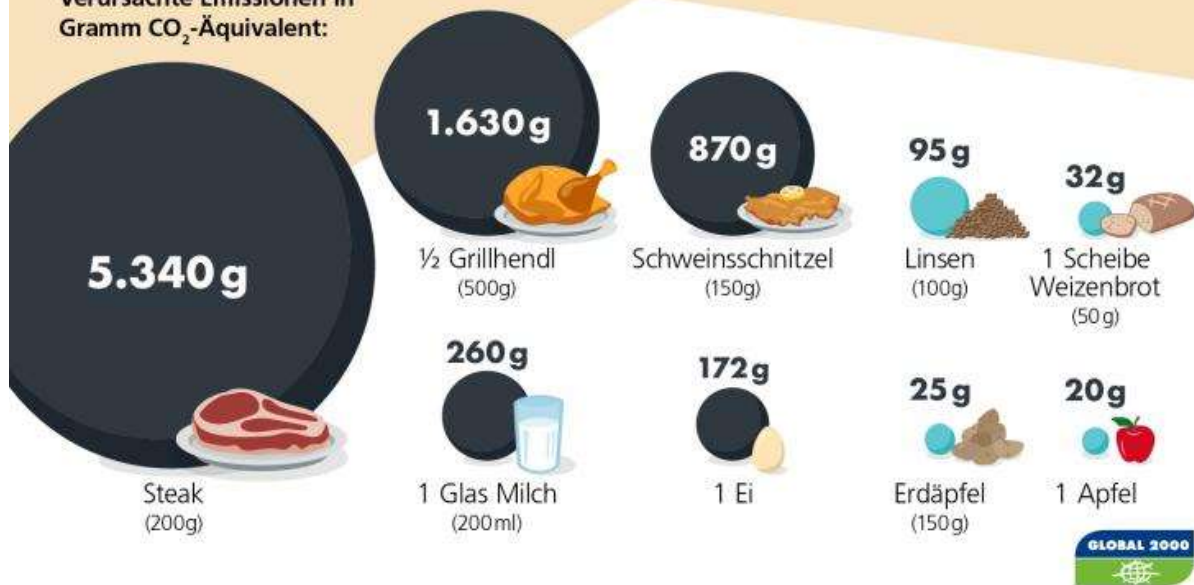
Fuente: [Soy un fanático de la carne y esta es mi defensa de cómo la reducción del consumo de carne alivia en parte los mayores problemas del siglo XXI – Socio Hub \(socio-hub.com\)](#) [30.06.2023]



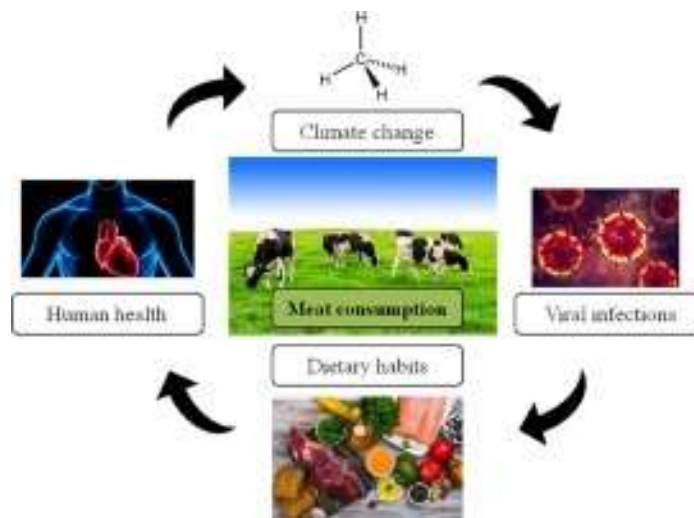
WIEVIEL CO₂ LEBENSMITTEL VERURSACHEN

Tierische Produkte sind die Lebensmittel mit der höchsten Klimabelastung, da durch die Abholzung von Regenwäldern für Futtermittelanbauflächen, die Emissionen der Tiere selbst und alle damit verbundenen Transporte eine enorme Menge an Treibhausgasemissionen entsteht.

Verursachte Emissionen in Gramm CO₂-Äquivalent:



Fuente: [Fleischkonsum en Österreich | MUNDIAL 2000 \[30.06.2023\]](#)



Fuente: [1-s2.0-S0963996920303665-ga1.jpg \(272x200\) \(els-cdn.com\) \[30.06.2023\]](#)



This work is licensed under CC BY-SA 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

This material was produced in the Erasmus+ project **Numeracy in Practice**, project number 2021-1-NL01-KA220-ADU-000 026 292. In this project, 11 partners in 11 countries worked together in designing, evaluating and improving the materials. All materials can be found on the website (www.cenf.eu).

UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Asturia vzw

D!SORA