



GASTRONOMÍA - NUTRICIÓN - SOSTENIBILIDAD

DESAFIANDO AL GUSTO

ACTIVIDAD DIDÁCTICA, NIVEL RECOMENDADO 5º Y 6º DE PRIMARIA



*Piensa global
Consume local*

Santander KMO es una iniciativa del Ayuntamiento de Santander para impulsar la sostenibilidad, la salud y la economía fomentando una alimentación saludable y sostenible asociada al consumo de productos de proximidad.





Presentación

La diferencia entre un producto natural y un producto industrial es evidente al probarlos. La actividad está concebida para que los alumnos comparen sabores, aromas y texturas probando productos naturales procedentes de Cantabria (queso, tomate, pan, sobaos...) con sus equivalentes industriales.

Esta experiencia proporciona el contexto perfecto para mostrarles:

- ❖ El impacto de la industria alimentaria en el medio ambiente: productos de proximidad vs. productos industriales.
- ❖ El impacto de una alimentación en la salud y el bienestar.
- ❖ La relevancia cultural del sector agro alimentario para la región.
- ❖ La importancia de la alimentación en la economía (familiar, sectorial, regional).

Objetivos

- ✦ Educar sobre la importancia de consumir productos locales frente a productos industriales.
- ✦ Fomentar hábitos de consumo responsables y saludables.
- ✦ Dar a conocer el concepto de **producto de proximidad y KMO**, fomentando su curiosidad respecto de los productos alimentarios **a través de los sabores y el conocimiento del medio**.
- ✦ Concienciar sobre el impacto social y económico de apoyar a los productores locales.
- ✦ Concienciar sobre el impacto para el medio ambiente del consumo de alimentos procesados.
- ✦ Concienciar sobre el impacto en la salud del consumo de alimentos, destacando las cualidades de los alimentos saludables y en comparación con alimentos procesados.





Desarrollo de la actividad

Si bien se concibió originalmente para ser realizada en las **huertas municipales de la Finca Altamira**, donde es posible además conocer el proceso de producción natural de los alimentos, esta actividad puede ser realizada también en el aula o el comedor del centro.

Primera parte:

Introducción sobre la Importancia de los Alimentos Km0

Realizar una breve charla introduciendo el concepto de alimentos de kilómetro cero (Km0) y sus implicaciones para el medio ambiente, la salud y la economía.

- ✦ Hoy en día los alimentos viajan miles de kilómetros de un continente a otro, en medios de transporte que requieren combustible, refrigeración y embalajes de plástico con gran impacto en el medio ambiente.
- ✦ Asimismo, las metodologías de producción extensiva en los cultivos, ganadería y acuicultura tienen un elevado impacto en el medio ambiente.
- ✦ El 26% de los gases de efecto invernadero a nivel mundial proceden de la industria alimentaria.

- ✿ Son también importantes los impactos de contaminación por el uso de pesticidas y generación de residuos; así como la deforestación y desnaturalización de los terrenos.
- ✿ Por el contrario, los “alimentos kilómetro cero” o “de proximidad” son productos locales, frescos y de temporada, que se producen cerca del lugar de consumo.
- ✿ Para la ciudad de Santander, los productos KMO son aquellos que se producen en Cantabria y en las comunidades autónomas limítrofes.
- ✿ No solo requieren menos transporte, sino que además, en general, se producen mediante métodos más tradicionales y compatibles con la conservación del paisaje y el medio ambiente.
- ✿ En Cantabria existen unas 180 granjas con la certificación de “producción ecológica”; más de 600 ganaderías y decenas de queserías que utilizan métodos tradicionales. Miel, verduras, legumbres, carnes, quesos, leche y sus derivados, repostería... y además, la gran flota de pesca artesanal. Un montón de productos de gran calidad que se producen en la proximidad.
- ✿ La agricultura, la ganadería y la pesca tradicionales son sostenibles y producen el mínimo impacto en el medio ambiente.
- ✿ Los alimentos que se producen en nuestro entorno son en general más naturales y nutritivos.
- ✿ Por último, al optar por alimentos Km0, estamos apoyando a los productores locales y fortaleciendo la economía de nuestra comunidad.

Esta introducción ayudará al grupo a entender el contexto de la actividad y por qué es importante reflexionar sobre nuestras elecciones alimentarias.

Segunda parte:

Cata a Ciegas de Alimentos Km0 vs. Alimentos Industriales

La segunda parte de la actividad es una cata a ciegas en la que los alumnos tendrán la oportunidad de comparar diferentes alimentos Km0 con sus equivalentes industriales.

- Los productos más fáciles y adecuados son los tomates, los quesos, el pan, sobaos tradicionales, la mermelada o la miel.



VS



Tomate Natural
(obtener en una frutería local)

Tomate Industrial
(presente en la gran distribución)



VS



Queso de Nata de Cantabria

Queso de nata industrial



VS



Pan tradicional

Pan de molde



VS



Sobao pasiego

Pastelillos industriales



VS



Mermelada artesana

Mermelada industrial



VS



Miel artesana

Miel industrial

- ✦ La idea es que los escolares, sin conocer previamente qué producto es cuál, traten de identificar las diferencias en sabor, textura, frescura y calidad.
 - ✦ Durante esta cata, es importante fomentar la participación activa de los alumnos, animándolos a describir sus percepciones y reflexionar sobre las ventajas de consumir alimentos locales frente a los procesados.
 - ✦ Esto no solo hará que disfruten del proceso, sino que también les ayudará a desarrollar un criterio más consciente y crítico en sus decisiones de consumo.
-





Tercera parte: Valoración de la Actividad

Para concluir, cada profesor podrá plantear diversas actividades para el aprovechamiento y consolidación del conocimiento, como test de contenidos, debates en grupo, creación de redacciones, presentaciones o dibujos, o propuestas de investigación.

¡Os animamos a sumaros a la iniciativa Santander KMO y desarrollar esta actividad en vuestro centro para seguir apostando por la educación en sostenibilidad y consumo responsable!

Si vuestro colegio está interesado en participar en futuras actividades de Santander Km0, o realizar una **visita a los huertos sociales municipales**, podéis contactarnos al través de info@santanderkm0.com.

