

# DALE UN **CERO** AL HAMBRE



**PROPUESTA DIDÁCTICA**

# **INDICE:**

**Finalidades y Objetivos.....Pág. 3**

**Dossier.....Pág. 4**

**Actividades.....Pág. 8**

## FINALIDAD Y OBJETIVOS

Esta propuesta parte de las actuaciones que realiza en materia de Educación al Desarrollo la Asociación Ayudemos a un@ Niñ@.

Con las actividades propuestas queremos que el alumnado conozca la realidad de una de las principales problemáticas que afectan a la humanidad: EL HAMBRE.

Las actividades que se proponen en este cuaderno son orientativas y suponen un trabajo previo en el aula antes de acudir al evento solidario que os hemos propuesto. Así mismo pueden ser adaptadas al contexto diario de la práctica educativa.

Estas actividades forman parte de la Campaña: Dale un Cero al Hambre que es la nueva campaña de Ayudemos a un@ Niñ@ cuyo objetivo es el fortalecimiento de la seguridad alimentaria en comedores escolares de Nicaragua.

La situación de crisis generalizada en Nicaragua está afectando en mayor medida a la población infantil porque se está viendo expuesta a entornos de violencia y alteraciones en su vida cotidiana que sin duda alguna dejará marcas en la vida de niños, niñas y adolescentes.

Ayudemos a un@ Niñ@ muestra su preocupación porque de nuevo será la población infantil la más afectada por este proceso de empobrecimiento teniendo como consecuencias directas una mayor exposición a la inseguridad alimentaria, el fracaso escolar y el empeoramiento de su salud en general.

Esta iniciativa enlaza directamente con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, concretamente con el objetivo 2 que busca terminar con todas las formas de hambre y desnutrición para 2030 y velar por el acceso de todas las personas, en especial niños y niñas, a una alimentación suficiente y nutritiva durante todo el año.

Debido a estas circunstancias desde la ONG Ayudemos a un@ Niñ@ se han reforzado sus actuaciones de emergencia con el fin de incrementar el apoyo a más de una veintena de comedores escolares, la mayoría en el área rural con los que viene trabajando en Nicaragua.

# HAMBRE CERO UN OBJETIVO QUE NO SE PUEDE POSPONER

***Según la FAO en su estudio “La seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo” publicado en septiembre de 2018. El número de personas que padecen hambre está creciendo desde hace tres años, volviendo a situarse en los niveles de hace una década.***

Actualmente se calcula que el número absoluto de personas del mundo afectadas por la subalimentación o carencia crónica de alimentos, se ha incrementado desde alrededor de 804 millones en 2016 a casi 821 millones en 2017, 1 de cada 9 personas. La situación está empeorando en América del Sur ( de las que 39 millones se sitúan en América Latina y el Caribe) y la mayoría de las regiones de África.

150,8 Millones de niños y niñas menores de 5 años se ven afectados por retraso del crecimiento (altura baja para la edad), un 22,2 por ciento del total. Mientras que un 32,8% de las mujeres en edad reproductiva se ven afectadas por anemia.

La variabilidad y las condiciones extremas del

clima son los principales factores responsables de los recientes aumentos del hambre a nivel mundial y una de las principales causas de graves crisis alimentarias. La índole cambiante de la variabilidad y las condiciones extremas del clima está afectando negativamente a todas las dimensiones de la seguridad alimentaria (disponibilidad, acceso, utilización y estabilidad de la alimentación), así como al resto de causas subyacentes de la malnutrición relacionadas con la atención y alimentación de niños y niñas, los servicios sanitarios y la salud ambiental. El riesgo de inseguridad alimentaria y malnutrición es mayor hoy en día porque los medios de vida y los activos conexos, especialmente los de las personas pobres, están más expuestos y son más vulnerables a la variabilidad y las condiciones extremas de un clima cambiante.



## Las cifras por si solas ya son muy graves:

-La nutrición deficiente es la causa de casi la mitad (45%) de las muertes en niños y niñas menores de cinco años, 3,1 millones cada año.

-Aproximadamente 100 millones de niños y niñas ( 1 de cada 6) en los países en desarrollo presentan peso inferior al normal.

-1 de cada 4 de niños y niñas en el mundo padece de retraso en el crecimiento. En los países en desarrollo la proporción puede elevarse a 1 de cada 3.

-Si las mujeres agricultoras tuvieran el mismo acceso que los hombres a los recursos, el número de personas con hambre del mundo podría reducirse hasta en 150 millones.

-66 millones de menores en edad escolar primaria asisten a clases con hambre en los países en desarrollo.

- El PMA estima que se necesitan alrededor de US\$3,2 mil millones por año para llegar a todos los 66 millones de menores con hambre en edad escolar.

Nicaragua en los últimos años había experimentado un gran crecimiento económico, pese a ello sigue manteniendo el segundo lugar en el cómputo de los países con más personas expuestas al hambre en Latinoamérica, pese a que la subalimentación ha decrecido en la última década, esta sigue afectando a un 16,2% de la población, lo que constituye una seria amenaza para la población. La explicación a la persistencia de esta situación viene dada por diversos factores como que en el país existe una gran cantidad de población rural e indígena, son muy vulnerables a los efectos climáticos y tienen dificultades para acceder a servicios públicos básicos necesarios para la seguridad alimentaria.

Preocupante es la actual crisis política y económica que está haciendo descender drásticamente

el crecimiento económico, las previsiones de Cepal para este año sería un descenso a 0,5%, algo que está influyendo negativamente en las condiciones alimentarias de su población.

La débil economía de las familias nicaragüenses se está viendo influido por este escenario de inestabilidad. A la pérdida de puestos de trabajo que merman los ingresos familiares, hay que unir las dificultades para acceder a servicios y bienes de primera necesidad.

Ayudemos a un@ Niñ@ muestra su preocupación porque de nuevo será la población infantil la más afectada por este proceso de empobrecimiento teniendo como consecuencias directas una mayor exposición a la inseguridad alimentaria, el fracaso escolar y el empeoramiento de su salud en general.



Una nutrición deficiente puede afectar todas las etapas de la vida de una persona, actúa como un círculo vicioso: las mujeres desnutridas tienen bebés con un peso inferior al adecuado, lo que aumenta las posibilidades de desnutrición en las siguientes generaciones.

La desnutrición también influye negativamente a la capacidad intelectual y cognitiva de niños y niñas, disminuye su rendimiento escolar y el aprendizaje de habilidades para la vida. Limita, por tanto, la capacidad de niños y niñas de convertirse en personas adultas que puedan contribuir, a través de su evolución humana y profesional, al progreso de su comunidad y de su país.

Cuando la desnutrición se perpetúa de generación en generación, se convierte en un serio obstáculo para el desarrollo y sostenibilidad de las sociedades.

El Hambre Cero constituye el segundo de los Objetivos de Desarrollo Sostenible que persigue terminar con todas las formas de hambre y desnutrición para 2030 y velar por el acceso de todas las personas, en especial la población infantil, a una alimentación suficiente y nutritiva durante todo el año. Esta tarea implica promover prácticas agrícolas sostenibles a través del apoyo a los pequeños agricultores y el acceso igualitario a la tierra, la tecnología y los mercados.



Ayudemos a un@ niñ@ tiene como uno de sus ejes prioritarios la seguridad alimentaria. Partimos del convencimiento de que garantizar la nutrición de las personas es el punto de partida para conseguir el desarrollo económico y humano de cualquier sociedad. Invertir en seguridad alimentaria, además de defender un derecho básico, resulta fundamental para que se produzcan avances en otras áreas como la educación, salud o desarrollo social.

El Área de Seguridad Alimentaria de Ayudemos a un@ Niñ@ tienen como misión que niños y niñas puedan comer todos los días en su escuela, de esta forma queremos incrementar la retención escolar y mejorar el rendimiento académico al evitar que niños y niñas accedan a los centros escolares con hambre, y está siendo durante este año en el que estamos redoblando nuestros esfuerzos para intentar paliar las consecuencias de la crisis que está viviendo Nicaragua en niños y niñas con el refuerzo de sus proyectos que promocionan una mejor alimentación de la población infantil y otros grupos sociales vulnerables.

## ¿QUE HACEMOS EN AYUDEMOS A UN@ NIÑ@?

### Apoyo a Comedores Escolares

Ayudemos a un@ niñ@ apoya casi una treintena de escuelas de comunidades rurales y barrios con extrema vulnerabilidad para garantizar el abastecimiento de comedores escolares, velando por un aporte alimenticio nutricionalmente adecuado y apropiado para niños y niñas en edad escolar.

Por medio de este programa pretendemos mejorar los índices educativos y nutricionales de los niños y niñas en edad escolar, así como promover



la creación de capital humano y social en las comunidades, por medio de la participación y capacitación de diversos agentes sociales, sobre todo, docentes, padres y madres que son las personas encargadas de gestionar los comedores escolares.

Además con este programa también se pretende mejorar los ingresos y la seguridad alimentaria porque priorizamos un suministro de alimentos a la escuela producidos localmente.

### Promoción de la Nutrición: Desayunos Saludables

Los primeros años en la vida de niños y niñas son fundamentales. Entre los 2 y los 12 años se produce el mayor grado de crecimiento llegando a doblar valores como la altura. Por esta razón una buena alimentación determina la salud y el bienestar a lo largo de su vida. En este proceso la leche supone un componente muy importante de una dieta equilibrada.

Este alimento, además de contener la mayoría de vitaminas y minerales que necesitamos, realiza un aporte de calcio esencial para desarrollo de los huesos, en especial, en la infancia.

Conscientes de la importancia de potenciar el consumo de leche en el entorno escolar, venimos desarrollando un programa de Desayunos Saludables desde el año 2008, consistente en la introducción de productos lácteos en los centros escolares que presentan niveles más altos de subnutrición y que necesitan un aporte extra a la alimentación que reciben diariamente.

### Apoyo al Área de Defensa de los Derechos Humanos

Nuestra área de Seguridad Alimentaria también contribuye a las actuaciones realizadas por otras áreas de Ayudemos a un@ Niñ@, es el caso de la de Defensa de los Derechos Humanos que ofrece atención a personas y colectivos en situación de extrema vulnerabilidad con el aporte de productos alimenticios de primera necesidad (arroz, frijol, pasta, etc.,).

Estos lotes alimenticios se distribuyen entre la población que se beneficia de nuestro programa de atención social, así mismo también se realizan intervenciones en casos de emergencia o catástrofe apoyando a la población con productos de primera necesidad.



# ACTIVIDADES

## 1. ¿QUÉ TE CUESTA?

Unos 413 millones de personas viven con menos de 1,60 euros al día. Esta actividad nos ayuda a entender las condiciones de vida de las personas que viven bajo el umbral de la pobreza.

Le proponemos al alumnado que nos digan cuanto se gastan al mes en actividades de ocio. En una pizarra ponemos las actividades y el costo, Ejp:

ACTIVIDADES	COSTO
-Ir al cine	5 Euros
-Hamburguesería	4,90 Euros
-Comprar chuches	3 euros
-Móvil	12 Euros
-Videojuego	40 Euros
<b>TOTAL</b>	<b>64,90 Euros</b>

Esta propuesta es básica sin tener en cuenta que no repitan actividad en todo el mes. Ahora les comentamos que en Nicaragua hay miles de personas que viven con menos de 1,60 euros al día lo que en un mes son 48 euros de presupuesto que 1700 córdobas (la moneda local). De esa cantidad el 50% se van en gastos de luz, agua, medicinas, transporte, ropa, gastos escolares etc. con lo que para alimentación que con un presupuesto aproximado de 850 córdobas mensuales, un total de 212 córdobas semanales.

Con ese presupuesto de 212 Córdobas deben hacer un menú (ficha 1) de comidas semanales a lo largo de un mes, para ello le damos la siguiente tabla de precios, debe ser una comida lo más equilibrada posible.

ALIMENTO	CANTIDAD SEMANAL RECOMENDADA	PRECIO POR RACIÓN DIARIA EN CÓRDOBAS
FRUTA	21 RACIONES	2 Córdobas
ARROZ, PASTA, PAN	35 RACIONES	1,5 Córdobas
VERDURAS Y HORTALIZAS	14 RACIONES	2 Córdobas
LECHE Y DERIVADOS	21 RACIONES	10 Córdobas
PESCADO	3 RACIONES	11 Córdobas
CARNE	3 RACIONES	14 Córdobas
LEGUMBRES	3 RACIONES	3 Córdobas
ACEITE	21 RACIONES	0,8 Córdobas

# FICHA 1: MENÚ MENSUAL

<b>DIA DE LA SEMANA</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>MERIENDA</b>	<b>ALMUERZO</b>	<b>CENA</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
LUNES					
MARTES					
MIERCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
SABADO					
DOMINGO					
<b>TOTAL</b>					<b>212,00 CORDOBAS</b>

Para hacer la ficha se divide a la clase en equipos y luego se hace una puesta en común. Si hay dificultad podemos hacer la ficha en común toda la clase, finalmente veremos como no es posible hacer un menú equilibrado con ese presupuesto. Esta conclusión nos servirá para hacer un debate sobre las diferencias entre los países de norte y los del sur, sobre la subnutrición, la importancia de que niños y niñas puedan recibir una comida equilibrada diaria en la escuela y sobre posibles soluciones a la problemática del hambre.

## 2. QUÉ PODEMOS HACER PARA AYUDAR

Como hemos visto en el vídeo se pueden hacer cambios en la vida cotidiana:

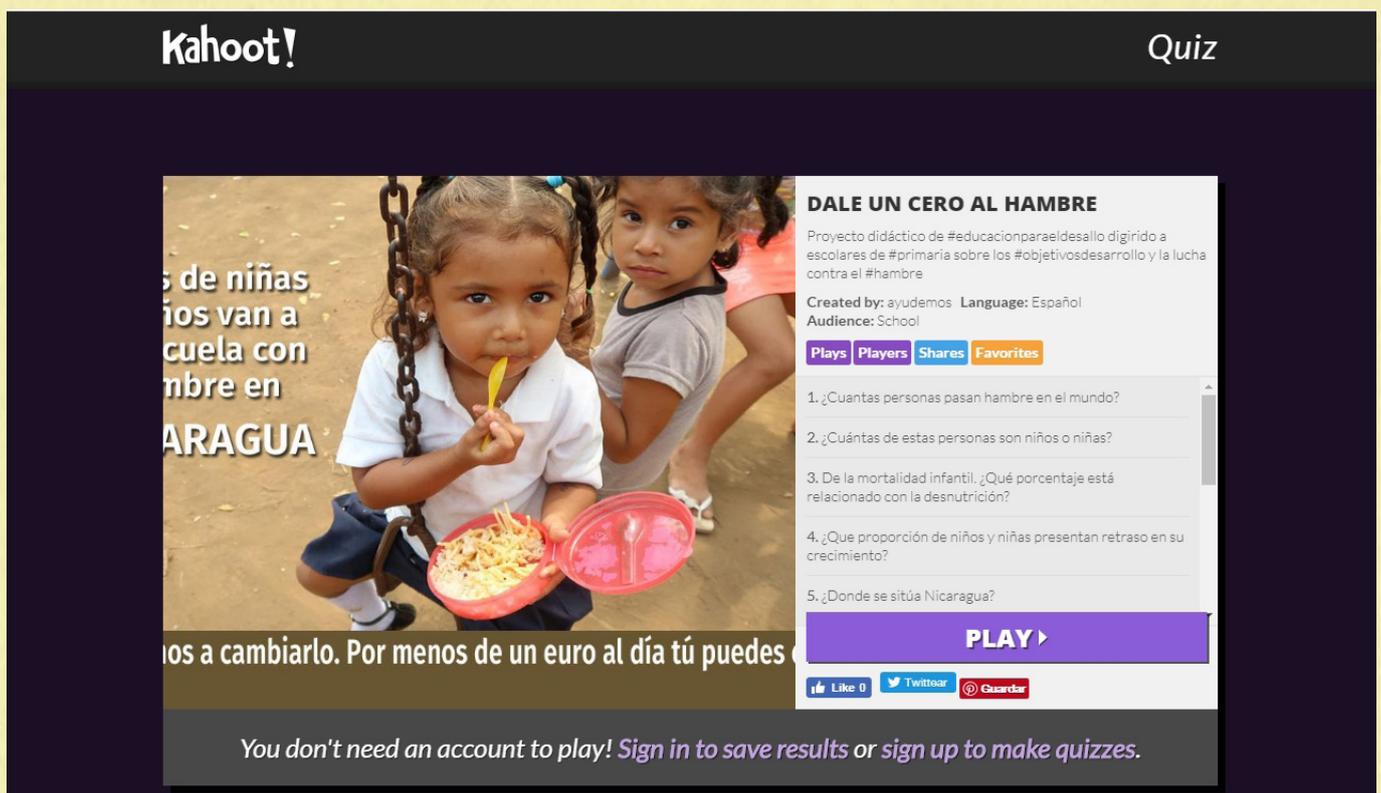
- Apoyar a agricultores y agricultoras o a los mercados locales.
- Apoyando la buena nutrición.
- Luchando contra el desperdicio de alimentos.
- Exigir que las empresas tengan iniciativas sostenibles
- Pedir a los gobiernos tomen las decisiones y realicen los cambios que hagan posible lograr el objetivo del Hambre Cero.
- Colaborar con iniciativas solidarias que luchen por la erradicación del hambre

Le pedimos al alumnado que aporten ideas de acciones relacionadas con cada uno de los aspectos anteriores y que con ella hagan un mural de soluciones.

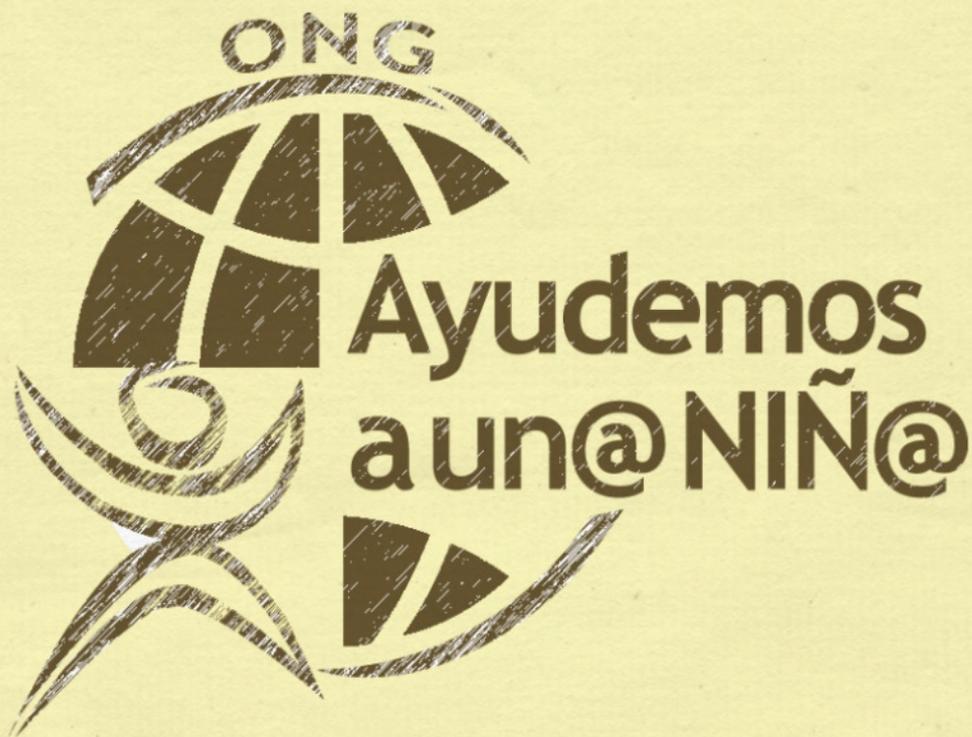
Estos murales los llevaremos a la actividad solidaria y la expondremos como acción de la clase en favor de la lucha contra el hambre.

## 3. ¿QUE HAS APRENDIDO?

Para ver el nivel de conocimientos que tiene tu alumnado despues de las actividades te invitamos a utlizar este recurso de KAHOOT, puedes acceder al mismo entrando en nuestra web: [https://www.ayudemosaunnino.org/dale\\_un\\_cero/propuesta\\_didactica.html](https://www.ayudemosaunnino.org/dale_un_cero/propuesta_didactica.html)



The image shows a Kahoot! quiz interface. On the left, there is a video thumbnail showing two young girls in school uniforms sitting on a swing set. One girl is eating from a red bowl. Text overlaid on the video reads: "de niñas os van a escuela con mbre en ARAGUA" and "os a cambiarlo. Por menos de un euro al día tú puedes". On the right, the quiz details are displayed: "DALE UN CERO AL HAMBRE", "Proyecto didáctico de #educacionparaelsallo dirigido a escolares de #primaria sobre los #objetivosdesarrollo y la lucha contra el #hambre", "Created by: ayudemos", "Language: Español", "Audience: School". Below this are buttons for "Plays", "Players", "Shares", and "Favorites". The quiz questions are listed: 1. ¿Cuántas personas pasan hambre en el mundo?, 2. ¿Cuántas de estas personas son niños o niñas?, 3. De la mortalidad infantil, ¿Qué porcentaje está relacionado con la desnutrición?, 4. ¿Que proporción de niños y niñas presentan retraso en su crecimiento?, 5. ¿Donde se sitúa Nicaragua?. At the bottom of the quiz area is a large purple "PLAY" button and social media sharing options for "Like 0", "Twitter", and "Guardar". At the very bottom of the screenshot, there is a message: "You don't need an account to play! Sign in to save results or sign up to make quizzes."



**Contacta con nosotr@s**

**LLAMA al 900 14 20 14**

**ESCRÍBENOS a  
voluntariado@ayudemosaunnino.org**