

El video puede ser utilizado en cualquier momento de la clase. El tema conduce a una indagación sobre los hábitos alimenticios favorecidos por el modelo consumista y la relación con los colorantes y cárnicos procesados con el cáncer, como debate ético.



VIDEO *Duración: 15 minutos*

Cuidando nuestra alimentación

Sinopsis

En este episodio Emi Gulf habla sobre el cáncer, explica cómo se forma y también menciona algunos factores de riesgo como son ciertos alimentos. Emi explica la definición de alimentos procesados y su riesgo para la salud.



PALABRAS CLAVE

Cáncer, alimentación, carne, alimentos procesados.

1

Temas

- Cáncer
- Alimentos procesados
- Alimentación saludable

2




Conexión con ejes transversales





- Los hábitos de alimentación de la sociedad consumista y su relación con la salud, específicamente con el cáncer, cuyas estadísticas datan que es la segunda causa de muerte a nivel mundial.

Destrezas

CN.B.5.5.7 Buscar, registrar y sistematizar información de diversas fuentes sobre el cáncer, y relacionarlo con el proceso de proliferación celular alterada.

CS.H.5.2.31. Examinar y valorar las propuestas de los movimientos ecologistas frente al modelo capitalista de producción.

Actividades previas	Actividades durante la presentación del video	Actividades para después de ver el video
<p>- Pide que formen grupos de 4-5 estudiantes. Cada grupo deberá usar las TIC para investigar sobre el proceso de proliferación celular que se produce en el cáncer. ¿Cómo es la reproducción normal de las células y qué diferencias encuentran en este caso?</p> 	<p>- Invita a que las/los estudiantes observen todo el video sin interrupciones.</p> <p>- Posteriormente, en la parte donde Emi habla de los alimentos procesados, realiza las siguientes preguntas: ¿Qué ha motivado al ser humano a producir alimentos cada vez más procesados y de rápido consumo? ¿Cómo se alimentaban nuestros ancestros? ¿Conoces hábitos de consumo más saludables como alternativa a los alimentos procesados?</p> 	<p>- Solicita que las/los estudiantes usen las TIC para investigar sobre las propuestas de alimentación de los movimientos ecologistas. Luego deberán compartir las respuestas con la clase y crear un compromiso con su familia para adoptar una alimentación más sana, por ejemplo: lunes sin carne o desayunos solo con comida natural.</p>  <p>- Como tarea, pide que las/los estudiantes vayan a su cocina y hagan una lista de todos los alimentos que tienen (o los que usualmente consumen) y de aquellos cuenten cuántos son procesados. Con esa lista, pide que escriban al lado, qué alimento podrían usar para reemplazar al procesado. Por ejemplo, reemplaza las bebidas gaseosas por jugos. Pero para ahorrar tiempo, puedes separar pulpa de fruta un día a la semana y congelarla.</p>
<p>Ideas clave: Recuerda a la clase que el cáncer, así como otras enfermedades, no debe ser nunca un motivo de estigma o discriminación a las personas. CS</p>	<p>Ideas clave: Sugiere que las/los estudiantes de otras nacionalidades o culturas del Ecuador compartan un poco sobre la comida tradicional de su comunidad. CS CC</p>	<p>Ideas clave: Recuerda a la clase preferir el consumo local y apoyar a las/los agricultores y las familias emprendedoras. CS</p>

-  Competencias comunicacionales
-  Competencias socioemocionales
-  Competencias digitales
-  Competencias matemáticas

Recurso complementario
<https://uni.cf/3MRRoHV> - <https://bit.ly/3z0v9f1> - <https://bit.ly/3wS1thc>