

El derecho a no tener

Como ya hemos visto, necesitamos variedad de nutrientes para mantenernos saludables. Sin embargo, muchas personas en nuestro país y en el mundo no pueden consumir los nutrientes necesarios para su cuerpo debido a que les resulta muy difícil acceder a los alimentos.

Distintos factores como la desocupación y la marginalidad generan que millones de personas padezcan hambre.

Ninguna persona debería padecer hambre porque existe un derecho internacional que nos protege. ¡Todos tenemos derecho a alimentarnos! Y los gobiernos tienen la obligación de crear las condiciones necesarias para que podamos ejercer nuestros derechos ciudadanos.

En la Argentina, existe el Programa Nacional de Seguridad Alimentaria que incluye al Programa PRO-HUERTA y el programa Materno-infantil entre otros, para asistir con planes educativos y alimentarios a personas en situación económica desfavorable.

Sin embargo, los planes sociales y las asistencias alimentarias que ofrecen los Estados no alcanzan para combatir el hambre en el mundo. Entonces, diversas organizaciones internacionales que protegen los derechos humanos han comenzado a ocuparse de acompañar el trabajo de los gobiernos.

Por ejemplo, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) ha lanzado su programa Agricultura Urbana y Periurbana que consiste en capacitar a personas que vivan en ciudades o cercanas a ellas y que se encuentren desempleadas o en estado de pobreza para que puedan:

- Producir alimentos cultivando en huertas o invernaderos.
- Reciclar basura orgánica.
- Comercializar los alimentos sobrantes.
- Generar fuentes de trabajo.

De esta manera las personas acceden a una buena alimentación, aprenden un oficio, tienen un trabajo y cuidan del ambiente.



Huertos y Huerteros de Neuquén



INTA

Huertas y granjas orgánicas del programa PRO-HUERTA, dirigido a población que enfrenta problemas de acceso a una alimentación saludable.

hambre

POR ORDEN JUDICIAL, 113 PERSONAS RECIBIRÁN ASISTENCIA ALIMENTARIA.

Una jueza le dio un plazo de tres días al Estado nacional para que diera asistencia alimentaria y sanitaria a 113 personas, en su mayoría mujeres y niños, que viven en situación de emergencia social. La medida establece la incorporación de las familias al Plan Jefas y Jefes de Hogar Desocupados y la asistencia con medicamentos y alimentos a sus hijos. Los damnificados iniciaron la demanda luego de que los municipios donde viven les negaran la posibilidad de percibir el plan argumentando que no cumplían con los requisitos.

Diario Página/12, 25 de mayo de 2007 (fragmento).

Las personas cuya salud está en riesgo por una alimentación deficiente pueden reclamar por su derecho a alimentarse adecuadamente.

TODOS TENEMOS DERECHO A COMER!

El año internacional de la papa



2008 ha sido declarado el año internacional de la papa. ¿Se imaginan por qué? Entre muchas razones porque las papas son alimentos nutritivos que se producen en menos tiempo

que los cereales, necesitan menos tierra y crecen en climas difíciles para cualquier otro cultivo. Por ello el cultivo de papas podría ayudar a proporcionar alimentos a las personas que pasan hambre.

Pueden encontrar más información en FAO. Año internacional de la papa, (2008).

Dirección URL:

<<http://www.potato2008.org/es/index.html>>.

[Consulta: martes, 20 de enero de 2009]

¡Cultiven sus propias papas!

- Durante diez días coloquen tres papas pequeñas en un lugar cálido y al sol hasta que salgan los brotes.
- En una maceta de unos 50 cm de diámetro entierren las papas con los brotes hacia arriba, cúbralas bien con tierra y expónganlas al sol.
- Mantengan húmeda la tierra regando cada dos o tres días.
- Primero crecerán las raíces, luego los tallos, hojas y al final flores y los tubérculos. Para tener papas más grandes quítenles las flores en cuanto salgan.
- Cuando las hojas se vuelvan amarillas y se marchiten dejen de regarla y esperen entre seis a ocho semanas para cosechar.

¡Me encontraron!

Ahora,

Experimento 1: ¿Todas Las sustancias agregadas son conservantes?

- 5 frascos esterilizados
- 15 chauchas lavadas, sin puntas ni hilos



Coloquen 3 chauchas por frasco y llenen hasta el tope con el material que indica la etiqueta de cada figura. Rotulen los frascos. Conserven en lugar fresco y seco. Observen cada día durante dos o tres semanas y registren en una tabla los cambios.

Experimento 2: ¿Cocinar y refrigerar ayuda a conservar?

- 4 frascos esterilizados
- 12 chauchas lavadas, sin puntas ni hilos



Coloquen 3 chauchas por frasco según se indica en la figura. Solo los frascos 3 y 4 deben ir a la heladera. Conserven en lugar fresco y seco y observen cada día durante dos o tres semanas. Registren los cambios en una tabla.

¡Los experimentos!

Antes de realizar los experimentos, en su anotador para ciencias pueden anticipar los resultados y anotar qué cambios piensan ustedes que ocurrirán. Después, pueden comparar estas ideas con los resultados y reflexionar junto con sus compañeros sobre las similitudes y diferencias que encontraron.

Siempre que se hace un experimento es conveniente observar periódicamente y registrar los cambios ocurridos. Para ello se puede armar una tabla como ésta:

CAMBIOS OCURRIDOS EN LAS CHAUCHAS					
PERÍODO DE TIEMPO	FRASCO 1 (AGUA)	FRASCO 2 (VINAGRE)	FRASCO 3 (SAL GRUESA)	FRASCO 4 (PIMIENTA)	FRASCO 5 (LAUREL)
Día 1					
Día 2					
Día 3					
Día 4					
Día 5					
Día 6					
Día 7					

Tabla del Experimento 1

A veces ocurren errores en el procedimiento o se pierden detalles de las observaciones, por eso les sugerimos que varios grupos realicen el mismo experimento o que lo repitan varias veces.

¿Cómo enfriaban cuando no había heladeras?

La humanidad pasó más tiempo sin heladera que con ella. ¿Cómo piensan que se las ingeniaban? Colocaban el producto que deseaban conservar dentro de un cajón, que a su vez lo metían adentro de otro cajón más grande y en el medio de ambos ponían hielo mezclado con sal...

¿Quieren probar? Necesitan dos vasos con hielo en su interior, a uno le colocan sal y al otro no le ponen nada y ¡a predecir y observar los cambios!

¿Cuál les parece que será la explicación científica? ¿Se animan a buscarla?

La explicación científica es que la sal disminuye la temperatura del hielo haciendo que perdure por más tiempo.

Poner el cuerpo



Si se chocan con todo lo que se les cruza y atropellan a los demás, si quieren alcanzar un vaso y se les cae, si la torpeza ha invadido sus cuerpos ¡no se preocupen! Es una señal de que "pegaron el estirón", como dicen los abuelos. Eso significa que crecieron muy rápido y en sus mentes tienen una imagen más pequeña de sus propios cuerpos... Por eso, puede ser que durante un tiempo calculen mal los movimientos. Solo durará hasta que ajusten su imagen corporal.

La imagen corporal no es solo la idea que tenemos en nuestras mentes sobre el tamaño de nuestro cuerpo. Esa imagen también se crea por medio de los sentimientos, valoraciones y conductas que tenemos respecto de nuestro cuerpo. Y así como cada uno tiene su propia imagen corporal, las sociedades a lo largo de la historia han seleccionado modelos o ideales asociados a distintos tipos de cuerpos.

Durante gran parte de la historia, las personas asociaban el sobrepeso corporal (es decir, lo que hoy llamamos "gordura") a la riqueza, la belleza y la salud. Hoy en día esto ha cambiado y parece ser que el cuerpo saludable y bello es delgado... ¿Cómo piensan que será el cuerpo ideal del futuro?



Este es un cartel publicitario español de 1888. En esta época la obesidad era valorada. Fíjense que lo bueno del chocolate de López es que hacía engordar. Pero miren bien la última imagen. ¿Cómo es el cuerpo de esas personas? ¿Qué querrá decir?



Este es un anuncio publicitario de 1985. Desde hace unas décadas que los cuerpos delgados y deportivos son valorados. Y los productos sin grasa ni azúcares se promocionan como saludables. Miren la imagen. ¿Cómo son los cuerpos de las personas de la imagen? ¿Qué características tiene el cuerpo del hombre? ¿Y el de la mujer? ¿Por qué habrán incluido a un hombre y a una mujer? ¿Cómo creen que se relaciona la imagen con el alimento que el anuncio trata de vender?

Mis ideas

Las publicidades de alimentos suelen estar dirigidas a las mujeres, que suelen ser sus protagonistas.. Sin embargo, no siempre muestran lo que hacen realmente las mujeres actuales.

Buscá publicidades protagonizadas por hombres y otras por mujeres, en las que se los vean cumpliendo distintos roles, por ejemplo, un hombre haciendo tareas domésticas. Debatí con tus compañeros: ¿Qué roles cumplen? ¿Te parece bien que ocupen esos roles? ¿Por qué? ¿De qué se preocupan las mujeres en las publicidades? ¿Y los hombres? ¿Ocurren situaciones similares en tu familia o con tus conocidos?



Comparando estos dos avisos podemos extraer varias conclusiones... ¿Se dieron cuenta cómo influye la publicidad en lo que elegimos consumir? Reflexionemos un poco...