



ACTIVIDADES TURQUESA



Duración: 1 hora

Resumen:

Creen un anuncio, O diseñen un nuevo empaque para aprender a verificar la información nutricional.

Mensajes clave:

- ★ Verán y escucharán información diferente sobre los alimentos en las tiendas, publicidad en los medios de comunicación, en los empaques de los alimentos, o de sus amigos y familiares. Parte de esta información será verdadera y otra falsa. ¡Verifiquen toda la información sobre los alimentos antes de confiar en ella! Algunos ejemplos falsos:
 - anuncios que afirman que un solo alimento puede mantenerlos saludables.
 - el mito de que los niños merecen comer mejor.
 - empaques que los persuaden a comprar refrigerios poco saludables.
- ★ Pueden confiar en que los trabajadores de la salud, los maestros, el gobierno y las ONGs de salud nos brindan información nutricional confiable.

Recursos disponibles:



Guion de la estación de radio - anuncio de las 11:55 a.m.



Guía de discusión de la Entrada



¡Sigam moviéndose!
Empiecen siempre con un calentamiento físico (ver la página 8).

Preparación:

1. Lee la etapa turquesa de la Ficha Técnica de GPN.
2. Reúne todos los Rastreadores del Parche y una variedad de información nutricional confiable (consulta la Ficha Técnica).
3. Haz copias del guion de radio. Lee la guía de discusión de la Entrada.
4. Escoge la actividad principal:
 - **Motivo de los Medios de Comunicación:** recopila ejemplos de anuncios publicitario de alimentos, por ejemplo capturas de pantalla de redes sociales o anuncios de revistas.
 - **Etiquetas de Amor:** reúne ejemplos de bebidas y alimentos procesados en empaques, por ejemplo cereales para el desayuno, jugos.



Entrada:

15 min

1. Repasa el programa de radio de las 10 a.m. donde el/la nutricionista respondió preguntas.
2. El grupo escoge cómo presentar el guion de las 11:55 a.m. de la estación de radio (proporcionado).
3. Realicen una breve discusión en grupo, utilizando la guía de discusión de la Entrada proporcionada.



¡Utilicen alimentos si pueden! Organicen “pruebas de sabor a ciegas” de diferentes marcas del mismo alimento. Adivinen qué alimento coincide con qué empaque.



Escojan su plato principal:

15 min



MOTIVO DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

or



ETIQUETAS DE AMOR

- ¡El objetivo es crear un anuncio!
- Empiecen discutiendo los anuncios de alimentos preparados, enfocándose en el lenguaje, los colores y las imágenes utilizadas para vender el producto (y obtener ganancias).
- Muestra los recursos confiables preparados y trabajen juntos para hacer una lista de fuentes confiables para verificar la información nutricional de la cual no estamos seguros.
- Divídanse en grupos pequeños. La tarea de cada grupo es crear un anuncio publicitario divertido y confiable, en nombre del gobierno, que anime a los niños a comer más frutas y verduras. Pueden elegir cualquier tipo de anuncio, por ejemplo, una canción, una caricatura, una publicación en redes sociales, radio, revista o una valla publicitaria.
- Los grupos pueden compartir y dar su opinión sobre los anuncios de los demás.

- ¡El objetivo es diseñar nuevos empaques de alimentos!
- Primero, analicen el empaque de alimentos preparado. Pídele al grupo que señale cualquier publicidad (dibujos animados, lemas) utilizada para vender el producto y obtener ganancias.
- Pídele al grupo que señale dónde y cómo se muestra la información nutricional confiable (ingredientes, tabla de nutrición).
- Divídanse en grupos pequeños, cada uno con un alimento y parte de la información confiable preparada. Explica que su tarea es rediseñar el empaque de los alimentos para que sea confiable.
- Los grupos pueden compartir y dar su opinión al final.



Reflexión:

15 min

- Discutan los mensajes clave y pregunta:
 - ¿Qué harán de manera diferente ahora cuando se enfrenten a la información sobre los alimentos?
 - ¿Qué tan seguros se siente de poder verificar la información sobre los alimentos?
- Todos escriben sus aprendizajes en la sección turquesa de su Rastreador del Parche.
- Seleccionen algunos de los mitos de los alimentos que surgieron durante la actividad de Entrada. Pídele al grupo que los investigue utilizando fuentes confiables.



¡Felicitación a todos por completar la etapa turquesa!



¿No se pueden reunir?

Pídele al grupo que lea el guion de radio y luego que cuenten todos los anuncios de alimentos que ven en un día. Pídeles que los presenten en la siguiente reunión.



¿Tienen acceso a tecnología?

Creen una encuesta en línea sobre los mitos de los alimentos en su comunidad. Publiquen los resultados con información confiable.



Recurso 1:

Guion de la estación de radio – Anuncios de las 11:55 a.m.

[3 personajes: dos niñas adolescentes y una voz adulta de narrador]

- Niña 1** ¡Tengo taaaaanta hambre!
- Niña 2** Sí, yo también. El almuerzo escolar estuvo horrible. Casi no comí nada.
- Niña 1** Comámonos un refrigerio rápido antes de irnos a la casa, ¿te parece?
- Niña 2** ¡Está bien, pero solo tenemos cinco minutos! ¿A dónde quieres ir?
- Narrador** ¡Hamburguesas Rápidas es la primera opción para una comida rápida, sabrosa y fresca! ¿Por qué ir a otro sitio? Ensalada fresca y crujiente, hamburguesas de carne de primera calidad y papas fritas crujientes. Rapidez garantizada. ¡Del pedido al tenedor en un minuto! Pueden confiar en nosotros.
- [La niña 1 y 2 se lamen los dedos ruidosamente]*
- Niña 1 & 2** Mmmmmmmmmmmmmmm delicioso. ¡Eso estaba muy bueno!
- Narrador** Garantizamos la satisfacción de sus necesidades, ¡con rapidez! ¡Hamburguesas Rápidas!



Recurso 2:

Guion de radio: guía para la discusión de la Entrada

Instrucciones para él/la líder:

1. Después de que hayan actuado guion de radio, utiliza las siguientes preguntas y respuestas sugeridas para facilitar una breve discusión.
2. Consulta la Ficha Técnica (páginas 22-25) para obtener más información sobre cómo leer los empaques de los alimentos y los mitos globales más comunes.

Preguntas para el grupo:

1. **¿Qué opinan del anuncio? ¿Comerían en Hamburguesas Rápidas?**
2. **¿Qué está promocionando este anuncio? ¿A quién está dirigido?**
 - a. *Comida rápida, dirigida a los jóvenes que regresan a casa después de la escuela.*
3. **¿Qué técnicas utiliza el anuncio para animarlos a comprar la hamburguesa?**
 - a. *Los personajes tienen la misma edad que el público objetivo: niñas adolescentes. Intenta que suene como una conversación realista entre amigas para que podamos identificarnos con esta. Utilizan un lenguaje persuasivo, por ejemplo, sabroso, fresco, rápido, y utilizan sonidos, por ejemplo lamerse los dedos.*
4. **¿Cuál es el motivo de este anuncio?**
 - a. *Vender más hamburguesas y ganar más dinero (una ganancia). Es importante descubrir el motivo detrás de cada pieza de información nutricional que ven o escuchan. Si la información proviene de una fuente confiable que tiene como objetivo ayudarlos a mejorar su nutrición, entonces pueden confiar en ella.*
5. **¿Pueden confiar en la información de este anuncio?**
 - a. *No podemos confiar en esta información porque el motivo del anuncio es vender el producto. Se ha descubierto que algunas empresas mienten o exageran en su publicidad, por lo que debemos tener cuidado.*
6. **¿Han escuchado alguna información sobre alimentos de la que no estén seguros? Hagan una lista de los mitos.**
 - a. *Además de la publicidad (publicaciones de amigos o publicidad en las redes sociales, programas de televisión y publicidad, vallas publicitarias, anuncios en revistas, empaques de alimentos, etc.), existen muchos mitos sobre los alimentos que se transmiten en las comunidades. Es esencial que utilicen fuentes confiables para verificar si esta información nutricional es cierta.*
7. **En los empaques de los alimentos, ¿dónde se muestra la información nutricional confiable?**
 - a. *Cuando los alimentos están envasados, a menudo han sido procesados. "Procesados" significa que se ha cambiado de alguna manera, por ejemplo, añadiendo sal o azúcar. El empaque de los alimentos procesados está diseñado para proteger y vender el producto, por lo que suele incluir una mezcla de publicidad e información confiable. La información confiable a menudo se oculta en la parte inferior o lateral del empaque, en letra pequeña.*
 - b. *Los ingredientes se enumeran de mayor a menor. Entonces, el primero es el ingrediente principal. Los "tamaños de las porciones" varían de un producto a otro. Es importante comparar el tamaño de la porción con la cantidad que realmente comerían; por lo general, uno come más de una "porción", por lo que las cantidades pueden ser engañosas.*
 - c. *En general, los alimentos sin envasar o sin procesar son más saludables porque los alimentos o bebidas son más frescos y no se han procesado.*