

Taller 1: ¿Qué hay detrás de nuestras elecciones alimentarias?

(Propuesta didáctica)

**Descripción:**

Propuesta didáctica en formato taller dirigida a las familias y desarrollada de forma colaborativa por la nutricionista de Primaria, la maestra de clase y la maestra contenidista. Invita a reflexionar sobre los factores que influyen en nuestras elecciones alimentarias, desde una perspectiva ambiental y de soberanía alimentaria.

Formato: Propuesta didáctica

Ciclo: 1

Tramo: 1

Grado: 4 años

Competencias generales en: ciudadanía local, global y digital				
Espacio / Unidad Curricular		Competencia específica	Eje temático de talleres	Criterio de logro
Científico - Matemático	Ciencias del Ambiente (Biología)	Integración de saberes. Relaciona, vincula y aplica conocimientos, técnicas, herramientas, recursos o habilidades para desarrollar sus proyectos y alcanzar los objetivos.	Soberanía alimentaria.	Propone preguntas y respuestas en relación a la soberanía alimentaria local para analizar los problemas socioambientales de la alimentación de forma interdisciplinaria.
	Geografía			
Ciencias Sociales y Humanidades	Formación para la Ciudadanía			

Propósito del taller

- Promover la reflexión y el diálogo con las familias sobre las elecciones alimentarias, reconociendo los factores sociales, culturales, familiares y personales que inciden en ellas.
- Favorecer la revisión de las prácticas alimentarias cotidianas y la construcción compartida de saberes que promuevan una actitud de apertura hacia nuevos alimentos y experiencias, en el marco de una alimentación variada y saludable.

Plan de aprendizaje

Antes de comenzar:

Realizar una presentación de las personas que van a dirigir el taller y plantear la pregunta que guiará el taller: **¿Qué hay detrás de nuestras elecciones alimentarias?**

Primer momento: Observar y describir

En forma colectiva, observar la galería fotográfica “Hungry Planet” (Planeta hambriento), del fotógrafo **Peter Menzel**, centrando la mirada en los alimentos que consumen diferentes familias y en los contextos en los que viven.

Invitar a observar y comentar libremente algunos aspectos de las fotografías: **detalles, colores, tipos de alimentos, envases, cantidades y formas de vida** que pueden reconocerse o inferirse a partir de las imágenes.

Galería fotográfica:

<https://www.menzelphoto.com/portfolio/G0000s3jj73.5TSs/I0000eH5wlfyALn4>



Imagen 1. Galería fotográfica del proyecto Hungry Planet (Planeta hambriento), de Peter Menzel.

Nota. Captura de pantalla de la galería del proyecto fotográfico Hungry Planet, de Peter Menzel.

Segundo momento: Comparar e interpretar

Organizados en grupos, comparar dos fotografías de la galería. Orientar el análisis a partir de algunas preguntas:

- ¿Qué alimentos reconocen?
- ¿De dónde imaginan que provienen esos alimentos?
- ¿Qué hay detrás de nuestras elecciones alimentarias?



Imagen 2. Impresiones realizadas de algunas de las fotografías de la muestra proyecto fotográfico Hungry Planet, de Peter Menzel.

Tercer momento: Volver a nuestra realidad

Realizar una breve presentación, con apoyo de papelógrafos, sobre las razones por las que se aborda esta temática y su relación con la realidad cotidiana de los estudiantes. Esta instancia será previa a la investigación sobre el menú escolar.

Presentar los datos registrados previamente por la docente acerca de qué alimentos del menú escolar gustan más a los estudiantes y cuáles generan menor aceptación.

Relacionar estos datos con lo trabajado en los momentos anteriores, promoviendo la reflexión sobre las preferencias alimentarias del grupo, los alimentos que consumimos y las características del menú escolar.



Imagen 3: Papelógrafos de registro del puntaje dado a cada comida del almuerzo diario durante una semana.

Retomar, como cierre, la pregunta que orienta la propuesta: **¿Qué hay detrás de nuestras elecciones alimentarias?**

Cierre: Registrar respuestas

-Mediante un plenario grupal se retoma una pregunta que se ha mencionado en instancias previas: **¿Qué hay detrás de nuestras elecciones alimentarias?**

-Se propone intercambiar ideas y reflexionar, a partir de lo compartido durante el taller, sobre los diferentes factores que pueden influir en aquello que elegimos comer.y se plantea una nueva interrogante: **¿Cómo lo podemos mejorar?**

-Las ideas y aportes de las familias se recuperan y organizan colectivamente en un cuadro de doble entrada, diferenciando aquellas situaciones o factores que pueden estar influyendo en nuestras elecciones alimentarias y posibles alternativas para favorecer cambios.

¿Qué hay detrás de nuestras elecciones alimentarias?	¿Cómo lo podemos mejorar?

Despedida: entrega del souvenir

Entregar a cada familia un pequeño **souvenir con códigos QR** que permita continuar explorando información y propuestas en el hogar:



Imagen 4. Material entregado a las familias al finalizar el taller, con códigos QR de acceso a tres publicaciones sobre alimentación saludable y recetas.

Sugerencias metodológicas, didácticas y de evaluación

La propuesta se desarrolla desde la **metodología de taller**, entendida como un espacio participativo en el que se aprende a partir del intercambio, la reflexión y el análisis de situaciones vinculadas con la realidad. Desde esta perspectiva, se procura que las familias tengan un rol activo, recuperando sus experiencias, saberes y prácticas cotidianas en torno a la alimentación. Ander-Egg destaca el carácter participativo del taller, el aprender haciendo y el trabajo sobre situaciones concretas.

Se sugiere partir de preguntas abiertas y recursos que favorezcan la observación, la comparación y el diálogo, evitando presentar la alimentación únicamente desde una perspectiva nutricional. Su abordaje puede integrar dimensiones culturales, sociales, económicas y ambientales, reconociendo la complejidad de las elecciones y prácticas alimentarias. Rivarosa plantea la necesidad de trascender una mirada exclusivamente biológica de la alimentación y avanzar hacia abordajes integrados y multidisciplinares.

En relación con la **soberanía alimentaria**, se propone abordar la alimentación desde una perspectiva amplia, considerando que las elecciones alimentarias están atravesadas por factores culturales, sociales, económicos y ambientales, así como por las formas de producción, acceso y consumo de los alimentos. Desde esta mirada, el taller busca problematizar junto con las familias **qué hay detrás de aquello que elegimos comer** y favorecer la construcción colectiva de posibles alternativas desde la realidad local. El material de Rivarosa permite reconocer la alimentación como una práctica que excede lo nutricional e involucra el acceso, las prácticas, los saberes y los principios que intervienen en la elección y preparación de los alimentos.

La **evaluación será formativa y cualitativa**, centrada en la participación, los intercambios y las reflexiones que surjan durante el taller. El registro colectivo final permitirá recuperar las ideas de las familias acerca de los factores que influyen en sus elecciones alimentarias y las alternativas que identifican para favorecer posibles cambios.

Créditos

Imágenes

- **Imagen 1.** Menzel, P. (2007). Proyecto *Hungry Planet (Planeta hambriento)* Captura de pantalla de galería fotográfica. URL: <https://www.menzelphoto.com/portfolio/G0000s3jj73.5TSs/I0000eH5wlfyALn4>
- **Imagen 2.** Viera, K. (2026) Fotografía de las impresiones realizadas de la muestra proyecto fotográfico Hungry Planet, de Peter Menzel.
- **Imagen 3.** Viera, K.(2026) Fotografía realizada a los papelógrafos de la docente sobre registro de alimentación.
- **Imagen 4.** Elaboración propia. *Material informativo con códigos QR sobre alimentación saludable, entregado a las familias al finalizar el taller:* <https://canva.link/tm44t12smf9jmph>

Bibliografía / Fuentes consultadas

- Achkar, M., Domínguez, A., & Pesce, F. (2007). *Educación ambiental: Una demanda del mundo hoy*. Tomate Verde. [Catálogo en Línea](#)
- Administración Nacional de Educación Pública, Dirección General de Educación Inicial y Primaria. (2021). *Los nuevos sabores de mi escuela: Recetario anual*. Programa de Alimentación Escolar.
- Alegria Fernández, G. (2020). *La agroecología: Una estrategia en educación ambiental*.
- Ander-Egg, E. (1991). El taller una alternativa de renovación pedagógica. Magisterio del Río de la Plata
- Llerena del Castillo, G., & Espinet Blanch, M. (2017). *Agroecología escolar*. Pol·len Edicions. [Pol·len Edicions](#)
- Ministerio de Educación y Cultura, Ministerio de Desarrollo Social, Ministerio de Salud Pública, & Instituto Nacional de Alimentación. (2019). *Rico y casero: Recetas saludables. Recetas ganadoras del Concurso Rico y Casero. Aportes y sugerencias para una alimentación saludable*. Ministerio de Educación y Cultura.
- Ministerio de Salud Pública. (2022). *Guía de alimentación para la población uruguaya*. Gobierno de Uruguay. [Guía de alimentación para la población uruguaya](#)
- Rivarosa, A. (Coord.). (2014). *La otra cocina: Miradas sobre alimentación desde recursos alternativos*. Universidad Nacional de Río Cuarto.

-Shiva, V. (2000). *Stolen harvest: The hijacking of the global food supply*. South End Press.
[Google Books](#)

Autor: Eloisa Pérez, Karina Viera y María de Los Ángeles Alvarez

Fecha de creación: Octubre, 2026

Licenciamiento:

