

Guia didàctica

1r i 2n d'educació secundària

www.cinemadretsinfants.cat

// Cicle de Cinema dels Drets dels Infants

A BARCELONA, VIDA SANA I SOSTENIBLE

2021 - 2022

SUPER SIZE ME

Morgan Spurlock



Ajuntament de
Barcelona



ÍNDEX

PÀG.

<u>3</u>	1. CICLE DE CINEMA DELS DRETS DELS INFANTS
<u>3</u>	1.1. Propòsit i enfocament
<u>4</u>	1.2. Competències bàsiques i relacions curriculars
<u>6</u>	1.3. Drets a treballar
<u>6</u>	1.4. Marc legal relacionat
<u>8</u>	2. LA PEL·LÍCULA
<u>8</u>	2.1. Fitxa tècnica breu
<u>8</u>	2.2. Sinopsi de l'argument
<u>10</u>	2.3. Relacions entre pel·lícula, drets i competències bàsiques
<u>10</u>	2.3.1. Els drets vulnerats
<u>11</u>	2.3.2. Per una alimentació natural
<u>12</u>	2.3.3. Conseqüències socials d'una mala alimentació
<u>12</u>	2.3.4. Importància de mantenir la biodiversitat
<u>13</u>	2.3.5. La nutrició: intercanvi de matèria i energia amb al medi
<u>14</u>	2.3.6. Accions que afavoreixen un desenvolupament sostenible
<u>15</u>	3. PROPOSTA PEDAGÒGICA
<u>15</u>	3.1. Plantejament general
<u>15</u>	3.2. Per anar al cinema
<u>17</u>	3.3. Del cinema a l'aula
<u>20</u>	3.4. De l'aula al món
<u>20</u>	3.5. Recull de creacions escolars
<u>20</u>	3.6. Qüestionari d'avaluació per al professorat
<u>21</u>	4. MATERIAL COMPLEMENTARI
<u>21</u>	4.1. Enllaços d'interès
<u>21</u>	4.2. Bibliografia i filmografia

1. CICLE DE CINEMA DELS DRETS DELS INFANTS

1.1. Propòsit i enfocament

La salut de les persones està clarament relacionada amb els hàbits nutricionals i la qualitat dels aliments, i amb evitar la ingestió de substàncies tòxiques per al cos humà. És molt important que infants i adolescents despleguin aquests coneixements i tinguin cura de la seva alimentació quotidiana.

Amb el títol **A Barcelona, vida sana i sostenible**, el Cicle de Cinema dels Drets dels Infants (CCDI) de l'Ajuntament de Barcelona proposa una reflexió sobre els forts vincles entre la salut i una alimentació sostenible, a base de productes de proximitat i de qualitat. La intenció és acompanyar la infància i l'adolescència de Barcelona a prendre consciència de la importància que tenen els hàbits alimentaris per a una vida saludable. Per impulsar-ho, vol contribuir que infants i adolescents siguin coneixedors del valor nutritiu de tot allò que mengen.

L'edició 2021-22 del CCDI ofereix recursos per conèixer i debatre els drets dels infants vinculats a l'**alimentació sana i sostenible** dels nens i les nenes, i els nois i les noies de la ciutat. Ho fa partint de la legislació actual: Declaració Universal dels Drets Humans, Convenció sobre els Drets de l'Infant, Llei dels drets i les oportunitats en la infància i l'adolescència, i Carta de Ciutadania. Carta de drets i deures de Barcelona. Des del 2015, l'Ajuntament de Barcelona està adherit al [Pacte de política alimentària urbana de Milà](#). Aquest 2021 exerceix de Capital Mundial de l'Alimentació Sostenible i porta als centres educatius de la ciutat els recursos necessaris per difondre i afavorir hàbits alimentaris saludables i prou equilibrats, sobretot entre infants i adolescents.

Super Size Me, film adreçat a 1r i 2n d'ESO, fa el seguiment de la prova que el director es proposa: alimentar-se durant un mes només a McDonalds. Decideix fer-se anàlitiques mèdiques al principi i al final, les quals detecten canvis considerables en els indicadors de la seva salut. Entremig, el director va donant informació sobre la indústria del *fast food* i la implantació als EUA, el país amb més persones obesas del món. Toca de prop l'alumnat d'aquest nivell educatiu, usuari de restaurants de menjar ràpid.

El recorregut pedagògic va de l'aula al cinema, del cinema a l'aula i de l'aula a la vida quotidiana i a l'entorn dels nois i les noies. Per facilitar-lo, el [web](#) disposa dels materials didàctics, les creacions de l'alumnat, i la informació sobre les sessions familiars, d'adolescents, i per a entitats socioeducatives i de lleure educatiu.



El **Cicle de Cinema dels Drets dels Infants (CCDI)** és un programa educatiu que promou el Departament de Promoció de la Infància de l'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI de l'Ajuntament de Barcelona, engegat l'any 2000 en col·laboració amb l'Institut Municipal d'Educació de Barcelona.

L'edició **2021-22** del CCDI ofereix recursos per treballar a l'aula els **drets dels infants** vinculats a l'**alimentació sana i sostenible**.

1.2. Competències bàsiques i relacions curriculars

1. Competència social i ciutadana

- Actitud crítica davant dels missatges que suposin qualsevol tipus de discriminació i voluntat de superar els prejudicis.
- Ús d'un llenguatge no discriminatori i respectuós amb les diferències. Ús de fórmules de cortesia en els intercanvis socials.
- Mesures de resolució de conflictes per garantir un clima de llibertat, igualtat i respecte entre les persones.
- Participació activa i de manera compromesa en projectes de servei comunitari per exercir drets, deures i responsabilitats propis d'una societat democràtica.
- Identificació dels elements estructurals de les societats actuals caracteritzant especialment alguns factors de desigualtat social i diversitat cultural de la societat europea, espanyola i catalana i manifestant respecte per la diversitat i riquesa de cultures.
- Valoració del paper de les dones i dels homes com a subjectes de la història i del present.

2. Competència d'autonomia, iniciativa personal i emprenedoria

- Assumpció i aplicació d'un conjunt de valors i actituds personals interrelacionades, com la responsabilitat, la solidaritat, la cooperació, la creativitat, l'autocrítica i el control emocional.
- Conscienciació de pertinença a una comunitat lingüística, social i cultural i actitud positiva d'interès i confiança davant la diversitat de llengües i cultures.
- Presa de consciència de les pròpies actituds davant les diferències de llengües i cultures, i valoració de les variacions lingüístiques i culturals.
- Transformació d'idees en accions, en proposar-se objectius per planificar i portar a terme projectes individuals i col·lectius.

3. Competència d'aprendre a aprendre

- Consciència de les pròpies capacitats, i també dels processos i les estratègies necessàries per a desenvolupar-les, així com del que es pot fer amb l'ajuda d'altres persones o recursos.
- Consecució d'un sentiment de competència personal, que redunda en el desenvolupament de les actituds, la motivació, la confiança en un/a mateix/a i el gust d'aprendre.
- Coneixement de les pròpies potencialitats i carències, tenint motivació i voluntat de superació per afrontar nous reptes d'aprenentatge.



1. Competència social i ciutadana.
2. Competència d'autonomia, iniciativa personal i emprenedoria.
3. Competència d'aprendre a aprendre.
4. Competència digital.
5. Competència comunicativa lingüística i audiovisual.
6. Competència artística i cultural.

4. Competència digital

- Cerca, ús i contrast de diferents fonts documentals per contextualitzar els fets de l'entorn proper, fomentant el rigor informatiu.
- Domini de tots els llenguatges bàsics, i experimentació de tècniques i procediments propis de la fotografia, el vídeo i el cinema per investigar i produir discursos en format multimèdia.

5. Competència comunicativa lingüística i audiovisual

- Comprensió i interpretació de les informacions més rellevants de tot tipus de textos de la vida quotidiana i dels mitjans de comunicació pròxims als interessos de l'alumnat.
- Ús adequat dels diferents llenguatges, suports i tipus de text, fent servir els recursos TIC amb iniciativa, creativitat i imaginació.
- Elaboració d'un còmic, experimentant diferents procediments de representació en funció de les intencions comunicatives, informatives, expressives, descriptives, reflexives i crítiques.

6. Competència artística i cultural

- Representació personal d'idees, d'acord amb uns objectius, utilitzant el llenguatge plàstic, visual i audiovisual, els recursos TIC, entre d'altres, i manifestant iniciativa, creativitat i imaginació.
- Responsabilitat en el desenvolupament d'activitats artístiques i visuals individuals o col·lectives, fent ús de l'art com a mitjà de cohesió i d'acció prosocial.
- Comparació dels missatges audiovisuals provinents de diferents mitjans de comunicació (cinema, televisió, Internet) amb altres formes de manifestació artística i mediàtica.



1.3. Drets a treballar

1. Dret dels infants a una alimentació sana i saludable.
2. Dret dels infants a rebre una informació veraç i contrastada.

1.4. Marc legal relacionat

Declaració Universal dels Drets Humans

Article 25.1. Tota persona té dret a un nivell de vida que assegurï, per a ell i la seva família, la salut i el benestar, especialment quant a alimentació, vestir, habitatge, assistència mèdica i als serveis socials necessaris; també té dret a la seguretat en cas d'atur, malaltia, incapacitat, viduïtat, vellesa o altra manca de mitjans de subsistència independent de la seva voluntat.

Declaració dels Drets de l'Infant

Principi 4. L'infant (...) tindrà dret a créixer i a desenvolupar-se en bona salut; i (...) caldrà proporcionar-li (...) atencions especials, tant prenatales com postnatales. L'infant tindrà dret a disposar d'alimentació, habitatge, esbarjo i serveis mèdics adequats.

Convenció sobre els Drets de l'Infant

Article 24.2. Els estats membres han d'assegurar la plena aplicació [del dret de l'infant a gaudir del més alt nivell de salut possible] i, especialment, han de prendre les mesures següents: e) Vetllar perquè tots els sectors de la societat, i especialment les mares, els pares i els infants, estiguin informats, tinguin accés a l'educació i rebin suport en l'ús dels coneixements bàsics sobre la salut i la nutrició dels infants, els avantatges de l'alletament matern, la higiene i la sanitat ambiental, i la prevenció d'accidents.

Agenda 2030 sobre desenvolupament sostenible

Objectiu 2. Posar fi a la fam, assolir la seguretat alimentària i la millora de la nutrició, i promoure l'agricultura sostenible. Fites:

- 2.1. Per al 2030, posar fi a la fam i assegurar l'accés de totes les persones, en particular de les persones pobres i en situacions vulnerables, inclosos els lactants, a una alimentació sana, nutritiva i suficient durant tot l'any.
- 2.2. Per a 2030, posar fi a totes les formes de malnutrició, incloent-hi aconseguir, com a molt tard el 2025, les fites convingudes internacionalment sobre el retard del creixement i l'emaciació dels menors de 5 anys, i abordar les necessitats de



1. Dret dels infants a una alimentació sana i saludable.

2. Dret dels infants a rebre una informació veraç i contrastada.

nutrició de les adolescents, dones embarassades i lactants, així com de les persones grans.

Objectiu 3. Garantir una vida sana i promoure el benestar per a tothom, en totes les edats. Fites:

3.4. Per 2030, reduir en un terç la mortalitat prematura per malalties no transmissibles mitjançant la prevenció i el tractament, i promoure la salut mental i el benestar.

Objectiu 12. Garantir modalitats de consum i producció sostenibles. Fites:

12.3. Per a 2030, reduir a la meitat el malbaratament d'aliments per càpita mundial en la venda al detall i el consum, així com les pèrdues d'aliments a les cadenes de producció i distribució, incloses les pèrdues postcollita.

12.5. Per a 2030, disminuir de manera substancial la generació de residus mitjançant polítiques de prevenció, reducció, reciclatge i reutilització.

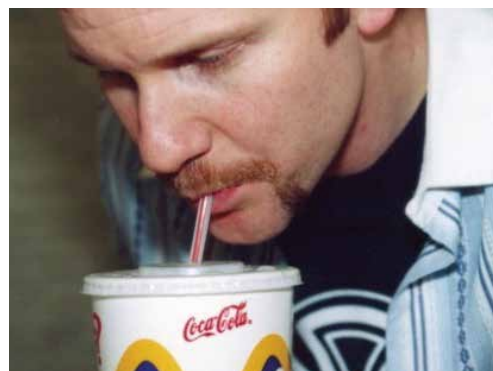
12.8. Per a 2030, assegurar que les persones de tot el món tinguin la informació i els coneixements pertinents per al desenvolupament sostenible i els estils de vida en harmonia amb la natura.

Llei dels drets i les oportunitats en la infància i l'adolescència

Article 66. Productes comercialitzats per a l'ús o el consum dels infants i els adolescents

1. Els béns o els productes comercialitzats per a l'ús o el consum d'infants i adolescents no poden contenir substàncies perjudicials i han de facilitar, de manera visible, la informació suficient sobre la composició, les característiques i l'ús, i també la franja d'edat, si escau, a la qual són destinats.

2. Els béns o els productes comercialitzats per a l'ús o el consum d'infants i adolescents han de complir les mesures de seguretat suficients per garantir-ne la innocuïtat tant per a l'ús al qual són destinats com per evitar les conseqüències nocives que poden derivar d'un ús inadequat.



Carta de Ciutadania. Carta de drets i deures de Barcelona

Capítol 2. Drets socials

Article 19. Consumidors i usuaris

1. Totes les persones tenen dret, en tant que consumidores i usuàries, a una informació veraç i entenedora. L'Ajuntament proveirà mecanismes de garantia davant de conductes abusives, negligents o fraudulentament en l'àmbit del consum.

Pacte de política alimentària urbana de Milà

Accions recomanades: promoure dietes sostenibles i nutrició

7. Promoure dietes sostenibles (saludables, segures, culturalment adequades, ambientalment sostenibles i fundades en els drets) a través de programes pertinents en el camp de l'educació, la promoció de la salut i la comunicació, amb (...) atenció a escoles, centres de atenció [primària], mercats i mitjans d'informació.

8. Lluitar contra les malalties no transmissibles associades a dietes inadequades i obesitat, amb especial atenció, quan sigui necessari, a reduir l'aportació de sucre, àcids grassos trans, carns i productes lactis-formatgers, i augmentant el consum de fruita, verdura i aliments no elaborats.

9. Desenvolupar directrius a favor de dietes sostenibles per tal d'informar els consumidors, els planificadors urbans (en particular en relació amb la contractació pública d'aliments), els proveïdors de serveis alimentaris, els minoristes i els operadors en el camp de la producció i la transformació alimentària, i promovent campanyes de comunicació i formació.

10. Adequar les normes i els reglaments per tal de garantir l'accés a dietes sostenibles i aigua potable en les estructures públiques com hospitals, estructures sanitàries i d'assistència a la infància, llocs de treball, universitats, escoles, serveis alimentaris i de restauració, oficines públiques i llocs de detenció i, en la mesura del possible, en la gran distribució privada, en la distribució a l'engròs i en els mercats.

12. Promoure una acció conjunta per part dels sectors de l'alimentació i de la salut, per tal d'actuar amb estratègies centrades en les persones, a favor d'estils de vida saludables i d'inclusió social.

Accions recomanades: limitar deixalles d'aliments

35. Sensibilitzar la població en matèria de deixalles i pèrdues d'aliments a través d'esdeveniments i campanyes específiques; identificar punts focals com ara institucions educatives, mercats comunitaris, botigues d'empreses i altres iniciatives de solidaritat o d'economia circular.

37. Afavorir, quan sigui possible, la recuperació i la redistribució d'aliments segurs i nutritius destinats al consum humà (...).

Convenció sobre els Drets de l'Infant



Ajuntament de Barcelona



Legislació autonòmica i local que regula els drets dels infants:

1. Catalunya

[Llei dels drets i les oportunitats en la infància i l'adolescència \(íntegra\).](#)

2. Barcelona

[Carta de Ciutadania. Carta de drets i deures de Barcelona \(íntegra\).](#)

2. LA PEL·LÍCULA

2.1. Fitxa tècnica breu

Títol original: *Super Size Me*

Direcció: Morgan Spurlock

Guió: Morgan Spurlock

País de producció: EUA

Any d'estrena: 2004

Durada: 100 minuts

Llargmetratge documental

Versió en castellà



2.2. Sinopsi de l'argument

El director del documental es proposa esbrinar si el fet que als EUA hi hagi tanta gent obesa i amb sobrepès té alguna relació amb el consum de menjar ràpid. Decideix passar ell mateix tot un mes alimentant-se exclusivament amb productes de McDonald's: esmorzar, dinar i sopar. Per documentar adequadament la prova, es fa visitar per tres metges (un de capçalera, un cardiòleg i una gastroenteròloga), a més d'una nutricionista i dietista. Hi acudeix abans de començar l'experiment, però també els consulta per fer-se un seguiment al llarg de les quatre setmanes que ha de durar.

Els efectes del test ja es deixen notar a les analítiques al cap de quinze dies. Davant dels resultats, els dos doctors i la doctora es mostren sorpresos per les alteracions que està patint el pacient en els índexs de molts indicadors importants de salut. Fins i tot li aconsellen no continuar amb la prova. Malgrat els advertiments mèdics i els malestors físics i psíquics, el realitzador Morgan Spurlock arriba fins al final. Acaba engreixant-se dotze quilograms i patint una afecció hepàtica, entre altres mals. L'experiment es trenca amb una recerca sobre les estratègies de McDonald's i de la resta de la indústria alimentària nord-americana per vendre el màxim. Es destapa com la competència ferotge genera una gran despreocupació de les conseqüències que el menjar fabricat i servit tingui en la salut de la clientela.

[Tràiler](#)



2.3. Relacions entre pel·lícula, drets i competències bàsiques

2. LA PEL·LÍCULA

El documental **Super Size Me** se centra en l'alt índex d'obesitat als EUA : "el país més gras del món", diu el director. El fenomen del menjar porqueria, en forma d'establiments *fast food*, fa temps que s'ha instal·lat a Barcelona, i els i les adolescents en són les principals víctimes. Es proposa la pel·lícula a l'alumnat de 1r i 2n d'ESO per tal que tinguin informació sobre la baixa qualitat del menjar ràpid i ho valorin a l'hora de consumir-ne. A més, moltes de les dades del film són extrapolables a qualsevol altre país, donat que els processos de fabricació i de comercialització dels productes d'aquestes cadenes és molt similar arreu del món.

2.3.1. Els drets vulnerats

Super Size Me planteja la qüestió de com els interessos comercials de la indústria passen per sobre del dret a una alimentació sana, la qual cosa té conseqüències en:

1. La persona consumidora, tal com demostra el director del film exposant-se a les conseqüències d'una dieta insana.
2. La salut pública, pel consum generalitzat d'aliments processats que provoquen més malalties de forma generalitzada i un sobrecost sanitari per tal de tractar-les.
3. Els ecosistemes agraris locals, a causa del predomini de l'oferta de menjar industrialitzat, que atempta contra la diversitat de productes de la terra i altera els conreus a petita escala.
4. El medi ambient global, a resultes dels sistemes de producció intensius, tant de productes agrícoles com de bestiar.

El sistema alimentari industrial és nociu per a les persones, per als territoris i per al planeta, per la qual cosa es fa necessari treballar per tenir sistemes alimentaris sans i sostenibles. Aquests preserven i regeneren els recursos naturals i els ecosistemes, salvaguarden la capacitat de les generacions futures d'alimentar-se, creen prosperitat local i promouen la justícia social.

Els governs són cada cop més conscients de la necessitat de fomentar sistemes alimentaris saludables. Comencen a haver-hi iniciatives, com el [Pacte de política alimentària urbana de Milà](#), que compromet els ajuntaments a impulsar el trànsit cap a una alimentació sostenible i considera l'àmbit educatiu com un sector fonamental on actuar. En els centres educatius, aquest pacte recomana "redefinir els programes dels menjadors escolars (...) per tal d'oferir menjar sa, de procedència local/regional, de temporada i produït de manera sostenible".

El documental Super Size Me se centra en l'alt índex d'obesitat als EUA : "el país més gras del món", diu el director. El fenomen del menjar porqueria, en forma d'establiments fast food, fa temps que s'ha instal·lat a Barcelona, i els i les adolescents en són les principals víctimes. Es proposa la pel·lícula a l'alumnat de 1r i 2n d'ESO per tal que tinguin informació sobre la baixa qualitat del menjar ràpid i ho valorin a l'hora de consumir-ne.



2. LA PEL·LÍCULA 2.3.2. Per una alimentació natural

Des del punt de vista purament nutricional, la pel·lícula és contundent en denunciar la insalubritat dels productes de menjar ràpid. Les analítiques que es fa el director del film durant l'experiment d'alimentar-se tot un mes exclusivament de menús de McDonald's indiquen una degeneració alarmant dels índexs de control. La prova posa en perill la seva salut en tan sols dues setmanes. Al final del test, Spurlock es va engreixar dotze quilograms, el fetge se li va inflamar, se li va endurir i se li va omplir de greix, el colesterol li va pujar 65 punts, el percentatge de greix corporal va passar de l'11% al 18%, va duplicar el risc de patir una aturada cardíaca... Les conseqüències també es van fer notar en l'àmbit psíquic: li va disminuir la libido, se sentia deprimat i cansat, tenia l'humor canviant. També patia mal de cap quan no menjava a McDonald's i sempre en volia més.

Com més processat és un aliment, menys qualitat nutricional té. Els productes *fast food* són ultraprocessats: aporten més calories, greixos, sucre i sal del que necessita el nostre cos. A més, hi ha els additius químics i artificials per simular i millorar sabors, i fer la ingesta més gustosa al paladar. En resulten aliments que ni tan sols treuen la gana, sinó que l'estimulen per forçar més consum, fins al punt de fer-se addictius. El sucre crea dependència. Com exposa la pel·lícula, un got (gegant) de refresc en porta 48 cullerades. Amb els tres àpats diaris que Spurlock fa a McDonald's, ingereix mig quilo de sucre cada dia. En porta fins i tot l'amanida. Tot plegat és una bomba contra la salut.

A **Super Size Me** s'explica que alguns districtes municipals nord-americans han prohibit el sucre i els greixos als menús escolars. Als restaurants de San Francisco, si els menús infantils no compleixen uns estàndards nutricionals mínims, no s'hi poden regalar joguines. Aquest és un dels grans ganxos comercials de McDonald's, com bé mostra al documental.

Des del punt de vista purament nutricional, la pel·lícula és contundent en denunciar la insalubritat dels productes de menjar ràpid. Les analítiques que es fa el director del film durant l'experiment d'alimentar-se tot un mes exclusivament de menús de McDonald's indiquen una degeneració alarmant dels índexs de control. La prova posa en perill la seva salut en tan sols dues setmanes.



2.3.3. Conseqüències socials d'una mala alimentació

Les conseqüències de la profusió de males dietes té un cost econòmic cada cop més elevat per als estats. Això ve donat pels tractaments de les malalties directament relacionades amb la mala alimentació, i també pels vinculats a afeccions indirectes, com la diabetis, les malalties coronàries o el càncer, entre d'altres. A l'Estat espanyol, les malalties provocades per dietes inadequades suposen el 20% de la despesa sanitària pública.

És interessant l'apartat que **Super Size Me** dedica a l'alimentació a les escoles nord-americanes, completament dominades pel menjar porqueria. Les responsables dels menjadors escolars que entrevista Spurlock fluctuen entre la ignorància irresponsable i el cinisme. La primera defensa la comoditat de no haver de cuinar els aliments a l'escola, mentre l'altra argumenta, d'acord amb el gran mite nord-americà, la llibertat d'elecció de l'alumnat. En canvi, es mostra l'experiència d'un centre educatiu especialitzat en alumnat conflictiu, on el canvi de dieta en benefici de menús sense carn, ni greixos, ni fregits ha demostrat aportar beneficis. Les millores s'han notat no només en l'estat físic de nois i noies, sinó també en el rendiment escolar i en la convivència social. Una altra seqüència mostra una escola que ha recuperat una hora setmanal d'educació física, que la legislació nacional ha suprimit.

El *lobby* de la indústria alimentària dels EUA és molt potent, tal com exposa el documental. Té un volum de negoci multimilionari i interessos vinculats a uns guanys elevadíssims. Controla el sistema alimentari mundial fins al punt d'entorpir les propostes polítiques i legislatives a favor d'implementar fórmules alternatives: locals, naturals, saludables i sostenibles. Cal ser conscients de què realment està venent una empresa com McDonald's a través de campanyes de publicitat i de comunicació, en les quals inverteix 1.400 milions de dòlars anuals.

2.3.4. Importància de mantenir la biodiversitat

En una dieta sana, la diversitat d'aliments aporta riquesa de nutrients al cos humà, i facilita la resiliència dels ecosistemes agraris i de tot el circuit alimentari de proximitat. La producció alimentària intensiva és responsable que, en el darrer segle, s'hagi perdut el 75% de la biodiversitat, de productes autòctons i de variants. La indústria prefereix l'estandardització de processos de conreu, de formats dels productes, de sistemes de recol·lecció i de transport, de sabors, etc. Les variants locals li suposen despeses afegides que minven els beneficis econòmics.

És interessant l'apartat que Super Size Me dedica a l'alimentació a les escoles nord-americanes, completament dominades pel menjar porqueria. Les responsables dels menjadors escolars que entrevista Spurlock fluctuen entre la ignorància irresponsable i el cinisme.



2. LA PEL·LÍCULA

Per tant, es fa necessari promoure la transformació del consum alimentari a través de plantejaments sans, sostenibles i variats, basats en la producció local, les cadenes de subministrament curtes (km 0) i altres fórmules de mercat. Aquestes han d'integrar les infraestructures socials i econòmiques per crear un circuit que connecti les àrees urbanes a les rurals del seu entorn immediat.

2.3.5. La nutrició: intercanvi de matèria i energia amb al medi

En l'àmbit global, el sistema alimentari actual causa una forta degradació del medi ambient, i és responsable de l'emissió d'entre un 21% i un 37% dels gasos amb efecte hivernacle.

La ramaderia és la branca del primer sector econòmic que més contribueix a la crisi climàtica, amb un 14,5% d'afectació. A les granges intensives, el bestiar s'alimenta amb pinso cultivat a països llunyans, també de manera intensiva. Això fa que el seu sistema digestiu generi metà, gas que crea l'efecte hivernacle. A més, els animals, els productes carnis i els residus que se'n deriven es transporten llargues distàncies, la qual cosa comporta un gran consum d'energia. La substitució de terreny forestal per conreu de pinsos o per a pastures contribueix a l'escalfament global, en sacrificar la funció oxigenant que fan els boscos.

També es cria intensivament bestiar a casa nostra, la qual cosa comporta greus problemes de contaminació de l'aire (males olors), l'aigua i la terra. Arriba fins al punt que el subsol no pot absorbir tants purins com genera la ramaderia. Aquest és un fenomen que es dona a Catalunya. Des de fa anys, el govern de la Generalitat ha prohibit la construcció i l'ampliació de granges en comarques amb una alta concentració de nitrats al sòl i a l'aigua, procedents dels purins. Aquest fenomen contaminant afecta el 40,3% de la superfície catalana.

La producció de carn de manera intensiva acapara moltíssims recursos naturals. Per produir un quilogram de carn de vedella, es fan servir set quilograms de pinso i 15.400 litres d'aigua. En el cas del porc, són quatre quilograms de pinso i 6.000 litres d'aigua; i, en el cas del pollastre, són dos quilograms de pinso i 4.300 litres d'aigua. Són quantitats plenament insostenibles.

La solució no és cap altra que disminuir el consum de carn. D'altra banda, els i les dietistes consideren que no és tan necessària per a la nostra salut. A l'Estat espanyol es consumeix quatre vegades més de carn del que recomana la [Societat Espanyola de Nutrició Comunitària](#): 325 grams de carn blanca

Es fa necessari promoure la transformació del consum alimentari a través de plantejaments sans, sostenibles i variats, basats en la producció local, les cadenes de subministrament curtes (km 0) i altres fórmules de mercat. Aquestes han d'integrar les infraestructures socials i econòmiques per crear un circuit que connecti les àrees urbanes a les rurals del seu entorn immediat.



2. LA PEL·LÍCULA

(aus, conill) i 125 grams de carn vermella o processada cada setmana són suficients. A Barcelona, el 78% dels infants d'entre 3 i 4 anys menja més carn de la recomanada.

2.3.6. Accions que afavoreixen un desenvolupament sostenible

Tot i que el documental no en parla, cal esmentar un efecte col·lateral de la indústria agroalimentària i, en especial, de les pràctiques dels establiments de *fast food* que contribueix fortament a la contaminació ambiental. Es tracta de la ingent quantitat d'embalatges, envasos, coberts, etc. d'un sol ús, que acompanya la comercialització dels aliments processats. Alguns són necessaris per a la conservació dels productes o per al transport, però molts altres són imposats per les convencions comercials. La majoria són de plàstic i els residus estan cada dia més a la vista de tothom en plena natura, muntanyes, boscos, rius i mars. És un fenomen alarmant que exigeix força canvis d'hàbits en tots els àmbits de la societat.

Cada cop és més important promoure entorns alimentaris sostenibles entre els diferents col·lectius socials. Els infants i els adolescents són prioritari a l'hora d'aconseguir una sobirania alimentària plena, totalment compromesa amb la salut i el més responsable possible amb els recursos naturals.

Cada cop és més important promoure entorns alimentaris sostenibles entre els diferents col·lectius socials. Els infants i els adolescents són prioritari a l'hora d'aconseguir una sobirania alimentària plena, totalment compromesa amb la salut i el més responsable possible amb els recursos naturals..



3. PROPOSTA PEDAGÒGICA

3.1. Plantejament general

La seqüència didàctica que proposem al voltant de la pel·lícula *Super Size Me* es conforma de cinc moments educatius complementaris:

1. Activitat prèvia a l'aula (1 hora).
2. Anada al cinema per participar a la sessió de projecció.
3. Activitat de creació a l'aula (entre 1 hora i 6 hores, com a màxim).
4. Acció de compartir al [web](#) les creacions de cada grup classe.
5. Possibles interaccions de l'alumnat a casa, amb la comunitat educativa i l'entorn.

3.2. Per anar al cinema

Abans d'assistir a la projecció amb el vostre grup classe, us suggerim portar a terme una activitat a l'aula d'una hora de durada. Us proposem dos enfocaments per triar el que més us convingui o bé idear-ne un altre:

1. Elaboració d'un sociograma

Convé començar presentant l'activitat i distribuint el grup classe en cinc o sis equips el més equitatius possible, per facilitar el treball conjunt (5'). Cada subgrup passa per les tres etapes de reflexió proposades aquí sota, amb la idea de treballar-les en forma de [sociograma](#). S'aconsella que mirin de definir-ho de la forma més completa i complexa que els sigui possible:

1. Quines són les principals etapes per les quals ha de passar el menú típic d'un establiment de menjar ràpid abans de consumir-lo? Enumereu-les i apunteu quins agents hi intervenen.
2. Acordeu entre tots i totes quin seria un menú tradicional de la dieta familiar. Quins ingredients són necessaris? Com seria el procés d'elaboració? Quantes persones caldrien per fer-lo arribar a taula?
3. Amb els dos esquemes a la vista, apunteu les diferències entre l'un i l'altre. Comenteu-les.

De forma paral·lela, cada equip disposarà d'una estona per debatre en petit grup i adoptar un posicionament comú (10'). En base a les opinions consensuades, cada subgrup elaborarà (en un full



1. Quines són les principals etapes per les quals ha de passar el menú típic d'un establiment de menjar ràpid abans de consumir-lo? Enumereu-les i apunteu quins agents hi intervenen.

2. Acordeu entre tots i totes quin seria un menú tradicional de la dieta familiar. Quins ingredients són necessaris? Com seria el procés d'elaboració? Quantes persones caldrien per fer-lo arribar a taula?

3. Amb els dos esquemes a la vista, apunteu les diferències entre l'un i l'altre. Comenteu-les.

DIN-A3) dos esquemes que recullin els diferents aspectes que entren en joc en els supòsits plantejats. La idea és ordenar totes les qüestions significatives segons la importància que tenen, i també establir els tipus de relacions que es donen entre elles (20'). Estaria bé organitzar una posada en comú, on cada equip faci una presentació breu del seu esquema i el comparteixi amb el grup classe (10').

En acabar l'activitat convé fer una reflexió de tancament que es troba explicada en el [punt 3 d'aquest apartat](#).

2. Pluja d'idees i creació d'un joc de rols

L'activitat s'inicia amb una pluja d'idees sobre les concepcions prèvies de l'alumnat al voltant d'alguns dels temes centrals del film *Super Size Me*. Se'n pot fer una tria, o bé abordar-los tots:

1. Com definiríeu el menjar porqueria? Per què s'anomena així?
2. Què us crida l'atenció dels establiments de *fast food*?
3. Quin penseu que és el procés d'elaboració dels menús que s'hi serveixen? De quins ingredients estan fets?
4. Com afecta l'elevat consum de menjar ràpid a la nostra societat?
5. Quins perjudicis causa a la vostra salut la ingesta de menjar porqueria?

S'aconsella anar recollint a la pissarra tot el que surti. Per exemple, va bé que ho faci un/a alumne/a diferent cada cop que s'obri un tema. Convé escriure almenys una aportació de cada alumne/a (15'). En acabat, per repassar les qüestions que s'han anat apuntant i encara amb el gran grup, és recomanable fer una pausa per agrupar les contribucions de l'alumnat en grans eixos i així fer-se una idea de tot el que s'ha comentat (5').

Tot seguit, arriba el moment d'organitzar el grup classe en cinc o sis equips el més equitatius possible, per a facilitar el treball conjunt. Cada subgrup tria un dels temes que hagin sortit de la pluja d'idees i se centrarà a desenvolupar-lo (10').

Quan cada equip ja té clar quina temàtica vol treballar, el professorat els proposa que ara s'inventin un personatge que es trobi immers en aquella situació. Han de fer-ho comptant amb idees de tots i totes. Per crear aquest personatge primer hauran de relatar quines circumstàncies actuals té i després a quin repte s'enfronta. Durant aquest procés, és important que l'alumnat intenti posar-se a la seva pell. Un cop cada subgrup hagi elaborat la seva aportació, resultarà que entre tots hauran dissenyat un joc de rols (15').

*Després de fer l'activitat escollida, convé fer una reflexió de tancament. Aquesta pot servir per estructurar el contingut de l'aportació que farà cada grup classe a la sala de cinema. Al final de la sessió, el professorat pot presentar la sinopsi i el [tràiler](#) del film *Super Size Me*.*

1. Com definiríeu el menjar porqueria? Per què s'anomena així?
2. Què us crida l'atenció dels establiments de *fast food*?
3. Quin penseu que és el procés d'elaboració dels menús que s'hi serveixen? De quins ingredients estan fets?
4. Com afecta l'elevat consum de menjar ràpid a la nostra societat?
5. Quins perjudicis causa a la vostra salut la ingesta de menjar porqueria?

3. En acabar l'activitat

Un cop finalitzada l'activitat escollida, és clau fer una reflexió de tancament. Pot servir per estructurar el contingut de l'aportació que farà cada grup classe a la sala de cinema. Per tant, cal seleccionar dos portaveus, preferiblement un noi i una noia (10').

Al final de la sessió, el professorat pot presentar la sinopsi i el [tràiler](#) de *Super Size Me* (5').

L'objectiu tant d'una opció com de l'altra és situar el context de la pel·lícula i els drets a treballar, per preparar l'anada al cinema entre tots i totes. Així mateix, és una bona oportunitat per extreure els elements claus que, en veu de dos portaveus, cada grup classe aportarà a la posada en comú que organitzarem a la sala abans i després del film.

3.3. Del cinema a l'aula

Històries gràfiques per a una alimentació sana

Després d'anar a veure el film, proposem portar a terme una activitat de creació a l'aula per a la qual se subdividirà el grup classe en cinc equips de treball. El punt de partida és que cada subgrup triï i tracti específicament un dels dos drets que han sortit reflectits a *Super Size Me*:

1. Dret dels infants a una alimentació sana i saludable.
2. Dret dels infants a rebre una informació veraç i contrastada.

Us suggerim que cada equip acabi plasmant la defensa del dret escollit en forma de còmic o presentació de diapositives en suport digital. Tant una opció com l'altra aportaran una experiència narrativa a l'alumnat, útil per identificar i abordar els drets dels infants que encoratgin una vida i una alimentació sanes i sostenibles, fins i tot vivint en una gran ciutat com Barcelona.

En un primer moment, cada grup ha de traslladar les escenes viscudes amb la pel·lícula *Super Size Me* a possibles situacions que vulguin reflectir en la seva creació final (a triar entre còmic o presentació de diapositives).

La normativa vigent recull el dret dels infants a una alimentació sana i sostenible. Ara bé, a les zones urbanes sembla que les famílies visquin cada cop més allunyades de l'obtenció de productes naturals. Com s'hi poden trobar solucions? Quines proposeu vosaltres, com a joves?



1. Dret dels infants a una alimentació sana i saludable.

2. Dret dels infants a rebre una informació veraç i contrastada.



3. PROPOSTA PEDAGÒGICA

Tot seguit, cada equip fa una immersió en el significat del dret escollit i pensa amb quines vinyetes o diapositives pot explicar-lo. Un cop dissenyada la seqüència, arriba el moment que cada grup se centri en l'elaboració del còmic o la presentació de diapositives en format digital.

Per als còmics, s'aconsella fer servir 1 o 2 fulls DIN-A4 o paper continu. Després caldrà fotografar-los per compartir-los al [web](#). Les presentacions poden constar d'unes 4 a 6 diapositives cada una. Per publicar-les al [web](#), és possible enviar per separat les de cada subgrup o ajuntar-les totes en una sola presentació.

Amb l'elaboració dels còmics o les presentacions de diapositives, s'ofereix a l'alumnat la possibilitat de treballar de forma creativa els drets i el film, així com d'aprofundir en el debat generat a l'aula abans d'anar al cinema i també a la sala amb les aportacions de tots els centres educatius.

És possible desenvolupar aquesta activitat en una sola sessió d'una hora de classe si prèviament s'organitzen els equips, es tria quin tema tracta cadascun i s'orienten els temes amb les qüestions sorgides en el visionat del film i les posades en comú prèvia i posterior. Aleshores es pot dedicar la meitat de la sessió a què els subgrups, en paral·lel, pensin i dissenyin els còmics o les presentacions de diapositives, i l'altra meitat a realitzar i compondre cada una de les creacions.

Ara bé, si és possible, recomanem que l'activitat de creació a l'aula agafi un tractament més transversal al currículum i es pugui desplegar en diverses sessions. La durada ideal és entre un mínim de tres i un màxim de sis hores lectives. Així es dona pes als drets a treballar i l'anàlisi del film, la reflexió individual i col·lectiva, l'elaboració i la posada en comú de les creacions en grup, i la recollida de les idees que vagin sorgint al llarg del procés.

Cada equip fa una immersió en el significat del dret escollit i pensa amb quines vinyetes o diapositives pot explicar-lo. Un cop dissenyada la seqüència, arriba el moment que cada grup se centri en l'elaboració del còmic o la presentació de diapositives en format digital.





QUADRE RESUM: DEL CINEMA A L'AULA*

DURADA	PROCEDIMENTS	CONTINGUTS
1 hora	Creació de subgrups i distribució de tasques. Explicació de l'opció escollida com a treball creatiu: còmic o presentació de diapositives en format digital.	Cada grup relaciona les escenes de la pel·lícula amb les situacions o qüestions a tractar. Tria i immersió de cada equip en un dels drets a explorar.
1 hora	Treball per equips. Reflexió en grup i individual per crear un punt de vista sobre el dret escollit. Preparació de l'esquema de còmic o presentació de diapositives.	Pluja d'idees i presa de decisions sobre quines vinyetes i diapositives són adients per a que cada equip expliqui el seu dret.
1 a 2 hores	Per equips, cerca d'imatges i creació de textos, en el cas de la presentació de diapositives; i elaboració de les vinyetes, en el del còmic.	Definició de la composició final del còmic o de la presentació de diapositives per part de cada equip.
1 a 2 hores	Treball per subgrups. Exposició oral de cada creació a la resta del grup classe.	Realització de les vinyetes definitives del còmic o bé de les diapositives de la presentació en format digital. Posada en comú dels relats elaborats.

*Aquesta activitat es pot fer en una sola sessió, però es proposa un desplegament més minuciós per aprofundir en els drets a treballar a l'aula.

3.4. De l'aula al món

Un cop realitzada l'activitat de creació a l'aula i enviats els resultats per publicar-los al [web del Cicle de Cinema dels Drets dels Infants](#), us suggerim alguna petita acció per portar a terme en col·laboració amb les famílies del vostre alumnat. L'objectiu és connectar els aprenentatges i l'experiència viscuda amb la vida quotidiana i la immersió en l'entorn.

1. Cercar i després portar a classe fotografies, il·lustracions o dibuixos de quina seria la composició d'una alimentació sana i sostenible adreçada a nois i noies de la vostra edat.
2. Aportar un parell d'idees comentades a casa sobre què significa una dieta basada en una alimentació sana i sostenible per a nois i noies de la vostra edat.
3. Compartir a l'aula llibres de la biblioteca de casa relacionats amb la temàtica **A Barcelona, vida sana i sostenible**.

Si és possible, us aconsellem que visiteu amb l'alumnat l'apartat [Creacions escolars del web](#) i proposeu a les famílies entrar-hi.

3.5. Recull de creacions escolars

Un cop finalitzada l'activitat creativa a l'aula, cada grup classe ens farà arribar les creacions dels seus subgrups de treball per email, Dropbox, WeTransfer o similar. Així anirem organitzant els resultats aportats per part de cada escola i els compartirem al [web del Cicle de Cinema dels Drets dels Infants](#).

Des de l'apartat [Creacions escolars](#), podreu accedir tant als vostres treballs de creació com als de la resta d'escoles participants, que estaran organitzats per nivells educatius.

Per a qualsevol dubte, podeu contactar-nos a teleduca@teleduca.org o bé al telèfon 93 450 98 26.

3.6. Qüestionari d'avaluació per al professorat

Quan ja hàgiu portat a terme amb l'alumnat totes les passes de la seqüència didàctica plantejada, us enviarem per correu electrònic un qüestionari d'avaluació que podreu omplir directament en línia. Per a qualsevol dubte, podeu contactar-nos a teleduca@teleduca.org o bé al telèfon 93 450 98 26.

Us agraïm la vostra col·laboració en acompanyar el treball reflexiu i creatiu dels drets dels infants als centres escolars i esperem les vostres aportacions per anar millorant any rere any.



1. Cercar i després portar a classe fotografies, il·lustracions o dibuixos de quina seria la composició d'una alimentació sana i sostenible adreçada a nois i noies de la vostra edat.

2. Aportar un parell d'idees comentades a casa sobre què significa una dieta basada en una alimentació sana i sostenible per a nois i noies de la vostra edat.

3. Compartir a l'aula llibres de la biblioteca de casa relacionats amb la temàtica **A Barcelona, vida sana i sostenible**.

4. MATERIAL COMPLEMENTARI

4.1. Enllaços d'interès

Podeu trobar més informació a:

- [Web del Cicle de Cinema dels Drets dels Infants](#)
- [Web d'Infància de l'Ajuntament de Barcelona](#)

Textos legislatius al web de l'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI de l'Ajuntament de Barcelona (lectura fàcil):

- [Declaració Universal dels Drets Humans](#)
- [Convenció sobre els Drets de l'Infant](#)
- [Carta de Ciutadania. Carta de drets i deures de Barcelona](#)

Altres:

- [Llei Orgànica 8/2015, de 22 de juliol, de modificació del sistema de protecció a la infància i a l'adolescència](#)
- [Llei dels drets i les oportunitats en la infància i l'adolescència](#)
- [Objectius de Desenvolupament Sostenible \(ODS\)](#)
- [Polítiques municipals de Barcelona en relació als ODS](#)
- [Pacte de política alimentària urbana de Milà](#)
- [Polítiques d'Alimentació Sostenible a Barcelona](#)
- [Obesidad y sobrepeso \(OMS\)](#)
- [Programa Lògic / Infants i consum \(betevé\)](#)
- [Canvi climàtic \(recopilació de vídeos de TV3\)](#)

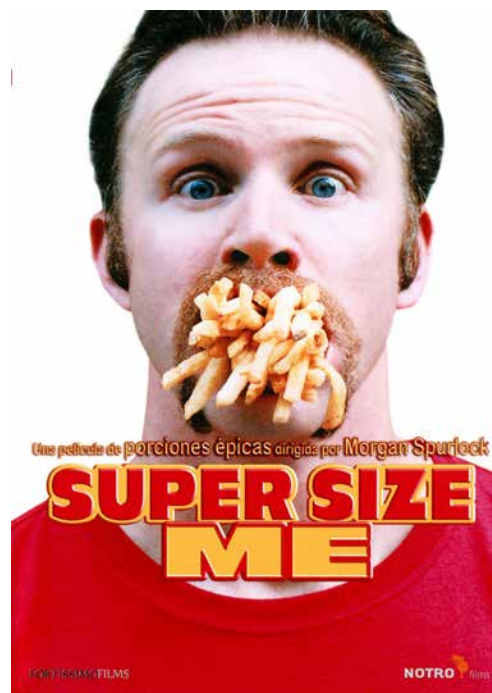
4.2. Bibliografia i filmografia

Bibliografia

- Camerini, V. (2019). *La historia de Greta*. Barcelona: Planeta
- Green, A. (2020). *Tú puedes salvar el mundo*. Barcelona: Duomo
- Herrero, Y. i González Reyes, M. (2019). *Cambio climático*. Albuixec: Litera Libros
- Mira Pons, M. (2010). *La alimentación a tu alcance*. Barcelona: Oniro
- Olivares, J. i Lacasta, J. (2018). *I tu, què fas contra el canvi climàtic?* Barcelona: Animallibres
- Vilella, J. i Clariana, A. (2017). *Cuinem en família*. Lleida: Pagès Editors

Filmografia

- *El monstruo invisible*. Javier i Guillermo Fesser (dir.). Espanya, 2019
- *Empatía*. Ed Antoja (dir.). Espanya, 2017
- *Wall-e*. Andrew Stanton (dir.). EUA, 2004



Cicle de Cinema dels Drets dels Infants:
www.cinemadretsinfants.cat