



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Agricultura ecológica

Productos químicos

Orgánica

Rural

Agroecología

EXPLICACIÓN: o agroecología, es un sistema de explotación agrícola respetuosa con el medio ambiente y con muchas ventajas para la salud humana.

Tiene como objetivos fomentar la biodiversidad, usar recursos y materias primas exclusivamente naturales (semillas naturales en vez de modificadas genéticamente, plantas locales), buscar la máxima calidad nutritiva, crear empleo, buscar el máximo desarrollo posible del mundo rural y frenar la contaminación del aire, agua, suelo, flora y fauna (porque no usa productos químicos artificiales). También se le llama agricultura *orgánica* o *biológica*.



Define sin mencionar las palabras prohibidas

Agricultura y Ganadería tradicional

Productos químicos

agraria / ganadera

Contaminación

Enfermedades

EXPLICACIÓN: nacen con la “Revolución Verde” en los años sesenta. Se trata de la actividad agraria y ganadera de hoy en día cuyo único objetivo es producir muchos alimentos, utilizando grandes cantidades de dinero para una tecnología avanzada, mucha energía, recursos y productos químicos como fertilizantes sintéticos, herbicidas y pesticidas. Todo esto provoca altos impactos ambientales, relacionados con la contaminación del agua y suelos, deforestación y efectos negativos sobre los seres vivos (como es el caso del declive de las poblaciones de abejas o la relación con algunas enfermedades cancerígenas en seres humanos).



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Alimentos de temporada

Sabrosos
Propiedades
Cosechar
Momento

EXPLICACIÓN: aquellos que se encuentran en su punto óptimo de consumo y sólo están disponibles en el mercado durante un corto periodo de tiempo.

Son más sabrosos y conservan las máximas propiedades organolépticas (gusto, aroma, aspecto...). Además, desde el punto de vista económico serán más asequibles porque habrá más oferta (más cantidad en los mercados).

De temporada no siempre significa que sea además ecológico.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Alimentos ecológicos

Respeto
Medio ambiente
Natural
Pesticidas

EXPLICACIÓN: también llamados alimentos *orgánicos* o *biológicos*, son aquellos obtenidos mediante métodos agrícolas respetuosos con el medio ambiente, que pueden mejorar la calidad del suelo y del agua.

No han sido expuestos a pesticidas ni sustancias químicas no naturales, que contaminan los espacios próximos a los cultivos. Además, proporcionan mayores valores nutricionales. Su precio es algo superior porque requiere un proceso de producción más lento y costoso.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Alimentos kilométricos

Transporte

Precio

Injusticia

Emisiones

EXPLICACIÓN: garbanzos de México, manzanas de Uruguay o café de Vietnam. Estos son solo algunos ejemplos. Son aquellos que recorren enormes distancias antes de llegar a la mesa. Esto hace que tengamos acceso a productos fuera de temporada y a variados alimentos exóticos y tropicales, y lo compramos por un precio bajo que no refleja el coste real. La importación de alimentos implica injusticias sociales (condiciones laborales precarias en el origen) y ambientales graves (elevada cantidad de emisiones de Gases de Efecto Invernadero emitidos durante el transporte).



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Alimentos Kilómetro

Cero

Casa

Responsable

Origen

Medio ambiente

EXPLICACIÓN: o *alimentos locales*, son aquellos cultivados cerca de casa, en granjas próximas o productores locales, que proceden de un radio inferior a 100 kilómetros, ahorrando en transporte.

Se trata de un consumo más sostenible y responsable, porque ayudamos a preservar el medio ambiente y ayudamos a mantener la economía local (de nuestra zona geográfica). Sugerencia: pregúntate cuál es el origen de los alimentos que compras e intenta escoger, cuando sea posible, los que tengan un origen local respecto de tu ubicación.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Biodiversidad

Ecosistema

Riqueza

Variedad

Especies

EXPLICACIÓN: es sinónimo de diversidad biológica y ecológica. Es la variedad de organismos vivos en un ecosistema.

Un ecosistema (bosque, selva, desierto, zona agrícola, etc.) tendrá más biodiversidad a mayor número de especies y cuanto más distintas sean (variedad genética). Un ecosistema será más resistente a las amenazas y cambios cuanto mayor sea su biodiversidad.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Cambio climático

Alteración

Extinción

Global

Ser humano

EXPLICACIÓN: El mundo no está quieto, va cambiando pero a un ritmo tan lento que no nos damos cuenta. El planeta sufre un cambio climático cuando se produce una alteración significativa e importante en el clima por un tiempo muy largo. Puede ser por causas naturales o por acciones del ser humano (uso de combustibles fósiles, incendios forestales, cambios en el uso del suelo, acumulación de vertederos, etc.). Sus consecuencias son desastrosas y afecta sobre todo a los países menos desarrollados. La causa del cambio actual es el calentamiento global.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Chuches

Golosinas

Dulce

Azúcar

Caries

EXPLICACIÓN: llamadas también *golosinas* o *galguerías*. Son productos comestibles dulces cuyo único valor nutritivo es el azúcar y grasa, sin proteínas, vitaminas ni minerales, que se consumen por gusto o antojo.

Su consumo en exceso es un mal hábito que se ha extendido principalmente en los niños, y puede desencadenar problemas de salud como obesidad, diabetes, caries e incluso anemia.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Comedor escolar sostenible

Menú

Alimentos

Consumo

Agroecología

EXPLICACIÓN: es el espacio en el Centro educativo donde se promueve en el menú escolar el consumo de alimentos sostenible, es decir, se garantiza una alimentación de calidad, equilibrada, variada, saludable, de proximidad, respetuosa con el medio ambiente y con precios justos para las personas productoras.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Comida basura

Grasas

Hamburguesas

Fritos

Snacks

EXPLICACIÓN: Se le llama también “*comida chatarra*” (*junk food*).

Son aquellos alimentos que disponen de altos niveles de grasas, sal, azúcares, condimentos y aditivos, es decir, son alimentos de bajo valor nutricional pero con un alto aporte calórico.

Su excesivo consumo es dañino para la salud. En algunas zonas del mundo la publicidad de este tipo de comida es controlada y vigilada de cerca por organismos públicos.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Compost

Descomposición

Orgánica

Reciclar

Huerto

EXPLICACIÓN: es el resultado de la descomposición de materia orgánica, y sirve para abonar la tierra. Es decir, los desperdicios orgánicos se pudren y son aprovechables. Es un proceso de reciclaje cien por cien natural, no interviene el ser humano. Aportan elementos esenciales para las plantas (nitrógeno, fósforo, potasio y minerales) y aumentan la fertilidad de la tierra.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Ganadería ecológica

Animales

Tierra

Respeto

Intensivo

EXPLICACIÓN: es un sistema de producción animal que tiene como objetivos principales asegurar la salud del consumidor, el bienestar de los animales y la protección del medio ambiente.

Todo esto se consigue porque los alimentos de los animales debe ser ecológicos sin sustancias químicas, ni antibióticos ni hormonas de crecimiento añadidas, los animales tiene acceso a zonas libres en vez de permanecer en establos cerrados como en la ganadería intensiva, se crían razas adaptadas al entorno, se facilita todas las condiciones necesarias para respetar el bienestar y protección de los animales durante toda su vida.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Grupo de consumo

Compras

Local

Ahorro

Salud

EXPLICACIÓN: colectivo de personas con cierta sensibilidad medioambiental que quieren consumir de forma responsable. Se organizan para conseguir juntos las compras familiares, obteniendo unas ventajas: conocen el origen de los productos, se benefician de todas las cualidades de los productos locales, pueden conocer personalmente el lugar de origen y a los productores, al no haber intermediarios se adquieren los productos a mejor precio que en los mercados convencionales, y además se encuentran en un estado óptimo de consumo, etc.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Huerto escolar

Sembrar

Patio

Salud

Azada

EXPLICACIÓN: es un terreno de medidas variables (según disponibilidad del centro educativo) en el que los alumnos y alumnas siembran, cultivan y recogen hortalizas y verduras. Es más que un rincón del patio donde se plantan y recolectan alimentos sanos y ricos. Sirve para aprender sobre el entorno en el que vivimos, su historia y futuro. Es útil para entender las relaciones y dependencias que tenemos con él. Ayuda a poner en práctica actitudes y hábitos de cuidado y responsabilidad medioambiental, y decidir sobre nuestra alimentación y salud.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Mercado de productores

Intermediarios

Local

Puestos

Frescura

EXPLICACIÓN: también llamado *Mercado Verde*, es un mercado normalmente al aire libre en espacios públicos, donde los agricultores y ganaderos venden directamente al público, evitando el sobrecoste por los intermediarios. Se ofrecen alimentos locales y frescos que no suelen pasar por cámaras frigoríficas ya que se recolectan en el día. No recorren largas distancias por lo que se ahorra en transporte, reduciendo la contaminación. Se puede encontrar carne producida en pastos de ganadería extensiva, quesos artesanales, huevos de especies autóctonas de aves y formas de producción que son patrimonio histórico.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Pesticidas

Plagas
Enfermedades
Resistencia
Contaminación

EXPLICACIÓN: son sustancias químicas para a prevenir y destruir seres vivos considerados plagas y las enfermedades que éstos causan (insectos, hierbas, pájaros, mamíferos, moluscos, microbios, etc.). Son necesariamente venenos, pero pueden ser tóxicos para los humanos y otros animales. Donde se han utilizado de forma indiscriminada y sin control se ha perjudicado el medio ambiente y las especies de plagas se han vuelto resistentes y son más difíciles de controlar. Es sinónimo de *plaguicida*. Existen medidas preventivas y formas de control de plagas, que requieren y exigen un conocimiento profundo del entorno y las relaciones entre los elementos naturales.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Pirámide alimentaria

Equilibrada
Alimentos
Salud
Obesidad

EXPLICACIÓN: es una manera de representar los diferentes grupos de alimentos que debemos consumir diariamente para mantenernos saludables.

Dependiendo de la composición de los alimentos se clasifican en cinco grupos, en la base los que debemos consumir a diario. Es fundamental para estar sanos y fuertes llevar una dieta equilibrada, sin abusar de los productos situados en la cúspide de la pirámide.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Productores locales

Especies

Sostenible

Tradicional

Rural

EXPLICACIÓN: son aquellos ganaderos, agricultores y pescadores cuya actividad guarda relación con la agricultura tradicional y la economía local.

Suelen utilizar prácticas sostenibles y a pequeña escala, que ayudan a frenar la desertificación de la tierra, aumentando la fertilidad de la misma y recuperando especies locales de semillas y razas autóctonas (propias de esas zonas). Sus productos son elaborados para un consumo local.

Sin consumidores responsables, la producción local no podría mantenerse en el tiempo.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Sobreexplotación

Intensivo

Maltrato

Abuso

Natural

EXPLICACIÓN: es una actividad humana de la que se extraen seres vivos o se utilizan los ecosistemas de una manera abusiva, de forma que no dé tiempo a regenerarse o reproducirse de forma natural.

Es causa de la pérdida de biodiversidad y degradación de los hábitats. Algunas especies no se ven afectadas pero otras pueden llegar a la extinción.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Vacas locas

Cerebro

Sistema nervioso

Animales

EXPLICACIÓN: es la expresión popular de la Encefalopatía Espongiforme Bovina (EEB). Es una enfermedad mortal que destruye lentamente el cerebro y la medula espinal en el ganado y se puede transmitir a los seres humanos por el consumo de ciertas partes de su carne. En los años noventa se detectó en personas una variante de esta enfermedad, que se relacionó con la epidemia que tuvo lugar en esa época. Murieron más de 200 personas en todo el mundo. Esto provocó una revolución en los controles alimentarios.



Define sin mencionar las palabras prohibidas:

Regla de las 3 R

Reducir

Reciclar

Responsable

Hábitos

EXPLICACIÓN: es un ejercicio amigable con el medio ambiente que la propuso la organización Greenpeace en 2004.

Consiste en practicar tres pasos para disminuir la producción de residuos, Reducir, Reutilizar y Reciclar. Este concepto implica un cambio en los hábitos de consumo, haciéndolos responsables y sostenibles.



**Define sin mencionar las palabras
prohibidas:**

EXPLICACIÓN:



**Define sin mencionar las palabras
prohibidas:**

EXPLICACIÓN: