



**CONSUMO
GLOBAL
FUTURO LOCAL**

CONSUMO GLOBAL, FUTURO LOCAL

Jóvenes de Castilla y León por la Justicia Social y Climática

GUÍA PRÁCTICA PARA PASAR DE LA REFLEXIÓN A LA ACCIÓN EN EL AULA

Actividad 1 ¿qué hay detrás de lo que consumimos?

¿QUÉ HAY DETRÁS DE LA ROPA QUE VESTIMOS?

Actividades y recursos para analizar nuestros hábitos cotidianos de consumo y comprender sus impactos sociales y ambientales desde la mirada local y global.

ESO · Bachillerato · Formación Profesional

Educación Transformadora para la Ciudadanía Global

ÍNDICE

ACTIVIDADES, ¿QUÉ HAY DETRÁS DE LO QUE CONSUMIMOS?

Fichas prácticas para analizar hábitos cotidianos de consumo y descubrir sus impactos sociales, ambientales y en el bienestar, trabajando el consumo textil, la alimentación, la vida digital y la energía.

5. Actividades para analizar nuestros hábitos cotidianos de consumo

- 5.1. ¿Qué encontrarás?
- 5.2. Ficha 1. ¿Qué hay detrás de la ropa que vestimos?



· ACTIVIDADES, ¿QUÉ HAY DETRÁS DE LO QUE CONSUMIMOS? ·

Fichas prácticas para analizar hábitos cotidianos de consumo y descubrir sus impactos sociales, ambientales y en el bienestar, trabajando el consumo textil, la alimentación, la vida digital y la energía.



5. Actividades para analizar nuestros hábitos cotidianos de consumo

5.1. ¿Qué encontrarás?

Las cuatro fichas de actividades de este módulo comparten una misma estructura, pensada para facilitar su lectura, preparación y aplicación en el aula. Cada propuesta puede utilizarse de manera independiente y adaptarse a las características del grupo, al tiempo disponible y al contexto educativo.

En cada ficha encontrarás los siguientes apartados:

Título de la actividad

Identifica el tema de consumo cotidiano que se va a trabajar y plantea la pregunta que servirá como punto de partida de la sesión.

Ficha técnica

Ofrece, de un vistazo, la información básica para organizar la actividad: etapa educativa, duración, modalidad, tipo de agrupamiento, espacio y disponibilidad de un recurso digital complementario.

Materiales y preparación previa

Recoge los materiales necesarios y aquellas cuestiones que conviene preparar antes de comenzar: recursos impresos, imágenes, tarjetas, noticias, organización de grupos o medios audiovisuales.

Introducción al tema. Contexto para el docente

Proporciona una breve contextualización de la temática y algunas claves que pueden ayudar al profesorado a acompañar la actividad y orientar el diálogo y la reflexión con el alumnado.

¿Qué vamos a trabajar?

Presenta de manera sencilla el tema de la ficha y su relación con la vida cotidiana del alumnado, señalando las principales cuestiones sociales y ambientales que se abordarán.

¿Qué pretendemos?

Recoge los objetivos didácticos, vinculados a la actividad, facilitando su conexión con el trabajo educativo en el aula.

¿Cómo lo hacemos? Desarrollo de la sesión

Es el núcleo de cada ficha. Las actividades siguen un recorrido común que parte de una situación cotidiana para avanzar progresivamente hacia la reflexión y la acción:

Partimos de lo cotidiano → descubrimos qué hay detrás → analizamos los impactos → conectamos lo local con lo global → pensamos qué podemos cambiar → evaluamos y cerramos.

Cada fase incluye las orientaciones necesarias para facilitar el desarrollo de la actividad y acompañar la participación del grupo.

¿Qué podemos cambiar?

Es el momento en el que el alumnado pasa del análisis a la búsqueda de alternativas, identificando decisiones, hábitos o propuestas de cambio relacionadas con su propia realidad.

Nos apoyamos en el Mapa de Impactos

Cada ficha utiliza como recurso de apoyo el Mapa de Impactos del Consumo, que permite relacionar el tema trabajado con sus impactos sociales y de derechos humanos, ambientales, de salud y bienestar, así como con su dimensión local y global y las relaciones de interdependencia y ecodependencia.

Para ampliar o reforzar la actividad

Cada propuesta cuenta con un recurso digital gamificado complementario. Su utilización es opcional y permite reforzar, ampliar o dinamizar los contenidos trabajados durante la sesión. La actividad puede desarrollarse de forma completa sin necesidad de utilizar este recurso.

Idea clave para llevarse

Cada ficha finaliza con una frase breve que sintetiza el principal aprendizaje de la actividad y ayuda a reforzar el mensaje trabajado durante la sesión.

5.2. Ficha 1. ¿Qué hay detrás de la ropa que vestimos?

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

¿Qué hay detrás de la ropa que vestimos?

Una actividad para seguir el recorrido de una camiseta y descubrir las personas, recursos, territorios e impactos que hay detrás de una prenda que forma parte de nuestra vida cotidiana.

FICHA TÉCNICA

Etapas: ESO · Bachillerato · Formación Profesional

Duración: 50 minutos – 1 hora

Modalidad: Presencial

Organización: Grupo completo y pequeños grupos

Espacio: Aula

Recurso digital complementario: Sí

[INFORMACIÓN PROYECTO](#)

MATERIALES Y PREPARACIÓN PREVIA

Presentación de apoyo a la sesión. [FICHA 1](#)

Ordenador y proyector o pantalla.

Vídeo incluido en la presentación.

Imagen de la situación inicial: “He visto una camiseta por 5 €...”.

Imprimible “La historia de una camiseta”, una copia por grupo.

Bolígrafos, lápices o rotuladores.

Mapa de Impactos del Consumo como recurso de apoyo.

Recurso digital gamificado complementario, en caso de que se decida utilizar.

Antes de la sesión, se recomienda revisar la presentación y el vídeo, imprimir la actividad “La historia de una camiseta” y organizar al alumnado en pequeños grupos de 4 o 5 personas.

La actividad imprimible se incluye a continuación de esta ficha para facilitar su uso directo en el aula.

INTRODUCCIÓN AL TEMA

La ropa forma parte de nuestra vida cotidiana. Elegimos qué ponernos, compramos prendas nuevas, seguimos tendencias, aprovechamos ofertas y dejamos de utilizar ropa que, en muchas ocasiones, todavía podría seguir usándose.

Sin embargo, cuando vemos una camiseta en una tienda normalmente solo conocemos el producto final y su precio. Detrás de cada prenda existe un recorrido mucho más amplio que comienza con la obtención de las materias primas y continúa con su fabricación, transporte, distribución, compra, uso y fin de vida.

En ese recorrido intervienen personas, empresas, recursos naturales, medios de transporte, territorios y ecosistemas diferentes. Analizarlo permite hacer visibles cuestiones que normalmente no aparecen cuando tomamos una decisión de compra: el uso de agua y materias primas, las condiciones laborales, las emisiones asociadas al transporte, la contaminación, la generación de residuos textiles o las desigualdades existentes dentro de las cadenas globales de producción.

La finalidad de la actividad no es culpabilizar al alumnado por sus hábitos de consumo, sino ayudarle a hacerse preguntas, comprender mejor las conexiones que existen detrás de una prenda y reflexionar sobre las diferentes posibilidades de cambio, tanto individuales como colectivas.

¿QUÉ VAMOS A TRABAJAR?

La actividad parte de una situación cercana: comprar una camiseta barata.

A partir de esta decisión cotidiana, el alumnado reconstruirá el recorrido de una prenda desde el origen de sus materias primas hasta el momento en que dejamos de utilizarla.

Trabajaremos:

- El ciclo de vida de una prenda.
- El origen de las materias primas y el uso de recursos naturales.
- Las condiciones de producción y trabajo.
- Los impactos sociales y ambientales relacionados con la industria textil.
- El transporte y la distribución global de las prendas.
- Nuestros hábitos de compra y uso de la ropa.
- La generación de residuos textiles.
- La relación entre consumo, moda, imagen y bienestar.
- Las conexiones entre nuestras decisiones cotidianas y otras personas y territorios.
- Diferentes alternativas de consumo, reutilización y aprovechamiento de la ropa.

¿QUÉ PRETENDEMOS?

- Comprender que una prenda de ropa tiene un recorrido que comienza mucho antes de llegar a una tienda y continúa después de que dejamos de utilizarla.
- Identificar algunos de los principales impactos sociales y ambientales asociados a la producción y al consumo textil.
- Relacionar nuestras decisiones cotidianas de consumo con personas, territorios y ecosistemas de diferentes lugares del mundo.
- Favorecer una mirada crítica sobre nuestros hábitos de compra y reflexionar sobre posibles alternativas y propuestas de cambio.

¿CÓMO LO HACEMOS? DESARROLLO DE LA SESIÓN

A. PARTIMOS DE LO COTIDIANO 5 minutos

Comenzamos proyectando las dos preguntas que sirven como punto de partida común para las actividades del módulo:

¿Alguna vez hemos pensado en qué hay detrás de lo que consumimos?

¿Cómo afecta a las personas, al planeta y a mí mismo/a?

Se recogen algunas primeras respuestas sin entrar todavía a corregirlas o completarlas.

A continuación, presentamos una situación cotidiana:

“He visto una camiseta por 5 € y me la he comprado porque era súper barata. Además, así puedo cambiar de ropa más veces y no repetir.”

A partir de esta situación planteamos algunas preguntas:

¿Por qué creemos que una camiseta puede costar solo 5 €?

¿Dónde creemos que se ha fabricado?

¿Quién habrá participado en su producción?

¿Qué recursos se habrán utilizado?

¿Cuántos kilómetros puede haber recorrido antes de llegar hasta nosotros?

¿Qué ocurre con ella cuando dejamos de usarla?

El objetivo es despertar la curiosidad del grupo y recoger sus primeras hipótesis.

B. ¿QUÉ HAY DETRÁS? 8-10 minutos

Visualizamos el vídeo incluido en la presentación.

Antes de comenzar, pedimos al alumnado que observe especialmente:

- Qué recorrido realiza una prenda.
- Qué personas intervienen.
- Qué recursos son necesarios.
- Qué impactos aparecen.
- Qué aspectos desconocían o les llaman la atención.

Después del visionado hacemos una breve puesta en común:

¿Qué os ha sorprendido?

¿Ha aparecido algo en lo que no habíais pensado?

¿Qué hay detrás de una camiseta que compramos en una tienda?

No es necesario cerrar todavía todas las respuestas. El vídeo servirá de punto de partida para la actividad principal.

C. ANALIZAMOS LOS IMPACTOS 15-20 minutos

Organizamos al alumnado en pequeños grupos y entregamos el imprimible:

“La historia de una camiseta. Dibuja el recorrido de lo que consumimos”.

Cada grupo deberá reconstruir el recorrido completo de una camiseta a través de cinco momentos.

- Cultivo del algodón

¿Dónde puede cultivarse?

¿Qué recursos naturales necesita?

¿Quién participa en su producción?

¿Qué impactos puede generar?

- Producción textil

¿Dónde se fabrica la ropa?

¿Quién trabaja en las fábricas?

¿En qué condiciones?

¿Qué recursos se utilizan?

¿Qué impactos sociales y ambientales pueden producirse?

- Transporte y distribución

¿Cómo llega la camiseta hasta las tiendas?

¿Qué distancia puede recorrer?

¿Qué medios de transporte se utilizan?

¿Qué consecuencias puede tener ese recorrido?

- Compra y uso

¿Por qué compramos ropa?

¿Cuánto tiempo utilizamos una prenda?

¿Compramos porque la necesitamos o porque está barata, está de moda o queremos cambiar?

- Fin de vida

¿Qué hacemos cuando ya no utilizamos una prenda?

¿La reutilizamos, intercambiamos, donamos, vendemos, reciclamos o tiramos?

Además del recorrido, los grupos reflexionarán sobre tres dimensiones:

Factores sociales

¿Qué consecuencias puede tener todo este proceso para las personas y la sociedad?

Factores ambientales

¿Qué consecuencias puede tener para el medio ambiente?

Salud y bienestar

¿Cómo puede influir nuestra forma de consumir ropa en nuestra relación con la imagen, la moda o el bienestar?

El objetivo no es encontrar todas las respuestas, sino reconstruir colectivamente la historia de una prenda y empezar a hacer visibles sus diferentes impactos.

D. CONECTAMOS LO LOCAL CON LO GLOBAL 5-8 minutos

Realizamos una puesta en común de los trabajos.

Cada grupo comparte uno o dos aspectos que le hayan resultado especialmente interesantes o sorprendentes.

Podemos orientar el diálogo con preguntas como:

¿Dónde empieza la historia de nuestra camiseta?

¿Dónde la compramos nosotros?

¿Cuántos lugares diferentes pueden estar conectados por una sola prenda?

¿Quiénes participan en todo ese recorrido?

¿Dónde se producen muchos de los impactos?

¿Dónde se obtiene el beneficio de la venta?

¿Se reparten de la misma manera los beneficios y los impactos?

¿Qué relación existe entre una decisión que tomamos aquí y lo que ocurre en otros lugares del mundo?

La finalidad es comprender que un objeto tan cotidiano como una camiseta conecta nuestras decisiones con otras personas, territorios, recursos y ecosistemas.

E. ¿QUÉ PODEMOS CAMBIAR? 5-7 minutos

Después de analizar los impactos, trasladamos la reflexión hacia las alternativas.

Preguntamos:

¿Qué podríamos hacer antes de comprar una prenda nueva?

¿Cómo podemos aprovechar durante más tiempo la ropa que ya tenemos?

¿Qué alternativas existen a comprar siempre ropa nueva?

¿Qué podemos hacer con una prenda que ya no utilizamos?

¿Qué cambios dependen de nuestras propias decisiones?

¿Qué cambios necesitan también de nuestro entorno?

¿Qué responsabilidades tienen las empresas y las instituciones?

Se recogen las diferentes propuestas sin buscar una única respuesta correcta.

F. EVALUACIÓN Y CIERRE 3-5 minutos

Recuperamos la pregunta inicial:

¿Qué hay detrás de lo que consumimos?

Como cierre, cada participante responde brevemente:

Después de esta actividad, ¿qué hay ahora detrás de una camiseta que antes no veías?

También podemos utilizar la fórmula:

Antes pensaba que...

Ahora pienso que...

La respuesta puede realizarse oralmente, escribirse en un post-it o recogerse en una tarjeta.

¿QUÉ PODEMOS CAMBIAR? DE LA REFLEXIÓN A LA ACCIÓN

Para evitar que la reflexión se limite únicamente a lo que puede hacer cada persona de manera individual, proponemos pensar los cambios desde tres niveles.

LO QUE PUEDO HACER YO

¿Qué decisiones o pequeños cambios dependen directamente de mí?

Por ejemplo:

- Pensar si realmente necesito una prenda antes de comprarla.
- Utilizar durante más tiempo la ropa que ya tengo.
- Reparar o reutilizar.
- Intercambiar ropa.
- Comprar de segunda mano.
- Evitar compras impulsivas.

LO QUE PODEMOS HACER EN NUESTRO ENTORNO

¿Qué podemos hacer junto a otras personas en nuestra familia, grupo, aula, centro educativo o comunidad?

Por ejemplo:

- Organizar un intercambio de ropa.
- Realizar una campaña de sensibilización.
- Promover la reutilización de prendas.
- Compartir información sobre el impacto del consumo textil.
- Organizar actividades relacionadas con el consumo responsable.

LO QUE DEBERÍA CAMBIAR TAMBIÉN A MAYOR ESCALA

¿Qué cambios dependen de empresas, administraciones, normas o modelos de producción y consumo?

Por ejemplo:

- Garantizar condiciones laborales dignas.
- Mejorar la transparencia sobre dónde y cómo se fabrica la ropa.
- Reducir los impactos ambientales de la producción.
- Diseñar prendas más duraderas.
- Facilitar la reparación, reutilización y reciclaje.
- Proteger los derechos de las personas que trabajan en las cadenas de producción.

NOS APOYAMOS EN EL MAPA DE IMPACTOS

El Mapa de Impactos del Consumo puede utilizarse después de la actividad para ordenar, contrastar y completar las aportaciones realizadas por el alumnado.

En el caso del consumo textil permite trabajar:

Impactos ambientales

- Uso intensivo de agua.
- Contaminación asociada a tintes y productos químicos.
- Emisiones derivadas del transporte.
- Explotación de recursos naturales.
- Generación de residuos textiles.
- Contaminación del aire.
- Contribución al cambio climático.

Impactos sociales y derechos humanos

- Condiciones laborales precarias.
- Salarios bajos.
- Falta de derechos laborales y seguridad.
- Explotación laboral.
- Trabajo infantil en algunos contextos.
- Desigualdades sociales, económicas y de género.
- Vulneración de derechos.

Salud y bienestar

- Compra impulsiva.
- Presión relacionada con la imagen y la moda.
- Necesidad constante de renovar la ropa.
- Relación entre consumo, autoestima y bienestar.

Dimensión local-global

- Producción en unos territorios y consumo en otros.
- Distribución desigual de beneficios e impactos.
- Transporte global de productos.
- Generación y desplazamiento de residuos textiles.

Interdependencia y eco dependencia

La camiseta permite visualizar que dependemos de otras personas y territorios para producir aquello que utilizamos y, al mismo tiempo, de recursos naturales y ecosistemas que hacen posible todo el proceso.

Se recomienda utilizar el mapa después de que el alumnado haya realizado su propio análisis, de forma que funcione como apoyo para completar y organizar las ideas, y no como una respuesta previa a la actividad.

IDEA CLAVE PARA LLEVARSE

Una prenda no empieza en la tienda ni termina cuando dejamos de usarla. Detrás hay personas, recursos, territorios y decisiones conectados entre sí.

LA HISTORIA DE UNA CAMISETA

DIBUJA EL RECORRIDO DE LO QUE CONSUMIMOS



Instrucciones:

Dibuja la historia completa de este producto o servicio, desde el inicio hasta el final de su ciclo. Incluye países, personas, lugares, recursos y ecosistemas implicados.

1. CULTIVO DEL ALGODÓN

- ¿Dónde se cultiva?
- ¿Qué recursos se usan? ¿Quién lo trabaja?



2. PRODUCCIÓN TEXTIL

- ¿Dónde se fabrica?
- ¿Cómo se produce?
- ¿Qué impacto tiene?



3. TRANSPORTE Y DISTRIBUCIÓN

- ¿Cómo viaja hasta las tiendas?
- ¿Cuánto recorre?
- ¿Qué contamina?



4. COMPRA Y USO

- ¿Por qué compramos?
- ¿Cómo la usamos?
- ¿Cuánto tiempo la usamos?



5. FIN DE VIDA

- ¿Qué hacemos cuando ya no la usamos?
- ¿Se reutiliza, se recicla o se desecha?



FACTORES SOCIALES

¿Qué impacto tiene en las personas y en la sociedad?



FACTORES AMBIENTALES

¿Qué impacto tiene en el medio ambiente?



FACTORES DE SALUD MENTAL

¿Qué impacto tiene en nuestro bienestar y salud mental?



Piensa en todo el recorrido: cada decisión y cada paso tienen consecuencias.





**CONSUMO
GLOBAL
FUTURO LOCAL**



**Santa María
la Real** fundación

empleo e
inclusión social

NOS
IMPULSA



**Junta de
Castilla y León**