



**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 4 ¿qué hay detrás de lo que consumimos?

¿QUÉ HAY DETRÁS DE LA ENERGÍA QUE CONSUMIMOS?

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

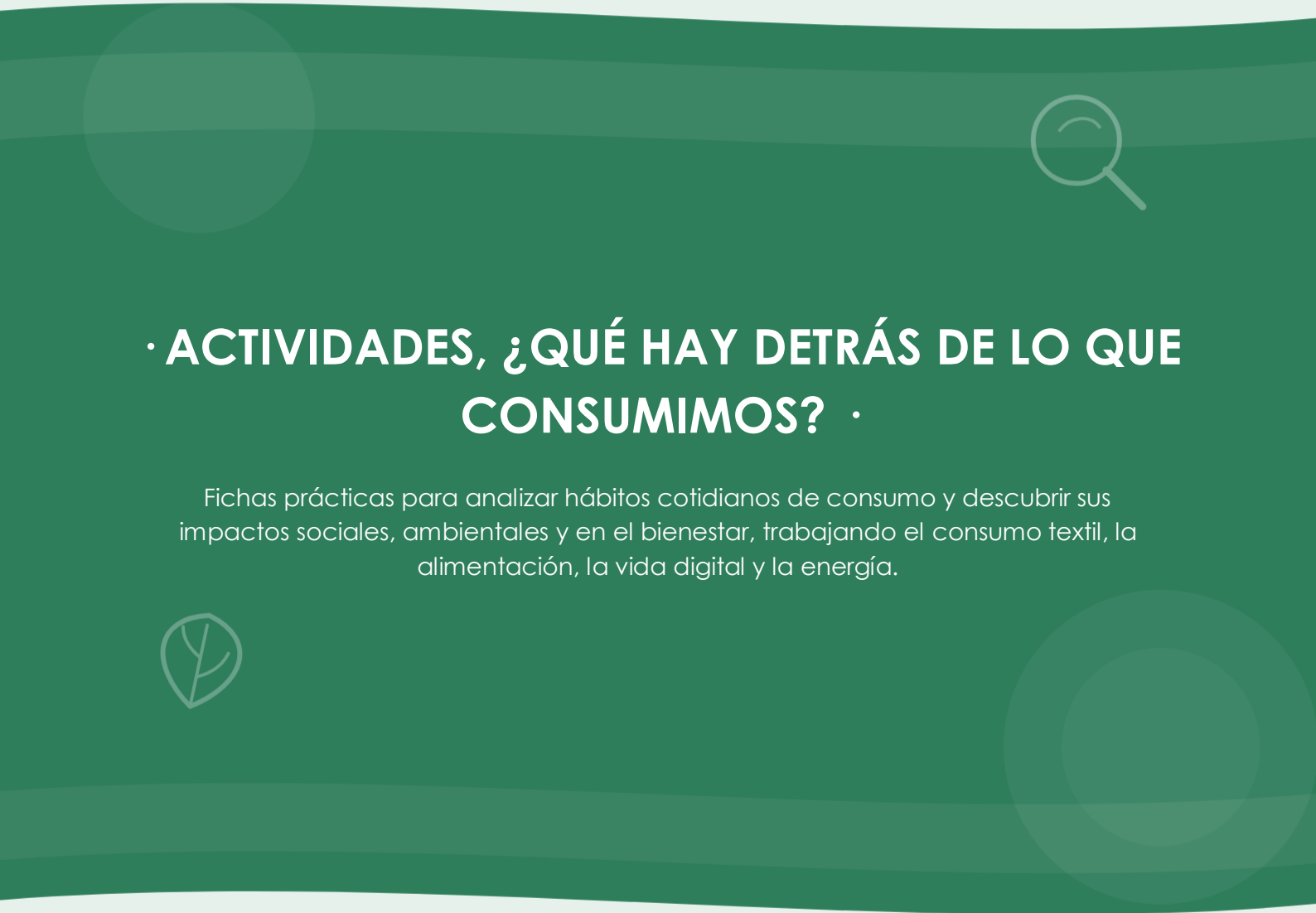
ACTIVIDADES, ¿QUÉ HAY DETRÁS DE LO QUE CONSUMIMOS?

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?

5.5. Ficha 4. ¿Qué hay detrás de la energía que consumimos?



· 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.

5.5 Ficha 4. ¿Qué hay detrás de la energía que consumimos?

FICHA 4

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

¿Qué hay detrás de la energía que consumimos?

Una actividad para seguir la ruta invisible de la energía y descubrir qué hay detrás de acciones tan habituales como encender una luz, cargar el móvil, utilizar un ordenador o poner la calefacción.

FICHA TÉCNICA

Etapa: 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 4](#)

Ordenador y proyector o pantalla.

Imagen con la situación inicial sobre el consumo energético en casa.

Noticia “¿Ahorrar energía... o solo pensarlo? Luces encendidas, problemas invisibles. Tu casa también contamina”.

Imprimible “¿Qué hay detrás de la energía que consumimos?”, una copia por grupo.

Bolígrafos, lápices o rotuladores.

Mapa de Impactos del Consumo como recurso de apoyo para el profesorado.

Recurso digital gamificado complementario, si se decide utilizar.

Antes de comenzar la sesión se recomienda revisar la presentación y leer previamente la noticia. Será necesario imprimir una copia de la actividad por grupo y organizar al alumnado en pequeños equipos de 4 o 5 personas.

El imprimible se incluye a continuación de esta ficha para facilitar su utilización directa en el aula.

INTRODUCCIÓN AL TEMA

La energía está presente en prácticamente todas nuestras actividades cotidianas. Encendemos una luz, cargamos el móvil, vemos la televisión, utilizamos un ordenador, calentamos una habitación o ponemos en funcionamiento distintos aparatos sin detenernos normalmente a pensar qué hace posible todas estas acciones.

Cuando pulsamos un interruptor vemos únicamente el resultado: la luz se enciende. Sin embargo, detrás existe una cadena mucho más amplia formada por recursos naturales, formas de producción de energía, infraestructuras, redes de distribución, territorios y personas.

La noticia que sirve de apoyo a esta actividad parte precisamente de situaciones cotidianas y plantea cuestiones como el uso de combustibles fósiles, la contaminación del aire, el cambio climático, los efectos sobre la salud y las desigualdades en el acceso a la energía.

La propuesta pretende ir más allá del mensaje habitual de "apaga la luz". Ahorrar energía es importante, pero también lo es comprender de dónde procede, qué impactos puede generar y cómo una acción realizada en nuestro entorno está conectada con procesos y consecuencias que pueden producirse en otros lugares.

El objetivo no es culpabilizar al alumnado por consumir energía, sino ayudarle a comprender mejor el sistema del que forma parte y favorecer una reflexión sobre las diferentes responsabilidades y posibilidades de cambio.

¿QUÉ VAMOS A TRABAJAR?

La actividad parte de una situación cotidiana, a partir de esta situación, de la lectura de una noticia y del trabajo con el imprimible, el alumnado seguirá la ruta que existe detrás de una acción cotidiana relacionada con la energía.

Trabajaremos:

- El uso cotidiano de la energía.
- Diferentes acciones y hábitos de consumo energético.
- El origen de la energía que utilizamos.
- Fuentes renovables y combustibles fósiles.
- Recursos naturales e infraestructuras necesarias para producir y distribuir energía.
- Contaminación y emisiones.
- Cambio climático.
- Efectos sobre la salud y el bienestar.
- Desigualdades en el acceso a la energía.
- Impactos sobre comunidades y territorios.
- La relación entre decisiones locales y consecuencias globales.
- Alternativas individuales, colectivas y estructurales para avanzar hacia un consumo energético más responsable.

¿QUÉ PRETENDEMOS?

- Comprender que detrás de una acción cotidiana relacionada con la energía existe un proceso de producción y distribución que implica recursos, personas, territorios e infraestructuras.
 - Identificar algunos impactos sociales, ambientales y de salud relacionados con la producción y el consumo de energía.
 - Relacionar nuestras decisiones cotidianas con consecuencias que pueden producirse tanto en nuestro entorno como en otros lugares.
 - Favorecer una reflexión crítica sobre las responsabilidades individuales, colectivas e institucionales relacionadas con el consumo y la producción de energía.
-

¿CÓMO LO HACEMOS? DESARROLLO DE LA SESIÓN

A. PARTIMOS DE LO COTIDIANO 5 minutos

Comenzamos proyectando las preguntas comunes a las fichas 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?

A continuación presentamos la situación:

“En mi casa intentamos ahorrar energía, pero muchas veces dejamos las luces o los aparatos encendidos sin pensar.”

Preguntamos al grupo:

¿En qué momentos habéis utilizado energía desde que os habéis levantado hoy?

¿Cuántas veces habéis encendido una luz?

¿Habéis utilizado el móvil?

¿Habéis usado calefacción, agua caliente, ordenador o transporte?

¿De dónde viene toda esa energía?

¿Qué ocurre antes de que llegue hasta nosotros?

Recogemos las primeras respuestas sin completar todavía la explicación.

B. ¿QUÉ HAY DETRÁS? LEEMOS LA NOTICIA 8-10 minutos

Entregamos o proyectamos la noticia:

“¿Ahorrar energía... o solo pensarlo? Luces encendidas, problemas invisibles. Tu casa también contamina”.

La lectura puede realizarse individualmente, por parejas o de forma compartida.

Antes de comenzar pedimos al alumnado que identifique durante la lectura tres tipos de información:

PERSONAS

¿Qué consecuencias pueden aparecer para las personas?

PLANETA

¿Qué impactos aparecen relacionados con el medio ambiente?

NUESTRA VIDA COTIDIANA

¿Qué hábitos o acciones relacionadas con la energía aparecen?

Después de la lectura realizamos una puesta en común breve.

Preguntamos:

¿Qué dato o idea os ha llamado más la atención?

¿Habíais relacionado antes vuestro consumo energético con la contaminación o el cambio climático?

¿Qué relación aparece entre energía y salud?

¿Qué desigualdades menciona la noticia?

¿Creéis que todos los problemas se solucionan únicamente apagando una luz?

C. SEGUIMOS LA RUTA INVISIBLE DE LA ENERGÍA : 20 minutos

Organizamos al alumnado en pequeños grupos y entregamos el imprimible “¿Qué hay detrás de la energía que consumimos?”.

Cada grupo deberá elegir una acción cotidiana.

Por ejemplo:

- Encender una luz.
- Cargar el móvil.

- Poner la televisión.
- Utilizar el ordenador.
- Utilizar la calefacción.
- Otra acción propuesta por el grupo.

A partir de esa acción seguirán paso a paso la ruta de la energía.

- MI ACCIÓN COTIDIANA

Cada grupo selecciona una acción y la escribe en el espacio correspondiente.

Pregunta:

¿Qué estoy haciendo?

- NECESITO ENERGÍA

El grupo identifica qué necesita para que esa acción pueda realizarse.

Preguntas de apoyo:

¿Qué necesita funcionar?

¿Qué aparato o instalación estamos utilizando?

¿Qué ocurriría si no dispusiéramos de energía?

- ¿DE DÓNDE VIENE?

El grupo reflexiona sobre el origen de la energía.

Preguntas:

¿Sabemos cómo se ha producido?

¿Podría proceder de combustibles fósiles?

¿Podría proceder de fuentes renovables?

¿Qué recursos naturales pueden ser necesarios?

- ¿QUÉ HAY DETRÁS?

El alumnado identifica aquello que normalmente no ve.

Preguntas:

¿Qué instalaciones hacen posible producir esa energía?

¿Cómo se transporta?

¿Qué infraestructuras necesita?

¿Qué personas trabajan para hacer posible que llegue hasta nosotros?

¿Qué territorios y recursos están implicados?

- IMPACTOS INVISIBLES

Cada grupo identifica posibles impactos derivados de ese proceso.

No es necesario que encuentre todas las respuestas. Se trata de generar hipótesis a partir de la noticia y de sus conocimientos previos.

- ME LLEGA A MÍ

Finalmente se analiza cómo esa energía llega hasta el lugar donde la utilizamos.

Preguntamos:

¿Cómo llega hasta nuestra casa, aula o dispositivo?

¿Qué infraestructuras hacen posible que podamos utilizarla de forma inmediata?

D. ¿A QUIÉN Y EN QUÉ LES AFECTA? 8 minutos

En la parte inferior del imprimible aparecen tres ámbitos que permiten ordenar los impactos identificados.

PERSONAS Y SOCIEDAD

¿A quién puede afectar la producción de energía?

¿Todo el mundo tiene el mismo acceso?

¿Puede haber personas o comunidades más afectadas que otras?

PLANETA

¿Qué impactos puede generar sobre el aire?

¿Sobre los recursos naturales?

¿Sobre el clima?

¿Sobre los ecosistemas?

SALUD Y BIENESTAR

¿Qué consecuencias puede tener la contaminación?

¿Qué ocurre cuando una familia no tiene suficiente acceso a la energía?

¿Cómo puede afectar el frío, el calor o la contaminación a la calidad de vida?

Cada grupo incorpora al imprimible algunas de las ideas que considere más relevantes.

E. CONECTAMOS LO LOCAL CON LO GLOBAL: DEL AQUÍ AL ALLÍ 5 minutos

Nos centramos en la parte del imprimible denominada:

“Del aquí al allí”.

Planteamos la pregunta:

Yo utilizo esta energía aquí, pero ¿dónde pueden producirse sus impactos?

El alumnado parte de su realidad:

Mi casa.

Mi aula.

Mi barrio.

Mi localidad.

Y trata de imaginar o identificar otros lugares relacionados con la producción de la energía, la extracción de recursos o sus consecuencias.

Podemos preguntar:

¿Los recursos que utilizamos siempre proceden de nuestro entorno?

¿Dónde pueden producirse los combustibles o materiales?

¿Dónde se genera la contaminación?

¿El cambio climático afecta únicamente al lugar donde se producen las emisiones?

¿Todas las personas tienen las mismas posibilidades de acceder a la energía?

El objetivo es visualizar que una decisión realizada “aquí” puede estar conectada con personas, recursos y territorios situados “allí”.

F. ¿QUÉ PODEMOS HACER? 5 minutos

Cada grupo escribe tres acciones que considera que pueden contribuir a utilizar la energía de manera más responsable o a reducir sus impactos.

La reflexión debe incluir diferentes niveles:

¿Qué puedo hacer yo?

¿Qué podemos hacer juntos?

¿Qué deberían cambiar también empresas y administraciones?

Algunas ideas pueden ser:

- Evitar consumos innecesarios.
- Apagar luces cuando no son necesarias.
- Desconectar determinados aparatos.
- Mejorar la eficiencia energética.

- Revisar el uso de calefacción y refrigeración.
- Apostar por fuentes de energía con menor impacto.
- Reducir la dependencia de combustibles fósiles.
- Mejorar los edificios e infraestructuras.
- Garantizar un acceso suficiente y asequible a la energía.

G. EVALUACIÓN Y CIERRE: UNA COSA QUE AHORA VEO Y ANTES NO VEÍA 3-5 minutos

El propio imprimible sirve como evaluación final.

Cada participante o grupo completa:

“Cuando enciendo una luz, ahora sé que detrás hay...”

También podemos recuperar las dos preguntas iniciales:

¿Qué hay detrás de la energía que consumimos?

¿Cómo afecta a las personas, al planeta y a nosotros mismos?

La finalidad es identificar si la actividad ha conseguido ampliar la mirada del alumnado sobre una acción que inicialmente parecía sencilla.

¿QUÉ PODEMOS CAMBIAR? DE LA REFLEXIÓN A LA ACCIÓN

Para completar la actividad podemos organizar las propuestas surgidas en tres niveles.

LO QUE PUEDO HACER YO

- Evitar consumos innecesarios.
- Apagar luces que no necesito.
- Desconectar aparatos cuando sea posible.
- Revisar el uso de calefacción y refrigeración.
- Ser consciente de mis hábitos energéticos.

LO QUE PODEMOS HACER EN NUESTRO ENTORNO

- Analizar el consumo energético del aula o del centro.
- Detectar consumos innecesarios.
- Realizar una campaña de sensibilización.
- Proponer medidas de eficiencia energética.
- Promover hábitos colectivos de ahorro.

LO QUE DEBERÍA CAMBIAR TAMBIÉN A MAYOR ESCALA

- Reducir la dependencia de combustibles fósiles.
- Impulsar fuentes de energía con menor impacto.
- Mejorar la eficiencia de edificios e infraestructuras.
- Garantizar un acceso suficiente y asequible a la energía.
- Reducir situaciones de pobreza energética.
- Proteger a comunidades afectadas por procesos de extracción o producción.
- Favorecer una transición energética que tenga en cuenta la justicia social y ambiental.

NOS APOYAMOS EN EL MAPA DE IMPACTOS

El Mapa de Impactos del Consumo puede utilizarse después de completar el imprimible para contrastar y ampliar las aportaciones del alumnado.

En energía permite trabajar:

Impactos ambientales

- Emisiones de CO₂.
- Contaminación del aire.
- Uso de combustibles fósiles.
- Contribución al cambio climático.
- Explotación de recursos naturales.

Impactos sociales y derechos humanos

- Desigual acceso a la energía.
- Impactos sobre comunidades próximas a zonas de extracción.
- Pobreza energética.
- Desigualdades entre territorios y países.
- Vulneraciones de derechos.

Salud y bienestar

- Problemas respiratorios asociados a la contaminación.
- Estrés y otros efectos ambientales.
- Condiciones de vida relacionadas con el acceso a calefacción, refrigeración y electricidad.

Dimensión local-global

Nuestro consumo se realiza en un lugar concreto, pero la producción energética, la extracción de recursos y las consecuencias climáticas conectan diferentes territorios y poblaciones.

Interdependencia y ecodependencia

Nuestra forma de vida depende de la energía y del trabajo de numerosas personas, pero también de recursos naturales y ecosistemas. Comprender esta relación ayuda a hacer visible que la energía no aparece simplemente al pulsar un interruptor.

IDEA CLAVE PARA LLEVARSE

Cuando encendemos una luz solo vemos el resultado. Detrás hay recursos, infraestructuras, personas y territorios, y las decisiones que tomamos aquí pueden tener consecuencias en otros lugares.

Ensigna

Noticias del día



¿Ahorrar energía... o solo pensarlo? Luces encendidas, problemas invisibles. Tu casa también contamina

Cada día usamos energía en casi todo lo que hacemos: encendemos luces, cargamos el móvil o usamos la televisión. Muchas veces dejamos aparatos encendidos sin darnos cuenta.

Gran parte de esta energía proviene de combustibles fósiles, como el petróleo o el carbón, que contaminan el aire y contribuyen al cambio climático.

Además, la producción de energía no afecta a todas las personas por igual. En algunos lugares, genera contaminación cerca de donde vive la gente, afectando a su salud. También existen desigualdades, ya que no todo el mundo tiene el mismo acceso a la energía.

Por eso, aunque no lo veamos, nuestras decisiones diarias en casa también tienen consecuencias en la vida de otras personas y en el planeta, acciones como apagar las luces, desconectar cargadores o reducir el uso de dispositivos pueden marcar la diferencia.”

Información de interés

- La mayor parte de la energía que usamos contamina
- Muchas personas viven cerca de zonas con aire contaminado
- Algunos aparatos consumen energía sin que lo notemos
- No todo el mundo tiene el mismo acceso a la energía
- Nuestro consumo diario tiene impacto global

FICHA 4

¿QUÉ HAY DETRÁS DE LA ENERGÍA QUE CONSUMIMOS?



Cada día usamos energía en casi todo lo que hacemos. En esta actividad descubrirás qué hay detrás de acciones cotidianas como encender una luz, cargar el móvil, usar el ordenador o poner la televisión.

1 MI ACCIÓN COTIDIANA

¿Qué estoy haciendo?
(Elige una y escríbela)



Encender una luz



Cargar el móvil



Poner la televisión



Usar el ordenador



Usar la calefacción

Otro/a:

.....

2 NECESITO ENERGÍA

¿Qué necesita funcionar para que yo pueda hacer esto?



.....
.....
.....

3 ¿DE DÓNDE VIENE?

¿Sabemos cómo se ha producido esa energía?
¿Puede proceder de combustibles fósiles?
¿De fuentes renovables?
¿Qué recursos necesita?



.....
.....
.....

4 ¿QUÉ HAY DETRÁS?

¿Qué instalaciones, recursos, territorios y personas hacen posible que la energía llegue hasta nosotros?



.....
.....
.....

5 IMPACTOS INVISIBLES

¿Qué impactos puede tener todo esto?



.....
.....
.....

6 ME LLEGA A MÍ

¿Cómo llega la energía hasta mi casa, mi aula o mi dispositivo?



.....
.....
.....

¿A QUIÉN Y EN QUÉ LES AFECTA?

Piensa en las consecuencias que puede tener la energía que consumimos.



PERSONAS Y SOCIEDAD

¿A quién puede afectar?
¿Todo el mundo tiene el mismo acceso a la energía?



.....
.....
.....



PLANETA (MEDIO AMBIENTE)

¿Qué impactos puede generar sobre el aire, los recursos, el clima o los ecosistemas?



.....
.....
.....



SALUD Y BIENESTAR

¿Qué consecuencias puede tener la contaminación o la falta de acceso a la energía?



.....
.....
.....

7 DEL AQUÍ AL ALLÍ

Yo utilizo esta energía aquí, pero ¿dónde pueden producirse sus impactos?



AQUÍ

(mi casa, mi aula, mi barrio...)



ALLÍ

(otros lugares, otras personas, otros territorios)

8 ¿QUÉ PODEMOS HACER?

Escribe tres acciones que podemos realizar para usar la energía de manera más responsable y reducir impactos.

1.
2.
3.



9 UNA COSA QUE AHORA VEO Y ANTES NO VEÍA

Después de leer la noticia y realizar la actividad, completa:
"Cuando enciendo una luz, ahora sé que detrás hay..."

.....
.....
.....



Nuestras decisiones diarias tienen consecuencias. Ahorrar energía es importante, pero también lo es entender qué hay detrás y pedir juntos cambios que hagan posible un futuro más justo y sostenible.







**CONSUMO
GLOBAL
FUTURO LOCAL**



**Santa María
la Real** fundación

empleo e
inclusión social

NOS
IMPULSA



**Junta de
Castilla y León**