

Módulos temáticos

Medios de comunicación

Cooperativismo

Alimentación y calidad de vida

Programa

**Aproximación al desarrollo del diseño curricular para la
EGB en las escuelas y centros de jóvenes y adultos**

Capacitación semipresencial



**Dirección General de
Cultura y Educación**
Gobierno de la Provincia
de Buenos Aires

Subsecretaría de Educación

Provincia de Buenos Aires

Gobernador

Ing. Felipe Solá

Director General de Cultura y Educación

Prof. Mario Oporto

Subsecretario de Educación

Prof. Alberto Sileoni

Director Provincial de Educación de Gestión Estatal

Prof. Jorge Ameal

Director Provincial de Educación de Gestión Privada

Prof. Juan Odriozola

Directora de Currículum y Capacitación Educativa

Lic. María Cristina Ruiz

Director de Educación Educación de Adultos y Formación Profesional

Prof. Gerardo Bacalini

Módulos temáticos

Medios de comunicación

Cooperativismo

Alimentación y calidad de vida

Programa

**Aproximación al desarrollo del diseño curricular para la
EGB en las escuelas y centros de jóvenes y adultos**

Capacitación semipresencial

**Dirección de Educación de Adultos y Formación Profesional
Material destinado a docentes y directivos de escuelas y centros de
EGB para adultos y de CENS**

Coordinadora

Marta Fierro

Especialistas

Medios de comunicación

Cecilia Pozzo

Cooperativismo

Verónica Nespereira

Alimentación y calidad de vida

Eduardo Aragundi

Antonio Gutiérrez

Documento de apoyo para la capacitación

DGCyE / Subsecretaría de Educación

Dirección General de Cultura y Educación
Subsecretaría de Educación
Calle 13 entre 56 y 57 (1900) La Plata
Provincia de Buenos Aires

comunicacion@ed.gba.gov.ar

Índice

Módulo 1	
Medios de comunicación	9

Módulo 2	
Cooperativismo	33

Módulo 3	
Alimentación y calidad de vida	61

Módulo 1

Medios de comunicación

Introducción

Fundamentación teórica

Objetivos

Contenidos principales

1. Los mensajes en la ciudad

2. El diario

3. La radio

4. La televisión

Bibliografía acerca de medios de comunicación

Introducción

La vida cotidiana del estudiante adolescente y adulto está atravesada por mensajes de todo tipo. Su desarrollo como persona y como ciudadano/a se constituye a partir de las interacciones que entabla con otras personas, con otros grupos y con las instituciones. Para concretar estos incesantes procesos de comunicación, enriquecimiento e intercambio, los hombres y las mujeres del siglo XXI disponen de múltiples tecnologías (desde la carta, el llamado telefónico y el correo electrónico hasta los medios masivos, como el diario, la radio y la televisión, entre otros).

Manejarse de manera óptima en un mundo interpersonal, corresponsable, en las esferas familiar, laboral y educativa implica que las personas aprendan, desarrollen y practiquen competencias específicas para comunicarse.

Por esta razón, la escuela –y de manera específica la formación de adultos, pues sus actores se hallan inmersos en el devenir social– debe brindar una capacitación y una práctica comunicacional permanente que incentive en los estudiantes el manejo de la lengua, sus potencialidades para “hacer con las palabras”, la capacidad de emitir mensajes bien formados y la habilidad para comprender y emitir juicios de valor sobre los mensajes de otras personas e instituciones.

Vivir y trabajar en nuestra comunidad implica poder decodificar tendencias e ideología en los mensajes, y este propósito se alcanza si en las aulas se trabaja con el reconocimiento, el análisis y la producción de géneros discursivos diversos.

En este módulo se desarrollará una serie de actividades que, de menor a mayor complejidad, propone a los estudiantes un recorrido de experiencias e interacción con los mensajes de los medios de comunicación masiva.

En la actual “aldea global”, los medios son modelizadores constantes de conductas y de opinión, y es responsabilidad prioritaria de una escuela de adultos que abre su currículum para trabajar junto con su comunidad de pertenencia brindar *competencias comunicativas* que permitan a los estudiantes-ciudadanos fortalecer su autonomía y desempeñarse cada vez mejor en el mundo de los estudios, de la especialización profesional, del trabajo y en los intercambios culturales y privados de la vida cotidiana.

Fundamentación teórica

El marco sobre el cual se apoya la tarea de este módulo es la *lingüística del texto*, es decir, la rama de la lingüística que identifica en los mensajes una organización textual que estructura *formatos más o menos estables, cuyo reconocimiento y análisis permite al lector comprender ideas, conceptos e intenciones del emisor junto con la finalidad comunicacional de cada producción*.

La lingüística del texto posee una orientación comunicativa, pues concibe al *texto como unidad de comunicación* que exige tanto del productor como del lector el ejercicio de una competencia comunicativa.

Trabajar en la escuela con el propósito de reconocer y comprender la sintaxis mayor del texto implica capacitar a los estudiantes no sólo para consumir mensajes ahora concebidos bajo un formato textual sino también entrenarlos en la producción de formatos textuales “adecuados, eficientes y eficaces” respecto de las diversas situaciones comunicativas en las que deban intervenir.

Dentro de esta perspectiva y a propósito de los mensajes que serán trabajados en este módulo, se debe aclarar que la categoría de texto será extendida a mensajes que incluyen la imagen (como la publicidad gráfica) o que utilizan lenguajes mixtos de mayor complejidad (como la televisión) en tanto el lector puede seguir reconociendo en ellos formatos estables que respetan ciertas reglas y, por lo tanto, puede asignarles una *textualidad*.

Desde este acercamiento a las producciones de la cultura, el lector es concebido en un aspecto más amplio como *un sujeto provisto de competencia comunicativa*, lo que implica que ejercita y domina prácticas que le permiten comprender no sólo textos formados por palabras sino también aquellos textos formados por imágenes, sonidos, señales, representaciones, secuencias fílmicas, jingles, etcétera.

Esta pequeña introducción teórica pretende construir un marco flexible para el trabajo en el aula, pues es un modo de definir desde dónde partir, para dirigirse hacia una comprensión más amplia de los actos de comunicación humanos abriendo el análisis y los aprendizajes hacia el dinámico entramado formado por los textos que pertenecen al intercambio cotidiano de las personas que viven actualmente en una ciudad.

El docente hallará que el recorrido propuesto tiene un ingrediente de alto contenido experiencial, lo que implica que los estudiantes se involucren con los mensajes “vivos” que se les presentan todos los días. El tipo de actividad que se propone podría resumirse en: *leer mensajes cotidianos, reconocerles atributos específicos y, a partir de esta asignación de atributos propios concebidos desde la disciplina lingüística, generar –y también leer– nuevos mensajes cotidianos*. Consecuentemente, el lector que emerja de esta experiencia será un lector y un productor de textos con nuevas competencias comunicacionales adquiridas.

En pocas palabras, se busca que el docente conozca y maneje los aspectos teóricos sobre los cuales se cimienta la tarea en el aula mientras guía a un estudiante que estará abocado a una experiencia comunicacional directa.

Trabajar de este modo es una decisión metodológica que incluye:

- a) transitar las actividades de *un módulo temático* que se basa en el intercambio de un grupo de lectores con una selección de mensajes de los medios de comunicación masiva;
- b) extender su implementación durante *un cuatrimestre de clases*;
- c) desarrollar *competencias de comprensión lectora y de producción oral y escrita* mediante las siguientes estrategias:
 - lectura y análisis de mensajes de los medios;
 - investigación y sondeos sobre preferencias y opinión del público;
 - intercambio y discusión oral;
 - debate;
 - encuesta;
 - entrevista;
 - intercambio con medios mediante cartas de lectores;
 - producción optativa de un periódico del curso.

Objetivos

Mediante las actividades propuestas en este módulo se busca que los estudiantes:

- comprendan diversos mensajes provenientes de los medios de comunicación masiva;
- reconozcan y diferencien las finalidades de los textos publicitarios y de los textos de propaganda;
- reconozcan formatos periodísticos de información, de opinión y de entretenimiento;
- desarrollen una actitud reflexiva frente a los mensajes de los medios periodísticos;
- practiquen una lectura activa y responsable respecto de “la realidad comunitaria” como una “construcción de los medios” y una responsabilidad de todos;
- aprendan y ejerciten habilidades propias de la exposición y del debate oral;
- interactúen con los mensajes de los medios mediante producciones escritas.

Contenidos principales

“Si no existieran los géneros discursivos y si no los domináramos, si tuviéramos que ir creándolos cada vez dentro del proceso discursivo, la comunicación sería casi imposible.”
Mijail Bajtín, 1955.

Las actividades presentes en este módulo están diseñadas para su utilización directa y autónoma por parte del grupo de estudiantes adultos y adolescentes, pues recuperan un conjunto de prácticas comunicacionales ya instaladas en la experiencia cotidiana.

Decodificar mensajes de la vía pública, distinguir los fenómenos de publicidad y propaganda, leer el diario, ver televisión y escuchar radio son operaciones en las que el estudiante está medianamente inserto –aunque desarrolle competencias muy desiguales– por formar parte de una comunidad. Sin embargo, el recorrido de experiencias propuesto por este módulo procura ampliar y optimizar estas prácticas para convertirlas en prácticas cotidianas conscientes y activas.

El propósito de la práctica comunicacional aquí planteada es instaurar intercambios entre los medios de comunicación y un público que, luego de completar el recorrido de las actividades, será más reflexivo y estará dotado de nuevas experiencias y nuevas estrategias para decodificar, pensar y formular respuestas más ricas que generen autonomía de palabra y de acción.

En este sentido, la propuesta es:

- a) iniciar el trabajo con el módulo a partir de las ideas y prácticas previas,
- b) construir nuevas prácticas de modo experiencial mediante las actividades, y
- c) adquirir competencias para aplicar a nuevas situaciones.

Si bien el manejo de este módulo organiza actividades de aula que –como ya se adelantó– el grupo de estudiantes puede llevar a cabo de manera autosuficiente, es indudable que para el docente constituye sólo el soporte sobre el cual planificará sus aportes e intervenciones, tareas absolutamente imprescindibles para concretar la propuesta.

En este sentido, a continuación se enumeran y amplían los conceptos fundamentales que el docente manejará como marco teórico que sustenta las acciones propuestas.

Mensaje: contenido cognitivo que se forma a partir del proceso de interacción entre un producto de la cultura (realizado por un emisor) y un lector (denominado receptor o público).

Texto: unidad comunicativa formada por enunciados que se presentan organizados bajo una estructura coherente y cohesiva.

Género discursivo: tipos relativamente estables de enunciados. Constituyen *formatos* donde una estructura textual puede ser reconocida por los lectores debido a sus rasgos distintivos. En palabras de Mijail Bajtín: “Estos enunciados reflejan las condiciones específicas y el objeto de cada una de las esferas [de uso de la lengua] no sólo por su contenido (temático) y por su estilo verbal, o sea por la selección de los recursos léxicos, fraseológicos y gramaticales de la lengua, sino, ante todo, por su composición o estructuración.”

Géneros periodísticos: son formatos estables con características propias. Entre ellos están la noticia, la crónica, la nota, el comentario, el editorial, la entrevista, la carta de lectores. Los géneros periodísticos se reproducen por diferentes medios de comunicación: el diario, las revistas, la televisión, la radio, la Internet.

Medios de comunicación masiva: son grupos de personas que, reunidos en instituciones o emporios comunicacionales y con acceso a diferentes tecnologías, están dedicados a presentar ante un público masivo información, opinión y entretenimiento. Por su alta penetración en los espacios privados tienen el poder de homogeneizar opiniones y gustos, y constituyen una acción protagónica en la construcción de la cultura de masas.

Función modelizadora de los medios: los medios de comunicación *construyen la actualidad de una comunidad* en tanto crean su narratividad, es decir, en tanto convierten en discurso y en representación, mediante métodos selectivos y tendencias ideológicas, lo “real” que sucede.

Ideología de los medios: cada medio da una versión parcial del mundo que responde a su modo de concebir, interpretar y evaluar los sucesos. Así selecciona, jerarquiza, reordena y recorta la realidad de modo que el producto final es propio de ese medio y diferente de otros medios aunque el tema presentado sea el mismo.

El lector independiente: ante la caracterización de los emporios comunicacionales como posibles manipuladores de información y de la opinión de las personas, la propuesta de este módulo (acompañando ciertas posturas críticas) es la de propiciar una lectura independiente. Es decir, fomentar y enriquecer la competencia comunicativa de un lector crítico, autónomo, que reconoce e interpreta las evaluaciones ideológicas y los procesos de construcción de la realidad ejercidos por los medios de comunicación masiva.

1

Los mensajes y sus propósitos

Mensajes en la vía pública

Diversos modos de comunicarse

Además de los mensajes que se transmiten de “persona a persona”, existen muchas otras formas de comunicarse. En las ciudades, muchos mensajes consisten en señales, luces, sonidos; otros se presentan sobre soportes como carteles, paredes, afiches y papel impreso.

En estos casos, los mensajes parten de un solo emisor y llegan a una gran cantidad de receptores. Transmiten indicaciones, información, servicios, competencia entre productos, propaganda de ideas.

La ciudad está llena de imágenes, palabras y gestos y continuamente las personas aprenden a decodificar sus mensajes.

actividad 1

Lean y observen los siguientes mensajes. Luego resuelvan las tareas propuestas.

1/ *Pet's Show*

Delivery 4504-7689

2/ Tintorería Express Prestosec Valet

Delivery 4752-6030

3/ Subas de hasta el 10% en luz, agua y teléfono

Ginóbili, estrella argentina en la NBA

Amia: ocho años de dolor sin respuestas

Descubrieron en Brasil el fósil de un gran reptil volador

4/ Sábado 30 de noviembre. El Roxi

Pequeña Orquesta Ciudadana presenta Un espectáculo de tango

Entradas en venta

5/



6/ Nueva línea Azul

Un desodorante a la medida de tu día

7/ Seamos realistas, pidamos lo imposible.

Tareas propuestas

- ¿Sobre qué soportes les parece que podrían presentarse estos mensajes?
- ¿Cuál es el soporte que permite transmitir el mensaje a más personas? ¿Por qué?
- En cada caso, ¿quién constituye el emisor del mensaje?
- ¿Cuál es la finalidad de cada uno de estos mensajes?
- Observen, en particular, los dos primeros mensajes. ¿Qué dificultades presentan para ser decodificados? ¿Es una dificultad común en los mensajes de la vía pública? ¿A qué se debe esta cualidad de ciertos mensajes?
- En grupos, piensen y luego hagan una lista con otras formas de transmitir mensajes que funcionan en la ciudad.

La propaganda

Mensajes que enseñan y difunden ideas

En la actualidad, los mensajes que llegan a gran cantidad de receptores están “mediados” por empresas que se dedican a generarlos y luego a transmitirlos al gran público. Noticias, publicidades, propagandas, opiniones y entretenimientos se difunden por los *medios de comunicación masiva*, como la gráfica de vía pública, el diario, la televisión, la radio y, recientemente, la Internet.

A continuación, analizaremos un tipo especial de mensajes que transmiten los medios masivos: la *propaganda*. Su función es la difusión masiva de ideas, sin fines comerciales.

Los mensajes de propaganda buscan modificar el modo de pensar de las personas y sus conductas. Transmiten contenidos educativos e ideas políticas.

actividad 2

Lean los siguientes mensajes aparecidos en diarios, revistas, televisión y en campañas radiales. Luego resuelvan las tareas propuestas.

- 1/ Los futuros gobernantes deben creer en algunos valores.
Honradez - Capacidad - Transparencia - Compromiso - Austeridad
Ética - Justicia - Eficiencia - Credibilidad - Respeto - Patriotismo
¿Es demasiado pedir?
Consejo Publicitario Argentino
- 2/ Mañana, tarde y noche, hojeá *La Nación*.
- 3/ La educación es un derecho de los chicos. Una obligación del Estado.
Y una responsabilidad de todos.
Todos los derechos para todos los chicos
UNICEF- Oficina de Argentina
- 4/ Minitorta Águila: con doble relleno de dulce de leche y crema, y una exquisita masa brownie bañada con chocolate Águila leche.
La mejor repostería casera para comer donde quieras.
Águila especialidades
- 5/ Vote Lista 9. Por un barrio limpio y seguro.
Consejo Vecinal del Sur.

6/ Quedate en casa viendo la tele.
Ya viene *099 Central*.

7/ Turismo Griveo. Autos al instante. Viajes de corta, media y larga distancia. Atención a empresas.
Griveo 3925. Teléfono 4504-5634

Tareas propuestas

- a) Identifiquen cuáles de todos estos textos son propagandas.
- b) Realicen con los textos de propaganda una lista de dos columnas: en una columna coloquen los mensajes educativos; en la otra, los mensajes políticos.
- c) Analicen cada uno de los mensajes de propaganda. ¿Qué finalidad tienen? ¿Qué pretenden de los receptores?
- d) Algunos de estos mensajes buscan vender un producto o un servicio. ¿Cuáles?
- e) Formen pequeños grupos y cada uno elija alguno de los siguientes contenidos para elaborar una propaganda.
 - Solidaridad
 - Donación de órganos
 - Combatir el sida
 - Trabajo voluntario
 - Prevenir la drogadependencia

La propaganda en la televisión

Dividan el curso en pequeños grupos y organicéense para realizar un *testeo* de las propagandas que se difunden por televisión.

- a) Cada grupo tome una franja horaria diferente para mirar televisión.
 - Observen las tandas publicitarias e identifiquen aquellos mensajes que no pertenecen al circuito comercial de ofrecimiento de productos y servicios.
 - Una vez que hayan identificado las propagandas, clasifíquenlas en propagandas políticas y educativas.
 - Observen la cantidad de propagandas y la cantidad de avisos que venden productos o servicios. ¿En qué horarios detectan mayor presencia de unos u otros? ¿Cuáles son más numerosos? ¿Por qué les parece que se da este fenómeno?
- b) Intercambien opiniones sobre el tema “propagandas *versus* publicidades”. Redacten un informe con las conclusiones.

La publicidad

Mensajes que venden

En los afiches de la vía pública, los carteles de los negocios, las revistas de barrio, las carteleras de los clubes, las personas venden servicios y productos mediante mensajes publicitarios.

Pero los medios de comunicación masiva, por su alcance y su periodicidad, logran mayor efectividad porque llegan a mucha más gente.

Mediante argumentos y tentando a las personas con atributos de productos y servicios, las *publicidades* despiertan un conjunto de necesidades que aseguran satisfacer.

actividad 3

Lean los siguientes mensajes aparecidos en diarios, revistas, folletos, televisión y radio. Luego resuelvan las tareas propuestas.

- 1/ Trae el cuerpo que tenés, llevate el que querés
Compañía Estética
- 2/ ¿Trabajo infantil o educación?
Los niños y niñas que trabajan tienen vulnerados sus derechos y, por lo tanto, seriamente comprometido su futuro como ciudadanos.
CONAETI (Comisión Nacional para la Erradicación del Trabajo infantil)
- 3/ Cuando quieras hacerte escuchar, subí el volumen.
Escuchá, radio Mitre, escuchate.
Hoy por hoy: Lunes a viernes de 9 a 13.
Primera tarde: Lunes a viernes de 13 a 15.
Mirá lo que te digo: Lunes a viernes de 15 a 18.
Con todo respeto: Lunes a viernes de 19.30 a 21.
- 4/ Sandtan. París
Reafirma intensamente, efecto *lifting* visible.
Crema de alta eficacia antiarrugas
- Por primera vez, los laboratorios Sandtan ofrecen a su rostro un efecto *lifting*, reafirmante y antiarrugas, en una única crema.
- El tensor peptídico vegetal tensa la piel, para alisar inmediatamente los rasgos.
- La ATP Estimulina permite desencadenar un despertar celular para reforzar los tejidos cutáneos y combatir las arrugas hasta alisarlas.
- Protección SPF 15 contra los daños provocados por los rayos UV.
Creer en Sandtan es creer en la belleza.
- 5/ Nueva 4x4 campo. ¿Qué esperarás para ser feliz?
- 6/ Banco Cooperativo Regional
Donde el dinero de la pequeña y mediana empresa trabaja para la comunidad.

Tareas propuestas

- a) Observen si entre estas publicidades se esconde alguna propaganda.
- b) Vuelvan a leer los textos citados en la sección *La propaganda* e identifiquen los mensajes que constituyen publicidades.
- c) En los textos publicitarios existen básicamente tres formas de convencer al receptor para que compre el producto o servicio:
 - con argumentos y explicaciones;
 - exponiendo información;
 - apelando a los sentidos y a las emociones.Clasifiquen los avisos propuestos en esta sección según el modo que utilizan para convencer al receptor.
- d) Observen qué persona gramatical se utiliza comúnmente en los avisos publicitarios. ¿Con qué objetivo?
- e) Los textos de las publicidades tienden a ser breves, creativos e impactantes. Por lo tanto, mucha información permanece “entre líneas”. Tomen los textos 1, 3, 5 y 6; ¿cuáles son los otros mensajes que están “detrás” de lo dicho? Preséntelos por escrito.

Debate sobre la publicidad

En esta actividad, se propone intercambiar ideas acerca de algunos aspectos de la publicidad y extraer conclusiones.

a) Dividan el curso en dos grupos. El primer grupo elija alguna de las ideas presentadas en los puntos 1 y 2, y el segundo la idea contraria.

1. “Las publicidades obligan a las personas a comprar lo que no necesitan” *versus* “Las publicidades acercan a las personas servicios o productos que mejoran su calidad de vida”.

2. “Las publicidades reproducen y fomentan estereotipos como «las mujeres tienen que ser lindas y flacas» o «un hombre con auto será más valorado»” *versus* “Las publicidades no repiten los estereotipos de una sociedad; por el contrario, dan mensajes nuevos o son neutras”.

- Intercambien opiniones en el interior de cada grupo y determinen cuáles son las razones que los llevan a sostener la postura elegida.

- Escojan una persona del curso (puede ser un estudiante o el docente) para que actúe como moderador. El moderador se encargará de regular los turnos en el uso de la palabra y de intervenir mediante preguntas y reflexiones para contribuir al intercambio de ideas.

- Inicien el debate respetando las siguientes reglas:

- defiendan la idea elegida buscando convencer a los oyentes;
- sostengan su postura mediante razones legítimas y honestas;
- confronten ideas y no personas;
- respeten los turnos de exposición de cada orador.

b) Luego del intercambio oral, redacten un informe con las conclusiones.

La noticia

Mensajes que traen novedades de cerca y de lejos

Las *noticias* existieron siempre. En la antigüedad, los hombres se desplazaban de un pueblo a otro para contar algún hecho extraordinario. Al principio sólo se trataba de exponer oralmente la novedad, luego transportaron noticias escritas de puño y letra.

Más tarde, a partir del invento de la imprenta, comenzó a desarrollarse la *prensa escrita*. Con los primeros periódicos las noticias fueron llegando cada vez más rápido y a más gente. Después llegarían la radio y la televisión.

actividad 4

Lean las siguientes noticias. Luego, resuelvan las tareas propuestas.

1/ Inseguridad en la provincia de Buenos Aires: colapsó el sistema penitenciario
Se triplicó la cantidad de detenidos en las comisarías
La Nación, 22 de septiembre de 2002

2/ Lo que hallaron en la casa Escurra, a metros de Plaza de Mayo
Un tesoro arqueológico de casi 25.000 piezas
Clarín, 21 de febrero de 2001

3/ Explosión

Cinco personas resultaron heridas, dos de gravedad, por una explosión ocasionada por la acumulación de gas en el sótano de una parrilla de Palermo, informaron fuentes policiales. El estallido ocurrió poco después de las 17 en el comercio ubicado en Honduras 5092 cuando el dueño del lugar de origen asiático, intento ingresar al subsuelo. Las fuentes indicaron además que el local no contaba con la habilitación correspondiente para funcionar.

Página/12, 10 de agosto de 2002

4/ Más de un millón de niños trabaja en el país

Catamarca.- La directora de la Comisión Nacional para la Erradicación del Trabajo Infantil, Graciela Sfaccioti, afirmó que en el país “trabaja más de un millón de niños que son sostén del hogar”, y adelantó que se buscará restringir el empleo a los chicos menores de 14 años.

Diario Popular, 22 de septiembre de 2002

Tareas propuestas

a) Una noticia responde a las siguientes preguntas:

- ¿Qué ocurrió?
- ¿Quién lo hizo?
- ¿Cuándo?
- ¿Dónde?
- ¿Por qué?
- ¿Para qué?

Apliquen estas preguntas a cada una de las noticias.

b) Conviertan cada texto en una oración de sujeto y predicado que sintetice la noticia. Cada oración deberá contener la información que responde a las cuatro primeras preguntas.

Por ejemplo, si al título del texto 5 se le coloca un índice temporal y se especifica el lugar, se obtiene un ejemplo de la tarea aquí solicitada: *Más de un millón de niños trabaja en la Argentina del 2002.*

Análisis de la noticia en radio y televisión

Organicen esta actividad de manera similar al *testeo* realizado sobre la televisión en la sección *La propaganda*.

a) Formen grupos para escuchar diferentes informativos radiales durante un mismo día.

- Identifiquen las noticias del día. Luego realicen una lista ordenándolas según un criterio establecido por el grupo (por importancia, por gravedad, por temática, por interés personal, etcétera).
- Luego, en clase, compárenlas con las noticias de los otros grupos y cada equipo explique qué criterio eligió para clasificar las noticias y por qué.
- ¿Qué diferencias y qué semejanzas encuentran entre los criterios de cada grupo de oyentes?
- Mediante una negociación, acuerden entre todos aquel criterio que consideren más apropiado para organizar la exposición de las noticias. Fundamenten por qué.

b) Repitan la misma actividad pero sobre los programas de noticias de la televisión.

- Cada grupo vea un noticiero y realice una lista de las noticias del día respetando el orden de presentación de cada programa. Completen el relevamiento, tomando nota de cuáles son las noticias destacadas.
- Luego, en el curso, comparen las listas de noticias. ¿Qué semejanzas y qué diferencias observan? ¿Los programas informativos varían sus contenidos o todos presentan las mismas noticias? ¿Por qué les parece que se da este fenómeno?

c) A partir de la tarea realizada sobre la noticia en radio y televisión, reflexionen sobre los siguientes temas y redacten un breve informe titulado *Objetividad o espectáculo en el tratamiento de las noticias*.

- Espacio brindado a las noticias que informan sobre catástrofes.
- Espacio y tratamiento brindado a las noticias policiales.
- Relevancia brindada a noticias científicas, culturales y artísticas.
- Diferencias en la presentación de la noticia entre la radio y la televisión.

La columna de opinión

Mensajes que expresan opinión

Los medios de comunicación continuamente entregan a sus lectores, además de información, *comentarios e interpretaciones* acerca de esa información.

En los diarios, en los programas radiales y de televisión, existen secciones especiales para comentar y debatir sobre las noticias. Son las *secciones de opinión*.

actividad 5

Lean las siguientes noticias y luego las columnas de opinión que comentan estos hechos.

1/ La moda del todos contra todos

La televisión narcisista

Programas que se dedican a otros programas, la creación de nuevas figuras mediáticas: todo vale a la hora de generar rating y escándalos.

Clarín, 15 de septiembre de 2002

2/ El fenómeno de las peleas a pantalla abierta, una verdadera nueva industria

Por cada insulto, un nuevo punto de rating

Página/12, 15 de septiembre de 2002

1-

Opinión

La fábrica de realidad

Por Jorge Aulicino, de la redacción de *Clarín*

Que la televisión genere noticias no es novedad. Que las reabsorba y amplifique a través de su propio sistema noticioso y de los programas de chimentos tampoco es nuevo.

Lo nuevo es que *las noticias* que promueve la televisión han sobrepasado largamente el límite entre la consistencia de la realidad y el artificio de la ficción. De modo que *nacen como ficción y se hacen realidad*.

Pensemos por ejemplo en cómo la pelea de Mario Pergolini con Marcelo Tinelli derivó en la creación de Gran hermano Vip por Tinelli. Los Vip fueron allí las figuras del espectáculo caricaturizadas.

Se diría que ha nacido una nueva religión.

Abrumados de espontaneidad

Por Oscar Steimberg - Página/12

El hecho de que operadores, conductores y animadores de televisión se peleen entre sí no es bueno ni malo en sí mismo. En la historia del periodismo del siglo XIX, la prensa gráfica era principalmente política.

Pero en estas discusiones aparecen razones de detalle, motivos de enfrentamiento individual, acusaciones de moralina de tipo escolar. Sería bueno que la televisión siguiera refiriéndose a sí misma porque es la manera de tirar abajo *la fantasía de la transparencia*. Lo malo es que se limiten las peleas a acusaciones de sainete. Si hubiera otro tipo de debates habría que saludar la autorreferencia.

Quisiera que esto no durara demasiado, aunque empezó hace mucho y va a seguir. La novedad sería que en los programas de difusión en que se pelean, la gente llevara cosas escritas y pensadas. Estamos abrumados de espontaneidad.

Tareas propuestas

- Comenten en el curso: ¿Qué diferencias notan en los textos de opinión respecto de los mensajes que han leído hasta el momento? ¿Encuentran algunas particularidades en la formación del discurso y en el uso de las personas gramaticales? Señálenlo en cada texto.
- Comparen las características de la noticia con las características de la columna de opinión. ¿Quién es el emisor de cada uno de estos tipos de texto? ¿Por qué?
- Identifiquen la postura de cada uno de los emisores de los textos de opinión. Redacten sus ideas brevemente.
- Entre todos y de manera oral, expliquen las siguientes frases que evalúan la función de la televisión. Expresen si están de acuerdo o en desacuerdo con la postura de cada autor.
 - Jorge Aulicino dice que en el actual contexto “las noticias... nacen como ficción y se hacen realidad”.
 - Oscar Steimberg habla de “la fantasía de la transparencia”.

Intercambio oral en el aula

El objetivo de charlar grupalmente en el aula es enriquecerse a partir de conocer otras opiniones acerca de un mismo tema.

Reglas básicas

- pensar y ordenar lo que se va a decir;
- respetar el tiempo de exposición de cada participante;
- reflexionar sobre la palabra de los otros para considerar si hay coincidencias o no, cuáles son las razones y si es necesario manifestar el acuerdo o el desacuerdo.

a) En el diario *Clarín* (15 de septiembre de 2002) se afirma: “Actualmente, de 13 a 17 y de 20 a 0, la televisión exhibe programas de chimentos “de historias verdaderas” que compiten con las “historias inventadas” de las telenovelas. ¿Por que se afirma esto?

- ¿Ustedes creen las historias de los programas de chimentos?
- ¿Representan un servicio para los televidentes o “utilizan” a la gente?
- ¿Son un entretenimiento? ¿De qué tipo?
- ¿Son éticos?
- ¿Por qué razones se convirtieron actualmente en un fenómeno?

b) Reflexionen sobre los textos leídos, las opiniones de los compañeros y lo conversado en clase. Extraigan de modo individual sus conclusiones y elaboren un informe.

2 | El diario

El estado de las noticias

La primera plana

¿Acaso no alcanzaría con que hubiera un diario por ciudad? Evidentemente no, pues los diarios son publicaciones informativas de frecuencia diaria que presentan “un modo de ver el mundo”. Esto significa que cada grupo periodístico *construye una realidad cotidiana*. También significa que los lectores pueden optar por leer el diario más cercano a su modo de pensar.

En la primera plana de un diario la noticia se manifiesta mediante títulos de gran tamaño llamados *titulares*. Cada diario tiene un estilo propio para presentar sus titulares.

Según el especialista en comunicación, Umberto Eco, la verdadera libertad del lector reside en su modalidad para leer la información y la interpretación que cada medio propone.

actividad 6

En los siguientes ejemplos aparecen los diferentes tratamientos dados a una misma noticia, en la primera página de cinco diarios de tirada nacional. La noticia pertenece al día 22 de septiembre de 2002.

Diario Popular

Hallan muerto a Ezequiel en el Riachuelo

No tienen perdón

Opinión - Un hecho de crueldad demencial

El cadáver del joven que hace una semana fue obligado por policías a arrojar al Riachuelo fue encontrado ayer cerca del lugar. Uno de los efectivos involucrados se quebró, confesó que un oficial es el responsable directo del crimen. El jefe policial, comisario Giacomino, calificó de “delincuentes”, “traidores” y “enemigos” a los uniformados acusados. La madre aseguró que a su hijo lo mataron “hombres y no la Policía Federal”

La Nación

Hallaron el cuerpo del chico tirado al Riachuelo

Acusan del crimen a diez policías

Giacomino: “Se convirtieron en nuestros enemigos, no merecen justificación”.

Clarín

Hallaron ahogado al chico Ezequiel

Un oficial ordenó tirarlo al Riachuelo

Lo revelaron policías detenidos. Es un subinspector de la Federal. Estuvo al mando del operativo hace ocho días, cuando detuvieron a tres chicos, les robaron 30 pesos, los

llevaron al Riachuelo y los arrojaron al agua. Se salvaron dos, y a Ezequiel lo encontraron ayer. Por el caso, hay 12 policías presos.

Página/12

Otro asesinato policial

El cuerpo del delito

Aparecieron flotando en el Riachuelo los restos de Ezequiel Demonty, el joven de 19 años que fue golpeado y obligado a arrojar al agua por la policía. Los detenidos dieron más detalles de lo ocurrido. “Ya sabemos la verdad –dicen los allegados a la familia–, ahora queremos justicia”.

El verdadero plan de Giacomino

El jefe de la policía, Roberto Giacomino, dice que los asesinos “son una vergüenza”. Pero él es uno de los mayores predicadores de la “mano dura” y el patoterismo policial que terminan en tragedias como las de Ezequiel. Su objetivo es usar la inseguridad para multiplicar el poder de la Federal.

Crónica

Estaba en el Riachuelo

A una semana de su desaparición, ayer fue hallado el cadáver de Ezequiel Demonty, el pibe de 19 años al que la policía obligó a saltar a las aguas junto a dos amigos. Mientras el jefe de la federal calificó a los responsables del crimen como “delincuentes, traidores y enemigos”, la madre del chico, ferviente evangelista, dijo que “los culpables son seres humanos. Acá el que falló fue el hombre no el uniforme”.

Tareas propuestas

- ¿Cuál de todas estas presentaciones de la noticia elegirían como lectores? ¿Por qué?
- ¿Alguno de estos titulares contiene la noticia? Según su criterio, identifiquen y redacten cuál es el objetivo de cada titular.
- Agrupen los diarios en diferentes grupos según los siguientes aspectos:
 - títulos que presentan sobreentendidos y no completan la fórmula de la noticia;
 - diarios que acusan a un responsable del delito;
 - diferentes modos de denominar a la víctima;
 - diarios que apelan a la opinión de la familia de la víctima;
 - diarios que citan la opinión del jefe de la policía;
 - ¿hay algún titular de difícil comprensión? ¿Por qué?
- Los diarios presentan *información* sobre los hechos (lo que se denomina objetividad), pero también pueden presentar su *interpretación* del hecho (*subjetividad*) y hasta *tomar partido* respecto de los hechos (*línea editorial*).
 - ¿Cuáles de estos diarios les parecen más objetivos en el tratamiento de la noticia? ¿Por qué?
 - ¿Cuáles de estos diarios interpretan los hechos? ¿De qué modo?
 - ¿Cuáles de estos diarios toman partido frente a los hechos? ¿Cómo?
- ¿Cuáles de los cinco diarios apelan al impacto emocional? ¿Cómo? ¿Cuáles presentan una descripción racional de los hechos? ¿Por qué?

Debate en torno de la objetividad de los diarios

Trabajen del mismo modo que lo hicieron en la sección *La publicidad*. Dividan el curso en dos grupos. El primer grupo elija una de las siguientes ideas y el segundo la idea contraria.

- Los diarios “construyen” las noticias y forman la opinión de los lectores.
 - Los diarios exponen la verdad de las noticias y los lectores conocen la realidad de los hechos.
- Finalizado el debate, realicen un informe con las conclusiones.

La crónica

Paso a paso cuenta lo que sucedió

El diario es un mundo donde las noticias están perfectamente clasificadas. Los textos y las fotografías se disponen en secciones de información (nacional, internacional, general, de espectáculos, deportes, etc.) y en secciones de opinión (el comentario, el editorial y la carta de lectores).

Una vez que se conoce una noticia, se puede ordenar cronológicamente todo lo ocurrido en una narración y crear en el lector la ilusión de haber presenciado los hechos. Estamos entonces ante una *crónica*.

Esta ilusión de realidad que crea la crónica se debe a que el cronista ha sido testigo de los sucesos y ha podido conversar con algunas de las personas que los protagonizaron.

actividad 7

Lean cómo la siguiente crónica relata una pequeña historia a partir de una noticia.

Información general

Emotivo pedido solidario por José Biaus

Una caravana solidaria marchó desde Bragado

Un chico de 20 años necesita con urgencia un trasplante pulmonar. Su salud se ha complicado

Los bocinazos solidarios se empezaron a escuchar cerca de las 5 de la tarde por la Avenida Triunvirato, en el barrio de Saavedra: una caravana de más de 30 autos terminaba de recorrer los 220 kilómetros que unen Bragado con la Ciudad de Buenos Aires para traerle su afecto y apoyo a José Biaus, el chico de 20 años que espera desde hace 7 meses un trasplante pulmonar para no morir.

María Celia, la mamá de José, recibió a la caravana en la entrada posterior del CEMIC, acompañada por una treintena de familiares y amigos. “Por la vida, doná vida; danos una mano”, decía una pancarta de recibimiento de la caravana.

José Biaus –cuya familia vive en Bragado– está internado en el CEMIC/ Saavedra desde hace siete meses, debido a una complicación pulmonar. Anteriormente había recibido un trasplante de médula. José, antes de ser internado, estaba estudiando periodismo deportivo.

“Su estado de salud se complicó gravemente en los últimos días, necesitamos un donante sí o sí; José ya no puede esperar más”, fue el dramático pedido de auxilio expresado por María Celia en su charla con *Clarín*.

La caravana solidaria fue organizada por parientes y amigos de José, la Red Solidaria y Miguel Iribarren, periodista de Bragado. El auto que encabezó la formación fue manejado por Pedro Aristi, un amigo de la familia Biaus.

“A las 10.30 hubo una concentración en la plaza principal de Bragado: desde allí la gente despidió a los 27 autos que partimos”, contó Aristi. Además, otros 5 autos del Rotary Club local acompañaron la caravana hasta la localidad de Alberdi. El relevo se dio en Chivilcoy, Suipacha, Mercedes y Luján. Los autos del Rotary tenían la misión de guiar la caravana por las calles céntricas de esas localidades. Contaron que la gente se asomaba a las veredas para plegarse con aplausos a la causa de José.

En Bragado, durante toda la semana se pusieron mesas para obtener firmas de donantes de órganos.

“Esto es emocionante, nunca había visto algo así”, dijo Juan Carr, de la Red Solidaria,

al ver llegar la caravana al CEMIC.

“José no puede esperar un día más”, repitió, confirmando la gravedad del caso. Carr reiteró que para las donaciones de órganos se puede llamar al 4788-8300, el teléfono de INCUCAI.

Los autos de la caravana llevaban una fotografía del chico pegada en una de sus ventanillas y un texto que decía: “José y otros 5.700 argentinos esperan un trasplante”.

Clarín, 30 de septiembre de 2002

Tareas propuestas

a) ¿Dónde imaginan que se encuentra el cronista para obtener la información? Fundamenten su respuesta.

b) ¿Qué información obtiene el cronista? ¿Quiénes se la brindan y de qué modo?

c) Busquen en el texto de la crónica si se presenta algún contenido que tiene función de propaganda. ¿Cuál? ¿Por qué?

d) La estructura de una crónica se basa en la reconstrucción temporal.

- Identifiquen las indicaciones temporales que se refieren al presente.

- ¿Qué hechos ocurrieron antes?

- ¿Qué ocurrirá en el futuro?

e) Además de tocar temas de información general y sociales, las crónicas de los diarios pueden ser policiales, deportivas o políticas.

- Durante una semana, busquen una crónica cuyo contenido les resulte interesante y léanla en el curso.

- A partir de la lectura en voz alta, los compañeros deberán tomar nota de los datos más significativos. (Para dar mayor efectividad a esta actividad se podrá repetir la lectura).

- A partir de los datos recabados, elijan la crónica que más les interese por su temática y redacten un titular que pueda presentarse en la primera plana de un diario.

La nota

Ampliación de la información

Cuando para presentar un tema o para convertirlo en noticia, un periodista busca datos, recopila información, realiza reportajes y consulta a profesionales y gente especializada, nos encontramos frente a una *nota* o informe especial.

La finalidad de este tipo de texto periodístico es ahondar en la información y presentar los datos de un modo que sea atractivo para el lector.

actividad de integración

Les proponemos realizar una nota sobre un tema que interese a todo el curso. Aquí les presentamos una lista de posibles temas.

- La educación de adultos como una necesidad de nuestra sociedad.
- La escuela como lugar para iniciar proyectos comunitarios.
- La amistad y los vínculos sociales que surgen a partir de la escuela.
- Inserción de la escuela de adultos en la comunidad.
- Temas relacionados con los saberes que brinda la escuela o producción de una nota a partir de algún tema de interés que se esté desarrollando en una materia.

Tareas propuestas para construir una nota

- a) Formen grupos de cuatro periodistas.
 - Reflexionen sobre qué tema les gustaría brindar información y expresar su opinión.
 - Formen con ese tema una *noticia* para captar al futuro lector. Sobre esta noticia se extenderá la nota.
- b) Investiguen, busquen datos. Seleccionen algunas personas para que aporten información mediante *entrevistas*.
- c) Elaboren un *plan* de la nota:
 - busquen un *titular*,
 - redacten un copete,
 - redacten la introducción
 - y definan tres o cuatro subtítulos que organizarán la información.
- d) Inicien la redacción. En esta instancia de la producción, realizarán varias pruebas de escritura y correcciones hasta alcanzar el texto definitivo. Acompañen la nota con una breve *columna de opinión*.
- e) Cuando las notas estén redactadas y hayan sido supervisadas por el docente y por los compañeros de otros grupos, reúnan las notas en un *Boletín de temas de interés general*. Difúndalo en la escuela.

8. La carta de lectores

Cuando los medios son receptores

Una de las cualidades de los medios de comunicación masiva consiste en que el mensaje parte en un sólo sentido, desde un emisor institucional hacia una multiplicidad de receptores individuales.

En los diarios, en cambio, existe una sección especial dedicada a convocar la participación del público, es la *carta de lectores*. Allí se exponen los comentarios, preguntas, dudas y respuestas de los receptores que decidieron entrar en diálogo con el medio y expresar su opinión.

actividad 8

El diario *Clarín* en su edición dominical presenta una versión extendida de la carta de lectores mediante una sección llamada *Clarín Debate*. Allí se postula una problemática que el domingo siguiente los lectores se encargarán de completar mediante sus opiniones. Lean el caso seleccionado y luego resuelvan las tareas propuestas.

Domingo 31 de marzo de 2002

Clarín debate: La enseñanza hoy

¿Qué piensa usted sobre cómo está la educación en la Argentina?

El tema de hoy llevó a que se recibieran muchas cartas de maestros, profesores y estudiantes. Salvo pocas excepciones, la mayoría coincide: hay que hacer cambios para mejorar la educación.

(Selección de cartas)

Uno de los derechos que no son respetados

La población la reclama, la necesita. El gobierno le dedica poco y nada de su tiempo y de su dinero. La educación hace al hombre. La sabiduría y el conocimiento son la base del ser y sus valores. Hoy, educar no es tarea fácil. Y poder ser educado, menos. ¿Qué sería de

nosotros si hubiéramos tenido una educación justa? Sabríamos el verdadero significado de los valores. Entenderíamos la solidaridad, la tolerancia. Hoy la educación no es tan mala, pero faltan condiciones para desarrollarla: más escuelas, mejores sueldos. La educación es un derecho del que todos deberían gozar y de los tantos que no son respetados.

Rocío Villegas
Segundo año del Polimodal, Escuela Media N° 4

Una desocupada que pelea desde el estudio

Ante el hecho de no tener trabajo, para no caer en la depresión y para sentirme útil y capacitada, decidí empezar la facultad. De adolescente, frente al caso de arquitectos e ingenieros que terminaron de taxistas, pensé que estudiar no servía para nada. Así que al terminar quinto año decidí trabajar para ayudar a mi familia. Hoy tengo 23 años y quiero poder ser alguien, por mí y por mi país. Me costó decidir qué hacer, porque no recibí una formación que me ayudara a saber qué hacer en la vida. Esto les pasa a muchos. La culpa es del sistema que no ayuda a fomentar el verdadero objetivo de la educación: el progreso.

Viviana Palacios. DNI 26.597.240

Frases destacadas de otras cartas

“A mi entender, el problema de la educación es un plan para debilitar y embrutecer aún más a la población.”

Juan Carlos Chapa

“Si la educación es la base para un buen futuro, a la Argentina le espera algo igual o peor que este presente.”

Mariano Cejas

“Si la educación tuviera un lugar de privilegio en nuestra sociedad, se terminarían las políticas de marginación social.”

Agustina Solari

Tareas propuestas

- Redacten la idea que defiende cada uno de los textos de opinión desarrollados.
- Determinen cuál de los dos textos de opinión se basa en argumentos racionales y cuál apela a la experiencia personal.

Escribir a un diario

- Les proponemos seguir durante algunas semanas la sección *Clarín Debate* y organizar el curso para escribir cartas de lectores.
 - Una vez que hayan completado la producción escrita y que hayan realizado las revisiones y correcciones correspondientes, envíen las cartas de lectores a la redacción del diario.
- Esta actividad también podrá realizarse sobre un tema de actualidad, sobre el cual el curso o algún estudiante presenten un interés especial.
 - En este caso, deberá seleccionarse con anticipación el medio al cual se dirigirá la carta de lectores.

3 | La radio

La tradición de escuchar radio

En la Antigüedad, antes de que se experimentaran diferentes sistemas de escritura, los seres humanos *se comunicaban de manera oral* mediante sus voces.

En nuestra época, la radio es un medio de comunicación que continúa esta modalidad. En ella se explota la palabra pura pues no se cuenta con el recurso de la imagen.

Tiene una programación dividida en secciones de información, opinión y entretenimiento. Y muchas personas afirman que continúa siendo el medio masivo más reflexivo, ético, confiable y –gracias al teléfono como aliado de intercambios– el más cercano en su comunicación con el público.

actividad 9

Lean la siguiente “experiencia de vida” de un oyente radial. Luego resuelvan las tareas propuestas.

Me acuerdo de un día...

Cuando nací, la radio ya estaba instalada en mi casa, y siempre estuvo allí. Primero era grande y de madera oscura; a veces se calentaba demasiado y había que apagarla por un rato. Frente a ella sorprendí a mi abuela gritando “¡Malvada!”, enojada con la mala de la novela.

Hubo otra más chica de color marfil. A su lado mi hermano se arrastraba por el piso, pegaba trompadas al aire o escalaba muebles si Sandokán o Peter Fox hacían lo mismo. Después fue de baquelita verde agua. En esa, mi mamá, mientras lavaba los paltos, escuchaba la novela de Celia Juárez y a King, el comentarista de cine. A veces me dejaba secarlos, si lo hacía en silencio y sobre todo si no preguntaba “¿esa cuál es, mami?”. No entendía cómo yo no identificaba las voces de la radio.

A la hora de comer, todos juntos, escuchábamos los informativos. Yo no entendía nada, pero igual ponía cara de interesada para hacerme la grande.

A mi papá le gustaban los tangos y cuando yo hacía ruido me decía: “escuchá la letra”, invitándome a entrar en un mundo que entendí después.

Los domingos era la radio del auto la que transmitía los partidos de fútbol mientras paseábamos.

Cuando cumplí 12 años, me regalaron una chiquita, de color rosa y marca Emerson para poner en mi mesa de luz. Con eso me sentí por primera vez independiente: podría elegir lo que quería escuchar.

Marta Merkin, *Días de radio*, 1995 (fragmento)

Tareas propuestas

a) Busquen datos en su memoria para realizar una descripción de algunas escenas de sus vidas que estén relacionadas con el uso de la radio.

Encuesta en la escuela

Organicen entre los diferentes cursos de la escuela una encuesta para evaluar alguno de los siguientes aspectos (u otro que les interese particularmente) respecto del uso de la radio.

- ¿Cómo nos gusta escuchar la radio?
- ¿Cuáles son los programas de radio más escuchados y por qué?
- ¿Para qué escuchamos la radio?
- ¿Qué confiabilidad le otorgan las personas a los noticieros radiales?

Pasos para realizar una encuesta

- a) Confeccionen una pequeña ficha para completar con los datos personales de cada entrevistado.
- b) Confeccionen un cuestionario de no más de cinco preguntas.
 - Determinen que algunas preguntas se respondan de modo cerrado: sí, no / siempre, frecuentemente, a veces, nunca; y otras, mediante opciones: en casa, en la plaza, en el trabajo, etc.
 - El resto de las preguntas podrá generar respuestas abiertas.
- c) Para obtener datos más precisos y mayor información, dividan a los encuestados por sexo y por franjas de edad (por ejemplo, 18 a 25, 26 a 45 y 46 en adelante).
- d) Realicen la encuesta sobre la población escolar.
- e) “Lean” los resultados y vuélquenlos en gráficos o tablas para exponer los porcentajes de las diferentes tendencias.
- f) Finalmente “interpreten” la información obtenida y redacten un breve informe con las conclusiones.

4

La televisión

Las múltiples caras de la televisión

Durante las tareas propuestas por este módulo, la televisión ha surgido en varias oportunidades como un medio de comunicación altamente consumido por la gente y también como el más polémico.

Tal vez por sus amplias posibilidades técnicas y su capacidad de “seducción”, la televisión ingresa en los hogares fomentando el consumo, propagando ideas de todo tipo, creando y modificando hábitos.

Pero esto no significa que debamos ver a la tele como un elemento negativo, la televisión también cumple con funciones básicas muy útiles para la comunidad: brindar información, brindar esparcimiento y brindar servicios. Luego, queda en manos del televidente la tarea de valorar los contenidos que se le proponen.

actividad 10

Les proponemos intercambiar ideas en torno a algunos aspectos controversiales de la televisión actual a partir de las siguientes lecturas.

1-

La cámara oculta

Carcajadas, burla y develamiento de actos ilícitos

En los albores de los noventa, Marcelo Tinelli fue el reintrodutor de la cámara sorpresa en su faz jocosa (ya lo había hecho Mancera 30 años antes), a través de lo que pasó a denominarse *bloopers*. Importados inicialmente de los Estados Unidos, la producción propia no tardó en llegar, incentivando a la gente a mandar los suyos a cambio de mil dólares. Para evitar el desgaste producido por la repetición de situaciones, la gente de Tinelli —y también la de Pergolini— comenzó a generar situaciones de burla que provocaron, en muchas ocasiones, situaciones enojosas.

Otra variante instrumentada fue la “cámara cómplice”, que permite gastarle una broma pesada a algún incauto pero con la anuencia de algún familiar o amigo. Por ejemplo, alguien quiere vender su auto y la gente disfrazada de *Video Match* se lo quema.

A partir de 1993, *Telenoche investiga* capitaliza la utilización de las cámaras escondidas para registrar ilícitos (venta de expedientes, trámites truchos, maltratos en la Colonia Montes de Oca, narcopolicías, etc.). Los “justicieros mediáticos” por llamarlos de alguna manera provocan disímiles reacciones en la sociedad.

Mostrar sin anestesia actos de corrupción sorprendidos *in fraganti* resulta de gran impacto televisivo, pero de relativo peso judicial. De allí que el ex fiscal Luis Moreno

Ocampo resolviese abrir en su estudio un departamento de video para poder dar a esos registros peso legal.

La otra cara de estos aparentes servicios anticorrupción es la intromisión de la cámara oculta en un espacio privado que, inmediatamente, se convierte en un espacio de dominio público. La paranoia y la transgresión de la intimidad de las personas ya están instaladas.

Carlos Ulanovsky y colaboradores, *Estamos en el aire*, 1999 (adaptación)

Tareas propuestas

a) Trabajen en pequeños grupos. ¿Qué opinan sobre los diferentes propósitos de las cámaras ocultas que se exponen en el texto? ¿Brindan algún tipo de servicio a los televidentes?

b) Según su opinión, ¿cuál es la función o funciones que la televisión debería cumplir?

c) ¿Conocen programas de televisión educativos? ¿Cuáles?

d) ¿Conocen programas de televisión que brinden servicios a los televidentes? ¿Cuáles? En cada caso, ¿en qué consiste el servicio brindado?

e) Realicen una clasificación de los programas de televisión según la finalidad que creen identificar en ellos. Boceten una definición de este particular medio de comunicación masiva. Compartan sus conclusiones con el resto del curso.

2-

Recursos humanos: cómo se ve este involuntario aporte argentino a la TV **¿El programa del país real?**

El artículo fue escrito por un periodista del diario estadounidense The New York Times. Allí se describe, no sin cierta sorpresa, cómo es eso de buscar trabajo, competir por él y encontrarlo por televisión.

Otros países tienen programas de televisión que tientan a sus participantes con la promesa de un millón de dólares, un auto nuevo o unas vacaciones de lujo. En la Argentina, un país con las finanzas quebradas y los sueños rotos, los participantes de un popular programa compiten por un premio diferente: un empleo.

Este programa, que se emite cinco días a la semana y tiene una hora de duración, se llama *Recursos humanos*. En él se enfrenta a dos personas desocupadas que compiten para ganar un contrato de trabajo por seis meses. Ambos participantes cuentan su vida y responden preguntas que ponen a prueba su capacidad para desarrollar las tareas que buscan. Los televidentes votan luego por teléfono para decidir cuál de los dos debe quedarse con el codiciado puesto de trabajo.

El lunes pasado, el premio era un puesto de panadera en un suburbio de la ciudad de Buenos Aires. Ambas participantes eran mujeres jóvenes, que desde que terminaron el secundario no pudieron encontrar trabajo. Fátima Rueda, de 18 años y madre soltera, y Nadia Bravo, de 20. Las dos se expresaron de forma muy conmovedora ante la audiencia. “Sin trabajo, me siento desvalida”, dijo una de ellas. “Me siento vacía”, confesó la otra joven.

“No podemos solucionar el gran problema de la crisis argentina”, dijo Néstor Ibarra, el conductor del programa. “Pero sí podemos ayudar a afirmar la dignidad del empleo y recordarle a la gente que los desocupados no son meras estadísticas sino personas.”

Mientras la tasa de desempleo trepa hasta el 21,5%, la más alta de la historia argentina, la cantidad de postulantes que suelen competir por un único empleo llega a cerca de 650 personas.

“La reacción de la audiencia es predecible y muy humana, siempre”, observó Ibarra.
“Votan de forma automática por la persona que creen necesita más el trabajo. Como el hombre que tiene un hijo discapacitado o la mujer que tiene hijos pero no tiene marido.”

Clarín, 10 de agosto de 2002

Tareas propuestas

- a) Trabajen en pequeños grupos y reflexiones sobre los siguientes aspectos:
- Qué opinión les merece el programa *Recursos humanos* u otros similares, donde la televisión sale a ocupar espacios que les corresponde cubrir a otras instituciones.
 - Según su parecer, ¿el tratamiento de estas temáticas está orientado a brindar un servicio o a generar rating? ¿Por qué?
- b) Realicen un cuadro comparativo que contenga ventajas y desventajas de la televisión actual.
- c) Luego de sopesar las ventajas y desventajas de la televisión, realicen dentro de cada grupo una evaluación sobre el medio. Planifiquen un conjunto de modificaciones para mejorarla.

La televisión como entretenimiento

Como cierre de este módulo, les recomendamos la lectura del guión televisivo *Vocación* de Jorge Maestro y Sergio Vainman. La propuesta es disfrutar de un texto literario especialmente escrito para ser actuado en televisión y luego poder intercambiar opiniones y gustos.

actividades optativas

Una novela para divertirse y reflexionar sobre los medios

Les proponemos la lectura de la novela *La asesina de Lady Di*, un texto contemporáneo del narrador correntino Alejandro López, como un recorrido desopilante por las infinitas peripecias que le tocan vivir a una adolescente cuya vida y valores están “mediatizados” por los mensajes de los medios de comunicación masiva. Un texto para disfrutar de la literatura y continuar reflexionando sobre los “valores y desvalores” de aquellos mensajes que continuamente impregnan la cultura y las costumbres del gran público.
Alejandro López, *La asesina de Lady Di*, Buenos Aires, Adriana Hidalgo editora, 2001.

Un periódico del curso

Si el curso que ha trabajado con este módulo se muestra interesado por las actividades de producción periodística, se puede proyectar para el próximo cuatrimestre la redacción de un periódico del curso.
Se deberá pensar entonces qué funciones cumpliría la publicación y qué tipo de servicio representaría para la población de la escuela. Una vez delimitado su objetivo, se planificarán las acciones de producción y de difusión.

Modelo para armar

- Diseñar una primera plana que incluya noticias del ámbito escolar o comunitario.
- Desarrollar como texto principal una nota de investigación.
- Apoyar la nota principal con la publicación de un reportaje.
- Crear una sección de propaganda de mensajes de convivencia, solidaridad, proyectos comunitarios.
- Diseñar una sección de carta de lectores con un tema que convoque a la participación.
- Crear una sección de entretenimiento y artes.

Bibliografía acerca de medios de comunicación

AA.VV. , *Representaciones sociales*. Buenos Aires, Eudeba, 2001.

Bourdieu, Pierre, *Sociología y cultura*. México, Grijalbo, 1984.

Eco, Umberto, *Apocalípticos e integrados*. Barcelona, Lumen, 1993.

Gomis, Lorenzo, *Teoría del periodismo. Cómo se forma el presente*. Barcelona, Paidós Comunicación, 1991.

La Nación, *Manual de estilo y ética periodística*. Buenos Aires, Espasa Calpe, 1997.

Los géneros periodísticos, Antología. Buenos Aires, Colihue, 1996.

Módulo 2

Cooperativismo

Introducción

Cómo nos relacionamos con lo demás

1. Trabajo y cooperación

Las cooperativas

¿Cómo y dónde se inició el movimiento cooperativo?

Tipos de cooperativas

2. Principios, valores y organización de las cooperativas

Los principios cooperativos

Los valores del cooperativismo

Integración de cooperativas

La recuperación de fuentes de trabajo

La organización de las cooperativas

3. Actividad final

4. Información adicional para los docentes

Bibliografía acerca de cooperativismo

Introducción

Muy pocas veces, cuando tenemos que hacer algo, lo hacemos solos. Casi siempre estamos con otras personas. Son nuestros familiares, nuestros amigos, nuestros vecinos, nuestros compañeros de trabajo y, también, personas que casi no conocemos.

Si viajamos en un tren, por ejemplo, seguramente no conocemos a casi nadie. Pero si el tren se para fuera de una estación, nos miramos y comenzamos a hablar con los demás. Comentamos sobre las causas de que el tren esté parado, un posible accidente, por ejemplo. Hasta ese momento cada uno estaba preocupado por sus cosas y parecía que no tenía nada en común con los demás. Pero ahora, todos están interesados en que el tren arranque y en llegar pronto al final de su viaje. En la charla participan más personas a medida de que se alarga el tiempo. Ahora todos hablan de sus problemas: llegarán tarde al trabajo, deben visitar a un familiar enfermo para ayudarlo, tienen que quedarse con sus nietos para cuidarlos.

Las personas desconocidas en el comienzo del viaje son parecidos a nosotros, son iguales a nuestros amigos y vecinos. Todos tienen preocupaciones y obligaciones. Cosas que hacer, los están esperando, deben volver pronto a casa o llegar en horario al trabajo.

Cómo nos relacionamos con los demás

Cuando debemos realizar alguna tarea en la que participan otras personas, las relaciones que tenemos con ellas son diferentes según que formemos parte de un grupo o que actuemos solos. También son distintas si todos tenemos los mismos objetivos o si nuestros fines son diferentes.

ejemplo

Juan trabaja en un taller mecánico. Es tornero y trabaja todo el día con su torno. Solamente habla con sus compañeros un rato cuando termina un trabajo o en la hora de comer. Casi todo el día Juan trabaja en el taller como si estuviera solo. Juan juega al fútbol los domingos. Con unos amigos formaron un equipo y van a jugar en la canchita del barrio. Cuando Juan juega al fútbol, él y sus compañeros forman un equipo. Todos tienen un fin, jugar para divertirse y ganar el partido. En el equipo, todos tienen el mismo fin. Y juegan lo mejor que pueden para ganar. Todos tienen que jugar lo mejor que pueden para poder ganar. Porque si no tratan de ayudar a los compañeros para conseguir la pelota, sacársela al otro equipo, acercarse al arco contrario y patear, no van a ganar. Cuando se ayudan para conseguir todos el mismo fin, se dice que están *cooperando entre ellos*. Si logran ganar, ganaron todos los miembros del equipo. Comparten todos la victoria.

Los jugadores del otro equipo también cooperan entre ellos. Todos juegan lo mejor que pueden y ayudan a sus compañeros porque también quieren ganar y, si ganan, ellos también compartirán entre todos la victoria. No se podría decir que ganó sólo

alguno o que uno del equipo ganó. Cuando ganan, ganan todos.

En la cancha, entonces, hay dos equipos que juegan. En cada uno de los equipos los jugadores *cooperan* entre ellos. Hacen su mejor esfuerzo para jugar bien, ayudar a sus compañeros y si ganan, ganan todos los miembros del equipo.

Pero mientras están jugando, juegan *contra* el otro equipo. Si un equipo gana, el otro pierde.

Entre los dos equipos hay *oposición* porque los dos quieren lo mismo, que es ganar. Pero solamente puede ganar uno de los dos equipos. Si hay empate, no ganó ninguno de los dos. Gana un equipo cuando el otro equipo pierde.

En muchas situaciones hay grupos o personas que se oponen entre sí porque solamente uno de ellos puede ganar. Hay un solo premio y muchas personas lo quieren.

Pero hay diferentes formas de tratar de lograr ese fin que se quiere alcanzar.

Si tomamos el ejemplo del partido de fútbol, cuando cada uno de los equipos juega lo mejor que puede, respeta todas las reglas y no trata de lastimar al otro equipo, cuando juega limpio, los equipos están *compitiendo* entre ellos.

Hacen su mejor esfuerzo para conseguir ganar.

Pero la oposición entre las personas y los grupos de personas no tiene siempre la forma de competencia.

Si cometen muchas faltas, si lastiman a jugadores del otro equipo, si en lugar de hacer su mejor esfuerzo para ganar, les parece que necesitan destruir a sus adversarios para ganar, entonces no están en competencia, sino en *conflicto*.

En lugar de esforzarse por jugar lo mejor que pueden, se esfuerzan por destruir al adversario.

actividad 1

- Dé un ejemplo de una situación en la que hay personas que cooperan entre ellas para lograr un objetivo que todas van a disfrutar.
- Describa alguna situación en la que usted cooperó con otras personas para conseguir algo que les interesaba a todos.
- Recuerde una ocasión de su vida en la que tuvo que oponerse a una persona para conseguir algo que solamente uno de los dos podía tener. Escriba la historia brevemente.

actividad 2

Lea la siguiente historia.

En un pueblo hay un señor, Francisco, y una señora, María, que se dedican a hacer empanadas para vender. Francisco vende 10 docenas de empanadas por día y María solamente 6 docenas.

María decide aumentar sus ventas y para eso piensa cuál puede ser el mejor camino. Graciela, una amiga, le dice:

- María, te voy a ayudar y voy a hacer propaganda de tus empanadas porque son muy ricas.

Otra amiga, Mercedes, le dice:

- María te voy a ayudar, le voy a decir a los vecinos que Francisco no usa buena carne para las empanadas.

María le pregunta: " Pero, ¿es verdad que no usa buena carne?"

Mercedes le responde: "no, pero así la gente te compra más a vos".

Entre Francisco y María hay oposición. ¿Qué clase de oposición es?

a) Si María acepta lo que dice Graciela, ¿la oposición es de competencia o de conflicto?
¿Por qué?

b) Si María acepta lo que dice Mercedes, ¿la oposición es de competencia o conflicto?
¿Por qué?

1

Trabajo y cooperación

Desde los primeros años de la historia de la humanidad las mujeres y los hombres tuvieron necesidad de unirse a otras personas para conseguir algunas de las cosas que necesitaban para vivir. Ayudándose entre varias pudieron hacer cosas que difícilmente podrían haber logrado estando separados. Por ejemplo, hace mucho tiempo cuando se alimentaban de frutos de plantas y árboles, salían en grupos para recogerlos y a su regreso, distribuían los frutos entre todos.

Cuando más adelante se alimentaron no sólo de frutos sino también de carne y de peces salían en grupos a cazar y pescar. Las mujeres cocinaban también para todos. Pero todavía eran nómades, no tenían una vivienda fija sino que iban cambiando de lugar. Eran pastores, criaban animales y llevaban a los rebaños de un lugar a otro buscando buenos pastos.

Hubo un gran cambio en la humanidad cuando los hombres y las mujeres se hicieron sedentarios, eligieron un terreno para el grupo, comenzaron a cultivar la tierra y construyeron viviendas fijas. Sus costumbres cambiaron. Algunas de las poblaciones fueron creciendo y se crearon ciudades. Algunas todavía existen y tienen muchísimos habitantes.

actividad 3

- Ordene, comenzando por las más antiguas, las actividades que realizaban los hombres y las mujeres en los comienzos de la historia de la humanidad:
Pastores - cazadores - cultivar la tierra - pescadores - construir viviendas - recolectores
- ¿Qué dificultades cree usted que tenían las personas cuando vivían como nómades?
- ¿Qué ventajas considera que tuvo para la vida de las personas hacerse sedentarios?
- Discuta sus respuestas con su grupo de compañeros.

actividad 4

- ¿Qué ventajas puede tener para las personas de una sociedad agruparse y actuar juntas?
- Seguramente, a lo largo de cada día usted realiza diferentes actividades. Piense y escriba qué cosas usted puede hacer solo y en cuáles necesita de la ayuda de otras personas. ¿Por qué?
Cuando los hombres y las mujeres se hicieron sedentarios, cambiaron su modo de vida y de producción. Muchas de las actividades que hacían para alimentarse y las cosas que necesitaban para vivir se dejaron de hacer en común. Las tierras y los objetos comenzaron a ser propiedad de las personas y no de los grupos, aunque siempre hubo grupos de personas que continuaron trabajando conjuntamente.
Por ejemplo, vamos a ver cómo era la vida en el imperio de los incas antes de la llegada de los españoles.

actividad 5

La vida de los habitantes del Imperio era muy dura porque vivían en una región montañosa, difícil de cultivar, con temperaturas de mucho frío por la noche. Necesitaban para ellos y para sus animales buenos alimentos y protegerse de los vientos y de la nieve.

La gente estaba organizada en ayllus. Cada persona cuando nacía pertenecía a un ayllu que era un conjunto de familias que trabajaban juntas y se ayudaban mutuamente. El ayllu tenía una porción de tierra que trabajaba. Nadie podía vender una parte de esa tierra porque la propiedad era del ayllu. También era propiedad del ayllu el rebaño de llamas. Cada ayllu tenía un jefe que era asesorado por un consejo, formado generalmente por los ancianos del ayllu. Por encima de todos los ayllus estaba el Inca que era visto casi como un dios. En cada ayllu, las casas se construían entre todos y también los alimentos y las ropas se producían entre todos. Una tercera parte de lo que se producía debía ser entregado al Inca que lo usaba para cubrir las necesidades de la corte real y lo distribuía también entre los otros pobladores que por sequías por ejemplo, no habían tenido buenas cosechas, una tercera parte era para los sacerdotes y la tercera parte restante era para el ayllu. Los miembros del ayllu cooperaban entre ellos en todas sus actividades.

a) Hay un refrán que dice: “La unión hace la fuerza”. ¿Cuál era la ventaja para los miembros del ayllu de hacer sus trabajos de manera cooperativa?

actividad 6

Actualmente en muchas comunidades grupos de personas se unen para participar de distintas actividades con la finalidad de satisfacer necesidades propias y de su comunidad.

Averigüe qué emprendimientos comunitarios se desarrollan en su localidad. Con la información que consiga complete el cuadro.

Nombre del emprendimiento	Necesidades que satisfacen	Actividades que realizan

Las cooperativas

Una forma de organizarse para hacer cosas en común son las *cooperativas*. Una cooperativa es una asociación de personas que se unen voluntariamente para resolver de manera conjunta alguno de sus problemas. En una cooperativa las propiedades son de todos los socios y las autoridades también son elegidas por todos.

La palabra *cooperar* está formada por un prefijo *co* que quiere decir “con”, “en conjunto con” y una raíz “operar”, que quiere decir “hacer, obrar”.

Cooperar quiere decir “hacer juntos”, “hacer con otras personas”.

actividad 7

- a) Dé ejemplos de otras palabras que están formadas por un prefijo y un verbo o un sustantivo.
- b) ¿Qué quiere decir “coordinar”? ¿Cómo está formada esta palabra?
- c) Haga una lista de prefijos y construya oraciones con palabras que tienen prefijos.

actividad 8

- a) Usted debe conocer alguna o algunas cooperativas que funcionan en su comunidad.

Para describir cada una de las cooperativas que conoce complete la siguiente ficha.

Nombre de la cooperativa: Localidad en la que está ubicada: Municipio: Provincia: Necesidades que la cooperativa se propone resolver: Promotores (quiénes la crearon):

- b) Si usted es socio de alguna cooperativa, describa brevemente su experiencia.

¿Cómo y dónde se inició el movimiento cooperativo?

La creación de cooperativas comenzó en Inglaterra en la ciudad de Rochdale en el año 1844, con la creación de una cooperativa que se llamó “Sociedad de los Probos Pioneros de Rochdale”. Si bien no era la primera cooperativa creada en el mundo, por su importancia, su organización y su forma de trabajo se la considera como la iniciadora del movimiento cooperativo mundial.

Cooperativa “Sociedad de los Probos Pioneros de Rochdale”

Esta cooperativa fue creada por un grupo de personas que, debido a los problemas económicos que estaban atravesando en la ciudad, pensaron en organizarse para poder obtener los productos básicos que necesitaban para vivir y mantener a sus familias.

Estos cooperadores eran 28 tejedores, entre ellos una mujer, que a través de la creación de un almacén cooperativo pudieron cubrir sus necesidades más importantes. Primero cada uno de ellos tuvo que ahorrar una pequeña suma de dinero y después con el aporte de todos fundaron la sociedad De los Probos Pioneros de Rochdale el 21 de diciembre de 1844.

Los comerciantes que tenían negocios en la ciudad y otros ciudadanos pensaban que iban a fracasar pero el pequeño almacén fue creciendo y se fueron sumando personas de otras ciudades cercanas. Desde entonces la creación de cooperativas se expandió por toda Europa y hoy el cooperativismo es conocido en todo el mundo.

Los tejedores de Rochdale no imaginaban que ese almacén sería el origen del movimiento cooperativista y que las normas que tenían para el funcionamiento de la cooperativa se convertirían, más tarde, en los principios del cooperativismo en todo el mundo.

Rodríguez Pérez, José, *Cooperativismo para jóvenes*.
Buenos Aires, Lazos Cooperativos, 2001

¿Qué es una cooperativa?

Una cooperativa es una *asociación autónoma de personas* que *se unen voluntariamente* para *satisfacer sus necesidades* comunes y aspiraciones económicas, sociales y culturales por medio de una *empresa de propiedad conjunta, democráticamente gobernada*.

¿Por qué es 'autónoma'?

Porque una cooperativa es una organización independiente del gobierno y de las empresas privadas. Una cooperativa puede obtener ayuda o ayudar a otras organizaciones pero siempre debe trabajar para mantener los objetivos para los que fue creada.

¿Qué significa que 'las personas se unen voluntariamente'?

Significa que nunca debe ser algo obligatorio formar parte de una cooperativa. Las personas son libres de participar en una cooperativa y también son libres para abandonarla cuando lo deseen.

¿Qué significa que 'se unen para satisfacer sus necesidades'?

Significa que son los propios asociados quienes organizan las cooperativas de acuerdo con sus necesidades. Las necesidades pueden ser económicas, sociales y culturales, pero el objetivo central de la cooperativa debe ser trabajar para satisfacer esas necesidades que todos acordaron satisfacer.

¿Por qué es 'una empresa de propiedad conjunta'?

Porque todas las propiedades de la cooperativa y lo que producen pertenecen al conjunto de sus asociados.

¿Qué significa que es democráticamente organizada?

Que todos los hombres y las mujeres asociados a una cooperativa tiene derecho a participar activamente en todas las decisiones que se deban tomar.

actividad 9

a) Elija una cooperativa que funcione en su comunidad y trate de hacerle una entrevista a alguna persona que trabaje allí para obtener información sobre cómo funciona.

Las entrevistas son importantes para obtener información y sirven también para aprender más acerca de un problema o tema que se quiere conocer.

Existen diferentes formas de hacer una entrevista. Aquí le damos algunas sugerencias para que pueda organizarla mejor.

1. Averigüe primero en la cooperativa quién puede atenderlo y trate de hacer una cita para que la persona sepa que usted va a concurrir.

2. Antes de la entrevista, haga una lista de cuatro o cinco preguntas que usted crea importantes para conocer sobre el funcionamiento de la cooperativa. Puede utilizar una planilla como la siguiente.

Entrevista: Cooperativa
Nombre del entrevistado:
Puesto de trabajo en la cooperativa:
Teléfono:
Nombre del entrevistador: (<i>el suyo</i>)
Preguntas:
1.....
2.....
3.....
4.....

Lleve suficiente papel para anotar las respuestas. Siempre hay que tomar notas, seguramente, durante la entrevista surgirán otras preguntas y es preciso registrar todo. Si puede, y el entrevistado lo autoriza, también puede grabar la entrevista.

3. Si la persona está conversando y usted nota que no contesta sus preguntas déjelo, pero vuelva luego a las preguntas que quería hacerle para ver si puede obtener la información que buscaba. Recuerde que usted está allí para aprender.

4. Llegue a la entrevista con tiempo y todo lo que necesita (papel, lápiz, grabador, etc.)

5. Pregúntele a la persona dónde aprendió esa información. Es una buena manera de controlar la seguridad de lo que está diciendo y pregúntele, también, dónde podría encontrar más información.

6. Si la persona habla demasiado rápido, pídale cortésmente que repita lo que dijo.

7. Si la persona le parece interesante, puede invitarla para que hable en su clase. Acuerde la cita con un calendario a la vista, de modo que quede establecido claramente un compromiso.

8. Agradezca a la persona por haberle brindado su tiempo. También puede mandarle una nota de agradecimiento en su nombre y el de su escuela, no sólo porque sería correcto sino porque esa persona estará dispuesta a ayudarlo en otra oportunidad.

b) Elabore un informe escrito sobre lo que averiguó en la entrevista. Cómo mínimo, incluya información sobre:

¿Cómo se llama la cooperativa?

¿Cuánto tiempo hace que funciona?

¿A qué actividades se dedica?

¿Qué beneficios tiene para sus asociados?

c) Intercambie la información con todos sus compañeros y comenten entre todos sus impresiones personales.

Tipos de cooperativas

Las primeras cooperativas que se crearon, como la de Rochdale, tenían como objetivo atender las necesidades de consumo de sus asociados. A lo largo de la historia de las cooperativas se fueron creando también otras nuevas clases de cooperativas que permitieron atender diferentes necesidades de las personas.

Hoy existen cooperativas para casi todas las actividades económicas que realizan las personas. Por ejemplo:

Consumo: estas cooperativas también son llamadas de consumidores y se ocupan de que sus asociados obtengan mejores precios para la compra de alimentos, ropas, medicamentos y otros artículos.

Agropecuarias: son creadas por pequeños y medianos productores rurales que, a veces, comparten la propiedad de la maquinaria agrícola y esperan a través de la cooperativa poder obtener mejores precios para sus productos y perfeccionar sus procesos de producción.

Crédito: el objetivo básico de estas cooperativas es permitir, a partir del ahorro colectivo, el acceso a créditos personales con intereses y costos de servicios considerablemente más bajos que los de los bancos comerciales.

Energía o comunicaciones: estas cooperativas prestan servicios de electricidad y telefonía generalmente en localidades aisladas, zonas rurales y ciudades medianas y pequeñas.

Trabajo: son cooperativas creadas por grupos de profesionales, técnicos, artistas, artesanos o trabajadores en general que prestan servicios a otras personas en áreas como salud, transporte, trabajadores rurales, etc.

Producción: son cooperativas que se dedican a la producción de una clase o diferentes bienes o mercaderías y en las cuales todos los medios de producción empleados, herramientas, maquinarias, etc., pertenecen al conjunto de los asociados.

Viviendas: el objetivo de estas cooperativas es la construcción de viviendas para sus asociados a precios accesibles y de buena calidad.

actividad 10

a) Lea los ejemplos que aquí se presentan y trate de identificar a qué tipo de cooperativa corresponde cada uno de ellos.

ejemplo 1

Ramos Mejía
Mis ladrillos

En una esquina de Ramos Mejía, en el barrio Villa Rebas, ocho trabajadores llegan cada mañana desde González Catán, bien temprano, para avanzar en la construcción de dos viviendas. Hasta que cae el Sol, en un clima de camaradería, en el que no faltan los mates para acompañar el trabajo, se los ve ir y venir, herramientas en mano, dando forma a dos viviendas, que seguramente serán las más lindas de este barrio de calles tranquilas. Allí se lee el cartel que identifica la obra: Cooperativa Diuil e Instituto Movilizador de Fondos Cooperativos. Comprenderá entonces que esos ocho hombres no solo construyen dos viviendas, con planta baja y alta, dos dormitorios, baño, cocina, comedor, patio, terraza y cochera sino que, además, construyen su propia herramienta de trabajo, la cooperativa, y predicán con su accionar cotidiano la existencia de otra forma de gestión empresarial, colectiva y solidaria.

Estos trabajadores estaban desocupados, como tanto miles de argentinos. En las agrupaciones barriales, en los cortes de rutas, en los piquetes surgió la idea de agruparse para generar un espacio de trabajo. Al ser en su mayoría albañiles, la construcción cayó de madura como centro de la cooperativa. El Instituto aportó un crédito inicial, que sirvió para comprar el terreno, pagar los materiales y la mano de obra necesaria para la construcción. La cooperativa venderá las viviendas y con ese dinero devolverá el crédito. Con la diferencia entre el costo y la venta, piensa generar un nuevo proyecto y seguir trabajando.

“En defensa del cooperativismo y el país”,
en *Acción* N° 857, marzo-abril 2001.

ejemplo 2

Cooperativa el Progreso

Creada en el año 1947 por obreros de la empresa Rigolleau, genera productos de vidrio de primera calidad y de forma artesanal (copas, trofeos, artefactos de iluminación). La calidad de sus productos es reconocida internacionalmente. Son muchas las cooperativas argentinas que están consumiendo los productos del Progreso. Utilizan la técnica del “vidrio soplado” como en la Granja de Segovia, España. Nunca han recibido subsidio por parte del Estado, cuando en otros países, para cuidar la tecnología artesanal se subsidia esta actividad.

Rodríguez Pérez, José, *Cooperativismo para jóvenes*.
Buenos Aires, Lazos Cooperativos, 2001.

ejemplo 3

La Banquina Chica

Se creó en Mar del Plata en el año 1988 para mejorar la situación de explotación que sufrían los obreros estibadores por empresas no cooperativas. Se dedican a la estiba de pescado en el puerto. Tiene cerca de 30 asociados. Ninguno de los socios fundadores tenía la escuela secundaria terminada pero pudieron hacerse cargo de la conducción de la empresa cooperativa. Mejoraron las retribuciones, la capacitación profesional y el nivel de vida de sus asociados. Enfrentan como todos los trabajadores del sector de pesca fuertes dificultades pero trabajan mucho en capacitación y educación cooperativa como medio de salir adelante y desarrollarse.

Rodríguez Pérez, José, *Cooperativismo para jóvenes*.

Buenos Aires, Lazos Cooperativos, 2001.

ejemplo 4

Banco Credicoop

Se creó en 1980 sobre la base de las Cajas Cooperativas reunidas en el Instituto Movilizador de Fondos Cooperativos. Cuenta con más de 200 sucursales y se halla en expansión. Patrocina emprendimientos cooperativos como tarjeta CABAL, apoya a PyMES, profesionales, artesanos, etc., con sus servicios. Para la gente humilde que habitualmente no tienen relaciones con los bancos está impulsando la recreación de las cajas de crédito. Es uno de los puntales del cooperativismo argentino.

Rodríguez Pérez, José, *Cooperativismo para jóvenes*.

Buenos Aires, Lazos Cooperativos, 2001

b) Organice con todo el grupo de su clase todos los materiales informativos y los informes de las entrevistas que realizaron a diferentes cooperativas de acuerdo con los tipos de cooperativas que estudió. Elaboren en grupo un informe sobre las cooperativas de la localidad.

2

Principios, valores y organización de las cooperativas

Los principios cooperativos

Como usted ve, existen cooperativas que se crean en diferentes medios: urbano y rural. También se ocupan de diferentes actividades para satisfacer las necesidades de sus asociados, pero existen una serie de principios a los que todas las cooperativas del mundo adhieren y son los que permiten diferenciar a una cooperativa de otro tipo de empresas públicas y privadas.

Los principios cooperativos son una guía para la acción de las cooperativas. Si bien con el tiempo se han ido ampliando y modificando, algunos de ellos ya se encontraban hace 160 años en el estatuto de la Cooperativa de Rochedale, como por ejemplo, el control democrático, la adhesión voluntaria y la educación y capacitación para los asociados.

Hoy se consideran como principios del Cooperativismo los aprobados por la Alianza Cooperativa Internacional, en la ciudad de Manchester el 23 de septiembre de 1995.

Primer principio: adhesión abierta y voluntaria

Las cooperativas son organizaciones voluntarias, abiertas para todas aquellas personas dispuestas a utilizar sus servicios y dispuestas a aceptar las responsabilidades que conlleva la condición de socios, sin discriminación de género, raza, clase social, posición política o religiosa.

Segundo principio: control democrático de los socios

Las cooperativas son organizaciones democráticas controladas por sus socios, quienes participan activamente en la definición de las políticas y en la toma de decisiones. Los hombres y mujeres elegidos para representar a su cooperativa, responden ante los socios. En las cooperativas de base, los socios tienen igual derecho de voto (un socio, un voto).

Tercer principio: participación económica de los socios

Los socios contribuyen de manera equitativa y controlan de manera democrática el capital de la cooperativa. Usualmente reciben una compensación limitada, si es que la hay, sobre el capital que aportaron como condición de socio. Los socios asignan excedentes para alguno o todos los siguientes propósitos: el desarrollo de la cooperativa, los beneficios para los socios y el apoyo a otras actividades, según lo aprueben los socios.

Cuarto principio: autonomía e independencia

Las cooperativas son organizaciones autónomas de ayuda mutua controladas por sus socios. Si entran en acuerdos con otras organizaciones (incluyendo gobiernos) o tienen capital de fuentes externas, deben asegurar el control democrático por parte de sus socios y mantener la autonomía de la cooperativa.

Quinto principio: educación, entrenamiento e información

Las cooperativas brindan educación y entrenamiento a sus socios, a sus dirigentes electos, gerentes y empleados, de tal forma que contribuyan al desarrollo de sus cooperativas. Las cooperativas

informan al público en general, particularmente a los jóvenes, acerca de los beneficios del cooperativismo.

Sexto principio: cooperación entre cooperativas

Las cooperativas para ser más eficaces y fortalecer el movimiento cooperativo, trabajan de manera conjunta por medio de estructuras locales, nacionales, regionales e internacionales.

Séptimo principio: compromiso con la comunidad

La cooperativa trabaja para el desarrollo y beneficio de su comunidad por medio de las políticas que deciden sus socios.

actividad 11

Vuelva a revisar con su grupo de compañeros las entrevistas que realizaron a las cooperativas de la localidad y traten de identificar algunos de estos principios en las respuestas que les dieron los entrevistados.

Los valores del cooperativismo

A través de los principios cooperativos las cooperativas ponen en práctica sus valores.

Todas las personas se orientan positivamente hacia algunas cosas (objetos, plantas, animales, personas, tareas) y rechazan otras. Algunas les son indiferentes. Otras les interesan muchísimo. En todo lo que las personas hacen en su vida cotidiana tienen preferencias, dan valor, a algunas cosas por sobre otras. Las cosas que prefieren tienen para ellas más valor que las que no les interesan o las que rechazan.

Las preferencias son personales pero están influidas muy fuertemente por las culturas en las que hemos sido educados.

Las diferentes culturas que han existido en el transcurso de la historia de la humanidad y en los distintos lugares de la tierra se caracterizan por sostener algunos valores y por rechazar otros. Las culturas se desarrollan en espacios determinados y perduran y cambian a lo largo del tiempo. En el marco de cada una de las culturas perduran y también cambian los valores.

Los valores se aprenden a través de la educación social en general. En las escuelas también se enseñan aunque no siempre se enseñan y se aprenden de manera realmente consciente.

En las diferentes situaciones de la vida cotidiana hay siempre valores que están en juego. Muchas veces hay que reflexionar cuidadosamente para advertir cuáles son y determinar cuál es la mejor acción que se puede y se debe realizar. En sociedades como la nuestra no existe un único sistema de valores sino que pueden hallarse diversos sistemas de valores entre los cuales es necesario saber elegir.

Los valores que sostienen las cooperativas también son fruto de preferencias. Se eligieron unos valores en lugar de elegir otros distintos. Por esta razón las cooperativas también se ocupan de la educación de sus miembros y de los jóvenes y niños para difundir sus valores.

Las cooperativas se basan en los siguientes valores

Ayuda mutua / Responsabilidad / Democracia / Igualdad / Equidad / Solidaridad

Siguiendo la tradición de sus fundadores, sus miembros creen en los siguientes valores éticos:
Honestidad / Transparencia / Responsabilidad social / Preocupación por los demás

actividad 12

a) ¿Cuáles son los valores que *no* eligieron las cooperativas?

b) Lea las dos situaciones que se presentan y luego discútalas con todo el grupo de su clase.

situación 1

Es viernes por la noche y un grupo de jóvenes decidió realizar un baile en el salón de un club. La música, a todo volumen, terminó por enojar a los adultos que no podían dormir con tanto barullo.

Los adultos: protestan y les recriminan a los jóvenes porque mañana tienen que madrugar para ir a trabajar y con tanto ruido es imposible dormir.

Los jóvenes les dicen a los adultos que ellos mañana también tienen que ir a trabajar, pero que es viernes y quieren divertirse.

Los jóvenes y los adultos tienen algunos intereses o actividades en común, por ejemplo, todos trabajan. Pero también tienen otros intereses que son diferentes; los adultos por la noche quieren descansar y los jóvenes quieren divertirse.

c) ¿Cuál de los grupos tiene razón?

d) ¿Cómo se pueden conciliar los diferentes intereses de cada grupo?

situación 2

En una zona de chacras de la provincia, los chacareros, propietarios y arrendatarios, tienen dificultades para comprar la maquinaria agrícola y las semillas que necesitan para iniciar el cultivo de la soja que prometía darles la ganancia que necesitan para vivir. Ninguno de ellos tiene suficiente dinero para comprar las máquinas y las semillas. El banco no les da suficiente crédito a cada uno para que puedan hacer la compra.

e) ¿Cómo podrían solucionarlo? Probablemente, con la creación de una cooperativa. Para reflexionar:

-¿Cómo harían para comprar la maquinaria y las semillas?

-¿Quiénes serían los propietarios de las máquinas?

-¿Cómo se podría decidir la distribución de las máquinas en la época en que en todos los campos hay que arar, sembrar y cosechar?

-¿De quién sería la cosecha?

-¿Quiénes pueden ser asociados de la cooperativa: los propietarios y los arrendatarios o solamente los propietarios?

actividad 13

Lea el siguiente artículo donde se cuenta la historia de la Cooperativa Obrera de Bahía Blanca. Identifique y subraye en el texto los principios y valores del movimiento cooperativo. Luego, compare y discuta su trabajo con el de sus compañeros.

Cooperativa Obrera de Bahía Blanca

Un poco de historia

Los industriales panaderos bahienses se habían puesto de acuerdo para vender el pan a 0,50 centavos el kilo. Por ese entonces, el pan era un alimento muy importante en la mesa de las familias de todos los trabajadores. Este abuso de los industriales generó la protesta de muchos sectores de la población.

Un inmigrante italiano, don Juan Apella, capataz de ferrocarril, con la ayuda de su yerno, Víctor Marona, un joven albañil de 23 años, comenzó a pensar en la necesidad de construir una cooperativa para producir y vender pan a un precio más accesible para la población. Con mucho esfuerzo y entusiasmando a sus compañeros de trabajo logró reunir 173 voluntarios que el 31 de octubre de 1920 decidieron crear una cooperativa panadera. Después de dar los primeros pasos, con bastantes dificultades, la panificadora construida por la Cooperativa Obrera, producía sus primeros kilos de pan, el 1 de mayo de 1922, demostrando que se podían vender a 0,23 centavos el kilo. Su conducta empresaria intachable y la buena comunicación que mantenía con la población les permitieron ir creciendo. Años más tarde, luego de apelar al ahorro de sus asociados, decidieron ampliar los servicios y crearon una sección de almacén inaugurada el 1 de mayo de 1932.

En poco tiempo el almacén se convirtió en su actividad más importante y en 1936 incorporó como sucursal N° 1 a la Cooperativa de Consumidores de Ingeniero White. A partir de la década de 1940 se lanzó a abrir nuevas sucursales en varios barrios de Bahía Blanca y localidades vecinas.

En los años 50 se integraron con otra cooperativa de consumo bahiense, La Ferroviaria, y juntos lograron instalar el primer supermercado autoservicio del sur argentino. El notable éxito de esta iniciativa sirvió de estímulo para que la Cooperativa pensara en un Plan de Desarrollo que consistió en abrir nuevas sucursales ubicadas en distintos sectores de la ciudad, adquiriendo, como primer paso las tierras, para construir luego los hipermercados.

La Cooperativa fue creciendo y cuenta actualmente con 47 sucursales, 24 en Bahía Blanca y las otras 23 distribuidas en una región que alcanza, en algunos casos, a más de 300 kilómetros. Como en tantos lugares del país, esta cooperativa compite en el mercado de la zona con grandes empresas como Wall Mart y Disco, pero por ahora la batalla la va ganando la cooperativa.

Este éxito no se debe sólo a factores económicos sino a todas las acciones que realiza la cooperativa. Desde el inicio se preocuparon por mantener buenos canales de comunicación con sus asociados. En 1923 comenzó a editarse el periódico "La cooperación" y continuó con distintos nombres hasta hace 25 años cuando apareció la revista "Familia Cooperativa" que distribuye mensualmente 50.000 ejemplares. También utilizan como medio de difusión dos emisoras de radio privadas que funcionan en Bahía Blanca donde emiten todos los días del año información relacionada con las actividades de la cooperativa y de otros movimientos cooperativos.

Crearon, también, un Círculo de Consumidores, donde cada mes unos 1.500 asociados se reúnen solidariamente para ofrecer críticas y sugerencias, enterarse de los proyectos que se desarrollan y para participar de diferentes actividades que ellos mismos programan para capacitarse como consumidores y crecer como seres humanos.

Aportar al desarrollo cultural de la región es muy importante para esta cooperativa. Es la institución privada con mayor actividad y toda su programación es gratuita. Además, brinda colaboración económica a más de 700 establecimientos educativos y entidades de bien público.

Masón, Rubén. Adaptación de la conferencia
"Experiencia Argentina en cooperativas de consumo", IAIES, 1999.

Integración de cooperativas

Como usted leyó en el sexto principio cooperativo, para ser más eficientes las cooperativas deben cooperar entre sí. De este modo podrán fortalecer el movimiento cooperativo, creando estructuras locales, nacionales, regionales e internacionales.

Las formas que utilizan las cooperativas que quieren realizar tareas conjuntas son muy variadas. La más sencilla es la de agruparse en *federaciones*.

En general, las federaciones se forman de dos maneras:

1. por zona geográfica: donde se unen todas las cooperativas que funcionan en una provincia, por ejemplo Federación de Cooperativas de la provincia de Buenos Aires.
2. por tipo o ramo de actividad: donde se intenta reunir a todas las cooperativas que en el país se dedican a una misma actividad. Por ejemplo, la Federación Argentina de Cooperativas Apícolas o la Federación Argentina de Cooperativas de Consumo.

A su vez, estas federaciones se suelen nuclear en *asociaciones* a escala nacional, regional o mundial. Estas asociaciones tienen como función representar y promover el cooperativismo en el mundo. En la Argentina las más conocidas son la Federación de Cooperativas Agrarias (Coninagro) que se creó en 1956 y la Federación de Cooperativas Urbanas (Cooperar) creada en el año 1962.

La mayoría de las organizaciones cooperativas del mundo están asociadas a la Alianza Cooperativa Internacional (ACI). Es el organismo mundial que une, representa y sirve a las cooperativas en todo el mundo. La ACI se constituyó en el año 1895 en Londres. En 1946 fue la primera organización no gubernamental a la que las Naciones Unidas acordó estatuto consultivo.

La Alianza tiene como objetivos:

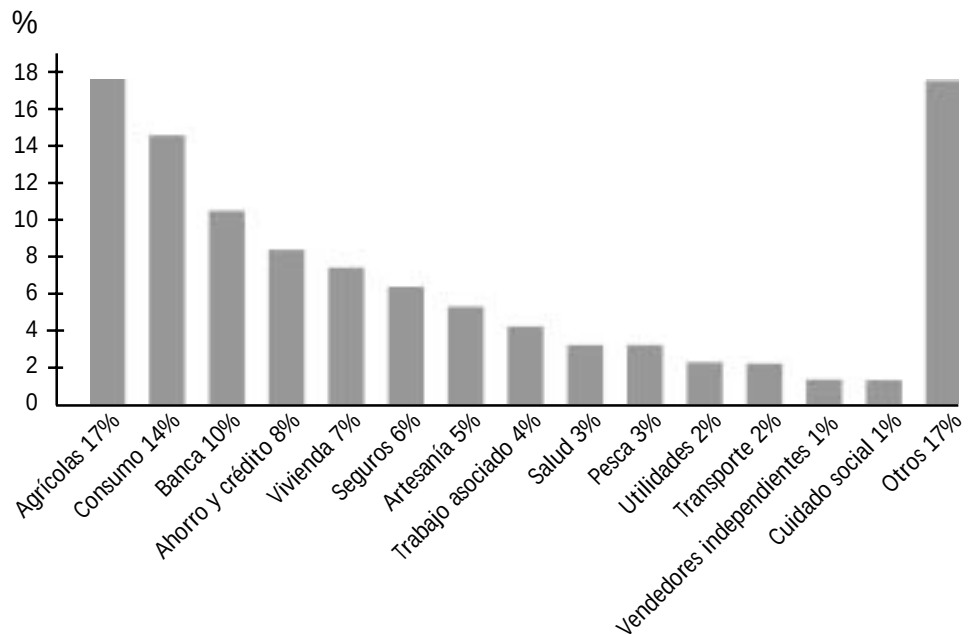
- Promover y fortalecer las cooperativas autónomas en el mundo.
- Promover y salvaguardar los valores y principios cooperativos.
- Facilitar el desarrollo de las relaciones económicas y otras de beneficio mutuo entre sus organizaciones miembros.
- Fomentar el progreso económico y social de los miembros y sus comunidades.

En la actualidad la Alianza Cooperativa Internacional representa a más de 700 millones de miembros individuales organizados en cientos de miles de cooperativas en los 95 países miembros de la ACI. Sus miembros son organizaciones cooperativas de todos los sectores de actividad tales como agrícola, banca, energía, industria, seguros, pesca, vivienda, turismo, transporte, consumo, forestal y trabajo asociado.

actividad 14

Observe los siguientes gráficos y luego responda las preguntas.
Para el año 2000, la ACI registró los siguientes porcentajes de acuerdo con los diferentes sectores:

a) ¿Cuáles son los cuatro sectores de la actividad en los que hay más cooperativas?



b) ¿Cuáles son los cuatro sectores de la actividad en los que hay menos cooperativas?
¿Por qué cree que son los sectores donde las cooperativas son más numerosas?

c) ¿Cuáles pueden ser las causas por las que hay un número importante de cooperativas de artesanos?

d) ¿Cuáles le parece que pueden ser las causas por las que hay más cooperativas en el sector agrícola que en otras ramas?

e) ¿Por qué hay tantas cooperativas en el sector de la pesca?

La proporción de cooperativas existentes por región para ese mismo año mostraba la siguiente distribución:



- ¿En qué región hay más cooperativas?
- ¿En qué región hay menos cooperativas?
- ¿Qué porcentaje le corresponde a América?
- Sumando las cooperativas que hay en África y en América, ¿se supera el número de cooperativas que hay en el resto del mundo?

La recuperación de fuentes de trabajo

Desde hace ya varios años el país está sufriendo una serie de cambios sociales y económicos importantes que tienen como efecto la disminución de la población que participa en diversos sectores de la economía y el trabajo. Estos cambios trajeron como consecuencia el cierre de fuentes de trabajo en el sector industrial y, por lo tanto, altos índices de desocupación y subocupación.

Subocupación

Esta es otra palabra que tiene un prefijo y una raíz

¿Cuál es el prefijo?

¿Cuál es la raíz?

¿Qué quiere decir el prefijo “sub”? ¿Qué quiere decir “subocupación”?

En general, el sector industrial se caracterizó por utilizar mucha mano de obra. La privatización y el cierre de algunas de estas industrias provocó que miles de trabajadores, con experiencia en el trabajo y cultura obrera, fueran expulsados del mercado laboral.

Ante esta situación se observa que cada vez con más frecuencia los trabajadores, ayudados en algunos casos por los gremios y funcionarios de diferentes sectores del gobierno, deciden continuar las actividades mediante la creación de cooperativas autogestionadas por los propios trabajadores.

actividad 15

Lea los dos ejemplos que se presentan de cooperativas manejadas por los obreros. Luego conteste las preguntas.

Cooperativa Yaguané

Cuando hace algo más de cuatro años se escuchaba el nombre del frigorífico Yaguané, lamentablemente era porque aproximadamente 500 trabajadores estaban a punto de perder su trabajo. Hoy el frigorífico está en manos de los obreros los cuales formaron una cooperativa para salvar sus trabajos y el frigorífico es uno de los mayores de la Argentina.

A mediados de 1996 la empresa amenazó a los 526 trabajadores con cerrar si no se aceptaba la decisión de despedir a 250 trabajadores debido a las deudas que tenían. Como respuesta los trabajadores tomaron el frigorífico y con el apoyo de la Municipalidad de la Matanza y la Federación de la Carne, plantearon una opción para la recuperación de la empresa, la formación de una cooperativa de trabajo.

Las dificultades que debieron afrontar los trabajadores fueron muchas, meses de inactividad, clausuras, embargos, entre otras. Sin embargo, hoy la Cooperativa de Trabajo Frigorífico Yaguané Limitada, logró reinstalar el servicio de faena para terceros como uno de los mejores del país.

Las razones del éxito fueron varias, la principal fue que los trabajadores no se dieron por vencidos, pero también que contaron con el apoyo de funcionarios y dirigentes que colaboraron con ellos.

En medio de la profunda crisis que vive el país la cooperativa logró mantener el promedio de 4.500 cabezas semanales de faena, representando esto un retorno mensual de \$500 por asociado, cobertura de servicio de comedor, transporte, obra social y aportes jubilatorios al día.

Además de la recuperación de la empresa la Cooperativa inició otras actividades sociales y culturales, como la fundación del Centro Cultural y Biblioteca Popular “Trabajadores

del Yaguané”, donde se dictan cursos gratuitos y se brinda apoyo escolar para toda la comunidad, acompañado de desayuno y merienda. También colaboran con entidades benéficas que atienden comedores sociales.

“Cooperativa de trabajo”, en *Imagen cooperativa y mutual*,
COGTAL. Año 1 Número 1, febrero 2001.

a) Subraye la información fundamental que pueda ser útil para explicarle a una persona que no haya leído el texto qué es la Cooperativa Yaguané.

b) Elabore un informe para entregar a su docente. Para organizar la información, tenga en cuenta lo que subrayó en el texto.

Cooperativa Industrial Argentina Metalúrgica (CIAM)

Esta cooperativa se especializa en la producción y elaboración de productos relacionados con la industria metalúrgica en general y en especial de electrodomésticos. En el año 1995 la empresa Aurora Grundig que contaba con 650 empleados estaba fuertemente endeudada y se declaró en cesación de pagos. Alrededor de 400 trabajadores tomaron la fábrica y luego de un año y medio de ocupación se tomó la decisión de constituir una cooperativa de trabajo.

Los ex empleados que participaron de la asamblea constitutiva, 260 asociados, decidieron aportar colectivamente el 60% del subsidio de desempleo, algo así como \$600.000 en total. Esta suma se integró como capital inicial.

La cooperativa estableció un acuerdo con los dueños de la empresa para alquilar la fábrica y utilizar la marca SIAM (muy prestigiosa y reconocida en el mercado de heladeras) durante 5 años a cambio del 5% de la facturación.

Si bien CIAM es una organización cooperativa de reciente creación (1996) por la cantidad de miembros es la mayor en la actividad industrial dentro de las cooperativas de trabajo. Los temas de mayor importancia para el funcionamiento de la cooperativa se discuten y aprueban en las reuniones del Consejo de Administración que está formado por un presidente, un secretario, un tesorero y dos vocales suplentes.

Uno de los mayores esfuerzos de la cooperativa fue atender a capacitación y entrenamiento de sus asociados en temas como el funcionamiento de una cooperativa, normas legales vigentes, reglamentaciones específicas, etc. En los cursos participan todos los miembros de la cooperativa en grupos de 20 asociados. Los cursos se dictan semanalmente en la fábrica, por docentes del Instituto Provincial de Acción Cooperativa de la provincia de Buenos Aires.

M.Vuotto y M. Acosta, Adaptación de la ponencia “Cooperativa Industrial Argentina Metalúrgica (CIAM)”, IV Simposio de Análisis Organizacional, 1999.

La cooperativa se llama CIAM. ¿Por qué se llama así?

Porque es una palabra formada con las iniciales de las palabras que forman el nombre completo de la cooperativa.

Las palabras que se forman de esta manera se llaman *siglas*.

Cuando hablamos o en los diarios, encontramos que se usan muchas siglas.

Dé ejemplos de siglas que se usan para denominar organismos del estado y empresas.

¿Cómo se formó cada una de esas siglas? ¿De qué palabras se tomaron las iniciales?

c) Elabore por escrito una descripción de la Cooperativa CIAM. Tenga en cuenta:

- ¿de qué tipo de cooperativa se trata?
- ¿cuándo se creó?
- ¿quiénes participaron de la creación de la cooperativa?
- ¿de quién o quienes recibieron ayuda?
- ¿qué problemas debieron enfrentar?
- ¿cuáles son las principales actividades que realizan?

Las organización de las cooperativas

Las cooperativas, para poder funcionar y garantizar la participación democrática de todos sus asociados, deben organizarse y establecer reglas claras que sean conocidas y aceptadas por todos.

Estas reglas son establecidas por los propios asociados pero existen, también, algunas reglas que todas las cooperativas deben cumplir para poder ser reconocidas por el Estado.

En la Argentina se promulgó en el año 1973 la Ley General de Cooperativas 20.337. Esta ley abarca a todas las cooperativas que desarrollan sus actividades en el territorio nacional.

Los aspectos más importantes que trata la ley son los siguientes:

-define que una cooperativa es una entidad que se basa sobre la ayuda solidaria y el esfuerzo de sus asociados para brindar diferentes tipos de servicios y debe reunir determinadas características:

Las cooperativas, por ejemplo:

- tienen capital variable y duración ilimitada. Si bien pueden disolverse, no tienen límite de duración.
- tienen como mínimo 10 asociados (6 en algunos casos) y no tienen límite máximo
- cada asociado tiene un voto en la asamblea sin importar su antigüedad como miembro de la cooperativa
- no tienen preferencia los primeros asociados o los fundadores
- no pueden hacer discriminaciones por razones de raza, religión, sexo, política, etc.
- deben fomentar la educación y la integración cooperativa
- los asociados deben aportar el capital que se comprometieron a integrar.

-Cada cooperativa debe elaborar un estatuto que le permita regular su funcionamiento.

-Cualquier persona puede asociarse a una cooperativa a partir de los 18 años de edad.

En la ley también se establece cuáles son los órganos que deberán funcionar en la cooperativa:

• La Asamblea de la cooperativa

Es el órgano máximo de la cooperativa. La Asamblea para poder funcionar debe ser convocada por el Consejo de Administración. Las funciones más importantes son:

- decidir la creación o constitución de la cooperativa y su disolución;
- elegir los miembros del Consejo de Administración y a los síndicos;
- aprobar o modificar el estatuto y todos los reglamentos de funcionamiento interno.

• El Consejo de Administración

Es el órgano de conducción y administración de la cooperativa. Los miembros del Consejo son elegidos por la Asamblea entre sus asociados. Debe tener por lo menos tres integrantes que duran en sus cargos un máximo de tres años y pueden ser reelegidos.

El Consejo tiene amplias atribuciones y puede resolver todos los temas de la cooperativa que no estén adjudicados a la Asamblea. Entre sus funciones más importantes están:

- abrir cuentas en los bancos
- contratar personal
- designar gerentes
- aplicar sanciones a los empleados
- fijar sueldos

Este Consejo debe reunirse por lo menos una vez al mes y anualmente debe presentar en la Asamblea ordinaria un informe llamado Memoria donde se explique claramente qué acciones se realizaron durante el año y todo aquello que resulte de interés para los asociados.

- **La sindicatura**

La sindicatura es el órgano que se encarga de controlar todas las tareas que se llevan a cabo en la cooperativa.

Su función principal es:

- cuidar de los intereses de todos los asociados
- controlar la actuación del Consejo de Administración para que cumpla con el estatuto, las leyes y los reglamentos.

El síndico debe estar asociado a la cooperativa y es elegido por la Asamblea por un período de tres años. Anualmente deberá presentar un informe sobre la marcha y situación de la institución.

- **Los asociados**

Los asociados son los dueños de las cooperativas. A aquellas personas que tuvieron la iniciativa de crear la cooperativa y participaron de la primera Asamblea se las llama *fundadores*. El Consejo de Administración es luego el encargado de aceptar nuevos asociados que tendrán los mismos derechos que los fundadores. Todos los asociados tienen derechos y obligaciones pero lo más importante es que participen activamente de todas las actividades de la cooperativa.

Algunos derechos:

- Votar y postularse para ser elegido
- Solicitar información y ser informado
- No ser discriminado por sexo, raza, religión, etc.
- Hacer sugerencias y peticiones
- Usar todos los servicios que preste la cooperativa
- Obtener los beneficios que procura la cooperativa

Algunas obligaciones:

- Cumplir con lo establecido en el Estatuto y en todos los reglamentos y leyes
- Aportar capital
- Respetar las decisiones de la Asamblea y el Consejo de Administración
- Defender los principios del cooperativismo

3

Actividad final

Para realizar esta actividad se deberá organizar con todo el grupo de sus compañeros y también podrán invitar a participar a alumnos de otros grupos del centro. Se trata de simular la creación de una cooperativa en la escuela. Para ello tendrá que utilizar todo lo que estudió hasta ahora sobre el movimiento cooperativo y las cooperativas.

Para organizar todas las acciones que son necesarias realizar para la creación de una cooperativa pueden seguir los pasos que aquí se proponen.

1) Actividades previas a la creación de la cooperativa

a) Diagnóstico para saber cuál sería la más adecuada: las cooperativas se crean para satisfacer las necesidades de sus asociados, por lo tanto, es preciso conocer cuáles son las necesidades que se podrían satisfacer creando una cooperativa en la escuela.

Para reunir la información que permita hacer un diagnóstico de las necesidades se pueden realizar diferentes actividades: Por ejemplo:

Encuestas a todas las personas de la escuela: trate de que no sean muy extensas, 5 o 6 preguntas. Como una vez que tengan todas las respuestas será preciso analizar toda la información, es mejor hacer preguntas concretas.

La información obtenida en la encuesta podrá organizarse en gráficos, tablas, cuadros.

También se puede reunir información revisando las entrevistas que realizaron a diferentes cooperativas, consultando con asociados a cooperativas o invitando a algún especialista sobre cooperativismo que pueda orientarlos en la decisión. Todas las cooperativas cuentan con personas que se dedican a informar y enseñar sobre temas cooperativos.

b) Todo el grupo deberá luego discutir los resultados del diagnóstico. Se puede invitar a los alumnos de otras clases y a otras personas de la escuela y tomar democráticamente la decisión de crearla y decidir el tipo de cooperativa que se requiere para cubrir las necesidades detectadas.

2) Actividades para prepara la convocatoria a la primera reunión

Una vez que se decidió la creación de la cooperativa deberán comenzar a preparar la convocatoria para la primera reunión.

Como son varias las actividades que se deben realizar se podrán formar comisiones provisorias de dos o tres personas para que cada una se ocupe de un tema:

a) Difusión: todos los miembros de la escuela deben estar informados sobre la creación de la cooperativa. Se podrán elaborar afiches, gacetillas y todos los medios que consideren necesarios. Tener en cuenta que la difusión debe hacerse con dos semanas de anticipación como mínimo. En las gacetillas o afiches, incluir suficiente información:

- Quién, qué, cuándo, dónde y porqué: enunciados breves y claros
- En el afiche trate de poner algún gancho que llame la atención de las personas a las que está convocando
- Trate de hacer la gacetilla a máquina o computadora, que no exceda una página

b) Suscripción de socios: seguramente algunos compañeros o docentes querrán formar parte de la cooperativa. Para asociarse cada persona deberá presentar una solicitud a la comisión provisoria. Tenga en cuenta que en la solicitud deben estar todos los datos personales de la persona y que sólo los asociados podrán luego votar en la Asamblea.

c) Difundir los principios cooperativos: todas las personas interesadas en participar en la cooperativa deben conocer estos principios. Se puede realizar un resumen de los principios considerando los aspectos más importantes y entregárselo a las personas que se asocian para que cuenten con esta información antes de la Asamblea.

d) Redacción del proyecto de estatuto: toda cooperativa para poder funcionar tiene que tener un estatuto que todos sus miembros deben conocer y respetar. Para realizar esta tarea se puede solicitar la colaboración del docente.

Como mínimo se deberá incluir en el estatuto la siguiente información:

Nombre de la cooperativa

Domicilio

Objeto, ramo o tipo

Objetivos de la cooperativa

Deberes y obligaciones de los asociados, consejeros y síndicos

Atribuciones y funcionamiento de la Asamblea

Fijar la cuota social

e) Llamar a la Asamblea para elegir el Consejo: todos los socios tienen derecho a saber qué temas se tratarán en esta reunión, por lo tanto en la convocatoria se debe incluir el orden del día o temario como el que sigue.

Orden del día:

1. Elección de presidente y secretario de la Asamblea

2. Informe de los promotores o iniciadores (explicar la finalidad de la creación)

3. Aprobación del estatuto

4. Integración de cuotas sociales

5. Elección de los miembros del Consejo

6. Nombrar los miembros titulares del Consejo de Administración y de la sindicatura.

7. Labrar el acta de la reunión.

4

Información adicional para los docentes

En la actualidad y dado el incremento de creación de cooperativas de diferente naturaleza, es bastante sencillo reunir información sobre diferentes aspectos vinculados con la creación y el funcionamiento de las cooperativas. En este apartado se incluyen algunos artículos que pueden resultar de interés para ampliar la información que se presenta en el módulo. Asimismo, se incluyen referencias de algunos organismos vinculados con el movimiento cooperativo que podrán consultarse para recabar información sobre aspectos no abordados en el material.

1. Orígenes del cooperativismo en el mundo

(Artículo extraído de *Cooperativas alrededor del mundo* - portal cooperativo)
<http://www.portalcooperativo.com/cooperativismo/coopmundo.htm>

La idea y la práctica de la cooperación aplicadas a la solución de problemas económicos aparecen en las primeras etapas de la civilización. Muy pronto los hombres se dan cuenta de la necesidad de unirse con el fin de obtener los bienes y servicios indispensables. Los historiadores del cooperativismo están de acuerdo en señalar como antecedentes del sistema cooperativo, entre otros los siguientes:

- Las organizaciones para la explotación de la tierra en común de los babilonios (Hans Muller)
- La colonia comunal mantenida por los Esenios en Ein Guedi, a las orillas del Mar Muerto
- Sociedades Funerarias y de seguros entre los griegos y los romanos.
- Los “ágapes” de los primeros cristianos como forma primitiva de las cooperativas (Lujo Brentano)
- Vida agraria entre los germanos (Otto Gierke)
- Organizaciones agrarias y de trabajo entre los pueblos eslavos: el Mir y el Artel entre los rusos, la Zadruga de los serbios.
- Organización del trabajo y de la producción en el Manoir medieval (De Brouckere)
- Agrupaciones de los campesinos para la transformación de la leche: “queserías” de los armenios y de los campesinos europeos de los Alpes, del Jura y del Saboya.
- Organizaciones para el cultivo de la tierra y el trabajo en las organizaciones precolombinas, principalmente entre los Incas y los Aztecas. También la Minga y el Convite.
- Las Reducciones de los jesuitas en el Paraguay
- Las Cajas de Comunidad en la época de la colonización española en América.
- Las colonias con el carácter religioso de los inmigrantes en Norte América

Es necesario reconocer también la influencia que tuvieron algunas publicaciones utopistas en el desarrollo del cooperativo, entre las cuales se pueden mencionar:

República de Platón (428-347 a. de C)

Utopía de Tomás Moro (1480-1535)

La nueva Atlántida de Francis Bacon (1561-1626)

El viaje a Icaria de Etienne Cabet (1788-1856)

En todas estas obras se puede observar un profundo deseo de organizar la sociedad en una forma más justa y fraternal, eliminando las diferencias de orden económico por medio de procedimientos de propiedad comunitaria y de trabajo colectivo.

Como punto de partida de una visión histórica de la cooperación, es preciso reconocer a los precursores de esta ideología, es decir, aquellas personas que a partir del siglo XVII, tanto en las ideas como en las obras, empiezan a precisar las características del sistema cooperativo. Entre los más notables de estos precursores se mencionan los siguientes: Peter Cornelius Plockboy quien publicó en 1659 el ensayo que comprendía su doctrina y John Bellers (1654-1725) quien en 1695 hizo una exposición de sus doctrinas en el trabajo titulado: “Proposiciones para la creación de una Asociación de trabajo de todas las industrias útiles y de la agricultura”; el médico William King (1786-1865), y el comerciante Michel Derrion (1802-1850), precursores del cooperativismo de consumo; Felipe Bauchez (1796-1865) y Luis Blanc (1812-1882), precursores del cooperativismo de producción.

En esta fase precursora del cooperativismo es necesario destacar de manera especial a dos destacados ideólogos: Roberto Owen (1771-1858) y Carlos Fourier (1772-1837). Owen el autodidacta, industrial afortunado desde muy joven, innovador en técnicas y sistemas sociales, en el furor de la revolución industrial, intentó llevar a la práctica sus ideas organizando las colonias de New Lanark, en su propio país Inglaterra y la de Nueva Armonía en Estados Unidos (Indiana); la bolsa de trabajo y las instituciones sindicales de alcance nacional. Fourier, francés, el de las concepciones geniales y ambiciosas, rayanas en el desequilibrio, escritor prolijo y confuso a veces, llevo una vida cómoda y no consiguió llevar a cabo su obra el “Falasterio” en donde deberían llevarse a cabo aquellos frutos de su pensamiento inquieto y profético.

Las minas de carbón eran la principal fuente de energía antes de la revolución. Es necesario mencionar la época de la revolución industrial ocurrida en Europa, especialmente en Gran Bretaña, en el siglo que va desde 1750 a 1850 como una referencia histórica imprescindible. La revolución industrial no fue solamente una revolución política, fue principalmente una revolución tecnológica influida por la utilización de algunos descubrimientos en la industria, entre ellos el del vapor aplicado a toda clase de maquinarias y el de la lanzadera y la hiladora mecánica que transformaron la industria textil. La influencia de la revolución industrial con sus características de desorden, sobre la clase trabajadora, produjo algunas reacciones cuyas consecuencias todavía se pueden apreciar: la de los destructores de máquinas, que fue duramente reprimida por el Estado, la del sindicalismo, la de los cartistas, o sea, aquella que se propuso lograr leyes favorables para el trabajador, y la que podemos denominar cooperativa.

Introducción

Centro de la ciudad de Rochdale en Inglaterra

En la ciudad de Rochdale (Inglaterra), dedicada por mucho tiempo a la industria textil, se presentaron algunas de las consecuencias de la revolución industrial, inconvenientes para los trabajadores, por lo cual algunos de ellos pensaron que debían agruparse y se constituyeron en una organización para el suministro de artículos de primera necesidad. Desde luego, para llegar a ese objetivo debieron antes, con gran esfuerzo de su parte, ahorrar cada uno en la medida de sus capacidades, logrando así reunir un pequeño capital de 28 libras esterlinas, una por cada uno de los socios. Con ese exiguo patrimonio, fundaron una sociedad denominada “De los Probos Pioneros de Rochdale”.

La mayoría de estos hombres eran tejedores y en el grupo figuraban algunos más ilustrados que habían tenido participación en otras organizaciones de beneficio común.

Para el 21 de diciembre de 1844, en contra de las opiniones de los comerciantes establecidos y de otros ciudadanos, abrieron un pequeño almacén, en la llamada Callejuela del Sapo, pero, para sorpresa de los comerciantes que les auguraron un rotundo fracaso, la incipiente institución fue creciendo e incluyendo en su organización a muchas personas de localidades aledañas.

Fue este el origen del cooperativismo de consumo en Gran Bretaña, cuyo desarrollo abarcó después no sólo a la Europa Continental sino al resto del mundo. El importante crecimiento debe atribuirse no a la importancia del poder económico, sino al valor de las ideas y a la fidelidad que estos iniciadores tuvieron para con esas ideas.

Mientras el cooperativismo de consumo se extendía por la Gran Bretaña y pasaba a otros países del continente europeo como Francia, Alemania, Italia, los países escandinavos y otros territorios, aparecían casi simultáneamente nuevas formas de cooperación en el campo económico y social. Bajo la inspiración de Friedrich Wilhelm Raiffeisen, aparecían en Alemania las cooperativas de Crédito orientado hacia los campesinos y más tarde, las cooperativas para el aprovisionamiento de insumos y para la comercialización de los productos agrícolas. Igualmente, con la dirección de Hernan Schulze-Delitzsch, en el mismo país, se iniciaba el movimiento de los llamados Bancos Populares o sea, las cooperativas de Ahorro y Crédito, orientadas principalmente para servir a los artesanos y pequeños industriales de las ciudades.

En Francia prosperaban las cooperativas de producción y trabajo con ejemplos tan conocidos como el “familisterio”, fundado en Guisa por Juan Bautista Godin. En los países escandinavos no solo se desarrollaba el cooperativismo de consumo, en forma tan apreciable como el que dio lugar a la Federación Sueca de Cooperativas, la K.F. (cooperativa Forbundet), sino también en otros terrenos como los del cooperativismo de vivienda y el de seguros cooperativos.

En los demás países de Europa Central y Oriental las ideas y prácticas cooperativas se extendieron rápidamente; por ejemplo, la primera cooperativa de Checoslovaquia se fundó en 1845, solamente un año después de la de Rochdale.

Han sido famosas entre otras las cooperativas sanitarias de Yugoslavia, las agrícolas y artesanas de Hungría, las de consumo de Polonia, agrupadas en las organizaciones “Spolem” y las cooperativas rusas tanto agroalimentarias como las de consumidores.

En Bélgica y en Holanda el desarrollo del cooperativismo de consumo y otros servicios en las ciudades corren parejas con el avance del cooperativismo rural.

En España, y algunas de sus características son igualmente aplicables en Portugal, el cooperativismo de consumo, que aparece a fines del siglo pasado, tiene dos orientaciones: en el norte, principalmente en Cataluña, se desarrollan las cooperativas de consumo; en el centro y otras provincias el auge mayor corresponde a las cooperativas del campo.

En otros continentes (Asia, África y Oceanía), el cooperativismo ha logrado notable grado de expansión. En países que desde el punto de vista económico han logrado altos niveles de desarrollo como el Japón, Australia y Nueva Zelanda, los índices del desenvolvimiento de la cooperación son perfectamente comparables con los mejores del continente europeo.

Alphonse Desjardins 1860-1937, fue pionero del cooperativismo financiero en Norte América. El cooperativismo llegó a América del Norte durante los últimos años del siglo XIX y los primeros del pasado. El periodista canadiense Alphonse Desjardins (1860-1937) trajo a su país la idea de las cooperativas de ahorro y crédito, organizaciones que de pronto se extendieron también a los Estados Unidos, principalmente debido a la acción de Eduardo A. Filene (1860-1937) y de Roy F. Bergengren y alcanzan un desarrollo verdaderamente sorprendente. Otros inmigrantes Europeos trajeron a América del Norte las demás formas de cooperación. Tanto en Canadá como en los Estados Unidos tomaron gran incremento las cooperativas agrícolas y entre ellas, las de mercadeo que se iniciaron en California por los esfuerzos principalmente de Aarón Sapiro, así como las de electrificación rural.

El llamado Movimiento Cooperativo de Antigonish, orientado por la universidad de San Francisco Javier, Nueva Escocia, tuvo una gran influencia en la transformación de las provincias marítimas de Canadá. Es importante poner de relieve que las cooperativas, en su proceso de desarrollo, casi desde el inicio del movimiento cooperativo, establecieron diversas formas de integración y fue así como en 1895 se organizó en Europa la Alianza Cooperativa Internacional ACI.

Al analizar los orígenes remotos del cooperativismo en América es imposible dejar de mencionar a las instituciones precolombinas que guardan alguna relación con el sistema cooperativo. En primer lugar las formas de cultivo entre los Incas. Los jefes de familia, que por diversas razones podían trabajar la parcela de tierra que les había correspondido en el reparto anual, podían solicitar la ayuda de otros miembros de la comunidad; este sistema llamado Minka obliga al usufructuario de la parcela, que era trabajada por otras personas con la ayuda de otras personas, a sustentar con el producto de sus cosechas y con sus economías auxiliares en el trabajo. Era en el fondo un embrión de cooperativa de producción agrícola.

Por otra parte en el México precolombino existió la institución llamada Calpulli en la cual se pueden identificar los caracteres cooperativos del régimen de propiedad los cuales están representados en los siguientes hechos: las tierras de un barrio determinado estaban lotificadas y cada lote pertenecía a una familia, la cual la explotaba por su propia cuenta. Quiere esto decir que el barrio no era un conjunto de tierras explotadas en común, sin que nadie fuera dueño de nada, sino que, sin poseerla en propiedad privada individual y sin una disposición enteramente libre para enajenarla, la propiedad era familiar, hereditaria y condicionada al bien social, cuando la condición de propietario se le daba la calidad de que, por cuanto al usufructo se refiere, después del pago de tributos, era íntegramente para el beneficio de las familias.

El carácter cooperativo de los calpullis lo encontramos en su funcionamiento mismo: conociendo el sistema de irrigación, las familias se unían para la construcción de acequias apantli para conducir el agua y la conservaban en albercas tlaquilacáxiti, que los españoles llamaron jagüeyes, cada barrio tenía su pequeño dios representado generalmente por un animal cuyo nombre llevaban los habitantes del barrio mismo y aún éste; se unían periódicamente para celebrar su fiesta religiosa y en general, las familias unían sus esfuerzos para el embellecimiento, defensa, etc., del barrio que les correspondía”.

Por su parte el sociólogo colombiano Aldo Cardona, quien ha estudiado con empeño particular las relaciones entre las comunidades indígenas primitivas y el cooperativismo, dice que a pesar de las múltiples diferencias culturales y sociales que caracterizaron a las grandes familias pobladoras de América desde tiempos inmemorables, la característica esencial, el núcleo determinante de la organización económica y social, el factor principal de cohesión, el motor de la organización social, en una palabra el alma de estas economías, fue la cooperación.

Cuando se habla de los orígenes próximos de la cooperación en Iberoamérica, se hace referencia a organizaciones económico-sociales establecidas de conformidad a los principios y métodos que aparecieron a mediados del siglo pasado en Europa y que han configurado el denominado sistema cooperativo.

Las corrientes inmigratorias, las actividades culturales y aún circunstancias políticas influyeron en el desarrollo del cooperativismo en esta parte del continente americano.

Así, por ejemplo, los inmigrantes alemanes, suizos e italianos dan origen en el sur del Brasil a las cooperativas agrícolas y de crédito que habían hecho célebres en sus países Federico Guillermo Raiffeisen y Luis Luzzatti; son colonos franceses quienes, en 1898, fundan en Argentina, la primera cooperativa llamada el “Progreso Agrícola de Pigüé” e inmigrantes judíos los realizadores en 1900, de una cooperativa de agricultores en la provincia de Entre Ríos, del mismo país.

En el año de 1873, se organiza en la ciudad de México una cooperativa de profesionales de la sastrería, conforme con el modelo francés de las asociaciones obreras de producción de París, originadas en las ideas de Luis Blanc y la gran cooperativa urbana de Buenos Aires llamada “El Hogar Obrero”, fue fundada en 1905, con decisiva participación del estadista argentino Juan B. Justo.

La organización sindical, por su parte tuvo gran influencia en el desarrollo cooperativo.

La agrupación de los trabajadores pertenecientes a empresas públicas y privadas, en sindicatos, sirvió de base a las cooperativas de propósitos múltiples (con secciones de crédito, consumo, vivienda, previsión, etc.), que han sido muy comunes en algunas de las más grandes ciudades de Iberoamérica.

Ya bastante avanzado el siglo pasado, empieza a ser apreciable la influencia del cooperativismo de la América del Norte en los países de Iberoamérica, especialmente en algunos campos. Las cooperativas de Ahorro y Crédito que se inician en el Canadá, pasan luego a los Estados Unidos en donde logran una gran expansión y se integran en la poderosa organización conocida con el nombre de CUNA, (Credit Union National Association) Asociación Nacional de Uniones de Crédito. Esta última resuelve extender su acción a otros lugares fuera de Norteamérica y ayuda eficazmente al incremento de esta clase de cooperativas en varios países de Iberoamérica. En el movimiento cooperativo llamado “de Antigonish”, orientado por la Universidad de San Francisco Javier (Nueva Escocia, Canadá), después de haber logrado sorprendentes resultados en la transformación de las provincias marítimas canadienses, se proyectó también sobre algunos países del Caribe entre los cuales merece ser citado de manera especial, Puerto Rico que logro un desarrollo cooperativo sólido de gran variedad a la vez.

Años más tarde, otras organizaciones cooperativas norteamericanas, especialmente la Liga de Cooperativas de los Estados Unidos, que hoy se denomina Asociación Nacional de Empresas Cooperativas, ofrecieron asistencia técnica y ayuda económica para el desenvolvimiento de la Cooperación en Iberoamérica. Lo propio puede decirse de algunos organismos internacionales, particularmente de la Organización de los Estados Americanos -OEA- y la Oficina Internacional del Trabajo -OIT-.

Los gobiernos por su parte, se han interesado mucho por el desarrollo cooperativo, en algunos casos mediante la iniciativa de estadistas de amplia visión y en otros, por la acción de los propios movimientos cooperativos. El interés gubernamental que ha presentado apreciables diferencias de grado en los diversos países iberoamericanos, se han expresado en la expedición de leyes especiales para regular el funcionamiento de las cooperativas, disposiciones que otorgan exenciones y ventajas en favor de esas entidades, normas que tratan de extender los conocimientos en materia cooperativa y además ayudas financieras directas y participación de los organismos cooperativos en los planes generales de desarrollo. Especial significación han tenido las normas sobre reforma agraria que se han expedido en varios países de Iberoamérica y que incluyen importantes capítulos sobre organización de los beneficiarios de las reformas, en cooperativas agropecuarias de funciones múltiples.

También las organizaciones religiosas, particularmente las de la Iglesia Católica, han tenido influencia en la expansión cooperativa dentro de los países iberoamericanos.

Por lo que se refiere a la integración cooperativa, etapa que ya supone un cierto crecimiento, las primeras manifestaciones se pudieron observar en aquellos países en donde el cooperativismo había logrado mayor afianzamiento.

Es así como paulatinamente van apareciendo en el panorama cooperativo iberoamericano asociaciones, federaciones, confederaciones y uniones cooperativas que sirven a las entidades afiliadas en actividades económicas, empresariales y también en las de promoción, educación y representación.

La integración internacional se demoró un poco más. Aunque es cierto que algunas organizaciones cooperativas de países iberoamericanos se afiliaron desde hace muchos años a la Alianza Cooperativa Internacional, la integración a escala regional solo se inició con firmeza en 1957 con la fundación de la Confederación Cooperativa del Caribe y se vino a consolidar en 1963, año en el cual quedo constituida la Organización de Cooperativas de América- OCA- y en 1970 cuando se estableció la Confederación Latinoamericana de Cooperativas de Ahorro y Crédito - COLAC-.

II. APORTES MUTUOS DEL MOVIMIENTO FEMINISTA Y EL MOVIMIENTO COOPERATIVO

Milú Vargas Escobar

(Artículo extraído de *Cuadernos Mujer y Cooperativismo*. Nicaragua, Nº 2, noviembre 2000)

Milú Vargas es jurista nicaragüense. Ha sido Directora de la Asesoría Socio-Jurídica del Ministerio de Bienestar Social y Directora de la Asesoría Jurídica del Consejo de Estado. Tiene una larga trayectoria en organizaciones de mujeres en su país.

El artículo es un extracto de la ponencia que la autora presentó en la Conferencia Iberoamericana de Integración Cooperativa, organizada por la Alianza Cooperativa Internacional en Madrid en noviembre de 1999.

La declaración de la Alianza Cooperativa Internacional (ACI) sobre identidad cooperativa, define una cooperativa de la siguiente manera:

“una cooperativa es una asociación autónoma de personas que se han unido de forma voluntaria para satisfacer sus necesidades y aspiraciones económicas, sociales y culturales en común mediante una empresa de propiedad conjunta y de gestión democrática”.

Con sólo esta definición, es evidente que las cooperativas pueden contribuir a promover la participación de las mujeres en condiciones de igualdad y con ello a la transformación social. Lo expresa claramente, cuando dice que los socios de una cooperativa **“satisfacen sus necesidades y aspiraciones económicas, sociales y culturales en común”**. Aunque la mayoría existe principalmente para alcanzar fines económicos, tienen también metas sociales y culturales, por ejemplo: promover la paz, demostrar preocupación por el medio ambiente, ayudar a la gente con diferentes culturas, religiones, creencia política, y por supuesto contribuir al ideal de la igualdad entre hombres y mujeres, que redundará en una mejor forma de vida para sus socios y para sus comunidades.

Si revisamos los valores de las cooperativas nos encontramos con lo siguiente: **“las cooperativas están basadas en los valores de la autoayuda, la autorresponsabilidad, la democracia, la igualdad, la equidad y la solidaridad.”**

Pareciera que estos valores están pensados para el desarrollo y empoderamiento de las mujeres. **“La autoayuda”**, basada en la creencia de que todo el mundo puede y debe esforzarse por controlar su propio destino, que ligado con **“la autorresponsabilidad”**, completan la confianza y en respeto fundamental por todos los seres humanos.

En cuanto a **“la democracia”**, las mujeres históricamente se han involucrado en las luchas por sociedades y espacios de participación, donde se permita la participación activa en las reflexiones y en las decisiones de los temas que no afectan directamente.

El hecho de considerar que las cooperativas están basadas en **“la igualdad” y “la equidad”** reafirma el principio de la igualdad entre hombres y mujeres.

Y por último, pero no porque sea lo menos importante, **“la solidaridad”**. Tanto el movimiento cooperativo como el movimiento amplio de mujeres, comprenden que la solidaridad implica una responsabilidad con el interés colectivo y que es la afirmación de la fuerza colectiva y la responsabilidad mutua.

Dentro de los principios cooperativos, está **el compromiso con la comunidad**, es decir, que las cooperativas, que son instituciones colectivas que existen en una determinada comunidad, tienen por lo tanto que establecer relaciones con esa comunidad y a la vez estar abiertas a los miembros de la comunidad a que pertenecen.

Desde la iniciativa cooperativa de transformación social con sus aportes de: participación, transformación social, democratización social y económica, justicia, reparto equitativo de la renta, autonomía... no pueden estar ausente de un proyecto transformador como es el de alcanzar cada vez más relaciones igualitarias entre hombres y mujeres.

Si revisamos compromiso de la Alianza Cooperativa Internacional, con las mujeres cooperativistas: **“las cooperativas deberían asegurar, mediante acciones positivas, que no existen barreras para ser socio por razón de sexo. Además, las cooperativas deberían asegurar que las mujeres participen en igualdad numérica en sus programas de educación y desarrollo de liderazgo”** (Declaración de la Alianza Cooperativa Internacional sobre la identidad cooperativa. Principios cooperativos - 1996)

Vemos que esta declaración, que es muy clara y concreta, se pronuncia a favor de la igualdad y contra la discriminación por razones de sexo, en correspondencia con el artículo 14 y 9.2 de la constitución española. La declaración contiene dos compromisos muy importantes:

A) las acciones positivas: es una estrategia temporal, que consiste en un tratamiento normativo formalmente desigual, favorable para las mujeres y que tiene por objeto alcanzar una situación real de igualdad de oportunidades.

B) la democracia paritaria: es decir, la posibilidad de que obligatoriamente se establezca que hombres y mujeres sean elegidos para la representación política de una forma equilibrada, de tal manera que el porcentaje de representación no sea superior al 60% **ni inferior al 40 % en ninguno de los dos sexos**. Se trata de un elemento de profundización de la democracia y de una condición de ciudadanía entendida como la participación activa de todas/os las/os ciudadanas/os en la toma de decisiones y, por tanto, en la construcción de la sociedad a la que pertenece.

De los anteriores compromisos podemos señalar los retos del cooperativismo en relación con la participación de las mujeres, que he tomado de la **Guía para la práctica de la coeducación en la cooperativa (editada por AMECOOP en 1998)**, y que a mi juicio compartimos infinidad de mujeres en el mundo:

· Conciliar trabajo productivo con trabajo reproductivo

El trabajo reproductivo se refiere a las tareas y responsabilidades que tienen por objeto garantizar la reproducción y cuidado de la especie: alimentación, bienestar emocional, cuidado sanitario, administración de los recursos. Se realiza prioritariamente en el espacio privado, y no es remunerado.

El trabajo productivo es el que se caracteriza por ser remunerado económicamente, se realiza en el espacio público, y genera prestigio social.

Es poner en marcha un nuevo *contrato social*, que como parte esencial del mismo, además de asegurar la compatibilidad de las obligaciones familiares y profesionales en la vida de cada persona, se plantee la participación equilibrada de ambos sexos en la vida política, en los diferentes niveles de la sociedad.

La mayoría de las mujeres carecemos de tiempo para el ocio y la participación política o sindical, por ello es necesario el reparto equilibrado de tareas.

· Uso de un lenguaje no sexista

La comunicación entre las personas, no sólo traslada información objetiva, sino que transmite valores sociales, normas, creencias, y prejuicios... relativas a nuestra cultura.

Por ello hay que estar atenta para evitar la **ambigüedad**, es decir cuando no queda claro si nos referimos a hombres o mujeres; así como también el **menosprecio, para la mujer**, que se expresa en las conversaciones, en los insultos, en los tacos, en las bromas.

· Establecer cuotas para lograr la paridad en los cargos directivos

Podría establecerse en los documentos de las cooperativas un porcentaje de mujeres en los cargos de dirección en correspondencia con el número de socias que integran una cooperativa y promover y apoyar a las mujeres, no sólo para que se integren a la cooperativa sino para que ocupen cargos de dirección.

· Crear espacios de mujeres

Tener un espacio propio y exclusivo de mujeres es necesario para nuestro desarrollo, para poder compartir nuestras inquietudes, problemas y aspiraciones más sentidas.

Porque la lucha de las mujeres se da en la vida cotidiana. En la vida de las mujeres se articula lo individual y lo colectivo, lo público y lo privado, las demandas inmediatas y las políticas generales. Las mujeres pensamos **la política desde la vida y la dimensión personal**, por eso las propuestas de las mujeres pasa por nuestra **vida cotidiana**, con la búsqueda de la satisfacción de nuestras necesidades en el centro mismo de nuestras experiencias y vivencias.

La dinámica de los conflictos y del sufrimiento humano en la vida cotidiana son las condiciones más frecuentes que hacen posible la toma de conciencia y, en consecuencia, la transformación de

la vida. Nuestra lucha apunta a nuestra propia transformación como seres humanos, a la transformación de los valores, prácticas cotidianas y al enriquecimiento personal. Por ello **la democratización de la sociedad no se concibe sin la democratización de nuestras casas.**

Las mujeres decimos: es hora de promover una nueva manera de vivir en nuestras casas, una nueva manera de relacionarnos con nuestras familias, que se fundamente en el respeto a la dignidad humana como máximo valor, en el diálogo como mecanismo para la toma de decisiones y en la democracia cotidiana. Creo firmemente que sólo los cambios que lleguen a modificar la vida cotidiana en nuestras casas darán sólidas bases a la democracia que todas y todos estamos construyendo.

III. LAS COOPERATIVAS SOCIALES ITALIANAS: ¿UN MODELO A SEGUIR?

Fuente: LEADER Magazine nº10

Fecha de publicación: invierno 1995-96

En Italia, unas 2000 cooperativas sociales están funcionando. ¿Esta fórmula, que concilia la inserción de las personas en dificultad y los servicios a la población, puede ser considerada como una pista a explorar para el desarrollo de las zonas rurales?

La cooperativa Fraternità no está situada exactamente en una zona rural frágil ubicada en Ospitaletto, en la periferia de Brescia, opera en una de las regiones más prósperas de la Unión Europea. Pero es una de las cooperativas sociales más antiguas de Italia señala Enzo Pezzini, representante en Bruselas del CGM (el consorcio nacional de cooperativas sociales italianas). Muy rentable, ha hecho que surjan numerosos adeptos en otras zonas del país y su modo de organización, así como el tipo de actividades que garantiza -horticultura, floricultura y mantenimiento del espacio, son frecuentes en las zonas rurales desfavorecidas.

Fraternità fue fundada en 1979 y al principio se centró de manera exclusiva en el hospedaje y en el acompañamiento a personas en dificultad: jóvenes con problemas familiares, adultos sin hogar, excluidos, etc. Pero en 1984, explica uno de los responsables Alberto Festa, la Ciudad de Brescia propuso a Sol.Co, el consorcio provincial de las cooperativas sociales, de encargarse de la gestión y del mantenimiento de los espacios verdes municipales. Para poder hacer frente a esta solicitud, Sol.Col alentó a cuatro cooperativas sociales, una de ellas era Fraternità, para que se especializaran en crear estructuras para la inserción profesional.

Este contrato, junto a las subvenciones concedidas por la Región de Lombardía, permitió que Fraternità se desarrollara rápidamente, hasta convertirse en la empresa que es, hoy en día, una empresa que da empleo a unos 60 asalariados, de los cuales 25 son trabajadores desfavorecidos, y que factura unos 2 millones de ECUs al año. El 60% de los ingresos provienen de contratos públicos, fundamentalmente del sector de la gestión de los espacios verdes de Brescia, el resto, lo genera la prestación de bienes y servicios ofrecidos al sector privado: producción de plantas y de flores, mantenimiento de jardines que pertenecen a particulares o a empresas, etc. Como estas actividades son estacionales, los trabajadores se dedican a otras tareas, en función de sus competencias, durante los meses de menos demanda. De esta manera Fraternità, que dispone de un servicio informático utilizado sobre todo para la concepción de ordenaciones del territorio, lleva también a cabo tareas de codificación de los abonados de dos compañías de distribución de agua, de gas y de electricidad, así como tareas de lectura de los contadores.

Solidaridad & Cia

Fraternità es una empresa en todos los sentidos del término: las cooperativas sociales italianas funcionan en efecto como auténticas empresas comerciales. Si excluimos ciertas ayudas que reciben para el arranque, las únicas ayudas públicas directas que reciben corresponden a la exoneración de las cargas sociales por dar empleo a trabajadores con dificultades, estos representan una media de la tercera parte del personal de las cooperativas de inserción (conocidas como del tipo B; según la ley italiana). Estas, sin embargo, pueden contar con el espíritu de solidaridad propio del medio rural o de las regiones con estructura socio económica particular: el tejido muy denso de pequeñas empresas familiares, como es el caso de esta pequeña región de Italia, favorece la movilización de solidaridad, es subraya Elena Zanoletti, agente de investigación en el CGM. Además, los demandantes de servicios son conscientes de nuestra utilidad social, lo que facilita la obtención de los contratos;

como aval, los trabajadores que dejan la cooperativa tras finalizar su período de reinserción encuentran fácilmente un empleo en el exterior, en una PYME local. Solidaridad obliga, Fraternità ha contado igualmente, a lo largo de sus primeros años de funcionamiento, con la ayuda de mecenas locales y con la de grandes empresas que le han facilitado el equipamiento necesario - maquinaria, mobiliario para los invernaderos, etc., aunque la ley italiana no conceda ninguna deducción fiscal sobre las donaciones privadas a los organismos humanitarios.

Subsidiaridad

La mayoría de las cooperativas sociales se han agrupado en consorcios organizados sobre una base territorial que equivale a menudo, pero no forzosamente, a una provincia. Así, las 62 cooperativas sociales de la provincia de Brescia se han asociado en el seno del consorcio, la más antigua agrupación de cooperativas sociales de Italia. Tal y como lo explica su vice presidente, Giuseppe Pezzotti: el principio de subsidiaridad es el que prevalece; el consorcio permite realizar lo que la cooperativa no puede realizar por sí sola, sobre todo cuando es pequeña. Les facilitamos asistencia técnica permanente, y a menudo una garantía financiera, organizamos la formación de los responsables, aseguramos la contabilidad, la asesoría jurídica, la secretaría social, etc. Desde la entrada en vigor de la ley de 1991 sobre las cooperativas sociales, el consorcio se convierte cada vez más en el único interlocutor de las autoridades locales y regionales en lo que se refiere a la concesión de contratos públicos. Es en cierta manera la oficialización de una situación de hecho y conviene a todas las partes interesadas, puntualiza Giuseppe Pezzotti. Después de todo, la razón principal que explica la creación del consorcio en 1983 era regular el flujo laboral: repartimos los contratos de prestación de servicios entre todas las cooperativas en función de su especialidad, de su localización y de su disponibilidad".

El consorcio permite así mismo federar las cooperativas de un mismo sector: por ejemplo, las 12 cooperativas sociales de la provincia de Brescia especializadas en el mantenimiento del espacio, funcionan en red, Sol.Co. Verde, que es también una imagen y una denominación de calidad que facilita la comercialización de productos y servicios. A la vez agente y observador privilegiado, el consorcio puede impulsar la creación de una cooperativa social en un sector o en una zona donde se siente una necesidad en particular: así, la cooperativa Exodus cerca de Brescia, fue creada en 1986 para responder al problema de la inserción de los presos que cumplen penas alternativas al encarcelamiento. Exodus es, hoy por hoy, una empresa de una veintena de empleados que fabrica contraventanas para importantes empresas privadas de material de construcción.

Iniciativas locales

Pero la mayoría de las veces, la puesta en marcha de una cooperativa emana de la población, de la voluntad de los ciudadanos de que sus familiares más mayores, discapacitados o en dificultad no tengan que desplazarse y se queden en el lugar puntualiza Alfredo Domestici, presidente del consorcio del valle de Camonica, zona de Objetivo 5b. Hacía falta poner en marcha servicios de asistencia social a nivel local. Desde 1986, se han creado 8 cooperativas, de las cuales 4 son del tipo B puesto que en esta zona los problemas de la inserción profesional se agravan debido al declive industrial del valle, hasta ahora ninguna actividad nueva había compensado el cierre brutal de la siderurgia. Cerca de la pequeña ciudad termal de Darfo, una de estas cooperativas, Pro Ser Valcamonica, que está diversificando sus actividades hacia el turismo, cuenta con LEADER II para poder restaurar edificios históricos y elaborar circuitos. Ahí donde hay una identidad local fuerte, hay una cooperación fuerte.

Nacida en las ciudades, la cooperación social no ha tenido dificultad alguna en conquistar el medio rural, manifiesta Luciano Imperadori, director de investigación de la Confederación de las Cooperativas del Trentino, regiones que cuentan con 39 cooperativas sociales, muchas de ellas situadas en las dos zonas LEADER Alta Val di Non y Lagorai Sur. No hemos centrado LEADER I en los servicios a la población ni a las cooperativas sociales, reconoce Fabio Giacomelli, responsable del GAL Alta Val di Non, pero como BIM (*) los apoyamos a través de otros programas. Se han hecho posibles muchas sinergias entre LEADER y las cooperativas sociales. Sobre todo pienso en la gestión de infraestructuras culturales en los pueblos aislados y en nuestro proyecto para la valorización de frutas.

(*) NDLR: De las zonas de montaña italianas, las BIM (Bacini Imbriferi Montani) son organizaciones intercomunales encargadas de redistribuir las rentas generadas por la explotación de los recursos hidroeléctricos locales, dentro de una perspectiva de ordenación del territorio Radiografía de un fenómeno. De las 1883 cooperativas sociales censadas en Italia en 1993, el 47% estaban ubicadas en el norte del país, el 24% en el centro y el 29% en el sur y en las islas. Representaban el 13% de la parte del presupuesto nacional dedicado a asuntos sociales.

Las cooperativas de tipo A (gestión de servicios socio sanitarios y educativos), según la terminología empleada en la ley de 1991, representan el 78% de las cooperativas sociales italianas. Aportan su ayuda a los discapacitados (el 30% de los usuarios), a las personas de la tercera edad (23%), a los jóvenes en dificultad (20%), a los adultos desfavorecidos (15%), a los enfermos mentales (8%), etc. El 43% de estas cooperativas están especializadas en un sólo tipo de clientela. Los sectores de actividad de las cooperativas de tipo B (inserción profesional de las personas en dificultad) son los servicios (el 30% de las cooperativas de este tipo), la artesanía (25%), la agricultura (24%), la industria (13%) y el comercio (8%). Estas dan empleo a los trabajadores desfavorecidos legalmente al menos el 30% de los miembros de la cooperativa es decir adultos marginados (36%), discapacitados (33%), tratados psiquiátricamente (19%), jóvenes menores (4%) y otras categorías (8%). Muchos de estos trabajadores son jóvenes: casi el 40% tienen menos de 25 años y casi el 65% tienen menos de 30 años. En 1992, el volumen de negocios medio de una cooperativa social se elevaba a casi 500.000 ECU. Se trata muy a menudo de pequeñas empresas ya que el 72% de ellas dan empleo a menos de 30 asalariados. Las cooperativas sociales se han afiliado a una de las dos federaciones nacionales del movimiento cooperativo italiano Federsolidarietà / Confcooperative (1300 cooperativas) y Lega Cooperativa (500) pero muchas de ellas se han agrupado en el seno de una misma estructura nacional, el CGM (Consorzio Nazionale della Cooperazione di Solidarietà Sociale Gino Matarelli).

Hay que destacar que, paralelamente, a las cooperativas sociales, existen también cooperativas medioambientales que conjugan una misión social con actividades comerciales: dan empleo a los jóvenes poco cualificados y a los parados mayores o de larga duración en campos vinculados con el medio ambiente.

Fuente: CGM, informe McKinsey & Company (1994)

Actividades de las cooperativas de inserción por sectores:

Mantenimiento del espacio y actividad agrícola: 24% /Soldadura: 15%

Artesanía: 14% /Limpieza: 13%

Imprenta: 5% /Encuadernación: 4%

Restauración / edificios: 3%

Medio ambiente: 3% /Informática: 3%

Lavandería: 3% Gestión de aparcamientos: 1%

Otros (textil, electricidad, carpintería, etc.): 12%.

IV. CONFEDERACIÓN DE LAS SOCIEDADES AGRÍCOLAS ESPAÑOLAS CCAE

Detalles del contacto: C/Agustín de Bethancourt, 17 28003-Madrid

Número de teléfono: 91 535 10 35

Fax: 91-0554 00 47

E-mail: ccae@ccae.es

Tela: Fecha de creación: el 7 de noviembre de 1989

Descripción de la organización

CCAE es la organización de representación de sociedades agrícolas cooperativas españolas en su sentido más amplio, es decir, de las entidades representativas de las sociedades cooperativas, las sociedades cooperativas ellos mismos y todos sus problemas económicos, directivos y sociales, así como los miembros cooperativos en su dimensión humano y profesional. Ejercita su actividad en el nivel nacional, comunitario e internacional, en todos los foros relacionados con los intereses del movimiento cooperativo.

Además, CCAE trabaja en la representación del entrenamiento, de la información y de los servicios consultivos para el cooperativismo agrícola a través de su estructura organizativa y de la

representación y de la defensa de los intereses económicos y sociales del movimiento agrícola cooperativo español, una fórmula que permita que los granjeros participen en un mayor grado del de valor añadido de sus productos, y, así para dar una mayor estabilidad de la transparencia y del mercado.

En la esfera internacional que lo que sigue vale el mencionar que CCAE es un miembro del general Comité de la Sociedad Agrícola Cooperativa de la Unión de Europea (COCEGA), representando el sistema cooperativo agrícola español. Esta entidad, que funciona en la coordinación con el comité de las organizaciones agrícolas profesionales, contempla cada edición relacionada con el PAC y la relación con las instituciones europeas de la unión: la Comisión, el Parlamento Europeo, el CES, etc. COPA y COCEGA son los granjeros y las sociedades agrícolas cooperativas que representan a instituciones y como tal participan en los comités consultivos y los grupos permanentes, que son órganos consultivos de PAC y en cuáles participan el comisionado de la Unión y los representantes europeos de los otros sectores afectados (comercio, industria, los empleados, los consumidores, etc.) también.

Función y objetivos

- Para promover la tarea de representar y de defender los intereses económicos y sociales del movimiento agrícola cooperativo.
- Para profundizar en la especialización sectorial de la estructura organizativa de CCAE para prestar una atención más específica a los intereses y a las necesidades de las sociedades agrícolas cooperativas del asociado.
- Para mejorar la eficiencia en el entrenamiento, la información y las actividades consultivas especializadas para la sociedad agrícola cooperativa a través de las estructuras territoriales.
- Desarrollar actividades del entrenamiento dirigieron en mejorar la calificación de la base social del cooperativismo y reforzar la filosofía y los principios cooperativos.
- Representación de los servicios especializados que contribuyen a los logros agrícolas de la meta del cooperativismo.
- Desarrollar todos los tipos de actividades dirigió en facilitar la adaptación del cooperativismo agrícola a cambiar las circunstancias económicas y sociales del ambiente en el cual las sociedades cooperativas deben funcionar.
- Para promover la constitución de las organizaciones agroalimentaria del interprofesional como fórmula para mejorar la transparencia de mercados y como mecanismo para una defensa mejor de la producción agrícola de las sociedades agrícolas cooperativas y de sus miembros.
- Para mejorar las relaciones con los otros actores económicos y sociales de los sectores agroalimentarios y agrícolas, especialmente el OPAs, alcanzar su ayuda al cooperativismo como modelo directivo y a sus instituciones de representación.
- El intentar influenciar las administraciones nacionales y europeas de la unión para alcanzar la introducción de políticas en el favor del cooperativismo.
- Para promover cooperativismo como adecuado modelo directivo a la defensa de los intereses económicos y sociales de los granjeros españoles.
- Para promover las iniciativas directivas o comerciales para sus entidades asociadas que se adaptan a una concentración comercial objetiva o a la organización de la producción.

Número de federaciones: 15

Número de sociedades cooperativas: 3,915

Número de socios: 1,098,089

Volumen de ventas (millón de Pesetas): 1,700

Sector: Agrícola

Referencias de organismos vinculados con el movimiento cooperativo

Links Cooperativismo Internacional Cooperativismo Uruguayo: <http://www.cudecoop.org.uy/>
Cooperativismo Português: <http://www.inscoop.pt/> Cooperativismo Paraguayo <http://www.cooperativas.com.py/> Cooperativismo Neozelandes: www.knowledge-basket.co.nz/gpprint Legislación Cooperativista de diversos países: www.colac.com/leycoop.asp Alianza Cooperativa Internacional-ACI: www.coop.org/ica/

Listado de Cooperativas

- * EL HOGAR OBRERO - Cooperativa de Consumo, Edificación y Crédito Ltda. Av. La Plata 543 - (1235) - BUENOS AIRES TEL: 4901-0200 - FAX: 4901-1741 email: eho@rcc.com.ar Website: <http://www.ce.rcc.com.ar/eho>
- * CEMDO - Cooperativa Eléctrica Mixta del Oeste y Otros Servicios Públicos Ltda. Edison 99 - (5870) - Villa Dolores - CÓRDOBA TEL: (03544) 422422 - FAX: (03544) 421064 Website: <http://www.vdolores.com.ar>
- * Cooperativa de Servicios Públicos y Sociales LUQUE Ltda. San Martín 229 - (5967) - Luque - CÓRDOBA TELEFAX: (03573) 480066 / 480256 e-mail: coopluque@covinter.com.ar Website: <http://www.sitiosocial.com/cooperativismo/luque>
- * Cooperativa Obrera Limitada de Consumo y Vivienda Paraguay 445 - (8000) - Bahía Blanca - BUENOS AIRES TEL: (0291) 456-0332 / 453-5181 - FAX: (0291) 456-2080 email: gciacol@rcc.com.ar Website: <http://www.cooperativaobrera.com.ar>
- * COMI - Cooperativa Limitada de Servicios en el Área de la Salud Av. Corrientes 1386 8ºP. - (1043) - BUENOS AIRES email: comigcia@rcc.com.ar Website: <http://www.comi.com.ar>
- * Cooperativa de Provisión para Artesanos Av. San Martín 1050 - S. M. de los Andes - NEUQUÉN TEL: (02972) 429097 Website: <http://www.mundocoop.com.ar/artesanos>
- * Cooperativa Telefónica y Otros Servicios Públicos y Asistenciales de Tostado Ltda. Sarmiento 1368 - (3060) - Tostado - SANTA FE TEL: (03491) 470333 - FAX: (03491) 470110 email: consejo@tostado.com.ar Website: <http://www.tostado.com.ar>
- * Cooperativa de Servicios Públicos y Sociales de Serrano Ltda. Oostendorp 99 - (6125) Serrano - CÓRDOBA TEL: (03385) 495176 - FAX: (03385) 495056 email: ces@laboulaye.dataco19.com.ar Website: <http://www.mundocoop.com.ar/serrano>
- * Cooperativa Limitada de Obras Sanitarias y Servicios Anexos de Venado Tuerto Iturraspe 958 - (2600) - Venado Tuerto - SANTA FE TEL: (03462) 438200 email: obsanita@enredes.com.ar Website: <http://www.cosvt.com.ar>
- * FE.N.C.A.P. Federación Nacional de Cooperativas de Agua Potable y otros Servicios Públicos Ltda.J. B. Alberdi 1620 - (2138) - Carcarañá - SANTA FE TEL: (0341) 494-1867 - TELEFAX: (0341) 4941517 email: coperanafencap@arnet.com.ar - Website: <http://www.mundocoop.com.ar/fencap>

Bibliografía acerca de cooperativismo

- Fundación Instituto de la Cooperación, *La aventura de la cooperación*. Buenos Aires, Idelcoop, 1981.
- Garbarini, Javier, *Manual práctico para cooperativas de trabajo*. Buenos Aires, Lazos Cooperativos, 2002.
- Hernández, Daniel, *La empresa solidaria: el cooperativismo en el tercer milenio*. Buenos Aires, Lazos Cooperativos, 2001.
- Martínez Nogueira, Roberto (compilador), *La trama solidaria. Pobreza y microproyectos de desarrollo social*. Buenos Aires, Imago Mundi, 1990.
- Legislación cooperativa*. Buenos Aires, Economía Solidaria, 2001.
- Qué, quién, cómo, cuándo... en el cooperativismo*, Buenos Aires, IDELCOOP 1982.
- Rodríguez Pérez, José, *Cooperativismo para jóvenes*. Buenos Aires, Lazos Cooperativos, 2001.

Revistas de difusión

- En línea con la comunidad*. Federación de Cooperativas de Telecomunicaciones. Buenos Aires, FECOTEL, Año 11, Número 41, noviembre-diciembre 2000.
- Imagen cooperativa y mutual*. Publicada por COGTAL, Buenos Aires, Año 1, Número 1, febrero 2001.
- Lazos cooperativos*. Publicación bimestral dedicada al cooperativismo. Buenos Aires, Año 7, Número 42, marzo-abril 2002.

Módulo 3

Alimentación y calidad de vida

1. Propósitos de las actividades para los alumnos
 - Eje 'Alimentos y nutrición'
 - Eje 'Tecnología alimentaria'
 - Eje 'Trastornos alimentarios'
2. Actividades para los alumnos
 - Alimentos y nutrición
 - Tecnología de alimentos
 - Trastornos alimentarios
3. Información adicional para el docente
 - Alimentos y nutrición
 - Tecnología de alimentos
 - Trastornos alimentarios
 - Bibliografía acerca de alimentación y calidad de vida

Introducción

La selección del tema “Alimentos y calidad de vida” responde a varias razones. En primer lugar, es un tema de la vida cotidiana, significativo para los adultos, sobre el que tienen ideas y experiencias previas. En segundo lugar, permite sistematizar ciertas nociones, tales como alimento, dieta, nutrición, etc., desde una perspectiva integral e integradora que favorece los procesos de diferenciación y resignificación conceptual. Enunciados tales como “el alimento es lo que comemos” o “comemos para vivir” son sólo una muestra del tipo de respuestas que suelen dar no sólo los niños sino también los adultos frente a preguntas del tipo “¿Qué es un alimento?” o “¿Por y para qué comemos?” Aun aquellas respuestas que muestran algún grado mayor de especificidad respecto de la cuestión, como por ejemplo “comemos para reponer energía”, suelen presentarse, desde lo cognitivo, desligadas conceptualmente de otras tales como metabolismo celular, crecimiento y reparación de tejidos, entre otras. De manera que uno de los problemas didácticos de mayor complejidad consiste en la elaboración de propuestas concretas de conocimiento escolar que muestren o favorezcan la integración de saberes.

La de los alimentos es una temática que habitualmente se trabaja en la educación básica. Un acercamiento a la evolución histórica de los procesos y conocimientos asociados a la alimentación permite, detectar los obstáculos y problemas que han resultado más relevantes en el desarrollo del conocimiento. Así por ejemplo, desde el siglo XIX hasta la actualidad, el estudio de los alimentos adoptó una perspectiva básicamente fisiológica a partir de una concepción mecanicista que utiliza la analogía de organismo como máquina (producto de los conocimientos provenientes de la química y la fisiología humana).

En las últimas décadas del siglo pasado aparecieron nuevos enfoques que se proponían analizar problemas relacionados con cuestiones sociales. Entre otros, las modas alimentarias, el consumo, las enfermedades modernas. Desde nuestra perspectiva se trata de propuestas reduccionistas en las que se propone una organización del conocimiento a partir de la traslación mecánica de la estructura de las disciplinas científicas, dando lugar a secuencias rígidas de contenidos que se resultan una suma de fragmentos más o menos relacionados. El resultado es que los alumnos “conocen” algunos contenidos útiles para resolver las actividades escolares, en tanto que “los otros conocimientos” más ligados a las experiencias cotidianas quedan sin modificación.

En este material se propone, básicamente, una estructura de secuencia de contenidos y actividades que tiene como objetivo central enriquecer y complejizar las estructuras de conocimiento de los alumnos. En este sentido, el objetivo no es que los alumnos adquieran un conocimiento “especializado” sobre los diferentes fenómenos asociados a la alimentación, sino que sean capaces de interpretar esos fenómenos desde posturas más amplias y críticas que las propias del conocimiento preexistente. Es decir, se entiende el conocimiento como un proceso de construcción social a partir de problemas complejos que se analizan críticamente.

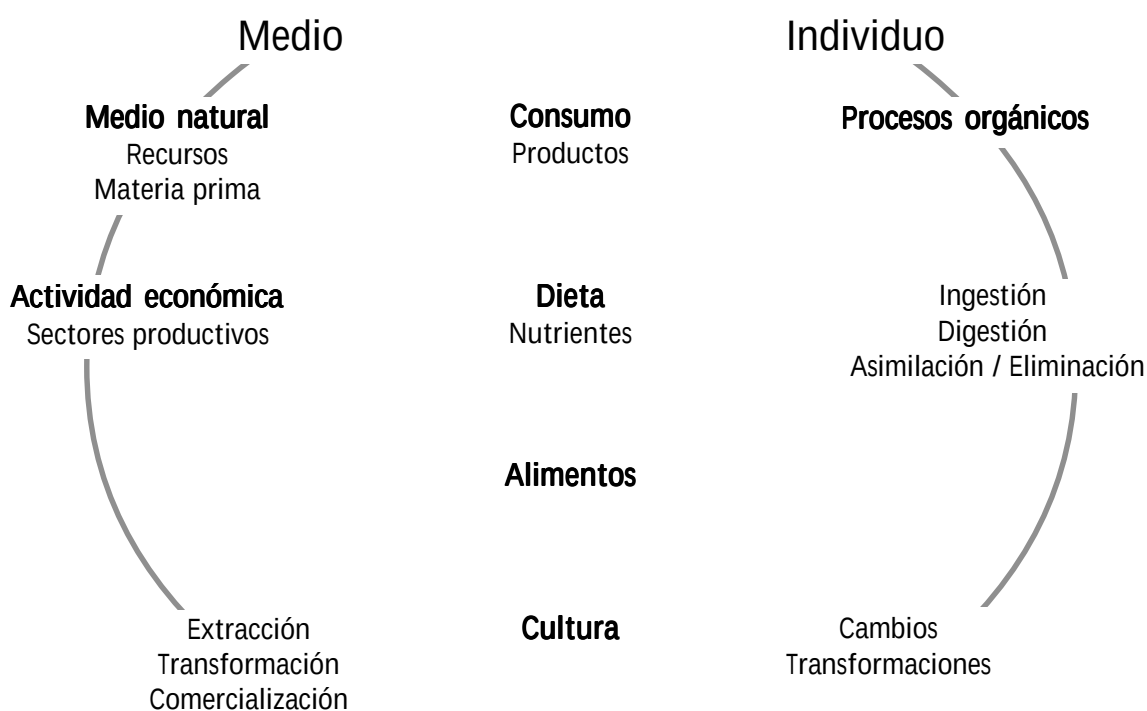
Las secuencias de actividades que se presentan en este material tienen como propósito constituirse en una herramienta integradora de nociones procedentes de diferentes campos disciplinares. Se

incluyen actividades destinadas a la lectura y comprensión de los textos, al análisis e interpretación de gráficos y tablas, otras orientadas a la investigación y búsqueda de información por parte de los alumnos y, también, actividades destinadas a la aplicación de nociones y procedimientos matemáticos y a la resolución de problemas.

Por último, se han incluido algunas actividades de tipo experimental. Estas últimas presentan la cualidad de haber sido concebidas y planteadas a partir de su factibilidad y sencillez de modo que puedan ser desarrolladas efectivamente por los alumnos, con materiales asequibles y en consecuencia conservan toda su potencia explicativa de las situaciones que intentan recrear.

El recorrido que se propone en este material es una hipótesis de trabajo, un recorrido flexible y reformulable. Total o parcialmente estas secuencias podrán desarrollarse promoviendo la integración disciplinar en una o más áreas curriculares. A modo de ejemplo, considérese la siguiente posibilidad.

Uno de los ejes centrales que se plantea es la interacción individuo-medio ya que la alimentación constituye un proceso abierto de cruce entre conocimientos provenientes de las Ciencias Naturales y las Sociales. La producción de alimentos se relaciona con las actividades y las relaciones económicas, distinguiendo la extracción, la transformación, la comercialización y el consumo. La extracción y transformación de alimentos se vincula con el concepto de recurso y materia prima y con la diversidad de estructuras de extracción existentes: agricultura, ganadería, pesca; y a las estructuras de transformación o industrias derivadas como cultivos, granjas, fábricas. La comercialización y el consumo de productos es un núcleo de interacciones entre procesos ecológicos, sociales y orgánicos.



1

Propósitos de las actividades para los alumnos

Todas las nociones anteriores se presentan organizadas en la siguiente figura. A través de la secuencia de actividades propuestas, se pretende que los alumnos:

Eje 'Alimentos y nutrición'

Actividad 1: Pruebas de nutrientes en los alimentos

- Realicen sencillos pruebas del tipo de laboratorio.
- Clasifiquen los alimentos según sus componentes.

Actividad 2: Una teoría sobre el azúcar

- Planteen nuevos interrogantes a partir de los conocimientos adquiridos.
- Formulen sencillas hipótesis que respondan a esos interrogantes.
- Recaben información que les permita confirmar o refutar sus hipótesis.
- Sometan sus hipótesis al juicio de los demás miembros del grupo.

Actividad 3: Los requerimientos proteicos del organismo

- Apliquen sencillo procedimientos matemáticos a la resolución de situaciones vinculadas a su dieta.
- Reflexionen sobre algunas peculiaridades de su dieta.

Actividad 4: La dieta semanal

- Hagan consciente el registro de los alimentos que ingieren diariamente.
- Realicen una valoración de su dieta en comparación con los estándares para una dieta equilibrada.

Actividad 5: La pirámide de los alimentos

- Interpreten esquemas y gráficos sencillos.
- Apliquen éstos al análisis de situaciones personales.
- Elaboren gráficos y esquemas sencillos.

Actividad 7: Cálculo de calorías diarias

- Apliquen nociones y procedimientos matemáticos a situaciones de su interés.
- Que evalúen su dieta en función de los requerimientos energéticos estimados del organismo estimados científicamente.

Actividad 8: Aporte energético de un vaso de leche

- Extraigan conclusiones respecto al valor energético de la leche descremada y entera.
- Apliquen nociones y habilidades matemáticas a la resolución de cuestiones alimenticias.

Actividad 9: Comparación entre la leche humana y la leche de vaca

- Analicen comparativamente la información suministrada por un cuadro.

-Valoren el papel de la leche materna en la nutrición del bebé.

Eje 'Tecnología alimentaria'

Actividad 1: Clasificación de residuos en el agua

- Verifiquen hipótesis sobre la presencia de contaminantes en diferentes muestra de agua.
- Pongan en práctica ciertas destrezas y procedimientos del trabajo experimental.

Actividad 2: El agua del barrio

- Se informen sobre la existencia de procesos de tratamiento y potabilización del agua que consumen habitualmente.
- Debatan grupalmente respecto de posibles acciones personales, comunitarias o institucionales que se podrían tomar para reducir el nivel de contaminación del agua.

Actividad 3: Mural de recortes periodísticos sobre alguna controversia en calidad alimentaria

- Analicen la información referida a alguna controversia social relacionada con la seguridad alimentaria, identificando las posiciones y argumentos de los sectores implicados para elaborar una postura personal ante el problema.

Actividad 4: Mitos y verdades sobre la alimentación

- Formulen por escrito sus propias concepciones sobre costumbres alimenticias.
- Cotejen dichas concepciones con las de otros miembros de su grupo de estudio y con las elaboradas desde una perspectiva científica.

Actividad 5: Encuesta de ideas y costumbres sobre la alimentación

- Revelen la opinión de los miembros de su entorno inmediato respecto de cuestiones alimenticias.
- Se adiestren en técnicas de recogida de datos, tales como la encuesta.
- Sean capaces de relevar, representar y analizar los datos obtenidos mediante una encuesta.

Actividad 6: Conservación de alimentos

- Profundicen los conocimientos respecto de formas de conservación de alimentos.
- Apliquen los conocimientos construidos a la elaboración de fichas de cocina de uso hogareño.

Actividad 7: Una técnica para la conservación de bebidas

- Busquen información respecto del significado de términos frecuentes en la vida diaria.
- Apliquen la información a la resolución de nuevas cuestiones.

Actividad 8: Costumbres y conservación de los alimentos

- Lean críticamente un texto
- Indaguen respecto de prácticas y/o costumbres en función de la relación de éstas con la higiene alimentaria.

Actividad 9: Interpretación de una etiqueta

- Apliquen la información aportada por las etiquetas y envases a la toma de decisiones sobre consumo de alimentos.
- Se familiaricen con las especificaciones de las etiquetas, más allá de la lectura simple de los datos.

Actividad 10: Lectura de etiquetas

- Apliquen conceptos matemáticos al análisis de etiquetas.
- Adquieran destreza en la interpretación de la información de las etiquetas.
- Analicen críticamente el modo de exposición de la información en las etiquetas.

Eje 'Trastornos alimentarios'

Actividad 1: Dieta equilibrada en el adulto

- Adquieran destreza en la lectura e interpretación de tablas.
- Que reconozcan algunos parámetros corporales propios.
- Que elabore hipótesis a partir de registros empíricos.

Actividad 2 y 3: El valor de las tablas

- Reconozca la existencia de diferentes indicadores para la determinación del nivel obesidad.
- Comparen los resultados respectivo surgidos del uso de diferentes indicadores.

Actividad 4: Las dietas de moda

- Adquieran conocimientos sobre los riesgos para la salud que pueden acarrear ciertas dietas.
- Evalúen críticamente ciertos mensajes provenientes de los medios de comunicación.

Actividad 5: El hambre en el mundo

- Adquieran destreza en la lectura de gráficos
- Formulen hipótesis explicativas de los resultados observados
- Fundamenten sus hipótesis a partir de los conocimientos vigentes

2

Actividades para alumnos

Alimentos y nutrición

actividad 1

Pruebas de nutrientes en los alimentos

a) Prueba de almidón

información

Los carbohidratos que integran los alimentos de consumo frecuente pueden agruparse en: **monosacáridos** (ejemplo, la *glucosa*), **disacáridos** (ejemplo, la *sacarosa* de la caña de azúcar y la lactosa presente en la leche) y **polisacáridos** (ejemplo: *almidón* y *celulosa*). Los distintos carbohidratos, con excepción de la celulosa, son transformados en el organismo durante la digestión en glucosa, la que actúa como fuente energética fundamental en la respiración celular.

Para realizar esta actividad deberá contar con:

- un poco de yodo diluido en alcohol, el que colocará en un gotero y
- muestras de diferentes alimentos (arroz, harina, salvado de trigo, carne, queso, frutas, verduras, manteca, papas, batata, etc.)

Siga los siguientes pasos:

- 1- Vierta unas pocas gotas de yodo diluido sobre cada uno de los alimentos.
- 2- Registre lo que sucede en cada caso.

I) ¿Hubo cambios en el color de yodo?

¿Cuáles cree que son los que poseen almidón?

¿En cuáles el yodo cambió de color?

¿En cuáles permaneció sin cambios?

II) Entre los alimentos que usted sometió a la prueba de almidón, pueden distinguirse los de origen animal y los de origen vegetal. ¿Cuáles han dado positivo a la prueba? Investigue para explicar su respuesta.

b) Prueba de proteínas

información

Las proteínas constituyen la parte más importante de todos los tejidos vivos después del agua. Tanto las membranas celulares, como los orgánulos internos y muchos materiales que se depositan en los intersticios de los tejidos están compuestos de proteínas. Por cierto las enzimas, grupo de sustancias que regulan las reacciones químicas celulares son proteínas.

Si bien las proteínas están presentes en prácticamente todos los alimentos, en algunos su contenido es relativamente escaso mientras que en otros es abundante.

Para realizar esta actividad se requiere:

- Una cucharada de café de sulfato de cobre y unos 10 cm³ de amoníaco de uso doméstico (ambos productos pueden obtenerse en farmacias, droguerías o viveros).

Siga los siguientes pasos:

Para probar proteínas en alimentos sólidos será preciso que primero los muela y luego los disuelva en agua.

1- Disuelva el sulfato de cobre en un vaso de agua lleno hasta la mitad.

2- Tome con un gotero varias gotas de la solución obtenida, viértalas en los recipientes que contiene los alimentos a probar y agregue luego varias gotas de amoníaco.

3- Mezcle suficientemente el preparado resultante.

4- Realice un breve informe con los resultados de la experiencia. Utilice para ello el cuestionario de la actividad anterior.

actividad 2

Una teoría sobre el azúcar

También puede realizar una prueba sencilla para registrar la presencia de azúcares en los alimentos. Para ello deberá obtener tiras de glucosa, las que se adquieren en farmacias y/o droguerías. El prospecto que acompaña al envase le indicará las instrucciones para su uso.

información

Las células de nuestro cuerpo utilizan sólo glucosa como energía. Cada alimento que el organismo toma como fuente de energía sólo puede ser empleado como tal una vez convertido en glucosa. Para transformarse en energía dentro de las células las grasas, carbohidratos o proteínas previamente deben convertirse en glucosa. Podría formularse la siguiente pregunta: ¿No sería más saludable ingerir la glucosa en una forma más directa tal como la que se presenta en el azúcar contenida en postres, golosinas y dulces?

actividad 3

Los requerimientos proteicos del organismo

información

Muchos de los alimentos que consumimos están constituidos principalmente por agua. Así, en 100 gramos carne vacuna algo más del 50% de su peso está dado por el agua, mientras que unos 20 gr corresponden a proteínas y otros tantos a grasas. Según los expertos de la FAO (Agencia de Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación), un adulto debe consumir unos 40 gramos de proteínas diarias, es decir unos 280 g semanales.

- Calcule cuántos gramos diarios de carne debería consumir un adulto para satisfacer sus requerimientos proteicos suponiendo que sólo los obtuviera de la carne.
- Estime su consumo semanal de carne en gramos. Realice el cálculo para verificar si sus requerimientos proteicos están satisfechos a partir de este alimento.
- ¿Qué otros alimentos ricos en proteínas consume? Para averiguarlo puede utilizar una tabla de composición de los alimentos.
- ¿Cree que su consumo habitual de proteínas satisface las necesidades de su organismo?

actividad 4

La dieta semanal

información

No existe ningún alimento que contenga todos los nutrientes esenciales. El trigo y la harina integrales carecen de algunas A, B12, C y D, y contienen muy poco calcio. Sin embargo poseen mucha fibra dietética.

La carne de ternera contiene muy poco o casi nada de calcio y fibra pero posee hierro y vitamina B12.

Diversas organizaciones internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), recomiendan integrar la dieta diaria con porciones de cada uno de los siguientes seis grupos de alimentos:

- Grupo 1: leche y derivados (quesos y yogur)
- Grupo 2: carne vacuna, aves, huevos, pescado, legumbres y frutas secas.
- Grupo 3: verduras y hortalizas.
- Grupo 4: frutas.
- Grupo 5: pan, pasta, cereales, arroz.
- Grupo 6: grasas, aceites y dulces.

a) Elabore un registro de las diferentes “comidas” (platos elaborados) que ha ingerido en la última semana.

b) Analice y registre los diferentes alimentos que integran dichas comidas.

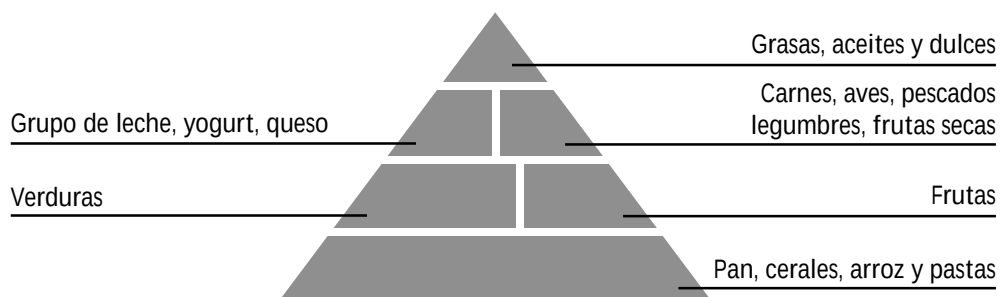
c) Ordene los alimentos que integran esas comidas según los seis grupos básicos.

d) Analice su dieta semanal. ¿Están presentes alimentos de todos los grupos básicos? (En este punto será importante que incorpore aquellas “picaditas extra” que puede haber ingerido fuera de las comidas habituales durante la semana.)

actividad 5

La pirámide de los alimentos

información



a) Observe, lea y analice la pirámide de los alimentos. Luego conteste las siguientes preguntas:

- ¿Qué grupo de alimentos debe ingerirse en mayor cantidad relativa diariamente?
- ¿Qué grupo de alimentos debe tener una presencia menor en la dieta diaria?
- ¿Cómo debe ser la proporción de alimentos del grupo de las carnes, legumbres y frutas secas, presentes en la dieta con relación al grupo de las verduras?
- ¿Qué grupo de alimentos debe tener mayor presencia en la dieta: el del pan, cereales, arroz y pastas o el de la leche, yogurt y quesos? Fundamente su respuesta teniendo en cuenta la composición química de los alimentos.

b) En la actividad anterior usted realizó una evaluación de su dieta en función de la variedad de alimentos de los grupos básicos. Evalúe su dieta respecto de las cantidades relativas de cada grupo básico presentes en ella comparándolo con lo propuesto en la pirámide de alimentos.

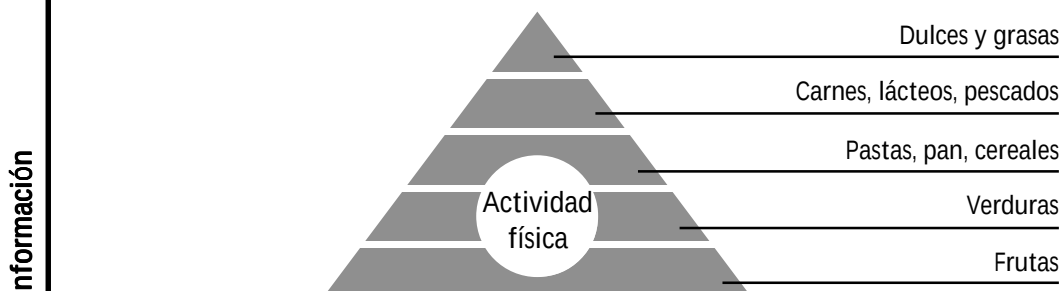
c) Tomando en cuenta las recomendaciones de algunos expertos respecto a distribuir los alimentos en cuatro grupos básicos y partiendo de la pirámide original construya, junto a su grupo de compañeros, una “Pirámide simplificada de alimentos”.

actividad 6

Una nueva pirámide

Muy recientemente, una prestigiosa clínica de EEUU publicó un libro que provocó diversas reacciones entre los especialistas en nutrición. El “plato fuerte” de lo señalado por los autores de la publicación es la concepción de una nueva pirámide de alimentos, desde entonces conocida como Pirámide de la clínica Mayo (tal el nombre de la famosa institución que la publicara).

Nueva pirámide de los alimentos



a) Analice la nueva pirámide de alimentos.

b) Compare las sugerencias que se plantean en esta pirámide con aquellas de la pirámide tradicional. Establezca semejanzas y diferencias.

actividad 7

Cálculo de calorías diarias

información

Todo el calor que nuestro cuerpo produce proviene la combustión controlada de los alimentos. De manera que la cantidad de calor producida diariamente por el organismo es una buena medida de la cantidad de energía proveniente de los alimentos que necesitamos. Por ello, el valor energético de los alimentos se mide en una unidad llamada *caloría*, la que técnicamente se define como la cantidad de calor necesaria que hay que suministrarle a 1 gramo de agua para elevar su temperatura desde los 15°C hasta los 16°C. Muchas veces se recurre para expresar los valores energéticos a la *kilocaloría*, o sea 1000 calorías.

Para realizar el cálculo de calorías (cal) o de kilocalorías (kcal) que diariamente requiere una persona, puede utilizar la siguiente tabla obtenida empíricamente.

Nivel de actividad	Kilocalorías diarias requeridas
Alto	Peso en kg x 44,4
Mediano	Peso en kg x 35,5
Bajo	Peso en kg x 26,6

Para el cálculo del nivel de actividad diaria, se tienen que evaluar las actividades que realiza cada persona diariamente; tipo de ocupación, cantidad de horas que trabaja fuera del hogar, tipo de tareas que realiza en la casa, cantidad de horas que camina, cantidad de tiempo sentado, cantidad de horas dedicadas al deporte, etcétera.

Una aproximación, no exacta pero que tal vez ayude en la estimación, podría ser la siguiente: Una persona que tiene un empleo que no exige esfuerzos físicos significativos en el que invierte unas ocho horas diarias, que realiza tareas en el hogar dos horas por día, que camina dos horas diarias y duerme unas ocho horas puede ser considerada una persona con actividad moderada.

- Realice una estimación de su nivel de actividad diaria para un día normal de su vida.
- Siguiendo las indicaciones de la tabla haga el cálculo de sus requerimientos diarios de calorías.
- Estime cuántas calorías incorpora en un día según el tipo y cantidad de alimentos que ingiere.
- Evalúe las diferencias entre los resultados obtenidos en b) y las estimaciones hechas en c).

actividad 8

Aporte energético de un vaso de leche

información

En una dieta variada, la leche es un alimento particularmente valioso por su contenido en proteínas de elevada calidad. En la actualidad, además de la leche entera, se expenden diversas formas de leche, “tratadas” industrialmente, como la leches evaporadas, condensadas, descremadas, etc.

Las leches evaporadas y condensadas son aquellas que han sido industrialmente desecadas, quitándole parte de su contenido en agua, mientras que la leche descremada es aquella a la que se le ha extraído toda su grasa.

De este modo, el aporte energético de la leche descremada está dado básicamente por las proteínas y los carbohidratos presentes en ella.

En porcentajes, la leche descremada contiene aproximadamente un 3,4% de proteínas, un 4,9% de carbohidratos y un 91% de agua.

- Calcule la cantidad de proteínas, expresada en gramos, que hay en un vaso de leche descremada.
- Calcule la cantidad de carbohidratos, expresada en gramos, que hay en 245 gramos de leche descremada.
- Sabiendo que carbohidratos y proteínas proporcionan aproximadamente la misma cantidad de kilocalorías por gramo (aproximadamente 4 kcal/g de nutriente), calcule la cantidad de kilocalorías que aporta un vaso de leche descremada.

d) La suma de los valores porcentuales de carbohidratos, proteínas y agua presentes en la leche descremada da una cifra inferior al 100%, ¿qué explicación encuentra para esto?

e) Sabiendo que en una misma cantidad de leche entera (245 gramos) hay 8,5 gramos de proteínas, 8,5 gramos de lípidos y 12,0 gramos de carbohidratos: calcule la cantidad de kilocalorías que se eliminan al quitarle la grasa a la leche.
(Tome en cuenta que cada gramo de grasa aporta aproximadamente 9 kilocalorías)

actividad 9

Comparación entre la leche humana y la leche de vaca

información

A diferencia de otros animales, el hombre consume leche de otros animales para alimentarse. Pero en los bebés, la propia leche materna es su único alimento natural, por lo menos durante los primeros meses de vida. Distintas organizaciones sanitarias y de atención a la niñez viene recomendando desde hace ya algunas décadas, la lactancia natural, entendiendo que ésta constituye “una base biológica y psicológica única para el desarrollo del niño”. Un dato importante: Excepto por lo que se refiere a algunas vitaminas, los estudios han demostrado que la composición de la leche humana es en gran medida independiente del estado nutricional de la mujer.

a) Analice el siguiente cuadro en el que se expresa la composición promedio de muestras de 245 gramos de leche humana y leche de vaca.

Nutriente	Leche	
	Humana	Vacuna
Proteínas	3,67	8,3
Grasas	9,8	8,3
Carbohidratos	16,65	12,0
Calcio	0,073	0,38
Fósforo	0,025	0,20
Vitamina C	0,125	0,025

a) ¿Qué nutrientes se encuentran en exceso en la leche vacuna para la alimentación del bebé?

b) ¿Sería necesario suplementar (agregar a) la leche vacuna con algún nutriente para una eventual alimentación del bebé con este alimento?

Clasificación de residuos en el agua

información

Las aguas urbanas pueden ser afectadas por diversos factores que deterioran su calidad transformándola en un riesgo para la salud. Claro que no se trata sólo de agua que bebemos sino también de aquella que utilizamos para lavar los alimentos. Así por ejemplo, el cólera es una enfermedad transmitida por un microorganismo que contamina las aguas. El contraer esta enfermedad está relacionado principalmente con el consumo de agua contaminada para beber o para lavar los alimentos. Ciertamente, aquellas personas que viven en lugares con agua potable tienen escasas posibilidades de contraer esta enfermedad por alguna de las vías mencionadas, no obstante deben cuidar de lavar muy bien los alimentos, ya que muchas veces la contaminación procede de las aguas utilizadas en el riego de alimentos de origen vegetal o para el consumo animal. Las aguas negras que llevan los excrementos y desechos domiciliarios son una fuente importante de contaminación, ya que éstos traen consigo muchos microorganismos. Del mismo modo, en regiones donde existen fábricas que vierten sus desechos a los cursos de agua, debe estarse prevenido contra la intoxicación por metales tales como el plomo, el mercurio, el cobre, etc. Una vía frecuente para la intoxicación con algunos de estos productos suele estar dada por la alimentación con peces que viven en dichas aguas.

Esta actividad es para realizar con todo el grupo:

- a) Tomen muestras de agua de distinto origen, por ejemplo: agua corriente, agua de pozo, agua de río, agua de laguna, agua destilada. (Para ello será necesario utilizar frascos, como los de mermelada limpios y llenar cada uno hasta la mitad de su volumen).
- b) Formulen por escrito en un mural o en la pizarra, qué contaminantes potenciales creen que pueden estar presentes en cada muestra de agua.
- c) Filtren cada muestra, trasvasándola a otro frasco similar, utilizando un embudo y papel del filtro. (Conserve los filtros).
- d) Luego pongan a hervir el agua filtrada de cada muestra hasta que se evapore.
- e) Elaboren un listado minucioso de los residuos hallados en los filtros y en los frascos luego de la evaporación.
- f) Organicen una clasificación propia de las sustancias halladas.
- g) Discutan los resultados obtenidos y compárenlos con las hipótesis que formularon al iniciar la actividad.

actividad 2

El agua del barrio

información

En muchos lugares se realiza el tratamiento de las aguas cloacales provenientes del uso domiciliario antes de su vertido al río o laguna, receptor, que es al mismo tiempo, la fuente que abastece de agua a la ciudad. Sin embargo no suele ocurrir lo mismo con el agua de lluvia que “lava” la ciudad y que muchas veces arrastra tantos contaminantes como las aguas cloacales. Ciertamente existen zonas donde el vertido de las aguas residuales se realiza sin ningún tipo de tratamiento previo. Además existen zonas donde el agua para el consumo proviene de las napas subterráneas

a) Averigüe:

- ¿Cuáles son las fuentes de agua que abastecen al barrio o ciudad en la que vive?
- ¿Dónde está ubicada la planta potabilizadora?
- ¿Cuál es el tipo de tratamiento al que son sometidas las aguas residuales antes de ser vertidas a la fuente?
- ¿Qué acciones personales o comunitarias podrían llevarse a cabo para disminuir los niveles de contaminación de las aguas residuales?

actividad 3

Mural de recortes periodísticos sobre alguna controversia en calidad alimentaria

información

Es frecuente la aparición en los medios informativos de un acontecimiento sobre el que se establece controversia como por ejemplo: la producción de alimentos transgénicos o algún caso resonante de intoxicación o contaminación alimentaria. Generalmente es posible obtener recortes periodísticos que exponen puntos de vista diferentes sobre la cuestión, los que además suelen provenir de los distintos sectores implicados, las autoridades responsables del control, los productores, los integrantes de ligas de consumidores, los ciudadanos en general y los científicos independientes o vinculados a algunos de los sectores anteriores.

a) Seleccione alguna cuestión que por su atención social despierte el interés del grupo. Durante un tiempo, recorten los artículos que aparezcan en los periódicos.

b) Resumir el contenido de cada artículo:

- Sustituir el título por otro titular elaborado por los alumnos que sea breve pero que dé idea del contenido.
- Elaborar un subtítulo algo más extenso (4 o 5 líneas) en el que se recoja la idea o ideas clave del artículo.

c) Con los recortes de prensa y la interpretación de los alumnos, elaborar un mural en el que se recojan:

- El motivo u origen de la controversia.
- Las opiniones sostenidas por cada parte implicada.
- Las conclusiones de los alumnos.

actividad 4

Mitos y verdades sobre la alimentación

Hay una serie de conceptos sobre la alimentación y la higiene alimentaria que, con el tiempo, se han convertido en creencias sustentadas en ideas falsas o equivocadas.

a) Responda el siguiente cuestionario.

1. ¿Hay alimentos buenos y alimentos malos?
2. ¿Hay alimentos que curan enfermedades?
3. ¿Son más saludables y seguros los alimentos tomados en su origen?
4. ¿Los alimentos crudos son mejores que los cocinados?
5. ¿Los alimentos frescos tienen mayor valor nutricional que los cocinados?

b) Discuta sus respuestas con sus compañeros y busquen consensos y disensos en el grupo.

c) Analicen las respuestas que, desde una visión científica, se pueden ofrecer sobre estas cuestiones.

Mitos y verdades sobre los alimentos

- ¿Hay alimentos buenos y malos?

FALSO. Todos los alimentos que llegan al consumidor deben ser seguros. En nutrición, sólo existen dietas correctas y dietas incorrectas. Una dieta variada es en general una dieta equilibrada, pero individualmente, no hay alimentos buenos y malos. También hay que tener en cuenta que, de algunos alimentos, conviene limitar su consumo, así como otros deben consumirse con mayor frecuencia.

- ¿Los alimentos curan enfermedades?

FALSO. Los alimentos pueden ayudar a prevenir la aparición de ciertas enfermedades, pero no las curan. Los productos alimentarios no tienen poder terapéutico.

- ¿Los alimentos pueden ayudar a tratar enfermedades?

VERDADERO. Las aguas minerales y determinados productos alimenticios dietéticos pueden ayudar a tratar enfermedades; al igual que, en algunos casos, los alimentos de consumo ordinario como elementos integrantes de dietas específicas.

- ¿Los alimentos en el origen son más seguros que en los comercios?

FALSO. Los alimentos deben pasar controles de seguridad alimentarios y en las granjas y en las huertas no siempre han sido sometidos a estos controles.

- ¿La leche recién ordeñada es mejor que la tratada térmicamente?

FALSO. La leche debe ser sometida a un tratamiento térmico para garantizar su inocuidad. Sólo así se evita la aparición de ciertos tipos de fiebres.

- ¿Las frutas y hortalizas tomadas de la planta son más saludables que las que se venden en los establecimientos comerciales?

FALSO. Pueden tener residuos de pesticidas y/o herbicidas que provocan reacciones tóxicas en el organismo.

- ¿Los alimentos crudos son mejores que los cocinados?

FALSO. Hay alimentos que, si no están bien cocinados, pueden provocar reacciones tóxicas o alérgicas.

- ¿Los alimentos frescos tienen mayor valor nutricional que los cocinados? VERDADERO. Existen vitaminas y minerales que se eliminan con la cocción, ya que son hidrosolubles y termolábiles.

actividad 5

Encuesta de ideas y costumbres sobre la alimentación

- Realice la siguiente encuesta a por lo menos dos personas de su entorno (compañeros de trabajo, vecinos, familiares, etc.).
- En grupos analicen las preguntas y las respuestas dadas en las distintas encuestas. Representen gráficamente los resultados.

encuesta

Encuesta

- ¿Consumes alimentos de fabricación o producción casera (huevos de granja, leche recién ordeñada, embutido casero, etc.)?
Nunca / Ocasionalmente / Frecuentemente
- Si pudieses, ¿consumirías preferentemente leche comprada directamente al tambo en lugar de envasada?
Sí. ¿Por qué? / No. ¿Por qué?
- ¿Conoces algún alimento que cure alguna enfermedad?
Sí. Indica cuál: _____ / No
- ¿Las frutas y verduras tomadas directamente de la planta o compradas directamente a un quintero son más sanas que las compradas en la frutería?
Sí. ¿Por qué? _____ / No. ¿Por qué? _____
- ¿Comer todos los alimentos crudos es mejor que cocinarlos?
Sí. ¿Por qué? _____ / No. ¿Por qué? _____

- Busque información que permita aportar nuevos conocimientos sobre los mitos y verdades de los alimentos.
- Analice los resultados de la encuesta a partir de lo estudiado en la actividad anterior “Mitosis y verdades de los alimentos”.

actividad 6

Conservación de alimentos

información

Los procedimientos de conservación de alimentos se apoyan en la utilización de:

- Elevadas temperaturas que destruyen los microorganismos: esterilización, pasteurización.
- Bajas temperaturas: refrigeración y congelación que impiden el crecimiento de los microorganismos y retrasan los cambios que lo envejecen
- Eliminación del contenido en agua, total o parcial: deshidratación, liofilización.
- Adición de sustancias que modifican el medio interno del alimento, vinagre, limón, azúcar, sal.
- Uso de aditivos autorizados con diferentes funciones
- Tratamiento con radiaciones ionizantes mediante procedimientos controlados y autorizados que producen los mismos efectos en los alimentos que la esterilización.

Para realizar esta actividad será necesario que busque información respecto de la forma de conservación de algunos alimentos de consumo más frecuente: huevos, pescado, lácteos y derivados, conservas, pan, carnes, embutidos y fiambres, platos preparados y frutas. Para ello pueden utilizar sus propios conocimientos sobre el tema, libros de cocina, de manuales de conservación, de publicidades, etcétera.

Complete una ficha relacionando cada alimento con su tipo de conservación.

actividad 7

Una técnica para la conservación de bebidas

información

“Louis Pasteur (1822-1895) hacia 1870, investigando por pedido de los productores las causas del deterioro de la cerveza una vez elaborada, fue quien identificó el papel que cumplía los microorganismos en la putrefacción de los alimentos. Pero sus trabajos no sólo se limitaron a describir los efectos de las fermentaciones en los alimentos y bebidas sino que además ideó una técnica para la preservación de alimentos líquidos de la descomposición o putrefacción. Esta técnica, denominada luego en su honor “pasteurización” sigue utilizándose actualmente.”

Investigue:

- a) ¿Qué bebidas son sometidas a pasteurización actualmente?
- b) ¿En qué consiste la técnica de pasteurización?
- c) A pesar de estar sometidas a pasteurización, muchas bebidas se descomponen luego de cierto tiempo, ¿a qué atribuye este fenómeno?

actividad 8

Costumbres y conservación de los alimentos

información

- a) Lea el siguiente texto y formule un juicio respecto a la relación existente entre algunas costumbres alimentarias y la higiene de los alimentos involucrados en ellas.

“Entre nosotros y en todo el mundo occidental, la calidad de un huevo es evaluada esencialmente por su frescura. En otras culturas, como entre los esquimales, son consideradas verdaderas exquisiteces los huevos fermentados o ¡podridos!.

Por su parte, en ciertas regiones con frecuencia se aconseja para las aves como las perdices o becasinas que, una vez cazadas, se las cuelgue hasta que “huelan”. Más aun, algunos llegan a recomendar que las perdices, por ejemplo, se cuelguen por la cabeza hasta que, por efecto de la descomposición, el cuerpo se desprenda y caiga. Sólo entonces estarán listas para cocinarlas.” (adaptado de “Los alimentos y la salud”, OMS).

- b) Intercambie con el grupo de estudio sus reflexiones sobre lo leído.
- d) ¿Conoce usted algunos ejemplos de costumbre alimentarias controvertidas en relación con la higiene alimentaria? Intercambie y discuta la información obtenida con sus compañeros.

actividad 9

Interpretación de una etiqueta

Busque etiquetas variadas de productos y responda las siguientes preguntas:

- a) ¿Existe en alguna/s de las etiquetas una dirección o número de teléfono al que pueda dirigirse en caso de reclamo o queja?
- b) ¿Hay en la/s etiquetas que obtuvo alguna información referida al modo de conservación del alimento contenido en el envase? ¿Se indica algún lugar? ¿Se establece algún tiempo? ¿Puede guardárselo una vez abierto el envase?
- c) Observando el envase del producto, ¿en qué cree que se basa la conservación del alimento que contiene? ¿Cuál es el fundamento de que no sea descompuesto por los microorganismos? ¿Contra qué otros factores está protegido?
- d) Algunas de las etiquetas o envases que obtuvo indican la presencia de aditivos en el alimento envasado? ¿Qué función cumple cada uno?

actividad 10

Lectura de etiquetas

Lea el siguiente caso:

“Las etiquetas de dos alimentos diferentes indican lo siguiente:

-La etiqueta del alimento A, señala que éste tiene un peso neto de 100 gramos y que su contenido calórico se compone de 50% de proteínas y 50% de grasas.

-La etiqueta del alimento B, señala que éste tiene un peso neto de 100 gramos y que está compuesto en un 60% por proteínas y en un 40% por grasas.”

Analice:

- a) ¿Cuál de los dos alimentos contiene mayor cantidad de grasas?
- b) Compare su respuesta con la que se incluye al final de la actividad.
- c) ¿Qué reflexión le merece esta actividad respecto del modo en que a veces se presenta la información en las etiquetas de los alimentos?

Nota. El alimento B contiene más calorías, provenientes de las grasas, que el A, ya que en B, los valores de proteínas y de grasas están expresados en porcentajes de peso. Entonces, en 100 gramos de **alimento B** hay **60 gramos de proteínas** y **40 gramos de grasas**. Tomando en cuenta que cada gramo de grasa aporta unas 9 kilocalorías, mientras que cada gramo de proteína aporta 4 kilocalorías, observe que en el alimento B hay un total de 600 kilocalorías de las cuales 240 kcal provienen de las proteínas, mientras que 360 provienen de las grasas. Es decir en el alimento B un 60% de las calorías proviene de las grasas, mientras que en el alimento A, sólo la mitad de las calorías proviene de las grasas.

Dieta equilibrada en el adulto

A continuación se presentan dos tablas con valores aproximados de peso según altura y contextura para ambos sexos.

NOTA: Estas tablas fueron elaboradas especialmente por los autores para esta actividad a partir de la consulta con fuentes diversas.

Tabla de alturas (m) y pesos (kg) para personas adultas de entre 25 y 60 años, medidos vestidos y calzados.

Hombres

Altura	Contextura		
	pequeña	mediana	grande
1,51 – 1,55	58 - 61	59 - 64	62 - 69
1,56 – 1,60	60 - 63	61 - 67	64 - 72
1,61 – 1,65	61 - 65	62 - 69	65 - 76
1,66 – 1,70	62 - 68	64 - 72	67 - 79
1,71 – 1,75	67 - 71	67 - 75	70 - 83
1,76 - 1,80	70 - 74	70 - 78	73 - 86
1,81 - 1,85	71 - 77	73 - 82	76 - 91
1,86 – 1,90	73 - 80	77 - 85	80 - 95

Mujeres

Altura	Contextura		
	pequeña	mediana	grande
1,45 – 1,49	46 - 51	49 - 55	52 - 60
1,50 – 1,54	47 - 53	50 - 58	53 - 63
1,55 – 1,59	48 - 56	53 - 61	57 - 66
1,60 – 1,64	51 - 59	56 - 64	60 - 70
1,65 – 1,69	54 - 62	58 - 67	63 - 75
1,70 - 1,74	57 - 65	61 - 70	66 - 78
1,75 - 1,79	60 - 68	64 - 73	70 - 81

información

Previo a la realización de la actividad registre su peso y su altura.

a) Ubique en la tabla anterior el intervalo de altura que le corresponda.

b) Estime un valor para su contextura.

c) Identifique el intervalo de peso que le corresponda.

d) Analice si su peso se encuentra dentro del intervalo de la tabla o si su peso está por fuera de los límites de éste. ¿Se encuentra usted dentro de los valores estándares de peso? ¿Tiene usted sobrepeso, según los parámetros de la tabla?

actividad 2

El valor de las tablas

- a) Utilizando las tablas de peso y altura, analice las siguientes situaciones:
- Dos mujeres A y B pesan ambas 68 kilos y miden 1,73 m. La mujer A no presenta sobrepeso, en cambio la mujer B está excedida de peso. ¿Cómo explicaría esta diferencia?
 - Un hombre y una mujer, ambos de contextura mediana y con una altura de 1,67 m desean conocer el promedio estimado para su peso según la tabla. Calcule el valor que le correspondería a cada uno. ¿A qué atribuye que el valor obtenido para el varón sea mayor que el obtenido para la mujer?
 - Una hombre de contextura mediana de 1,72 m de altura a los 25 años pesaba 73 kg y se encontraba dentro de los límites establecidos de peso. 30 años después, continúa pesando lo mismo. Sin embargo al consultar al médico, éste le indica que tiene sobrepeso. ¿Cómo podría explicar esta situación?
- b) A partir de su respuesta anterior, discuta con el grupo de compañeros el valor relativo de estas tablas.

actividad 3

Otra forma de calcular el “peso saludable”

información

Para determinar si una persona se encuentra excedida de peso (o por debajo del peso deseado), los nutricionistas recurren a una fórmula de rápida resolución conocida como Índice de Masa Corporal (IMC). Este índice surge de una relación entre el peso en kilogramos de cada persona y su estatura expresada en metros. La fórmula que se aplica entonces para el cálculo del IMC es la siguiente:

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso en kg}}{(\text{Estatura en m})^2}$$

Obtenido el valor del IMC para una persona, se compara éste con los datos de referencia y se determina su nivel de obesidad.

- a) Determine su peso en kg y su estatura en m.
 b) Proceda a calcular su propio IMC.
 c) Compare el resultado obtenido con los datos de la siguiente tabla y determine su nivel de peso.

Índice de masa corporal (IMC)	Nivel de peso
Menor a 18,5	Peso bajo
18,5 a 24,9	Peso saludable
25 a 29,9	Sobrepeso
30 a 34,9	Obesidad leve
35 a 39,9	Obesidad moderada
40 o más	Obesidad grave

- d) Compare los resultados que ha arrojado su estimación de “peso saludable” según el IMC y aquella que ha hecho en la actividad 1 de este bloque.

actividad 4

Las dietas de moda

información

Periódicamente se difunden por los distintos medios de comunicación dietas de múltiples formas y con diversos nombres, dirigidas a la pérdida de peso. Es frecuente por ejemplo, la difusión de dietas basadas en el consumo casi exclusivo de algún alimento (dieta del pomelo, dieta de la manzana, etc.) o aquellas que hacen hincapié en la disminución brusca de la presencia de algún grupo de nutrientes de la dieta. Ejemplo: Dieta de las “tres P”, dieta pobre en carbohidratos basada en la supresión en las comidas del Pan, las Pastas y las Papas.

Característicamente la mayoría de las publicidades destinadas a la difusión de este “tipo” de dietas por los medios de comunicación, centran el mensaje en la rapidez con que se produce la pérdida de peso y en la facilidad que supone el cumplimiento de la dieta. Claro que no sólo es discutible la eficacia de las mismas sino que también han de considerarse los riesgos que su adopción puede suponer para la salud.

Busque algunas publicidades y anuncios sobre dietas de adelgazamiento en revistas y diarios de actualidad.

- a) Reúnan en el grupo todas las publicidades y realicen las siguientes actividades.
- Clasifiquen las dietas de acuerdo con la principal ventaja que resalta la propaganda. A modo de ejemplo: Muchas dietas se anuncian como veloces (“pierda medio kilo por día”) o fáciles (“sin esfuerzo y comiendo de todo, pierda dos kilos por semana”).
 - Debatan en el grupo sobre las “soluciones” que presentan estos anuncios. Escriban las conclusiones alcanzadas.

- b) Analicen el siguiente cuadro que contiene información sobre la cantidad de calorías que consume (gasta) una persona diariamente según su peso y el tipo de actividad que realiza.

Tipo de actividad	45 kg	55 kg	65 kg	75 kg
Baja	1200	1450	1700	2000
Moderada	1600	1950	2300	2600
Alta	2000	2400	2850	3250

- c) ¿Cuál es el gasto máximo de calorías consignado en la tabla anterior?
- d) Realice una estimación de su propio gasto calórico diario.
- e) Considerando que medio kilo de grasas contiene unas 3.500 calorías, ¿resultará posible que una persona pierda esa cantidad de grasas por día?
- f) Revise de acuerdo con su respuesta anterior las conclusiones del debate sobre las dietas “rápidas y fáciles”.

actividad 5

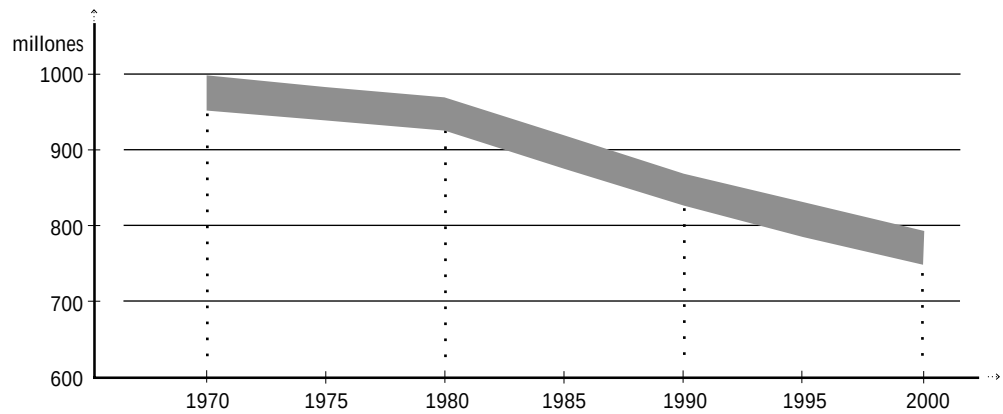
El hambre en el mundo

información

La delgadez puede tener diferentes orígenes. Uno de ellos es la indisponibilidad de suficientes alimentos para satisfacer las necesidades del organismo. Por cierto este es el caso de malnutrición por defecto más extendido en el mundo. Actualmente se estima que más de la mitad de los 5000 millones de habitantes del planeta están faltos de los nutrientes necesarios.

a) Analice el siguiente cuadro:

Subalimentación en el mundo



b) Responda las siguientes preguntas:

- ¿Cómo pueden interpretarse las variaciones que muestra el gráfico desde 1970 hasta el año 2000 en el número de personas subalimentadas en el mundo?
- Elabore alguna hipótesis que explique la variación ocurrida a partir de 1980 hasta el año 2000.
- Confronte su hipótesis anterior con información que puede obtener en algún texto de historia.

3

Información adicional para el docente

Alimentos y nutrición

Energía y nutrientes

La mayor parte de nuestras comidas resultan de la combinación de diversos alimentos. Así por ejemplo la elaboración de una milanesa supone la combinación de pan, carne huevos, etc. Además la cocción de éstas supone el agregado de aceite o manteca o margarina según el gusto y modo elegido por su cocción.

En efecto, la nómina de elementos de origen vegetal o animal que constituyen nuestros alimentos es extensa y diversa y por cierto más diversa y extensa aún las comidas que a partir de ellos pueden elaborarse. Sin embargo toda la diversidad de alimentos que pueden componer nuestra dieta está integrada por sólo seis grupos de nutrientes. Proteínas, carbohidratos, lípidos, vitaminas, minerales y agua.

Aunque algunos alimentos como los aceites y el azúcar refinados contienen sólo un tipo de nutrientes, lípidos u carbohidratos respectivamente, la mayoría de los alimentos están compuestos por nutrientes de los diversos grupos e incluso muchos de ellos contiene representantes de los seis grupos.

Composición en nutrientes de algunos alimentos*

Alimento	Agua (en %)	Carbohidratos (en g)	Proteínas (en g)	Lípidos (en g)	Minerales (en mg)	Vitaminas (en mg)
Arroz integral	13	78,5	7	1,5	240	4,25
Arroz blanco	12	80	7	0,5	115	3
Pan de trigo	23	63,5	11	2	150	2,5
Banana	72,5	26	1,2	0,2	36,5	17,5
Papa pelada	79,5	18,5	2	0,1	47	2,5
Garbanzo	9	62	20	6,5	450	4,2
Soja (seca)	12	64	24	1,5	425	7,2
Almendra	4,5	22,5	18,5	54	735	5,2
Calabaza	91	8,3	0,6	0,2	51,5	320,5
Coliflor	89,5	7,5	3	0,1	96,5	86
Tomate	94	5,2	0,8	0,3	31,5	83
Pomelo	90,5	9,3	0,5	0,2	52,5	35,3
Pollo (pata)	74,5	0	20,6	3,5	200	12
Morcilla	71	1	18,5	8,5	107	23
Huevo (gallina)	75,5	2,7	11,5	10	260	0,6
Sardinas en aceite60	0	0	25,5	12	602	7,6
Miel de abeja	21,5	78	0,2	0	37	4,4
Jugo de limón	91,5	7,8	0,3	0,2	20,5	51,2

Los valores indican el contenido aproximado en nutrientes por cada 100 gramos de alimento.

* (adaptada por los autores de fuentes diversas)

Los carbohidratos

Los carbohidratos que integran los alimentos de consumo frecuente pueden agruparse en **monosacáridos** (por ejemplo, la *glucosa*), **disacáridos** (por ejemplo, la *sacarosa* de la caña de azúcar y la lactosa presente en la leche) y **polisacáridos** (por ejemplo, *almidón* y *celulosa*). Los distintos carbohidratos, con excepción de la celulosa, son transformados en el organismo durante la digestión en glucosa, la que actúa fuente energética fundamental en la respiración celular.

La celulosa, aunque indigerible para el organismo y por lo tanto inútil como fuente de energía, cumple según entienden numerosos científicos un papel importante en nuestra alimentación. Muchas investigaciones apuntan a demostrar el papel positivo de la fibras en la eliminación de las heces y por ello las asocian con la prevención de enfermedades intestinales.

Por otra parte al favorecer una eliminación más rápida y mayor de residuos digestivos, evitando una mayor asimilación de nutrientes, las fibras podrían actuar como un importante factor coadyuvante para la baja de peso. Sin embargo ni la acción preventiva de ciertas enfermedades es unánimemente avalada ni los efectos adelgazantes producen los resultados espectaculares que muchas veces la publicidad de productos elaborados en base a fibras señalan.

Los lípidos

Pertenecen a este grupo de nutrientes prácticamente todas aquellas sustancias de origen animal o vegetal que vulgarmente conocemos con el nombre de *grasas* y *aceites*. Los lípidos desempeñan funciones tanto estructurales como de reserva energética para las células.

La mayoría de las grasas y aceites pertenecen a una familia de compuestos químicos conocidos como *triglicéridos*, llamados así porque cada unidad está compuesta por la combinación de tres *ácidos grasos* y una unidad de *glicerol* también conocido como *glicerina*. Sin entrar en demasiados detalles, desde el punto de vista químico los ácidos grasos que componen los Triglicéridos se subdividen en los siguientes grupos: I) ácidos grasos saturados, que son los que componen la mayoría de las grasas, II) ácidos grasos monoinsaturados, como por ejemplo el presente en el aceite de oliva y III) los ácidos grasos poliinsaturados presentes en los aceites vegetales, excepto el de oliva.

Las investigaciones muestran que las grasas animales saturadas elevan el colesterol en sangre y de ese modo contribuirían a la aparición de enfermedades cardíacas, mientras que los aceites poliinsaturados podrían tener un efecto preventivo sobre este tipo de enfermedades. De allí las recomendaciones de diferentes organismos sanitarios respecto de reemplazar grasas saturadas por aceites poliinsaturados en la dieta.

Las proteínas

Las proteínas constituyen la parte más importante de todos los tejidos vivos después del agua. Tanto las membranas celulares, como los orgánulos internos y muchos materiales que se depositan en los intersticios de los tejidos están compuestos de proteínas. Por cierto las enzimas, grupo de sustancias que regulan las reacciones químicas celulares son proteínas.

Si bien las proteínas están presentes en prácticamente todos los alimentos, las carnes, la leche y sus derivados, los huevos y el pescado son especialmente ricos en este nutriente.

En la siguiente tabla modificada se expresan las recomendaciones de la OMS y la FAO respecto de la ingesta diaria de proteínas

Edad	Peso (en kgr)	Necesidad diaria de proteínas (en gr) *
Bebé 6 - 11 meses	8 a 9,5	14 a 19
Niño/a 1 - 3 años	13,5	16 a 23
Niño/a 4 - 6 años	20	20 a 29
Niño/a 7 - 9 años	28	25 a 35
Varón 10 - 12 años	37	30 a 43
Varón 13 - 15 años	51,5	37 a 53
Varón 16 - 17 años	63	38 a 54
Mujer 10 - 12 años	38	29 a 41
Mujer 13 - 15 años	50	31 a 45
Mujer 16 - 17 años	55,5	30 a 43
Varón adulto (actividad moderada)	65	37 a 53
Mujer adulta (actividad moderada)	55	29 a 41

*las variaciones para cada nivel etario en los requerimientos diarios de proteínas diarias obedecen a la calidad de éstas incluidas en la dieta.

Las vitaminas

En el año 1912, el inglés F. Hopkins demostró que para un normal crecimiento se requerían se requerían en la dieta ciertos factores accesorios, además de carbohidratos, lípidos y proteínas.

Poco tiempo después se produjo el primer descubrimiento de uno de estos factores al que se caracterizó químicamente como perteneciente al grupo de las *aminas*. Se adoptó entonces, el nombre común de vit-aminas ("*aminas vitales*") para todos estos compuestos necesarios en la dieta, aun cuando después muchos de los identificados no pertenecieran al grupo de las aminas. Aún cuando no forman parte ni del combustible celular ni de los elementos estructurales de las células, las vitaminas son imprescindibles aunque en cantidades muy pequeñas para que tanto la producción de energías como la formación de tejido tenga lugar en el organismo.

Actualmente se conocen algo más de una decena de vitaminas necesarias para el hombre. Algunas de estas están presentes en las partes grasas del alimento y por eso se las conoce como *liposolubles*, mientras que las restantes, las *hidrosolubles*, se hallan disueltas en las partes acuosas del alimento.

El agua

El agua representa aproximadamente el 75% de nuestro peso corporal, estando una parte de ella contenida en el interior de las células donde tiene por principal función mantener en disolución a las enzimas y demás sustancias orgánicas. También el agua es permite en tanto que componente de la sangre, el transporte de sustancias. Por otra parte el agua es el componente mayoritario de la orina cumpliendo así una función primordial en la excreción. Por último el agua es reguladora del PH y de la temperatura corporal.

Es indudable que la mayor cantidad de agua que incorporamos a nuestro cuerpo la bebemos como tal o formando parte principal de las bebidas. Pero también los alimentos sólidos contienen agua (véase la tabla anterior) y el mismo metabolismo de los alimentos produce *agua metabólica* en el interior de nuestro cuerpo.

La falta de agua en el cuerpo puede traer aparejado la acumulación de desechos metabólicos en la sangre, ya que se reduce la orina y con ello el envenenamiento de los tejidos. Es fácil entender entonces que, aun cuando podamos vivir sin comer una considerable cantidad de tiempo, difícilmente viviríamos más de cinco días sin beber agua. Una situación bien paradójica es la que se presenta cuando se beben bebidas alcohólicas en exceso, ya que éstas tiene efectos diuréticos y inducen a la eliminación de una cantidad de agua a través de la orina, mayor de la que correspondería según lo

bebido. La “resaca” que sucede a una ingesta abundante de alcohol se debe en gran parte a la deshidratación producida por la misma, de modo que una buena receta para evitarla consiste en beber inmediatamente importantes cantidades de agua.

Los minerales

Los minerales que el organismo necesita desempeñan diversas funciones. Algunos como el calcio son componentes estructurales de los huesos y de los dientes. El hierro es un componente fundamental de la hemoglobina, el pigmento de la sangre que transporta el oxígeno. Pero esto y otros minerales cumplen también funciones similares a las de las vitaminas, regulando las reacciones químicas celulares.

Los grupos básicos de alimentos: composición nutricional y consumos recomendados

No existe ningún alimento que contenga todos los nutrientes esenciales. El trigo y la harina integrales carecen de vitaminas A, B12, C y D, y contienen muy poco calcio. Sin embargo poseen mucha fibra dietética. La carne de ternera contiene muy poco o casi nada de calcio, vitaminas A, C, D, y fibra pero posee hierro y vitamina B12. Al tomar los dos grupos de alimentos, recibimos los elementos procedentes de ambos, pero necesitamos añadir cítricos o ensaladas que aporten la vitamina C, y leche o queso que contienen vitamina D y calcio. Diversas organizaciones internacionales como por ejemplo la Organización Mundial de la Salud recomiendan integrar la dieta diaria con raciones de cada uno de los siguientes seis grupos:

- Grupo 1: leche y derivados: quesos y yogur.
- Grupo 2: carne vacuna, aves, huevos, pescado, legumbres y frutas secas.
- Grupo 3: verduras y hortalizas.
- Grupo 4: frutas.
- Grupo 5: pan, pasta, cereales, arroz.
- Grupo 6: grasas, aceites y dulces.

Según la función que cumplen en el organismo, los alimentos se clasifican en:

- *Alimentos plásticos o formadores* son aquellos ricos en sustancias imprescindibles para la formación y mantenimiento de nuestra estructura: proteínas y calcio: Grupos 1 y 2. También son ricos en general en hierro, zinc, vitaminas A, D y vitaminas del grupo B.
- *Alimentos energéticos* son los ricos en sustancias energéticas: Grupos 5 y 6. Aportan principalmente hidratos de carbono y algo de lípidos.
- *Alimentos reguladores* son aquellos ricos en vitaminas y minerales, imprescindibles para que tengan lugar las reacciones químicas del metabolismo: Grupos 3 y 4, ricos en vitaminas C, beta - caroteno y fibra dietética.

Según los expertos, para el logro de una dieta equilibrada, es necesario incorporar diariamente raciones dietéticas recomendadas (RDR) de todos los grupos básicos de alimentos. Claro que el tamaño o la cantidad correspondiente a cada ración varía de un alimento a otro aún dentro de un grupo. Valga a modo de ejemplo considerar para ello que las legumbres y los frutos secos poseen un 30% menos de proteínas que las carnes. Además no basta con tomar diariamente raciones del mismo alimento de cada grupo sino que hay que variarlos por dos razones:

- 1) Los nutrientes característicos de cada grupo varían mucho entre los alimentos del mismo.
- 2) Las toxinas y contaminantes naturales se distribuyen en todos los grupos. Cuanto más variada sea la alimentación, menor será la posibilidad de que se tomen en cantidades dañinas.

Por otra parte algunos expertos consideran que se hace complicado para las personas “organizar” su dieta a partir de recomendaciones tan sutiles como el conocimiento de las diferentes raciones. Más aun algunos entienden ya que la sola necesidad de recordar la clasificación de los alimentos en seis grupos supone una complicación suficiente para dificultar la elaboración consciente por parte de las personas de una dieta diaria o semanal. Así por ejemplo, el Departamento de Nutrición de la Universidad de Harvard sugirió reagrupar los alimentos en cuatro grupos básicos:

- Grupo 1- cereales y derivados
- Grupo 2- leche y derivados

- Grupo 3- carnes, huevos y legumbres
- Grupo 4- hortalizas y frutas.

Como se observa no se incluyen en ninguno de los grupos, ni los dulces, ni las grasas y los aceites por considerar que estas sustancias aunque importantes en la nutrición no suelen faltar en prácticamente ninguna dieta.

Los requerimientos energéticos del organismo y la energía de los alimentos

Todo el calor que nuestro cuerpo produce proviene la combustión controlada de los alimentos. De manera que la cantidad de calor producida diariamente por el organismo es una buena medida de la cantidad de energía proveniente de los alimentos que necesitamos. Por ello, el valor energético de los alimentos se mide en una unidad llamada caloría, la que técnicamente se define como “la cantidad de calor necesaria que hay que suministrarle a 1 gramo de agua para elevar su temperatura desde los 15°C a los 16°C. Muchas veces se recurre para expresar los valores energéticos a la kilocaloría o sea 1000 calorías.

Un procedimiento utilizado para conocer exactamente la cantidad de energía requerida por una persona diariamente consiste en colocarle al sujeto un aparato denominado *respirómetro*. Dado que la combustión del alimento requiere de oxígeno, el empleo de energía puede entonces medirse indirectamente a partir del consumo de oxígeno. El respirómetro realiza precisamente esta tarea, medir la cantidad de oxígeno consumido por una persona en una dada actividad. Así entonces es posible conocer la cantidad de oxígeno que una persona consume en actividades como caminar, andar en bicicleta, realizar algún trabajo, etc.

La tabla que a continuación se expone presenta algunos de los valores obtenidos para el consumo energético por minuto en ciertas actividades.

Energía consumida por minuto por un adulto de 65 kg.

Actividad	Calorías consumidas
En la cama (dormido o en reposo)	1080
De pie (tranquilo)	1750
Trabajo de oficina (sedentario)	1800
Cocina	2100
Limpieza moderada	4000
Poda	8500
Carpintería	4000
Conducción de camiones	1600
Imprenta	2300
Baile	5000 a 7000
Fútbol	Más de 7500

(Adaptado de tabla de energía consumida por minuto por un adulto de 65 kg, OMS)

A partir de estos datos, expertos como los de la OMS y la FAO han estimado algunos valores de referencia para el gasto energético de un varón tipo (65 kg de peso) y una mujer tipo (55 kg de peso).

Varón

	Ocupación activa	Ocupación activa	Ocupación muy activa
Gasto promedio (en 24 hs)	2700 kcal	3000 kcal	3500 kcal
Gasto promedio (por kilo de peso)	42 kcal	46 kcal	54 kcal

Mujer

	Ocupación activa	Ocupación activa	Ocupación muy activa
Gasto promedio (en 24 hs)	2000 kcal	2200 kcal	2600 kcal
Gasto promedio (por kilo de peso)	36 kcal	40 kcal	47 kcal

Como ya se señaló, la dieta está constituida por el conjunto de sustancias que ingerimos habitualmente y que nos permiten mantener un adecuado estado de salud. Ciertamente, una dieta cuantitativamente es correcta cuando aporta la energía suficiente y necesaria para nuestro cuerpo en función de su peso, contextura y nivel de actividad. Pero también una dieta debe aportar vitaminas y minerales en cantidades suficientes, aminoácidos, algo de fibras, etc. De modo que cualitativamente no pueden estar ausentes ninguno de los principales grupos de nutrientes. La contribución porcentual de macro-nutrientes a las calorías totales debe ser:

- 50-55 % carbohidratos
- 30-35% grasas
- 10-15 % proteínas

Tecnología de alimentos

La cadena alimentaria: de la producción al consumo

Todo alimento sigue una ruta integrada por varias estaciones hasta llegar a su terminal "el consumo": Producción, recolección/ sacrificio, transformación, conservación, distribución, almacenamiento, exposición y venta, conservación en la casa, preparación culinaria son las estaciones intermedias de este recorrido. Esta secuencia debe ser impecable ya que el trabajo riguroso en cada una de estas fases, repercute en la seguridad del alimento y el mantenimiento de sus propiedades nutritivas. Durante todos estos procesos de manipulación, un alimento está sometido a alteraciones de diferentes causas:

- *De origen físico* como la desecación en las carnes, la pérdida de las vitaminas por efecto de la luz en los jugos de frutas, la solidificación del aceite por las bajas temperaturas, etc.
- *De origen químico*, como la acidificación en las latas de conserva, enranciamiento de las grasas por efectos de la oxidación etc.
- *De origen biológico*, como los cambios provocados por los propios bacterias y hongos contenidos en el alimento y que originan por ejemplo el ablandamiento en las carnes, pescados y frutas. También pueden clasificarse en este grupo, las agresiones producidas por la acción de insectos (por ejemplo los gorgojos de las legumbres o las larvas de quesos y jamones). Algunos de los riesgos que pueden acarrear precisamente el consumo de alimentos en mal estado son los siguientes:
- La infección con bacterias tales como *Escherichia coli*, *Salmonella*, *Listeria monocytogenes*, *Vibrium cholerae*, algunos virus como el de la hepatitis A y hongos como *Cándida*, *Rhizopus* y *Aspergillus*.

- Otras afecciones frecuentes son las que se vinculan a intoxicaciones con productos de limpiezas, plaguicidas, desratizadores, antibióticos veterinarios, hormonas, etc.
- No se deben dejar de señalar las complicaciones para la salud debidas a agentes físicos que pueden ingerirse con los alimentos indebidamente higienizados. Piedras, restos de papel, barro, plásticos, etc. son ejemplos de materiales que pueden ingerirse con el consabido peligro que ello significa.

La contaminación de los alimentos procede:

- del aire (aunque este es el medio más hostil para los microorganismos al estar expuestos al oxígeno, radiación solar, etc.).
- del agua (muy frecuente, ya que existen muchos microorganismos adaptados a este medio).
- del suelo (medio muy complejo sujeto a múltiples variaciones que ha obligado a determinados microorganismos a desarrollar estructuras resistentes).
- de los propios seres vivos (microorganismos presentes de forma natural sobre cáscaras de huevo, pieles, etc. que puede contaminar el interior en su manipulación).
- de mala manipulación en el tratamiento, el almacenamiento, el transporte y la comercialización.

Existe una gran preocupación en el momento actual en relación con la contaminación producida en los alimentos por los medicamentos que se administran al ganado para su rápido crecimiento, como los anabólicos o para combatir infecciones (antibióticos en general) ya que pueden constituir un riesgo para la salud del hombre. La cría intensiva del ganado o de las aves, constituye por tanto un riesgo si no se mantienen controles rigurosos (recordemos el problema sanitario y económico que trajo consigo la crisis de las "vacas locas" en el Reino Unido o el caso más reciente de los pollos en Bélgica).

El origen más frecuente de las enfermedades transmitidas por los alimentos puede darse por:

- Alimentos preparados con mucha anticipación a su consumo, sin medios de conservación adecuados.
- Alimentos que se dejan a temperatura ambiente.
- Alimentos que, al recalentarse, no adquieren la temperatura suficiente que permita destruir las bacterias patógenas.
- Alimentos que previamente están contaminados, y no se han lavado y cocinado convenientemente.
- Inadecuado proceso de congelación.
- Manipulador portador de gérmenes patógenos (por ejemplo, Salmonella) que maneje los alimentos sin cumplir las normas higiénicas.

Los contaminantes del agua

Según sea la procedencia de los factores que alteran la calidad del agua, las principales formas de contaminación del agua son las siguientes: 1) Orgánica, 2) Biológica, 3) con nutrientes, 4) con metales.

Contaminación orgánica: Es la principal forma de contaminación del agua urbana y está directamente vinculada con el vertido en los cursos de agua de desechos domiciliarios y excrementos. La materia orgánica depositada en el agua es atacada por microorganismos que la descomponen para utilizarla en su respiración. Como consecuencia de ello estos microorganismos consumen grandes cantidades del oxígeno presente en el agua. Cuando la cantidad de oxígeno disminuye sustancialmente, se interrumpe el proceso de degradación de sustancias orgánicas, ya que las bacterias y hongos que lo llevan a cabo mueren dejando su lugar a otros microorganismos capaces de vivir en anaerobiosis (sin oxígeno). Así se acumulan en el medio productos minerales, materia orgánica parcialmente descompuesta y una serie de productos químicos que dotan al agua de olores nauseabundos y fétidos.

Contaminación biológica: es causada principalmente por el vertido de aguas cloacales. La materia fecal suele incorporar al agua microorganismos causantes de enfermedades tales como el cólera, la hepatitis, la disentería, etc.

El abastecimiento de agua potable a la población y el tratamiento de las aguas cloacales por parte de los servicios sanitarios constituyen una importante barrera contra las epidemias por transmisión hídrica.

Contaminación con nutrientes: La acumulación de minerales tales como fosfatos y nitratos provenientes por ejemplo de la descomposición de materia orgánica o de detergentes domiciliarios o industriales provoca en las aguas el “florecimiento” desmesurado de algas, proceso conocido con el nombre de Eutroficación, característico de lagos y lagunas.

Contaminación por metales pesados: El estañado, la galvanización, el curtido de pieles, son algunas de las actividades proveedoras de desechos tales como plomo, cromo., mercurio, cobre. El vertido de estos metales sin tratamiento previo a los cursos de agua son una fuente de contaminación con efectos tóxicos para la salud humana.

La conservación de alimentos

Los procedimientos de conservación de alimentos se apoyan en la utilización de:

- Elevadas temperaturas que destruyen los microorganismos: esterilización, pasteurización.
- Bajas temperaturas: refrigeración y congelación que impiden el crecimiento de los microorganismos y retrasan los cambios que lo envejecen
- Eliminación del contenido en agua, total o parcial: deshidratación, liofilización.
- Adición de sustancias que modifican el medio interno del alimento, vinagre, limón, azúcar, sal.
- Uso de aditivos autorizados con diferentes funciones
- Tratamiento con radiaciones ionizantes mediante procedimientos controlados y autorizados que producen los mismos efectos en los alimentos que la esterilización.

Entre los métodos de conservación física vale destacar los siguientes:

- a) La conservación mediante frío, que se basa en la detención de los procesos químicos enzimáticos y de proliferación bacteriana que se producen en los alimentos a temperatura ambiente. Esta forma de conservación puede ser la *refrigeración*, donde se somete al alimento a temperaturas entre 0° C y 4°C y luego a congelación a temperaturas de -18°C; lo que permite una conservación del alimento durante periodos más prolongados. La denominada *ultracongelación* es una congelación rápida y es el mejor procedimiento de aplicación del frío pues los cristales de hielo que se forman durante el proceso son de pequeño tamaño y no llegan a lesionar los tejidos del alimento.
- b) La conservación mediante la aplicación del calor persigue como objetivo la destrucción de microorganismos perjudiciales y la inactivación de los enzimas. Dependiendo de la temperatura y el tiempo aplicado se obtienen:
 - I) Tratamiento de pasteurización que utiliza temperaturas inferiores a 100°C, entre 65° y 75°C, durante un tiempo de 20 a 30 minutos, dejándolo enfriar rápidamente para destruir bacterias patógenas que pudiera contener el líquido alimenticio, alterando así lo menos posible la estructura física y sus elementos bioquímicos y deben después ser conservados bajo condiciones de frío. Por ejemplo en derivados de la leche: la pasteurización a baja temperatura se realiza de 60°C a 70°C durante 30 minutos, y la pasteurización a alta temperatura se hace de 70°C a 80°C durante 20/30 segundos.
 - II) Tratamiento de esterilización, en el que se aplican temperaturas superiores a 100°C para eliminar toda actividad microbiana. Los esterilizados no necesitan el frío y tienen una duración aproximada de seis meses. Se ha desarrollado el procedimiento de esterilización UHT que

consiste en aplicar elevadas temperaturas durante cortos tiempos para que el mantenimiento de nutrientes en el alimento sea el máximo y las modificaciones de olor y sabor del producto las mínimas. La esterilización de la leche embotellada permite la conservación de la leche en botellas herméticamente cerradas. La uperización consiste en una esterilización sometida a una corriente de vapor de agua recalentado, manteniendo la leche en una corriente turbulenta, a una temperatura de 150°C menos de un segundo, consiguiéndose un periodo mayor de conservación que con la pasteurización.

- III) Los métodos de conservación por deshidratación tienen como objeto eliminar el agua de los alimentos impidiendo, de esta forma, el crecimiento de microorganismos y la actividad enzimática. Se puede llevar a cabo una deshidratación:
- I) parcial del producto, obteniendo alimentos líquidos concentrados como en los extractos de carne y jugos concentrados.
 - II) total, reduciendo el alimento a polvo lo que permite una mejor conservación: leche en polvo, sopas instantánea.

La *liofilización* es la desecación de un producto previamente congelado que mediante sublimación del hielo al vacío. Se consigue así una masa seca que se puede disolver a su vez en agua y que se puede almacenar durante más tiempo al no tener humedad remanente. Es un proceso que permite la máxima conservación del valor nutritivo del alimento.

El método de la irradiación todavía suscita cierta alerta y desconfianza en los consumidores. Consiste en la aplicación sobre el alimento de radiaciones ionizantes bajo un estricto control. Las radiaciones más empleadas son las gamma, obtenidas a partir de la desintegración radioactiva de isótopos de cobalto y cesio. El método es muy eficaz porque prolonga la vida útil de un producto en las mejores condiciones. Existe un símbolo internacional propuesto para identificar, en el etiquetado, los alimentos que han sido sometidos a un proceso de irradiación. Pero el símbolo no aparece en el etiquetado europeo, aunque si debe mencionarse en la etiqueta que el producto o sus ingredientes han sido irradiados.

- d) La conservación de alimentos mediante envasado en atmósferas protectoras se basa en la sustitución de la atmósfera que rodea el alimento por otra preparada específicamente para cada tipo de producto y que inhibe el crecimiento de microorganismos. Actualmente se está aplicando este método extensamente en los denominados productos de cuarta gama como por ejemplo las ensaladas y hortalizas troceadas y listas para su preparación y consumo.
- Los métodos de conservación química están basados en la adición de sustancias que actúan modificando químicamente el producto, por ejemplo disminuyendo el pH:
- I) La salazón consiste en la adición de sal común, que inhibe el crecimiento de los microorganismos, la degradación de los sistemas enzimáticos. El alimento obtenido tiene modificaciones de color, sabor, aroma y consistencia.
 - II) La adición de azúcar cuando se realiza a elevadas concentraciones permite que los alimentos estén protegidos contra la proliferación microbiana y aumenta sus posibilidades de conservación, este proceso se lleva a cabo en la elaboración de leche condensada, mermeladas, frutas escarchadas y compotas.
 - III) El ahumado es un procedimiento que utiliza el humo obtenido de la combustión de materias con bajo contenido en resinas o aromas de humo. El humo actúa como esterilizante y antioxidante y confiere un aroma y sabor peculiar al alimento así tratado. Este procedimiento suele aplicarse tanto en carnes como en pescados y no debe abusarse del consumo de alimentos ya que genera sustancias cancerígenas.
 - IV) La acidificación es un método basado en la reducción del pH del alimento que impide el desarrollo de los microorganismos. Se lleva a cabo añadiendo al alimento sustancias ácidas como el vinagre.

Los aditivos alimentarios

Los aditivos son sustancias que se añaden a los alimentos para que éstos mantengan sus cualidades o recuperen algunas que se han perdido durante su elaboración.

Una gran parte de los alimentos que consumimos pertenecen a la categoría de “preparados”, que sin el empleo de los aditivos no podrían existir. Sólo se autorizan para determinados productos y en cantidades controladas una vez demostrada su inocuidad y utilidad mediante una evaluación científica. Sin embargo, no pueden descartarse posibles efectos acumulativos a largo plazo, por lo que se revisan constantemente a la luz de los conocimientos científicos.

La clasificación de los aditivos por su función en los alimentos es la siguiente:

- *Colorantes*. Devuelven al alimento su color original perdido durante el procesado.
- *Conservantes*. Dificultan el desarrollo de microorganismos, alargándose, así, la duración de los productos.
- *Antioxidantes*. Impiden la degradación de los alimentos por oxidación de las grasas, o después del contacto con el aire una vez abierto el envase.
- *Acidulantes*. Acidifican el alimento, retrasando el desarrollo de hongos y bacterias.
- *Espesantes, gelificantes, emulsionantes y estabilizadores*. Dan a los alimentos las características a las que alude su denominación.
- *Edulcorantes y potenciadores del sabor*. Realzan el sabor del alimento.

La presentación de los alimentos en el mercado

Las etiquetas de los alimentos

La etiqueta facilita al consumidor abundantes datos útiles sobre el producto: le informa sobre el alimento que adquiere y, así, le permite elegir en función de sus gustos y exigencias. La etiqueta tiene que indicar:

siempre

- nombre o denominación del producto alimenticio.
- nombre y domicilio del fabricante, envasador o de un distribuidor.

en la mayoría de los casos

- lista de ingredientes.
- contenido neto (volumen o peso).
- fecha de consumo preferente o fecha de vencimiento.
- lote de fabricación.

a veces (dependiendo del tipo de producto)

- condiciones especiales de conservación.
- modo de empleo.
- cualidades alimenticias.

Una aclaración: El código de barras, presente en muchas etiquetas, no ofrece ninguna información útil al consumidor. Se trata de un sistema de control que, al fabricante y al distribuidor, les facilita la actividad comercial: cantidad de producto disponible, lectura óptica para elaborar el ticket de compra, precio, etc.

¿Cómo interpretar la etiqueta?

Denominación del producto

Puede ser:

- La denominación que se le dé en virtud de una norma alimentaria (chocolate, jugos).
- La denominación puede definir al producto por sí solo (*pan, huevos*) o dentro de su familia o especie (*sardinas en aceite, atún al natural*).

Lista de ingredientes

La relación de materias primas y aditivos utilizados en la elaboración del alimento debe aparecer en la etiqueta del siguiente modo:

- Con el epígrafe “*lista de ingredientes*” o sólo “*ingredientes*”.
- En orden decreciente, comenzando por el que se utiliza en mayor cantidad.

Los aditivos autorizados aparecen en la lista de ingredientes. Se mencionan por su nombre seguido de un número de tres o cuatro cifras, y siempre van precedidos por el nombre de la categoría a la que pertenecen (colorante, conservantes, antioxidante, acidulante, espesante, etc.)

Contenido neto

Cantidad neta especificada de los productos alimenticios envasados o frescos (litros, mililitros, cm³, gramos, kilogramos).

Fechas

Indicación de la vida útil de un alimento.

- Fecha de vencimiento: Obligatoria en los productos muy perecederos, expresada con el día y el mes. “*Fecha de vencimiento (09/nov)*”. A partir del día siguiente al indicado, está prohibida su venta y no se debe consumir.

- Fecha de consumo preferente: Es la fecha hasta la que se garantizan todas las características del producto. Figurará, junto a las condiciones de conservación y almacenamiento, bajo alguna de las siguientes expresiones:

a) Cuando se menciona el día: “*Consumir preferentemente antes del (03/08/05)*”.

b) Cuando sólo se mencionan mes y año: “*Consumir preferentemente antes de fines de (OCT/05)*”.

c) Cuando sólo se menciona el año: “*Consumir preferentemente antes de (2005)*”.

Trastornos alimentarios

Obesidad

La obesidad representa un problema de salud en los países desarrollados, en determinados núcleos poblacionales de los países que están en vías de desarrollo. Según estimaciones serias se calcula que hay en el mundo unos 300 millones de obesos.

La obesidad, independientemente de factores genéticos, se produce como consecuencia de una ingesta calórica excesiva y de inactividad física. La obesidad es un factor de riesgo importante para la diabetes, la hipertensión arterial, la enfermedad coronaria, la enfermedad cerebrovascular, las enfermedades de la vesícula biliar, gota, artrosis y algunos tipos de cánceres.

En nuestra sociedad se produce una enorme tensión causada por tres tipos de mensajes contradictorios, en relación con la estructura corporal: mensaje médico, mensajes estéticos y mensajes gastronómicos. La abundancia de alimentos, algunos muy atractivos, junto con el “mandato” social de tener que ser delgado, para ser aceptada, crea situaciones internas muy conflictivas que conducen a personas predispuestas (la adolescencia es un período crítico) a desarrollar un trastorno del comportamiento alimentario.

Delgadez

La delgadez puede tener diferentes orígenes. Uno de ellos es la indisponibilidad de suficientes alimentos para satisfacer las necesidades del organismo. Por cierto este es el caso de malnutrición por defecto más extendido en el mundo. Actualmente se estima que más de la mitad de los 5000 millones de habitantes del planeta están faltos de los nutrientes necesarios.

Otras causas de malnutrición por defecto son las llamadas secundarias, entre las que se encuentran aquellas asociadas a deficiencias fisiológicas en algunas de las etapas de la nutrición (enfermedades que afectan la deglución, los procesos digestivos o los procesos metabólicos de absorción de nutrientes –tal como ocurre en la diabetes–. Por cierto que en los últimos tiempos y principalmente en los centros urbanos se han extendido dos enfermedades de orden psico-social que tiene como consecuencia la aparición de estados más o menos severos de malnutrición por defecto. Estas son la Anorexia y la Bulimia.

Anorexia nerviosa

La décima revisión (1992) de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE10) en el capítulo de trastornos mentales y del comportamiento, establece la siguiente definición para la anorexia nerviosa: *“Trastorno caracterizado por la presencia de una pérdida deliberada de peso, inducida o mantenida por el mismo enfermo”*. El diagnóstico diferencial en la anorexia nerviosa debe plantearse con otras enfermedades que causan pérdida de peso importantes, como procesos malignos, enfermedad inflamatoria intestinal, infecciones crónicas u otros trastornos psiquiátricos: depresiones severas, etc. Es una enfermedad que afecta fundamentalmente a mujeres, 9 de cada 10 durante la pubertad. Debido a la pérdida voluntaria de peso por la restricción y/o hábitos purgativos, las pacientes llegan a un estado de desnutrición calórica severa, en la que hay manifestaciones y signos de desnutrición a nivel de todos los sistemas biológicos: endocrino, gastrointestinal, cardiovascular, renal, óseo y hematológico.

Bulimia

Aunque el exceso de comida y la práctica del vómito es muy antiguo, hasta 1980 no se identificó la bulimia como una enfermedad causante de trastornos fisiológicos, a veces graves, y motivado por trastornos psíquicos identificables.

Los estudios más rigurosos aplicando criterios diagnósticos con precisión, dan una prevalencia del 2 al 3% de mujeres en edad de riesgo (edad escolar).

Aunque en la etiología están indudablemente implicados factores de personalidad y elementos ambientales, también es cierto que existe una predisposición genética aún poco conocida.

Enfermedades esqueléticas

La desmineralización ósea u osteoporosis provoca que el hueso sea más susceptible a fracturarse. Esta enfermedad aumenta con la edad, especialmente en mujeres tras la menopausia. Probablemente, el hecho de no haber adquirido una adecuada “masa ósea” en la adolescencia (por ingestas de calcio deficitarias) favorece la osteoporosis a partir de los 40 años. Los factores relacionados con el desarrollo de la osteoporosis son: la ingesta de calcio y fosfatos, el aporte de vitamina D (a través de la dieta o mediante la exposición solar), el consumo de proteínas y de sodio y el balance calórico total. Otros factores que pueden reducir el riesgo de osteoporosis son el ejercicio físico, y el descenso de consumo de tabaco y alcohol. La mejor prevención de la osteoporosis y sus consecuencias es la ingesta óptima de calcio (1200 mg/día) y el ejercicio físico durante la edad juvenil.

Enfermedad bucal (caries)

La caries dental es una de las enfermedades más frecuentes.

La fermentación bacteriana de los azúcares presentes en los alimentos genera diversos ácidos que producen una desmineralización progresiva del esmalte dental. El consumo frecuente de azúcares, especialmente de sacarosa, favorece la formación de la placa dental, elemento clave que predispone a la caries.

Dietas de adelgazamiento

Periódicamente se difunden por los distintos medios de comunicación aparecen dietas de múltiples formas y con diversos nombres, todas las que están dirigidas a una rápida pérdida de peso. Son típicas las dietas que hacen prácticamente exclusividad en el consumo de un único o de unos pocos alimentos. Desde luego que el mantenimiento de este tipo de dietas durante largos períodos de tiempo, puede acarrear un déficit significativo de nutrientes esenciales al organismo. Claro que rara vez este tipo de dietas se prolongan por más de unos pocos días. Las propias recomendaciones así o sugieren o bien los propios usuarios las abandonan. No obstante aún llevadas a cabo por escaso tiempo, este tipo de dietas acarrea inconvenientes al organismo: 1) Aunque no graves tal vez, se manifiesta un déficit de nutrientes y 2) luego de abandonar la dieta, las personas recuperan peso rápidamente y el perder o recuperar peso reiteradamente constituye de hecho un riesgo para la salud.

Del mismo modo, las llamadas dietas “pobres” en hidratos de carbono, como aquellas que sugieren eliminar de nuestras comidas alimentos tales como el pan, las pastas y las papas, pueden conducir

por exceso relativo de los lípidos y proteínas presentes en ellas, a la acumulación de sustancias nocivas para el organismo y a la suba de los niveles de colesterol y de lípidos circulantes transformándose en un riesgo para la salud principalmente de aquellas personas propensas a padecer enfermedades cardíacas.

Por último cabe señalar que muchas veces, ante situaciones de estrés fisiológico como el que imponen ciertas dietas, el cuerpo “reacciona” ante la pérdida acelerada de grasas, “protegiendo a éstas y aumentando la pérdida de proteínas y con ello por ejemplo de masa muscular.

Por ello la mejor alternativa para una buena dieta de adelgazamiento consiste en llevar a cabo una dieta sensata, reduciendo la cantidad de alimentos ingeridos pero manteniendo su diversidad y complementándola con la práctica de ejercicios físicos. Seguramente los resultados así obtenidos serán menos espectaculares, ya que no serán tan rápidos, ni efectistas, pero no sólo permitirán alcanzar el peso deseado de un modo menos traumático sino que además permitirán la conservación de ese peso.

Bibliografía acerca de alimentación y calidad de vida

AAPPA, *Introducción a la tecnología de alimentos*. México, Limusa, 1998.
Badui Dergal, Salvador, *Química de los alimentos*. México, Addison-Wesley, 1999.
Coultrate, Tom y Davis, Jill, *Alimentos: lo que conviene saber*. Zaragoza, Acribia, 1997.
Coultrate, Tom, *Manual de química y bioquímica de los alimentos*. Zaragoza, Acribia, 1998.
Golombek, Diego y Schwarzbaum, Pablo, *El cocinero científico*. Buenos Aires, Siglo XXI editores, 2002.
Pedauye, Julio, Ferro, Antonio y Pedauye, Virginia, *Alimentos transgénicos*. Madrid, McGraw-Hill, 2000.

En Internet

Biología en internet, www.biologia-en-internet.com (consulta: febrero 2003)
El portal de la Ciencia y la Técnica en Iberoamérica, www.chemedia.com (consulta: febrero 2003)
El rincón de la Ciencia, <http://centro5.pntic.mec.es/ies.victoria.kent/rincon-c/rincon.htm> (consulta: febrero 2003).
Educar, www.educ.ar (consulta: febrero 2003)
Ministerio de Asuntos Agrarios y Producción, Provincia de Buenos Aires, www.maa.gba.gov.ar/alimentacion/documentos.htm (consulta: febrero 2003)
Organización Mundial de la Salud, www.who.int/es/index.html (consulta: febrero 2003)

Esta publicación se terminó de imprimir
en el mes de marzo de 2003
en los talleres gráficos de la DGCyE



**Dirección General de
Cultura y Educación**
Gobierno de la Provincia
de Buenos Aires

Subsecretaría de Educación
