

XII EDICIÓN

# KILÓMETROS DE **SOLIDARIDAD**

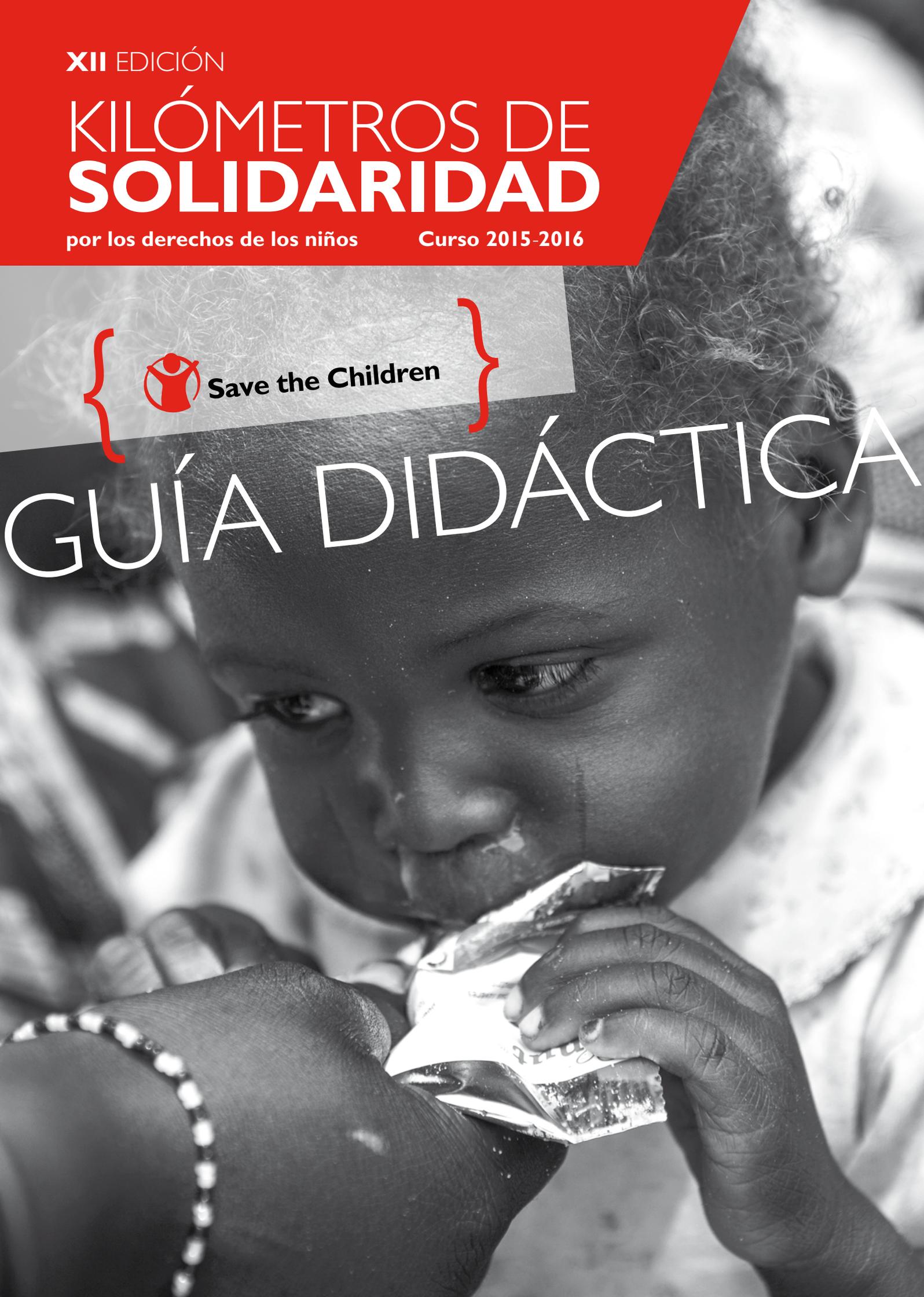
por los derechos de los niños

Curso 2015-2016



Save the Children

# GUÍA DIDÁCTICA



**Foto portada:** Jonathan Hyams /Save the Children  
**Foto contraportada:** Colin Crowley /Save the Children

# DOSSIER

## Gracias por unirse a la carrera contra la desnutrición

Queremos agradecer tu colaboración y apoyo participando en la **XII Carrera Kilómetros de Solidaridad**. Su objetivo es conocer y actuar para impedir que más niñas y niños sigan perdiendo la vida por enfermedades que se pueden prevenir y tratar como la diarrea, el sarampión, la malaria o la desnutrición. En países empobrecidos como Burkina Faso, Níger, Mauritania o Mali millones de niñas y niños pueden tener una oportunidad de futuro si les ayudamos.

Gracias también por educar en valores a los más jóvenes a través del trabajo en el aula y el deporte.

En **la solidaridad**, con los que nos rodean y con otros que tenemos lejos.

En **la empatía**, poniéndose en el lugar del otro y pensando cómo ayudar a mejorar su vida.

En **el compañerismo**, actuando juntos para obtener los mejores resultados.

En **el respeto y la tolerancia**, conociendo otras realidades y culturas.

En **la justicia**, aprendiendo a defender los derechos de la infancia en cualquier lugar, condición y situación.

En esta edición de la carrera os acercamos al problema de la desnutrición infantil. En este dossier queremos contarte cómo es la desnutrición, sus causas, consecuencias, cómo afecta a la infancia, qué hacemos para combatirla y los lugares donde el problema se hace más grave y urgente. Con el ejemplo de Burkina Faso, podrás acercar a tus alumnos los problemas más graves de la infancia, conocer mejor uno de los países más pobres del mundo y participar en **acortar distancias en la lucha contra la desnutrición infantil**.

## ÍNDICE

### Créditos

Dirección:  
M<sup>a</sup> Sol Paniagua López

Colaboración:  
M<sup>a</sup> Luisa Ortega del Val  
María Cimadevilla  
Silvia Lara  
Juan Guilló

Arte y maquetación:  
Óscar Naranjo Galván

Edita:  
Save the Children

Depósito legal:  
M-31896-2015

### Dossier

- 3 La supervivencia infantil
- La mortalidad infantil. La lotería de la vida
- 4 Causas de la desnutrición infantil
- Consecuencias de la desnutrición infantil
- Juntos combatimos la desnutrición infantil
- 6 Las zonas más vulnerables
- Burkina Faso. Un país con más dificultades para la infancia
- 7 Junto a las niñas y niños en Burkina Faso

### Actividades

- 9 Educación infantil (3-6 años)
- 11 Educación Primaria I (6-9 años)
- 13 Educación Primaria II (9-12 años)
- 15 Educación Secundaria (12-18 años)
- 17 Educación Física
- 19 Anexos

## LA SUPERVIVENCIA INFANTIL

Cuando medio planeta está preocupado por una crisis económica que altera su estado de bienestar, es fácil no prestar atención a lo que realmente es una crisis, una crisis humanitaria: **la desnutrición infantil**.

La lucha por la supervivencia infantil ha avanzado mucho en las últimas décadas. Desde 1990 la tasa de mortalidad en los menores de 5 años ha descendido en un 47%. Sin embargo, es necesario seguir trabajando para que esa cifra siga reduciéndose.

**16.000 niñas y niños menores de 5 años mueren cada día** a causa de enfermedades que se pueden prevenir o tratar como la desnutrición, la diarrea, el sarampión, la neumonía o la malaria. Casi 3,6 millones de muertes al año tienen lugar principalmente en los países más empobrecidos.

La desnutrición es una de las principales causas de mortalidad infantil. Una enfermedad que se agrava por el consumo de agua no potable, sistemas de saneamiento obsoletos y la falta de higiene.

## LA MORTALIDAD INFANTIL. LA LOTERÍA DE LA VIDA

El 99% de la mortalidad infantil se presenta en los países en desarrollo y en su mayoría afectan a la infancia de las familias en mayor situación de pobreza. Que una niña o un niño sobrevivan no se debe sólo a los ingresos de la familia. **Esta es la lotería de la vida**. El género, el lugar de residencia o el grupo étnico al que se pertenece puede resultar un asunto de vida o muerte.

Acabar con la mortalidad infantil significa luchar contra la desigualdad y asegurar que cada niña y cada niño, sin importar dónde viva y quién sea su madre o su padre, reciba la atención de un profesional de la salud. Significa también que las madres tengan acceso a una nutrición adecuada durante el embarazo.

La pobreza es la primera causa de muerte infantil en el mundo. Pero las causas de esta situación de pobreza en muchos lugares son variadas.

- El cambio climático provoca cada vez mayores sequías, inundaciones y desastres naturales que afectan a los países más vulnerables.
- La subida global del precio de los alimentos repercute directamente en las familias con menos recursos poniéndoles más difícil la posibilidad de hacer frente a situaciones críticas
- Para salir adelante las familias se ven obligadas a vender sus animales, gastar sus ahorros, reducir el número de comidas y sacar a sus hijos de las escuelas por no tener dinero para pagar las tasas escolares. Todo esto repercute en el futuro de las niñas y los niños y en la capacidad de las familias de resistir los momentos de crisis humanitarias.
- La inestabilidad de los propios estados incide en que dediquen pocos recursos a la educación, la salud y la infancia en general.

*En España mueren 5 niños por cada 1.000 antes de cumplir los cinco años. En un país como Níger mueren 143; en Mali, 178; o en Burkina Faso, 176. En estos países entre el 30 y el 40% de las niñas y niños menores de 5 años tienen bajo peso grave o moderado.*

*Una niña o niño con desnutrición tiene 10 veces más posibilidades de morir por causas prevenibles como la diarrea y la neumonía y de no superar las crisis que se producen en situaciones de emergencia como las producidas en la zona de Sahel.*

## CAUSAS DE LA DESNUTRICIÓN INFANTIL

Un niño con desnutrición ve afectada su supervivencia y su desarrollo físico, cognitivo e intelectual. La desnutrición es resultado no solo de la ingesta insuficiente de alimentos (en cantidad y calidad), sino también de la falta de una atención adecuada y la aparición de enfermedades infecciosas.



Alimentación y atención  
insuficiente.  
Enfermedades.



Acceso limitado al agua  
potable y saneamientos  
seguros.  
Sistemas de salud débiles.



Pobreza, desigualdad y  
exclusión.  
Estados frágiles y  
conflictos.

## CONSECUENCIAS DE LA DESNUTRICIÓN INFANTIL

La insuficiente alimentación de un niño o niña tiene consecuencias inmediatas y a largo plazo. Las madres desnutridas dan a luz hijos desnutridos, por eso atender a las madres es también atender a las niñas y niños. Una madre con anemia, por ejemplo, tiene más dificultades en el parto y da a luz hijos con bajo peso.

La consecuencia más visible de la desnutrición infantil es el retraso del crecimiento esperado para una edad concreta. Esto se refleja directamente en el peso y la talla del niño. Pero si esta desnutrición es crónica, como ocurre en muchos países empobrecidos, las consecuencias afectan a las niñas y niños a más largo plazo.

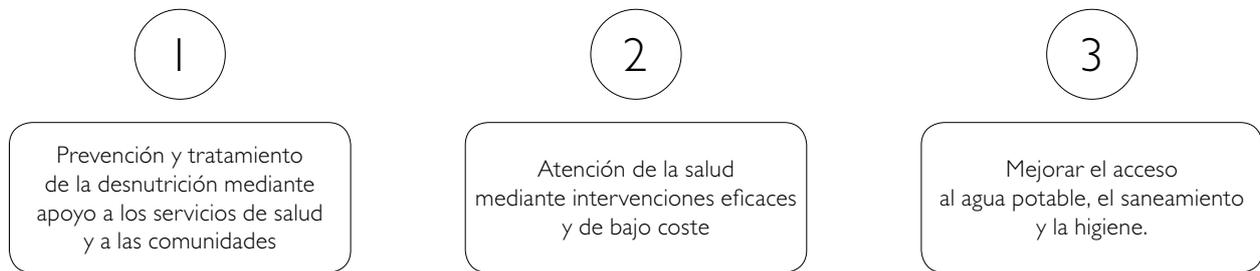
Producen deterioros en su capacidad física, intelectual, emocional y social. También aumenta el riesgo de contraer enfermedades por infección e incluso el riesgo de muerte. El corazón pierde masa muscular y se puede producir una insuficiencia cardíaca. El sistema inmune se vuelve ineficiente, aumentan las infecciones respiratoria e intestinales, la duración de las enfermedades es mayor y con un pronóstico peor.

El deterioro que produce genera dificultad en el rendimiento escolar provocando problemas de aprendizaje, retención y memoria, y a la larga detiene el acceso del niño a una educación superior.

## JUNTOS COMBATIMOS LA DESNUTRICIÓN INFANTIL

### Nuestras prioridades:

- Salvar la vida de las niñas y niños en riesgo de desnutrición.
- Conseguir que las familias afectadas por las crisis humanitarias recurrentes puedan mantener a sus hijas e hijos.
- Generar en las comunidades una capacidad de resistencia ante las crisis a largo plazo evitando consecuencias más dramáticas.

**Cómo lograrlo:**

**La prevención, la atención y la eficacia** son palabras claves en el proceso de intervención en los países empobrecidos. Estos son los elementos que rigen nuestro trabajo en los programas de supervivencia infantil y todos ellos deben estar engranados para asegurar el mayor impacto en las niñas y niños.

**Siguiendo estas tres premisas, estos son algunos ejemplos de intervención que contribuyen a la supervivencia infantil:**

- Formación y actuación de trabajadores sanitarios.
- Poner el foco en los casos de desnutrición severa. Detectar con premura los casos más graves con la medición del perímetro del brazo a través de la cinta métrica braquial y el peso, permite iniciar un tratamiento sencillo sin necesidad de hospitalización.
- Poner en marcha un tratamiento adecuado según su edad y circunstancias.

Los **alimentos terapéuticos listos para usar** pueden tomarse en el hogar y evitan la hospitalización. Son aptos para niños mayores de 6 meses, no requieren refrigeración, no hay que añadirles agua para su consumo y gracias al aislamiento de su envoltorio se pueden usar aunque las condiciones higiénicas no sean óptimas. Un ejemplo es el **“plumpy nut”**, una pasta de manteca de cacahuete, leche y vitaminas, con un alto valor energético y nutritivo.

Los niños menores de seis meses reciben **leche terapéutica**.

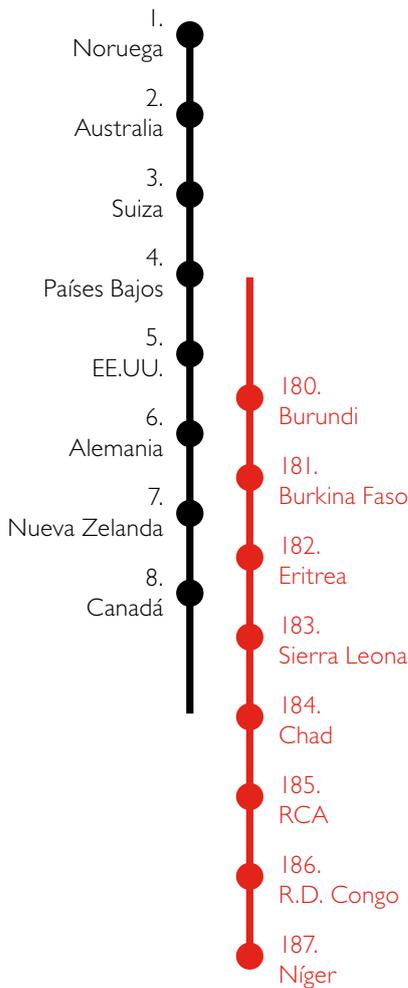
La distribución de pastillas potabilizadoras y suplementos de zinc para evitar la diarrea, o mosquiteras impregnadas en insecticida que reducen la mortalidad infantil un 20%.

- Luchar contra la **desnutrición crónica** a través del fortalecimiento de las mujeres y el apoyo de la lactancia materna.
- Distribución adecuada del **agua potable** y del **saneamiento**. Este déficit y las prácticas de higiene inadecuadas provoca el aumento de las enfermedades infecciosas como la diarrea y contribuye a la desnutrición crónica de muchos menores. Para las niñas y niños aprender el simple gesto de lavarse las manos mejora sus condiciones de vida.
- Uso de **transferencias monetarias** para cubrir necesidades básicas o para desarrollar actividades productivas, sobre todo en contextos de emergencia humanitaria. Para una familia, tener una cabra puede suponer tanto fuente de alimento para su familia como de ingresos. Este tipo de estrategias empoderan a las familias, apoyan las economías locales y son fáciles de poner en marcha con poco coste.

*Además de tener presente el enfoque de derechos del niño en la realización de nuestros programas, trabajamos instando a los gobiernos a llevar a cabo políticas que aumenten la inversión en infancia.*



## Comparemos el ranking IDH entre los primeros y los últimos países



7 de los últimos 8 países del ranking se encuentran en la denominada África Occidental

\*(IDH 2014)

## LAS ZONAS MÁS VULNERABLES

El indicador que mejor nos hace conocer la realidad de la pobreza en nuestro planeta es el **IDH (Índice de Desarrollo Humano)**. Fue creado por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) y muestra un tipo de desarrollo que no solo se basa en las estadísticas económicas, sino también en aspectos clave de la calidad de vida como la educación y la sanidad. No habla únicamente de países ricos y pobres, sino de países donde la vida es más justa, digna y donde una niña o un niño tienen más posibilidades de sobrevivir.

## BURKINA FASO. UN PAÍS CON MÁS DIFICULTADES PARA LA INFANCIA

Burkina Faso está situado en la zona central de África Occidental. Es un **país vulnerable por su situación geográfica** –vecino de países inestables políticamente como Costa de Marfil y Mali– **y por su clima** –dentro de la región de Sahel donde las sequías son recurrentes y las crisis alimentarias y hambrunas se producen cada poco tiempo.

Siendo uno de los mayores productores de oro de África, es un país pobre. Se sitúa en el puesto 181 en el IDH (2014) de un total de 187. La desertificación, el aumento de la población y la llegada de refugiados malienses, son algunas de las dificultades a las que se enfrenta este pequeño país de unos 17 millones de habitantes. El 21% son menores de cinco años, los más vulnerables ante situaciones de hambrunas y crisis alimentarias.

Según UNICEF, en 2013 murieron 64.000 niños y niñas. Enfermedades fácilmente curables y prevenibles como el sarampión, la diarrea, la neumonía o la malaria son la causa de que 102 niños de cada 1.000 nacidos no lleguen a cumplir los cinco años. Más del 50% sufren desnutrición, lo que aumenta las posibilidades de no sobrevivir.

El estado nutricional de los menores de 5 años es muy precario. Solamente el 3% de las niñas y niños entre 6 y 23 meses son alimentados adecuadamente y solo un 25% de los menores de 6 meses son amamantados de manera correcta.

El número de muertes maternas también es muy alto. En Burkina Faso 1 de cada 55 madres está en riesgo de muerte a lo largo de su vida. En Finlandia lo estará solo 1 de cada 12.200. A la pobreza y la falta de atención sanitaria se unen otras causas como los matrimonios precoces y la mutilación genital femenina. La media de hijos es de 5,8, lo que eleva la posibilidad de morir para una madre.

En el caso de las niñas, al matrimonio precoz y el abuso se suma la poca asistencia a la escuela. Una niña en Burkina Faso no superará los 7 años de permanencia en la escuela frente a los 17 de una finlandesa.

La economía del país se basa principalmente en la agricultura y la ganadería. Más del 90% de la población son agricultores tradicionales con pequeñas producciones agrícolas que sufren de escasez de alimentos, y con métodos de producción tradicionales que están sujetos a precipitaciones irregulares debido al cambio climático. Más del 49% de la población vive con menos de 1 dólar al día, lo que provoca tensiones sociales recurrentes. La población emigra a las ciudades buscando trabajo, aumentando los suburbios con condiciones de vida muy desfavorables. La esperanza de vida al nacer es de 57 años.

# JUNTO A LAS NIÑAS Y NIÑOS EN BURKINA FASO

Save the Children ha estado trabajando en Burkina Faso desde 1982 y actualmente opera en seis de las trece regiones del país. Las áreas temáticas de nuestros programas son nutrición, salud, protección, educación, seguridad alimentaria y emergencias.

## Programas de salud y nutrición

**> El objetivo:** Reducir en un 2% la mortalidad infantil por enfermedades prevenibles como la malaria, la neumonía, el sarampión y la diarrea entre las niñas y niños menores de cinco años de las regiones donde trabajamos: Cascades, Boucle du Mouhoun, regiones Centro Norte y Goudebo (campamento de refugiados en la región del Sahel). Se prevé llegar a más de 12.000 niñas y niños con problemas de desnutrición grave o crónica que recibirán atención médica gratuita.

### > Cómo lograrlo:

- Mejorando el acceso a la salud con la formación de trabajadores sanitarios
- Apoyando a los centros de salud
- Vacunando contra el sarampión y proporcionando profilaxis contra la malaria a niños y madres
- Con suplementos alimentarios para niños y mujeres embarazadas
- Formando a mujeres embarazadas en temas de lactancia y alimentación
- Desarrollando programas de fortalecimiento de la higiene y el saneamiento

## Programas de Educación

**> El objetivo:** Conseguir que 20.500 niñas, niños y jóvenes de entre 6 y 18 años (50% niñas y 50% niños) tengan acceso a la educación formal y no formal de calidad en Burkina Faso.

### > Cómo lograrlo:

- Utilizando una metodología de educación innovadora conocida como “Todos para uno y uno para todos” que sigue un modelo de escuela amiga de la infancia. Se proporciona educación básica de calidad para las niñas y niños y se fomenta un fuerte sentido de la responsabilidad y la participación infantil.
- Proporcionando a las niñas, niños y jóvenes vulnerables formación profesional con talleres de costura, trabajo del cuero, teñido y otras técnicas, para fomentar la educación en contexto de emergencia.

## Programas de seguridad alimentaria

**> El objetivo:** Contribuir a mejorar las condiciones de vida de las niñas y niños mediante la reducción sostenible de la inseguridad alimentaria y el fortalecimiento de la capacidad de resistencia de sus padres en situaciones de crisis.

### > Cómo lograrlo:

- A través del aumento de alimentos y el apoyo a las comunidades agrícolas y ganaderas
- Reforzando las relaciones entre los agricultores y formándoles
- Transfiriendo dinero para invertir en agricultura y ganadería de estas poblaciones vulnerables
- Creando un sistema de alerta temprana para mejorar la capacidad de resistencia de las comunidades en las regiones en las que trabajamos

# ACTIVIDADES



Foto: Janie Barrett /Save the Children

**Queremos conocer vuestro trabajo.**

**Envía tus fotos de las actividades y la carrera a [carrera@savethechildren.es](mailto:carrera@savethechildren.es)**

No olvides incluir la autorización de imagen para compartirlas en nuestra web y redes sociales.

Educación Infantil

**“Un alimento que cura: TE.RA.PÉU.TI.CO.”**

3–6 años

**40 min.****Objetivos**

- Aportar información y despertar interés sobre la necesidad de vida saludable.
- Colaborar entre iguales por el derecho a la salud para todas las niñas y niños.
- Promover iniciativas comunitarias por el derecho a la nutrición y la salud de la infancia.

**Competencias**

El descubrir, la comunicación oral, la escucha, la espontaneidad, la observación, la interacción con el grupo, la salud como valor para la vida, la expresión de sentimientos, la creación, la satisfacción por la tarea, la participación y la identidad grupal. Competencias plásticas y matemáticas: decorar, dar color, forma, recortar, repartir, distribuir, rodear.

**Metodología**

Utilizamos técnicas de grupo para despertar la curiosidad a través de preguntas-respuestas, la expresión de sentimientos, dinámicas de escucha activa y murales de creatividad plástica grupal.

**Materiales**

- Botella de agua, botella de leche, pieza de fruta...
- Papel continuo
- Pinturas de cera
- Tijeras
- Cartulinas de colores
- Pegamento

**Desarrollo de la actividad****Introducción (10 min.)**

El profesor o profesora realiza un círculo en el aula con los participantes y comienza la actividad explicando: “Vamos a conocer algunos alimentos muy importantes para la vida.”

Saca una botella de agua y pregunta: ¿qué es esto?, ¿es un alimento?, ¿vosotros tomáis agua?, ¿para qué sirve? Incide en la importancia del agua para la vida.

Saca una pieza de fruta y pregunta: ¿qué es esto?, ¿es un alimento?, ¿tomáis fruta a menudo?, ¿es importante para crecer sanos? Comenta la importancia de las vitaminas.

Saca leche y pregunta: ¿qué es esto?, ¿es un alimento?, ¿tomáis leche normalmente? Incide en lo importante de alimentarse con alimentos sanos para tener un crecimiento saludable.

### **Conocer (5 min.)**

Presentados el agua y los alimentos saludables, el profesor o profesora plantea un sentimiento: “Me preocupa mucho que en algunos países hay niñas y niños que no tienen suficientes alimentos sanos para crecer de forma saludable”. A continuación pregunta a la clase: ¿qué pasa cuando no hay alimentos saludable?, ¿qué pasa cuando no hay suficientes alimentos?, ¿qué pasa cuando no hay agua?, ¿nos ponemos enfermos?

### **Interiorizar (5 min.)**

Se explica a la clase que en los países donde no hay alimentos suficientes y adecuados hay muchas niñas y niños que están enfermos. Pero hay un alimento llamado TE.RA.PÉU.TI.CO muy energético. Lleva manteca de cacahuete, leche y vitaminas.

Se invita entonces a las niñas y niños en la clase a realizar una ronda repitiendo el nombre de TE.RA.PÉU.TI.CO sílaba a sílaba. Tras la ronda de pronunciación de todos los participantes explica el significado... “alimento que cura”.

### **Unidos contra la desnutrición infantil (20 min.)**

Tras conocer el significado de la palabra “terapéutico”, se anima al grupo a dar forma a “TE.RA.PÉU.TI.CO”. Los participantes según la edad dibujan murales de grupo o un recortable individual.

El profesor o profesora aporta pistas para dibujar y recortar a “TE.RA.PÉU.TI.CO”: Tiene forma de CASA para guardar alimentos sanos, VENTANAS de leche, PUERTA de cacahuete y CHIMENEA de naranja.

Con todos los diseños se prepara un mural con cartulina o papel continuo donde se ha escrito previamente el título “Un alimento que cura: TE.RA.PÉU.TI.CO”. En él vamos pegando los diseños realizados en la actividad.

Si se ha optado por el formato mural, se busca un lugar adecuado para exponerlo e informar a los amigos, compañeros, a las familias, al pueblo o al barrio. Para ello puede organizarse una exposición en el centro escolar o en otro espacio de la localidad desde el que invitamos a la cooperación por la nutrición infantil y la salud de la infancia.

## **Sugerencias para la actividad**

Puede reforzarse la actividad con preguntas y actividades plásticas adaptadas según la edad de los participantes.

## **Evaluación**

Al finalizar la actividad pueden plantearse algunas preguntas para la reflexión en grupo:

- ¿Os ha gustado el mural realizado?
- ¿Cómo se llama el nuevo alimento que hemos conocido?
- ¿Qué alimentos son importantes para la vida?

Educación Primaria

**“Cadenetas por la nutrición infantil”**

6–9 años

**45 min.****Objetivos**

- Trabajar los Derechos de la infancia, en especial el derecho a una alimentación sana y adecuada.
- Generar procesos de reflexión sobre la situación de millones de niñas y niños que sufren desnutrición infantil en países como Burkina Faso.
- Movilizar a la participación para ayudar a combatir la desnutrición infantil.

**Competencias**

El conocimiento y la interacción facilitan la percepción del mundo y del contraste entre realidades distintas. La comunicación acerca la reflexión, favorece el intercambio de ideas y la primera comprensión de conceptos abstractos: justicia, derechos, igualdad, respeto, etc. Tomar parte activa por la defensa de los derechos beneficia el desarrollo de las competencias sociales y cívicas, que favorecen la convivencia, la iniciativa, la responsabilidad y una actitud constructiva. El desarrollo de la actividad trabaja competencias básicas: plásticas, creativas, expresivas y matemáticas.

**Metodología**

La actividad trabaja técnicas de cuestionamiento, contraste, descubrimiento y experiencia, para finalizar construyendo iniciativas colectivas simbólicas por los derechos de toda la infancia.

**Materiales**

- Modelo de cinta de perímetro en blanco para completar y colorear (Ver Anexo I)
- Báscula y cinta métrica
- Cartulinas, folios, telas, periódicos y revistas para recortar
- Pinturas, rotuladores, tijeras, pegamento y grapadora

Imprimir 2 modelos de cinta por alumno y preparar 3 cintas con las medidas reales de niños de Burkina Faso:

- **Athai**, 2 años, 6Kg, perímetro del brazo: 10 cm
- **Bibata**, 4 años, 12Kg, perímetro del brazo: 12 cm
- **Wadi**, 5 años, 17Kg, perímetro del brazo: 14 cm

**Desarrollo de la actividad****Introducción (10 min.)**

El profesor o profesora comienza haciendo algunas preguntas para introducir el tema: ¿comemos varias veces al día?, ¿cuántas veces?, ¿quién cree que una alimentación sana y equilibrada es muy importante para crecer con salud?, ¿sabéis que hay niños y niñas que no tienen alimentos suficientes para comer?, ¿os suena Burkina Faso?, ¿sabéis dónde está?



Se explica entonces que Burkina Faso es un país del continente africano donde muchas niñas y niños sufren desnutrición porque no disponen de una alimentación adecuada. Explicamos que en países como este, para poder detectar si los niños tienen desnutrición les pesan y les miden el perímetro de su brazo con una cinta. Si mide menos de 11 centímetros es que el niño o niña sufre desnutrición severa y su vida corre peligro. Esta cinta lleva también tres colores que son los colores del semáforo. Podemos preguntarles cuáles son y qué significan esos colores en el semáforo. A continuación les preguntamos qué creen que significa en la cinta el color rojo, y explicamos después que es la zona que señala riesgo. Vamos a probarlo para aprender más.

### **Conocer y experimentar (15 min.)**

Se reparte una cinta a cada alumno y les pedimos que la recorten y coloreen cada tramo en el color que se indica en la cinta. Cuando lo tengan pueden comprobar la medida de su brazo y anotarla. Irán pasando también por turno hasta el lugar donde tengamos la báscula para que anoten su peso.

Dividimos a la clase en 3 grupos y repartimos las medidas del perímetro del brazo de las niñas y niños de Burkina Faso. Cada grupo tendrá una cinta diferente.

Les pedimos que pongan en común en cada grupo las medidas de sus cintas y las comparen con la de Burkina Faso que les ha correspondido. Les sugerimos que comenten los datos y a qué creen que se deben las diferencias.

### **Unidos contra la desnutrición infantil (15 min.)**

Manteniendo los grupos se reparten los materiales para la siguiente parte de la actividad: Cintas en blanco, revistas, cartulinas, pinturas, tijeras, pegamento y grapadora. Entregamos a cada grupo cintas en blanco y proponemos que cada cual escriba un mensaje o una idea de cómo se puede ayudar a combatir la desnutrición que sufren las niñas y los niños de países como Burkina Faso.

Les pedimos que los unan y peguen formando una cadeneta. Para hacerla más larga les proponemos hacer más anillas utilizando los materiales de los que dispone cada grupo.

Por último unimos las cadenetas de todos los grupos y la colocamos en la clase. También se puede decidir otro lugar donde colocarla en el centro de manera que pueda ser compartida con toda la comunidad educativa.

## **Sugerencias para la actividad**

Los días previos a la actividad podemos invitar a los alumnos y alumnas a traer a clase periódicos, revistas, retales de tela, lazos, y materiales reciclados para hacer las tiras decorativas de la cadeneta.

Dependiendo de la edad del alumnado se puede tratar de agilizar el proceso de medida y peso.

La cadeneta realizada en la actividad se puede colocar en clase y utilizar el día de la **Carrera Kilómetros de Solidaridad** para señalar simbólicamente el recorrido o para marcar la salida y la meta de la carrera. De esta manera damos visibilidad al trabajo realizado en el aula.

## **Evaluación**

Al finalizar la actividad pueden plantearse algunas preguntas para la reflexión en grupo:

- ¿Qué habéis descubierto con esta actividad?
- ¿Qué os ha sorprendido?
- ¿Qué podemos hacer para cambiar la situación que viven las niñas y niños como los de Burkina Faso?

Educación Primaria

**“La lotería de la vida”**

9–12 años

**50 min.****Objetivos**

- Dar a conocer la existencia de diferentes realidades de la infancia en el mundo.
- Facilitar la reflexión sobre aspectos vitales para el adecuado desarrollo de niñas y niños.
- Promover la participación por la defensa de la igualdad de derechos de la infancia.

**Competencias**

El conocimiento y la contextualización facilitan la comprensión de otras realidades. La escucha activa y la comunicación favorecen la reflexión y contribuyen al desarrollo de la conciencia y la expresión cultural, ampliando la percepción del mundo y facilitando la convivencia positiva. La participación social por el bien común conforma la iniciativa personal, la autoestima y la autonomía.

**Metodología**

Utilizamos dinámicas de grupo que trabajan contextos situacionales, identidad de grupo, escucha, acuerdo, expresión y creatividad grupal.

**Materiales**

- Tarjetas con textos “La lotería de la vida” (Ver Anexo II)
- Folios y bolígrafos
- Cámara o teléfono para grabar video

**Desarrollo de la actividad****Introducción (5 min.)**

El profesor o profesora comienza explicando que las realidades de la infancia en el mundo son variadas y diferentes. Nadie elige vivir en un contexto u otro, en un país u otro, ser un niño o una niña. El lugar donde vivir, el sexo, la etnia, la familia... es algo que nadie elige al nacer, es una lotería. Explicamos que trabajaremos con ese concepto para ponernos en el lugar de otras personas.

**La lotería de la vida (10 min.)**

Para ello pedimos que se imaginen que están a punto de nacer, y que la lotería de la vida les va a asignar a cada cual un entorno y una situación en la que les corresponde nacer. Se reparte una tarjeta a cada participante en la dinámica. Los textos reflejan siete situaciones que colocan a los participantes en una realidad diferente en la lotería de la vida. Cada situación se repite según el número de alumnos. Cada participante tendrá que leer su tarjeta y buscar al resto de compañeras y compañeros que tengan la misma situación. Una vez agrupados, buscan un espacio y se sitúan en el aula.

## Compartiendo vivencias (35 min.)

Una persona de cada grupo hace de portavoz y lee el contexto situacional en primera persona del plural al resto de los grupos. Cuando todos hayan compartido su situación proponemos a los grupos que escuchen las preguntas que vamos a ir planteando y respondan a través de unos gestos en función de si están de acuerdo o no con lo que plantean las preguntas. La respuesta debe ser dada individualmente poniéndose en la situación del contexto que según la tarjeta les ha tocado vivir:

- Si están totalmente de acuerdo levantan los brazos y mueven las dos manos
- Si están en acuerdo medio levantan sólo un brazo y mueven sólo una mano
- Si están en total desacuerdo no levantan los brazos

Se plantean las siguientes preguntas:

- ¿Tienes problemas para acceder al agua en la vida que te ha tocado?
- ¿Escasean los alimentos saludables en tu familia?
- ¿Son habituales los problemas de salud en tu entorno familiar?
- ¿Puedes ir al colegio con normalidad?
- ¿Crees que tienes responsabilidades que no le corresponden a un niño o niña de tu edad?
- ¿La vida que te ha tocado en esta lotería se parece a la tuya real?
- ¿Crees que tu situación es injusta y que debe mejorar?

Para finalizar se plantea una pregunta abierta al diálogo para que cada grupo anote, exprese y reflexione: ¿Crees que se puede hacer algo para mejorar la situación de las niñas y niños en el mundo que tienen dificultades para tener una alimentación adecuada? Cada grupo tiene 5 minutos para recoger ideas y escribirlas en folios o cartulinas. Los grupos de trabajo ponen en común sus propuestas y podemos dedicar un espacio en el aula para dejarlas expuestas.

Otra propuesta es invitar a cada grupo a que con una cámara o con el teléfono móvil graben una pieza donde se invite a la comunidad educativa a movilizarse para combatir la desnutrición infantil. Esos materiales audiovisuales pueden ser compartidos con el resto de clases, madres y padres para animar a participar en la **Carrera Kilómetros de Solidaridad**.

## Sugerencias para la actividad

La actividad puede ser adaptada a Educación Secundaria. En los grupos de menor edad la actividad puede ser realizada en dos sesiones de trabajo.

Los videos pueden ser grabados por el profesor o la profesora en el aula. Aquellos centros que lo deseen pueden compartir los materiales audiovisuales con Save the Children para su difusión en nuestras redes sociales enviando la autorización de uso de imagen.

## Evaluación

Al finalizar la actividad pueden plantearse algunas preguntas para la reflexión en grupo:

- ¿Cómo os habéis sentido en el contexto que os ha tocado?
- ¿Ha sido fácil tomar decisiones en grupo?

Educación Secundaria

**“Mesa de diálogo: Agua y alimentos para todos”**

12–18 años

**50 min.****Objetivos**

- Dar a conocer la realidad sociofamiliar de gran parte de la población de Burkina Faso.
- Facilitar el diálogo y la reflexión en defensa de la igualdad de derechos.
- Promover la creación de acciones en apoyo al desarrollo de las poblaciones en desventaja.

**Competencias**

La construcción de la realidad y la interpretación de papeles apoyan el proceso de comunicación, de expresión, la interacción y el intercambio de opiniones e ideas. El trabajo en grupo propicia el análisis, la comprensión, la reflexión, la percepción, la interpretación del mundo, la concienciación sobre las diferencias y dificultades. La participación, la toma de decisiones, el razonamiento crítico, la actitud constructiva, la posición ética basada en el respeto y la igualdad de los derechos encauza el desarrollo del emprendimiento y la competencia social y cívica.

**Metodología**

En el desarrollo de la actividad se han combinado la dinámica grupal de rol playing y la mesa-foro de debate, con el propósito de activar sugerencias y acciones de apoyo por parte de quienes participan en la actividad.

**Materiales**

- Roles para repartir (Ver Anexo III)
- Papel y bolígrafos para los componentes de la mesa y para los grupos asesores

**Desarrollo de la actividad****Introducción (5 min.)**

El profesor o profesora explica que en Burkina Faso la falta de agua potable, las sequías, la falta de alimento, los sistemas de saneamiento obsoletos y la desnutrición infantil conllevan que muchas niñas y niños tengan dificultades para vivir una vida digna e incluso para sobrevivir. Muchos no llegan a cumplir los 5 años y mueren por enfermedades prevenibles y curables como la diarrea, el sarampión o la desnutrición.

Acabar con esta situación significa luchar contra la desigualdad y asegurar los derechos de todas las niñas y los niños.

**Dialogamos para buscar soluciones (15 min.)**

Pedimos siete voluntarios entre el grupo que participa en la actividad. Este grupo va a formar una mesa de diálogo sobre la escasez de agua y alimentos en Burkina Faso. Su objetivo es buscar juntos propuestas que ayuden a mejorar la vida de las niñas y niños que viven en Burkina Faso y que sufren desnutrición infantil. Cada cual va

a tener un rol en esta mesa, y para asignarlo repartimos a cada miembro de la mesa una tarjeta que le indica su papel.

Pedimos a cada una de las personas que integra la mesa que se presente leyendo su tarjeta al resto del grupo.

A continuación les proponemos que formen un grupo de asesoras y asesores que les ayuden a buscar propuestas. Para eso por turnos van eligiendo y llamando a las compañeras y compañeros hasta que todos formen parte de un grupo asesor y se colocan juntos en un lugar del aula.

### **Unidos por un objetivo común (30 min.)**

Cada grupo tiene 3 minutos para pensar una propuesta que presentarán en la mesa de diálogo.

A continuación cada grupo presenta al resto de la mesa su propuesta y los demás grupos manifiestan si les parece posible o no llevarla a cabo y cómo podrían aportar ellos a esa propuesta desde la posición que les ha tocado representar.

A medida que se expongan las propuestas y aportaciones de cada grupo podemos ir plasmándolas en un mural que quede expuesto en la clase. Así recordamos que hay muchas maneras de participar y colaborar para lograr un objetivo común: asegurar una vida digna para todas las personas.

## **Sugerencias para la actividad**

Se puede trabajar la búsqueda de información sobre Burkina Faso el día anterior para contextualizar la actividad.

Puede realizarse una segunda ronda de sugerencias de los grupos asesores a la mesa de diálogo.

La utilización de técnicas plásticas, visuales y audiovisuales (carteles, ambientación, grabación de video...) para mejorar el proceso metodológico de las dinámicas supone un importante enriquecimiento.

## **Evaluación**

Al finalizar la actividad pueden plantearse algunas preguntas para la reflexión en grupo:

- ¿Cómo te has sentido como participante de la mesa?
- ¿Crees que todas las personas eran importantes en esa mesa?
- ¿Es enriquecedor escuchar distintos puntos de vista en la búsqueda de soluciones a un problema común?

Educación Física

**“Tropilla por la supervivencia”**

Primaria y Secundaria

**45 min.****Objetivos**

- Mostrar la realidad que se vive en los países más empobrecidos.
- Utilizar dinámicas participativas para adquirir conocimientos y empatía.
- Movilizar a favor de la infancia más desfavorecida.

**Competencias**

Para conseguir el desarrollo de competencias sociales partimos de competencias individuales y habilidades motrices, el movimiento individual y colectivo en relación con el acuerdo, la creatividad, la observación y la confianza. El trabajo en equipo favorece el respeto por las normas. La expresión y la iniciativa individual ayudan en la toma de conciencia y en la reflexión sobre la justicia y la igualdad, contribuyendo a la competencia social y ciudadana.

**Metodología**

En el desarrollo de la actividad utilizamos técnicas de cooperación, unión grupal, acuerdo de grupo, descubrimiento y acción conjunta.

**Materiales**

- Tarjetas de colores rojas, verdes y amarillas
- Tarjetas blancas de aspectos que favorecen y dificultan la supervivencia infantil
- Tiza o cinta para marcar punto de encuentro y zonas positivo (+) y negativo (-)

**Desarrollo de la actividad****Introducción (5 min.)**

Comenzamos la actividad explicando que en Burkina Faso la supervivencia es un reto para las niñas y los niños. Muchos no consiguen llegar a los 5 años porque la desnutrición y sus consecuencias son una gran dificultad para lograrlo. Contar con un pequeño rebaño de cabras puede llegar a suponer para una familia el medio para salir adelante y poder alimentar a sus hijas e hijos.

**Trabajando en equipo (15 min.)**

El profesor o profesora tendrá preparadas tarjetas de los 3 colores de la bandera de Burkina Faso (rojo, verde y amarillo) y le pide a cada alumno que coja una al azar. Después pedimos al grupo que cada cual busque a los compañeros y compañeras que tengan la tarjeta de su mismo color; de manera que queden formados los 3 equipos para la actividad.

Cada equipo reagrupado se va a convertir en “un rebaño o tropilla que pasta por el recinto en apoyo a la supervivencia de la infancia”. Para convertirse en rebaños se enlazan por los brazos realizando un círculo hacia el exterior y tienen que estar unidos durante toda la actividad.

Quien dinamiza la actividad explica que por el recinto de juego hay repartidas tarjetas blancas. Cada rebaño enlazado tiene que ir a buscarlas, recogerlas sin utilizar las manos y llevarlas al “punto común de encuentro de todos los rebaños” que previamente señalaremos en el suelo con una tiza o cinta de carroceros.

El objetivo es que cada rebaño o tropilla busque las tarjetas blancas sin soltarse. Si un rebaño se suelta o coge tarjetas con la mano se quedará paralizado hasta escuchar la palabra “supervivencia”.

Cuando todas las tarjetas han sido llevadas al punto de encuentro los grupos se sitúan uno junto a otro y se muestra en el suelo la zona marcada con el símbolo positivo (+) y negativo (-).

### **Decisiones en común (20 min.)**

Se explica que cada tarjeta blanca que han recogido tiene un texto que se leerá y deben decidir si es un elemento o factor que es algo “bueno-que mejora” (+) o “malo-que empeora” (-) la vida de las niñas y niños que viven en países empobrecidos como Burkina Faso. En función de su elección cada rebaño se mueve hacia el símbolo positivo o negativo. Cada tarjeta se deposita en la zona que haya elegido un mayor número de rebaños.

Para finalizar la actividad todos los rebaños se unen en uno solo como forma simbólica de apoyo a la supervivencia y al desarrollo de la infancia en el mundo.

Podemos sacar una foto a todo el grupo que podamos compartir con el resto de la comunidad educativa junto a un mensaje para ayudar a combatir la desnutrición infantil o mostrando las tarjetas de los aspectos positivos que ayudan a mejorar la vida de las niñas y niños de países más empobrecidos.

## **Sugerencias para la actividad**

En esta actividad es importante que el/la profesor/a explique claramente las consignas de la actividad y se asegure que son comprendidas: el grupo siempre tiene que ir unido, se recogen las tarjetas sin soltarse y sin usar la mano, el punto de encuentro común donde llevar las tarjetas debe estar muy claro, definición de espacios en el campo, escucha activa y silenciosa de tarjetas para el movimiento de rebaños.

Quien dirige la actividad selecciona el contenido para las tarjetas según la edad. Os sugerimos las siguientes:

**MEJORA LA SUPERVIVENCIA:** agua potable, ovejas, cabras, medicinas, médicos, alimentos, alimento terapéutico, educación, igualdad, madres nutridas, educación para la salud, cooperación, saneamiento, reparto de recursos, huertos, higiene, enfermeros, educación de las niñas, educación de los niños...

**EMPEORA LA SUPERVIVENCIA:** desigualdad, agua no potable, falta de alimento, sequía, enfermedades, diarrea, sarampión, inundaciones, subida de precios, inestabilidad política, madres desnutridas, falta de educación, violencia, diferencias de género...

## **Evaluación**

Al finalizar la actividad pueden plantearse algunas preguntas para la reflexión en grupo:

- ¿Cómo os habéis sentido trabajando unidos?
- ¿Qué es lo que más os ha gustado de la actividad? ¿Y lo que menos?
- ¿Habéis conocido algo nuevo sobre la situación de la infancia en otros lugares del mundo?

# ANEXOS



Foto: Nyani Quarmyne /Save the Children

# ANEXOS

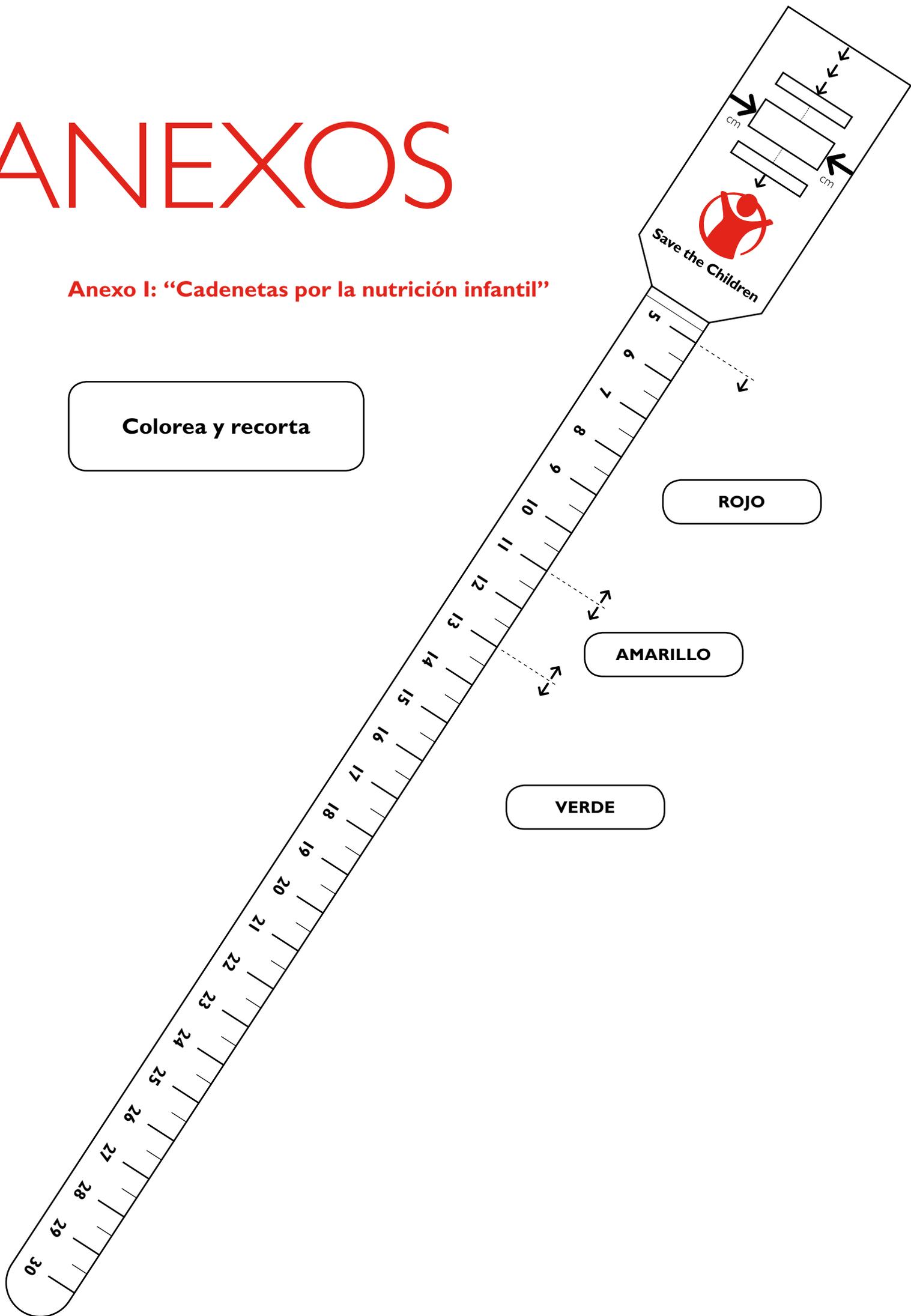
## Anexo I: "Cadenetas por la nutrición infantil"

Colorea y recorta

ROJO

AMARILLO

VERDE

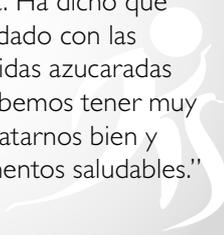


**Anexo II: “La lotería de la vida”**

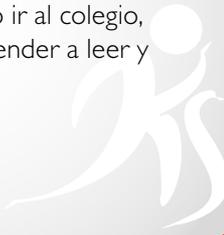
“En la casa donde vives con tu familia no hay agua potable para beber, cada mañana te toca recorrer 5 km para poder traerla hasta vuestro hogar y utilizarla para beber, cocinar y asearse.”



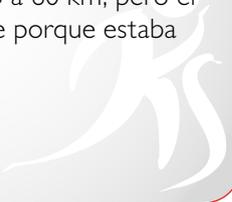
“De lunes a viernes pasa por tu pueblo un autobús y lleva a todas las niñas y niños al colegio que está a 6 km. Hoy ha venido a clase una doctora nutricionista a contar la importancia de una dieta sana y equilibrada. Ha dicho que tenemos que tener mucho cuidado con las grasas, las chucherías y las bebidas azucaradas que consumimos. Dice que debemos tener muy presente tomar agua para hidratarnos bien y tener una dieta variada de alimentos saludables.”



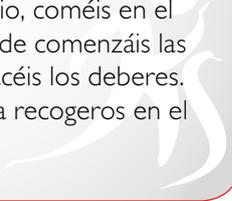
“Eres la hija mayor de una familia de 5 hermanos. Desde muy pequeñita cuidas a tus hermanos pequeños y apenas has podido ir al colegio, aunque te gustaría mucho aprender a leer y escribir.”



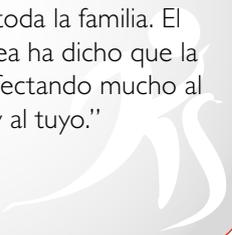
“En la aldea donde vives no hay servicio médico. El año pasado 2 de tus 7 hermanos enfermaron, uno de diarrea y otro de sarampión. Les llevaron al centro de salud más cercano a 60 km, pero el más pequeño no pudo salvarse porque estaba muy deshidratado.”



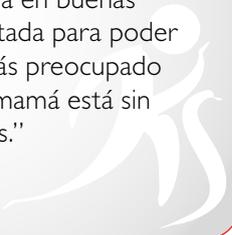
“Tienes 10 años y tu hermana tiene 4 más que tú. Todas las mañanas cuando os levantáis para ir al colegio tomáis un desayuno sano con leche, fruta y bollería casera. Los mayores insisten en que es muy importante estar bien alimentadas para vuestro crecimiento y aguantar bien las clases. Vais todas las mañanas al colegio, coméis en el comedor y a las cinco de la tarde comenzáis las actividades extraescolares y hacéis los deberes. Vuestros padres se turnan para recogeros en el cole todos los días.”



“Este año ha habido una gran sequía y se ha perdido la cosecha que plantasteis tus padres y tus 5 hermanos. La mayor parte de los días no hay alimentos suficientes para toda la familia. El enfermero que pasa por la aldea ha dicho que la falta de alimento y agua está afectando mucho al crecimiento de tus hermanos y al tuyo.”

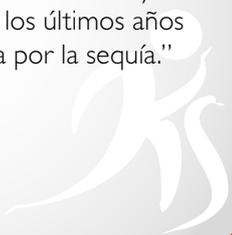


“Ayer nació un nuevo hermano, ya sois en tu familia 5 hermanos varones. Tu madre está muy débil, el médico le ha dicho que es muy importante que tome agua en buenas condiciones y esté bien alimentada para poder amamantar al nuevo bebé. Estás preocupado porque no hay alimentos y tu mamá está sin fuerzas para cuidar de vosotros.”

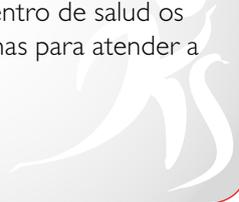


### Anexo III: “Mesa de diálogo”

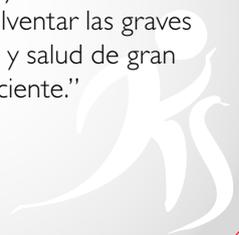
“Eres un pastor de cabras en Burkina Faso y casi todo tu ganado ha muerto. En los últimos años hay escasez de agua provocada por la sequía.”



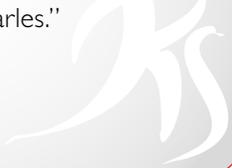
“Eres un padre de Burkina Faso. Este año has tenido que desplazarte dos veces al centro médico que está a 70 km porque dos de tus hijos estaban deshidratados a causa de la diarrea que sufrían. Cuando llegasteis al centro de salud os dijeron que solo había medicinas para atender a uno de ellos.”



“Eres un político de Burkina Faso y te preocupa mucho la inestabilidad política y las revueltas en el país. El presupuesto para solventar las graves necesidades de alimento, agua y salud de gran parte de la población es insuficiente.”



“Eres un médico de Burkina Faso. A tu centro de salud llegan cada vez más madres con sus bebés afectados por desnutrición que vienen desde muy lejos. El problema es que muchas veces no tienes medicamento para poder tratarles.”



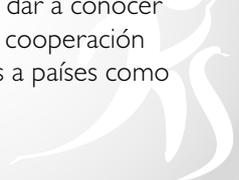
“Eres una maestra de Burkina Faso. La gran parte de las niñas y niños que asisten a la escuela no tienen alimentos suficientes en sus familias, la desnutrición es un gran problema. Te das cuenta de que muchos tienen bajo peso y además les cuesta seguir el ritmo de las clases porque su nivel de atención es muy bajo.”



“Eres una madre de Burkina Faso que tiene 3 hijos y 2 hijas. Tu hija mayor tiene 7 años. Todos los días se desplaza a 6 kilómetros para traer agua potable a la familia.”



“Formas parte del gobierno de tu país. Además de preocuparte por las cuestiones que afectan a los ciudadanos de tu país, crees que es necesario luchar para que las personas de otros países con menos recursos y más dificultades puedan vivir dignamente. Por eso tratas de dar a conocer en tu país la importancia de la cooperación internacional y destinar ayudas a países como Burkina Faso.”





**Acorta distancias contra la desnutrición infantil.**

**La C/C en la que podéis ingresar lo recaudado en la actividad es:**

Banco Santander  
ES55 0049 1837 5620 1024 9000

Recuerda indicar en el concepto el nombre del centro.

**¡Muchas gracias!**



**Save the Children**

**SAVE THE CHILDREN trabaja en más de 120 países.  
Salvamos las vidas de niños y niñas. Luchamos por sus derechos.  
Les ayudamos a desarrollar su potencial.**



## KILÓMETROS DE SOLIDARIDAD



**TOURLINE  
EXPRESS**



Save the Children  
Plaza Puerto Rubio, 28 - 28053 Madrid  
T. 91 513 05 00

[savethechildren.es](http://savethechildren.es)