

Bachillerato

1º BACH y 2º BACH

12 PRODUCCIÓN
Y CONSUMO
RESPONSABLES



Es tiempo de cultivar
JUSTICIA

Materiales SED 24-25



Solidaridad | Educación | Desarrollo



Actividad

DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN

Título:

¿Por qué tenemos la necesidad compulsiva de consumir?

Espacios:

Aula

Etapa:

Bachillerato

Curso:

1º y 2º de la Bachillerato.

Materiales:

Proyector y Tablet /ordenador, teléfono inteligente

Tiempo necesario:

50 minutos.



DESARROLLO DE LA SESIÓN

Contextualización

Se propone una actividad en la que el alumnado de Bachillerato trabajará los aspectos de producción y consumo responsable desde el origen de esta necesidad de consumir hasta haber obtenido el producto deseado. Se analizarán las posibles consecuencias medioambientales, vulneración de los DD.HH. y problemas en la propia salud y se les propondrá el darle difusión a través de las RRSS del centro.

Introducción (15 min aprox)

A) Lluvia de ideas:

Se lanzan una serie de preguntas para propiciar lluvia de ideas.

¿Sabemos cómo le afectan las compras a nuestro cerebro? Es decir, ¿qué nos impulsa a comprar más allá de lo que necesitamos? (Se puede hacer una reflexión relacionada con el Black Friday).

En la lluvia de ideas se espera que el alumnado hable de la liberación de dopamina y serotonina en nuestro cerebro. Compartimos con ellos la siguiente información:

Las hormonas dopamina y serotonina influyen en el comportamiento de compra, convirtiendo a veces una compra en una necesidad percibida, aunque no lo sea. La dopamina, conocida como la “hormona del placer”, activa el circuito de recompensa

en el cerebro, creando una sensación de necesidad de comprar. Cuando se completa la compra, se libera serotonina, lo que genera una sensación de felicidad y satisfacción.

Este proceso es fundamental para entender por qué algunas personas desarrollan adicción a las compras. Este trastorno, denominado oniomanía, es más frecuente en personas con alteraciones en el estado de ánimo y alta impulsividad. La diferencia clave entre alguien que es adicto a las compras y alguien que no lo es reside en la activación rápida y frecuente del circuito de recompensa en el cerebro. Las personas con baja autoestima o problemas emocionales son más susceptibles a caer en este ciclo adictivo.

El artículo también destaca la importancia de buscar ayuda profesional para tratar esta adicción, ya que puede ser difícil de superar sin asistencia adecuada. La oniomanía puede esconder problemas emocionales más profundos y, por ello, se recomienda la intervención de un especialista en salud mental para abordar la raíz del problema y ofrecer soluciones efectivas.

B) Proyección de vídeo sobre la sociedad de consumo y obsolescencia programada.

C) Reflexión general sobre llevar el control de nuestros impulsos y estar por encima de eso para consumir de manera responsable.

Dinámica grupo de expertos.

Se divide la clase en 6 grupos y cada uno trata uno de los 6 capítulos (vídeos) de la exposición de SED “El laberinto del consumo”.

1. El engaño

El video titulado “EL LABERINTO (Capítulo 1) | ONGD SED” habla sobre diferentes estrategias de marketing que hacen que adquiramos productos que no son de primera necesidad.

2. El coste del consumo en nuestras vidas

El video titulado “EL LABERINTO (Capítulo 2) | ONGD SED” habla sobre el coste del consumo en nuestras vidas.

3. Alimentos

El video titulado “EL LABERINTO (Capítulo 3) | ONGD SED” habla sobre el desperdicio de alimentos y propone webs y aplicaciones interesantes para reducirlo.

4. Crecimiento

El video titulado “EL LABERINTO (Capítulo 4) | ONGD SED” habla sobre el crecimiento económico y los problemas generados por el mismo.

5. ¿Cómo medir el progreso?

El video titulado “EL LABERINTO (Capítulo 5) | ONGD SED” habla sobre diferentes indicadores para medir el desarrollo desde un punto de vista ecológico y sostenible.

6. Explotación

El video titulado “EL LABERINTO (Capítulo 6) | ONGD SED” habla sobre la cara oculta del “Low cost”.

Cada equipo trabaja sobre el tema asignado y grabe un Reel de 1 min como máximo respondiendo a las preguntas que aparecen a continuación (de la manera más original que se les ocurra y no es necesario que aparezcan ellos) para que el/la tutor/a lo envíe al equipo de Comunicación y Marketing del centro y se publique en las RRSS en la semana en la que se desarrolle la tutoría de SED.

Preguntas:

- **TODOS LOS GRUPOS:** ¿Cuál es el problema que plantea el vídeo?
- **TODOS LOS GRUPOS:** ¿Se vulneran los DD.HH. y/o el Medioambiente?
- **TODOS LOS GRUPOS:** ¿Cómo podemos concienciar a los demás acerca de ello y darle solución? Aparte de los que puedan proponerse en el vídeo.
- **SOLAMENTE GRUPO 6:** ¿Cuál ha sido el proceso y cuáles han sido las manos por las que ha pasado el dispositivo electrónico con el que estoy grabando esto para conseguir todos sus componentes y que funcione tan bien?

Conclusiones

Exposición de los reels al resto del aula y conclusión final por parte del tutor/a donde aporta una serie de acciones y consejos que podemos tomar al respecto del ODS 12.

- **Infórmate sobre los productos:** Antes de comprar, investiga sobre el origen de los productos, las condiciones laborales en su producción y su impacto ambiental. Opta por aquellos que son sostenibles y éticamente producidos.
- **Reduce, reutiliza y recicla:** Intenta reducir la cantidad de productos que compras y reutiliza los que ya tienes. Cuando ya no puedas usarlos más, asegúrate de reciclar correctamente para minimizar el impacto ambiental.
- **Compra local y de temporada:** Apoya a los productores locales comprando productos frescos y de temporada. Esto no solo reduce la huella de carbono asociada al transporte, sino que también fortalece la economía local.
- **Opta por productos duraderos y de calidad:** Invierte en productos que tienen una vida útil más larga y que están hechos de materiales duraderos. Aunque puedan ser más caros inicialmente, a largo plazo resultan más económicos y reducirán la cantidad de desechos.
- **Evita el consumo impulsivo:** Antes de realizar una compra, pregúntate si realmente necesitas el producto. Evita las compras impulsivas y planifica tus adquisiciones para asegurarte de que realmente estás comprando algo necesario y útil.