

CAMBIAR LA MIRADA PARA CAMBIAR EL MUNDO

Consumismo

3º-4º Educación Primaria

Aprendemos educación ecosocial



GREENPEACE

Autoría: Jessica Beltrán Martínez (FUHEM).

Revisión: Jorge Consuegra y Rocío Sastre (Greenpeace), y Carlos Gómez Chuliá, Luis González Reyes, Paula Martín-Lunas Villoria, Charo Morán Cuadrado, África Planet Contreras, Martina Rey Dono (FUHEM).

Imágenes e ilustraciones: Freepik, Canva y generadas con inteligencia artificial (IA).

Maquetación: Cristina Gómez Jiménez (FUHEM).

Fecha de publicación: marzo de 2026.

Elaborado por:



Para:

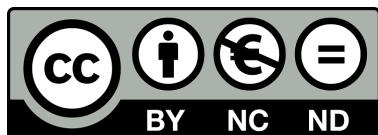
GREENPEACE

Calle Valores 1

Madrid 28007

contacto.es@greenpeace.org

Esta publicación está bajo licencia Creative Commons 4.0, Reconocimiento-NoComercial-NoDerivadas (CC BY-NC-ND)



Introducción

Vivimos en una época compleja de gran incertidumbre debido a una crisis multisistémica, que incluye el cambio climático, la pérdida de biodiversidad, el agotamiento de recursos, la crisis de cuidados, el aumento de las desigualdades y el incremento de los conflictos bélicos.

A veces, la desesperanza o la gestión de la incertidumbre nos parece un gran reto que no facilita visualizar soluciones transformadoras, pero, aunque no podamos asegurar el éxito de nuestras iniciativas, sí sabemos que no intentarlo es el verdadero fracaso. Uno de estos intentos es la educación, que es una estrategia clave para la transformación de esta generación y de las venideras.

Si además educamos con una mirada ecosocial, podemos tener a nuestro alcance una herramienta con la que poder analizar la situación actual y diseñar estrategias y alternativas que nos permitan avanzar hacia un futuro realista, sostenible y justo para todas las personas y el resto de seres vivos. La capacidad transformadora de la educación ecosocial es indiscutible. Es una de las llaves para generar esperanza activa en las personas jóvenes de modo que puedan imaginar otras formas de relacionarse con el mundo, porque si no lo imaginamos, no sucederá.

Esta propuesta te ofrece una serie de actividades educativas diseñadas para que el alumnado adquiera conocimientos y claves que contribuyan a afrontar la crisis múltiple que enfrentamos. Se basa en la educación ecosocial, que parte de un análisis profundo de los retos globales para poner la vida en el centro y transformar tanto el entorno escolar como el social. El objetivo es formar, empoderar y crear agentes de cambio con una mirada crítica y holística que puedan construir sociedades que se desarrollen en armonía con la vida del planeta y se articulen alrededor de la justicia social.

La propuesta consiste en una única sesión para desarrollar dentro del aula, aunque incluye también actividades de ampliación que pueden llevarse a cabo durante más sesiones, además de propuestas para realizar en ámbitos extraescolares.

El taller está estructurado en tres bloques: recogida y activación de conocimientos previos, desarrollo del taller, y generación de conclusiones y propuestas activistas, promoviendo con ello procesos que impulsen cambios concretos y propositivos, más allá del diagnóstico. Están diseñadas para ser aplicadas a través de una metodología participativa y atractiva, que sitúe al alumnado como un agente activo de su propio aprendizaje.

El material también incluye recursos de apoyo para ampliar o adaptar las actividades al contexto social en el que se desarrolle el taller y las necesidades de aprendizaje específicas del alumnado.

Nivel y objetivos generales

NIVEL	OBJETIVOS GENERALES
Educación Primaria. Segundo ciclo (3º y 4º).	<ul style="list-style-type: none">● Comprender el impacto ambiental relacionado con el consumismo.● Explorar opciones que contribuyan a disminuir el consumismo en nuestro día a día.

Secuencia didáctica

Activación de conocimientos previos del alumnado

OBJETIVO	Introducir el concepto de consumismo y su relación con el impacto ambiental.
TEMPORALIZACIÓN	10 min.

Quien dinamice leerá en voz alta los siguientes enunciados y pedirá al alumnado que indique si son falsos o verdaderos. Se escogen 2 personas al azar para dar las respuestas en cada enunciado:

1. Comprar un juguete nuevo siempre es una buena idea porque hace que nos sintamos más felices. (FALSO)
2. Las fábricas que producen juguetes pueden dañar el planeta porque necesitan muchos recursos como agua y energía. (VERDADERO)
3. Es bueno acumular juguetes porque siempre los podemos volver a necesitar. (FALSO)
4. Donar los juguetes que ya no usamos ayuda a cuidar el medio ambiente. (VERDADERO)
5. Comprar demasiado genera contaminación y afectar a los animales. (VERDADERO)

Seguidamente, se explica que los juguetes se fabrican en grandes cantidades, y su producción tiene un impacto muy grande en el planeta porque se usan muchos recursos naturales, y luego estos productos se desechan en poco tiempo, generando mucha contaminación. Por ejemplo, el informe de [ALDI](#) concluyó que la mayoría de los niños y niñas en España usan juguetes nuevos durante 1 semana o menos.



A continuación, se propone un sondeo para identificar las emociones del alumnado frente a imágenes de juguetes desechados.

- ¿Cómo te sientes luego de ver estas imágenes?

Para responder, se elige una persona al azar. El resto levanta y agita las manos si comparten la emoción y las bajan en caso contrario. Se puede repetir la pregunta con otro participante y volver a sondear.

Desarrollo de la sesión

OBJETIVO	Reflexionar sobre el deseo de tener más cosas y el impacto ambiental que esto ocasiona.
TEMPORALIZACIÓN	30 min.

Quien dinamiza explica que, pese al impacto en el planeta, el deseo por tener juguetes es muy grande. Por ejemplo, la mayoría de los juguetes son fabricados para que el deseo por ellos, la moda, dure poco tiempo y luego se desechen.

Se muestran imágenes de juguetes al alumnado y se le pregunta quién los quiere, pidiéndoles levantar la mano si los desean. Es importante pedirles sinceridad, pues el deseo consumista nos ocurre a todas las personas en menor o mayor medida.



Seguidamente, se comenta que, a pesar de que sabemos que tener muchos juguetes contribuye a la destrucción de la naturaleza, deseamos seguir teniéndolos, pero ¿es eso lo que más deseamos de verdad? Luego de un breve momento de diálogo con el alumnado, compartimos las siguientes reflexiones:

El consumismo es la percepción de que necesitamos siempre cosas nuevas para estar felices.

Pero no siempre necesitamos lo que nos ofrece la publicidad. Muchas veces, con los juguetes que ya tenemos, podemos seguir divirtiéndonos mucho. Incluso existen muchas opciones para divertirnos sin usar juguetes.

Antes de pedir algo nuevo, podemos pensar: “¿lo necesito realmente o puedo seguir jugando con lo que ya tengo?”. Así, aprendemos a disfrutar más de lo que ya tenemos y no caer en la trampa de comprar por comprar.

Se comenta que Greenpeace nos da consejos para vivir de manera responsable con el planeta, pudiendo compartir el siguiente [enlace](#).

A continuación, se presenta la siguiente historia de El deseo de Leo en forma de cuento.

El deseo de Leo

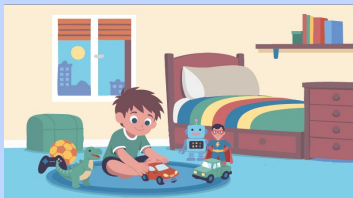
El cumpleaños de Leo estaba cerca. Quería que le regalaran muchas cosas.



Llegó el día del cumpleaños de Leo y su madre le regaló mucha ropa, unos zapatos brillantes y muchos juguetes para su colección.



Leo estaba muy emocionado. Estuvo jugando con sus regalos todo el día.



Pasadas varias semanas, Leo se quedó pensativo. Ya no le emocionaba jugar, se había aburrido de sus nuevos juguetes y estaba triste.



Leo pensó por un momento por qué se sentía triste. Quería saber qué es lo que quería de verdad.



Después de pensarlo mucho, le dijo a su mamá:

- Realmente no quiero los juguetes, lo que quiero es jugar con mis amigos y amigas. Eso es lo que de verdad me hace feliz.



La mamá abrazó a Leo, orgullosa. Leo aprendió que no necesitaba más cosas para ser feliz. A veces, compartir lo que ya tenemos puede darnos mucha más alegría.



Luego de haber leído la historia, se pregunta al alumnado elegido al azar:

- ¿Qué es lo que más te gusta hacer cuando juegas?
- ¿Qué te hace más feliz?, ¿tener muchos juguetes o compartir el tiempo con amigos y amigas?
- ¿Alguna vez te has sentido feliz jugando con algo que no sea un juguete nuevo?, ¿y jugando sin juguetes?, ¿qué fue?

La persona que dinamiza pone en común dos respuestas por pregunta y recoge la idea clave:

Lo que realmente nos hace felices es jugar con las personas que queremos, ya sea con juguetes nuevos, viejos o incluso sin ellos. Lo importante es disfrutar el momento y estar con amigos, amigas o familiares. Si nos enfocamos en esto, podemos darnos cuenta de que no necesitamos tantas cosas nuevas para ser felices.

Si hubiese tiempo, se puede añadir la siguiente actividad. Se pide al alumnado organizarse en parejas. Se les da una ficha (ver al final de documento), en la que deben relacionar las imágenes que representan las causas y consecuencias en ambas columnas.

Tras realizar el ejercicio, se proyecta la solución de la ficha, enfatizando:

Es importante realizar un consumo responsable con el planeta, ya que consumir en exceso daña en el medio ambiente y no nos aporta satisfacción duradera.

Cierre

OBJETIVO	Reflexionar sobre las consecuencias del consumismo y proponer formas de actuar de manera más responsable.
TEMPORALIZACIÓN	10 min.

Se sugieren estas preguntas (elegir en función del tiempo disponible):

- ¿Qué aprendiste en este taller?
- ¿Qué podemos hacer para compartir más momentos felices con otras personas?
- ¿Cómo podemos disfrutar más de lo que tenemos, sin sentir la necesidad de comprar cosas nuevas?

Si hay tiempo, se puede añadir la siguiente: ¿Cómo podemos divertirnos sin necesidad de comprar?

Para profundizar en las campañas del *fast-fashion* y consumismo en otros ámbitos de la vida, se pueden sumar las siguientes cuestiones para la reflexión colectiva:

- ¿Cómo podríamos tomar decisiones más responsables al comprar, por ejemplo, ropa? *Esta pregunta puede conectarse con la campaña de Greenpeace sobre [Shein](#): Greenpeace nos habla sobre los peligros que trae la ropa barata de marcas como Shein. Aunque parecen buenas ofertas, muchas de estas prendas están hechas con materiales tóxicos que dañan el medio ambiente y la salud de las personas. Además, el exceso de ropa que compramos de manera rápida y sin pensarlo contribuye a la contaminación y al desperdicio. Es importante que pensemos bien antes de comprar yelijamos ropa que sea más amigable con la Tierra.*
- ¿Qué cosas podemos hacer para no comprar de más y pensar más en el planeta? *Con esta pregunta se puede conectar la campaña de Greenpeace sobre [consumismo](#): Greenpeace nos dice que podemos consumir de forma más responsable. Eso significa pensar bien antes de comprar, reciclar, no acumular cosas que no necesitamos y ser conscientes de cómo nuestras decisiones afectan al medio ambiente.*

Finalmente, se propone al alumnado dos acciones:

- **Acción personal:** Conversar en casa sobre lo que aprendieron en esta sesión, haciendo un balance sobre el deseo de tener más juguetes y lo que realmente los hace felices.
- **Acción colectiva:** Organiza con tu clase una jornada de trueque escolar. Con ayuda de un adulto en casa, puedes escoger algunas prendas o juguetes que ya no uses e intercambiarlos con otra persona. Con esta acción tu colegio estará promoviendo el reuso, alargando la vida útil a estos objetos. A continuación, presentamos algunos consejos para preparar tu selección:
 - ◆ Haz una limpieza de armario y estanterías. Revisa qué ropa y juguetes ya no usas, pero que pueden tener una segunda vida útil.
 - ◆ Si las prendas/juguetes requieren reparación, puedes pedir la ayuda de un adulto en casa para este trabajo.
 - ◆ Revisa la apariencia de la prenda/juguete. Asegúrate de limpiarla para que sea atractiva a otra persona.
 - ◆ Puedes agregar una pequeña nota en la que comentes algunas características del artículo: cuánto tiempo lo usaste, qué reparación le hiciste, por qué lo seleccionaste para el trueque.
 - ◆ Prepara todo en una caja. Llévalo al colegio y entrégalo al delegado del colegio.
 - ◆ Disfruta del evento, participa activamente y disfruta del intercambio con tus compañeros.

Para saber más

¿Cuál es el problema?

El consumismo es el acto de comprar muchas cosas no necesarias solo porque están de moda, son baratas o porque otras personas las tienen. A veces, compramos cosas que no usamos mucho, solo porque creemos que nos harán felices o porque los anuncios nos dicen que las necesitamos.

El problema del consumismo es que afecta al medio ambiente, porque se fabrican y tiran muchos bienes que dañan la Tierra, y a veces ni siquiera los usamos. Es importante pensar bien antes de comprar y buscar maneras de consumir de forma más responsable para cuidar el planeta.

¿Cuáles son las soluciones?

Para evitar caer en este modelo de consumo, Greenpeace propone consumir de manera responsable. Podemos empezar por comprar solo lo que realmente necesitamos y tratar de reutilizar las cosas que ya tenemos. Comprar solo lo necesario y priorizar, compartir, reparar y reutilizar objetos. También es importante elegir productos que sean más sostenibles y que no dañen el medio ambiente, como los que están hechos con materiales locales, ecológicos o reutilizados. Otra opción es apoyar marcas que sean transparentes con su producción y que se preocupen por el bienestar de la Tierra y las personas. Para obtener la información es importante mirar la etiqueta del producto con detalle e investigar la empresa y el producto. Finalmente, visitar mercadillos de ropa y comida contribuye a apoyar la economía local. Al consumir con conciencia, no solo cuidamos el medio ambiente, sino que también fomentamos una sociedad más justa, donde las personas y la naturaleza importen más que las ganancias.

Recursos y bibliografía adicional para la persona dinamizadora:

- Artículo: "[Consumismo](#)". Greenpeace
- Artículo: "[Moda rápida: la industria que desviste al planeta](#)". Revista ¿Cómo ves? - Divulgación de la Ciencia. UNAM.
- Informe: [Shein: "Toxicidad a todo trapo"](#). Greenpeace España. 2022
- Guía: [Educación para el consumo](#). Confederación española de asociaciones de padres y madres de alumnado. 2008
- Artículo: "[¿Consumo o consumismo?](#)". EcoKids
- Informe: [El juego infantil en España](#). Supermercados ALDI. 2019

Material complementario para el alumnado:

- Vídeo: "[Consumo responsable: Adrián 5º de primaria](#)". YouTube. 2023.
- Cuento: Joachim el Barrendero. Editorial: Lumen. ISBN: 9788426435514.
- Guía de actividades: [Ficha didáctica 12. Producción y consumo responsable](#). Fundación Ciudadana. 2018.
- Película: Wall-E. Disney. 2008.
- Artículo: "[Consumo responsable](#)". Greenpeace España.
- Artículo: "[¿Cómo hago que mi móvil dure más?](#)". Greenpeace España.

Materiales imprimibles

FICHA DE ACTIVIDADES

Nombre: _____

Usa un lápiz o color para relacionar la información de la columna A con la columna B.

Columna A	Columna B
<p>Manuela quiere un móvil nuevo porque todos sus amigos y amigas lo tienen.</p> 	<p>Otros niños y niñas van a vestirse y esto ayudar a reducir la contaminación</p> 
<p>Las empresas intentan vender cada vez más juguetes, ropa y tecnología.</p> 	<p>El consumo innecesario de productos nuevos, como los teléfonos, genera contaminación.</p> 
<p>Julián decide hacer un ropero solidario en lugar de tener más cosas.</p> 	<p>Se crea más basura que contamina el medio ambiente y pone en peligro a los animales.</p> 