

GUÍA PRÁCTICA

Educación para el consumo responsable dirigida a pequeñas y pequeños consumidores



2015

Índice

	Página
Introducción	1
10 recomendaciones para hacer de tus hijas e hijos, consumidores responsables	2
Contenidos para promover el consumo responsable en la población infantil.	3
Guía de aplicación de actividades lúdicas en nuestros materiales	6
Tips pedagógicos para la educación en materia de consumo dirigido a menores de 18 años de edad	9
La información	10
La publicidad, el diseño y la moda. Influencia al elegir	11
Actividades lúdicas. Ejemplo.	12

Introducción

Para Profeco, la celebración del Día de la Niñez es una oportunidad más para reforzar nuestra labor educativa dirigida a proteger los derechos de la infancia, principio básico en la Ley Federal de Protección al Consumidor. Ya que los derechos de niñas y niños al comprar, nacen de la Convención sobre los Derechos de la Niñez, porque resguardan la protección de su vida, salud y seguridad, así como su derecho a la no discriminación y a la educación, también en materia de consumo.

Para las empresas y las marcas, la población infantil es un mercado directo que gasta su propio dinero, de influencia que orienta el gasto familiar en beneficio propio, pero también un mercado futuro y constante de nuevas consumidoras y consumidores, como reporta el documento “Los niños como consumidores de productos sociales y comerciales” (Mc. Neal, J. U., 2000). Por ello buscan ganar su atención, su preferencia y sobre todo su lealtad en el trayecto de su vida. Bajo este

planteamiento, la educación en materia de consumo dirigida a niñas y niños, toma en cuenta su entorno individual, social y medioambiental, esferas con las que interactúan durante su desarrollo y crecimiento, experimentando un constante intercambio de información que influirá en la forma de tomar decisiones al comprar y al hacer uso de objetos y servicios, que satisfagan necesidades y deseos, muchas veces de forma inmediata sin dar tiempo a la reflexión (impulsivamente, sin auto-control).

Querer poseer todo lo que uno ve; derrochar recursos; elegir sin poner prioridades; consumir sin percibir las consecuencias en la salud, en el medio ambiente e incluso en las demás personas, son hábitos aprendidos que se pueden evitar o modificar a partir de la orientación hacia mejores prácticas en la vida cotidiana, para lograr en niñas y niños el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes para adoptar hábitos de consumo responsable.

SABER, SABER HACER y QUERER HACER, un trabajo constante entre consumidoras y consumidores de todas las edades, para el aprendizaje.



10 recomendaciones para hacer de tus hijas e hijos, consumidores responsables

1. Desde temprana edad, niñas y niños aprenden conductas a través del ejemplo, delante de ellas (os) procura un consumo responsable.
2. Desde bebés, los colores, sonidos, formas, olores y texturas, son muy atractivos para los sentidos, y son elementos básicos de la publicidad, moda y diseño, para atraer la atención y estimular los deseos de tener productos e incluso marcas.
3. A los dos años de edad, incluso antes, ya piden objetos: a través de gesticulaciones, señalando y con palabras; explícales los beneficios o perjuicios de lo que desean tener.
4. No adiciones sal ni azúcar a sus primeros alimentos, permíteles conocer su sabor natural y ofrece los frescos y de temporada, de acuerdo a las recomendaciones del médico. Asegúrate de que coman siempre con las manos limpias, practica con tus hijas (os) un consumo saludable.
5. Ofréceles agua simple desde los seis meses de edad, es el líquido por excelencia para saciar la sed e hidratar el cuerpo. Los sueros sólo deben consumirse bajo prescripción médica debido a su alto contenido de sales.
6. A los tres años de edad ya elegimos productos con nuestras propias manos, enseña a tus hijas (os) a elegir productos saludables y seguros para consumir. Que revisen antes: las advertencias en empaques, etiquetas e instructivos.
7. Hacer las compras en su compañía, es la mejor oportunidad para enseñarles a elegir y comparar, antes de comprar.
8. Aprovecha tus actividades diarias para inculcarles, con ejemplos, cómo hacer un consumo responsable.
9. Estimula el ahorro a través de metas, así aprenderán a consumir con paciencia y a experimentar mayor satisfacción al cumplirlas.
10. Consumir no es un juego, pero sí podemos enseñarles a consumir responsablemente a través del juego.



Contenidos para promover el consumo responsable en la población infantil

En los últimos dos años, Profeco ha desarrollado contenidos que permiten enriquecer y fortalecer nuestra tarea educativa en materia de consumo, dirigida a la población infantil: guías y cuadernillos, folletos, cursos, videos, incluso el montaje de un museo itinerante y un micrositio de consumo saludable, todo con el propósito de orientar a pequeñas

y pequeños consumidores hacia la toma de decisiones inteligentes y responsables antes, durante y después de comprar, y para la defensa de sus Derechos humanos.

Guías y cuadernillos

- Guía de Regreso a Clases 2014
http://promotores.profeco.gob.mx/wp-content/uploads/lo%20nuevo/Guia_de_regreso_a_clases_2014.pdf
- Colorea tus Derechos
Impreso y enviado a las Delegaciones

Curso especializado

- Consumo responsable y Pequeños consumidores
http://promotores.profeco.gob.mx/wp-content/uploads/2014/04/pequenos_consumidores.pdf

Portal

- Consumo saludable
<http://consumosaludable.profeco.gob.mx/>

Folletos

<http://promotores.profeco.gob.mx/index.php/lo-nuevo/>

- Tus Derechos al comprar
- Piensa y analiza tus deseos
- Cuida tu dinero con el consumo responsable
- Las niñas y los niños podemos denunciar
- Consumo saludable
- Derecho a la seguridad
- Lee las etiquetas de los productos que consumes
- Publicidad engañosa
- El consumo



Promotora, Promotor, estos materiales están a tu disposición y te enviamos una descripción breve para su mejor aprovechamiento.

Producto	Descripción
<p>Guías y cuadernillos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guía de Regreso a Clases 2014 	<p>Útil durante el año escolar, son Derechos y Consejos, para mamás y papás y una sección especial para niñas y niños. Tecnologías Domésticas para los refrigerios y más tips sobre el cómo hacer un consumo saludable y sustentable.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Colorea tus Derechos 	<p>Cuaderno para colorear, al mismo tiempo que se promueven los derechos al consumir.</p>
<p>Curso especializado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consumo responsable y Pequeños consumidores 	<p>Propuesta para abordar los Derechos básicos y el concepto del consumo responsable con grupos infantiles, para fomentar la reflexión a través de sus propias opiniones y el trabajo colaborativo.</p>
<p>Folletos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tus Derechos al comprar • Piensa y analiza tus deseos • Cuida tu dinero con el consumo responsable • Las niñas y los niños podemos denunciar • Consumo saludable • Derecho a la seguridad • Lee las etiquetas de los productos que consumes • Publicidad engañosa • El consumo 	<p>Serie especial para dar a conocer conceptos básicos de los Derechos y recomendaciones prácticas para hacer un consumo responsable, además ejercicios sencillos para su aprendizaje.</p>

Portal

Consumo saludable

<http://consumosaludable.profeco.gob.mx/>

Trabajo conjunto con la Secretaría de Salud y abierto en el marco del Día Mundial de los Derechos del Consumidor 2015, para promover el Derecho a una alimentación saludable y su ejercicio. Donde encontrarás:

- Los 7 Derechos básicos de “Colorea tus derechos”, cada uno en webcast de 31 segundos. Dirigidos a público infantil.
- Los 7 Derechos básicos para jóvenes y adultos, cada uno en webcast de 31 segundos.
- La Secretaría nos comparte dos libros: “40 Recetas saludables para niños, niñas y la familia en general” con desayunos, refrigerios, comidas y cenas y “Todos a beber agua”, que nos platica de su importancia y nos da tips para su consumo y cuidado.
- “Día Mundial de los Derechos del Consumidor Derecho a una alimentación saludable”, guía publicada por Profeco. Contenidos de consulta para llevar a cabo hábitos saludables.
- Además, con vínculos directos al Quién es Quién en los Precios, la Brújula de Compra de Profeco y su informe de actividades 2014.



Guía de aplicación de actividades lúdicas en nuestros materiales

Material	Perfil poblacional	Actividades lúdicas y sugerencias para su aplicación
Guías		
Guía de regreso a clases 2014 (Sección para pequeñas y pequeños consumidores. Pp. 15-24)	Primaria 1 Primaria 2 Secundaria	<p>Test del Consumo Responsable en la Escuela. Pág. 16.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puedes seleccionar las preguntas de acuerdo a la edad de las y los participantes. • Aplícalo de forma individual, en equipos de dos o tres integrantes, o bien grupal, de acuerdo a las edades. <p>Descifra los mensajes. Pág. 24.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relacionar objetos familiares con las letras, es atractivo para las y los más pequeños. • Retoma las recomendaciones de las 5 erres para que identifiquen su aplicación en la vida diaria. <p>Tecnologías Domésticas Profeco. Pág. 25</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recuerda que hay algunos pasos donde sí pueden participar niñas y niños. • Se deben elaborar bajo supervisión de personas adultas. • Aprovéchalas para fomentar la higiene y la seguridad de productos. Así como su costo-beneficio.
Colorea tus derechos (libro)	Preescolar Primaria 1 Primaria 2	<p>Colorea tus derechos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apóyate en las imágenes para la explicación breve de cada Derecho. • Relaciona las imágenes con actividades cotidianas de las y los participantes, por ejemplo de acuerdo a la temporada de alto consumo. • Explica las ventajas de conocer los derechos.
Folletos		
Derechos al comprar 2015	Preescolar Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	<p>La historia de Fabricio (cuento)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprovecha el formato de cuento para plantear un problema de consumo y sus posibles soluciones. • Aplícalo de acuerdo a la edad y experiencias de vida. • Pide a las y los participantes que desarrollen sus propias historietas, en edades entre 8 y 12 años. • Puedes adaptar un cuento retomando la experiencia de algún integrante del grupo, incluso que sea ella o él mismo quien lo comparta.
Cuida tu dinero con el consumo responsable	Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	<p>Ayúdale a Rogelio a ahorrar (laberinto con sumas).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adapta la actividad al juguete o producto a los gustos, preferencias y edades de las y los participantes. • Sugiere la construcción de una alcancía con material de reuso, al gusto y creatividad de cada participante y plantea la meta de ahorra durante tres meses, para hacer tangible el concepto. • Elabora con el grupo, un cartel con sus propuestas reales para ahorrar. Aprovecha su creatividad.

Material	Perfil poblacional	Actividades lúdicas y sugerencias para su aplicación
Las niñas y los niños podemos denunciar	Preescolar Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	<p>Cinthya reclama y denuncia (laberinto)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para las y los más pequeños, utiliza analogías de acuerdo a sus experiencias. • En mayores de 8 años de edad, la reclamación y la denuncia es más tangible, retoma sus propias experiencias en el consumo para promover la reclamación ante proveedores y la denuncia ante la autoridad.
Consumo saludable	Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	<p>Palabras secretas de un consumo saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relacionar objetos familiares con las letras, es atractivo para las y los más pequeños. • Puedes retomar mensajes clave (recomendaciones prácticas) para que lleven a cabo un consumo responsable en su vida diaria. • Incluso los mayores de 8 años de edad pueden plantear sus propios mensajes secretos y códigos favoritos. • En mayores de 12 años orienta a la reflexión sobre la calidad de vida gracias al consumo saludable.
Derecho a la seguridad de productos (juguetes)	Preescolar Primaria 1 Primaria 2 Secundaria	<p>¿Cómo compro mi robot? (Encontrando las diferencias)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puedes adaptar el ejercicio a un objeto de mayor consumo en el grupo o en la comunidad. • Al identificar lo que es o no correcto, es la pauta para desarrollar la habilidad de comparar. • Durante el desarrollo del ejercicio puedes exponer la importancia de la seguridad y la calidad en los productos que utilizan y compran las y los participantes.
Lee las etiquetas de los productos que consumes	Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	<p>Busca en la etiqueta (Sopa de letras)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Útil para reforzar en las y los participantes, la comprensión de conceptos y como en este caso, palabras clave que no se deben perder de vista al elegir un producto. • Puedes recurrir a la etiqueta de un producto de mayor consumo entre las y los participantes.
Publicidad engañosa	Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	<p>¿Es publicidad engañosa? (Identificando frases exageradas)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Distinguir entre lo real y lo irreal nos permite identificar ideas exageradas y engañosas en los mensajes de la publicidad. • Para desarrollar el consumo crítico al elegir. • Retoma ejemplos de comerciales de televisión que seguramente las y los participantes ya han visto. • Toma en cuenta la moda, gustos y preferencias actuales.
El consumo	Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	<p>Necesidad y deseo</p> <ul style="list-style-type: none"> • En todos los perfiles se deberá empezar por conceptualizar las palabras: consumo, necesidad, deseo y consumismo. • Desde la corta edad, es importante conocer y distinguir las diferencias entre necesidad y deseo, para recurrir a un consumo responsable al satisfacerlos. • Una lista de simples objetos (para las y los más pequeños) se convertirá en una lista de compras cuando sean más grandes, y donde deberán colocar en los primeros lugares, las prioridades (necesidades).

Material	Perfil poblacional	Actividades lúdicas y sugerencias para su aplicación
Curso especializado		
Consumo responsable y derechos de los pequeños consumidores	Preescolar Primaria 1 Primaria 2	Laberintos <ul style="list-style-type: none"> • Una forma para orientar un camino para conseguir algo, un objeto (producto o servicio). • Puedes adaptar el juego a diversos temas, productos o circunstancias. • Puedes aplicarlo de manera individual, por equipos de dos o tres integrantes o bien para más pequeñas/os en cartel sobre la pared o pizarrón, o en el piso, con tiza o manta impresa.
	Primaria 2 Secundaria Bachillerato	Manos a la obra <ul style="list-style-type: none"> • El trabajo en equipo y compartir las opiniones de manera libre, fomentarán la participación activa y organizada en la población infantil. • Los temas sobre consumo, por ser cotidianos, son herramienta útil para fomentar el consumo activo, solidario y colaborativo.
Portal http://consumosaludable.profeco.gob.mx/		
7 Derechos básicos	Preescolar Primaria 1 Primaria 2	Webcast de 31 segundos. <ul style="list-style-type: none"> • Material atractivo para dar a conocer los Derechos básicos.
Libros de la Secretaría de Salud para promover el consumo saludable	Preescolar Primaria 1 Primaria 2 Secundaria Bachillerato	“40 Recetas saludables para niños, niñas y la familia en general” con desayunos, refrigerios, comidas y cenas y “Todos a beber agua” <ul style="list-style-type: none"> • Retoma los contenidos para su difusión en cada perfil de acuerdo a su entono y edad, incluso para mamás y papás.
Guía “Día Mundial de los Derechos del Consumidor Derecho a una alimentación saludable”	Preescolar Primaria 1 Primaria 2	El Plato del Bien Comer, Alimentos de temporada, Activación física y recomendaciones para el consumo saludable <ul style="list-style-type: none"> • Retoma los contenidos para su difusión en cada perfil de acuerdo a su entono y edad, incluso para mamás y papás.
Quién es Quién en los Precios y Brújula de compra	Secundaria Bachillerato	Quién es Quién en los Precios y Brújula de Compra de Profeco <ul style="list-style-type: none"> • Promueve el consumo informado y crítico al comparar calidad y precios con estas herramientas.

Tips pedagógicos para la educación en materia de consumo, dirigida a menores de 18 años de edad



La información

La información es una herramienta básica para orientar nuestras decisiones hacia un consumo responsable, de alimentos, juguetes, ropa o cualquier otro objeto, así es posible mejorar la elección de éstos y discernir, cuáles beneficiarán más que otros y cuáles pueden ser de riesgo para la salud y nuestra seguridad.

Si bien todos tenemos Derecho a la información, también tenemos la responsabilidad de utilizarla para nuestro beneficio, sobre todo si nuestra salud o seguridad están de por medio. ¿Te ha pasado? Comúnmente antes de abrir un producto o alimento empacado no lees la lista de ingredientes, la tabla de valor nutricional

y menos revisas si tiene alguna advertencia sobre alguno de sus ingredientes o modo de consumo. Sólo en ocasiones revisas: fecha de caducidad, contenido neto y en qué país se elaboró. Quizás sólo después de la compra, es cuando lees las etiquetas.

Conocer la información de un producto, en su etiqueta, empaque o instructivo, es importante para realizar una mejor compra antes de pagar. Orientar a la población infantil sobre la lectura de etiquetas y su importancia, es sembrar en ellos hábitos de consumo responsable, no sólo para su niñez, también para su ju-

Es preferible consumir galletas sin relleno, tienen menos grasas, menos azúcares y por lo tanto, menos calorías.

El agua simple, desde los seis meses de edad, es el líquido por excelencia para saciar la sed e hidratar el cuerpo.

Los sueros deben ser prescritos por médicos, debido a su alto contenido de sales.



La publicidad, el diseño y la moda. Influencia al elegir

La **publicidad** sirve para dar conocer las características de un servicio, producto o marca, pero también tiene la intención de crear, mantener o mejorar la imagen de éstos.

La **publicidad engañosa o abusiva** es la información de productos, servicios o

marcas que induce a error o confusión, por ser falsa, exagerada, parcial, artificiosa o tendenciosa.

Antes de comprar o contratar, es necesario hacer un consumo informado y crítico:

1°.	Identifica en el producto o servicio qué es lo que buscas y qué necesidad deseas cubrir con éste.
2°.	Verifica que la información sea veraz y comprobable.
3°.	Compara precio y calidad antes de pagar.
4°.	En promociones y ofertas, revisa las condiciones, restricciones y vigencia. Además, exige que se cumplan.
5°.	Reflexiona, piensa en las consecuencias después de su consumo y toma la mejor decisión.

La publicidad engañosa se puede denunciar, en publicidadengañosa@profeco.gob.mx o al Teléfono del Consumidor: Marca 5568 8722 de la zona Metropolitana o al 01 800 468 8722 del resto de la República.

Por internet:

Teléfono del Consumidor en línea: <http://telefonodelconsumidor.gob.mx/>

Denuncias Profeco: denunciasprofeco@profeco.gob.mx

En Facebook: Consumidor Inteligente o Profeco Oficial

En Twitter: @Profeco o @R_Consumidor (Revista del Consumidor)

La publicidad puede influir en tus decisiones y llegar a convencerte de comprar sin planear. CUIDADO: identifica, verifica y reflexiona.

Actividades lúdicas. Ejemplo.

Sopa de letras

Este tipo de juego te será útil para reforzar en las y los participantes, la comprensión de conceptos. Descubrir mensajes ocultos, te ayudará a orientar al grupo a la reflexión en el tema.











Además, puedes adaptar ambos ejercicios a cualquier mensaje y conceptos clave del tema que estés abordando y de acuerdo a la temporada en turno.

El juego lo puedes aplicar de forma individual, por equipos de dos a tres personas o bien de manera grupal, plasmándolo en una hoja de rotafolio y participando al frente para éste último caso.

Ejemplo.

Instrucción: En la siguiente sopa de letras deberán localizar y resaltar las palabras de la columna izquierda, las cuales son clave para lograr un consumo saludable y descubrir el mensaje del Día Mundial de los Derechos del Consumidor en 2015¹.

Frutas
Verduras
Origen animal
Sé feliz
Baila
Legumbres
Desayuna
Nútrete
Ejercítate
Juega
Cereales
Come sano

T	I	E	N	E	F	R	U	T	A	S	S
O	R	I	G	E	N	A	N	I	M	A	L
	L	D	N	E	Z	I	L	E	F	E	S
R	E	E	U	B	A	I	L	A	O	C	E
A	G	H	T	O		A		N	U	J	J
N	U	N	R	A		A	A	L	S	U	E
U	M	I	E	M	E	S	N	A	T	E	R
Y	B	A	T	C	E	I	R	O	N	G	C
A	R		E	M	S	U	A	N	A	A	I
S	E		O	H	D	A		Z		U	T
E	S	C	E	R	E	A	L	E	S	N	A
D		C	E	O	N	S	U	M	O		T
R	E	V	S	P	O	N	S	A	B	L	E

“NINGÚN producto o alimento por sí solo, sustituye los beneficios de una alimentación sana.

¹ TIENES DERECHO A UNA ALIMENTACIÓN SANA. HAZ UN CONSUMO RESPONSABLE











Al terminar, plantea al grupo preguntas para la reflexión:

- ¿Qué beneficios ofrece alimentarse sanamente?
- ¿Por qué es importante el Derecho a una alimentación sana?
- ¿Cómo hago un consumo responsable de alimentos?

Permite que compartan sus opiniones. Invita al grupo a realizar un consumo responsable cada vez que necesiten comprar algo, pensando, antes de elegir: en su salud y economía, tanto personal como familiar, así como en el medio ambiente y los recursos que nos brinda.

Recuérdales que no es malo comer alguna golosina, botana, pastelito o refresco, siempre y cuando los consuman con moderación y ocasionalmente.

SOLUCIÓN

T	I	E	N	E	F	R	U	T	A	S	S
O	R	I	G	E	N	A	N	I	M	A	L
	L	D	N	E	Z	I	L	E	F	E	S
R	E	E	U	B	A	I	L	A	O	C	E
A	G	H	T	O		A		N	U	J	J
N	U	N	R	A		A	A	L	S	U	E
U	M	I	E	M	E	S	N	A	T	E	R
Y	B	A	T	C	E	I	R	O	N	G	C
A	R		E	M	S	U	A	N	A	A	I
S	E		O	H	D	A		Z		U	T
E	S	C	E	R	E	A	L	E	S	N	A
D		C	E	O	N	S	U	M	O		T
R	E	V	S	P	O	N	S	A	B	L	E

Si sabes de alguien que no está cumpliendo, avisa a Profeco:

Teléfono del Consumidor.

- Marca 5568 8722 de la zona Metropolitana o al
- 01 800 468 8722 del resto de la República.

Por internet:

- Portal del Consumidor: consumidor.gob.mx,
- En Facebook: Consumidor Inteligente o Profeco Oficial
- En Twitter: @Profeco o @R_Consumidor (Revista del Consumidor)

**Exige tus derechos, puedes hacer mucho
por tí y por tu comunidad.**

Lorena Martínez Rodríguez
Procuradora Federal del Consumidor

Juan Ricardo Hernández Morales
Coordinador General de Educación y Divulgación

Ivonne Nemer Orive
**Directora General de Educación y
Organización de Consumidores**

Yuri Calzada Ehrlich
Director de Educación para el Consumo

Claudia Islas García
Vania Martínez Ramírez
Elizabeth Arana Vergara
Contenido

Marco Antonio Lugo Barrera
Diseño