



WORLD'S
LARGEST
LESSON

EN ASOCIACIÓN CON



EL LEVANTAMIENTO DE LOS PIONEROS DEL PLATO



RESPALDADO POR

PATROCINADO POR

PRODUCIDO POR



2 LUCHA CONTRA
EL HAMBRE



3 BUENA
SALUD



OBJETIVOS
DE DESARROLLO
SOSTENIBLE

EL LEVANTAMIENTO DE LOS PIONEROS DEL PLATO

Escrito por: Joe Reiter
Arte y letra de: Scott Cohn

LA LECCIÓN MÁS GRANDE DEL MUNDO/UNICEF

Alison Bellwood
Kinvara Jardine Paterson
Deepika Sharma
Roland Kupka
Shannon O'shea
Callie Anne King-Guffey

COMICS UNITING NATIONS/PCI MEDIA

Sean Southey
Natabara Rollosos
Graciela Leal
Marco Rodriguez
Jocelyn Iverson

Traducción de: Diana Valori, Translation by Design
Diseño gráfico de traducción: Type One International, Inc.

2 LUCHA CONTRA
EL HAMBRE



OBJETIVO 2: CERO HAMBRE

Acabar con el hambre, lograr un suministro de seguro de alimentos y mejor nutrición y promover la agricultura sostenible.

3 BUENA
SALUD



OBJETIVO 3: BUENA SALUD Y BIENESTAR

Asegurar vidas saludables y promover el bienestar de las personas de todas las edades.

¿Eres un pionero del plato? Comprueba tu conocimiento de salud nutricional y de los objetivos globales. ¡Con cada respuesta correcta, ayudarás a acabar con el hambre en el mundo! ¡Ve al enlace y selecciona la prueba de comida saludable u objetivos globales!

<http://beta.freerice.com/#categories>

Para obtener más información sobre cómo puedes entrar en acción para apoyar los objetivos globales, visita:

worldslargestlesson.globalgoals.org

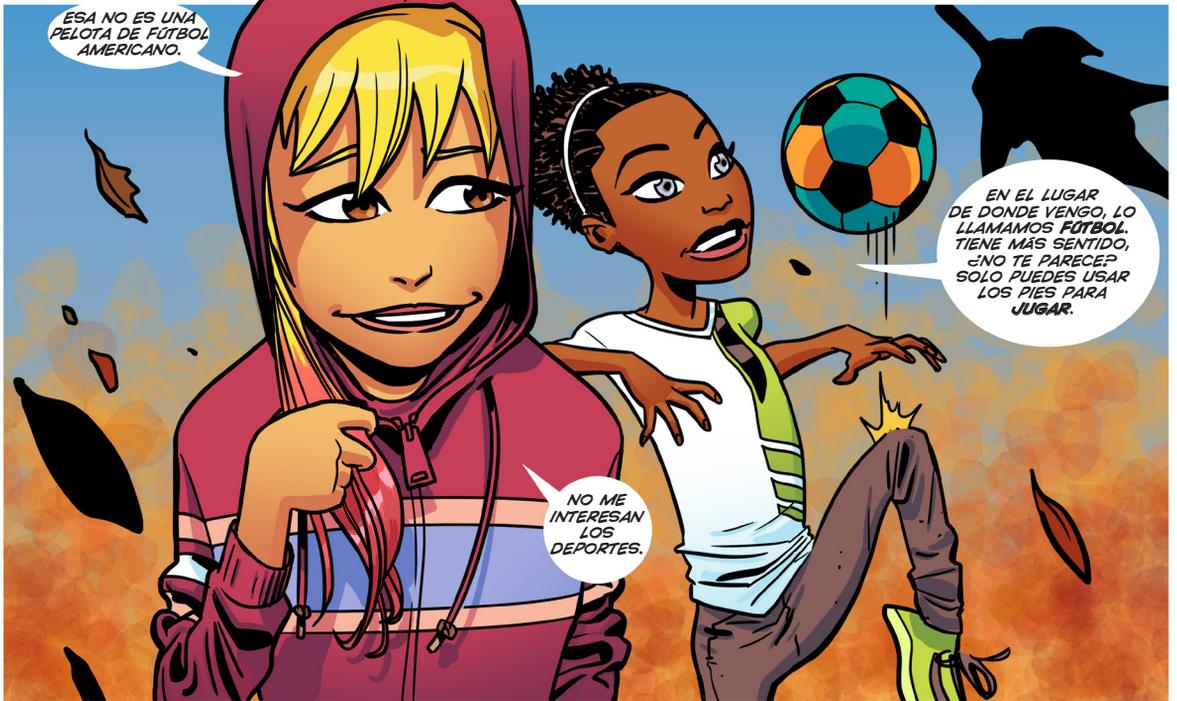


...ME MUERO DE GANAS DE CONOCER A TU FAMILIA, ¡SOPHIA! ME ALEGRO TANTO DE QUE LA SRA. MORRIS TE HAYA PEDIDO QUE ME MUESTRES LA ESCUELA.

ESTA ES LA TERCERA VEZ QUE SE MUDAN MIS PADRES. SIEMPRE ME CUESTA TRABAJO HACER NUEVOS AMIGOS.

NO ME DIGAS...

¿TE GUSTA EL FÚTBOL?



ESA NO ES UNA PELOTA DE FÚTBOL AMERICANO.

EN EL LUGAR DE DONDE VENGO, LO LLAMAMOS FÚTBOL. TIENE MÁS SENTIDO, ¿NO TE PARECE? SOLO PUEDES USAR LOS PIES PARA JUGAR.

NO ME INTERESAN LOS DEPORTES.



EN MI ANTIGUO PUEBLO, JUGÁBAMOS TODOS LOS DÍAS, DESPUÉS DE LA ESCUELA. INCLUSO JUGÁBAMOS EN LOS RECREOS.



ASÍ QUE NO PRACTICAS DEPORTES. ¿QUÉ HACES PARA DIVERTIRTE?



NO SÉ. SIMPLEMENTE NOS REUNIMOS. VAMOS A LA GALERÍA DE COMPRAS. NOS SENTAMOS EN LA ZONA DE COMIDAS. JUGAMOS A LA GUERRA DE EMOJIS CON NUESTROS TELÉFONOS. COSAS NORMALES.

¡CIELOS, ¿ACASO NO TE CANSAS? NO PARAS DE MOVERTE.

ME AGOTA TU MOVIMIENTO CONSTANTE...

NO AGUANTO ESTAR SENTADA QUIETA TODO EL TIEMPO. ES MUCHO MEJOR MANTENERSE ACTIVA.



HOLA, SR. BJORKLUND.

HOLA, SOPHIA. HOLA NUEVA AMIGA DE SOPHIA.

¡HOLA! ME LLAMO MANON. ACABO DE MUDARME A UN PAR DE CUADRAS Y-

VAMOS. PAPÁ LLEGARÁ A CASA A CENAR EN CUALQUIER MOMENTO.





AL DÍA SIGUIENTE...

... PERO NADIE SABE DRIBLEAR COMO ALHAMBRA.

DRAKE GERSHON ES MUCHO MEJOR. FC CHARLTON NO DEBERIA HABERLO TRANSFERIDO...

¡OYE! ¡MANON! ¡ESPERA!

TE VERÉ EN EL GIMNASIO, MANON.



¿ESTÁ TODO BIEN CON TU FAMILIA? ANOCHE TE FUISTE TAN APRESURADA.

PODRÍAS VENIR A CENAR OTRA NOCHE.

HOLA, SOPHIA.

SEGURO QUE MAÑANA COMEREMOS HAMBURGUESAS OTRA VEZ...

LO SIENTO, NO FUI SINCERA CONTIGO...

ANOCHE SOLO QUERIA IRME A CASA.



¿MENTISTE? ¿POR QUÉ?

MI FAMILIA PREPARA LA CENA. TODOS CONTRIBUIMOS. YO CORTO LAS VERDURAS. NOS SENTAMOS JUNTOS Y HABLAMOS. NO ESTAMOS EN HABITACIONES DIFERENTES.



¿ESTÁS DICIENDO QUE MI FAMILIA TIENE ALGO DE MALO??

NO, NO, LO QUE QUIERO DECIR ES...

A VECES HACEMOS BARBACOA. A VECES TIRAS DE POLLO EMPANIZADAS. ¿POR QUÉ?

¿COMEN ESAS COSAS TODAS LAS NOCHES?

¿RECUERDAS CUANDO DIJISTE QUE TE CANSABAS POR MI MOVIMIENTO CONSTANTE? TAL VEZ SEA PORQUE TUS CENAS NO TIENEN NINGÚN VALOR NUTRITIVO.

ESO ES RIDÍCULO.

QUÉ TE PARECE ESTO. VEN A MI CASA A CENAR. COCINAREMOS ALGO. VERDURAS CON ARROZ--



... LAS VERDURAS FRESCAS SON IMPORTANTES...!

... EQUILIBRIO NUTRITIVO APROPIADO Y EJERCICIO...!

NI LOCA IRÍA A SU CASA A COMER. LO ÚNICO QUE COMEN SON PLANTAS Y RAÍCES. ¡QUÉ ASCO!

MAMA, ¡YA LLEGUÉ!



ESPERO QUE PAPÁ HAYA DEJADO PIZZA EN EL REFRI. ME COMERÍA UNA PORCIÓN AHORA MISMO.

BOSTEZO0000

TAL VEZ EN 5 MINUTOS...



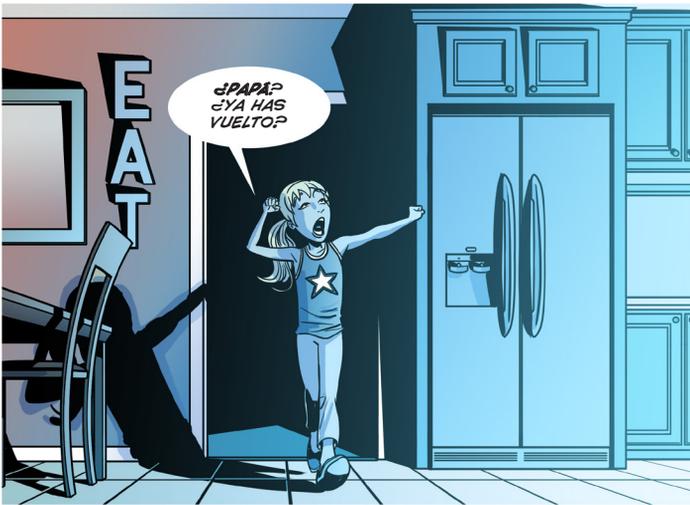
ZZZZZZZZZZZZ



¿QUÉ?

¿DOS HORAS? NO SABÍA QUE ESTABA TAN CANSADA.

ESPERO QUE PAPÁ YA ESTÉ ACÁ. ME MUERO DE HAMBRE.



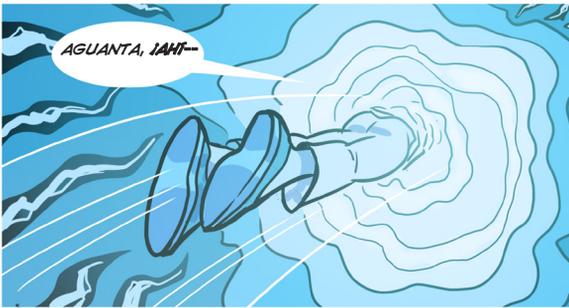
¿PAPÁ?
¿YA HAS VUELTO?



¿PAPÁ?
ESTÁS...
¿QUÉ?



¿MICHAELPPP
¡SR. BJORKLUNDPIP!
¡SOPHIA!
¡AYUDAME!



AGUANTA, ¡AH!

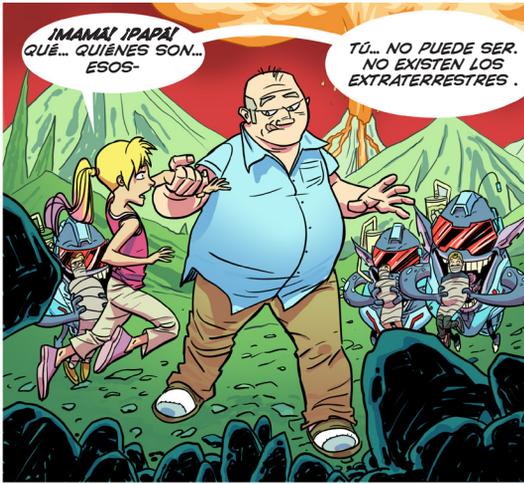


VOOOOOY!

AY.



QUÉ... ¿QUÉ ES ESTE LUGAR?
ESTO NO PARECE EL JARDÍN DE CASA,
¿NO?



¡MAMÁ! ¡PAPÁ!
QUÉ... QUIÉNES SON...
ESOS-

TÚ... NO PUEDE SER.
NO EXISTEN LOS
EXTRATERRESTRES.

“PUES SI
EXISTEN,
SOPHIA.”



¡AAAAAHHHHHHH!
NO, ESTO NO ES
REAL. NO LO ES.

SOMOS MUY REALES
NIÑA. Y FINALMENTE
ESTAMOS LISTOS PARA
COMENZAR NUESTRO
BANQUETE.

“HACE TIEMPO QUE LE TENEMOS EL OJO
ECHADO A TU MUNDO. APRENDIMOS
HACE AÑOS QUE LAS COMIDAS
CON MUCHAS GRASAS SATURADAS,
ALMIDONES Y AZÚCARES Y SAL SON UNA
FUENTE PRINCIPAL DE ALIMENTO PARA
NOSOTROS”.

“PERO EN NUESTROS
PRIMEROS ESTUDIOS
DE LA TIERRA,
ENCONTRAMOS ALGO
AÚN MEJOR”.

“LAS COMIDAS ULTRA
PROCESADAS CON UNA
TONELADA DE SALES, AZÚCARES
Y ADITIVOS SE CONVIERTEN
EN UNA EXCELENTE FUENTE
DE PROTEÍNA Y FIBRA PARA
NOSOTROS CUANDO LAS
CONSUMIMOS YA DIGERIDAS
EN EL CUERPO HUMANO”.

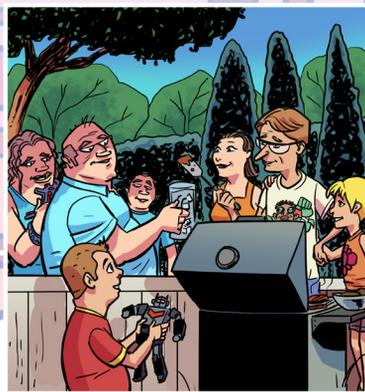
“EN ESPECIAL POR LA
FALTA DE ACTIVIDAD
FÍSICA”.



“TODAS ESAS HORAS FRENTE
AL TELEVISOR HAN HECHO QUE
SUS CUERPOS SEAN LOS MENOS
SALUDABLES DE LA GALAXIA”.

“¡COMERLOS A
USTEDES ES SUPER
NUTRITIVO PARA
NOSOTROS!”

“¡ESTE PLANETA NOS
ALIMENTARÁ POR
GENERACIONES! ¡NUNCA MÁS
PASAREMOS HAMBRE!”



“MI FAMILIA OPTÓ POR
VENIR A EXPLORAR, PARA
VER CÓMO VIVEN Y COMEN
LOS HUMANOS”.

“ESA BARBACOA EN TU
CASA, TODAS ESAS CARNES
PROCESADAS QUE ASARON...
¡FUE MUY DIFÍCIL EVITAR
COMERLOS EN ESE MISMO
INSTANTE!”

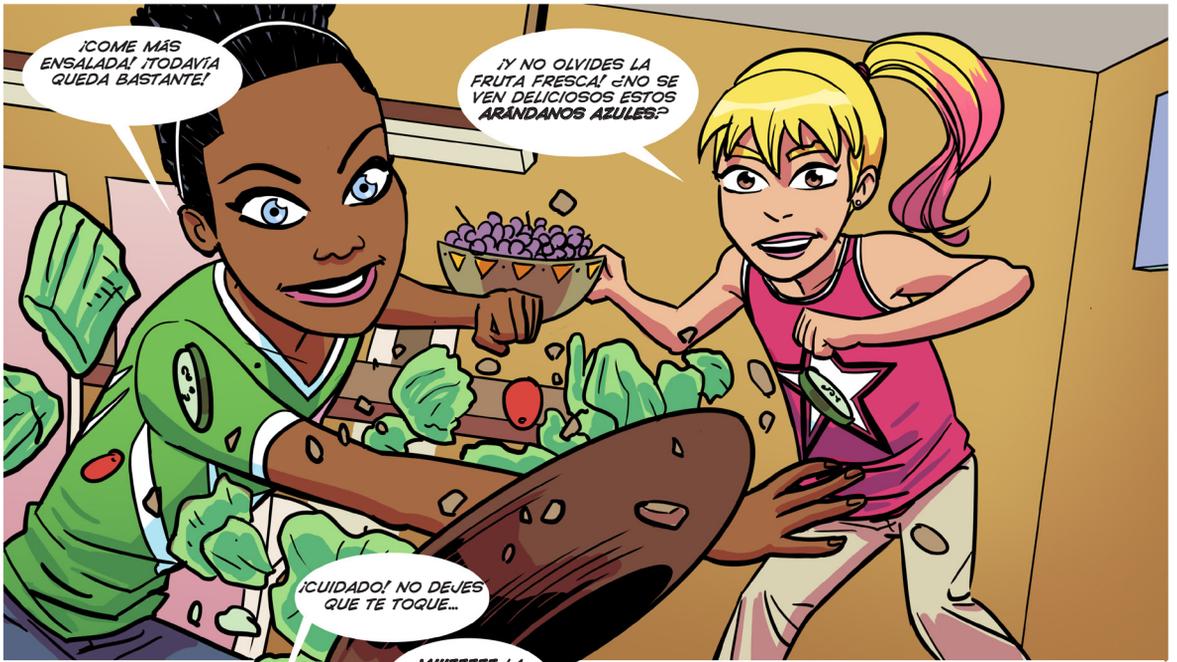
¡TU FAMILIA SERÁ UNA
COMIDA DELICIOSA! UNA
VEZ QUE LOS COMAMOS,
LE AVISAREMOS AL
COMANDO CENTRAL QUE
INICIE LA INVASIÓN.

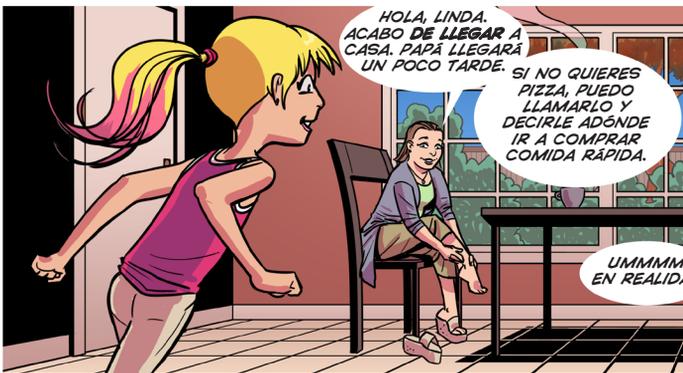
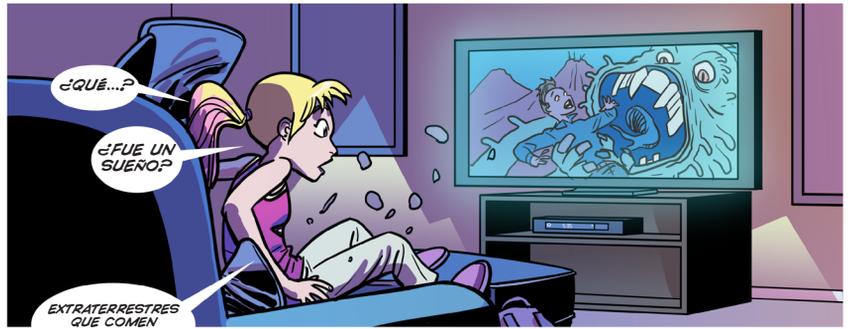
BON APPÉTIT,
SOPHIA...”

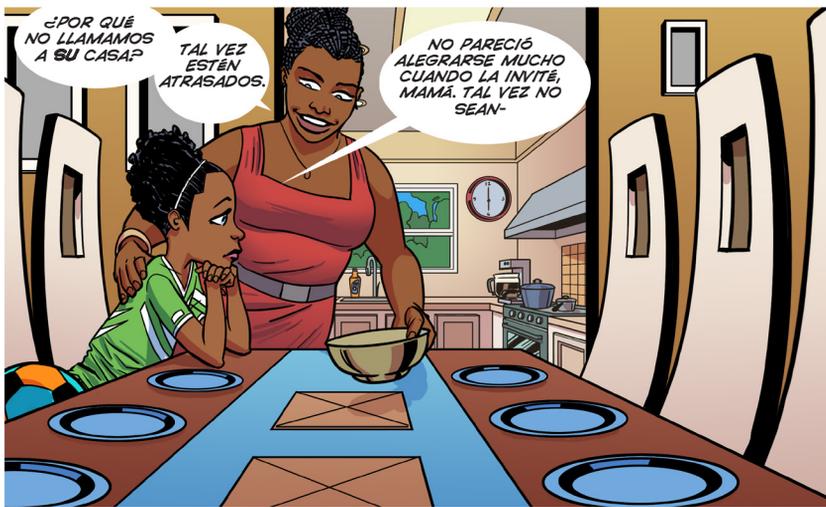












¿POR QUÉ NO LLAMAMOS A SU CASA?

TAL VEZ ESTÉN ATRASADOS.

NO PARECÍ ALEGRARSE MUCHO CUANDO LA INVITÉ, MAMÁ. TAL VEZ NO SEAN-



¡EL TIMBRE!!



¡YA VOY!!!

¡MAMÁ!! ¡VINIERON!!



MAMÁ, PAPÁ, ESTÁ ES SOPHIA.

HOLA, SRA. HENRY, ESTOS SON MIS PADRES.

ES UN GUSTO CONOCERLOS.

¡IGUALMENTE!

PASEN. PÓNGANSE CÓMODOS.



... TOMATES CORTADOS...



...ESAS COSAS VERDES SON MUY... VERDES...

... ¡Y ESTÁN LLENAS DE FIBRA!



ME TRANSFERIRON A ESTA ZONA...

... TE ENCANTARÁ ESTAR AQUÍ...



... POLLO ASADO, CON MUCHA PROTEÍNA...

... MINI ZANAHORIAS...



... ¿ESOS SON HUEVOS...?...

... ¡SI!...



... CON ARROZ INTEGRAL...

...MAMÁ...



... ¿TENGO QUE COMERME ESO...?...



YA BASTA, MIKEY. LOS HUEVOS TIENEN TONELADAS DE VITAMINAS... ¿NO ES ASÍ?

¡SI! LOS HUEVOS TIENEN CASI TODAS LAS VITAMINAS QUE NECESITA EL CUERPO.



DIME... ¿POR QUÉ CAMBIASTE DE IDEA Y DECIDISTE VENIR?

LO ESTUVE PENSANDO UN POCO MEJOR.

HE DESCUBIERTO QUE HAY COSAS MÁS RARAS QUE PROBAR COSAS NUEVAS.

ACTIVIDAD 1



EL OBJETIVO GLOBAL 2 ES ELIMINAR EL HAMBRE, YA QUE TODOS TIENEN DERECHO A TENER SUFICIENTES ALIMENTOS SALUDABLES PARA COMER

¡EL OBJETIVO GLOBAL 3 ES TENER BUENA SALUD Y BIENESTAR GENERAL!

¡SOMOS LOS PIONEROS DEL PLATO PARA LOS OBJETIVOS GLOBALES!

¿TE ESTÁS PREGUNTANDO QUÉ ES UN PIONERO DEL PLATO?

BIEN, ES ALGUIEN QUE DECIDE COMER COMIDA SALUDABLE PARA IMPULSAR LOS OBJETIVOS GLOBALES. ¡LOS OBJETIVOS GLOBALES SON UN PLAN PARA QUE LA GENTE Y EL PLANETA SE PONGAN EN FORMA Y ESTÉN SALUDABLES PARA EL AÑO 2030!



¡AY NO!

EL EXCESO DE AZÚCAR Y GRASAS SATURADAS ESTÁ RECARGANDO EL REFRI DE SOPHIA. AHORA ELLA ES UNA PIONERA DEL PLATO PARA LOS OBJETIVOS GLOBALES. ¿QUÉ COMIDA CREEES QUE DEBERÍAN COMER SOPHIA Y SU FAMILIA? ESCRIBE TUS IDEAS ABAJO:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

¿PUEDES AYUDAR A SOPHIA Y A MANON A SALVAR A LA TIERRA Y VENCER A LOS EXTRATERRESTRES?!

AHORA QUE SABES QUÉ LOS TIPOS DE COMIDA QUE SON MÁS EFECTIVOS PARA DESTRUIRLOS TIENEN MUCHO Y GRAN CANTIDAD DE _____



... ¡MARCA LAS MEJORES OPCIONES DE COMIDA CON UN CÍRCULO PARA DESTRUIR A LOS EXTRATERRESTRES QUE ESTÁN EN LA CAFETERÍA!

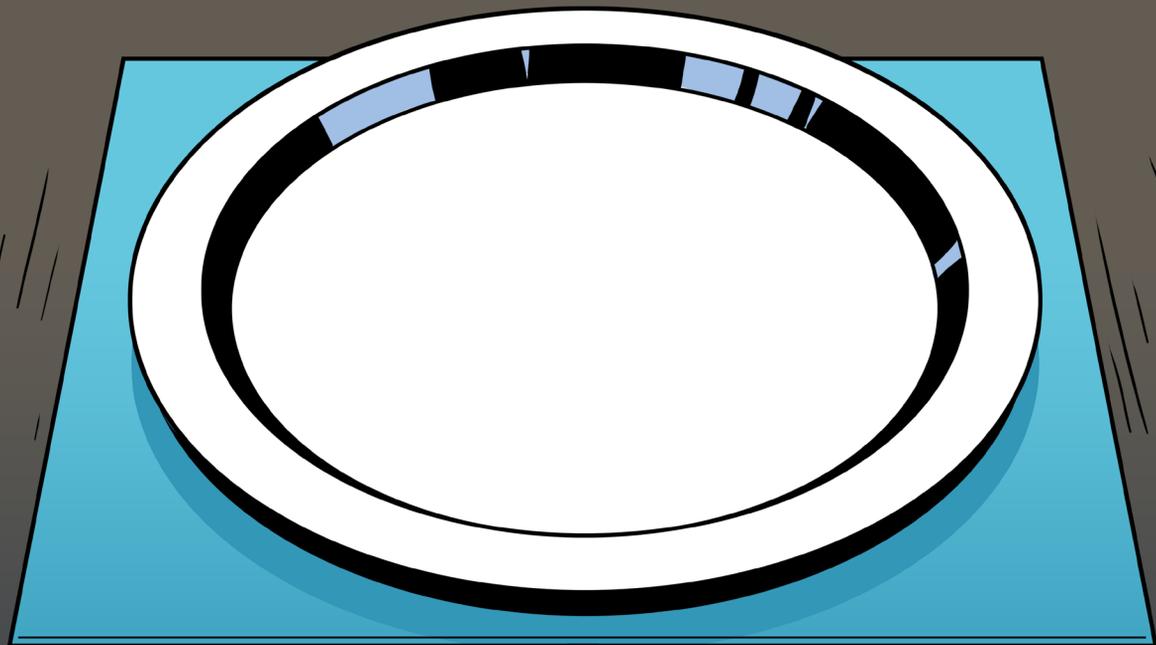


ACTIVIDAD 3

SOPHIA HA DECIDIDO INVITAR OTRA VEZ A LA FAMILIA DE MANON A SU CASA A CENAR.



AHORA ES UNA PIONERA DEL PLATO, ¿QUÉ COMIDA CREES QUE PREPARARÁ PARA MANON? ¡DIBUJA Y COLOREA TU COMIDA SALUDABLE MÁS ABAJO!



OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

17 Objetivos globales para lograr estas cosas extraordinarias para el año 2030: Acabar con la pobreza extrema. Luchar contra la inequidad e injusticia. Abordar el cambio climático.



Si alcanzamos los objetivos 2 y 3, ¿de qué modo ayudará esto a alcanzar los otros objetivos globales?

Para obtener más información, ve a:



comicsunitingnations.org



**WORLD'S
LARGEST
LESSON**

worldslargestlesson.globalgoals.org



[Spanish] español