

MANUAL DE LO POSIBLE

DE EXPLORAR EL DISEÑO DE FUTUROS A CREAR UN JUEGO EDUCATIVO SOBRE ALIMENTACIÓN

Resumen de la experiencia

Manual de lo Posible es un proyecto desarrollado en el marco de CIBICO, el laboratorio ciudadano del Centro de Documentación del Agua y el Medio Ambiente (CDAMAZ) de Zaragoza. La iniciativa surge a partir del trabajo final de master “Strategic Design Fiction para la acción climática”, una investigación de Isabel Cebrián sobre diseño de futuros, diseño ficción y participación ciudadana, y el trabajo del mismo nombre desarrollado en el ámbito académico.

La exploración y actividades que se describen a continuación, así como el prototipo resultan “La cosa del futuro”, se desarrolla de forma colaborativa con las participantes del laboratorio.

El objetivo inicial del proyecto era explorar cómo las metodologías de imaginación de futuros podrían ayudarnos a pensar de manera diferente algunos de los grandes retos relacionados con la alimentación. Más concretamente, nos interesaba abrir espacios de reflexión colectiva capaces de superar los discursos habituales sobre sostenibilidad, consumo o nutrición y generar conversaciones sobre formas deseables de vivir, alimentarnos y organizarnos en comunidad.

A lo largo de varios meses se realizaron sesiones de trabajo, actividades de exploración y talleres de prototipado metodológico. El resultado de este proceso fue la creación de un prototipo de juego educativo, provisionalmente denominado “La cosa del futuro”, una adaptación de herramientas de diseño ficción orientada a contextos educativos y comunitarios.

Más que diseñar un producto final cerrado, el proyecto ha funcionado como un laboratorio de experimentación donde el propio taller, las dinámicas y el juego han sido considerados prototipos en constante evolución.

Punto de partida: repensar la alimentación

El punto de partida del proyecto fue la jornada desarrollada el 29 de noviembre de 2025, estuvo dedicada a identificar cuestiones relevantes en torno a la alimentación. A través de dinámicas participativas se recogieron preocupaciones, deseos, tensiones y oportunidades relacionadas con la forma en que producimos, consumimos y compartimos los alimentos.

Durante esta fase aparecieron cuestiones vinculadas a la salud, la sostenibilidad, la organización de los cuidados, la cultura alimentaria, el papel del sector primario, la pérdida de tradiciones culinarias, el desperdicio alimentario o las dificultades para mantener hábitos saludables en un contexto marcado por la falta de tiempo y la presión cotidiana.

El trabajo colectivo permitió identificar tanto aspectos positivos como problemáticos. Entre los elementos valorados aparecieron la dimensión social de la comida, las cocinas compartidas, las redes comunitarias, los intercambios informales de alimentos o la importancia de la transmisión de conocimientos entre generaciones. Entre las tensiones surgieron cuestiones como la obsesión por las calorías, los trastornos alimentarios, la dependencia de grandes superficies comerciales, la producción intensiva, la sobreexplotación de recursos o el predominio de alimentos ultraprocesados.

A partir de todo este material se realizó una síntesis que permitió identificar varios territorios de diseño sobre los que trabajar.



Figura 1. Uno de los paneles de exploración de la sesión del 29 de noviembre de 2025.

Los territorios de diseño

La información recopilada se organizó en cinco grandes ámbitos.

El primero fue la **alimentación entendida como una experiencia que va más allá de la nutrición**. Apareció la necesidad de pensar relaciones más saludables, placenteras y menos culpabilizadoras con la comida, especialmente entre la población joven.

El segundo ámbito fue la **cultura alimentaria**. Se detectó preocupación por la pérdida de espacios de transmisión de conocimientos culinarios, así como interés por recuperar la alimentación como espacio de encuentro, identidad y celebración.

Un tercer territorio estuvo relacionado con **los cuidados y la vida cotidiana**. Muchas de las dificultades para alimentarse mejor no parecían derivar del desconocimiento, sino de la falta de tiempo, la sobrecarga de tareas y las dinámicas actuales de organización doméstica.

El cuarto ámbito abordó la **relación entre producción y consumo**. Surgieron preguntas sobre la distancia existente entre quienes producen alimentos y quienes los consumen, así como sobre la necesidad de hacer visibles los impactos ambientales y sociales del sistema alimentario.

Finalmente, apareció un quinto territorio centrado en **la comunidad y la economía social**. Se identificaron numerosas prácticas colaborativas que ya existen en el presente, pero que suelen permanecer invisibilizadas o tener poca capacidad de expansión.

Estos cinco territorios funcionaron como base conceptual para el desarrollo posterior de las dinámicas.

Del análisis a la imaginación

Una de las principales decisiones metodológicas del proyecto fue evitar una aproximación basada exclusivamente en el diagnóstico de problemas.

En lugar de preguntar únicamente qué funciona mal en el sistema alimentario, se decidió explorar qué futuros deseables podrían imaginar las personas participantes.

Para ello se recurrió a herramientas procedentes del diseño especulativo y del diseño ficción. Estas metodologías parten de una idea sencilla: el futuro no es un destino que debamos predecir, sino un espacio que podemos utilizar para pensar alternativas.

Dos conceptos de referencia para el proyecto ha sido el “cono de futuros”, una representación visual de la pluralidad de futuros y sus diferentes tipos, que distingue entre futuros probables, plausibles, posibles y preferibles. Desde esta perspectiva, el trabajo se orientó especialmente hacia la exploración de futuros plausibles y deseables, es decir, escenarios diferentes al presente pero suficientemente cercanos como para generar aprendizajes útiles para la acción.

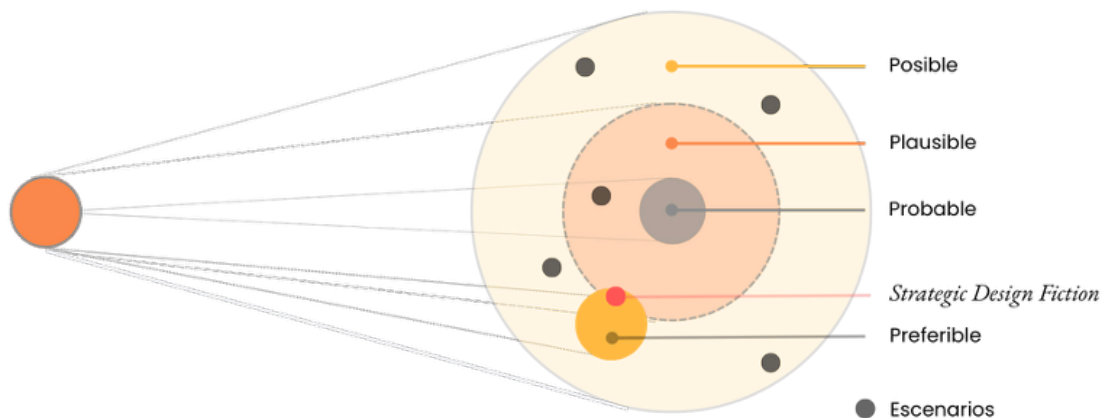


Figura 2. Cono de futuros. Versión de Joseph Voros (2003), adaptada para representar el concepto Strategic Design Fiction por Isabel Cebrián.

Otro concepto importante fue el de “palanca”. Inspirándose en el pensamiento sistémico, el grupo identificó aquellas motivaciones o fuerzas capaces de producir transformaciones en un sistema complejo. Palabras como compartir, socializar, cuidar, reducir desperdicios, disponer de tiempo o acceder a información relevante comenzaron a utilizarse como “palancas”: objetivos humanos que actúan como motores para generar cambios.

Diseño del prototipo

A medida que avanzaba el proyecto surgió una pregunta práctica: **¿cómo convertir todas estas ideas en una herramienta sencilla y replicable?**

La respuesta fue el diseño de un juego que pudiera aplicarse de forma sencilla en un contexto educativo y con jóvenes, algo alineado con la experiencia y motivación de los integrantes del grupo.

El equipo tomó como referencia *The Thing from the Future*, creado por Stuart Candy y Jeff Watson, y comenzó a experimentar con adaptaciones que permitieran conectar las mecánicas de imaginación de futuros con las temáticas identificadas durante el laboratorio.

La propuesta fue simplificando progresivamente sus elementos hasta llegar a una estructura basada en combinaciones de cartas.

Cada combinación incluía cuatro elementos:

- un horizonte temporal;
- un objeto o artefacto;
- un contexto o situación;
- una palanca de cambio.

La unión de estos elementos generaba una frase que funcionaba como detonante creativo.

Por ejemplo:

“Dentro de 25 años existe un objeto que se utiliza en determinado contexto para reducir el desperdicio alimentario.”

A partir de esa consigna, cada participante debía imaginar una propuesta, representarla mediante texto o dibujo y compartirla con el grupo.

El objetivo no era encontrar respuestas correctas, sino abrir posibilidades.



Figura 3. Tarjetas del juego “La cosa del futuro”.

El taller con jóvenes

La fase principal de validación del prototipo tuvo lugar mediante un taller realizado con jóvenes de entre 16 y 20 años vinculados a la Fundación Ozanam.

La sesión se diseñó como una experiencia completa de exploración, juego y prototipado.

El taller comenzó con una introducción narrativa que situaba a las personas participantes dentro de una ficción: formaban parte de un supuesto Ministerio de Alimentación encargado de imaginar nuevas formas de alimentar a la población en el futuro.

Posteriormente se realizó una dinámica corporal destinada a activar la imaginación y favorecer la creación de grupos mixtos. A través de pequeños ejercicios de movimiento relacionados con viajes espaciales y exploración de otros mundos, se generó un clima lúdico que ayudó a romper el hielo y predisponer al grupo para la actividad posterior.

A continuación se desarrolló el juego mediante varias rondas de ideación rápida. Cada participante disponía de unos minutos para desarrollar una propuesta a partir de las cartas recibidas. Después compartía su idea con el resto del grupo y se abría un breve espacio de conversación.

Las facilitadoras desempeñaron un papel importante durante esta fase. En lugar de dirigir las respuestas, utilizaron preguntas abiertas para ayudar a ampliar posibilidades, reinterpretar conceptos y profundizar en las propuestas.

Tras varias rondas se realizó una selección colectiva de las ideas más interesantes utilizando criterios de viabilidad y deseabilidad.

Finalmente, los grupos construyeron prototipos físicos sencillos mediante materiales de manualidades y presentaron públicamente sus propuestas.



Figura 4 y 5. Fotografías del taller con jóvenes. 21 de febrero de 2026.

Aprendizajes obtenidos

La experiencia permitió extraer numerosos aprendizajes sobre el funcionamiento de la metodología.

Uno de los aspectos más relevantes fue comprobar que la imaginación funciona de manera diferente en cada grupo. Mientras algunas personas desarrollan ideas cada vez más complejas conforme avanzaban las rondas, otras tienden a agotarse después de varios ejercicios consecutivos. Esto llevó a concluir que tres rondas son suficientes para mantener la atención y evitar la fatiga cognitiva en grupos adolescentes.

También se observó la importancia de combinar distintos lenguajes de expresión. Algunas personas pensaban principalmente a través del dibujo, otras mediante la narración oral y otras mediante la escritura. La metodología debía permitir todas estas formas de participación sin privilegiar una sobre otra.

Otro hallazgo significativo fue que las propuestas generadas rara vez dependían de tecnologías futuristas complejas. Con frecuencia, las ideas más valoradas recuperaban prácticas ya existentes relacionadas con la cooperación, la cercanía, el cuidado mutuo o la vida comunitaria. En lugar de imaginar soluciones altamente tecnificadas, muchas personas proponían formas de reorganizar relaciones sociales que ya conocen y valoran.

Las facilitadoras también reflexionaron sobre su papel. El taller confirmó la importancia de acompañar sin dirigir y de evitar convertirse en una autoridad que valide o invalide las propuestas. El objetivo era ayudar a desarrollar las ideas sin imponer interpretaciones externas.

Por último, se constató que el juego funciona como una herramienta de aprendizaje informal. Además de estimular la imaginación, permitió introducir conceptos relacionados con alimentación, sostenibilidad, desperdicio, economía circular o participación comunitaria.

La experiencia se replicó, en un formato “demo” del taller (una versión express de 1 hora) en el contexto de ¡Decrece, Co!, un encuentro abierto y gratuito celebrado en el Centro de Historias de Zaragoza del 13 al 15 de marzo de 2026 para debatir sobre decrecimiento, sostenibilidad y decrecimiento material dentro de los límites del planeta.





Figura 6 y 5. Fotografías de la demo realizada en ¡Decrece, co! el 13 de marzo de 2026.

Resultados y evolución futura

El principal resultado del proyecto ha sido la creación de un prototipo funcional de juego educativo basado en diseño de futuros.

Sin embargo, el valor del proceso no reside únicamente en el objeto desarrollado, sino también en la metodología construida colectivamente y en el intercambio de conocimientos y experiencias entre todas las personas que hemos ido formando parte del proceso.

Este proceso compartido nos ha permitido comprobar que las herramientas de diseño ficción pueden adaptarse a contextos educativos y comunitarios para trabajar competencias como la creatividad, el pensamiento crítico, la participación y la capacidad de imaginar alternativas.

El equipo ha trabajado en una versión abierta y replicable del juego, acompañada de materiales para profesorado que permitan adaptar la metodología a diferentes contenidos curriculares. Esta versión está descargable en el espacio web del CDAMAZ y en manualdeloposible.xyz.