

## ALIMENTOS

### **ALIMENTOS EN EL PALEOLÍTICO:**

Esta necesidad se cubría a través de la pesca, la caza y la recolección de frutos. Podemos aprovechar y mencionar el invento del fuego para poder cocinar los alimentos, entre otros usos.

### **ALIMENTOS EN EL NEOLÍTICO:**

Se comienza a criar y domesticar animales, como la cabra, la oveja, el buey, el caballo o el perro. Así se aseguraban la obtención de carne y leche. También se descubrió la agricultura. Empezaron a cultivar arroz y trigo. Esto supuso mayor riqueza de nutrientes en su dieta alimenticia y más estabilidad en la obtención de alimentos a lo largo del año.

Cultivaban lo necesario para las tribus de la aldea. Podemos aprovechar y mencionar la fabricación de vasijas de cerámica para guardar y conservar la cosecha o para cocinar y de vajilla de barro para comer y beber.

### **ALIMENTOS EN LA EDAD DE LOS METALES:**

Alimentos procedentes de la agricultura y ganadería. Podemos aprovechar y contar que empiezan a producir algo más de lo que son capaces de consumir. El sobrante lo intercambian por otros productos. Para cocinar utilizaban también ollas de metal.

## HOGAR

### **HOGAR EN EL PALEOLÍTICO:**

Las personas en esta época vivían al aire libre si el tiempo lo permitía, en cuevas o en chozas, cerca de ríos o lagos porque ahí había más vegetación y los animales se acercaban a beber. Podemos aprovechar y contar que usaban las pinturas rupestres de las cuevas como decoración del hogar y manera de comunicarse. También podemos describir el concepto de tribu nómada y cómo cambiaban de hogar en busca de alimento.

### **HOGAR EN EL NEOLÍTICO:**

Las viviendas eran más sofisticadas que en el Paleolítico, se situaban a orillas de los ríos para tener fácil acceso al agua. Podemos aprovechar y

mencionar que las tribus empezaron a asentarse en lugares fijos para poder cuidar de los animales y cultivar plantas y así se formaron las primeras aldeas.

#### **HOGAR EN LA EDAD DE LOS METALES:**

La construcción de las viviendas en esta época era mejor y más segura que en el Neolítico ya que utilizaban herramientas de metal más resistentes. Las aldeas crecieron formando las primeras ciudades rodeadas de una muralla de protección.

### RELACIONES / PROTECCIÓN

#### **RELACIONES / PROTECCIÓN EN EL PALEOLÍTICO:**

Se agrupaban en pequeños grupos formando tribus, tenían relaciones familiares estrechas, cooperaban con las tareas (de caza, pesca o recolección). Podemos aprovechar y contar que, si no hubieran trabajado en cooperación, hombres y mujeres por igual, si no se hubieran cuidado y no hubiera existido cohesión social, el ser humano del Paleolítico se podría haber extinguido.

#### **RELACIONES / PROTECCIÓN EN EL NEOLÍTICO:**

Se agrupaban en tribus formando grupos más grandes que en el Paleolítico y tenían relaciones familiares estrechas. Empiezan a repartirse tareas (en la agricultura, ganadería). Podemos aprovechar y contar que, si no hubieran repartido tareas entre hombres y mujeres, si no se hubieran cuidado y no hubiera existido cohesión social, el ser humano del Neolítico se podría haber extinguido.

#### **RELACIONES / PROTECCIÓN EN LA EDAD DE LOS METALES:**

Se agrupaban en tribus formando comunidades de hasta miles de personas viviendo en una ciudad. Había una persona jefa que se aseguraba de la seguridad de la ciudadanía. Tenían relaciones familiares estrechas. Podemos aprovechar y contar que, si no hubieran repartido tareas entre hombres y mujeres por igual, si no se hubieran cuidado y no hubiera existido cohesión social, el ser humano de la Edad de los Metales se podría haber extinguido.

## SALUD

Las condiciones de vida del Paleolítico eran más duras que en los otros dos periodos. Por ejemplo, las personas paleolíticas sufrían heridas producidas por los animales durante la caza o enfermaban por la escasez de alimentos. Por otro lado, el cambio de la vida nómada al sedentarismo a partir de la agricultura y la ganadería en el Neolítico y Edad de los Metales, seguramente provocaron conductas de inactividad y hacinamiento que conllevaría a la aparición de nuevas enfermedades y a un mayor contagio. En general, en la prehistoria, ante la ausencia de la medicina científica, el ser humano podía contraer más enfermedades y problemas de salud. Una causa fundamental era la carencia de nutrientes. Sin embargo, la vida en comunidades pequeñas les prevenía de enfermedades que fueron apareciendo después debido al aumento del tamaño de las poblaciones y la existencia de unas condiciones menos saludables del entorno. No tenían enfermedades causadas por el ritmo de vida acelerado, como el estrés, ni enfermedades características del mundo industrializado derivadas por ejemplo de la contaminación o el consumo excesivo de azúcares. No se sabe con certeza los métodos de curación que empleaban, pero es posible que creencias mágicas y religiosas marcaran la pauta para enfrentar las enfermedades.

Las primeras ideas relacionadas con el tratamiento de la enfermedad se basaban en la observación de los animales.

## OCIO Y DISFRUTE

Las personas de la prehistoria utilizaban el medio natural como espacio para el ocio. Los estudios arqueológicos nos cuentan que el ocio consistía en actividades colectivas con instrumentos lúdicos hechos del material del que disponían. Algunas actividades eran de carácter deportivo y tenían lugar en improvisadas canchas al aire libre delimitadas por piedras labradas y utilizaban bolas de piedra, artefactos de hueso, etc. Las actividades cotidianas como la caza, pesca, el fuego, la pintura, la danza o los rituales eran formas de recreación de la prehistoria.

Paleolítico	Neolítico	Edad de los Metales