

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
**FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**  
**LICENCIATURA EN TRABAJO SOCIAL CON ÉNFASIS EN GERENCIA DEL DESARROLLO**

**CAPACITACIONES SOBRE TEMAS DE SEGURIDAD ALIMENTARIA A MADRES BENEFICIADAS  
DEL PROGRAMA DE ALIMENTOS DE LA ASOCIACIÓN PAZ Y BIEN DE LA MICRO-REGIÓN II  
DEL MUNICIPIO DE QUETZALTEPEQUE, CHIQUIMULA  
SISTEMATIZACIÓN DE PRÁCTICA PROFESIONAL**

**MARIA DE LOS ANGELES MONTEROSO MONROY**  
**CARNET 24629-15**

**ZACAPA, NOVIEMBRE DE 2017**  
**CAMPUS "SAN LUIS GONZAGA, S. J" DE ZACAPA**

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
**FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**  
**LICENCIATURA EN TRABAJO SOCIAL CON ÉNFASIS EN GERENCIA DEL DESARROLLO**

**CAPACITACIONES SOBRE TEMAS DE SEGURIDAD ALIMENTARIA A MADRES BENEFICIADAS  
DEL PROGRAMA DE ALIMENTOS DE LA ASOCIACIÓN PAZ Y BIEN DE LA MICRO-REGIÓN II  
DEL MUNICIPIO DE QUETZALTEPEQUE, CHIQUIMULA**  
**SISTEMATIZACIÓN DE PRÁCTICA PROFESIONAL**

**TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

**POR**  
**MARIA DE LOS ANGELES MONTERROSO MONROY**

**PREVIO A CONFERIRSELE**  
**EL TÍTULO DE TRABAJADORA SOCIAL CON ÉNFASIS EN GERENCIA DEL DESARROLLO EN EL GRADO  
ACADÉMICO DE LICENCIADA**

**ZACAPA, NOVIEMBRE DE 2017**  
**CAMPUS "SAN LUIS GONZAGA, S. J" DE ZACAPA**

### **AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: P. MARCO TULIO MARTINEZ SALAZAR, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS  
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

### **AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

DECANO: MGTR. LUIS ANDRÉS PADILLA VASSAUX  
VICEDECANA: MGTR. LOURDES CLAUDETTE BALCONI VILLASEÑOR  
SECRETARIA: MGTR. ERIKA GIOVANA PAMELA DE LA ROCA DE GONZÁLEZ  
DIRECTORA DE CARRERA: LIC. ANA GRACIELA HERNANDEZ IXEN

**NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**  
MGTR. ROBERTO DE PAZ PAREDES

**REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**  
MGTR. SILVIA AMPARO HERNANDEZ DE LEON DE VARGAS

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR  
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES  
CAMPUS REGIONAL SAN LUIS GONZAGA S.J., DE ZACAPA

D I C T A M E N

Zacapa, 17 de Junio del 2017

Mgtr. Ana Graciela Hernández  
Directora del Departamento de Trabajo Social  
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales  
Universidad Rafael Landívar

Mgtr. Hernández:

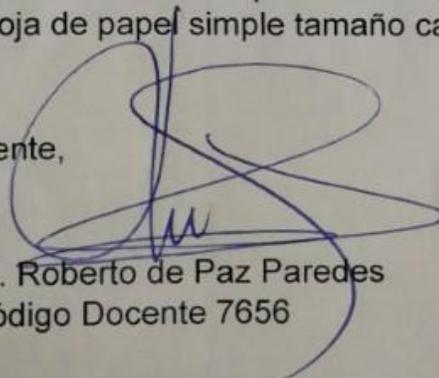
Reciba un cordial saludo, deseándole éxitos al frente del departamento de Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales.

Por medio de la presente le notifico que realice la tutoría correspondiente al Plan de Ejecución del Proyecto de Intervención de Práctica Profesional Supervisada PPSII titulado: **"Capacitaciones sobre temas de Seguridad Alimentaria a madres beneficiadas del Programa de Alimentos de la Asociación Paz y Bien de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula."** desarrollado en la Asociación Paz y Bien de España, Quezaltepeque, Chiquimula, por la estudiante **María de los Angeles Monterroso Monroy con número de carnet: 24629-15**, quien es estudiante regular de la carrera de Licenciatura en Trabajo Social con énfasis en Gerencia del Desarrollo.

Al practicar la revisión del informe final, el mismo cumple los lineamientos de práctica establecidos por la Universidad Rafael Landívar para este requisito académico; por lo tanto se dictamina **APROBADO**, con la satisfacción que el mismo representa un valioso aporte para el desarrollo de la sociedad guatemalteca.

Y para los trámites correspondientes que este dictamen amerita, firmo el presente en una hoja de papel simple tamaño carta.

Atentamente,



Ing. Mgtr. Roberto de Paz Paredes  
Tutor- Código Docente 7656



Universidad  
Rafael Landívar

Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES  
No. 041170-2017

### Orden de Impresión

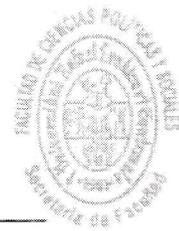
De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Sistematización de Práctica Profesional de la estudiante MARIA DE LOS ANGELES MONTEROSO MONROY, Carnet 24629-15 en la carrera LICENCIATURA EN TRABAJO SOCIAL CON ÉNFASIS EN GERENCIA DEL DESARROLLO, del Campus de Zacapa, que consta en el Acta No. 04314-2017 de fecha 7 de noviembre de 2017, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

CAPACITACIONES SOBRE TEMAS DE SEGURIDAD ALIMENTARIA A MADRES BENEFICIADAS DEL PROGRAMA DE ALIMENTOS DE LA ASOCIACIÓN PAZ Y BIEN DE LA MICRO-REGIÓN II DEL MUNICIPIO DE QUETZALTEPEQUE, CHIQUIMULA

Previo a conferírsele el título de TRABAJADORA SOCIAL CON ÉNFASIS EN GERENCIA DEL DESARROLLO en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 21 días del mes de noviembre del año 2017.

MGTR. ERIKA GIOVANA PAMELA DE LA ROCA DE GONZÁLEZ, SECRETARIA  
CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES  
Universidad Rafael Landívar



## **AGRADECIMIENTOS**

### **A DIOS**

Por permitir finalizar este proceso Universitario, darme la sabiduría y guiarme para alcanzar una de mis metas.

### **A MI TUTOR DE PPS ING. MGTR. ROBERTO DE PAZ PAREDES,**

Gracias por compartir sus sabias enseñanzas, consejos, apoyo incondicional en el transcurso de la Práctica Profesional Supervisada.

### **A LICDA. LUCECIA LANDAVERDE LEÓN.**

Por la amistad que me brindada durante todo el proceso de formación profesional.

### **A LA ASOCIACIÓN PAZ Y BIEN**

Por abrirme las puertas de tan prestigiada Asociación y apoyarme en todo momento para poder realizar mi Práctica Profesional Supervisada.

### **A LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

Por brindarme la oportunidad de prepararme académicamente y culminar mi carrera para lograr ser una profesional con éxito.

## **DEDICATORIA**

### **A DIOS**

En primer lugar a Dios, por la vida que me ha dado, por acompañarme y guiarme a lo largo de mi carrera universitaria.

### **A MI MADRE MARTA DILIA MONTERROSO MONROY**

Por darme la vida y por su enorme sacrificio durante todos estos años; gracias por su amor, comprensión y brindarme una buena educación con valores que hoy se ven reflejados en la persona que soy.

### **A MI MADRINA ELVIA MARINA PALMA CASASOLA DE OLIVET**

Gracias por todo su cariño, sus sabios consejos.

### **A MIS TÍOS Y TÍAS**

Por su cariños y por los momentos gratos que hemos vivido.

### **A MIS AMIGOS**

Gracias por los buenos momentos que hemos compartido juntos y por ser como hermanos para mí.

### **A MIS AMIGAS DE UNIVERSIDAD**

En especial a Daniela, Blanca Alicia y Sulma, que han formado parte de mi vida con su amistad dejando una huella en mi aprendizaje por la universidad.

## INDICE DE CONTENIDO

Introducción.....	i
<b>I. INFORME GENERAL DE PRÁCTICA SUPERVISADA.....</b>	<b>1</b>
<b>1. MARCO INSTITUCIONAL.....</b>	<b>1</b>
1.1 Descripción de la institución.....	1
1.2 Naturaleza y áreas de Proyección.....	1
1.3 Ubicación.....	2
1.4 Tamaño y cobertura.....	2
1.5 Visión, misión, estrategias de trabajo, programas.....	3
<b>2. ANÁLISIS SITUACIONAL.....</b>	<b>8</b>
2.1 Problemas generales del área de proyección.....	8
2.2 Priorización del problema .....	11
2.3 Red de actores regionales vinculados al área.....	13
2.4 Demandas institucionales y poblacionales hacia el área de proyección.....	15
2.5 Árbol de problemas.....	15
2.6 Identificación del problema a intervenir.....	19
<b>3. ANÁLISIS ESTRATÉGICO.....</b>	<b>20</b>
3.1 FODA del problema de intervención.....	20
3.2 MINI MAX de los elementos del FODA del problema de intervención.....	22
3.3 Líneas estratégicas. ....	23
3.4 Proyectos por líneas estratégicas.....	24
3.5 Selección del proyecto de intervención.....	25
<b>4. PROYECTO DE INTERVENCIÓN.....</b>	<b>27</b>
4.1. Ficha Técnica del Proyecto.....	27
4.2. Descripción general del proyecto:.....	29

<b>4.3. Entorno externo e interno .....</b>	<b>41</b>
<b>4.4. Recursos y presupuesto.....</b>	<b>44</b>
<b>4.5. Monitoreo y Evaluación del proyecto.....</b>	<b>46</b>
<b>II. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>50</b>
<b>III. ANÁLISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS.....</b>	<b>61</b>
<b>IV. PLAN DE SOSTENIBILIDAD.....</b>	<b>65</b>
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>69</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>70</b>
<b>VII. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>71</b>
<b>1. Marco Conceptual.....</b>	<b>79</b>
<b>2. Marco legal.....</b>	<b>80</b>
<b>VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>82</b>
<b>IX. ANEXOS.....</b>	<b>84</b>

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1. Información de la Institución.....</b>	<b>2</b>
<b>Tabla 2. Descripción de puestos.....</b>	<b>2</b>
<b>Tabla 3. Priorización por frecuencias.....</b>	<b>12</b>
<b>Tabla 4. Red de actores regionales.....</b>	<b>14</b>
<b>Tabla 5. Matriz FODA.....</b>	<b>21</b>
<b>Tabla 6. MINI MAX.....</b>	<b>22</b>
<b>Tabla 7. Proyectos por líneas estratégicas.....</b>	<b>24</b>
<b>Tabla 8. Proyecto Seleccionado.....</b>	<b>26</b>
<b>Tabla 9. Matriz del Marco Lógico.....</b>	<b>32</b>
<b>Tabla 10. Plan operativo del proyecto.....</b>	<b>34</b>
<b>Tabla 11. Cronograma del proyecto.....</b>	<b>39</b>
<b>Tabla 12. Presupuesto del Proyecto.....</b>	<b>45</b>
<b>Tabla 13. Resumen del Presupuesto.....</b>	<b>46</b>
<b>Tabla 14. Plan de monitoreo.....</b>	<b>47</b>
<b>Tabla 15. Plan de Evaluación del proyecto.....</b>	<b>49</b>
<b>Tabla 16. Matriz de acciones del Plan de Sostenibilidad.....</b>	<b>68</b>

**INDICE FIGURAS**

**Figura 1. Árbol de Problemas.....17**  
**Figura 2. Mapa Conceptual.....79**

## ÍNDICE DE SIGLAS y ACRÓNIMOS

1. <b>ONGD:</b> Organización no gubernamental para el desarrollo.....	1
2. <b>ONG:</b> Organización no gubernamental.....	4
3. <b>APAR:</b> Asociación de Productores Agrícolas Rurales .....	13
4. <b>CRN:</b> Centro de Recuperación Nutricional.....	13
5. <b>PNC:</b> Policía Nacional Civil .....	13
6. <b>MAGA:</b> Ministerio de Agricultura Ganadería y Alimentación MAGA .....	13
7. <b>FODA:</b> Fortalezas oportunidades debilidades amenazas.....	20

## RESUMEN EJECUTIVO

A continuación se presentan los productos y resultados obtenidos en la ejecución del proyecto denominado: **“Capacitaciones sobre temas de Seguridad Alimentaria a madres beneficiadas con el programa de alimentos de Asociación Paz y Bien de la micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula”**, durante el período de enero a junio del presente año.

El propósito del mismo es incrementar las capacidades de las madres usuarias del programa de Alimentos de Asociación Paz y Bien región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula, en temas de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Su finalidad es contribuir a la prevención y solución de los problemas alimentarios de la población afectada por casos de desnutrición.

Para el desarrollo del proyecto se identificaron los diferentes actores que coordinan con la Asociación, y que velan por la salud de los habitantes de Quezaltepeque, con quienes se logra una efectiva coordinación para la ejecución de las actividades establecidas en el Marco Lógico, tomando en consideración los alcances y límites del proceso y con ello poder alcanzar los objetivos deseados.

Se cumplieron los objetivos programados, obteniendo tres resultados durante la I fase de la Práctica Profesional Supervisada, logrando la incidencia en las madres de familia de la micro-región II, por medio de la participación activa en el desarrollo de las diferentes capacitaciones de temas de Seguridad Alimentaria y Nutricional y prácticas de cocina, tomando en cuenta la disponibilidad de los alimentos locales.

## INTRODUCCIÓN

El presente informe de Práctica Supervisada de la estudiante de la Licenciatura de Trabajo Social de la Universidad Rafael Landívar, se desarrolla en Asociación Paz y Bien de España delegación Guatemala.

La finalidad es contribuir a la solución de los problemas alimentarios y nutricionales de las comunidades priorizadas o más vulnerables, los y las trabajadoras sociales como agentes de cambio deben de tener la capacitación necesaria para entender y detectar estos problemas. El conocimiento y análisis más profundo de las causas del problema principal identificado como: Poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia.

La participación activa de las dos comunidades a trabajar es necesariamente considerada en la formulación, ejecución y evaluación del proyecto, dirigido a mejorar su situación alimentaria y nutricional de las familias.

La seguridad alimentaria en muchos países no se encuentra garantizada, lo que genera como consecuencia la malnutrición en las familias, esto se convierte en uno de los mayores riesgos de muerte en la población especialmente en la infantil. Por tal razón, se presenta la propuesta de proyecto llamado “Capacitaciones sobre temas de Seguridad Alimentaria y Nutricional a madres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y Bien de la micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula”, y los resultados obtenidos con la ejecución del mismo .

Este proyecto está destinado a capacitar al personal de Paz y Bien y beneficiarias del Programa de alimentos de dicha Institución. El grupo meta ha percibido la importancia de abordar los diferentes problemas encontrados con un enfoque mas integral y está conciente de la necesidad de planificar adecuadamente sus actividades, con el objetivo de optimizar la utilización de los recursos, en un país sub-desarrollado como esta tificado Guatemala.

Es oportuno mencionar que la Práctica Profesional Supervisada, es importante para el desarrollo de los estudiantes, porque enriquece los conocimientos que se obtienen durante los diferentes cursos, además permite familiarizarse con el mundo laboral en el cual se desenvolverán en el futuro.

## **I. INFORME GENERAL DE PRÁCTICA SUPERVISADA**

### **1.MARCO INSTITUCIONAL, ASOCIACIÓN PAZ Y BIEN DE ESPAÑA, QUEZALTEPEQUE, CHIQUIMULA**

#### **1.1 Descripción de la institución**

En el año 2007 Paz y Bien se inicia en la Cooperación para el Desarrollo con la inauguración en Quezaltepeque (Departamento de Chiquimula-Guatemala), del Centro de Promoción Social 'Tuncushá'. La experiencia misionera de Fr. Rafael Pozo, fundador de Paz y Bien, así como los contactos y colaboración continuada con entidades del país guatemalteco, se crean las condiciones necesarias para la actuación de Paz y Bien en Guatemala. La defensa de los menores con discapacidad y desnutrición y sus familias son el centro de la actuación en esta línea.

Desde sus comienzos, Asociación Paz y Bien no ha dejado de abrir nuevos horizontes para combatir estos problemas. Para ello ha iniciado diferentes programas centrados en el aspecto sanitario, formativo y de integración. Programas como las Escuelas Inclusivas (integración de niños con discapacidad en la escuela regular) o el Programa de Lucha Contra la Desnutrición Infantil (con el que se interviene con menores desnutridos, mujeres gestantes y en edad fértil) son pioneros en este país en vías de desarrollo (Asociación Paz y Bien Guatemala, 2010)

#### **1.2 Naturaleza y áreas de Proyección**

La Asociación Paz y Bien ONGD (organización no gubernamental para el desarrollo) en su memoria explica (2015:8):

Es una entidad completamente consolidada que camina con paso firme hacia la consecución de un objetivo, cambiar por completo la sociedad del departamento de Chiquimula. Otra sociedad es posible, si se está en constante evolución y mejora de los servicios a través de proyectos dirigidos de manera directa a las necesidades de los usuarios.

### 1.3 Ubicación

**Tabla 1. Información de la Institución**

<b>Ubicación</b>	4ta. Calle 1-10 zona 2 Barrio la Concordia, Quezaltepeque, Chiquimula
<b>Número de teléfono</b>	78239999
<b>Email</b>	tuncusha@pazbien.org
<b>Horario de atención:</b>	Lunes a jueves de 8:00am - 5:00pm Viernes 8:00am - 4:00pm
<b>Institución según sus servicios</b>	Apoyo Social.
<b>Institución según su financiamiento</b>	La Asociación Paz y Bien es una entidad privada su financiamiento proviene de entidades colaboradoras de Guatemala y España.

FUENTE: Elaboración Propia (2016)

### 1.4 Tamaño y cobertura

#### Cobertura

La Asociación Paz y Bien cubre con los servicios y programas a las personas de escasos recursos, que la visiten del todo el departamento de Chiquimula.

#### Área geográfica de cobertura

Sede Quezaltepeque, Concepción Las Minas, San Jacinto, Olopa, San Juan Ermita, Ipala.

**Tabla 2. Descripción de puestos**

<b>Puesto</b>	<b>Descripción</b>
<b>Junta Directiva</b>	Máxima autoridad, Velar por que se lleve a cabo todo lo establecido en el ámbito legal.
<b>Consejo de Dirección</b>	Planificar actividades
<b>Dirección</b>	Supervisión del Complejo
<b>Administración</b>	Administrar todo lo relacionado al Centro
<b>Contabilidad</b>	Relacionado a la contabilidad financiera y fiscal de la Asociación.
<b>Gobernanta</b>	Tiene a su cargo la cocinera, mantenimiento, control de almacenes y limpieza

FUENTE: Asociación Paz y Bien 2016

## **1.5 Visión, misión, estrategias de trabajo, programas**

### **a. Misión**

La Asociación Paz y Bien Guatemala, (2010) describe su misión como:

Mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, menores, mayores grupos de exclusión social y beneficiarios de las actuaciones de cooperación internacional, teniendo siempre como principio y fin a las personas receptoras de nuestros servicios y a sus familias.

### **b. Visión**

Acompañar a las personas en su ciclo vital, acometiendo el futuro con proyectos de mejora continua para alcanzar las máximas cuotas de autonomía e inclusión social y teniendo siempre a prestaciones de servicios que se vayan etiquetando por su excelencia. Estar en disposición permanente de abordar nuevas demandas sociales.

### **c. Objetivos**

- Erradicar la pobreza extrema y el hambre.
- Lograr la enseñanza primaria universal.
- Promover la igualdad de género y la autonomía de la mujer.
- Mejorar la salud materna.

**d. Valores** La Asociación Paz y Bien Guatemala, (2010) detalla sus valores de la manera siguiente:

- En la Asociación Paz y Bien se trabaja siempre con la parte sana de las personas.
- Nuestra Entidad se caracteriza por ser eminentemente humanista.
- Queremos restituir la dignidad de las personas.
- En relación con los profesionales y voluntarios, el trato hacia las personas que atiendan deberá ser siempre digno y respetuoso.

Finalizado el Marco Institucional se logró entender y comprender a la Asociación desde sus orígenes, sus áreas de proyección, y tantos puntos importantes que permitan tener mejores resultados en el proceso de Práctica Profesional.

Inmediatamente es necesario seguir con el proceso, y se tiene que analizar la situación en el área de proyección seleccionada; para ello se debe seguir con algunos pasos que a continuación se describen.

### **1.5.1. Programas**

#### **• Comedor escolar**

Asociación Paz y Bien ONGD, cooperación internacional en Guatemala (2015:10-11) Guatemala explica que ellos Benefician a más de un centenar de niños que se reparten entre residencia y los beneficiarios de Programa de Becas escolares. Surge de las carencias alimenticias existentes entre la población infantil del entorno debido a la extrema pobreza de sus familias lo que a su vez repercute el bajo rendimiento académico.

#### **• Programa de alimentos**

La Asociación Paz y Bien ONGD en su memoria explica (2015:13), que son Importantes dotaciones de alimentos son repartidas entre los usuarios y sus familias, para evitar que los pequeños trabajen y aliviar la desnutrición. Los convenios con entidades como la Orden de Malta, Cáritas Arquidiocesana, Canadian Children y la ONG (Organización no gubernamental norteamericana 'FoodforthePoor' hacen posible el reparto habitual de alimentos a más de 15.000 familia. El programa tiene asimismo un monitoreo sanitario, consistente en el seguimiento –mediante talla y peso- de los usuarios, así como la impartición de pautas nutricionales. Esta línea de intervención comunitaria se refuerza y complementa con el Consultorio Médico.

### • Programa de Becas Escolares

El programa de becas consiste en una dotación en forma materiales escolares y ropa, que les permite seguir estudiando, así como la subvención del transporte, atención médica, manutención y otros recursos. Además, los padres de estos niños se benefician del programa de Alimentos y los propios alumnos del Programa de Apoyo Escolar y del comedor. Asociación Paz y Bien ONGD, cooperación internacional en Guatemala (2015:18)

### • Unidad de estancias diurnas

Presta servicio a menores con discapacidad y en situación de desnutrición. Cuenta con una capacidad para 60 usuarios. Su objetivo es proveer con los servicios y programas necesarios (médico, formativos, nutricionales, sanitarios, y rehabilitadores) a dicha población, procedente de familias sin recursos económicos.

### • Residencia

La función de la residencia es proporcionar un alojamiento a los menores atendidos que viven en condiciones de extrema necesidad. Los niños atendidos en este servicio aprenden también a realizar las tareas diarias de organización y limpieza de la propia residencia: arreglan sus habitaciones, lavan su ropa, la doblan, etc.

### • Rehabilitación

Su misión es conseguir avances en los casos más acuciantes, sobre todo en aquellos menores con discapacidad que ven frenado su desarrollo por la ausencia de una rehabilitación específica.

Con la apertura del nuevo consultorio médico la unidad de rehabilitación de ver reformada al poder contar también con su consulta médica, servicios de laboratorio y farmacia. Asociación Paz y Bien ONGD. (2010:39) Guatemala.

### **• Consultorio Médico**

El Consultorio Médico Inaugurado en noviembre de 2010 en el ala orientada al parqueo del Centro de Promoción Social “Tuncushá” es un edificio de nueva construcción, accesible mediante rampas y autónomo en su concepción de espacios del Centro, para beneficio de sus actividades sanitarias (evita contagios y facilita la atención de los pacientes, pues no se interfiere con otras actividades del Centro).

### **• Programa de Lucha Contra la Desnutrición**

El Programa de Lucha contra la desnutrición comprende la detección, evaluación, y resolución de la desnutrición en los municipios de Quezaltepeque, Esquipulas, Concepción Las Minas, Olopa, San José La Arada, San Jacinto e Ipala, dentro del Departamento de Chiquimula.

El objetivo general es garantizar que durante dos años se realice la detección, evaluación clínica, y resolución del problema de todas las mujeres embarazadas, en edad fértil y niños/niñas de 2 meses a 12 años con algún grado de desnutrición, de tal manera que conlleve un crecimiento y desarrollo óptimo en salud y una mejor integración en la sociedad.

### **Áreas de apoyo a iniciativas comunitarias**

#### **• Promoción de la mujer rural**

En la memoria de la Asociación Paz y Bien, (2015:40) Guatemala menciona que, La mujer rural conforma un colectivo que origina el 45% de las poblaciones rurales en Guatemala, y pese a ello no recibe el apoyo necesario.

Paz y bien busca formar a mujeres lideresas que a su vez actúen como formadoras. En este sentido, destina programas específicos para las madres y sus hijos, como el Programa Materno Infantil pero también impulsa a la formación pre laboral de muchas

de estas mujeres rurales, llegando a insertarlas en puestos de trabajo para la comunidad.

• **Programa de comercio justo**

La asociación Paz y bien- Guatemala han puesto en marcha un establecimiento de comercio justo, cuyos beneficios generados con la venta destinada al mantenimiento de residencia y la Unidad de estancia diurna para niños y niñas con discapacidad.

Los productos que se comercializan provienen de donativos en especies que se realizan a la entidad desde diferentes empresas guatemaltecas.

## **2. ANÁLISIS SITUACIONAL**

Se describen los problemas que enfrenta el área de proyección seleccionada de Asociación Paz y Bien de Guatemala, y la población de Quezaltepeque. Para la realización del análisis como primera instancia se solicita el apoyo de personal de Asociación Paz y Bien de Guatemala, y de la misma manera se convoca a un grupo organizado que representan a las comunidades, en donde se logra la participación directa y a través de la técnica de lluvia de ideas se obtiene la identificación de los problemas actuales que aquejan a la población.

### **2.1 Problemas generales del área de proyección**

Para detectar los problemas generales que tiene Asociación Paz y Bien de Guatemala y la población de Quezaltepeque se llevaron a cabo dos reuniones con el Administrador y la participación de personal. Se obtuvo el apoyo de personas que han sido usuarias en diferentes programas dentro de la Institución, por medio de las cuales se determinaron las diferentes necesidades o problemas.

#### **2.1.1 Escases de alimentos en las familias**

Las personas manifiestan que, debido a la Sequedad, y escasez de lluvias, las siembras se han deshidratado y por ende no han podido obtener las cosechas deseadas para el sustento de su familia.

#### **2.1.2 Las madres que tienen niños desnutridos no buscan ayuda para darle tratamiento.**

Las madres con niños desnutridos se encuentran desmotivadas y nada de involucradas en la toma de decisiones para mitigar o erradicar el problema de desnutrición y lograr resultados significativos en la salud de sus hijos, y por ende el mejoramiento de la calidad de vida.

### **2.1.3 Escases de fuentes de empleo.**

Uno de los factores que impiden el desarrollo en las comunidades del Área Rural son los empleos temporales, esto viene a limitar la generación de ingresos para poder sufragar todos los gastos en las familias, tal es el caso de éstas familias.

### **2.1.4 Bajo nivel de escolaridad.**

En la mayoría de comunidades las personas no han tenido la oportunidad de recibir una buena educación académica, debido a la pobreza y pobreza extrema, y se les ha impedido iniciar o concluir los estudios, para tener mejores oportunidades de empleo.

### **2.1.5 Desorganización comunitaria.**

La Asociación Paz y Bien de Guatemala, tiene la capacidad de beneficiar a muchas familias que son de escasos recursos económicos con los diferentes programas que cuenta, lo que se necesita es que se organicen para poder brindarles las ayudas pertinentes.

### **2.1.6 Deficientes servicios de salud.**

En las comunidades los servicios de salud son precarios, debido a la escasez de medicamentos para las diferentes enfermedades de la población en general, y como se menciona anteriormente carecen de recursos para la obtención de medicina para gozar de buena salud.

### **2.1.7 Malos hábitos alimenticios en las familias.**

Los malos hábitos afectan la salud; con el mal ritmo de alimentación se tienen las posibilidades de sufrir una serie de trastornos que luego serán muy difíciles de controlar.

Dentro de cada seno familiar es muy importante la buena elección de alimentos, y la decisión de una dieta variada para crecer sanos y saludables.

### **2.1.8 Casos de desnutrición infantil en comunidades de Quezaltepeque, Chiquimula.**

En el centro de salud se encuentra el reporte de los niños desnutridos, algunas familias no frecuentan estos servicios, y es por tal motivo que desconocen de los casos de los niños afectados con este problema; para la Asociación es muy importante la identificación de los mismos para darle el tratamiento necesario, para la completa recuperación.

### **2.1.9 Poco conocimiento por parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia.**

Las madres de familia cuentan con poco conocimiento a la hora de preparar las diferentes comidas nutritivas, motivo por el cual se deben de capacitar para aprender a preparar recetas de cocina con ingredientes que aporten nutrientes al organismo de todos los miembros del hogar, con la finalidad de prevenir enfermedades como desnutrición y problemas de obesidad; se considera de vital importancia que cada familia beneficiaria pueda contar con un manual con recetas nutricionales que sirva como orientación o guía al momento de cocinar los alimentos.

### **2.1.10 Trabajo Infantil.**

Actualmente hay niños que no están asistiendo a la Escuela, por tener que trabajar al lado de sus padres, mismos que estarán limitados intelectualmente y no gozarán de oportunidades laborales tanto en el ámbito público como privado, aunado a una vida económica muy limitada en donde no podrán cubrir con las necesidades básicas.

## **2.2 Priorización del problema**

Se utilizó la técnica Priorización por frecuencias, que tiene como objetivo comparar cada uno de los problemas con otros, en donde se refleja qué problema se considera el más importante, para lo cual se debe de llegar a un consenso con los participantes y se dará la puntuación correspondiente.

### **2.2.1 Problemas:**

- Escases de alimentos en las familias.
- Las madres que tienen niños desnutridos no buscan ayuda para darle tratamiento.
- Escases de fuentes de empleo.
- Bajo nivel de escolaridad.
- Desorganización comunitaria.
- Deficientes servicios de salud
- Malos hábitos alimenticios en las familias.
- Casos de desnutrición infantil en comunidades de Quezaltepeque, Chiquimula.
- Poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia
- Trabajo Infantil.

**Tabla 3. Priorización por frecuencias, de problemas identificados**

Problemas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Escases de alimentos en las familias.		2	3	1	5	1	1	8	9	1
2. Las madres que tienen niños desnutridos no buscan ayuda para darle tratamiento.			2	2	5	6	7	2	9	10
3. Escases de fuentes de empleo.				3	3	6	7	3	9	10
4. Bajo nivel de escolaridad.					5	6	7	8	9	4
5. Desorganización comunitaria.						5	5	8	9	5
6. Deficientes servicios de salud							6	8	9	10
7. Malos hábitos alimenticios en las familias.								8	9	7
8. Casos de desnutrición infantil en comunidades de Quezaltepeque, Chiquimula.									8	8
9. Poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia										9
10. Trabajo Infantil.										
Problemas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Frecuencia	4	4	3	1	6	4	4	7	8	3

Fuente: Elaboración Propia. Con ayuda de grupo focal (2016).

- Primer problema (9) = Frecuencia 8

Poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia.

- Segundo problema (8) = Frecuencia 7

Desnutrición en comunidades de Quezaltepeque, Chiquimula

- Tercer problema (5) = Frecuencia

### **2.3 Red de actores regionales vinculados al área.**

La importancia de contar con una red de actores permite la coordinación de diversas actividades con el objetivo de brindar un servicio apropiado; por tal razón se debe de identificar los actores involucrados con la problemática que interesa solventar.

La presencia de una red de actores al entorno de la Asociación, permite tener apoyo en determinado momento en los procesos de gestión que realiza la institución, con la finalidad de satisfacer las demandas prioritarias de la población; mismos que se listan a continuación:

- Asociación Paz y Bien ONG
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social
- Asociación de Productores Agrícolas Rurales (APAR)
- Centro de Recuperación Nutricional (CRN)
- Ministerio de Agricultura Ganadería y Alimentación (MAGA)
- Universidad Rafael Landívar
- Municipalidad de Quezaltepeque
- Policía Nacional Civil (PNC)

**Tabla 4. Red de actores regionales vinculados al área**

En la presente tabla se describen los actores que están involucrados con la problemática que se le dará solución:

<b>Grupo /Personas</b>	<b>Intereses</b>	<b>Problemas Percibidos</b>	<b>Recursos y Mandatos</b>
<b>Asociación Paz y Bien ONGD, delegación Quezaltepeque, Chiquimula</b>	Apoyar a las familias más vulnerables en las comunidades de la Región II, Quezaltepeque, Chiquimula.	Que no se cuenta con el apoyo de la Municipalidad de Quezaltepeque.	Donaciones Recurso Humano
<b>Centro de Salud</b>	Dar la mejor cobertura en salud a pacientes que visitan el centro.	Carencia de medicamentos, para, tratar las diferentes enfermedades que se les presentan.	Asignación de presupuesto por parte de gobierno central. Gestionar recursos.
<b>Ministerio de Agricultura Ganadería y Alimentación</b>	Tiene como misión el acceso de una alimentación adecuada, y promover la seguridad alimentaria	En área de Quezaltepeque, son muy pocos extensionistas para darle cobertura a todo el municipio.	Recursos humanos. Fondos de Gobierno
<b>Universidad Rafael Landívar</b>	Apoyo para el desarrollo de las comunidades. Con propuestas para que se realicen.	Que no se logre la participación y el involucramiento de todos Las personas.	Recurso Humano
<b>Municipalidad de Quezaltepeque</b>	Promover la participación y el desarrollo en las comunidades, atender las demandas de la población.	Que la participación sea muy baja, debido a problemas políticos.	Recurso Humano
<b>Asociación de Productores Agrícolas Rurales</b>	Asesorar, representar, facilitar y ejecutar acciones en planes, programas y proyectos que proporcionen el desarrollo rural agrícola a nivel oriente.	Los líderes comunitarios no apoyan e impiden el desarrollo.  Poca participación de la población.	Recurso humano
<b>Policía Nacional Civil</b>	Encargado de velar por la seguridad de los pobladores del municipio.	Coordinar actividades con la PNC, pero por operativos que haya no puedan participar.	Recurso Humano Transporte

Fuente: Elaboración Propia. (2016).

## **2.4 Demandas institucionales y poblacionales hacia el área de proyección**

Es importante conocer la problemática actual y conocer cuáles son las demandas tanto de la población como de la Institución de Práctica, con el propósito de proporcionar una solución y con ello contribuir al desarrollo de las familias más vulnerables.

### **2.4.1 Demandas Institucionales**

- Identificación de casos de niños especiales.
- Promover el trabajo en equipo.
- Alianzas Institucionales.
- Capacitación al personal que labora en la Asociación.
- Involucramiento por parte de la población.
- Que las madres de familia le brinden un buen aprovechamiento de los alimentos que se les brindan.
- Lograr la participación de los líderes Comunitarios.
- Que las familias usuarias de los programas aprendan buenos hábitos alimenticios.

### **2.4.2 Demandas Poblacionales**

- Apertura de espacios para la participación de la mujer.
- Que los pobladores asistan a las actividades programadas.
- Promoción de prácticas de manipulación e higiene en los alimentos.
- Generación de fuentes de empleo.
- Organización comunitaria.
- Capacitaciones con temas de nutrición.
- Monitoreo de niños con problemas de desnutrición.

## 2.5 Árbol de problemas

A continuación, se presenta el esquema del árbol del problema.

El problema identificado y priorizado en el área de proyección utilizando la técnica de Priorización por frecuencia es: **“Poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia”**. Para la realización del árbol de problemas participaron grupos usuarios de programas de alimentos y personal que labora en la Institución, en base al problema priorizado se realizó el árbol de problemas dentro del cual se manifiestan y analizan cada una de las causas que se le atribuyen al mismo y también los efectos que provienen.



Realizando la priorización del problema principal, se continúa la elaboración del árbol de problemas, dentro del cual se analiza cada una de las causas que contribuyen al problema y efectos que resultan del mismo.

El problema priorizado es **“Poco conocimiento, de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia”**; el cual se obtiene por medio de la técnica árbol de problemas.

Las causas principales que se lograron identificar en cuanto a la problemática presentada, son las siguientes: no existe interés por parte de las madres para aprender recetas nutritivas, lo cual puede llevar a una sub causa, la escasez de tiempo para poder asistir a talleres de cocina, pues en las comunidades las madres trabajan en el hogar y se les dificulta la asistencia a reuniones de dicha índole.

Otra causa encontrada es el desconocimiento de información sobre temas en nutrición, lo cual se puede originar por la escasez de talleres de elaboración de recetas nutritivas, por no estar organizadas dentro de su comunidad; o por la escasez de recursos económicos para el consumo de alimentos necesarios para una buena ingesta alimenticia, debido a la desigualdad de ingresos económicos que cada día va en aumento.

Posteriormente de analizar cada una de las causas del problema principal, se continuó la ejecución de un estudio de los efectos que vienen a perjudicar la calidad de vida de la población. En esta problemática se puede mencionar el inadecuado consumo de alimentos, Carencia de alimentos sanos, enfermedades gastrointestinales, trayendo como efecto principal la desnutrición aguda y crónica.

Para el análisis de una forma efectiva del árbol de problemas, se realizó una división en tres bloques, realizándose de una manera situacional.

## 2.6 Identificación del problema a intervenir

El problema de intervención se selecciona luego de realizar varias reuniones con La Asociación Paz y Bien de Guatemala, y familias que han sido beneficiadas en diferentes programas; quienes plantearon 10 problemas que son prioritarios resolverlos.

Se ejecuta la técnica de lluvia de ideas en donde se logra la priorización de las principales necesidades que preocupan a las diferentes madres de las comunidades, y con ello poder determinar cuál es el problema principal, sus causas y efectos que pueden surgir, sino se le busca una solución pertinente.

El problema se prioriza con el método de priorización por frecuencias, para la intervención en el proceso de Práctica Profesional Supervisada PPS uno y dos el cual lleva como nombre: **“Poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia”**.

Las madres de familia del municipio de Quezaltepeque preparan diversidad de alimentos, pero no poseen conocimientos sobre una preparación adecuada, que beneficie a sus familias, y puedan evitar cualquier tipo de enfermedad nutricional.

La forma en que se constató la escasez de conocimiento por parte de las madres, es debido a que las mismas manifestaron que los niños han sufrido desnutrición u otros problemas de alimentación y que al momento de que les regalan alimentos no tienen la orientación sobre las recetas que pueden incluir en la dieta alimenticia nutricional de sus hijos.

### 3. ANÁLISIS ESTRATÉGICO

Este análisis nos permite entender todo lo relacionado con problema priorizado que es **“poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia”**; para la intervención Profesional de Práctica Supervisada, se tiene que entender el problema principal.

También se utilizan las técnicas de Fortalezas Oportunidades Debilidades y Amenazas (FODA) y MINIMAX, luego se formulan líneas estratégicas las cuales funcionan como base para identificar los posibles proyectos a ejecutar.

#### 3.1 FODA del problema de intervención

Se realiza el análisis Fortalezas Oportunidades Debilidades y Amenazas (FODA) en el cual se identifican y analizan las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas del problema identificado como problema principal. Este análisis nos interesa para ver la problemática de una manera más sencilla clara y rápida.

**Tabla 5. Matriz FODA**

Fortalezas	Oportunidades
<p>F.1 Recurso humano para trabajar en el programa.</p> <p>F.2 Fuertes lazos de coordinación con otras entidades.</p> <p>F.3 Infraestructura idónea para dar atención a la problemática.</p> <p>F.4 Equipo técnico para detectar y monitorear posibles casos de desnutrición.</p> <p>F.5 Recursos institucionales disponibles para ampliar la cobertura.</p>	<p>O.1 Ampliar la cobertura de personal calificado para detectar casos potenciales en las comunidades.</p> <p>O.2 Alianzas estratégicas con el Gobierno Local y demás entidades públicas y privadas para unificar esfuerzos.</p> <p>O.3 Promover campañas de concientización a cerca de los buenos hábitos alimenticios.</p> <p>O.4 Incidir positivamente en los patrones de comportamiento de las personas.</p> <p>O.5 Apoyo de la estudiante de PPS de la Universidad Rafael Landívar, la cual puede trabajar en temas de alimentación.</p>
Debilidades	Amenazas
<p>D.1 Se carece de personal asignado para desarrollar actividades de organización en las comunidades monitorear los programas de la institución.</p> <p>D.2 Desconocimiento del personal para implementar un programa de buenos hábitos alimenticios.</p> <p>D.3 A la Asociación se le dificulta la distribución de alimentos a las comunidades lejanas.</p> <p>D.4 Ausencia de espacios para las usuarias del programa, para incrementar conocimientos sobre la preparación de alimentos nutritivos.</p>	<p>A.1 Que los cooperantes retiren el apoyo económico a los programas.</p> <p>A.2 Falta de detección oportuna de casos de alto riesgo.</p> <p>A.3 Crecimiento desmedido de la población objeto de la investigación.</p> <p>A.4 Mal uso de los recursos recibidos por parte de los beneficiarios.</p> <p>A.5 Jornadas amplias de trabajo que no permiten a los beneficiados involucrarse en programas.</p>

Fuente: Elaboración propia, con aporte de grupo focal. (2016)

### 3.2 MINI MAX de los elementos del FODA del problema de intervención.

El MINIMAX es la técnica que se utiliza para relacionar las fortalezas con las oportunidades, las debilidades con las oportunidades, las fortalezas con las amenazas y las debilidades con las amenazas, todo esto por medio de la vinculación de cada uno de estos criterios para crear líneas estratégicas y dar respuesta a las exigencias de la población.

**Tabla 6. MINI MAX**

Fortalezas – Oportunidades	Fortalezas- Amenazas
<p><b>F.1-O.1</b> Coordinar el recurso humano calificado para detectar casos potenciales de desnutrición y de esta forma ampliar la cobertura de grupos objetivos.</p> <p><b>F.5-O.3</b> Desarrollar campañas de buenos hábitos alimenticios, aprovechando el recurso económico para concientizar a la población.</p> <p><b>F.3-O.5</b> Efectuar capacitaciones para prevenir la desnutrición crónica en la población, aprovechando la ubicación estratégica de las instalaciones de Asociación Paz Y bien.</p> <p><b>F.4 – O.2</b> Organizar a las comunidades en Comités para la Prevención y Detección de Casos de Desnutrición, asesorados por equipos técnicos.</p> <p><b>F.2- O.4</b> Generar propuestas para el desarrollo de políticas públicas que permita el involucramiento y la intervención de todas las entidades presentes (Ministerios, Organizaciones No Gubernamentales, Iglesias, etc.) en la localidad, para incidir positivamente en los patrones de conducta de la población.</p>	<p><b>F.1- A.2</b> Diagnosticar casos de alto riesgo Aprovechando el recurso humano existente.</p> <p><b>F.2- A.1</b> Demostrar avances concretos en la recuperación de personas que padecían de índices de desnutrición, a través de documentales para que la cooperación vea los resultados de sus esfuerzos.</p> <p><b>F.5-A.3</b> Aprovechar al máximo los recursos económicos con que cuenta la institución para atender a la creciente población meta.</p> <p><b>F.4-A.2</b> Lograr la detección temprana de casos de alto riesgo de desnutrición aprovechando el equipo técnico con que se cuenta.</p> <p><b>F.1-A.4</b> Designar el recurso humano para realizar visitas de verificación del buen uso de los recursos que reciben los beneficiarios por parte del programa de alimentos que da la Asociación.</p>

Debilidades – oportunidades	Debilidades- Amenazas
<p><b>D.1-F.1</b> Aprovechar el recurso humano calificado con que cuenta la Asociación para Organizar a las comunidades para que se beneficien en los programas que de Asociación Paz y Bien.</p> <p><b>D.2-F.1</b> Desarrollar acciones para instruir a las personas para que mejoren los conocimientos sobre hábitos alimenticios.</p> <p><b>D.3-F.5</b> Regionalizar la distribución de los alimentos para permitir una mejor accesibilidad de las personas que viven en las comunidades lejanas.</p> <p><b>D.2-F2</b> Fortalecer alianzas estratégicas, con instituciones afines a temas de Salud y Seguridad Alimentaria.</p> <p><b>D3- F2</b> Aprovechando las buenas relaciones con el Ministerio de Salud, se pueden combinar los esfuerzos para canalizar los insumos a las personas más necesitadas, a través de los principales puestos de Salud.</p>	<p><b>D.1-A.5</b> Concientizar a las mujeres acerca de la importancia de la participación en este tipo de programas.</p> <p><b>D.2-A.3</b> La población cada día está aumentando y es necesario educar en temas de alimentación.</p> <p><b>D.3-A.5</b> La falta de cobertura de programas, y las largas jornadas de trabajo podrían hacer que las personas no se beneficien en programas de alimentos.</p> <p><b>D.4- A.2</b> Si se desconocen temas de preparación de alimentos, y no se detectan los casos de alto riesgo pueden ocasionar muertes en niños.</p> <p><b>D.1 A.1</b> Monitorear a los grupos organizados en las comunidades para dar seguimiento a los esfuerzos por alcanzar las metas propuestas, de esta forma se podrán entregar informes a los cooperantes.</p>

Fuente: Elaboración propia (2016)

### 3.3 Líneas estratégicas.

Las líneas estratégicas son el resultado del cruce de variables que se ha realizado en la técnica del MINIMAX, en estas vinculaciones se determinan las líneas estratégicas y los posibles proyectos a ejecutarse para contribuir a la solución del problema central identificado.

- Fortalecer los conocimientos de la población con temas básicos de Alimentación.
- Fortalecer las capacidades del recurso humano para la detección de casos de desnutrición.
- Crear espacios para la participación e involucramiento de la población.
- Implementar estrategias para una mejor comunicación y la organización de vecinos.
- Seguir el fortaleciendo y las alianzas con otras entidades, para que sigan cooperando.

### 3.4 Proyectos por líneas estratégicas

Tabla 7. Proyectos por líneas estratégicas

Líneas Estratégicas	Proyectos por líneas Estratégicas
<p><b>Primera Línea estratégica</b> Fortalecer los conocimientos de la población con temas básicos de alimentación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitaciones a las madres con cursos de alimentos higiénicos</li> <li>• Capacitaciones sobre temas de seguridad alimentaria a madres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y Bien de la micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.</li> <li>• Capacitación a las usuarias del programa de alimentos sobre el aprovechamiento de los alimentos locales.</li> <li>• Gestión de huertos familiares para familias de escasos recursos.</li> <li>• Capacitaciones sobre temas de prevención de desnutrición en niños para líderes comunitarios.</li> </ul>
<p><b>Segunda línea estratégica</b> Fortalecer las capacidades del recurso humano para la detección de casos de desnutrición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de talleres relacionados con desnutrición.</li> <li>• Creación de un Plan de Acción acerca de estado nutricional comunitario.</li> <li>• Implementación de planes de monitoreos de parte del personal de Asociación Paz y Bien.</li> <li>• Realización de Plan de Trabajo de trabajo enfocado a Temas de Alimentación.</li> <li>• Fortalecimiento de lazos con las diversas entidades para tener más apoyo en Nutrición.</li> </ul>
<p><b>Tercera línea estratégica</b> Crear espacios para la participación e involucramiento de la población.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitar a vecinos del municipio en el tema de participación ciudadana.</li> <li>• Diseño de un plan estratégico para promover la participación de la población del municipio.</li> <li>• Capacitar a las personas en temas a cerca desarrollo de las comunidades.</li> <li>• Fortalecimiento en temas de importancia de la involucración de la población, para crear proyectos.</li> <li>• Mejoramiento de relaciones con la población y los líderes comunitarios.</li> </ul>
<p><b>Cuarta línea estratégica</b> Implementar estrategias para una mejor comunicación y la organización de vecinos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecer la comunicación entre líderes y autoridades para desarrollar metodologías participativas en la comunidad.</li> <li>• Crear estrategias que restablezcan la confianza de los vecinos hacia sus líderes comunitarios.</li> <li>• Realizar estrategias para un clima propicio entre autoridades comunitarias y vecinos.</li> <li>• Capacitaciones sobre, la importancia de una buena comunicación entre vecinos.</li> <li>• Capacitar y fortalecer en el tema de trabajo en equipo a los vecinos, para que ellos gestionen proyectos de seguridad Alimentaria.</li> </ul>
<p><b>Quinta línea estratégica</b> Fortalecimiento de tema de Alimentos Nutritivos, para líderes comunitarios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitaciones a los líderes comunitarios en temas de Seguridad Alimentaria.</li> <li>• Capacitaciones para Lides comunitarios para la detección de niños en desnutrición.</li> <li>• Creación de Manual Nutritivo con los líderes comunitarios.</li> <li>• Gestionar proyectos con enfoque a la Nutrición.</li> <li>• Establecer compromisos y acuerdos con las entidades que tengan a su cargo Seguridad Alimentaria.</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia, con aporte de grupo focal. (2016)

### **3.5 Selección del proyecto de intervención**

Para la selección del proyecto se realiza reunión con miembros de Asociación Paz y personas usuarias del programa de alimentos, y se lleva a cabo el proceso de la priorización del proyecto que los mismos consideran que es de más beneficio para la comunidad.

**Tabla 8. Proyecto Seleccionado**

No.	Nombre del proyecto	Carácter Social	Interés para la institución	Posibilidad de obtener recursos para la ejecución	Ejecutar en un plazo de 14 semanas	Facilita aprendizaje	Total
		5	5	5	5	5	25
1	Capacitaciones a las madres con cursos de cocina.	4	3	4	3	4	18
2	Capacitaciones sobre temas de seguridad alimentaria a madres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y Bien de la micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.	4	5	5	5	5	24
3	Capacitación a las usuarias del programa de alimentos sobre el aprovechamiento de los alimentos locales.	4	4	4	3	4	19
4	Gestión de huertos en casa para familias de escasos recursos.	3	4	4	3	3	17
5	Capacitaciones sobre temas de prevención de desnutrición en niños para líderes comunitarios.	5	4	4	4	3	20
6	Realización de Talleres relacionados con desnutrición.	4	4	3	4	4	19
7	Creación de un Plan de Acción acerca de estado nutricional comunitario.	4	3	3	3	3	16
8	Implementación de planes Monitorios de parte del personal de Asociación Paz y Bien.	3	4	3	3	3	16
9	Realización de Plan de Trabajo de trabajo enfocado a Temas de Alimentación.	2	3	3	3	3	14
10	Fortalecimiento de Lazos con las diversas entidades para tener más apoyo en Nutrición.	3	4	4	3	2	16
11	Capacitar a vecinos del municipio en el tema de participación ciudadana.	5	3	3	4	4	19
12	Diseño de un plan estratégico para promover la participación de la población.	4	4	3	3	4	20
13	Capacitar a las personas en temas a cerca desarrollo de las comunidades.	5	4	3	3	4	19
14	Fortalecimiento en temas de importancia de la involucrar a la población, para crear proyectos.	5	3	3	4	4	20
15	Mejoramiento de relaciones con la población y los líderes comunitarios.	5	5	4	3	4	21
16	Fortalecer la comunicación entre líderes y autoridades para desarrollar metodologías participativas en la comunidad.	5	4	4	4	3	20
17	Crear estrategias que restablezcan la confianza de los vecinos hacia sus líderes comunitarios.	4	3	3	3	3	16
18	Realizar estrategias para un clima propicio entre autoridades comunitarias y vecinos.	4	4	3	3	3	17
19	Capacitaciones sobre, la importancia de una buena comunicación entre vecinos.	5	3	3	4	3	18
20	Fortalecer en el tema de trabajo en equipo a los vecinos, para que gestionen proyectos de seguridad Alimentaria.	4	3	4	3	3	17
21	Capacitaciones a los líderes comunitarios en temas de Seguridad Alimentaria.	4	4	4	4	4	20
22	Capacitaciones para líderes comunitarios para la detección de niños en desnutrición.	4	5	4	4	4	21
23	Creación de Manual Nutritivo con los líderes comunitarios.	4	3	4	3	4	18
24	Gestionar proyectos con enfoque a la Nutrición.	4	3	3	4	4	18
25	Establecer compromisos y acuerdos con las entidades que tengan a su cargo Seguridad Alimentaria.	3	3	3	4	3	16

Fuente: Elaboración propia. (2016)

## **4. PROYECTO DE INTERVENCIÓN**

### **4.1. Ficha Técnica del Proyecto**

#### **4.1.1. Nombre del proyecto:**

Capacitaciones sobre temas de Seguridad Alimentaria a madres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y Bien de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.

#### **4.1.2. Ubicación del proyecto:**

Se realiza en Región II en el municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.

Las aldeas que lo integran son: El común, san Nicolás, Palmilla Cruz de Piedra, Panalito.

#### **4.1.3. Organización que ejecutará el proyecto.**

La organización que apoyará en la ejecución del proyecto es Asociación Paz y Bien de España delegación Guatemala, Chiquimula, Quezaltepeque.

#### **4.1.4. Duración del proyecto:**

El tiempo para la ejecución es a partir de la tercera semana del mes de enero a la primera semana del mes de junio del año 2,017.

#### **4.1.5. Costo total o aporte solicitado / aporte propio:**

El costo aproximado del proyecto es de Q **10,112.00**, monto del cual Asociación Paz y Bien contribuirá con la cantidad de **Q1, 050.00** y la Estudiante de trabajo Social con un monto de **Q 9,062.00**.

#### **4.1.6. Breve resumen:**

Se logra que las madres usuarias del programa de alimentos de la Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque de la Micro- región II preparen diversidad de

recetas nutritivas, ya que contaban con poco conocimiento sobre platillos que beneficien nutricionalmente a sus hijos; se fortalecieron a dichas madres con temas de seguridad alimentaria y nutricional.

#### **4.1.7 Antecedentes**

La Asociación Paz y Bien cuenta con un programa de Alimentos para familias de escasos recursos, en la que cierto tiempo los dotan de alimentos esto lo realizan con el fin de erradicar la desnutrición que presenta el municipio de Quezaltepeque. El programa además cuenta con un monitoreo que consistente en el seguimiento mediante talla y peso de los niños.

#### **Resumen del diagnóstico:**

El problema priorizado es poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia, es necesario que las madres de familia desarrollen recetas que aporten nutrientes para tener un mejor desarrollo de la persona.

Entre las causas encontradas están el desequilibrio nutricional, las enfermedades concernientes a una mala alimentación como desnutrición y problemas de obesidad, el desconocimiento por parte de las madres en temas de nutrición y la escasez de interés en aprender recetas nutritivas. Se considera que si las madres beneficiadas con el programa de alimentos no reciben talleres relacionados con la buena nutrición y no ponen en práctica las recetas nutritivas que en ellos se brinden, siempre vivirán con problemas de malnutrición, lo cual repercutirá en la salud de su familia.

#### **4.1.8 Población beneficiaria:**

Madres beneficiadas con el programa de alimentos de Asociación Paz y Bien, de la Región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula. Son aproximadamente 40 mujeres.

#### **4.1.9 Objetivos**

##### **a. Objetivo General:**

Incrementar las capacidades de las madres usuarias del programa de Alimentos de Asociación Paz y Bien región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula en temas de Seguridad Alimentaria y Nutricional.

**Resultado 1:** Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.

**Resultado 2:** Elaboración de un Manual de recetas nutritivas para las Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.

**Resultado 3:** Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de Seguridad Alimentaria.

##### **4.2 Descripción general del proyecto:**

La propuesta del proyecto quiere lograr enriquecer las capacidades de las madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien en el ámbito de nutrición, con talleres relacionados al tema de Seguridad Alimentaria y Nutricional, aprovechando e identificando los recursos con los que cuentan en sus comunidades, y con ello contribuir a mejorar la calidad de vida de las familias.

Considerando que algunos problemas de salud están relacionados con la mala nutrición, se lleva a cabo la ejecución del proyecto para enriquecer las capacidades y conocimientos de las madres de familia.

#### **4.2.1 Ámbito institucional, social político y cultural en el que se inserta**

#### **4.2.2 Ámbito institucional**

El proyecto surge de ver la necesidad que tienen las mujeres de adquirir conocimientos sobre alimentos nutritivos y tomando en cuenta que Asociación Paz y Bien cuenta con diversidad de programas para apoyo a las familias más vulnerables y se seleccionó trabajar con el programa de alimentos para implementar un Manual de recetas Nutritivas para mujeres beneficiadas con programa de Alimentos de Asociación Paz y Bien.

#### **4.2.3 Ámbito social político**

Tomando en cuenta que es una entidad privada, sin ánimo de lucro, dedicada a la integración, defensa y promoción de los intereses de las personas en situación de exclusión social, este proyecto es muy importante porque se pretende incrementar los conocimientos de las mujeres.

#### **4.2.4 Ámbito Cultura**

Las Asociación Paz y Bien lucha por la defensa de los derechos de los colectivos más desfavorecidos, potenciando sus capacidades y acompañándolas en su proyecto de vida. La labor de la entidad siempre ha contado con el respaldo y reconocimiento institucional y particular a nivel europeo, nacional, regional, local y, en los últimos años, internacional con su incursión en la Cooperación Internacional.

#### **4.2.5 Plan o programa en el que se inserta**

El proyecto que se implementará se inserta al programa de Alimentos con el que cuenta la institución, con el fin de fortalecer las capacidades de elaboración de alimentos de madres usuarias con programa de Alimentos de Asociación Paz y Bien.

#### **4.2.6 Justificación del proyecto**

El proyecto surge debido a la realización de diferentes procesos de análisis con la Asociación, con representantes de las comunidades, y ante la problemática actual del país, pues aproximadamente existe 1.000.000 de casos de niños con desnutrición

crónica, por la deficiencia de vitaminas y minerales y las enfermedades crónicas relacionadas con el régimen alimentario. Quienes no reciben un nivel suficiente de energía o nutrientes esenciales no pueden llevar una vida sana y activa, lo cual comporta deficiencias en el desarrollo físico y mental, enfermedades y muertes devastadoras, así como una pérdida incalculable de potencial humano y desarrollo socioeconómico.

Se considera de vital importancia llevar a cabo el proyecto, debido al problema principal encontrado **“poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia”**, es por esta razón que se propone “Capacitar a las madres usuarias del Programa de Alimentos de La Asociación Paz y Bien de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula, con temas de Seguridad Alimentaria” para lograr el mejoramiento de salud y mejorar la calidad de vida de los integrantes de cada familia, máxime los niños que son la población más vulnerable.

Este proyecto se formula con el propósito de incrementar los conocimientos que las madres poseen en temas de alimentación, para evitar enfermedades gastrointestinales que traigan como consecuencia desnutrición, obesidad y otras enfermedades. Se considera muy importante que el ser humano se alimente de forma balanceada para poder mantener una buena salud y una mejor calidad de vida para poder ejercer sus actividades diarias que le permitan la generación de ingresos para el sustento del seno familiar.

Mantener una alimentación balanceada significa ingerir todos los alimentos necesarios para estar sano y bien nutrido de forma equilibrada, lo que implica comer porciones adecuadas a la estatura y contextura propia.

Se implementa este proyecto con un único fin el de proporcionar mejores conocimientos a la población afectada por problemas de desnutrición, para su tratamiento y prevención.

## 4.2.7 Objetivos específicos del proyecto

**Tabla 9. Matriz del Marco Lógico**

Jerarquía de Objetivos	Indicadores objetivamente verificables	Medios de verificación	Supuestos
<b>Fin:</b> Incrementar las capacidades de las madres usuarias del programa de Alimentos de Asociación Paz y Bien micro región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula en temas de Seguridad Alimentaria.	En el mes de junio del año 2017 se mejoraron las capacidades de las mujeres en la preparación de recetas nutritivas.	Informe de evaluación del proyecto.	Interés por parte de Asociación Paz y Bien para que las mujeres beneficiadas mejoren sus capacidades sobre temas de Seguridad Alimentaria.
<b>Resultados 1:</b> Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.	A finales del mes de febrero del año 2017, se tendrá identificado los alimentos locales de la región II.	Fotografías.	Las madres de familia aprovechan los alimentos locales que identificaron para mejorar su alimentación y economía.
<b>Resultado 2:</b> Elaboración de un Manual de recetas nutritivas para las Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula,	En el mes de abril, del año 2017, se tendrá un manual de recetas nutritivas con alimentos locales.	Listado de mujeres participantes.  Manual Impreso.	Que las madres de familia estén dispuestas a utilizar el Manual de recetas.
<b>Resultado 3:</b> Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de Seguridad Alimentaria.	A finales del mes de mayo del año 2017, las madres usuarias el programa de Alimentos estarán capacitadas en temas de seguridad alimentaria.	Aprobación por parte de las familias.	Madres de familia asisten a las capacitaciones regularmente.
<b>Actividades:</b> Actividad 1 1.1 Realización de reunión con madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien para informar sobre su participación en el proyecto.	A finales del mes de enero se realizará la reunión con madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien para informar sobre su participación en el proyecto.	Fotografías	Las madres de familia participan en el proyecto y apoyan en las actividades de los talleres que se imparten.
1.2 Recopilación de recetas que contengan los alimentos que han informado las madres sobre los alimentos que tienen en su entorno.	A finales del mes de enero del año 2017, se tienen identificados los alimentos que las madres de familia tienen en la micro región II	Cuaderno de Campo.  Aprobación por parte de la Asociación.	
1.3 Identificar fuentes de alimentos con que cuentan las madres en su entorno.	En el mes de febrero del año 2017, se realizará recopilación de recetas con los alimentos que cuentan en la región II.		

Jerarquía de Objetivos	Indicadores objetivamente verificables	Medios de verificación	Supuestos
<b>Actividad 2</b>			
2.1 Clasificar y ordenar los materiales de acuerdo a la estructura del Manual que se realizara dentro de la Practica.	A principios del mes de febrero del año 2017 se realizará la clasificación y orden de los materiales de acuerdo a la estructura del manual.	Manual ya validado. Informe Final.	Las madres beneficiadas del programa de alimentos practican en sus hogares las recetas nutritivas que contiene el Manual, para dar una excelente alimentación a sus familias Fotografías
2.2 Elaboración de Manuel de recetas nutritivas con los alimentos Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.	Mes de finales del año 2017, se realizará la elaboración del Manual.	Cuaderno de campo.	
2.3 Reuniones con personeros de Asociación Paz y bien para dar a conocer el Manual.	A finales del mes de febrero del año 2017, se realizará reunión con personeros de Asociación Paz y Bien para dar a conocer el Manual.		
2.4 Asamblea para madres usuarias de programa de alimentos de la Micro-región II, donde se da a conocer el Manual.	A principios del mes de marzo del año 2017, se realizarán asambleas con las madres para dar a conocer el Manual.		
2.5 Realizar demostraciones de recetas nutritivas que contenga el Manual con las madres.	A finales del mes de marzo del año 2017, realizaran demostraciones de recetas nutritivas que contenga el manual.		
2.6 Compartir el Manual con las madres de familia.	En el mes de abril del año 2017, se comparte el manual con madres de familia de la micro región II.		
<b>Actividad 3</b>			
3.1 Diseñar Talleres de capacitación, para mujeres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y bien.	A principio de mes de abril del año 2017, se iniciará con el diseño de talleres para mujeres beneficiadas.	Fotografías de la realización del taller	Las mujeres asisten a los talleres programados para informarse acerca de temas de nutrición, y llevarlo a cabo en la práctica en su hogar.
3.2 Gestionar insumos para talleres de capacitación.	A mediados del mes de abril del año 2017, se tienen los insumos necesarios para talleres.	Listado de mujeres participantes.	
3.3 Desarrollo de talleres, de Higiene en la manipulación de los Alimentos, importancia de una alimentación saludable, conocimiento de alimentos de la Olla nutricional, seguridad Alimentaria.	En los meses de abril y mayo del año 2017, se desarrollarán talleres para las mujeres beneficiadas con los programas.	Fotografías de materiales elaborados para los talleres.	
3.4 Evaluar los talleres.	A finales del mes de mayo del año 2017, se hará la avaluación de los talleres.	Cuaderno de Campo.	
3.5 Monitorear a las madres usuarias para verificar si ponen en práctica lo aprendido.	A principios del mes de junio del año 2017, se realizará el monitoreo para las madres usuarias de la región II.	Realización de dinámicas para poder ver si el tema se comprendió. Informes.	

Fuente: Elaboración propia. (2016)

## 4.2.8 Plan operativo del proyecto

Tabla 10. Plan operativo del proyecto

Fase/ actividad	Tiempo		Costo	Financiamiento
	Fecha de inicio	Fecha de final		
<p>Fase 1: Socialización del proyecto</p> <p><b>Actividades:</b></p> <p>1.1 Socializar el proyecto con la persona enlace.</p> <p>1.2 Gestión del apoyo institucional para cumplir actividades.</p> <p>1.3 Preparación de agenda para talleres.</p>	17/01/2017	20/01/2017	Q 10,112.00	Asociación Paz y Bien. Estudiante de Trabajo Social.
	23/01/2017	23/01/2017		
	24/01/2017	26/01/2017		
<p><b>Fase 2:</b> Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.</p> <p>Actividades:</p> <p>1.1 Realización de reunión con madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y bien para informar sobre su participación en el proyecto.</p> <p>1.2 Identificar fuentes de alimentos con que cuentan las madres en su entorno.</p> <p>1.3 Recopilación de recetas actuales que contengan los alimentos que han informado las madres sobre los alimentos que tienen en su entorno.</p>	31/01/2017	01/02/2017		Asociación Paz y Bien. Estudiante de Trabajo Social.
	06/02/2017	06/02/2017		
	13/02/2017	13/02/2017		
	20/02/2017	20/02/2017		
	28/02/2017	28/02/2017		
<p><b>Fase 3:</b> Elaboración de un Manual de recetas nutritivas para las Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.</p> <p><b>Actividades:</b></p> <p>Actividad 2</p> <p>2.1 Clasificar y ordenar los materiales de acuerdo a la estructura del Manual que se realizara dentro de la Practica.</p> <p>2.2 Elaboración de Manuel de recetas nutritivas con los alimentos Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.</p> <p>2.3 Reuniones con personeros de Asociación Paz y bien para dar a conocer el Manual.</p> <p>2.4 Asamblea para madres usuarias de programa de alimentos de la Micro-región II, donde se da a conocer el Manual.</p> <p>2.5 Realizar demostraciones de recetas que contenga el Manual con las madres.</p> <p>2.6 Compartir el Manual con las madres de familia.</p>	01/03/2017	06/03/2017		Asociación Paz y Bien. Estudiante de Trabajo Social.
	03/03/2017	10/03/2017		
	15/03/2017	19/03/2017		
	26/03/2017	28/04/2017		
	03/05/2017	05/05/2017		
<p><b>Fase 4:</b> Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de Seguridad Alimentaria</p> <p><b>Actividades:</b></p> <p>3.1 Diseñar Talleres de capacitación, para mujeres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y bien.</p>	10/05/2017	10/05/2017		Asociación Paz y Bien. Estudiante de
	12/05/2017	12/05/2017		
	15/05/2017	12/05/2017		
	24/05/2017	19/05/2017		

Fase/ actividad	Tiempo		Costo	Financiamiento
	Fecha de inicio	Fecha de final		
3.2 Gestionar insumos para talleres de capacitación. 3.3 Desarrollo de talleres, de Higiene en la manipulación de los Alimentos, importancia de una alimentación saludable, conocimiento de alimentos de la Olla nutricional, seguridad Alimentaria. 3.4 Evaluar los talleres. 3.5 Monitorear a las madres usuarias para verificar si ponen en práctica lo aprendido.	31/05/2017	26/05/2017 31/05/2017		Trabajo Social.
<b>Fase 5: Monitoreo y evaluación del proyecto</b> <b>Actividades</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitoreo del proyecto de intervención con la persona enlace</li> <li>• Presentar a la persona enlace informe de avances en la ejecución del proyecto de intervención.</li> <li>• Socializar resulta del proyecto de intervención con la persona enlace.</li> </ul>	10/05/2017 12/05/2017 15/05/2017	10/05/2017 12/05/2017 19/05/2017		Asociación Paz y Bien. Estudiante de Trabajo Social.

Fuente: Elaboración propia. (2016)

#### **4.2.9 Población destinataria y resultados previstos**

**Destinatarios:** 40 madres usuarias del programa de alimentos de la región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.

#### **Resultados:**

- Socializar el proyecto con la persona enlace y madres beneficiadas con el programa.
- Manual de recetas nutritivas elaborado.
- Madres beneficiadas con el programa de alimentos capacitadas sobre el uso del Manual.
- Manual de recetas nutritivas validado por las madres beneficiadas.

#### **4.2.10 Fases del proyecto.**

##### **Fase 1: Socialización del proyecto**

#### **Actividades**

- Socializar el proyecto con la persona enlace.
- Gestión del apoyo institucional para cumplir actividades.
- Preparación de agenda para talleres.

##### **Fase 2: Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.**

#### **Actividades:**

- Realización de reunión con madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien para informar sobre su participación en el proyecto.
- Identificar fuentes de alimentos con que cuentan las madres en su entorno.
- Recopilación de recetas actuales que contengan los alimentos que han informado las madres sobre los alimentos que tienen en su entorno.

**Fase 3: Elaboración de un manual de recetas nutritivas para las Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.**

**Actividades:**

- Clasificar y ordenar los materiales de acuerdo a la estructura del manual que se realizara dentro de la Práctica.
- Elaboración de manual de recetas nutritivas con los alimentos Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.
- Reuniones con personeros de Asociación Paz y Bien para dar a conocer el manual.
- Asamblea para madres usuarias de programa de alimentos de la Micro-región II, donde se da a conocer el manual.
- Realizar demostraciones de recetas que contenga el manual con las madres.
- Compartir el manual con las madres de familia.

**Fase 4: Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de Seguridad Alimentaria**

**Actividades:**

- Diseñar Talleres de capacitación, para mujeres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y Bien.
- Gestionar insumos para talleres de capacitación.
- Desarrollo de talleres, de higiene en la manipulación de los alimentos, importancia de una alimentación saludable, conocimiento de alimentos de la olla nutricional, seguridad alimentaria.
- Evaluar los talleres.
- Monitorear a las madres usuarias para verificar si ponen en práctica lo aprendido.

## **Fase 5: Monitoreo y evaluación del proyecto**

### **Actividades**

- Monitoreo del proyecto de intervención con la persona enlace
- Presentar a la persona enlace informe de avances en la ejecución del proyecto de intervención.
- Socializar resultados del proyecto de intervención con la persona enlace.

## 4.2.11 Cronograma

**Tabla 11. Cronograma del proyecto**

<b>Proyecto:</b> Capacitaciones sobre temas de seguridad alimentaria a madres beneficiadas con programa de alimentos de asociación paz y bien de la micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula		Planeado		En Proceso		Realizado																						
		Cronograma de Actividades Año 2017																										
<b>Plan de Trabajo:</b> Practica Profesional Supervisada		Enero				Febrero				Marzo				Abril				Mayo					Junio					
Fase	Actividad	Responsables	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	
Fase 1: Socialización del proyecto																												
A1.	Socializar el proyecto con la persona enlace	Estudiante de Trabajo Social.																										
A2.	Gestión del apoyo institucional para cumplir actividades.																											
A3.	Preparación de agenda para talleres.																											
Fase 2: Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.																												
A1.	Realización de reunión con madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien para informar sobre su participación en el proyecto.	Estudiante de Trabajo Social.																										
A2.	Identificar fuentes de alimentos con que cuentan las madres en su entorno.	Personal de Asociación Paz y Bien.																										
A3.	Recopilación de recetas actuales que contengan los alimentos que han informado las madres sobre los alimentos que tienen en su entorno.																											
Fase 3: Elaboración de un Manual de recetas nutritivas para las Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.																												
A1.	Clasificar y ordenar los materiales de acuerdo a la estructura del Manual que se realizara dentro de la Práctica.	Estudiante de Trabajo Social.																										
A2.	Elaboración de manual de recetas nutritivas con los alimentos Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.	Persona enlace de Asociación Paz y Bien.																										
A3.	Reuniones con personereros de Asociación Paz y Bien para dar a conocer el Manual.																											
A4.	Asamblea para madres usuarias de programa de alimentos de la Micro-región II, donde se da a conocer el manual.																											



#### **4.2.12 Entorno externo e interno**

#### **4.2.13 Posición del proyecto en organización interna**

El proyecto se implementa con la metodología que la Asociación aplica en el programa de alimentos y que consideran muy importante que las mujeres de la Región II estén capacitadas en diversidad de temas de seguridad alimentaria.

#### **4.2.14 Funciones específicas del estudiante y de otros involucrados**

##### **Funciones del estudiante**

- Formular e implementar el proyecto.
- Ejecutar las fases establecidas en el diseño del proyecto.
- Evaluar la realización de las fases.
- Coordinar la asistencia de diferentes mujeres beneficiadas para así ejecutar el proyecto.
- Presentar informes de trabajo
- Gestionar los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades
- Coordinar las actividades del proyecto de práctica dentro de la Asociación

##### **Funciones de La Asociación Paz y Bien**

- Promover el trabajo en equipo
- Coordinar las actividades a desarrollar dentro del proyecto.
- Participar en actividades programadas.
- Participar activamente en las reuniones.
- Brindar espacio correspondiente para la realización de las actividades de práctica
- Facilitar el proceso, a través de la información.

##### **Tutor de la Práctica Profesional Supervisada.**

Según el reglamento emitido por el departamento de Trabajo Social, de la Universidad Rafael Landívar en el año, 2016; entre las funciones del supervisor son:

a). Proporcionar la orientación teórica, metodológica que el estudiante requiera: aclarar enfoques, indicar lecturas de apoyo, sugerir criterios y técnicas, así como dar las recomendaciones pertinentes.

b). Supervisar el plan general de trabajo del estudiante y su cronograma de actividades generales.

C. Evaluar el desempeño de los estudiantes de acuerdo a los productos entregados, según las fechas establecidas desde el inicio del semestre, llevando un control exacto de los productos elaborados por la estudiante.

#### **4.2.15 Coordinación interna**

Mantener una buena comunicación con el coordinador del programa para el cumplimiento del cronograma de actividades que desarrollarán y también informarle los avances del desarrollo de la Práctica, y así las mujeres tendrán una participación activa en los talleres que contempla el proceso del proyecto.

#### **4.2.16 Coordinación con red externa**

Durante el análisis situacional se identificaron los diferentes actores que coordinan con la Asociación, quienes velan por la salud de los habitantes de Quezaltepeque y con su valioso apoyo se pueden desarrollar las actividades que están planteadas en el marco lógico.

Es por ello que se debe coordinar el apoyo de las diferentes instituciones y asociaciones que se encuentran en el municipio tales como:

- Asociación Paz y Bien ONG
- Asociación de Productores Agrícolas Rurales (APAR)
- Ministerio de Agricultura Ganadería y Alimentación (MAGA)
- Universidad Rafael Landívar
- Municipalidad de Quezaltepeque

- Universidad Marino Gálvez
- Policía Nacional Civil

#### **4.2.17 Incidencia del proyecto en la región**

El proyecto se ejecuta en Asociación Paz y Bien, para lograr tener incidencia y mejorar las capacidades de las madres usuarias con el programa de alimentos.

Con el proyecto se pretende favorecer a las familias de las madres usuarias en el ámbito nutricional y social, que logren manejar este tema tan importante y que toma mucho auge en nuestra Sociedad.

#### **4.2.18 Implicaciones éticas a considerar**

- Respetar al personal involucrado en el proceso.
- No actuar de manera abusiva.
- Responsabilidad en el proceso de la práctica.
- Adaptarse al ambiente de la Asociación
- No divulgar información sobre la Asociación
- No tomar decisiones que solo favorecen a una parte involucrada en el proyecto.
- Respetar las normas de la Asociación.
- 

#### **4.2.19 Identificación de conflictos que el desarrollo del proyecto puede provocar y la propuesta de manejo de los mismos.**

- **Que las madres no participen en los talleres que se realizarán.**

Motivar a las beneficiadas para que sean partícipes en los talleres, haciéndoles conciencia que es de beneficio para ellas y sus familias.

- **No cumplir con las actividades en las fechas establecidas.**

Tener al día las actividades y estar pendiente de las fechas que incluí en el cronograma para que todo se cumpla en las fechas establecidas.

- **No lograr los resultados propuestos.**

Cuando se finalice cada actividad, evaluar para poder verificar si se están cumpliendo los resultados esperados.

#### **4.4 Recursos y presupuesto**

##### **4.4.1 Recursos técnicos y humanos**

- Practicante de la Universidad Rafael Landívar
- Personal de la Asociación Paz y Bien.
- Supervisor de la Práctica Profesional Supervisada.

##### **4.4.2 Recursos materiales y monetarios**

- **Equipo**

Computadora

Cañonera

Cámara fotográfica

- **Mobiliario**

Alquiler de Sillas

- **Materiales**

Marcadores.

Lapiceros

Memorias USB.

Resma de Hojas de papel bond.

Fotocopias

Grapas y engrapadora.

Pliegos de Papel bond

- **Costos Administrativos**

Transportes. Viáticos.

Imprevistos

#### 4.4.3 Presupuesto: ingresos, gastos, inversiones y otros.

**Tabla 12. Presupuesto del Proyecto**

Recurso	Cantidad	Costo unidad	Costo total	Financiamiento	
				Asociación	Estudiante
<b>Equipo</b>					
Computadora	1	Q 1500.00	Q 1500.00		Q 1500.00
Cámara fotográfica	1	Q 550.00	Q550.00	Q550.00	
<b>Mobiliario</b>					
Alquiler de Sillas	60	Q 5.00	Q300.00	Q300.00	
<b>Recurso Humano</b>					
Estudiante de PPS	200	Q 34.00	Q6800.00		Q6800.00
<b>Materiales</b>					
Marcadores.	4	Q7.00	Q28.00		Q28.00
Lapiceros	40	Q40. 00	Q40. 00		Q40. 00
Memorias USB.	1	Q45.00	Q45.00		Q45.00
Resma de Hojas de papel bond.	3	44.00	Q132.00		Q132.00
Fotocopias	300	Q0.25	Q75.00		Q75.00
Masking tape	1	Q12.00	Q12.00		Q36.00
Grapas y engrapadora	1	Q35.00	Q35.00		Q35.00
Pliegos de Papel bond	15	Q1.00	Q15.00		Q15.00
<b>Costos Administrativos.</b>					
Viáticos.	15	Q8.00	Q120.00		Q120.00
Imprevistos	1	Q500.00	Q200.00	Q200.00	
Impresión de Manuales	60	Q5.00	Q 300.00		Q300.00
<b>Total</b>			<b>Q10,112.00</b>	<b>Q1,050.00</b>	<b>Q9062.00</b>

Fuente: Elaboración Propia. (2016).

## • Resumen del Presupuesto

**Tabla 13. Resumen del Presupuesto**

<b>Fuente.</b>	<b>Aporte.</b>
<b>Asociación Paz y Bien</b>	Q 1,050.00
<b>Estudiante</b>	Q 9,062.00
<b>TOTAL.</b>	<b>Q 10,112.00</b>

Fuente: Elaboración Propia. (2016)

### 4.5 Monitoreo y Evaluación del proyecto

El monitoreo y evaluación se realiza a cada una de las fases ejecutadas esto con el fin de verificar los avances y logros del proyecto, y evaluar si se está cumpliendo con el objetivo y resultados esperados.

El monitoreo se lleva a cabo por medio de informes mensuales a Asociación con fotografías y actividades logradas en el mes y la revisión del cuaderno de campo.

La evaluación del proyecto la ejecuta la persona enlace, quien es encargada de verificar el cumplimiento de cada una de las fases del proyecto.

Al final del cumplimiento del proyecto se realiza una presentación con los personeros de Paz y Bien para exponer toda la ejecución del mismo.

## 4.5.1 Plan de monitoreo del Proyecto

Tabla 14. Plan de monitoreo

Fase/actividad	Indicadores de cada actividad	Medios de verificación	Fecha del monitoreo	Responsable
<b>Fase 1: Socialización del proyecto. Actividades</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Socializar el proyecto con la persona enlace.</li> <li>Gestión del apoyo institucional para cumplir actividades.</li> <li>Preparación de agenda para talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mes de enero del año 2017 se realiza la socialización del proyecto.</li> <li>Mes de enero del año 2017, se gestiona el apoyo de la institución para cumplir actividades.</li> <li>A mediados del mes de enero del año 2017 se prepara agenda para talleres.</li> </ul>	Agenda de talleres  Fotografías.	<ul style="list-style-type: none"> <li>20/01/2017</li> <li>23/01/2017</li> <li>26/01/2017</li> </ul>	Estudiante de Trabajo Social.
<b>Fase 2: Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.</b> Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>Realización de reunión con madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien para informar sobre su participación en el proyecto.</li> <li>Identificar fuentes de alimentos con que cuentan las madres en su entorno.</li> <li>Recopilación de recetas actuales que contengan los alimentos que han informado las madres sobre los alimentos que tienen en su entorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>A finales del mes de enero se realizará la reunión con madres usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien para informar sobre su participación en el proyecto.</li> <li>A finales del mes de enero del año 2017, se sabrá con los alimentos cuentan las familias beneficiadas.</li> <li>En el mes de febrero del año 2017, se realizará una recopilación de recetas con los alimentos que cuentan en la región II.</li> </ul>	Fotografías.  Listado de mujeres participantes.  Manual Impreso.  Aprobación por parte de las familias	<ul style="list-style-type: none"> <li>30/01/2017</li> <li>31/02/2017</li> <li>13/02/2017</li> </ul>	Estudiante de Trabajo Social.  Personal de Asociación Paz y Bien
<b>Fase 3: Elaboración de un Manual de recetas nutritivas para las Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.</b> Actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>Clasificar y ordenar los materiales de acuerdo a la estructura del manual que se realizara dentro de la práctica.</li> <li>Elaboración de manual de recetas nutritivas con los alimentos Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>A principios del mes de febrero del año 2016 se realizará la clasificación y orden de los materiales de acuerdo a la estructura del manual.</li> <li>Mes de finales del año 2017, se realizará la elaboración del manual.</li> <li>A finales del mes de febrero del año 2017, se realizará reunión con el personal de Asociación Paz y Bien para dar a conocer el manual.</li> </ul>	Fotografías  Cuaderno de Campo.  Aprobación por parte de la Asociación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>06/02/2017</li> <li>27/02/2017</li> <li>27/02/2017</li> <li>6/03/2017</li> </ul>	Estudiante de Trabajo Social.  Persona enlace de Asociación Paz y Bien.  Mujeres beneficiadas con los programas de alimentos.

Fase/actividad	Indicadores de cada actividad	Medios de verificación	Fecha del monitoreo	Responsable
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reuniones con personeros de Asociación Paz y Bien para dar a conocer el Manual.</li> <li>• Asamblea para madres usuarias de programa de alimentos de la Micro-región II, donde se da a conocer el manual.</li> <li>• Realizar demostraciones de recetas que contenga el manual con las madres.</li> <li>• Compartir el manual con las madres de familia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A principios del mes de marzo del año 2017, se realizarán asambleas para dar a conocer con las madres para dar a conocer el manual.</li> <li>• A finales del mes de marzo del año 2017, realizaran demostraciones de recetas que contenga el manual.</li> <li>• En el mes de abril del año 2017, Se comparte el manual.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 20/03/2017</li> </ul>	
<p><b>Fase 4: Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de Seguridad Alimentaria</b></p> <p><b>Actividades</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diseñar Talleres de capacitación, para mujeres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y Bien.</li> <li>• Gestionar insumos para talleres de capacitación.</li> <li>• Desarrollo de talleres, de higiene en la manipulación de los alimentos, importancia de una alimentación saludable, conocimiento de alimentos de la olla nutricional, seguridad alimentaria.</li> <li>• Evaluar los talleres.</li> </ul> <p>Monitorear a las madres usuarias para verificar si ponen en práctica lo aprendido.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A principio de mes de abril del año 2017, se iniciará con el diseño de talleres para mujeres beneficiadas.</li> <li>• A mediados del mes de abril del año 2017, se tienen los insumos necesarios para talleres.</li> <li>• En los meses de abril y mayo del año 2017, se desarrollarán talleres para las mujeres beneficiadas con los programas.</li> <li>• A finales del mes de mayo del año 2017, se hará la evaluación de los talleres.</li> <li>• A principios del mes de junio del año 2017, se realizará el monitoreo para las madres usuarias de la región II.</li> </ul>	<p>Manual ya validado.</p> <p>Informe Final.</p> <p>Cuaderno de campo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 03/04/2017</li> <li>• 12 /04/2017</li> <li>• 19/05/2017</li> <li>• 26/05/2017</li> <li>• 02/06/2017</li> </ul>	<p>Estudiante de Trabajo Social.</p> <p>Persona enlace de Asociación Paz y Bien.</p> <p>Mujeres beneficiadas con los programas de alimentos.</p>
<p><b>Fase 5: Monitoreo y evaluación del proyecto</b></p> <p><b>Actividades</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitoreo del proyecto de intervención con la persona enlace.</li> <li>• Presentar a la persona enlace informe de avances en la ejecución del proyecto de intervención.</li> <li>• Socializar si se lograron los resultados a del proyecto de intervención con la persona enlace.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A principios del mes de junio del año 2017, se monitoreará el proyecto.</li> <li>• A mediados del mes de junio del año 2017 se presentarán los avances de la ejecución.</li> <li>• Finales del mes de junio del año 2017 se socializará si se lograron los resultados del proyecto.</li> </ul>	<p>Fotografías</p> <p>Cuaderno de campo.</p> <p>Informe Final.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5/06/2017</li> <li>• 12 /06/2017</li> <li>• 19/06/2017</li> </ul>	<p>Estudiante de Trabajo Social.</p> <p>Persona enlace de Asociación Paz y Bien.</p>

Fuente: Elaboración Propia (2016)

### 4.5.3 Indicadores de éxito generales (según resultados generales esperados)

**Tabla 15. Plan de Evaluación del proyecto**

Fase/actividad	Indicadores de cada actividad	Medios de verificación	Fecha de la evaluación	Responsable
<b>Fin:</b> Incrementar las capacidades de las madres usuarias del programa de Alimentos de Asociación Paz y Bien región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula en temas de seguridad alimentaria.	En el mes de junio del año 2017 se mejoraron las capacidades de las mujeres en la preparación de recetas nutritivas.	Informe de evaluación del proyecto.	12/06/2017	Estudiante de Trabajo Social.  Persona enlace de Asociación Paz y Bien. Mujeres usuarias con el programas de alimentos.
<b>Resultados:</b> <b>Resultados 1</b> Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.	A finales del mes de febrero del año 2017, se tendrá identificado los alimentos locales de la región II.	Fotografías. Listado de alimentos. Listado de mujeres participantes.	25/02/2017	Estudiante de Trabajo Social.
<b>Resultado 2:</b> Elaboración de un Manual de recetas nutritivas para las madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula,	En el mes de abril, del año 2017, se tendrá un manual de recetas nutritiva con manual de recetas con alimentos locales.	Fotografías. Cuaderno de Campo Manual Impreso. Aprobación por parte de las familias	17/04/2017	Estudiante de Trabajo Social.  Persona enlace de Asociación Paz y Bien.  Mujeres beneficiadas con los programas de alimentos.
<b>Resultado 3:</b> Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de seguridad alimentaria.	A finales del mes de mayo del año 2017, las madres usuarias el programa de alimentos estarán capacitadas en temas de seguridad alimentaria.	Fotografías.  Listado de mujeres participantes.  Cuaderno de Campo	31/05/2017	Estudiante de Trabajo Social.  Persona enlace de Asociación Paz y Bien.  Mujeres beneficiadas con los programas de alimentos.

Fuente: Elaboración Propia (2016).

## II. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Para el logro de los resultados del proyecto “Capacitaciones sobre temas de Seguridad Alimentaria a madres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y Bien de la micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula”, se estructuraron tres resultados y se cumplieron las actividades propuestas en la fase I de la Práctica Profesional Supervisada, todo esto con el apoyo, de Asociación Paz y Bien, Asociación de Promotores Agrícolas Rurales (APAR), Policía Nacional Civil, Municipalidad de Quezaltepeque Chiquimula, y La Agencia Municipal de Extensión Rural del MAGA.

**Resultados 1: Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.**

**Reunión con madres de la región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien para informarlas del proyecto.**

Como primera instancia se convoca a una reunión para el día 10 de febrero del año 2017 a las 8 de la mañana, en el centro de convergencia de la comunidad El Común, asistiendo 20 madres de familia equivalente al 50% de la población beneficiada con el proyecto. En la reunión como primer punto se presentó el nombre del proyecto con las madres de familia proyectado en una cañonera, en la cual se presentaron diapositivas para una mejor comprensión del mismo.

Debido a la poca participación del primer grupo de la población meta de beneficiarias, que se llegó al número deseado de madres, se realiza posteriormente otra reunión en la Aldea Palmilla Cruz de Piedra para el día 22 de marzo a las 2 de la tarde en donde se lleva a cabo la misma actividad, contando con la participación de 26 madres lo equivalente al 50% de familias restantes para completar el 100%, a quienes se les realizó el mismo proceso de informarles sobre el proyecto a ejecutar con el apoyo de una de las participantes “agradeció por tomar en cuenta a su comunidad para ejecución del proyecto, y a la vez manifestando que ellas tenían varios años de no ser incluidas en ningún programa o proyecto social y que se encuentran con toda la disponibilidad de participar y apoyar”. Se logra la participación activa de 52 madres de familia en todas las

actividades del proyecto, convocando a dos grupos para cumplir los resultados esperados.

### **Identificación de fuentes de alimentos que cuentan las madres en su entorno.**

Se realiza con las madres de familia realiza la técnica de lluvia de ideas, para identificar las fuentes de alimentos que más consumen entre su grupo familiar, en donde se utilizó un cartel dividido en cuatro secciones mencionando carnes, hierbas, verduras y frutas, a lo cual se le llama también la Olla Nutricional, y se les cuestiona por medio de preguntas para conocer que platillos eran los que más realizan para alimentar a las familias; se logra constatar a las madres bien motivadas y participando en la realización de dicha técnica.

La actividad realizada es de importancia, pues como se sabe la canasta básica guatemalteca cada día va en aumento y las familias tienen ingresos inferiores para cubrir las necesidades primordiales como es la alimentación; es por tan situación que es importante que cada una de las madres aprenda a distinguir la fuente de los nutrientes primordiales para el organismo de una persona, es decir que no es necesario consumir alimentos con costos elevados, si existen diversidad de alimentos que les sustituyen.

Identificando lo que tienen en su entorno y haciendo conciencia a las madres de familia para el consumo adecuado se alcanza un aprovechamiento de los recursos de las comunidades y ayuda en su economía.

### **Resultado 2: Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de Seguridad Alimentaria**

#### **Diseñar Talleres de capacitación sobre la elaboración de recetas nutritivas para mujeres beneficiadas con programa de alimentos de Asociación Paz y bien.**

El día 13, 14 y 15 de febrero del año 2017 se realizó el diseño de cada taller y se agenda todo el desarrollo de los mismos. Se realiza todo el material de apoyo y la Búsqueda de información relacionada con los temas.

Como estudiante de trabajo social es importante capacitar a las madres de familia con diversos temas de Seguridad Alimentaria y Nutricional, para crear conciencia y sensibilización ante la problemática social encontrada “ la desnutrición”, para lograr prevenir un mal estado de salud nutricional en los niños de cada familia; como se sabe los niños son el futuro de un País, a quienes se les debe de dar mayor importancia en cada uno de los hogares, un niño mal alimentado ésta comprobado científicamente que no tendrá la capacidad para pensar, razonar, es decir estará limitado intelectualmente, con déficit en sus capacidades psicomotrices, emocionales, como consecuencia de la desnutrición crónica, aunado de una talla baja para la edad, éste problema será irreversible si a partir de cero a dos años se logra alimentar adecuadamente con una dieta saludable.

### **Gestionar insumos para talleres de capacitación**

Se logra la gestión con actores locales del Municipio, para la ejecución del proyecto, obteniendo el apoyo de:

- Transporte, (Policía Nacional Civil)
- Cañonera (Municipalidad de Quezaltepeque)
- Computadora y cámara digital (Estudiante de Trabajo Social)
- Hojas, lapiceros, marcadores (Aportación propia)
- Recurso Humano (Estudiante de Trabajo Social y EPS de Nutrición)

### **Recopilación y Realización de recetas que contengan los alimentos. Locales.**

Se identifican los alimentos locales de la Micro Región II y se inicia la recopilación de las recetas para realizar el Manual, se realiza la búsqueda de recetas fáciles y económicas acoplándolas con los alimentos locales, y se realizaron consultas con la EPS de Nutrición Lucia Urrutia en cantidades correspondientes de los ingredientes.

### **Desarrollo de taller, de “Higiene en la manipulación de los Alimentos”**

El 24 de febrero del año 2017, a las 8 de la mañana se inician los talleres sobre Seguridad Alimentaria y Nutricional, iniciando con el tema de “Higiene en la manipulación de Alimentos”, y como subtemas: Clasificación de los Alimentos, Tipos de

Contaminación, Prácticas de Higiene para cocinar alimentos; el cual es impartido por la estudiante de Trabajo Social; se da la bienvenida y se agradece a las madres de familia por su asistencia y participación, luego se procede a abordar el tema, en el desarrollo del mismo, se observa a las madres muy interesadas, y participativas, a pesar que es un tema que ya lo han escuchado, y que ellas misma manifiestan que lastimosamente no todas ponen en práctica. Posteriormente se realiza una práctica de lavado de manos, que es importante para reducir el número de bacterias y microorganismos en las manos al momento de cocinar los alimentos.

Se logra la sensibilización y concientización de las madres de familia en cuanto a la práctica de higiene en la manipulación de alimentos debido que es indispensable para asegurar que el ser humano no se enferme al consumir alimentos contaminados.

Para finalizar la participación a manera de evaluación se pasó un test con 5 preguntas sencillas, a lo cual después de realizar el consolidado se comprueba que el 75% de las madres asistentes les quedo clara la información, y el otro 25% si comprendieron el problema, pero por la limitante de no saber leer y escribir no se les proporcionó un escrito. Debido a este inconveniente se llega a la conclusión que para los próximos talleres se buscará otro mecanismo de evaluación.

A los agentes de la policía Nacional Civil se le brinda un espacio para la intervención de dos temas de importancia para las madres, “la Ruta de Denuncia y Violencia Intrafamiliar”, los temas impartidos por la PNC no eran actividades programadas, pero se consideró en ese momento que era de vital importancia la ejecución de los mismos, ya que son problemas sociales que toman mucho auge dentro de la Sociedad, y que debido al miedo, u otros factores se ha perdido, por ejemplo la cultura de denuncia; es por tal razón que se les proporcionó un espacio a los agentes para reducir o mitigar estos problemas y contribuir con ello al mejoramiento de la calidad de vida de la población en general.

Se obtuvo la participación de 52 madres de familia en el desarrollo de los temas anteriormente mencionados.

## **Realización del Taller “Qué es la Seguridad Alimentaria y Nutricional”**

Se realiza el taller con la presencia de 52 madres de familia, con el apoyo de la Srita. EPS de Nutrición de Paz y Bien. La reunión se programó para las 8 de la mañana, las participantes fueron llegando y se dio inicio a las 8:30 am, como primer punto se da la bienvenida y presentación de la Nutricionista, pues no había tenido la oportunidad de tener contacto directo con las madres, luego se procede al desarrollo del tema que es de suma importancia para que las madres tengan el conocimiento necesario, ellas manifestaban en su momento que ignoraban el tema de Seguridad Alimentaria, se mostraron muy participativas, pues en el taller realizaban preguntas sobre dudas que tenían, las cuales les fueron respondidas y aclaradas.

Para evaluar la comprensión del tema del primer taller se realizó un test, en ésta oportunidad se buscó otra técnica de evaluar, se llevó a cabo la lluvia de ideas para poder comprobar el porcentaje de madres que comprendieron el tema, en el desarrollo de dicha técnica se hacían preguntas y ellas respondían lo que aprendieron, y la estudiante de Trabajo Social anotaba en un cartel todo lo que las madres asistentes exponían; el 95% de las madres participaron en esta actividad de lluvia de ideas. Asimismo, se les proyectó un video en el transcurso de la capacitación acorde al tema del taller.

Se puede agregar que las madres de familia no tenían idea del tema de Seguridad Alimentaria y Nutricional; por lo cual se buscó una metodología adecuada para esta capacitación debido a la baja escolaridad de las madres; conocer el tema de Seguridad Alimentaria y Nutricional para proteger la salud de la población en general, previniendo enfermedades como la desnutrición y obesidad, así como otras enfermedades que afectan al no alimentarse sanamente.

El taller realizado se pudo observar a las participantes motivadas, pues era notorio el interés que tenían en aprender y empoderarse de nuevos conocimientos. En el mismo taller hubo intervención de la Policía Nacional Civil debido a que ellos quieren tener más acercamiento con las comunidades, en el cual desarrollaron los temas sobre “No me

dejo engañar por mis agresores y Maltrato de menores”, temas muy importantes para la Sociedad.

### **Taller de “Importancia de una alimentación saludable”.**

El día 10 de marzo del año 2017 La Estudiante de Trabajo Social desarrolla el tercer taller, con las madres de familia, participando 52, en el desarrollo del mismo se les hace énfasis en la importancia de una alimentación saludable para el buen desarrollo de sus integrantes.

Se realizaron dos dinámicas para evaluar el aprendizaje en el taller, una de ellas fue por medio de la llamada “papa caliente” en ésta se hicieron preguntas relacionadas con el tema impartido, la otra dinámica consistió en proporcionarle a participante periódicos y revistas, se hicieron dos grupos, uno de ellos tenía que identificar comidas saludables, y el otro grupo comidas no saludables, posteriormente cada grupo pegaban las figuras en un pliego de cartulina y explicaban cada cartel; Con ésta dinámica se logró la participación de todas las madres, y se observaron entretenidas en la búsqueda de las imágenes concernientes a Nutrición.

Como Estudiante de Trabajo Social, es importante intervenir en problemáticas de desnutrición, haciendo conciencia y sensibilizando a las madres con temas de Nutrición, pues ellas juegan un rol importante en sus familias, ya que son las encargadas de brindar alimentos sanos a la mesa.

En la capacitación se sensibiliza a las madres en cuanto a la importancia de la alimentación saludable para los integrantes de la familia, aprovechando principalmente los alimentos locales, y a la ingesta de nutrientes necesarios para el organismo, utilizando los recursos a su alcance también están contribuyendo a la economía de sus familias, pues algunas familias han perdido la cultura de consumo de los alimentos con los que cuentan, y los ven como alimentos no nutritivos, o prefieren venderlos para comprar comida chatarra y no consumirlos.

Se coordinó con el Ministerio de Agricultura Ganadería y Alimentación del Municipio, para la donación de semillas para el grupo de beneficiarias; entre las semillas donadas

están: acelga, rábano, chipilín, berenjena, ayote, para la implementación de huertos familiares.

También se imparte un tema muy importante “Implementación de Huertos Familiares” con el apoyo del Extensionista de Agricultura Familiar, MAGA del Municipio. Las madres de familia mostraron interés y se observaban motivadas al realizar la práctica de siembra de sus semillas. En el taller se logra un indicador de 100% de participación e impacto.

### **Taller “Conocimiento de alimentos de la Olla nutricional”.**

Se realizó el taller programado para el día 17 de marzo con una participación de 52 madres, iniciándose a las 8 de la mañana, en el cual se habló del tema la olla nutricional por medio de la proyección de diapositivas, en donde se les presentaron imágenes y exponiéndoles los puntos más importantes que ellas tienen que conocer; las madres mencionaban que sólo habían escuchado de la pirámide nutricional a grandes rasgos, y que la olla era nuevo para ellas, se aprovecha para hablarles un poco sobre el origen de la teoría de olla Nutricional de Guatemala, guía alimentaria del país, que se publicó en el año 1998 gracias al esfuerzo realizado por la Comisión Nacional de Guías Alimentarias (CONGA), con el apoyo técnico del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP), instituto que lidera la publicación de interpretaciones gráficas de los tipos de alimentos y de su frecuencia de consumo como herramientas de educación alimentaria para la población general de Centroamérica. Para adaptarse a las necesidades específicas de cada país, expertos profesionales y técnicos recurrieron a herramientas innovadoras y muy creativas, representando los grupos de alimentos en diversos formatos y dependiendo del país, desde la olla de la alimentación de Guatemala.

Las madres de familia conocieron la guía alimentaria de Guatemala que es la olla nutricional; para el 95% de ellas era un tema nuevo, pues no tenían conocimiento al respecto; con la capacitación se logra empoderar a cada una de ellas, se promovió una alimentación saludable para prevenir problemas de malnutrición por déficit o excesos en la población de la micro región II.

En el mismo espacio del taller se llevó a cabo una charla sobre Higiene Bucal impartida por el Dentista de Paz Y Bien, realizando también una campaña de fluorización.

En el desarrollo de los talleres realizados en la ,Micro Región II las madres de familia asisten con sus niños en edades comprendidas de 2 años en adelante, debido a que los demás hijos estudian o trabajan; aproximadamente el 75% de las madres participantes son jóvenes; la mayoría de las reuniones se programaron en el centro de convergencia, ya que a la mayoría se les hacía accesible, pero debido a la incomodidad de asistir con sus niños en brazos, pues sus esposos salían a trabajar al campo, siempre se contó con la participación activa de las mismas.

### **Resultado 3: Elaboración de un manual de recetas nutritivas para las Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula**

#### **Clasificar y ordenar los materiales de acuerdo a la estructura del Manual.**

El día 19 de marzo con el apoyo de La EPS de Nutrición de Paz y Bien se clasificaron materiales y recetas para realización del manual. Se tomó en cuenta la información sobre los alimentos que más consumen y producen en la Región II, información que se obtuvo en una de las reuniones con las madres, y las recetas que ya se habían recopilado con las cantidades correspondientes de los ingredientes, proporcionado por La EPS de nutrición y la redacción del mismo por La estudiante de Trabajo Social.

#### **Elaboración de manual de recetas nutritivas con los alimentos Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.**

Se buscó el apoyo de un Diseñador Gráfico para ultimar detalles del diseño del Manual, realizando dos reuniones con La Estudiante de Trabajo Social, los días 20 y 21; se le comentó de la idea del diseño del manual, para así El Diseñador saber cómo se quería el formato; cada una de las recetas lleva imágenes de los ingredientes para que sea más fácil la comprensión de las madres de familia, máxime para aquellas madres que no saben leer.

Las recetas que contiene el manual son las siguientes:

- Torta de berenjena y Hierba Mora
- Empanaditas de Chipilín y queso
- Tortitas de hierba Mora
- Garnachas de Chipilín
- Chilaquillas de berenjena con chipilín y queso
- Tortitas de papa y Chipilín
- Salsa de tomate silvestre
- Salsa de tomate y zanahoria
- Refresco de Mango y Hierba Buena

Se incluyeron plantas nativas en las recetas debido a que aportan un valor nutricional alto y se tiene la ventaja que se cultivan en la comunidad. Esto se realiza con el fin de brindar una herramienta saludable a las madres de familia la cual es de mucha utilidad porque ayuda a romper el círculo vicioso de desnutrición que sufre la población.(ver Anexo1)

### **Reuniones con personeros de Asociación Paz y Bien y APAR para dar a conocer el manual.**

El día 24 de marzo del año 2017 se realizó la reunión con personeros de Asociación Paz Y Bien, participando la Trabajadora Social, EPS de Nutrición y dos EPS de Trabajo Social de la Universidad Mariano Gálvez y El Sr. encargado de comunicación. Se realiza la presentación del manual y se reciben comentarios positivos de los presentes, una Señorita EPS comentaba “que es de vital importancia que a las madres de familia se les proporcione el manual de recetas, para que las puedan poner en práctica en sus hogares, ya que son nutritivas y económicas con alimentos que se tienen al alcance”.

### **Reunión con madres usuarias del programa de alimentos de la Micro-región II, donde se da a conocer el Manual de recetas nutritivas.**

El 31 de marzo del año 2017 se convocó a una reunión a las madres que asistían a las capacitaciones, en donde se les comentó sobre el objetivo y utilidad del manual de recetas nutritivas para sus familias. Se puede agregar algo muy importante, en cuanto al comentario de una de las usuarias, quién ha participado en todos los talleres, en donde manifiesta un profundo agradecimiento a la Estudiante de Trabajo Social por

tomarlas en cuenta en la ejecución del proyecto ya que tendrán un guía para preparar recetas con aporte nutricional para los integrantes de la familia, con alimentos locales.

La estudiante de Trabajo Social antes de realizar la entrega del manual les explico a cada una de las beneficiarias sobre el contenido de las recetas, para que así las madres no tengan ninguna duda al momento de utilizarlo y sea aprovechado al máximo.

### **Forma de entrega del Manual con las madres de familia**

El día lunes 10 de abril, siendo las 8 de la mañana, en una reunión sostenida con las madres beneficiarias del proyecto, se hicieron entrega de 52 manuales, que fueron revisados y aprobados por las mismas; en dicha reunión se programa una próxima asamblea para la realización de las demostraciones de recetas priorizadas para elaborar.

### **Demostración de recetas del Manual**

Se procede a la realización de las demostraciones de las recetas priorizadas por las madres, a cargo de la Estudiante de Trabajo Social, como respuesta al problema identificado **“poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia”**. Es importante que los miembros de la familia, sobre todo los niños que son los más vulnerables consuman alimentos que contengan alto contenido de nutrientes para un buen funcionamiento del organismo, y obtener la energía necesaria para poder vivir y desarrollarse tanto física como intelectualmente; ya que la mayoría de las madres de familia preparan diversidad de recetas de una manera tradicional y en muchas ocasiones éstas no aportan muchos nutrientes, debido a la escasez de conocimiento para prepararlas. A continuación, se listan las diferentes demostraciones en la preparación de las recetas del manual.

a) El día 17 de abril se inició con las demostraciones de las recetas; la dinámica fue la siguiente: Se realizó la práctica en la casa de una de las participantes, cada una de las madres colaboró con un leño, y apoyó con una tabla para picar, un cuchillo, un delantal o gabacha para la realización de 2 recetas “Tortitas de Hierba Mora y Tortitas de Papa

con chipilín”, logrando la asistencia de 30 madres de familia, quienes se mostraron muy atentas y participativas.

b) El día 21 se realiza una segunda reunión con el grupo de beneficiarias, en el Centro de Convergencia, aprovechando la disponibilidad de hornillas de adobe, en donde se realizan dos recetas nutritivas a base de plantas nativas “tortitas de Hierba mora y Garnachas de Chipilín” logrando así la participación activa de las mismas.

c) El 24 de abril del año 2017, siendo las 8 de la mañana se realiza, una tercera demostración de 2 recetas nutritivas, “Torta de berenjena con hierba mora, y empanadas de chipilín y queso” con el grupo de beneficiarias del Común, quienes se observaron muy motivadas al momento de la demostración.

d) Se realizó una última demostración de 2 recetas nutritivas “tortitas de papa y torta de berenjena con Hierba Mora” en casa de una madre beneficiaria.

En el desarrollo de las demostraciones, como primera instancia se practicaron las normas de higiene como la técnica correcta del lavado de manos, higiene en la manipulación de los alimentos, y limpieza del área de la cocina etc. Se realizó una práctica de elaboración de cloro artesanal para que ellas tengan más opciones económicas para desinfectar sus frutas, verduras u otros. Posteriormente se procede a hablarles sobre el valor nutricional que aportan los alimentos que se iban a preparar y por último se les enseñó a preparar las diferentes recetas, de una manera muy explicativa para la comprensión de las mismas.

### III. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La problemática de la Desnutrición que se ha venido presentando a causa de una mala alimentación, es de vital importancia poder mitigarla a través de la Intervención del Trabajo Social, se constituye en un problema que afecta a la Sociedad, pues como menciona Colombo Sícoli, (2007), que es una de las profesiones que produce sus prácticas, principalmente, en la vida cotidiana de los sujetos con los que actúa. Conoce, comprende e interpreta a partir de ese entramado social, la visión del mundo y la realidad que tienen los propios sujetos con los que interactúa, a través de una metodología y técnicas propias que, si bien no son privativas ni excluyentes de otros campos disciplinares, el trabajador social las profundiza en su operatividad y a través del marco axiológico que sostiene.

Este proyecto va dirigido a las madres de familia, debido a que son un ente importante en la vida de la sociedad.

Las madres de familia juegan un papel importante en la nutrición familiar, pues son las que velan por la preparación de los alimentos de su familia.

#### **Resultados:**

#### **Resultado 1: Aprovechamiento e identificación de los alimentos locales de la Micro-región II del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula.**

Es importante que las madres de familia identifiquen las fuentes de los diferentes nutrientes en los alimentos, para lograr el aprovechamiento biológico.

Las actividades realizadas para el cumplimiento de los objetivos, dieron como resultado el éxito total, pues se logró la participación activa de las madres beneficiarias, y se logró identificar una diversidad de alimentos locales que las familias pueden aprovechar.

Como señala Firpo, G. (2009), los alimentos contienen mezclas de sustancias químicas conocidas como principios nutritivos. La gran variedad de alimentos está formada por pocos compuestos químicos: Hidratos de carbono, proteínas, grasas, sales minerales, vitaminas y agua. El consumo de alimentos biológicos hace que la agricultura biológica

se extienda y, además de cuidar nuestra salud y el medio, mantiene la cultura y tradición campesina con un sustento económico independiente.

Por eso se les hace conciencia a las madres de familia para que consuman alimentos nativos de la región para que se aprovechen todo tipo de nutrientes que contienen.

## **Resultado 2: Madres de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula capacitadas con diferentes temas de Seguridad Alimentaria y Nutricional**

Para el alcance de este resultado se llevaron a cabo varios talleres y Capacitaciones con las 52 madres beneficiarias del proyecto.

El escritor Yoldi, (2007) agrega que La olla de Guatemala, es una guía alimentaria del país, se publicó en el año 1998 gracias al esfuerzo realizado por la Comisión Nacional de Guías Alimentarias. Con el fin de adaptarse a las necesidades específicas de cada país, expertos profesionales y técnicos recurrieron a herramientas innovadoras y muy creativas, representando los grupos de alimentos en diversos formatos y dependiendo del país, desde la olla de la alimentación de Guatemala.

Tomando en cuenta lo que expone el escritor antes mencionado se abordó el tema de la Seguridad Alimentaria y Nutricional, utilizando también la exposición de la Olla Nutricional para que las madres tengan más conocimiento, por medio de una capacitación y la proyección de videos para una mejor comprensión.

Según el Instituto Nutricional de Centro América y Panamá (INCAP) y basado en las Cumbres Presidenciales de Centro América SICA, (2002), la **Seguridad Alimentaria y Nutricional** "es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo".

Los pilares de la seguridad alimentaria nutricional son: **Disponibilidad de alimentos, el acceso a los alimentos, el consumo de alimentos, y la Utilización o aprovechamiento biológico de los alimentos.**

Se les habló en los diferentes talleres de los tipos de desnutrición que tanto están afectando especialmente a los niños, La desnutrición moderada, aguda y crónica, exponiéndoles causas y consecuencias.

La constante participación de las madres beneficiarias fue el éxito para cumplir los objetivos propuestos y lograr los resultados deseados, planteados por La Estudiante de Trabajo Social.

### **Resultado 3: Elaboración de un manual de recetas nutritivas para las Madres de familia de la Micro-región II usuarias del programa de alimentos de Asociación Paz y Bien del municipio de Quezaltepeque, Chiquimula**

La propuesta del proyecto como uno de los objetivos, consistía en la implementación de un manual de recetas nutritivas para las madres de familia del Micro Región II, tomando en consideración el problema principal **“Poco conocimiento de parte de las mujeres en la preparación de alimentos nutritivos para su familia”**.

Se elabora un manual que incluye 14 recetas nutritivas, con explicaciones para el lavado de manos y formas de desinfectar los alimentos. Se realizaron diversas prácticas que se incluyen en el manual y se capacitó a las madres sobre el uso adecuado del mismo. La finalidad es que las 52 madres de familia beneficiarias logren utilizar el manual al momento de preparar los diferentes platillos nutricionales que en él se encuentran y con ello que sus hijos obtengan una alimentación sana y oportuna. La Organización Mundial de la Salud, informa en uno de sus artículos que una dieta saludable ayuda a protegerse de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.

Los hábitos alimentarios sanos comienzan en los primeros años de vida. La lactancia materna favorece el crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo; además, puede proporcionar beneficios a largo plazo, como la reducción del riesgo de presentar sobrepeso y obesidad y de sufrir enfermedades no transmisibles en etapas posteriores de la vida.

Es importante fomentar una alimentación saludable así se contribuye a combatir enfermedades. Cada uno de los resultados se lograron en un 100% todo esto se realizó gracias a la participación de las madres de familia y a varios actores los cuales apoyaron de alguna manera en la ejecución del proyecto. Cada una de las actividades que se habían propuesto se cumplieron a cabalidad en el tiempo establecido.

## **IV. PLAN DE SOSTENIBILIDAD**

### **1. Introducción**

El Plan de sostenibilidad es un instrumento que se utiliza para continuar con el seguimiento a las acciones que se inician durante el proceso de Práctica Profesional Supervisada, con el principal objetivo de continuar con acciones prácticas y estratégicas que coadyuven a los resultados del proyecto.

### **2. Justificación**

La sostenibilidad es importante debido a que continua con el proceso para lograr en el medio y largo plazo mayor efectividad o impacto del proyecto; razón por la cual es recomendable continuar las acciones especialmente estratégicas que permitan mejorar la condición y posición de las madres de familia, o cual contribuye a su empoderamiento en la ejecución de las actividades del proyecto.

El presente plan tiene como propósito dar seguimiento al proyecto en la micro-región II. Para la elaboración del mismo, se toma en cuenta el interés de Asociación Paz y Bien para continuar fortaleciendo los procesos educativos relacionados a la Seguridad Alimentaria y Nutricional en las comunidades, contando con la participación real por parte de los involucrados. Se espera seguir con los talleres y capacitaciones a estos grupos; así como la coordinación de actividades con la red de actores.

### **3. Objetivos**

#### **3.1. Objetivo general**

Generar cambios cuantitativos en el comportamiento de las madres de familia para la práctica de las normas de higiene al momento de la realización de las recetas nutritivas a su familia.

### **3.2. Objetivos específicos:**

**3.2.1.** Ampliar los conocimientos de las madres de familia en el tema de Seguridad Alimentaria y Nutricional.

**3.2.2.** Concientizar a las madres de familia sobre la importancia de las buenas prácticas de higiene dentro del hogar.

### **4. Resultados**

- **Resultado 1:** Dar seguimiento a los procesos de capacitación en temas de Seguridad Alimentaria Nutricional.
- **Resultado 2:** Mejorar las prácticas de alimentación y nutrición mediante sesiones demostrativas, con preparaciones de alimentos incluidas en el Manual de Recetas Nutritivas.
- **Resultado 3:** Sensibilizar a las autoridades locales, organizaciones sociales sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo de la comunidad.

### **5. Actividades**

#### **Actividades del resultado 1.**

- Convocar a reunión a las madres de familia de la micro-región II para informarles la continuación del proceso.
- Impartir talleres sobre Seguridad Alimentaria y Nutricional.

#### **Actividades del resultado 2.**

- Realizar demostraciones con recetas que están incluidas en el manual y tratar de recopilar más.
- Desarrollar talleres sobre prácticas de higiene dentro del hogar.

### **Actividad del resultado 3.**

- Reuniones para coordinar actividades con autoridades u organizaciones sociales que se enfoquen en la nutrición de las comunidades.
- Involucrar a las autoridades para que apoyen en los diferentes talleres que se impartirán, brindado por personas especialistas en los temas.

## 6. Matriz de acciones del plan de sostenibilidad

**Tabla 16. Matriz de acciones del plan de sostenibilidad.**

Resultado.	Acción.	Responsable.	Fecha.	Indicador.
<b>Resultado 1:</b> Dar seguimiento a los procesos de capacitación en temas de seguridad Alimentaria	<b>1.1</b> Convocar a reunión a las madres de familia de la micro-región II para informarles que se continuara con proceso.	Trabajadora Social.	Mes de Julio	Las 52 madres de familia asisten a la primera reunión de convocatoria en el mes de julio.
	<b>1.2</b> Impartir talleres sobre Seguridad Alimentaria Nutricional.	Nutricionista, Trabajadora Social y Psicóloga de Paz y Bien.	Meses de Julio a agosto	5 talleres de Seguridad Alimentaria realizados para finales del mes de agosto
<b>Resultado 2:</b> Mejorar las prácticas de alimentación y nutrición mediante sesiones demostrativas, con preparaciones de alimentos incluidas en el Manual de Recetas Nutritivas.	<b>2.1</b> Realizar demostraciones con recetas que están incluidas en el manual y tratar de recopilar más.	Nutricionista y Chef de Paz y Bien	Meses de Agosto a noviembre	Las 55 madres de familia participaron en las demostraciones de recetas y aprendieron nuevas técnicas de cocina y realizando buenas prácticas de higiene en el hogar.
	<b>2.2</b> Desarrollar talleres sobre prácticas de Higiene.	Nutricionista de Paz Y bien Trabajadora Social.	Meses de Agosto a noviembre	
<b>Resultado 3:</b> Sensibilizar a las autoridades locales, organizaciones sociales de base, sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo de la comunidad.	<b>3.1</b> Reuniones para coordinar actividades con autoridades u organizaciones sociales que se enfoquen en la nutrición de las comunidades.	Administrador, Trabajadora Social y Psicóloga de Paz y Bien.	Mes de junio	Se logró la coordinación con varias organizaciones sociales que velan por la nutrición comunitaria a mediados del mes de julio
	<b>3.2</b> Que organizaciones apoyen a los diferentes talleres que se darán brindando personas especialistas en los temas	Administrador, Trabajadora Social y Psicóloga de Paz y Bien.	Mes de Junio	Las organizaciones brindaron especialistas en los temas de interés para llevar a cabo los 5 talleres.

Fuente: Elaboración propia (2,017)

## V. CONCLUSIONES

1. Se imparten talleres relacionados a los hábitos y procedimientos para la preparación de alimentos, con lo cual se fortalecen las capacidades y destrezas para combatir los problemas nutricionales que afectan a las familias de la micro- región II.
2. Se concientiza a las madres de familia sobre la importancia del consumo de los alimentos locales, y con ello lograr el aprovechamiento biológico para las familias de la Micro Región II del municipio de Quezaltepeque.
3. La entrega del manual de recetas nutritivas proporciona a las madres de familia los conocimientos y técnicas en la preparación de alimentos, y con ello mitigar los índices de desnutrición en el Municipio.
4. Se logra la participación activa de las 52 madres de familia usuarias del programa de alimentos de Paz y Bien, el cual equivalente al 100%, en la ejecución del proyecto.
5. La intervención del Profesional en Trabajo Social en la problemática de la desnutrición, es de vital importancia, porque conlleva realizar acciones estratégicas en educación, concientización y sensibilización a madres de familia, a través de la promoción para la optimización de los alimentos locales, analizando los servicios básicos con los que cuenta la comunidad.

## **VI. RECOMENDACIONES**

1. Que las madres de familia adopten y ejerciten hábitos nutricionales que adquirieron en la ejecución del proyecto y continuar con la participación activa y de calidad de los diferentes talleres o procesos de formación que se le inviten por parte de la Asociación.
2. Que los niños hijos de las madres beneficiarias de la micro región II, consuman los alimentos locales y que las madres de familias establezcan huertos familiares en sus hogares.
3. Que las madres de familia aprovechen al máximo el contenido de las recetas, además de sustituir los ingredientes que no encuentren por otros de igual o mayor valor nutritivo para dar a su familia alimentos sanos, aprovechando compartir la experiencia con otras familias, y con ello contribuir en la proyección de hábitos que contribuyan mitigar los índices de desnutrición
4. Que la Trabajadora Social de la Asociación Paz y Bien brinde el seguimiento al grupo de mujeres beneficiarias del proyecto, con el propósito de verificar y/o afianzar las buenas prácticas de los hábitos alimenticios en las familias.
5. A la Asociación Paz y Bien, conformar equipos interdisciplinarios que permitan incidir en la búsqueda de soluciones a problemas complejos, es decir, con base a la naturaleza de la problemática diagnosticada sea de carácter social, económico, cultural, educativo, de salud, entre otros; con lo cual se contribuya al mejoramiento de la calidad de vida de la población vulnerable.

## **VII. MARCO TEÓRICO**

### **a) Alimentos**

El Escritor Firpo, (2009), agrega acerca de los alimentos que contienen mezclas de sustancias químicas conocidas como principios nutritivos. Estas sustancias, al ser incorporadas, se emplean para obtener energía, formar y reparar los tejidos del organismo y regular algunas funciones del mismo. La gran variedad de alimentos está formada por pocos compuestos químicos: Hidratos de carbono, proteínas, grasas, sales minerales, vitaminas y agua.

### **Por qué son más sanos los alimentos biológicos**

Los alimentos biológicos son más sanos principalmente porque en su cultivo se realiza mediante la agricultura ecológica, que no utiliza químicos de síntesis para eliminar insectos, plagas o malas hierbas en el terreno, acelerar el crecimiento, etc. De estos productos sabemos hace tiempo que no son inocuos, especialmente para los más pequeños y, pese a las pocas dosis, el efecto acumulativo puede contribuir a la aparición de enfermedades, incluso graves. Y lo que es peor no se sabe a ciencia cierta el efecto de estos elementos a largo plazo. (Firpo, 2009).

### **b) Nutrición**

La Organización Mundial de la Salud, (2016) informa en uno de sus artículos que “La nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición es un elemento fundamental de la buena salud. Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad.

### **c) Desnutrición**

Según documento virtual de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Conceptos Básicos, (2002) y Conceptos Estrechamente Ligados a la SAN relata lo siguiente:

El estado patológico resultante de una dieta deficiente en uno o varios nutrientes esenciales o de una mala asimilación de los alimentos. La palabra desnutrición señala

toda pérdida anormal de peso del organismo, desde la más ligera hasta la más grave, sin prejuzgar en sí, de lo avanzado del mal, pues igualmente se llama desnutrido a un niño que ha perdido el 15% de su peso, que al que ha perdido 60% o más, relacionando estos datos siempre al peso que le corresponde tener para una edad determinada, según las constantes conocidas.

La desnutrición puede ser un trastorno inicial único, con todo el variado cortejo sintomático de sus distintos grados o puede aparecer secundariamente como síndrome injertado a lo largo de padecimientos infecciosos o de otra índole y, entonces sus síntomas y manifestaciones son más localizados y precisos.

Hay tres tipos:

- **Desnutrición aguda:** Deficiencia de peso por altura (P/A). Delgadez extrema. Resulta de una pérdida de peso asociada con periodos recientes de hambruna o enfermedad que se desarrolla muy rápidamente y es limitada en el tiempo.
- **Desnutrición crónica:** Retardo de altura para la edad (A/E). Asociada normalmente a situaciones de pobreza, y relacionada con dificultades de aprendizaje y menos desempeño económico.
- **Desnutrición global:** Deficiencia de peso para la edad. Insuficiencia ponderal. Índice compuesto de los anteriores ( $P/A \times A/E = P/E$ ) que se usa para dar seguimiento a los Objetivos del Milenio.

#### **d) Pobreza**

Pobreza general o pobreza relativa. El PNUD la define como “falta del ingreso necesario para satisfacer las necesidades esenciales no alimentarias como el vestuario, la energía y la vivienda, así como las necesidades alimentarias. Para el Banco Mundial, la pobreza es “vivir con menos de 2,5 USD al día”

#### **e) Pobreza extrema**

Pobreza absoluta o indigencia. El PNUD la define como “falta del ingreso necesario para satisfacer las necesidades básicas de alimentos, que se suele definir sobre la base

de las necesidades mínimas de calorías”. Según el Banco Mundial “pobres extremos son los que viven con menos de 1,25 USD al día”.

#### **f) Inseguridad Alimentaria**

Según documento virtual de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Conceptos Básicos en el (2002) relata lo siguiente:

La Inseguridad Alimentaria es un concepto mucho más amplio que engloba a todos los anteriores, íntimamente relacionado con la vulnerabilidad, y que se puede definir como “la probabilidad de una disminución drástica del acceso a los alimentos o de los niveles de consumo, debido a riesgos ambientales o sociales, o a una reducida capacidad de respuesta”.

#### **g) Trabajo Social e intervención en la desnutrición**

El Trabajo Social investiga sobre problemáticas de tipo social, desde allí realiza diagnósticos donde se describen y jerarquizan situaciones que permiten plantear acciones para pensarse cambios sociales, por medio del desarrollo de actividades individuales, grupales y comunitarias que posibiliten la acción interdisciplinaria enfocada a la disminución de problemas sociales (Ander-Egg, 1982).

Para la disciplina, es pertinente el abordaje de la problemática de la desnutrición con énfasis en las costumbres alimentarias de las familias con niños y niñas en primera infancia, esto con el propósito de comprender cómo desde la dinámica familiar se puede conocer la forma de obtención, preparación y consumo de los alimentos; qué construcción realiza la familia con respecto al desarrollo y crecimiento de sus hijos; y qué impacto tiene sobre la salud y la calidad de vida de las personas. La afectación de la desnutrición en el desarrollo de los niños y niñas en los primeros años de vida, implica riesgos de muerte durante su ciclo vital y las posibilidades de tener enfermedades graves, limitando la capacidad del aprendizaje (Manrique & Salazar, 2011).

El trabajo social es una de las profesiones que produce sus prácticas, principalmente, en la vida cotidiana de los sujetos con los que actúa. Conoce, comprende e interpreta a partir de ese entramado social, la visión del mundo y la realidad que tienen los propios sujetos con los que interactúa, a través de una metodología y técnicas propias que, si bien no son privativas ni excluyentes de otros campos disciplinares, el trabajador social las profundiza en su operatividad y a través del marco axiológico que sostiene. (Colombo, Feduci, Sícoli, Vega, 2007).

#### **h) Olla Nutricional**

El Escritor Yoldi, G. agrega lo siguiente:

La olla de Guatemala, guía alimentaria del país, se publicó en el año 1998 gracias al esfuerzo realizado por la Comisión Nacional de Guías Alimentarias, con el apoyo técnico del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, instituto que lidera la publicación de interpretaciones gráficas de los tipos de alimentos y de su frecuencia de consumo como herramientas de educación alimentaria para la población general de Centroamérica.

Para adaptarse a las necesidades específicas de cada país, expertos profesionales y técnicos recurrieron a herramientas innovadoras y muy creativas, representando los grupos de alimentos en diversos formatos y dependiendo del país, desde la olla de la alimentación de Guatemala al plato del buen comer de México o el círculo de alimentos de Costa Rica. El objetivo de todas ellas es guiar a la población de distintas nacionalidades para decidir intuitivamente qué tipos de alimentos debe llevar a la mesa familiar para completar las recomendaciones nutricionales.

#### **Una guía adaptada al país**

La mayoría de la población guatemalteca sufre trastornos nutricionales debido a la falta de una alimentación adecuada, tanto en calidad como en cantidad. Estos problemas se relacionan con una alimentación monótona, escasa, y baja en el consumo de alimentos ricos en vitamina A y hierro. Esto implica que exista una alta prevalencia de

desnutrición, anemia, enfermedades infecto-contagiosas y, en menor grado, problemas de la vista.

La olla de la alimentación guatemalteca se adapta a las necesidades especiales del país, como la falta de una alimentación adecuada, tanto en cantidad como en calidad

Por otro lado, existe otro grupo de población que, por exceso de alimentación, son obesos y, como consecuencia, padecen de enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión y enfermedades del corazón. La olla de la alimentación de Guatemala va dirigida a toda esta población de riesgo, así como a la familia, entendida como población sana mayor de dos años de edad. La olla se acompaña de mensajes orientados tanto a la reducción del riesgo de desarrollar enfermedades crónicas (obesidad o diabetes, por ejemplo) como a la prevención de deficiencias nutricionales.

#### **i) Pilares seguridad Alimentaria**

La Organización Mundial de la Salud, según el Decreto 32-2005 de Guatemala que se refiere a la seguridad alimentaria nutricional se define como el derecho a tener acceso físico, económico y social, oportuno y permanente, a una alimentación adecuada en cantidad y calidad, con pertinencia cultural, preferiblemente de origen nacional, así como a su adecuado aprovechamiento biológico, para mantener una vida saludable y activa, sin discriminación de raza, etnia, color, género, idioma, edad, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social.

Según el Instituto Nutricional de Centro América y Panamá (INCAP) y basado en las Cumbres Presidenciales de Centro América SICA, (2002), la **Seguridad Alimentaria y Nutricional** "es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo". Los pilares de la seguridad alimentaria nutricional son:

- **Disponibilidad de alimentos**, es decir el suministro adecuado de alimentos a escala nacional, regional o local. Las fuentes de suministro pueden ser la producción familiar o comercial, las reservas de alimentos, las importaciones, y la asistencia alimentaria.
- **El acceso a los alimentos**, que puede ser acceso económico, físico o cultural, existiendo diferentes posibilidades para favorecer el acceso a los alimentos, siendo estos; el empleo, el intercambio de servicios, el trueque, crédito, remesas, vínculos de apoyo familiar, o comunitario existentes.
- **El consumo de alimentos**, principalmente influido por las creencias, percepciones, conocimientos y prácticas relacionados con la alimentación y nutrición, donde la educación y cultura juegan un papel importante.
- **Utilización o aprovechamiento** biológico de los alimentos a nivel individual o a nivel de población.

Entre los factores de riesgo asociados a una inadecuada utilización biológica están: la morbilidad, especialmente enfermedades infecciosas (gastrointestinales y respiratorias); falta de acceso a servicios de salud; falta de acceso a servicios básicos de agua potable y saneamiento básico; falta de prácticas y conocimientos adecuados sobre cuidado materno infantil; prácticas inadecuadas de preparación, conservación, higiene y manipulación de los alimentos.

## **j) Desarrollo local**

Sanchis J. (2016), describe al Desarrollo Local como:

Se basa en la identificación y aprovechamiento de los recursos y potencialidades endógenas de una comunidad, barrio o ciudad. Se consideran potencialidades endógenas de cada territorio a factores económicos y no económicos, entre estos últimos: los recursos sociales, culturales, históricos, institucionales, paisajísticos, etc. Todos factores también decisivos en el proceso de desarrollo económico local.

El desarrollo local puede ser considerado como un intento “de abajo hacia arriba” de los actores locales por “mejorar los ingresos, las oportunidades de empleo y la calidad de

vida en sus localidades como respuesta a las fallas de los mercados y las políticas del gobierno nacional en proveer lo que se necesita, particularmente en zonas subdesarrolladas o que atraviesan por una etapa de ajuste estructural.”

### **k) Alimentación Sana**

La Organización Mundial de la Salud, (2015) informó que: una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.

Las dietas insalubres y la falta de actividad física están entre los principales factores de riesgo para la salud en todo el mundo.

Los hábitos alimentarios sanos comienzan en los primeros años de vida. La lactancia materna favorece el crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo; además, puede proporcionar beneficios a largo plazo, como la reducción del riesgo de presentar sobrepeso y obesidad y de sufrir enfermedades no transmisibles en etapas posteriores de la vida.

### **Frutas, verduras y hortalizas**

Comer al menos cinco piezas o porciones (o 400 g) de frutas y verduras al día reduce el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles (2) y ayuda a garantizar una ingesta diaria suficiente de fibra dietética.

Con el fin de mejorar el consumo de frutas y verduras se puede:

- incluir verduras en todas las comidas;
- comer frutas frescas y verduras crudas como aperitivos;
- comer frutas y verduras frescas de temporada;
- comer una selección variada de frutas y verduras.

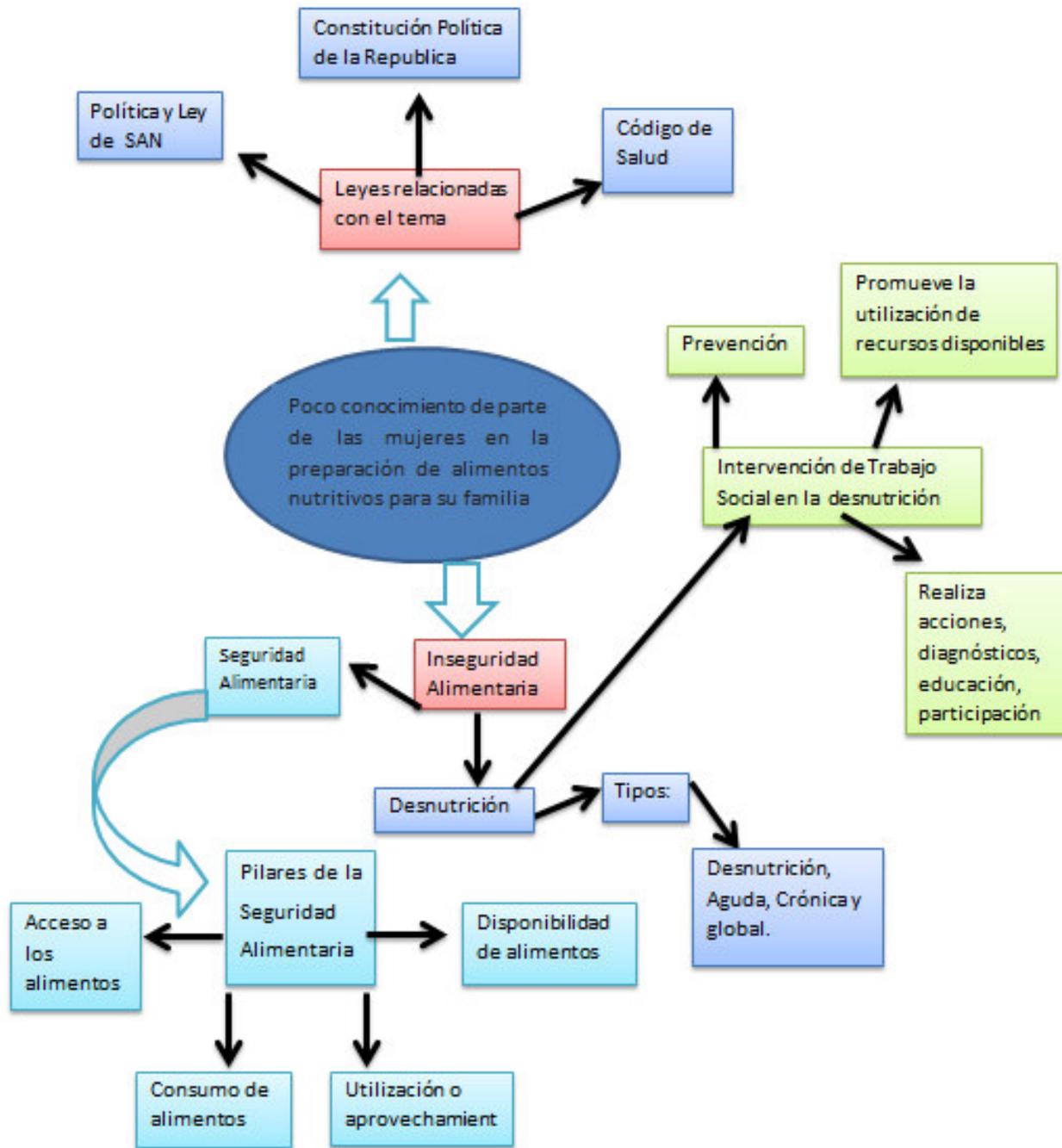
## **I) Índice de Desarrollo Humano**

PNUD, (2016) en su informe Nacional de Desarrollo Humano Guatemala menciona que: el Índice de Desarrollo Humano (IDH) se creó para hacer hincapié en que la ampliación de las oportunidades de las personas debería ser el criterio más importante para evaluar los resultados en materia de desarrollo. El crecimiento económico es un medio que contribuye a ese proceso, pero no es un objetivo en sí mismo.

El IDH mide el progreso conseguido por un país en tres dimensiones básicas del desarrollo humano: disfrutar de una vida larga y saludable, acceso a educación y nivel de vida digno.

# 1. Marco conceptual

Figura 2. Mapa Conceptual



## **2. Marco legal**

### **• Constitución Política de la República de Guatemala**

Se cita en la Constitución Política de la República de Guatemala porque el Estado es el que tiene la obligación de velar por la salud y alimentación de todos los habitantes sin tener discriminación de cualquier índole como se explica en el artículo 99 de la Constitución Política de Guatemala.

El Artículo 99 de la Constitución Política de Guatemala, “indica que el Estado velará porque la alimentación y nutrición de la población reúna los requisitos mínimos de salud. Las instituciones especializadas del Estado deberán coordinar sus acciones entre sí o con organismos internacionales dedicados a la salud, para lograr un sistema alimentario nacional efectivo”.

El Estado es el encargado de velar por la por el derecho de la alimentación que es fundamental para poder vivir.

Por mandato constitucional todas y todos los guatemaltecos tienen derecho a una alimentación y nutrición dignas, basadas en la disponibilidad suficiente de alimentos en cantidad y calidad, dentro de un marco de condiciones socioeconómicas y políticas, que les permitan su acceso físico, económico y social, y su adecuado aprovechamiento biológico.

### **• Congreso de la República (1990). Decreto Ley 90-97, Código de Salud**

Artículo 4. Obligación del estado.

El Estado, en cumplimiento de su obligación de velar por la salud de los habitantes y manteniendo los principios de equidad, solidaridad y subsidiaridad, desarrollará a través del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social y en coordinación con las instituciones estatales, entidades descentralizadas y autónomas, comunidades organizadas y privadas, acciones de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de la salud, así como las complementarias pertinentes, a fin de procurar a los guatemaltecos el más completo bienestar físico, mental y social. Con esta finalidad, el Estado, a través del Ministerio de Salud Pública y demás instituciones públicas,

velará porque se garantice la prestación del servicio de salud a toda persona guatemalteca, en forma gratuita.

El Código de Salud establece las responsabilidades del sector salud que incluye organismos e instituciones públicas centralizadas y descentralizadas también las funciones que tiene que tener el Ministerios de Salud pública y asistencia Social, como sabemos cómo guatemaltecos tenemos derecho a la salud. También tiene toda la potestad para la creación de políticas de salud para brindar mejores servicios a los ciudadanos. Tiene que monitorear el trabajo que hacen lo promotores que tengan de Salud para ver si están cumpliendo con objetivos planteados que tiene que alcanzar.

#### • **Gobierno de Guatemala (1997). Políticas de Seguridad Alimentaria y Nutricional**

El propósito de la política es la coordinación del sector para garantizar una Seguridad Alimentaria Nutricional recordando que todos los guatemaltecos tenemos derecho a una alimentación adecuada, lastimosamente en Guatemala no se cumple este derecho. Con la problemática de Seguridad Alimentaria y Nutricional que ha afectado a Guatemala durante mucho tiempo, como país nos vemos actualmente en una situación adversa. Hoy en día se escucha mucho de este tema.

Esta política trata de generar oportunidades de ingreso de las personas para que puedan contar con recurso económico para poder comprar la alimentación básica. También trata que el mercado establezca los precios de la canasta básica, que se acoplen al salario mínimo de las personas. Ésta política respalda la ejecución del proyecto.

## VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ander-Egg, E. (1982). *Hacia una metodología de Trabajo Social*. Buenos Aires. Ed. Ecro.
2. Asamblea Nacional Constituyente (1985). *Acuerdo legislativo No. 18-93*. Constitución política de la República de Guatemala.
3. Asociación Paz y Bien ONGD (2010). *Memoria Asociación Paz y Bien ONGD Cooperación Internacional en Guatemala*
4. Asociación Paz y Bien ONGD (2015). *Memoria Asociación Paz y Bien ONGD Cooperación Internacional en Guatemala*
5. Congreso de la República de Guatemala (1997). *Decreto N° 90- 97*. Código de Salud.
6. Firpo, G. (2009). *¿Qué son los alimentos?* Recuperado de <http://www.sanar.org/alimentos>
7. Gobierno de Guatemala (1997) *Acuerdo Gubernativo No. 278-98*. *Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional*.
8. Instituto Nutricional de Centro América y Panamá (INCAP) y basado en las Cumbres Presidenciales de Centro América (SICA, 2002). *Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Recuperado de [http://www.paho.org/gut/index.php?option=com\\_content&view=article&id=184](http://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=184)

9. Kisnerman, N. (1977) *"Los Talleres, ambientes de Formación Profesional"*. En: *El taller, Integración de Teoría y Práctica*. Disponible en <http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/>.
10. Manrique, E. & Salazar, J. (2012). *Dimensión social de la desnutrición: Apuntes para la discusión*. Revista Cultura Científica. Vol. 10.
11. Organización Mundial de la Salud. (2016). *Temas de Salud Nutrición*. Recuperado de <http://www.who.int/topics/nutrition/es/>
12. PNUD. *Informe Nacional de Desarrollo Humano Guatemala. (2014)*. Recuperado de <http://desarrollohumano.org.gt/desarrollo-humano/calculo-de-idh/>
13. Sanchis J. *Desarrollo local. (2010)*. Recuperado de [https://www.ecured.cu/Desarrollo\\_local](https://www.ecured.cu/Desarrollo_local)
14. Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional. (2002). *Conceptos Básicos Programa Especial para la Seguridad Alimentaria - PESA – Centroamérica Proyecto Food Facility Honduras*. Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-at772s.pdf>
15. Yoldi, G. (2007). *Siete pasos para una alimentación sana en Guatemala*. Recuperado de [http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/en\\_la\\_cocina/comer\\_por\\_el\\_mundo/2007/05/26/163035.php#sthash.fvKtUqoc.dpuf](http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/en_la_cocina/comer_por_el_mundo/2007/05/26/163035.php#sthash.fvKtUqoc.dpuf)



#### Antecedentes:

Anteriormente las madres de familia de la micro región II han preparado sus alimentos sin conocimiento del valor nutricional de los mismos; lo anterior provoca que se den casos de desnutrición y obesidad. Con el objeto de ayudar a solventar la problemática se inicia un proceso de identificación de mecanismos para solucionar tal situación, sosteniendo reuniones con las madres de familia, quienes a través de un ejercicio de lluvia de ideas han manifestado los alimentos de mayor producción y consumo en la Micro-Región II, lo cual arrojó una lista de alimentos, posteriormente dieron a conocer las recetas o formas de preparación de los mismos, esto con la finalidad de incorporar nuevas recetas incluyendo alimentos especies nativos del lugar.

#### Justificación:

Las madres de familia de la micro región II preparan recetas tradicionalmente, en su mayoría no aporta un valor nutricional considerable, sin embargo con la implementación de un manual de recetas nutritivas se les mostrará que con los alimentos que producen se pueden realizar diversidad de recetas que son nutritivas muy fáciles de cocinar. Con la implementación del manual se podrá demostrar que hay varias formas de preparar los alimentos nutritivos para el consumo en de la familia.

#### Objetivo:

Elaborar un manual de recetas nutritivas que oriente a las madres de familia en la preparación de los alimentos que producen y consumen en su comunidad.

#### A quien se dirige:

El manual de recetas nutritivas va dirigido a madres de familia de la Micro-Región II del municipio de Quezaltepeque Chiquimula.

#### Por:

María de los Angeles Monterroso Monroy

EPSS Licenciatura en Trabajo Social con Énfasis en Gerencia para el Desarrollo, Universidad Rafael Landívar 2017.

#### Agradecimientos por el apoyo en realización del manual:

- Asociación Paz y Bien, Guatemala.
- Universidad Rafael Landívar, campus Zacapa.
- Laura Lucia Urrutia Alvizurez, EPS de Nutrición.
- Rodolfo Leonel Miguel, Técnico en Diseño Gráfico



## ¿Cómo desinfectar mis alimentos?

### Frutas y verduras



1. Lávese las manos para no Transmitirle gérmenes al alimento



2. Limpiar la fruta o verdura debajo de un chorro de agua fría al menos Por dos minutos, frotando bien con La mano o con un cepillo para arrastrar Todo lo que pudiera estar pegado



3. dejar el alimento en remojo con algún desinfectante como vinagre, bicarbonato de sodio o cloro por máximo 10 minutos.



4. Pasados los 10 minutos, volver A enjuagar bajo el agua fría para Eliminar todos los restos de Desinfectante dejar por 5 minutos

Quando se utilicen vegetales crudos para elaborar ensaladas, se deben de sumergir durante 30 minutos en agua con cloro y después lavar con bastante agua

## TIPOS DE DESINFECTANTE

### Vinagre



Agregar un vaso de vinagre por litro de agua

### Bicarbonato de sodio



Agregar una cucharada por litro de agua

### Cloro



Agregar 5 gotas por cada litro de agua

## Ingredientes

### Tortitas de hierba mora



### Procedimiento

- La berenjena se corta en rodajas y se frie con un poquito de aceite.
- La hierba mora, cebolla, chile pimiento se pican finamente y luego se sofríen en una sartén.
- Los huevos se baten y luego se mezclan las berenjenas ya fritas y lo que se sofrió.
- En una sartén caliente se vierte la preparación anterior y cuando este cocida se le da vuelta, para que las dos partes se cosan.

## Ingredientes

### Empanaditas de chipilín y queso



### Procedimiento

- Picar el chipilín y la cebolla finamente y mezclarlo con el queso fresco.
- A la masa se le puede agregar sal y un consomé para que tenga más sabor.
- Realizar un tortilla y rellenar con la preparación de chipilín queso y cebolla, doblar y se frie con aceite.

## *Tortitas de hierba mora*

### Ingredientes

1 manojo de hierba mora    + ½ cebolla    +3 tomates    +1 huevo    +avena

1 chile dulce    +3 cucharadas de aceite

### Procedimiento

- Se pican finamente la hierba mora, cebolla, tomate y chile dulce.
- Después todos se mezclan con la avena y el huevo se le coloca sal al gusto.
- En la palma de la mano se coloca una pequeña cantidad de la mezola y se realiza la tortita.
- Se coloca el aceite en un sartén al fuego se va agregando la tortita para freirla.

## *Tacos de blede con proteamas*

### Ingredientes

1 bolsa de proteamas    4 tazas de blede picado    1 tomate picado

1 cebolla picada    1 taza de harina    4 huevos    1 manojo de rábano

1 botella de aceite    Salsa de tomate    Repollo picado con limón    Sal al gusto

### Procedimiento

- El proteamas se coloca en un recipiente y se deja en agua caliente por 10 minutos, luego se pone a escurrir.
- Se pica el blede se agregan todos los ingredientes y se mezclan bien.
- Luego se pone al fuego un sartén con aceite, al estar caliente se deja caer toda la preparación y se mezcla hasta que esté cocido.
- Se coloca una cucharada en una tortilla, se agrega el repollo con limón y la salsita y se adorna con el repollo y listo.

## *Garnachas de chipilín*

### Ingredientes

4 tazas de chipilín picado    2 bolsas de proteamas    15 tortillas de garnachas    1 chile picado

1 cebolla picada    Repollo picado con limón    Salsa de tomate    Sal al gusto    ½ de queso seco

### Procedimiento

- El proteamas se coloca en un recipiente y se deja en agua caliente por 10 minutos, luego se pone a escurrir.
- Se saltea con un poquito de aceite el chipilín con el chile y la cebolla, luego se revuelve
- Se fríen las tortillas y luego se pone una cucharada de guiso
- Se adorna con el repollo, la salsa de tomate y el queso.

## *Albondigas de chipilín*

### Ingredientes

1 taza de hierba buena    2 tazas de chipilín finamente picado    ½ taza de harina    6 huevos    Sal al gusto

1 tomate picado    1 cebolla picada    1 chile dulce picado    1 sopa mather    1 lb de papa picada

### Procedimiento

- Se mezclan todos los ingredientes
- Se coloca al fuego 8 vasos de agua
- Se agrega la sopa al agua cuando el agua ya este hirviendo se le deja caer la mezola en bolitas
- Se deja hervir por cinco minutos listo

## *Chilaquitas de berenjena con chipilín y Queso*

**Ingredientes**

2 berenjenas    2 tazas de chipilín    1 tomate    1 chile dulce    1 cebolla

1/2 de queso fresco    6 huevos    Aceite    Sal al gusto



**Procedimiento**

- Se corta en rodajas la berenjena y se cocina en sartén con aceite para que dore.
- Se pica el chipilín, el tomate, chile dulce, cebolla, queso, y después se mezcla todo.
- Luego se baten las claras a punto de nieve, se agrega la yema, una pizca de sal y la harina.
- Se coloca una rodaja de berenjena se coloca un poco de la mezcla, luego otra rodaja.
- Se coloca al fuego el aceite y al estar caliente se coloca la berenjena envuelta en huevo y listo.

## *Tortitas de papa y chipilín*

**Ingredientes**

10 papas medianas    + 1 manojo de chipilín    + 1 zanahoria    + 4 cucharadas de incaparina

aceite    cebolla    Sal al gusto



**Procedimiento**

- Se cosen las papas y se machacan.
- Luego la cebolla y el chipilín se pican finamente la zanahoria se ralla. Después todos se mezclan con las papas machacadas.
- En la palma de la mano se coloca una pequeña cantidad de la mezcla y se realiza la tortita.
- Se coloca el aceite en un sartén al fuego, y se va agregando la tortita para freírlo.

## *Salsas Salsa de tomate silvestre*

**Ingredientes**

1 Lata de tomate pequeño    + 1/2 Cebolla    + 1/2 manojo de cilantro    + Sal al gusto



**Procedimiento**

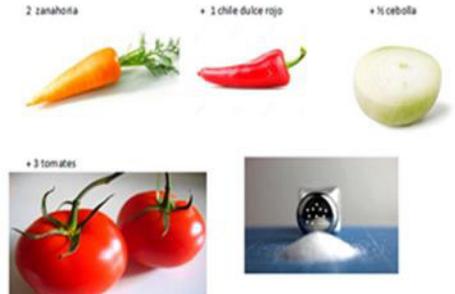
- Se cosen los tomatitos en agua y se machacan.
- La cebolla y el cilantro se pican finamente.
- Después se mezclan todos los ingredientes y se hecha sal al gusto.

## *Salsa de tomate y zanahoria*

**Ingredientes**

2 zanahoria    + 1 chile dulce rojo    + 1/2 cebolla

+ 3 tomates    Sal al gusto



**Procedimiento**

- Se cosen los tomates y la zanahoria en agua y después se licuan.
- La cebolla se pica finamente.
- Después se sofríen todos los ingredientes en una sartén y se hecha sal al gusto.

## *Refresco de mango y naranja*

**Ingredientes**

6 mango fresco y jugoso      4 naranjas      1/2 taza de agua fría      Azúcar a gusto



**Procedimiento**

- Los mangos se pelan y se licuan, si no tiene licuadora como están maduros se machacan hasta que quede una masita
- Luego las naranjas se exprimen
- Los dos jugos que salen se revuelven con el agua pura y azúcar al gusto. Y Listo.

## *Refrescos de hierba buena*

**Ingredientes**

2 tazas de hierba buena      3 limones      Azúcar al gusto      1 pizca de sal      10 vasos de agua



**Procedimiento**

- Se licúa la hierba buena
- Se cuele y se coloca en una olla
- Se le agrega el agua y la sal
- Se le agrega el azúcar y por último el jugo de limón listo.

## Anexo 2.

### Fotografías



**Fotografía No. 1** Realización de actividades de Identificación de los Alimentos con las madres de familia de la Micro-región II



**Fotografía No. 2** Antes de realización de receta recordándoles a las madres de familia sobre las prácticas de Higiene al cocinar Alimentos



**Fotografía No. 3** realizando el Taller de la Seguridad Alimentaria Con madres de la Micro Región II



**Fotografía No. 4** Algunas de las recetas elaboradas con las madres de familia. Torta de Berenjena con Hierba Mora, Garnachas de Chipilín, Tortitas de Papa con Chipilín, Tortitas de Hierba Mora



**Fotografía No.5** Grupo de madres que fueron beneficiadas con el Proyecto que se ejecutó.