

Ingrid Zucely de León Vásquez

Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, del municipio de Catarina, San Marcos.



Asesor:

Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal

**Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de Pedagogía
Guatemala, Noviembre de 2014**

Este informe es presentado por la autora, como trabajo del EPS, previo a optar al grado de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.

Guatemala, Noviembre 2014.

INDICE

CONTENIDO		Página
Introducción		I
CAPITULO I		
1. DIAGNOSTICO		
1.1	Datos generales de la institución patrocinante	1
1.1.1	Nombre de la institución	1
1.1.2	Tipo de institución por lo que genera	1
1.1.3	Ubicación geográfica	1
1.1.4	Visión	1
1.1.5	Misión	2
1.1.6	Políticas	2
1.1.7	Objetivos	2
1.1.8	Metas	3
1.1.9	Estructura organizacional	4
1.1.10	Recursos	5
1.2	Técnicas	6
1.3	Lista de carencia	6
1.4	Cuadro de análisis y priorización de problemas	7
1.5	Datos de la institución o comunidad beneficiada	8
1.5.1	Nombre de la institución	8
1.5.2	Tipo de institución por lo que genera o su naturaleza	8
1.5.3	Ubicación geográfica	8
1.5.4	Visión	8
1.5.5	Misión	8
1.5.6	Políticas	9
1.5.7	Objetivos	12
1.5.8	Metas	13
1.5.9	Estructura organizacional	14
1.5.10	Recursos	16
1.6	Lista de carencia	18
1.7	Cuadro de análisis y priorización de problemas	19
1.8	Análisis de viabilidad y factibilidad	20
1.9	Problema seleccionado	22
1.1	Solución propuesta como viable y factible	22

CAPITULO II

2. Perfil del proyecto

2.1	Aspectos Generales	24
2.1.1	Nombre del Proyecto	24
2.1.2	Problema	24
2.1.3	Localización	24
2.1.4	Unidad ejecutora	24
2.1.5	Tipo de proyecto	24
2.2	Descripción del proyecto	24
2.3	Justificación	25
2.4	Objetivos del proyecto	25
2.4.1	Generales	25
2.4.2	Específicos	25
2.5	Metas	25
2.6	Beneficiarios	26
2.7	Fuentes de financiamiento y presupuesto	27
2.8	Cronograma de actividades de ejecución del proyecto	28
2.9	Recursos	30

CAPITULO III

3. PROCESO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO

3.1	Actividades y resultados	31
3.2	Productos y logros	33

Guía de aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene, para Prevenir enfermedades y conservar la salud	34 - 68
---	----------------

CAPITULO IV

4. PROCESO DE EVALUACIÓN

4.1	Evaluación del diagnóstico	69
4.2	Evaluación del Perfil	69
4.3	Evaluación de la Ejecución	70
4.4	Evaluación Final	70

CONCLUSIONES	71
RECOMENDACIONES	72
BIBLIOGRAFÍA	73
APENDICE	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

A través de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala y el Ejercicio Profesional Supervisado, de la carrera Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, se presenta el informe final del proyecto educativo “Guía de Aprendizaje para la utilización de medidas de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada con orientación en Turismo, Agroforestal y Computación, del municipio de Catarina, San Marcos”.

El informe final se divide en cuatro capítulos, en su orden: diagnóstico, el cual constituye una investigación que tiene como finalidad, la clarificación de la situación de la institución y determinar sus necesidades a solucionar; perfil o diseño del proyecto, es en sí la propuesta con sus respectivos elementos bien definidos; ejecución, es la puesta en marcha de las actividades previstas y la evaluación, es la que se realiza antes, durante y al finalizar todo el proceso, ya que es continua.

Capítulo I Diagnóstico.

Para realizar el diagnóstico, se elaboró un plan, tomando como base la guía de análisis contextual e institucional, la cual permitió obtener información del ámbito geográfico social, la descripción física histórica, la identificación del personal que labora, su estructura en el accionar del proceso administrativo, las interrelaciones a lo interno y con su entorno, y determinar los fundamentos que definen su naturaleza, orientación, aspiraciones y razón de ser de la institución. Concluyendo con una lista de carencias que después del análisis crítico se posibilitó la definición de problemas. Siendo varios, pero se priorizó: la Insalubridad

Capítulo II Perfil del Proyecto.

El perfil del proyecto resume el universo de actividades que conforman el proyecto, es decir: Título, el cual es la presentación; justificación, del por qué se ejecutó; objetivos, representan el qué en el proyecto, es decir, su fin último y sus propósitos a corto plazo; las metas, son la cuantificación de los objetivos; actividades, son el desglose de los pasos necesarios que se realizaron en el proyecto; y los recursos que fueron necesarios para el desarrollo del proyecto, etc.

Capítulo III Proceso de Ejecución del Proyecto.

En el proceso de ejecución se realizaron las actividades planificadas en el perfil, dando como resultado el cumplimiento de metas previstas.

Capítulo IV Proceso de Evaluación

Es la etapa final, en la cual se evaluaron cada una de las etapas, a través de listas de cotejo con sus respectivos indicadores, y de esa manera verificar el impacto logrado en la intervención, los resultados, productos y logros, concluyendo con: conclusiones, recomendaciones, bibliografía, apéndice y anexos.



CAPÍTULO I

1. DIAGNÓSTICO

1.1 Datos generales de la Institución

Reseña histórica de la Supervisión Educativa 96-75 con Funciones de Coordinación Técnica Administrativa, de Catarina San Marcos.

La Supervisión Educativa 96-75 con Funciones de Coordinación Técnico Administrativa del Sector 1216.2 del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos, fue creado por la necesidad y crecimiento de la población estudiantil para dar una mejor cobertura y calidad Educativa, siendo el primer supervisor, el Profesor de Educación Media Edmundo Camacho Leal, el cual desempeñó eficientemente sus labores Técnico Administrativas, posteriormente el Profesor de Educación Media Argeler Benjamín López Sandoval, realizó un trabajo eficiente al frente de dicha institución; actualmente el profesor César Ambrosio Gutiérrez desempeña el cargo de Supervisor Técnico Pedagógico. La supervisión Educativa 96-75 se encuentra ubicada en la 2ª. Avenida 5-80 Zona 1 de Catarina, San Marcos, Actualmente atiende a 650 maestros y maestras del nivel pre primario, primario, básico, diversificado, del sector oficial y privado, por lo cual se hace muy importante e indispensable para el desarrollo educativo de éste pujante municipio de Catarina, San Marcos.

1.1.1. Nombre de la Institución:

Coordinación Técnica Administrativa 1216.2, Catarina, San Marcos.

1.1.2. Tipo de institución: Servicios Educativos. MINEDUC.

1.1.3. Ubicación Geográfica: La Coordinación Técnica Administrativa de Educación No. 1216.2, está ubicada en la 2ª. Avenida 5-80 Zona 1, Catarina, San Marcos.

1.1.4. Visión: A través de un proceso de gestión planificada y organizada lograr por medio de la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud la

estructura educativa que se necesita para que los estudiantes sepan cuando pueden y en qué momento se deben aplicar las medidas de seguridad para la conservación de la salud.

1.1.5. Misión: Servir al gremio magisterial del sector 1216.2 con calidad, honestidad, capacidad y promover la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud, para un desarrollo educativo más humano.

1.1.6. Políticas

✘ **Equidad:** El fortalecimiento de la identidad cultural propia de cada uno de los grupos étnicos que conforman el municipio de Catarina, dar a cada habitante lo que en materia de educación corresponde.

✘ **Austeridad:** La administración del presupuesto de la Coordinación Técnica Administrativa del sector 1216.2 de Catarina, San Marcos. Se hace de manera eficiente y eficaz, dejando los gastos suntuosos y superfluos.

✘ **Capacidad:** Redefinir los sistemas de capacitación al personal para brindar un mejor servicio.

✘ **Honradez:** Actuar con integridad moral en todas las acciones que autoridades educativas municipales desarrolle.

1.1.7. Objetivos

🌱 Gestionar la mayor cantidad de proyectos educativos para promover el desarrollo social, cultural, económico, productivo y de infraestructura física (mejorar establecimientos educativos, construir edificios escolares) en coordinación con el MINEDUC y el gobierno central.

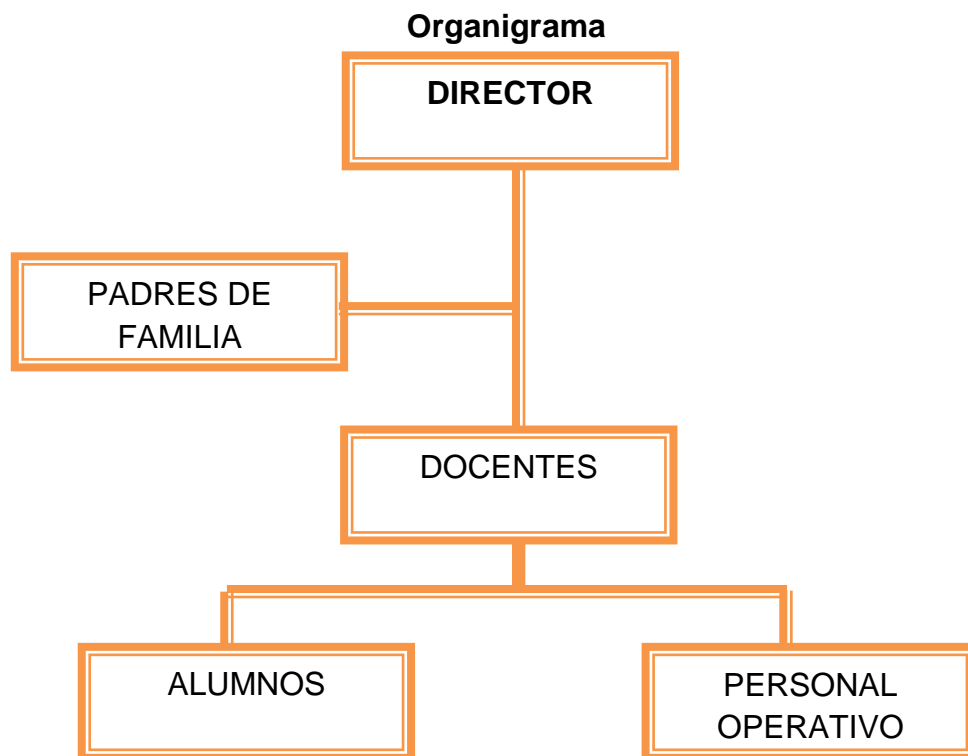
🌱 Promover una participación y una comunicación abierta entre autoridades municipales y población rural así como con los COCODES (Consejos

Comunitarios de Desarrollo), para el desarrollo educativo de sus comunidades.

1.1.8. Metas

- Atender a la población educativa en un 80%, sus necesidades básicas dentro y fuera de las instalaciones educativas.
- Ampliar en un 90%, el servicio al docente en la Coordinación Técnica Administrativa 1216.2 de Catarina, San Marcos.
- Organizar grupos de apoyo con el magisterio de Catarina, San Marcos.
- Ordenar y organizar la directiva del magisterio de Catarina, San Marcos, en el Sector 1216.2 para un mejor desarrollo.
- Apoyar proyectos educativos de infraestructura, implementación y equipamiento en un 75%.
- Cooperar y apoyar a la Coordinación Técnica Administrativa 1216.2 de Catarina, San Marcos.

1.1.9. Estructura Organizacional



1.1.10. Recursos

1.1.10.1. Humanos

Coordinador Técnico Administrativa
Secretaria
Directores
Docentes
Padres de Familia

- **Materiales**

Oficina
Bodega
Equipo de cómputo
Papel
Sellos
Tintas
Escritorios de trabajo
Legislaciones
Teléfonos.

- **Financiero**

Aporte de Estudiantes Epesista
Subsidiado por el Ministerio de Educación.

1.2. Técnica utilizada para el diagnóstico: Para la realización del diagnóstico institucional, con base en la guía de sectores y con el objeto de recopilar información se utilizaron las técnicas e instrumentos siguientes:

- **Técnica de observación:** para describir el área física y funcionamiento de la institución, se elaboraron fichas de campo de observación, lista de cotejo, cuestionario, la encuesta, cámara fotográfica y cuaderno de notas.

- **Técnica de análisis documental:** se utilizó la lectura para seleccionar resúmenes de información sobre la institución y comunidad, fichas de análisis de trabajo, bibliográficas de paráfrasis, textuales y cuestionarios.
- **Técnica del FODA:** se aplicó la matriz que determina la situación interna de la institución (fortalezas-debilidades) y la situación externa (oportunidades-amenazas)
- **Técnica de la entrevista:** se realizaron cuestionarios para entrevistar al recurso humano interno y externo.

1.3. Lista de carencias, ausencias o deficiencias

- Falta de enseñanza sobre hábitos de higiene.
- Falta de Guías de Aprendizaje sobre salubridad.
- Ausencia de salón de usos múltiples
- Ausencia de salón para áreas prácticas
- La institución no cuenta con edificio propio.
- Falta de director específico
- Falta de capacitación administrativa

1.4. CUADRO DE ANALISIS Y PRIORIZACION DE PROBLEMAS.

PROBLEMAS	CARENCIAS QUE LAS PRODUCEN	SOLUCION
1. Insalubridad	<ol style="list-style-type: none"> 1. No se cuenta con guías de apoyo para brindar educación sobre la práctica adecuada de hábitos de higiene personal para prevenir enfermedades y conservación de la salud. 2. No se tiene un ambiente sano y agradable. 3. Falta de recursos económicos para alimentarse. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Elaborar Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.
2. Deficiente infraestructura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Instalaciones prestadas. 2. Salón de usos múltiples 3. Salón para áreas practicas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Construir el edificio educativo 2. Construir salón 3. Gestionar construcción.
3. Administración deficiente.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Falta de director específico 2. Docentes 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Contratar al director Gestionar plazas

DIAGNÓSTICO DE LA INSTITUCIÓN BENEFICIADA

1.5. Datos generales de la Institución Beneficiada

1.5.1. Nombre de la institución: Instituto Nacional de Educación Diversificada con Orientación en Turismo, Agroforestal y Computación.

1.5.2. Tipo de Institución por lo que genera: Publica

1.5.3. Ubicación Geográfica: El Instituto Nacional de Educación Diversificada con orientación en Turismo, Agroforestal y Computación se encuentra ubicado en la 2ª. Avenida 2-26 zona 1 de la cabecera municipal del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.5.4. Visión: El Instituto Nacional de Educación Diversificado es una institución democrática, formadora de ciudadanos con carácter, capaz de aprender, orgullosos de ser guatemaltecos, empeñados en conseguir su desarrollo integral con principios, valores y convicciones que fundamenten su conducta. Prepara a los estudiantes conforme lo establece la Reforma Educativa y el CNB/FID para que se proyecten con eficacia en su comunidad y ante los retos de la globalización. Se trabaja con una comunidad educativa integrada, para fortalecer el proceso de aprendizaje y el nuevo paradigma de gestión.

1.5.5. Misión: Transformar el sistema educativo nacional en forma participativa, en cumplimiento de los Acuerdos de Paz, en el marco del proceso de la Reforma Educativa y del Pacto de Gobernabilidad. Hacer de la actividad educacional o de la Educación propiamente dicha, un proceso participativo e incluyente, para que responda con criterios modernos, a las necesidades de desarrollo integral de la población social, cultural y lingüísticamente diferenciada.



1.5.6. Políticas Institucionales

➤ **Políticas generales**

- Implementar un modelo de gestión transparente que responda las necesidades de la comunidad educativa.
- Ampliar la cobertura educativa incorporando especialmente a los Jóvenes y señoritas de extrema pobreza y de segmentos Vulnerables.
- Fortalecer la educación bilingüe intercultural.
- Justicia Social a través de equidad educativa y permanente escolar.
- Avanzar hacia una educación de calidad.

➤ **Políticas Transversales**

- Fortalecimiento de la institucionalidad del sistema educativo.
- Descentralización educativa
- Aumento de la Inversión Educativa.

➤ **Política de Cobertura.**

La Constitución de la República y los compromisos de los Acuerdos de Paz establecen la obligatoriedad de la educación inicial, la educación preprimaria, primaria y ciclo básico del nivel medio.

Asimismo, la responsabilidad de promover la educación diversificada. La educación que imparte el Estado es gratuita.

➤ **Política de Equidad**

Nos proponemos un proceso, bajo el concepto de equidad integral. Siendo para nosotros la equidad en la educación, las posibilidades que todos los niños, niñas, jóvenes y señoritas tengan, en cuanto a las experiencias que demanda el mundo actual, para un pleno desarrollo de sus capacidades.

Equidad, implica también, el acceso de la mujer guatemalteca, históricamente marginada a la educación, en todos los niveles, atendiendo a las poblaciones del área rural, hablese especialmente de los pueblos indígenas quienes han permanecido al olvidados. Se garantizará la prestación del servicio en todas las regiones del país, con énfasis a la educación en el Idioma Materno y bilingüe.

El planteamiento consiste en que toda la niñez, sin distinción de nada, complete el Nivel Primario, pues éste, sólo lo completa el 39% de niños y niñas en el área urbana, en tanto que en el área rural, zonas de extrema pobreza, poblaciones mayoritariamente indígenas, los niveles de completación son aún más bajos.

➤ **Política de Educación Bilingüe**

Nos proponemos fortalecer la Educación Bilingüe Intercultural, a través del incremento de su presupuesto y la discusión con los representantes de las organizaciones indígenas del modelo de la EBI en el país, respetando su cosmovisión, sus textos, materiales y recursos de enseñanzas, incrementando el número de contratación de maestros y maestras bilingües en todos los niveles y modalidades de educación, mejorando las condiciones laborales establecidas en la ley de generalización de la educación bilingüe intercultural.

Además, apoyar programas desde la perspectiva de los pueblos mayas, garífuna, xincas y ladinos en un marco que tenga un triple eje: la ciudadanía multicultural que responda a la identidad local, en el contexto de la

ciudadanía guatemalteca que constituye el segundo eje y un tercer eje vinculado a la ciudadanía centroamericana y cosmopolita.

➤ **Política de modelo de gestión**

Nos proponemos fortalecer sistemáticamente los mecanismos de eficiencia, transparencia y eficacia garantizando los principios de participación, descentralización, pertinencia, que establezca como el centro de Sistema Educativo, la niñez y a la juventud guatemalteca.

El objetivo fundamental del Sistema Educativo guatemalteco consiste en que los jóvenes y señoritas tengan un aprendizaje significativo y sean capaces de construir una sociedad próspera y solidaria, en un mundo altamente competitivo.

Será necesario establecer alianzas con otros actores que hacen educación en Guatemala, tales como: los gobiernos locales, partidos políticos, las universidades, los centros de formación agrícola y capacitación técnica, organizaciones empresariales y sociales.

➤ **Políticas transversales**

Aumento de la inversión educativa

Política de inversión

Se promoverá el aumento en la inversión en educación, ampliando progresivamente el presupuesto que nos permita alcanzar las metas propuestas al final de nuestro período, para garantizar la calidad de la educación como uno de los derechos fundamentales de los ciudadanos y las ciudadanas.

El aumento en la inversión debe ir acompañado del buen uso, racionalidad y transparencia.

➤ **Descentralización Educativa**

Política de Descentralización Educativa

Se pretende privilegiar al ámbito municipal, para que sean los gobiernos locales los rectores orientadores del desarrollo del municipio, así como el sustento de los cuatro pilares en los que debe fundamentarse la implementación de la estrategia nacional: a) el respeto y la observancia de la autonomía municipal, b) el fortalecimiento institucional de las municipalidades, c) la desconcentración y descentralización como instrumentos de desarrollo; y, d) la democracia y participación ciudadana.

Política de Fortalecimiento Institucional

Fortaleceremos la institucionalidad del Sistema Educativo escolar. Como parte de esta política promoveremos la instalación íntegra y funcionamiento del Consejo Nacional de Educación, con la participación de los distintos sectores de la sociedad, así como el fortalecimiento de los Concejos Municipales de Educación.

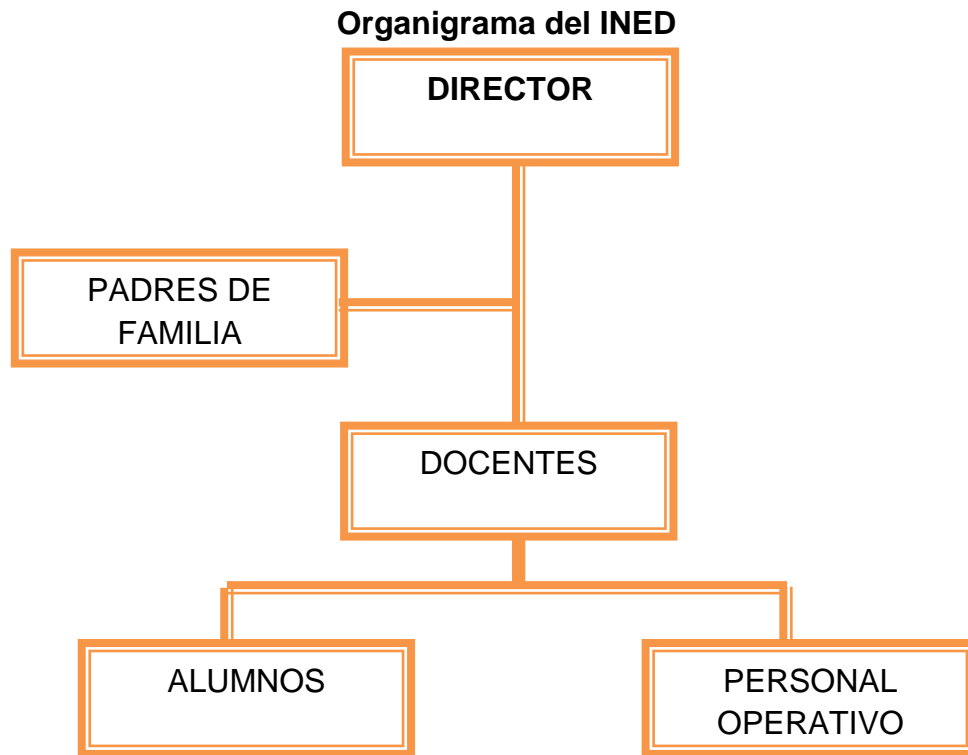
1.5.7. Objetivos

- Proveer la información sobre la calidad de los aprendizajes, basada en criterios y estándares sistemáticos que aseguran un alto grado de objetividad, para planificar acciones y tomar decisiones a efecto de:
 - Contribuir a la formación de la personalidad del educando.
 - Alcanzar los objetivos y fines de la Educación Nacional.
 - Promover el desarrollo integral mediante el uso del Currículo Nacional Base así como la filosofía y políticas actuales en el marco de proceso de la Reforma Educativa.
 - Lograr el cambio en la personalidad de los estudiantes.
 - Provisión de insumos para el desarrollo de evaluaciones de impacto de políticas y programas.

1.5.8. METAS

- Guiar, orientar, dirigir, y encausar por mejores senderos a los estudiantes de acuerdo al nivel y características específicas del plantel.
- Graduar bachilleres capaces de enfrentar el cambio de nuestra era.
- Preparar bachilleres con una visión innovadora, tomando en cuenta la importancia que tiene la Prevención de Incendios Forestales y su Impacto en el Ambiente, como un beneficio para toda la humanidad.
- Calidad educativa.

1.5.9. ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL



Perfil de los integrantes de la Comunidad Educativa

Dimensión	Perfiles			
	Estudiantes	Docentes	Director	Padres de Familia
Social (Relaciones con los demás, la participación en el cuidado y protección al área agroforestal.)	Responsables, ordenados, honestos, constantes, altruistas, participativo, respetuoso, comunicativo, identidad.	Facilitadores, mediadores, proactivo, democrático, puntual organizado, trabajador, motivador, integrador, solidario.	Justo Responsable, disciplinado, respetuoso, amigable, gestor, sociable, solidario. participativo	Participativos, solidarios, organizadores, responsables, atentos, constantes, humildes. y colaboradores
Personal-afectiva (Rasgos relacionados con el aspecto emocional; autoestima, seguridad, valores, etc.)	Activos, humildes, respetuosos, confiables, atentos, capaces, solidarios, responsables, humanistas, conscientes, sensibles, honestos.	Comprensivos, puntuales, democráticos, tolerantes, justos, equitativos, inteligencia emocional, despertar confianza, humanista	Democrático, comprensivo, tolerante, confiable, seguro de sí mismo, sincero, versátil, humanista, gentil, cortés, coordinador, controlador.	Futuristas, altruistas, democráticos, comprensivos, tolerantes, confiables promotores, amable.
Intelectual (Conocimientos y capacidades mentales; resolución de problemas, pensamiento crítico y reflexivo)	Investigadores, líderes, humanistas, eficientes, estudiosos, autodidactas, reflexivos, críticos, analítico-sintético. Creativos.	Actualizado, inteligente, eficiente, idealista, renovado, futurista, innovador, ordenado. Creativo	Eficiente, actualizado, disciplinado, ordenado, preparación académica adecuada, investigador, iniciativa, capacitado.	Idealistas, participativos, perseverantes, ordenados, actualizados, preparación académica, solucionadores de conflictos, justos.
Psicomotora (Habilidades y destrezas motoras).	Activos, participativos, disponibles, trabajadores, creativos, investigadores, innovadores, inventor. Investigación de conocimientos, ejercitación de actividades.	Activo, perseverante, original, creativo, participativo, ambientación en clase.	Activo, flexible, dominio de su puesto, gestor, hábil, creativo, constante.	Activos, flexibles, participativos, constructores, creativos, colaboradores, generadores de ideas, propositivos.

1.5.10. Recursos

Humanos:

- Coordinador Técnico Administrativo 1216.2
- Director del Establecimiento educativo
- Personal Docente
- Alumnos
- Conserje

Materiales y Equipo

- Aulas
- Computadoras
- Pupitres
- Cátedras
- Bibliografía de la Institución.

Financieros:

- Fondo de gratuidad
- Esta institución cuenta con docentes contratados por el renglón 021

Técnica (s) utilizada(s) para realizar el diagnóstico

Guía de los VIII Sectores

Técnicas de observación

- Técnica de análisis documental
- Técnica del FODA
- Técnica de entrevista.

Instrumentos

- Observación
- Cuestionario
- Fichas

FODA del Instituto Nacional De Educación Diversificado del Municipio De Catarina, San Marcos

Ámbito	Fortalezas	Oportunidades	Debilidades	Amenazas
Pedagógico	Docentes Capacitados y activos Docentes proactivos Jóvenes participativos	Apoyo del MINEDUC con capacitaciones a docentes. Apoyo del Coordinador Técnico Administrativo. Apoyo de Sección Universitaria USAC. Catarina.	Carece de material bibliográfico que aborde temas de hábitos de higiene para prevenir enfermedades	Que los alumnos se enfermen por la insalubridad que existe.
Institucional	Liderazgo y trabajo en equipo. Ubicación del instituto accesible.	Organizaciones de madres y padres de familia Gestionar con otras instituciones diferentes tipos de apoyo	No cuenta con edificio propio. Carece de condiciones higiénicas y sanitarias	Desinterés en la participación de madres y padres de familia Falta de recursos económicos de los padres y madres de familia.
Con relación a la proyección de la Comunidad Educativa.	Contar con el proyecto Educativo Institucional Contar con la participación de los diferentes sectores de la comunidad educativa Apoyo de la Coordinación Técnica Administrativa.	Programas y proyectos de desarrollo en el sector educativo Coordinar con Instituciones para brindar apoyo en actividades para el desarrollo comunitario	Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil Poca comunicación con otros centros educativos del municipio	Desatención de programas que propicien espacios y actividades de convivencia social para la comunidad. Desinterés en máximos dirigentes de la comunidad.

1.6. Análisis de FODA
Lista y análisis de carencias

No	Problemas	Factores que los producen	Soluciones
01	Insalubridad dentro del plantel educativo.	Carencia de capacitaciones y talleres que hablen sobre hábitos de higiene.	Elaboración de la guía de aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.
02	Falta de cañonera para proyección de información de carácter técnico y administrativo.	Personal no capacitado para la elaboración	Capacitación por parte de un profesional versado en la materia
03	Carencia de recursos materiales propiamente de oficina.	Retardo en el envío del subsidio ofrecido por el MINEDUC a las Coordinaciones Educativas.	Gestión de actividades para la obtención de recursos económicos. (realizadas en centros educativos delegados para el efecto)
04	Deficiencia de orientar a la población estudiantil sobre hábitos de higiene para la conservación de la salud.	Pocas actividades con alumnos y docentes para la fomentación de hábitos de higiene.	Organizar actividades sobre hábitos de higiene.
05	Carece del mobiliario adecuado para el nivel que se atiende.	Poco ingreso económico	Gestionar con autoridades municipales y locales para apoyo de mobiliario.

1.7. Análisis de viabilidad y factibilidad

PROBLEMAS	Deficiencia de capacitaciones y talleres que hablen sobre hábitos de higiene.		Falta de cañonera para proyección de información de carácter técnico y administrativo.		Carencia de recursos materiales propiamente de oficina.		Falta de un local amplio y apropiado para ofrecer el servicio de orientación y servicio a la comunidad educativa.		Carece del mobiliario adecuado para el nivel que se atiende.	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No. INDICADORES										
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X		X		X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X			X	X			X	X	
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?	X		X			X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	

8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X		X		X		X		X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones y ONG's para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
TOTAL	10	0	9	1	8	2	5	5	7	3
PRIORIDAD	1		2		3		4		5	

Priorización Del Problema:

El problema seleccionado es, "Insalubridad dentro del plantel educativo." el cual aparece como número uno en la lista de análisis, debido que la falta de educar a los jóvenes sobre temas de hábitos de higiene hace que ellos no reciban información acorde a la carrera que estudian por lo tanto reduce el aprendizaje pedagógico, no favorece en nada a una educación abierta, pues para educar se necesitan herramientas básicas y para cuidar de nuestro cuerpo se necesita ser educado y orientado.

1.8. Análisis de viabilidad y factibilidad

Opción 1. Elaborar una Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, del municipio de Catarina, San Marcos.

Opción 2. Elaborar talleres para estudiantes y docentes.

Opción 1

Opción 2

No.	Indicadores	SI	NO	SI	NO
1.	¿Se cuenta con suficientes recursos financieros?	X			X
2.	¿Se cuenta con financiamiento externo?	X			X
3.	¿El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X			X
4.	¿Se cuenta con fondos extras para imprevistos?	X			X
	Administrativo				
5.	¿Se tiene la autorización legal de la administración?	X		X	
6.	¿Se tiene estudio del impacto?	X		X	
7.	¿Existe ley que ampare el proyecto?	X			X
8.	¿Se hicieron controles de calidad para la ejecución?	X			X
9.	¿Se tiene definida la cobertura del proyecto?	X		X	
10.	¿Se tienen los insumos necesarios para el proyecto?	X			X
11.	¿Se tiene la tecnología apropiada para el proyecto?	X		X	
12.	¿El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X			X
13.	¿Se han definido claramente las metas?	X		X	
	Mercadeo				
14.	¿El proyecto cuenta con la aceptación de la institución y de los usuarios?	X		X	
15.	¿Satisface las necesidades de la comunidad educativa?	X		X	
16.	¿Puede el proyecto abastecerse de insumos?	X			X
17.	¿El proyecto es accesible a la población?	X		X	
18.	¿Se cuenta con el personal capacitado para la ejecución del proyecto?	X			X

	Político				
19.	¿La institución se hará responsable del proyecto?	X		X	
20.	¿El proyecto es de vital importancia para la institución?	X		X	
21.	¿Considera efectivo el apoyo del Alcalde Municipal?	X		X	
	Cultural				
22.	¿El proyecto responde a las expectativas culturales de la región?	X		X	
23.	¿El proyecto impulsa la equidad de género?	X		X	
	Social				
24.	¿El proyecto beneficia a la mayoría de la población?	X		X	
25.	¿Cuenta con el beneplácito de los beneficiarios?	X		X	
26.	¿Se toma en cuenta a los catedráticos en servicio?	X			X
	Total	26	0	15	11

1.9. Problema seleccionado

Al terminar el diagnóstico institucional se listaron y jerarquizaron los problemas y necesidades, priorizando el de Deficiencia de Carencia de capacitaciones y talleres que hablen sobre hábitos de higiene en el curso de Ciencias Naturales y que se imparte en área común en los grados del nivel Diversificado.

1.10. Solución propuesta como viable y factible

Después de aplicar el análisis de viabilidad y factibilidad, la opción más viable y factible es elaborar una Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud para integrarlo al Área de Ciencias Naturales para la preparación responsable de los

estudiantes del nivel medio con sus diferentes especialidades del Municipio de Catarina, San Marcos.

Problema seleccionado	Solución
Insalubridad dentro del plantel educativo y falta de capacitaciones y talleres sobre hábitos de higiene y conservación de la salud.	Elaborar una Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, del municipio de Catarina, San Marcos.

CAPÍTULO II

PERFIL DEL PROYECTO

2.1. Aspectos generales

2.1.1. Nombre del proyecto

Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED del Sector 1216.2, del municipio de Catarina, San Marcos.

2.1.2. **Problema:** Carencia de Materiales y Guías Didácticas para el proceso de enseñanza – aprendizaje del área de Ciencias Naturales cuarto y quinto Bachillerato en Ciencias y Letras del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, del Municipio de Catarina, San Marcos.

2.1.3. **Localización** El Instituto Nacional de Educación Diversificada pertenece al Municipio de Catarina, ubicado en Calle principal de Catarina, San Marcos.

2.1.4. Unidad ejecutora

- Universidad de San Carlos de Guatemala
- Facultad de Humanidades, sección Catarina, San Marcos.

2.1.5. Tipo de proyecto

Producto educativo

2.2. Descripción del proyecto

El proyecto consiste en diseñar una Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, del municipio de Catarina, San Marcos, la cual contendrá, temas como: los hábitos de higiene que debe tener cada ser humano para prevenir enfermedades.

2.3. Justificación:

La Coordinación Técnica Administrativa de Educación No. 1216.2 a cargo del Profesor Cesar Ambrosio, en el nivel diversificado, en el nivel medio de Catarina, San Marcos, los docentes no aplican la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud. Es por eso que se pretende dar a conocer la misma dentro de plantel educativo. Con esta guía se pretende no dejar solo la teoría sobre la Prevención de enfermedades, sino conducirlos a la práctica para formar la conciencia y adentrarlos impregnados del interés, del cuidado y valorización sobre conservar su propia salud.

2.4. Objetivos del proyecto

2.4.1. General

Contribuir al mejoramiento de las condiciones de salud de los alumnos a través de material didáctico, y capacitaciones sobre hábitos de higiene y de esta forma contribuir al desarrollo educativo.

2.4.2. Específicos

- Diseñar una Guía de aprendizaje en el curso de Ciencias Naturales
- Socializar la Guía en la Institución Educativa, Supervisión de Educación, Personal Docente, padres de familia y jóvenes estudiantes.
- Capacitar al Director y Personal Docente para realizar el proceso de enseñanza con la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud, en el curso de Ciencias Naturales.

2.5. Metas

- ♣ Elaborar una en el periodo de cuatro semanas una Guía pedagógica de la práctica adecuada de hábitos de higiene para el bienestar del ser humano para los estudiantes de la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina.

- ♣ Informar, comunicar y educar a través de un taller dirigido a alumnos sobre la importancia de la buena práctica de hábitos de higiene.

- ♣ Realizar el proceso de capacitación a 3 docentes del curso de Ciencias Naturales, a estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras para que ejecuten el uso adecuado de la Guía de aprendizaje.

2.6. Beneficiarios

- **Directos**

- Estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras
- Docentes del curso de Ciencias Naturales
- Director
- Padres de Familia

- **Beneficiarios Indirectos**

Al momento de la realización del proyecto del problema detectado en el Instituto Nacional de Educación Diversificada, del municipio de Catarina, departamento de San Marcos, se beneficiarán a 200 personas, entre las cuales están: alumnos del presente ciclo escolar, padres y futuros estudiantes del establecimiento, que de alguna manera serán beneficiados.

2.7. Fuentes de financiamiento

Autogestión

No.	Descripción	Cantidad	Unidad de medida	Costo Unitario	Costo Total
1	Copias de libros	400	Unidades	0.25	100.00
2	Tecleado de Texto	150	Unidades	4.00	600.00
3	Impresión de módulo	3	Unidades	300.00	900.00
4	Copias de Módulo	10	Unidades	75.00	750.00
5	Resma de papel bond	3	Unidades	40.00	120.00
6	Tinta para computadora	2	Unidades	260.00	520.00
7	Lapiceros	36	Unidades	11.00	33.00
8	Marcadores	6	Unidades	8.00	48.00
9	Cintas plásticas	5	Unidades	3.00	15.00
10	Jabón neutro (blanco): para lavarse las manos.	10	Unidades	05.00	50.00
11	Empastado de módulos	10	Unidades	25.00	250.00
12	Grabación de Disco	4	Unidades	10.00	40.00
13	Impresión de invitaciones	60	Unidades	1.00	60.00
14	Sellador para pegar	1	Unidad	7.00	7.00
15	Pago a Conferencista	1	Plática	500.00	500.00
16	Refacciones	80	Unidades	10.00	800.00
17	Gastos de pasajes	8	Unidades	50.00	400.00
18	Pago de sonido	2	Unidades	150.00	300.00
Total					Q.5,493.00

2.8 Cronograma de actividades para la ejecución del proyecto

ACTIVIDADES	Responsable	AÑO 2014																																
		MARZO / ABRIL				MAYO/JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				%				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
Presentar solicitud para autorización y ejecución del EPS.	Epesista	■																																100
Elaborar instrumentos para la recopilación de datos	Epesista		■																															100
Investigar y recabar Datos bibliográficos de los sectores	Asesor			■	■																													90
Entrevistar al recurso humano interno y externo de la institución.	Epesista			■	■																													100
Consultar planos, estudios geográficos y funcionamientos de la institución	Alcalde Municipal			■	■																													100
Documentar lo observado	Supervisor			■	■																													100
Reproducir el organigrama de la institución.	Epesista			■	■																													100
Consultar manuales de funciones, reglamentos y trabajo de cada área	Supervisor			■	■																													100
Detectar las necesidades o carencias de cada sector.	Docente Epesista			■	■																													100
Analizar los problemas y priorizar la más	Epesista								■																									90

urgente de solución																																							
Reunir al personal administrativo de la institución y proponer alternativas	Epesista																																						100
Entrevistar al jefe de la institución para dar a conocer el problema seleccionado	Epesista																																						100
Elaboración del perfil del proyecto	Epesista																																					100	
Investigación de contenido temático para la Guía	Epesista																																					100	
Elaboración de la Guía de Aprendizaje	Epesista																																					100	
Presentación de la Guía al Supervisor, Director y personal docente.	Epesista Epesista																																					100	
Elaboración del documento	Epesista																																					100	
Revisión del documento por parte del asesor del Proyecto	Epesista Epesista																																					100	
Evaluación y entrega de informe final	Epesista																																					100	

2.9 Recursos

☀ Humanos

- ✓ Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- ✓ Catedráticos de Ciencias Naturales
- ✓ Estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras
- ✓ Capacitadores
- ✓ Epesista

☀ Físicos

- Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- Oficinas administrativas.

☀ Materiales

- ✓ Material didáctico
- ✓ Computadora
- ✓ Cámara fotográfica
- ✓ Guía de aprendizaje

☀ Financieros

El proyecto es financiado 100 % por la epesista.

CAPÍTULO III
3. PROCESO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO

3.1 Actividades y resultados:

No.	Actividades	Resultados
3.1.1.	Elaboración del plan de ejecución del proyecto.	Con la elaboración del plan, el proyecto se ejecutó con certeza.
3.1.2.	Organización del cronograma del trabajo	Se estipularon fechas indicadas para su ejecución.
3.1.3.	Solicitud a Autoridades Educativas Municipales para llevar a cabo el ejercicio Profesional Supervisado en el centro Educativo Nacional del Nivel diversificado.	Se presentó a las autoridades Educativas Municipales la solicitud de autorización del Ejercicio Profesional Supervisado en el Centro Educativo del nivel diversificado.
3.1.4.	Visita al Coordinador Técnico Administrativo del municipio de Catarina, San Marcos para recoger la autorización solicitada.	Se visitó al Coordinador Técnico Administrativo del municipio para recoger la autorización de ejecución.
3.1.5.	Solicitud dirigida al Director del Instituto Nacional del nivel diversificado del municipio de Catarina, San Marcos, para la autorización de socialización de la guía de aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.	Se solicitó al Director del Instituto Nacional de Diversificado del municipio de Catarina, San Marcos.
3.1.6.	Visita al Director del Instituto Nacional de diversificado de Catarina, San Marcos para recoger autorización para ejecutar el proyecto en el establecimiento.	La solicitud presentada al director fue aprobada para ejecutar la socialización de la Guía de aprendizaje.
3.1.7.	Presentación de la guía por unidades, a los docentes y estudiantes del Curso de Ciencias Naturas	Los docentes y estudiantes del establecimiento quedaron complacidos del contenido del mismo.
3.1.8.	Capacitación a los docentes y estudiantes.	Se capacitó a docentes directos e indirectos y a todos los alumnos del Instituto Nacional de diversificado de Catarina, San Marcos.

3.1.9.	Investigación bibliográfica	Se investigaron varias fuentes bibliográficas para la redacción de la guía de aprendizaje.
3.1.10.	Clasificación de información	La información obtenida de las fuentes bibliográficas se clasificó para argumentar la guía de aprendizaje.
3.1.11.	Redacción de la guía de aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.	La guía para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud se redactó para su reproducción.
3.1.12.	Revisión y corrección de la Guía de aprendizaje por el asesor del EPS.	El Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal efectuó las correcciones necesarias en el documento.
3.1.13.	Aprobación de la Guía de aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud por el asesor del EPS.	El Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal aprobó la Guía de aprendizaje para su reproducción.
3.1.14	Entrega de la Guía de aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud, al asesor	Fue entregada la Guía de aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud, al asesor Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal.
3.1.15.	Reproducción de Guías de aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.	Las Guías fueron reproducidas para su socialización con los alumnos y docentes del establecimiento.
3.1.16.	Planificar el taller de capacitación con respecto a la Guía de aprendizaje.	Se planificó el taller de capacitación para la socialización de la Guía de Aprendizaje.
3.1.17.	Entrega de Guías de aprendizaje al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, San Marcos.	Las Guías de aprendizaje, fueron entregadas al director del Instituto Nacional de Educación Diversificada.

3.2 Productos y Logros:

Productos	Logros
Se redactó la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada con orientación en Turismo, Agroforestal y Computación, del municipio de Catarina, San Marcos.	Una completa aceptación por parte de alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
Se realizó la presentación de la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud por unidades, a los docentes y estudiantes del establecimiento.	Docentes y Estudiantes del establecimiento quedaron motivados con el contenido de la Guía de Aprendizaje para la utilización de medidas de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud quienes participaron activamente, en la ejecución.
Se capacitó a docentes y alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificada, con lineamientos sobre hábitos de higiene.	Afluencia de participantes en la capacitación.
Se practicaron todas las actividades de la Guía de aprendizaje.	Se realizaron actividades en forma individual y colectiva.
Se divulgó internamente y externamente la elaboración y la ejecución de la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.	Personas de la comunidad mostrando interés en el conocimiento de la Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA Y ADMINISTRACIÓN EDUCATIVA
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO**



Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, del municipio de Catarina, San Marcos.

EPESISTA

Ingrid Zucely de León Vásquez

ASESOR

Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal

Catarina, San Marcos, Noviembre de 2014.

ÍNDICE

Contenido	Páginas
Introducción	i
Presentación	ii
Objetivos	iii
CAPÍTULO I	
Hábitos de Higiene	1
Higiene de la piel	2
Higiene de las manos y uñas	3
Higiene de los pies	4
Higiene del cabello	4
Higiene Bucodental	5
Higiene y cuidado del cuerpo	5
Higiene de los alimentos	7
Como adquirir hábitos de higiene	8
Importancia de la higiene personal	8
La actividad física como prevención de salud	9
Como actuar en caso de contingencia	10
Buenos hábitos de higiene	11
Porque la gente tiene una mala higiene	12
Consecuencias de la falta de higiene personal	12
Actividades	13
CAPITULO II	
Conservación de la salud	14
Como proteger la salud	14
Que debe hacerse cuando hay una enfermedad	15
10 Reglas para mantener una buena salud	16
Importancia de la salud	18
La importancia de mantener una buena salud física y mental	19
Actividades	21
CAPITULO III	
Prevención de enfermedades	22
Las enfermedades y el sistema inmune	22
Factores que influyen en la salud	23
La prevención de enfermedades a través de la higiene y el saneamiento	24

Medidas para prevenir enfermedades	25
Enfermedades Infecciosas	27
Actividades	28
Bibliografía	29

INTRODUCCIÓN

El presente material está dirigido tanto a alumnos y docentes del nivel de Diversificado, destacando la importancia que tienen Los Hábitos de Higiene para prevenir y mantener la salud individual y colectiva.

Este material proporciona al docente información técnica y actualizada sobre el tema, así como recomendaciones pedagógicas y actividades que puede llevar a cabo con los alumnos, alumnas, madres, padres y otros miembros de la comunidad cercana a la institución educativa, de acuerdo a los contenidos curriculares de los programas de estudio, para desarrollar dentro y fuera del aula.

La salud, como necesidad y derecho fundamental de los ciudadanos y ciudadanas, está entrañablemente ligada al rendimiento escolar, a la calidad de vida y a la productividad económica. En este sentido, uno de los aspectos que debe ser atendido, fomentado y promocionado desde el hogar, la escuela, los establecimientos de salud y otras organizaciones, es el desarrollo de hábitos de higiene en el orden personal, social y ambiental, que conduzcan al cuidado, mantenimiento y prevención de la salud.

Por lo tanto, es necesario desarrollar en la familia, en la escuela y en la comunidad conocimientos y habilidades en este importante tema, para favorecer actitudes para el cumplimiento y promoción de hábitos de higiene, con la participación de todos los actores de la sociedad en campañas de difusión y promoción para impulsar un cambio positivo en todos los ámbitos de la vida.

PRESENTACION

Este proyecto surge de la necesidad de ilustrar y motivar a los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, acerca de la formación de hábitos higiénicos a través de recursos que se les pueden proporcionar.

La guía es un valor agregado al proceso enseñanza-aprendizaje de los centros educativos, pretendiendo así contribuir a la buena práctica de hábitos de higiene, y por ende el bienestar y conservación de las alud.

La guía cuenta con tres capítulos para la educación de adultos, los cuales se desglosan de la siguiente manera:

Hábitos de Higiene

Conservación de la salud

Prevención de enfermedades.

El autor contribuye a que se practiquen hábitos de higiene adecuados con la presente guía educativa. Esperando que sirva de apoyo a educadores en los procesos de enseñanza aprendizaje.

OBJETIVOS

Que el facilitador:

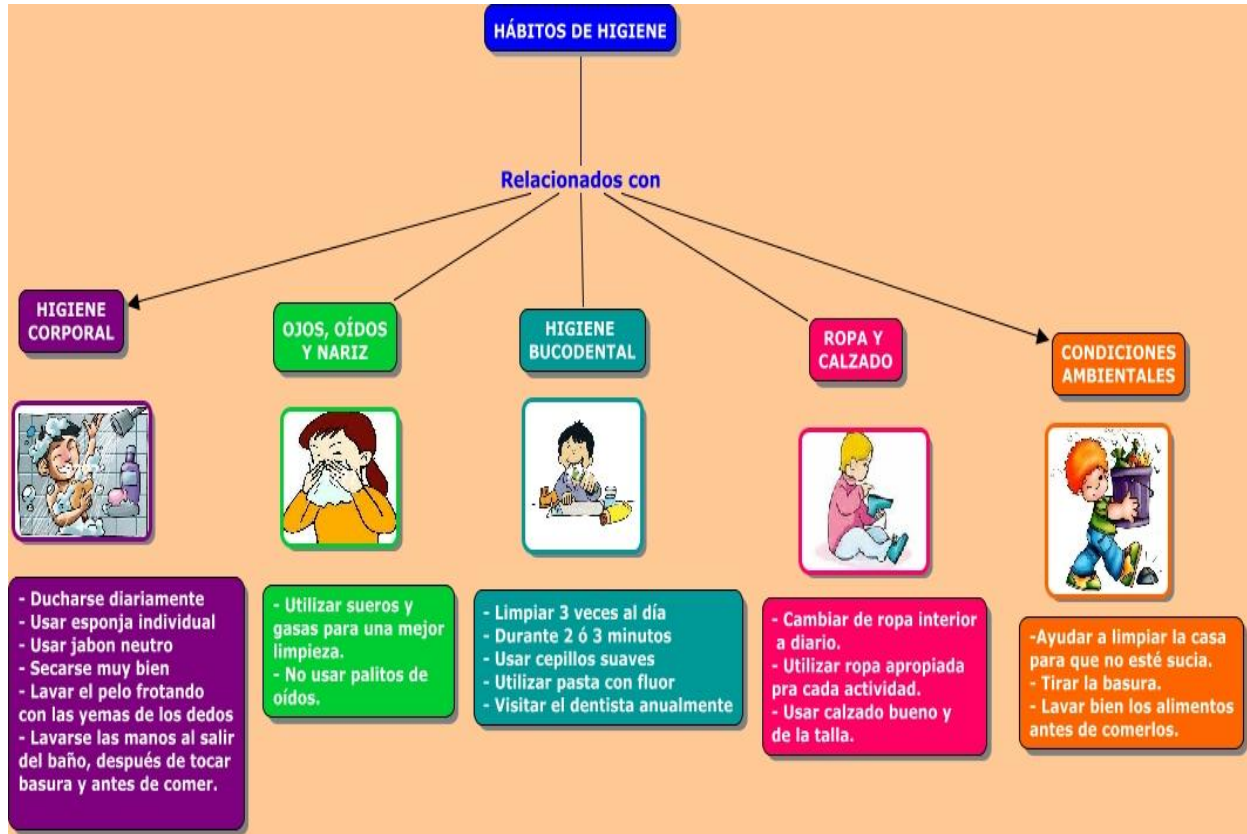
1. Conozca la guía de aprendizaje para la utilización de Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.
2. Utilice de forma correcta el contenido de la guía de aprendizaje para la utilización de Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.
3. Aplique como apoyo la guía de aprendizaje para la utilización de Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.

Que el participante:

1. Comprenda la importancia de la práctica de hábitos de higiene para el bienestar de su salud y poder prevenir enfermedades.
2. Aprenda estrategias para la adecuada práctica de hábitos de higiene para el bienestar de su salud y poder prevenir enfermedades.
3. Actúe con responsabilidad practicando buenos hábitos para el beneficio personal, de su familia y comunidad

CAPITULO I

Hábitos de Higiene



El que los niños adquieran actitudes y hábitos adecuados en relación a la higiene personal, así como del entorno, es importante dentro de las actuaciones de Educación para la salud que se realizan en los centros docentes, sobre todo con los más pequeños

En la adquisición de estos hábitos juega un papel fundamental la familia. El niño tiende a hacer aquello que ve, aunque en el colegio se hable sobre higiene y se tenga establecida una serie de hábitos, difícilmente llegarán a formar parte de su estilo de vida si sus padres con su actitud y comportamiento no contribuyen a ello. Es importante que el niño disponga de todos los útiles necesarios para su aseo: jabón, papel higiénico, cepillo de dientes, peine, toalla... y se sienta responsable de ellos. Sí come en el colegio sería interesante que dispusiera de una bolsita de aseo o al menos cepillo y pasta dental. Por supuesto en el colegio debe haber siempre papel higiénico, jabón y toalla

Los padres y educadores se encuentran con frecuencia con el problema de que los niños no quieren lavarse. Hay que abandonar posiciones moralistas, en las que

la limpieza es buena y la suciedad es mala, es necesario insistir en la higiene del entorno y el aseo personal como fuente de bienestar y vivencias agradables. Lavarse no es un deber ingrato impuesto, sino algo que puede hacer que el niño/a se sienta a gusto. No martillar al niño/a con conductas aconsejables, se debe dejar que el niño experimente por sí mismo las diversas sensaciones, ensuciarse puede ser agradable y lavarse luego también. La limpieza no debe ser una obsesión ni para el profesor ni para los padres, más que decirle al niño que no se ensucie ni ensucie, hay que enseñarle a limpiarse, a mantener el entorno limpio y proporcionarle los medios y el tiempo necesario para ello.

La higiene es un concepto que va mucho más allá de la limpieza o asco: comprende otra serie de aspectos como el ejercicio físico, la alimentación, el sueño. La higiene personal y del entorno son básicas para mejorar la salud. La limpieza aumenta la sensación de bienestar personal y facilita el acercamiento de los demás y en consecuencia, las relaciones interpersonales.

El ambiente en que se desenvuelve el individuo debe reunir unas condiciones higiénicas adecuadas (aireación suficiente, ausencia de humedad y polvo, sistema de eliminación de aguas...) para mantener un óptimo estado de salud. Es importante que los niños aprendan a valorar el hecho de la higiene como medida para el logro de un mayor bienestar personal con los demás. Padres y educadores tienen un papel fundamental en la adquisición de estos hábitos. Promueve la salud y el bienestar personal, ayuda a mejorar la vitalidad del cuerpo y mantenerlo en un estado saludable.

Los hábitos de higiene y salud ayudan a las personas a cuidar y a valorar su propio cuerpo y a percibir con satisfacción la limpieza como bienestar personal. (por ello, es importante crear hábitos de higiene en el niño, desde edades muy tempranas, les transmite sensación de bienestar y de seguridad).

HIGIENE DE LA PIEL

La piel constituye una de las primeras barreras del organismo para defenderse de las agresiones del medio, es además un órgano de relación porque en ella está el sentido del tacto.

El baño es importante para la limpieza de la piel, la estimulación y la musculación de las personas. Es preferible que el baño sea siempre a la misma hora, es recomendable que sea por la noche ya que ayuda a relajarse al ser humano, y siempre antes de la cena o de la comida.



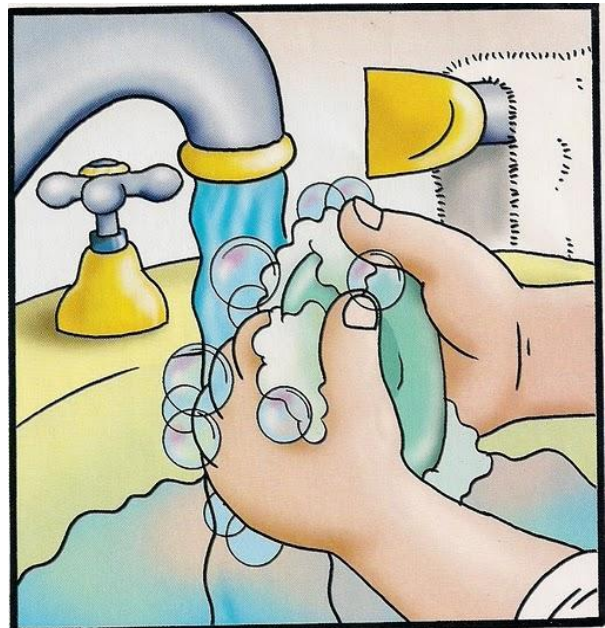
Conviene ducharse o bañarse al menos 3 ó 4 veces a la semana. Es recomendable en épocas de verano diariamente.

En niños menores de 3 años es conveniente que sea diario con jabones neutros. Es mejor utilizar nuestras propias manos haciendo masaje, pero si se emplean manoplas o esponjas, deben ser de uso individual. Es conveniente en niños menores de 2 años aplicarles crema hidratante por todo el cuerpo para hidratarle y a la vez para masajear al bebé / niño para ayudarle a relajarse y establecer contacto físico que les proporciona seguridad, fomentando la relación afectiva con el adulto. Los desodorantes normalmente cambian el olor del cuerpo por otro pretendidamente agradable pero no deben usarse los antitranspirantes ya que impiden la sudoración privando al organismo de los beneficios que esta aporta.

HIGIENE DE LAS MANOS-UÑAS

Las manos, por su relación directa y constante con el medio, son uno de los más importantes vehículos de transmisión de infecciones. Hay que lavárselas con agua y jabón:

- ↔ Al levantarse de la cama.
- ↔ Después de tocar animales
- ↔ Cada vez que estén sucias
- ↔ Antes de manipular alimentos
- ↔ Antes y después de curar cualquier herida después de ir al baño.
- ↔ Cuando se ha estado en contacto con posibles fuentes de contaminación y/o intoxicación (basura, estiércol, tierra, productos tóxicos...)
- ↔ Es importante lavarse las manos antes y después de cada comida, después de ir al baño y siempre que estén sucias. Por ejemplo, hemos jugado en el parque con la tierra, hemos estado tocando cualquier animal (perro, gato, etc), después de manipular arcilla, plastilina, pinceles, etc



Especial atención merecen las uñas ya que su estructura hace que se acumule fácilmente la suciedad esto hace necesario la utilización de cepillo para limpiarlas. Es aconsejable cortárselas frecuentemente. El corte debe ser de forma redondeada las uñas de las manos y la de los pies el corte debe ser recto para no provocar uñeros. Esta actividad debe de realizarse de 1 a 2 veces por semana, en niños menores de 3 años por su rápido crecimiento así evitaremos que se arañen, arañen a otros niños y cojan enfermedades, ya que tienden a chuparse las manos con frecuencia. Es aconsejable lavarse las manos con jabón, aclararse bien y secarse correctamente con la toalla.

HIGIENE DE LOS PIES

La limpieza de los pies merece un tratamiento especial. Conviene lavar diariamente los pies (sobre todo en las épocas de verano) por la sudoración excesiva que se produce, para no producir un olor desagradable, y para que no aparezcan ampollas (por la poca ventilación que tiene algunos calzados). Haciendo especial hincapié en la limpieza entre los dedos.



Las uñas de los pies deben cortarse después de la ducha o baño y en línea recta para no producir encarnaduras.

Los zapatos deberán ser cómodos, preferentemente de materiales naturales, para facilitar la transpiración y adecuados al tamaño del pie, pues un zapato excesivamente amplio puede ser incómodo y dar lugar a torceduras, por el contrario si es demasiado estrecho impide el desenvolvimiento natural del pie, produciendo durezas, rozaduras e incluso deformaciones (juanetes).

HIGIENE DEL CABELLO

El cabello se ensucia con mucha facilidad porque retiene el polvo, las secreciones del cuero cabelludo y su descamación (la caspa). En niños mayores 3 años es recomendable lavarse la cabeza entre dos y tres veces por la semana. Para la realización de una buena limpieza es conveniente enjabonarse el cabello friccionando con la punta de los dedos (pero no con las uñas) de manera prolongada. Al final se ha de aclarar bien para asegurar que no haya quedado restos de jabón. Aunque hay que fomentar la autonomía en el baño cuando son pequeños, esta actividad debe supervisarse por el adulto para asegurarnos de que se ha llevado a cabo de forma adecuada.

Estas medidas generales deben de modificarse en casos especiales como en el supuesto de existir piojos.

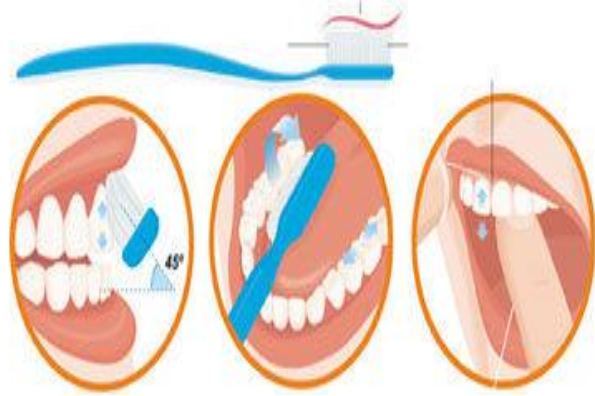
Dada la facilidad de contagio y el hecho de que cualquiera, niño o adulto, siendo limpio, pueda ser contagiado, es necesario:

- Revisión periódica del pelo.
- Ante la aparición de piojos usar un champú o loción antiparasitaria adecuados, existen muchos en el mercado. Consulte a su farmacéutico y él le indicará el más conveniente.

- El éxito del tratamiento radica en aplicar el antiparásito a todos los niños y adultos al mismo tiempo y repetir la operación de nuevo a la semana
- El uso de champús antiparasitarios de forma preventiva puede crear resistencia en los piojos y problemas de piel, por lo que no está recomendado.

HIGIENE BUCODENTAL

Introducir el hábito en edades tempranas ya que dicha adquisición es importante para el futuro de su salud dental, dicho hábito debe introducirse sobre los 18 meses, solo con el cepillo sin aplicar pasta de dientes para que vayan tomando contacto y adquiriendo el hábito. A partir de los 3 años se puede utilizar pasta de dientes especial para niños, antes no es conveniente aplicarla ya que ellos no son capaces de enjuagarse ellos solos y se comen la pasta de dientes. Conviene cepillarse los dientes después de cada comida, siendo el más importante el cepillado de antes de irse a dormir, ya que es por la noche cuando la proliferación de bacterias es más activa.



El cepillado será desde las encías hacia los dientes, el cepillado será con movimientos pequeños y circulares, primero por fuera y luego por dentro. Este hábito deberá estar supervisado por un adulto hasta los 7 u 8 años que ellos ya lo hayan adquirido.

Estos cuidados son básicos para producir bienestar, mejorar las relaciones con otras personas evitando el mal olor de boca, prevenir caries dental y posibles enfermedades.

Estos cuidados son básicos para producir bienestar, mejorar las relaciones con otras personas evitando el mal olor de boca, prevenir caries dental y posibles enfermedades.

HIGIENE Y CUIDADO DEL CUERPO

La salud y la educación son las encargadas de fortalecer y promover factores protectores de salud entre ellos la higiene y los hábitos saludables, desde un enfoque de calidad de vida, derechos y participación. La higiene personal y del entorno va mucho más allá de las meras prácticas de aseo. Es uno de los componentes fundamentales de un estilo de vida saludable y se encuentra relacionada con otros temas como la alimentación, el ejercicio físico y la salud mental.

En consecuencia, el aprendizaje de hábitos de higiene y cuidados personales cumplen funciones importantes en la formación integral de las personas:

- Mejorar la salud y el bienestar del individuo y la comunidad.
- Prevenir la aparición y desarrollo de enfermedades.
- Facilitar las relaciones interpersonales.
- Contribuir a la formación de una imagen positiva de sí mismos.

Higiene: La higiene personal está constituida por el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Es el concepto básico de aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.

Habito: Se refiere a toda conducta que se repite en el tiempo en forma regular y de modo sistemático.

Vida saludable: Tiene factores determinantes como:

- Llevar una alimentación equilibrada.
- Mantener hábitos higiénicos adecuados.
- Disfrutar del tiempo libre.
- Prevenir accidentes.
- Ejercitar la mente.
- Realizar deporte o actividad física.
- Tener una mejor calidad de vida y bienestar.
- El correcto lavado de manos en forma cotidiana y en momentos específicos significa prevención:
- Mojar las manos con agua de la canilla.
- Frotar con jabón las palmas y la parte superior. Luego las muñecas y entre los dedos
- Cepillar muy bien las uñas.
- Enjuagar completamente las manos con abundante agua hasta retirar todo el jabón.
- Secarlas con papel descartable o con una toalla limpia y seca.
- Cerrar la llave de agua con el mismo papel o toalla.
- Al llegar a casa
- Antes de comer
- Antes de preparar o servir alimentos.
- Después de ir al baño.
- Después de utilizar pañuelos.
- Después de jugar y de tocar dinero o animales.

Para mantener un estado óptimo de salud la higiene cumple una función muy importante. Existen diferentes microorganismos (bacterias, hongos, virus y parásitos) muy pequeños invisibles a los ojos que se encuentran en todas partes: en el aire, en la tierra, en el agua, en el cuerpo y también en los alimentos. Viven en diferentes lugares baños, basurales, agua no segura, frutas y verduras mal lavadas, carnes crudas, en los animales, en las patas de los insectos y en los objetos que tocamos.

Los microorganismos son seres vivos y no se mantienen quietos: cruzan de una persona, un animal o un alimento a otro siempre que se den las condiciones (alimento, agua, calor y tiempo) para crecer y multiplicarse, dando origen a diferentes enfermedades. Por eso es primordial, además de la higiene personal, la limpieza en el hogar.

Higiene Personal

La higiene personal tiene por objeto situar a la persona en las mejores condiciones de salud frente a los riesgos del ambiente y del propio ser humano. Tener una buena higiene personal depende de uno mismo. La autoestima juega un papel fundamental frente a este aspecto, pues quien se aprecia y valora se esfuerza por verse y mantenerse bien.

Higiene de los alimentos

10 Reglas de oro para la higiene y seguridad de los alimentos (OMS)

1. Elegir alimentos procesados higiénicamente, los que se comen en crudo deben ser lavados cuidadosamente.
2. Cocinar bien los alimentos a temperatura adecuada, en particular los crudos (carne, pollo, pescados, huevos).
3. Consumir inmediatamente los alimentos cocidos porque a temperatura ambiente los microbios comienzan a reproducirse.
4. Guardar cuidadosamente los alimentos cocidos, almacenarlos en condiciones de calor o frío dependiendo del tipo de alimento que queremos conservar.
5. Recalentar bien los alimentos cocidos; esta es la mejor medida de protección contra los microbios que pueden haber crecido durante el almacenamiento.
6. Evitar el contacto entre los alimentos crudos y cocidos, cuando esto sucede se denomina contaminación cruzada. Un alimento cocido se contamina con el contacto con uno crudo.
7. Lavarse las manos: Antes y durante la preparación de los alimentos, después de ir al baño y antes de comer.
8. Conservar limpias todas las superficies de la cocina y todos los utensilios que se utilicen.

9. Mantener los alimentos fuera del alcance de los insectos, roedores y otros animales.
10. Utilizar agua segura tanto para beber, lavar y preparar los alimentos.

Cómo adquirir hábitos de higiene

Los padres, la familia y los docentes deben dar siempre el ejemplo fomentando hábitos desde temprana edad, teniendo en cuenta:

- Regularidad en el tiempo: La práctica diaria da las pautas de higiene en el transcurso del tiempo generan hábitos que contribuyen y colaboran con el bienestar físico y psíquico del organismo.
- Ambiente apropiado: Debe existir un entorno propicio tanto en el hogar como en la escuela y en diferentes lugares que se frecuente. Los elementos de higiene deben estar al alcance de todos (agua, lavabos, jabón, papel, toallas, etc.).
- Cada momento debe ser grato: Propiciar actividades que permitan el aprendizaje y aplicación de hábitos de higiene a través de contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales que favorezcan el desarrollo del niño/a y adolescente.
- Ser creativo e innovador: Si un método o sistema para crear hábitos higiénicos no da resultado, se debe ser paciente y creativo, innovar en tácticas motivadoras para lograr la salud integral en el niño/a y adolescente.

IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL

Hábitos tan cotidianos como lavarse las manos, los dientes y bañarse son esenciales para prevenir enfermedades. En otras palabras, los hábitos de higiene son los que nos permiten vivir con buena salud y mantener una mejor calidad de vida. Esa es la importancia de la higiene personal, una costumbre que todos debemos tener desde que somos niños.

La higiene personal es más que lavarse las manos, el cuerpo y los dientes. También implica desde usar ropa limpia, cubrirnos la boca cuando tosemos hasta tener las uñas limpias y prolijas. Esto es esencial tanto para proteger nuestra salud como la de quienes nos rodean.

¿Por qué es tan importante cumplir con los hábitos de higiene?

Básicamente, cumplir con los hábitos de higiene es imprescindible para prevenir infecciones y enfermedades; ¡si serán importantes entonces! Pero no nos debemos olvidar de otra cosa importante: nuestra apariencia.

Tener una apariencia limpia es clave para ser aceptados en nuestros roles sociales. ¿Te imaginas la impresión que generarías en los demás si no te bañas, si no te lavas el cabello o no te limpias los dientes? ¡Sería terrible! Esto es considerado por todos indeseable y podría afectar nuestras relaciones.

Si quieres evitar enfermedades y vivir más saludablemente desde todo punto de vista, estos son los hábitos que debes cumplir sí o sí. Recuerda siempre la importancia de la higiene personal.

LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO PREVENCIÓN DE SALUD

La escasa actividad física que exigen los estilos de vida en las sociedades desarrolladas ha puesto de manifiesto la necesidad de realizar algún deporte. La actividad física y deportiva se ha convertido en una necesidad social para reducir riesgos e incluso costes sanitarios derivados del sedentarismo, el exceso de alimentación o el estrés.

Frente a un tipo de deporte o actividad física muy de moda en nuestra sociedad, debe imponerse un modelo en el que dicha actividad física sea fuente de salud y de bienestar físico y mental. En este sentido, la práctica de una actividad física adaptada a las posibilidades y necesidades de cada uno, nos ayuda a mantener la salud y mejorar el desarrollo psicofísico.

El ejercicio físico contribuye al mantenimiento del estado de salud, fundamentalmente desde el punto de vista preventivo en cuanto que ayuda al organismo en la no aparición de la enfermedad, contribuyendo a su bienestar físico, psíquico y social.



COMO ACTUAR EN CASO DE CONTINGENCIA

La práctica de normas de higiene personal, social y ambiental puede verse afectada al presentarse situaciones inesperadas como: terremotos, inundaciones, incendios u otras que crean emergencias y pueden afectar las viviendas, las escuelas o la comunidad. Sin dejar de considerar las dificultades de tales situaciones, es fundamental la aplicación de normas mínimas de higiene personal, social, ambiental que contribuyan a mantener la salud individual y colectiva de la población afectada.

En este sentido, se deben realizar algunas acciones básicas de higiene, que aplicadas favorecerán a las personas que se ven en situaciones de emergencia. Algunas recomendaciones son:

- Seleccionar y emplear lugares específicos para colocar la basura y otros desperdicios, si es posible depositarlos en bolsas plásticas o recipientes con tapa.
- Destinar recipientes, lo más adecuados posibles, para la conservación del agua potable.
- Seleccionar y acondicionar un espacio adecuado que cumpla las funciones de baño, con el fin de tener delimitada la ubicación de excretas.
- Seleccionar y acondicionar un espacio adecuado y limpio para almacenar y preparar los alimentos.
- Organizar la distribución y consumo de alimentos en un lugar determinado del espacio seleccionado.
- Mantener limpias las manos al manipular los utensilios y los alimentos.



Buenos hábitos de higiene



Los buenos hábitos de higiene son esenciales para mantener la buena salud. Puede parecer una tontería, pero así es: la higiene previene de muchas enfermedades causadas por virus y bacterias, aunque lo cierto es que no siempre se toman las medidas necesarias.

Una buena higiene: Una buena higiene no solo mejora nuestra salud física sino que también nos hace sentir mejor psicológicamente. Esto puede parecer una locura, pero así es: las personas con pelo sucio, mal olor corporal, ropa en mal estado, dientes faltantes y otros signos de mala higiene, a medida son discriminados.

Higiene de la ropa: Debemos cambiar la ropa regularmente, principalmente la ropa interior y la de cama. La primera debe cambiarse todos los días, y la ropa de cama al menos una vez cada dos semanas. No debemos compartir toalla con otras personas, y estas deben secarse siempre muy bien.

¿Por qué la gente tiene una mala higiene?

A menudo, la mala higiene no se debe a una falta de educación en los hábitos de higiene, sino más bien a otros problemas más profundos. Cuando una persona está deprimida, se olvida de sí mismo, lo que puede llevar a una mala higiene personal.

Debemos ser educados y ayudar a las personas que tienen malos hábitos de higiene a cuidar de su salud. Es un tema delicado de tratar, pero puede conseguirse correctamente.

Estos son algunos de los buenos hábitos de higiene. Sin duda, sentirse limpio nos ayuda a sentirnos mejor en todos los aspectos. Estos son los cuidados más básicos; luego, cada uno elige otros hábitos de higiene propios, como desmaquillarse y exfoliarse, por ejemplo.

Consecuencias de la falta de higiene personal

La higiene personal incluye todas las rutinas diarias que ayudan a mantener tu cuerpo limpio. Esto incluye hábitos saludables regulares de cepillarte los dientes, lavarte el pelo, lavarte las manos, limpiar tu cuerpo con agua y jabón, usar desodorante cuando sea posible y mantener tu ropa limpia. Cuando las personas no aprenden estos hábitos, o los omiten, pueden desarrollarse ciertas consecuencias que van desde problemas sociales a enfermedades potencialmente graves.

Olor del cuerpo: Una de las primeras y más prominentes consecuencias de la falta de higiene es el olor corporal. Esto ocurre debido a la interacción de las bacterias y el sudor producido por las glándulas apocrinas. Como las bacterias prosperan en el sudor sin lavar, con el tiempo producen el olor comúnmente asociado con el olor corporal. El olor corporal también puede provenir de malos hábitos en el baño, lo que resulta en el olor de las heces o la orina.

Mal aliento: El mal aliento resulta una consecuencia más fácilmente reconocible de la falta de higiene. Comúnmente se desarrolla a partir de no cepillarse ni limpiarse con hilo dental regularmente. El mal aliento se forma debido a dos razones principales. En primer lugar, las bacterias prosperan en las partículas de alimentos que se pegan a los dientes. Como las bacterias digieren la comida, sus subproductos resultan en mal olor. Los alimentos también pueden quedar atrapados en los dientes y pudrirse con el tiempo, produciendo un olor fétido, de acuerdo con la American Dental Association.



ACTIVIDADES

Instrucciones:

Identificar dentro de la sopa de letras palabras que se le indican y que están relacionadas con los hábitos de higiene.

J	A	B	O	N	W	X	M
F	P	X	M	O	C	O	S
L	E	P	C	A	R	V	L
U	I	O	H	R	R	E	M
O	N	C	A	R	I	E	S
R	E	S	M	P	E	A	C
J	I	U	P	I	O	J	O
R	Z	S	U	D	O	R	A

Flúor

Champú

Jabón

Caries

Piojo

Piel

Sarro

Mocos

Peine

CAPÍTULO II

Conservación de la Salud



Nuestra salud física es importante; tanto es así que una buena salud nos permite lograr, en una forma más fácil, las metas que nos propongamos en la vida. Por esta razón debemos entender lo que necesitamos hacer para mantenernos y para mantener a los nuestros en buen estado de salud. Aunque muchas veces no tengamos una salud perfecta, el Señor espera que tengamos el mejor estado de salud física que sea posible.

Cómo proteger la salud

Los médicos nos enseñan que, además de desarrollar y practicar los buenos hábitos de la higiene, debemos protegernos contra las enfermedades por medio de inmunizaciones (vacunas). La poliomielitis, por ejemplo, es una enfermedad que hace un tiempo mataba y lisiaba a muchas personas. Hace unos pocos años un médico-científico descubrió la forma de proteger a las personas de tan terrible enfermedad dándoles una inmunización o vacuna. Cuando nos vacunamos, generalmente recibimos una inyección de esta medicina en el brazo. Para algunas enfermedades necesitamos solamente una inyección, mientras que para otras puede ser que necesitemos varias, con intervalos entre una y otra.

En casi todo el mundo, podemos recibir vacunas en el hospital y en el consultorio médico. Podemos vacunarnos contra enfermedades tales como el sarampión, las paperas, la rubéola, la difteria, la tos convulsiva, la fiebre tifoidea, la viruela, la poliomielitis, la influenza o gripe y el tétanos.

Además de las vacunas, la medicina moderna ha desarrollado medicamentos en forma de líquidos, de pastillas y de otras clases para prevenir y curar enfermedades, los que deben usarse cuidadosamente y de acuerdo con las instrucciones que nos den los médicos y las enfermeras. Nunca debemos ingerir o usar los medicamentos que el doctor haya recetado a otra persona.

Otra buena manera de prevenir las enfermedades es hacerse un examen (reconocimiento) médico por un especialista de la salud o por un médico, por lo menos una vez al año si es posible. Mediante esos exámenes regulares se pueden detectar los primeros síntomas de alguna enfermedad o dolencia. Dado que los jóvenes deben tener un reconocimiento médico antes de ir a la misión, el participar en dichos reconocimientos médicos regulares es una de las maneras de prepararse para ir a la misión.

Qué debe hacerse cuando hay una enfermedad

En general, si ocurre una enfermedad seria, la mejor ayuda médica disponible la proporciona un médico o un hospital. No sólo debemos acudir a los médicos o a las clínicas de salud cuando estemos enfermos, sino que también debemos pedirles que nos capaciten con respecto a los buenos hábitos de higiene.

Desafortunadamente, algunas personas creen que el hecho de acudir a un médico demuestra falta de fe en el Señor. Es cierto que el Señor espera que pongamos en práctica nuestra fe y el poder del sacerdocio cuando estamos enfermos, pero también espera que aprovechemos los servicios y el conocimiento médicos que disponemos.

Cuando experimentemos cualquiera de estos síntomas, debemos comunicarnos de inmediato con un médico, con el hospital o con un trabajador de la salud. Muchas veces demoramos en conseguir el debido cuidado médico; sin embargo, esto puede conllevar a incapacidades graves, a largos períodos de enfermedad o aun la muerte.

10 reglas para mantener una buena salud

1. Buena alimentación. La idea es comer cada cuatro horas alimentos de alto valor biológico, en cantidades menores y siguiendo estas reglas: los carbohidratos que deben ser siempre integrales, jamás refinados ni con preservativos, son solamente para desayunar, porque en ese horario se necesita energía para realizar las actividades cotidianas.



2. Actividad física: Como mínimo haga ejercicio por 30 minutos, tres veces a la semana, ya que de esta manera se estimula la producción de la hormona del crecimiento que es la encargada de remodelar los músculos y los huesos.

3. Control del estrés: Los problemas se presentan cuando no se puede manejar el estrés cotidiano, allí es cuando viene el desgaste que termina convirtiéndose en enfermedad. Si el estrés supera su capacidad entonces hay que hacer terapias físicas y en algunos casos psicológicas.



4. El sueño y descanso reparador: Dormir menos de ocho horas puede tener resultados negativos en la salud. El día tiene 24 horas que deben utilizarse de la siguiente manera: ocho horas para trabajar, ocho horas para cuidarse (comer sano, hacer ejercicio, aseo personal) y ocho horas para dormir, si esto no se cumple no se produce la hormona de la juventud que es la que repara los tejidos.

5. Protéjase del sol. La recomendación es usar diariamente un bloqueador con FPS mayor a 30 y aplicarlo cada dos horas si estás muy expuesto al sol, porque los rayos ultravioleta oxidan las células y las degradan. El hecho de que el protector solar tenga un factor de protección alto no implica que su efecto vaya a durar mucho más tiempo, hay que aplicarlo constantemente para garantizar su efectividad.



© Rosa M. García Hdez 09/07/24

6. Ame y limpie su cuerpo. El medio ambiente que tiene más cercano es su propio cuerpo, por eso es tan importante una higiene corporal adecuada y constante que disminuya la posibilidad de contaminarse con gérmenes que pululan en el ambiente y que podrían causar una infección o una enfermedad grave. Además, la limpieza corporal le generará una sensación de bienestar que le permitirá agradarse a usted mismo y a los demás.

7. Deje el vicio. El consumo de drogas, aceptadas o no socialmente hablando, están dentro de los factores que más atentan contra la salud, no solo de quienes las consumen, sino de quienes los rodean. Los miembros de la familia de un fumador, por ejemplo, tiene una gran probabilidad de desarrollar patologías físicas y psicológicas porque finalmente son fumadores pasivos, están expuestos a las toxinas y al conflicto que puede significar tener un fumador en casa.



8. Visite al médico. Debe darle mantenimiento a su cuerpo mediante la visita al especialista en salud por lo menos una vez al año. El chequeo consiste en un examen físico, la realización de un Perfil 20 con el cual se revisan 20 parámetros en sangre, y en el análisis de cualquier cambio físico o conductual que reporte la persona en consulta.

9. Actitud positiva: Mantenga una buena actitud frente a la vida, de esta manera logrará incrementar las cosas buenas que llegan hacia usted y se mantendrá alejado de enfermedades somáticas.



10. Separe un tiempo a la diversión: realice actividades que le diviertan, comparta agradables momentos en compañía de familiares y amigos, emplee la risoterapia, pues de esta manera garantizará una buena salud mental y disminución del estrés que produce varias enfermedades.

Importancia de la Salud

La salud es uno de los elementos más relevantes para el desarrollo de una vida larga y cualitativa. En este sentido, la importancia de la salud reside en permitir que el organismo de una persona, o de un animal, mantenga buenos estándares de funcionamiento y pueda así realizar las diferentes actividades que están en su rutina diaria. La salud es un fenómeno que se logra a partir de un sinfín de acciones y que puede mantenerse por mucho tiempo o perderse debido a diversas razones. La salud es algo que se puede recuperar también pero muchas veces puede costar lograrlo. Cuando hablamos de importancia de la salud estaremos entonces refiriéndonos al valor que la salud tiene para que una persona pueda llevar una buena calidad de vida en todos sus diversos aspectos.



Podemos definir a la salud como el estado en el cual un organismo no presenta enfermedades, condiciones virales o complicaciones. Si bien es difícil a veces lograr un estado de completa salud debido al estilo de vida agitado y estresante que llevamos a cabo, son muchas las acciones que una persona puede tomar para asegurarse que ese estado de salud sea el que caracterice a su organismo. Para estar sana, una persona debe combinar ciertas acciones o actitudes tales como llevar a cabo una buena alimentación, realizar ejercicios de manera regular, no consumir sustancias tóxicas o adictivas como el tabaco, alcohol o cualquier tipo de droga y realizar chequeos médicos de manera regular para prevenir o controlar posibles complicaciones.

Todas estas acciones hacen que una persona lleve una vida lo más saludable y segura posible y aquí notamos entonces la idea de cuán importante la salud es para que un individuo pueda enfocar sus días con un mejor estado de ánimo, con más vitalidad y energía, con mejores expectativas a futuro, etc. Normalmente, aquellas personas que no cuidan su salud o que se encuentran en un estado constante de enfermedad no se detienen a pensar en lo importante que la salud es y, por lo tanto, suelen mostrar afecciones causadas por ese constante estado de ausencia de salud: malos estados de ánimo, falta de energía, estados depresivos, complicaciones del organismo secundarias, etc.

La salud está reconocida como un derecho fundamental de toda persona (conocidos también como "derechos humanos") y es por eso que se vuelve imprescindible para el desarrollo íntegro y óptimo de la persona. La Organización Mundial de la Salud (OMS), declaró que ante todo la salud es la ausencia de enfermedades, afecciones o cualquier tipo de dolencias que aquejen cualquiera de las partes de nuestro cuerpo, y ya sea la parte física o la parte emocional-psíquica. Pero además de esto, ha agregado que estar saludables significa sentirnos plenos, vigorosos, sanos, enérgicos, para llevar adelante todas las actividades que diariamente realizamos: estudiar, trabajar, entrenar, jugar (en el caso de los niños o de quienes tienen hijos), y sentirnos concentrados y atentos en aquellas acciones cotidianas que lo necesitan: realizar compras, manejar vehículos, caminar, leer, etc.



Si bien se asocia muchas veces la salud junto con la medicina puesto que ésta es la rama de la ciencia que aborda el estudio y análisis de las causas que generan enfermedades y buscan su cura, estar sanos, tener salud, no sólo implica tener el calendario de vacunación completo, visitar al médico de confianza cada tres o seis meses y tomar medicamentos cuando tenemos dolencias. La salud va más allá e implica también a la nutrición (rama de la medicina, que aun así suele prepararse de manera separada a los profesionales que se especializan en esta área) y la actividad física.

La nutrición supone mantener una dieta o alimentación equilibrada. Por dieta no entendemos claro aquellas con objetivos de bajar de peso o estar más delgados, sino que entendemos el concepto "dieta" como la base de una alimentación sana y equilibrada, incorporando alimentos favorables a nuestro organismo y descartando a aquellos que, en la mayoría de los casos, con el paso del tiempo, traen males mayores: diabetes, problemas cardíacos, colesterol alto, triglicéridos, gastritis, etc.

La actividad física, por otra parte, incluye toda actividad que se realice para ejercitar el cuerpo. En el caso de los deportes pueden realizarse por algo más que sólo "ejercitar" –porque gusta o porque se siente pasión por eso- pero quienes no viven del deporte ni de ninguna disciplina deportiva, el ejercicio durante al menos treinta minutos por día –y ser constantes en cumplirlo- facilita el funcionamiento del metabolismo corporal, además de quemar calorías y otorgar energías al cuerpo. La vida sedentaria –ausencia de actividad física- trae problemas severos con el paso del tiempo: reuma, artritis, problemas respiratorios, dolencias en los huesos, obesidad, entre otros.

La importancia de mantener una buena salud física y mental

Las opciones que disponemos para mejorar nuestra salud física son las que solemos tener más en cuenta en nuestro día a día, o las que al parecer nos resultan más fáciles de identificar por el conocimiento general que tenemos de ellas: seguir una alimentación sana y equilibrada y realizar ejercicio físico.

Para alimentarnos de manera sana podemos empezar por repartir convenientemente durante el día entre tres y cinco comidas (tres es el número habitual en nuestro país pero algunos nutricionistas recomiendan ampliarlas a cinco o incluso seis), evitando los atracones y cuidando lo que comemos. Pero atención, aumentar el número de veces que comemos durante el día no nos asegura que lo hagamos de forma sana... seguir una buena alimentación saludable es nuestra responsabilidad.

El ejercicio físico comparte importancia con la buena alimentación y una forma sencilla de mejorar nuestra condición física es realizando pequeños cambios en nuestra rutina diaria como subir las escaleras del metro, ir andando a lugares cercanos o realizar algún paseo semanal... Si nos vemos con suficiente energía siempre podemos apuntarnos a un gimnasio, salir a correr o buscar una actividad deportiva que nos sea atractiva para ayudarnos a mantener activo nuestro organismo.

El deporte es bueno para el cuerpo pero sobre todo puede ayudarnos a eliminar el estrés acumulado. Aunque el estrés es necesario, solo es malo cuando es excesivo, si no nos deshacemos de ese excedente puede que un día sin darnos cuenta suframos de ansiedad. Y la ansiedad al mismo tiempo puede provocarnos entre otras cosas ganas de comer y esto puede convertirse en el principio de un círculo vicioso, ya que una de las consecuencias más comunes del estrés es la obesidad y el sobrepeso.

Y es que todo importa para la salud, un cuerpo en forma ayuda progresivamente a tener una mente sana y viceversa. Usemos nuestra alimentación para ayudar a nuestro cuerpo y mente a mantenernos sanos.

ACTIVIDADES

Instrucciones:

Lee y responde correctamente en cada uno de los enunciados.

1. Cómo podemos proteger la salud:

2. A que se refiere la conservación de la salud:

3. Que efectos negativos pueden causar los vicios a nuestro organismo:

4. Cuanto ejercicio físico debemos realizar en el día:

5. Escriba tres reglas para mantener una buena salud:

CAPÍTULO III

Prevención de enfermedades

La prevención de enfermedades de nuestro cuerpo está a cargo del Sistema Inmune, cuyas defensas naturales, los anticuerpos, combaten a los microorganismos dañinos y nos ayudan a estar sanos y prevenidos. La prevención se apoya en algunos puntos básicos como buena alimentación y ejercicio, para tener un cuerpo sano y fuerte; además, las vacunas también nos ayudan en la prevención contra enfermedades graves.

La prevención de enfermedades depende de nuestras defensas naturales: el sistema inmune y sus anticuerpos. Las vacunas refuerzan el sistema inmune y contribuyen a la prevención de enfermedades.

Las enfermedades y el sistema inmune.

Nuestro cuerpo tiene defensas naturales que evitan algunas enfermedades y nos curan de algunas otras. Este sistema de defensa del cuerpo se llama “**sistema inmune**”. Las **bacterias y los virus**, que de tan diminutos no se pueden ver a simple vista, pero sí con los microscopios, son microorganismos que causan las enfermedades que pueden contagiarse, como la gripe.



A veces, el sistema inmune no alcanza para combatirlos y necesitamos remedios que los eliminen, o vacunas que prevengan al cuerpo de estos microorganismos.

Cuando nos dan las **vacunas**, lo que nos están dando son defensas específicas para ese microorganismo. Las vacunas son importantes porque evitan que nosotros nos enfermemos, por eso solemos ver que hay varias campañas de vacunación.

Además de las vacunas, lo principal es conservar una **buena salud** de nuestro cuerpo. Para lograr esto es mejor que estemos bien alimentados, que hagamos ejercicios y que no pasemos frío, porque cuanto mejor tengamos a nuestro cuerpo, mejor van a estar nuestras defensas. El sistema inmune también tiene que nutrirse y funciona mejor si está bien cuidado. A veces nos enfermamos porque nos bajan las defensas, quizás porque tomamos frío o no nos alimentamos bien. Cuando esto ocurre es más probable que nos enfermemos porque pueden entrar más fácil los microorganismos.



Las *vitaminas* y *minerales* se usan para fabricar los **anticuerpos**. Por eso es bueno alimentarse variado porque las sustancias que nuestro cuerpo necesita para defendernos y para todo el resto de las funciones, no están en un solo alimento, sino en muchos diferentes. Otra cosa que se puede hacer para ayudar a nuestro sistema inmune es lavarse las manos antes de comer, para que las bacterias y virus que están en nuestras manos, no entren al cuerpo cuando tocamos la comida.

Factores que influyen en la salud

Según el reporte de La Londe, del año 1974 realizado en Canadá, sugiere que existen cuatro determinantes generales que influyen en la salud, a los cuales llamó, "biología humana", "ambiente", "Forma de vida" y la "organización del cuidado de la salud" Una Nueva perspectiva de la salud de los canadienses] De esta manera, la salud es mantenida por la ciencia y la práctica de medicina, pero también por esfuerzo propio. Fitness, una dieta saludable, manejar el estrés, el dejar de fumar y de abusar de otras sustancias nocivas entre otras medidas son pasos para mejorar la salud de alguien. Por otra parte, el estilo de vida es el conjunto de comportamientos o aptitudes que desarrollan las personas, es decir, pueden ser saludables o nocivas para la salud y además podemos encontrar que es la causa de las enfermedades dentro del factor huésped.

Tener una dieta equilibrada, que incluya todos los grupos de alimentos, y realizar actividad física moderada con regularidad (150 minutos de ejercicio a la semana) son factores clave en la mejora de salud. Además de no fumar, consumo moderado de alcohol, tomar cinco piezas de fruta y verdura al día y tener un peso normal. Estos cambios en los hábitos de vida combatiría enfermedades cardiovasculares crónicas y diabetes.

La prevención de enfermedades a través de la higiene y el Saneamiento.

El saneamiento inadecuado puede causar varias enfermedades. Prevenga las enfermedades manteniéndose bien limpio al igual que sus alrededores.

Equipo Limpio

1. Use utensilios limpios. Lave los platos en agua tratada con blanqueador cloro.
2. Examine la ropa de cama. Quite cualquier suciedad y manténgala lo más limpia posible.
3. Si vierte algún líquido o comida, límpiela lo más pronto posible para evitar problemas de hormigas u otros insectos.

Medidas para prevenir enfermedades

Una de las preocupaciones diarias de los padres y personas que cuidan a los niños son las enfermedades infecciosas. Cuando un chico se enferma puede contagiar a otros niños, a quienes lo cuidan y a sus familias.

Hay algunas medidas muy simples que pueden ayudar a evitar algunas enfermedades infecciosas y reducir el riesgo de contagio.

Esté preparado, no espere hasta haya un brote de alguna enfermedad.

Tome las siguientes medidas:

- Solicite y verifique que niños y adultos se laven las manos correctamente.
- Ventile todos los ambientes donde los niños pasan el día y llévelos a espacios al aire libre con la mayor frecuencia posible.
- Disponga de abundante espacio para que los niños jueguen, tanto en ambientes cerrados como al aire libre.
- Limpie y desinfecte los lugares donde se cambian los pañales, los baños y donde comen los niños, así como los muebles y los juguetes.
- Reduzca los gérmenes limpiando su entorno con agua y detergente, y luego desinfecte con cloro.



- Enseñe a los niños y a quienes los cuidan a estornudar y toser lejos de otras personas: inclinando la cabeza hacia el piso, cubriendo nariz y boca con el codo, o contra su hombro. Cuando uno se cubre la nariz y la boca con las manos al toser o estornudar, esparce los gérmenes sobre todas las superficies que toca hasta que vuelve a lavarse las manos.



✗ Incorrecto



✗ Incorrecto



✓ Correcto

- Utilice agua corriente, jabón líquido y toallas descartables de papel para el lavado de manos.
- No permita que se compartan los objetos de uso personal (cepillos de dientes, etc.)
- Repase las prácticas recomendadas para prevenir y tratar las enfermedades infecciosas en niños.
- Solicite todas las vacunas y controles de salud de los niños, como un control del crecimiento, del desarrollo, la visión, la audición, anemia, índices de plomo y tuberculosis (cuando sea preciso), etc.
- Limpie cuidadosamente cualquier mancha de sangre y/o de fluidos corporales, aunque el hacerlo le suponga mucho trabajo.
- Por razones de seguridad, maneje siempre los fluidos corporales de niños, adultos y animales, y las superficies con las que éstos estuvieron en contacto, como si fueran potencialmente infecciosos.
- Tome medidas activas para educar al personal, a las familias y a los niños acerca de las características de las enfermedades infecciosas. Enséñeles cómo prevenir su propagación y cómo cuidar correctamente a los niños cuando se encuentran enfermos.



Enfermedades infecciosas

Las enfermedades infecciosas son causadas por infecciones provocadas por virus, bacterias, hongos o parásitos. Las enfermedades contagiosas o transmisibles son aquellas que pueden transmitirse de una persona a otra/s. Los gérmenes que las provocan se propagan a través de:

- Las vías respiratorias (por fluidos provenientes de los ojos, nariz, boca y pulmones)
- Los intestinos (por las heces)
- Contacto corporal directo
- Contacto con la sangre de una persona infectada

ACTIVIDADES**Instrucciones:**

Describe dentro de los espacios en blanco las definiciones relacionadas con la prevención de enfermedades.

1.	Prevención de Enfermedades:
2.	Factores que influyen en la salud:
3.	Sistema Inmune:

BIBLIOGRAFIA

1. “La educación de nuestros hijos” Varios Autores Dirigido por Josefina Aldecoa Ediciones Temas de Hoy Madrid, 2001
2. “Portarse bien” Stephen Garber Ediciones Médicis Barcelona 2004
3. “Entender a su hijo” Dr. Richard C. Woolfso Ediciones Parramón Barcelona, 2004
4. “Cuidados de Enfermería en la Higiene Escolar ” José Raúl Dueñas Fuentes
5. Carretero M. ¿Constructivismo, una óptica para Enseñar?, En: Constructivismo y Educación. Zaragoza: Ed. "Luis Vives"; 1993, 125 pág.
6. Guía Metodológica, Módulo1. Mi Familia Aprende, DIGEFOCE, Ministerio de Educación. Guatemala C.A. 2009, 120 pág.
7. Guía Metodológica, Módulo 2. Mi Familia Aprende, DIGEFOCE, Ministerio de Educación. Guatemala C.A. 2009, 116 pág.

CAPITULO IV

4. PROCESO DE EVALUACIÓN

4.1 Evaluación del diagnóstico

La evaluación del Capítulo del Diagnóstico institucional se realizó por medio de la guía de análisis contextual de los VIII Sectores, la cual permitió evidenciar el alcance de los objetivos en la aplicación de la técnica detectando varias necesidades dentro de la institución, a la vez permitió recopilar la información necesaria para determinar la problemática del Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos, analizando los problemas, detectándolos y priorizándolos. Se pudo determinar uno de ellos, de manera positiva, considerando la factibilidad y disponibilidad de los componentes y materiales necesarios para su ejecución, con el afán de mejorar la calidad en la formación de los estudiantes.

4.2 Evaluación del perfil del proyecto

La evaluación del capítulo del perfil del proyecto, se realizó por medio de una lista de cotejo, la cual permitió evidenciar el alcance de los objetivos del proyecto, la elaboración de la Guía de Aprendizaje para La Utilización de Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud, desarrollándose en base a las investigaciones que se llevaron a cabo durante la etapa de diagnóstico, uno de los problemas priorizados en la comunidad educativa fue Deficiencia de orientar a la población estudiantil sobre hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud. El perfil consistió en definir claramente los elementos que tipifican el proyecto, los cuales están integrados, siendo fundamentales para proceder a la ejecución del mismo.

4.3 Evaluación de la ejecución del proyecto.

La elaboración de Guía de Aprendizaje para La Utilización de Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud, fue un aporte de gran valor, en beneficio de la comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos, pues ayudará no solo a los estudiantes, sino a todos los habitantes cercanos y lejanos de la misma comunidad. Sin duda alguna, serán los mismos estudiantes, los agentes de cambio, pues, ellos serán, los que recibirán los beneficios. Cuando hay una comunidad que conoce sobre primeros auxilios o que hacer en caso de emergencias se es más fácil proteger a muchas a personas cuando lo necesitan.

La socialización de la Guía de Aprendizaje para La Utilización de Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud, con los alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación diversificado en el área de ciencias naturales enriquecerá los conocimientos adquiridos para transmisión de hábitos saludables para la conservación la salud para beneficio de su familia y comunidad. Se utilizó el instrumento de lista de cotejo para su evaluación.

4.4 Evaluación General y final del Proyecto.

Se verificó el impacto y sostenibilidad del proyecto por medio de una lista de cotejo. Lográndose detectar el cambio de actitudes de los jóvenes y el interés de las autoridades educativas del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED del Municipio de Catarina, San Marcos.

CONCLUSIONES

1. Se contribuyó al mejoramiento de las condiciones de salud, a través de la Guía de Aprendizaje para la Utilización de Hábitos de Higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.
2. Se elaboró una Guía de Aprendizaje para la Utilización de Hábitos de Higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud y se entregó un ejemplar a la dirección del establecimiento quienes se comprometieron a socializarla.
3. Se informó, comunico y oriento a través de una capacitación sobre hábitos de higiene para la conservación de la salud.

RECOMENDACIONES.

1. Se recomienda a la Comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina, departamento de San Marcos, que valoren y conserven la Guía de Aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud.
2. Se recomienda a los estudiantes que como agentes de cambio contribuyan a poner en práctica los hábitos de higiene para poder conservar la salud.

BIBLIOGRAFIA

1. "La educación de nuestros hijos" Varios Autores Dirigido por Josefina Aldecoa Ediciones Temas de Hoy Madrid, 2001
2. "Portarse bien" Stephen Garber Ediciones Médicis Barcelona 2004
3. "Entender a su hijo" Dr. Richard C. Woolfso Ediciones Parramón Barcelona, 2004
4. "Cuidados de Enfermería en la Higiene Escolar " José Raúl Dueñas Fuentes
5. Carretero M. ¿Constructivismo, una óptica para Enseñar?, En: Constructivismo y Educación. Zaragoza: Ed. "Luis Vives"; 1993, 125 pág.
6. Guía Metodológica, Módulo1. Mi Familia Aprende, DIGEFOCE, Ministerio de Educación. Guatemala C.A. 2009, 120 pág.
7. Guía Metodológica, Módulo 2. Mi Familia Aprende, DIGEFOCE, Ministerio de Educación. Guatemala C.A. 2009, 116 pág.

APÉNDICE



PLAN DE SOSTENIBILIDAD

1. Identificación:

Instituto Nacional de Educación diversificada, Bachiller en ciencias y letras.

2. Nombre del proyecto

Guía de Aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud aplicada a los Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

3. Justificación

Se pretende con el siguiente plan, evitar que el proyecto ejecutado se desvanezca y que puedan aprovechar al máximo todos los conocimientos adquiridos con la socialización de la Guía de Aprendizaje para La Utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud aplicada a los Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

4. Objetivos

- ◆ Contribuir a que los estudiantes de hoy, vivan un mejor mañana y que cuiden y conserven su salud y de esta forma construyan una sociedad más coherente con medidas de seguridad que pueda ayudar con el bienestar de su comunidad.
- ◆ Que sea un documento de apoyo al Personal Docente del Instituto Nacional de Educación Diversificada
- ◆ Comprender la importancia de saber sobre hábitos de higiene y como estos ayudan a evitar enfermedades.

5. Organización:

La sostenibilidad del proyecto ejecutado, se garantiza a través de la concientización a:

- Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, departamento de San Marcos.
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina San Marcos.
- Padres de familia de los estudiantes del Instituto Nacional de Educación diversificado del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

6. Recursos

Humanos:

- ♠ Estudiantes del Instituto Nacional de Educación diversificado, del Municipio de Catarina, San Marcos.
- ♠ Docentes del Instituto de Educación Diversificada en la del Municipio de Catarina, San Marcos.
- ♠ Padres y madres de familia de los estudiantes del Instituto de Educación diversificado del Municipio de Catarina, San Marcos.

7. Actividades

Socialización a la comunidad con temáticas relacionadas la conservación de la salud.

Socialización a la comunidad con temáticas relacionadas a los recursos didácticos para los institutos del nivel diversificado.

8. Evaluación

Se llevará a cabo una supervisión constante, para la verificación a través de la técnica de la observación, el buen uso y cuidado del proyecto realizado.

EVALUACION Y ELABORACION DEL DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL

Nombre de la Epesista: Ingrid Zucely de León Vásquez.

Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal

Sede: INED Cabecera Municipal de Catarina, San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
1. Institución	Se solicita una institución recomendada	X	
2. Diagnóstico	Se diagnosticó en el tiempo estipulado	X	
3. Instrumentos de investigación	Los instrumentos son adecuados a la institución	X	
4. Aplicación de los instrumentos	Permitieron verificar en forma aceptable el diagnóstico	X	
5. Interpreta de forma adecuada los resultados de la investigación.	La estructura del diagnóstico está bien definida	X	
6. Responsabilidad	Cumplió satisfactoriamente con las actividades Programadas	X	
7. Efectividad del Proyecto	Se detectó problemas reales y de interés social	X	
8. Apoyo institucional	La institución facilitó la información veraz	X	
9. Planes y estrategias del Epesista	Se demostró una línea de trabajo a seguir.	X	
10. Comunicación	Es eficiente la relación con las autoridades e instituciones		
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION PERFIL DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Ingrid Zucely de León Vásquez.

Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal

Sede: INED Cabecera Municipal de Catarina San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
1. Planificación y organización	Se elaboró un plan de trabajo y se organizó con los que intervinieron	X	
2. Efectividad del diagnóstico	Se perfiló según los problemas encontrados con el diagnóstico	X	
3. Perfil del proyecto	Se analizó detenidamente el proceso	X	
4. Priorización del proyecto	Selección del más indicado para dar solución al problema	X	
5. Viabilidad y factibilidad	Se cumplió con el llenado de la lista de cotejo	X	
6. Socialización	Estuvo enterado toda la población sobre la existencia	X	
7. Misión del proyecto	Los objetivos del proyecto responden a los intereses colectivos	X	
8. Estrategias	Se contemplaron los inconvenientes del recurso tiempo	X	
9. Actividades	Se desarrollan con técnicas todas las actividades	X	
10. Beneficios del proyecto	Responde a la problemática	X	
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Ingrid Zucely de León Vásquez.
Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Sede: INED Cabecera Municipal de Catarina, San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
1. Priorización del proyecto	Se ejecutó el proyecto de acuerdo a lo seleccionado	X	
2. Planificación	Se desarrollaron las actividades planificadas	X	
3. Apoyo institucional	Fueron tomadas en cuenta en el momento de planificación	X	
4. Participación Comunitaria	Se contó con la presencia de personas líderes comunitarios	X	
5. Socialización	Evidencia que socializó el proyecto con las instituciones planificadas.	X	
6. Métodos y técnicas	Se solicitó apoyo para ejecutar el proyecto propuesto	X	
7. Recursos Materiales	Se utilizaron los materiales adecuados al problema	X	
8. Mano obra	Se seleccionó el personal que ejecutó el proyecto	X	
9. Objetivos y estrategias	Se lograron los objetivos trazados	X	
10. Responsabilidad y puntualidad	Se cumplieron con todas las actividades en el tiempo estipulado	X	
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION FINAL DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Ingrid Zucely de León Vásquez.
Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Sede: INED Cabecera Municipal de Catarina, San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

CRITERIO	INDICADORES			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	MALO
1. Información recopilada	X			
2. Obtención de carencias	X			
3. Selección del problema comunitario	X			
4. Perfil del proyecto	X			
5. Alcances de los objetivos y metas	X			
6. Evaluaciones adaptables al proceso	X			
7. Cronograma ejecutado según las fechas establecidas	X			
8. Actividades desarrolladas en diversas etapas	X			
9. Metodología adecuada al tema seleccionado	X			
10. Informe presentable para ser revisado	X			
Total	100%	0%	0%	0%

Observaciones _____

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGIA
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO EPS**



**PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA ETAPA DEL DIAGNÓSTICO
INSTITUCIONAL**

I. IDENTIFICACION

INSTITUCIÓN

Instituto Nacional de Educación Diversificada INED cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos.

UBICACIÓN

Cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos.

PROYECTO

Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud aplicada a los estudiantes del nivel medio, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, del municipio de Catarina, San Marcos.

PROYECTISTA

Ingrid Zucely de León Vásquez. Carné: 200922832

II. JUSTIFICACIÓN

La etapa del diagnóstico le permite a la Epesista conocer a la institución en la cual realizará su proyecto, y de esta forma establecer sus necesidades, de las cuales se priorizarán los problemas y a su vez se le dará la solución, misma, que contribuirá al mejoramiento de la institución.

III. DESCRIPCIÓN

Se refiere a realizar un reconocimiento de la Institución, a través de diversas técnicas e instrumentos de investigación, los cuales ayudarán a la obtención de datos necesarios para la realización del proyecto

IV. TÍTULO

Diagnóstico del Instituto Nacional de Educación Diversificado INED, del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

V. OBJETIVOS

GENERALES

Identificar los problemas que afectan a los Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

ESPECIFICOS:

Obtener la autorización para la realización del proyecto por parte de la Coordinación Técnica Administrativa y Dirección del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED. Del municipio de Catarina, San Marcos.

Recabar información que permita conocer el área geográfica y administrativa de la institución.

Identificar la estructura Organizacional de la Institución beneficiada.

VI. ACTIVIDADES

Identificación de la institución beneficiada

Presentación de la solicitud de autorización del proyecto

Aplicación de técnicas y métodos de investigación

Análisis de información

Organización de la información obtenida para el diagnóstico

Presentación del diagnóstico (asesor)

VII. METODOLOGÍA

TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA)

TÉCNICAS

Observación

Encuestas

Investigación documental y de campo

INSTRUMENTOS

Listas de Cotejo

Libretas de notas

Agendas

Cuestionarios

Cintas video gráficas

VIII. RECURSOS

HUMANOS

Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

Docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificado del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

Epesista
Asesor

MATERIALES

Hojas de papel bond
Cuaderno de notas
Computadora
Tinta de impresora
Impresora
Lapiceros
Engrapadoras
Perforadores
Filmaciones
Cámaras fotográficas.

IX. CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	MARZO / ABRIL				MAYO/JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1. Identificación de la Institución beneficiada	Epesista	■	■																										
2. Solicitud de apoyo de la Supervisión Educativa	Epesista			■	■																								
3. Realización diagnóstico.	Epesista					■	■	■	■																				
4. Redacción y aplicación de Encuestas	Epesista									■	■	■																	
5. Análisis de información	Epesista													■	■	■	■												
6. Redactar diagnostico general	Epesista / Asesor																	■	■	■	■								
7. Presentar información (asesor)	Epesista																					■	■	■	■	■	■	■	■

X. EVALUACIÓN

1. Existió apoyo de parte de las autoridades de la Coordinación Técnica Administrativa de Catarina, departamento de San Marcos.

SI_____

NO_____

2. Se recopiló información necesaria con las técnicas aplicadas.

SI_____

NO_____

3. Hubo colaboración por parte de los miembros de la comunidad del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos al momento de las entrevistas y encuestas.

SI_____

NO_____

4. Se identificaron los principales problemas al analizar la información

SI_____

NO_____

5. Se presentó el informe del diagnóstico a tiempo ante el asesor.

SI_____

NO_____



PLAN DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

1. Datos Generales

1.1 Institución

Instituto Nacional de Educación Diversificada INED

1.2 Lugar

Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.3 Dirección

2a. Avenida 2-26 Zona 1 Catarina, S.M.

2. Título

Ejercicio Profesional Supervisado **EPS**

3. Objetivo General

- Identificar a través del diagnóstico los problemas más importantes que obstaculizan la superación de la calidad educativa del Instituto.

4. Objetivo específico.

- Reconocer la organización de la Institución beneficiada
- Enumerar los diferentes problemas que afectan a la Institución Educativa.
- Analizar las posibles soluciones a los problemas encontrados para aplicar la más adecuada al problema principal seleccionado.

5. Actividades

- Elaboración del plan del Ejercicio Profesional Supervisado
- Observar las instalaciones por medio de la matriz de los ocho sectores
- Entrevista con el personal administrativo de la Institución
- Selección del problema más relevante
- Elaboración del informe final.

6. Recursos

Humanos

Personal administrativo

Personal docente

Alumnado

Epesista

Asesor

Materiales

Hojas de papel bond

Cuaderno de notas

Computadora

Tinta de impresora

Impresora

Lapiceros

Engrapadoras

Perforadores

Filmaciones

Cámaras fotográficas.

7. Cronograma de la ejecución de las actividades del Ejercicio Profesional Supervisado

No	ACTIVIDADES	MARZO / ABRIL				MAYO/JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
		SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Diagnóstico																												
2	Perfil del proyecto																												
3	Ejecución del proyecto																												
4	Entrega del proyecto																												
5	Elaboración del informe final																												

Guía de Análisis Contextual e Institucional

Diagnóstico del municipio de Catarina, San Marcos

I. Sector Comunidad

AREA	INDICADOR
1. Geográfica	<p>1.1 Localización: El Municipio se encuentra a 233 metros sobre el nivel del mar, localizado en la parte costera Departamental, al sur de la República de Guatemala, su principal vía de comunicación es la carretera CA-2 que inicia en la Ciudad Capital, recorre Suchitepéquez y Retalhuleu y llega al cruce de La Virgen a una distancia de 263 kilómetros y a 56 kilómetros de la cabecera departamental de San Marcos. Su extensión territorial es de 76 kilómetros cuadrados, que representa 2% del territorio Departamental; "limita al norte con el municipio de Malacatán, al sur con Pajapita y Ayutla, al este con El Rodeo y parte de El Tumbador, al oeste con el río Cabuz y parte de la ruta internacional que conduce a la frontera El Carmen"</p> <p>1.2 Superficie: Cuenta con una extensión territorial de 204 Km. Cuadrados. Se encuentra a una altura de 390 mts. Sobre el nivel del mar. Actualmente cuenta con: 83,460 habitantes, el 65% de ellos son alfabetos.</p>

1.3 Clima

El clima del municipio de Catarina por lo general, es cálido.

1.4 Suelo:

El suelo en su mayoría es fértil, produciendo variedad de especies vegetales.

1.5 Principales accidentes

Entre sus principales accidentes geográficos están: río Petacalapa, Suchiate, Amá, Cabúz, Gramal, Ixbén, Chiquito, Ixlamá, Ixpil, La Lima, La Puerta, Las Marías, Malacatillo, Mollejón, Negro, Nicá.

1.6 Recursos Naturales

Entre sus recursos naturales cuenta con: recursos hídricos (riachuelos, nacimientos), flora: las características ambientales y elevada pluviosidad determinan árboles que alcanzan hasta 40 ms. de altura y diámetro de 1 metro y más. Se cuenta con plantas ornamentales, medicinales e industriales. Fauna: por las características montañosas y por su clima cálido existe diversidad de animales salvajes, domésticos, aves de distintas especies.

2. Histórica

2.1 Primeros pobladores

En el área histórica en las investigaciones realizadas no se encontraron nombres de los fundadores y entre los primeros pobladores aparece el Sr. Cabeza de Vaca originario de México. El croquis del municipio de Catarina tiene la forma de un perro Danés y en los sucesos históricos Catarina, inicialmente fue un asentamiento indígena.

El 16 de diciembre de 1886 se suprimió la municipalidad indígena y se dio participación a la cultura ladina en la integración del Concejo municipal conformado por: un Alcalde, un Regidor y un Síndico. En 1952 tomó la categoría de Ciudad en virtud de su crecimiento poblacional.

2.2 Sucesos históricos:

Las procesiones de Semana Santa, la feria patronal, Día de los Santos difuntos, día de la Cruz.

2.3 Personalidades presentes:

Se puede mencionar a los líderes de comunidades, pastores o dirigentes de grupos eclesiásticos de las diversas religiones, así también como a personas encargadas de las asociaciones o grupos de apoyo etc.

	<p>2.4 Personalidades pasadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prof. Carlos Girón. - Prof. Jorge Valdez - Pastor: Obdulio Barrios - Profa. Rosa Turnil - Arquitecto Eduardo de León Reyna. <p>2.5 Fiestas titulares:</p> <p>La feria titular del municipio se celebra del 18 al 26 de Noviembre y se conmemora a: Santa Catarina, patrona del lugar.</p> <p>2.6 Lugares de orgullo local:</p> <p>Parque Central, Salones de Usos Múltiples y Municipal, Las principales calzadas, Balnearios.</p>
<p>3. Política</p>	<p>3.1 Gobierno Local:</p> <p>El gobierno local es presidido por el ciudadano Alcalde Municipal Noé Gonzales y Concejo</p> <p>3.2 Organización Administrativa:</p> <p>La Organización Administrativa está conformada por: Nivel Municipal la estructura del Concejo Municipal está presidido por el Alcalde Municipal, Concejales y Síndicos.</p>

3.3 Organizaciones Políticas

Entre las Organizaciones Políticas (Instituciones Gubernamentales) se encuentran: DEOCSA, Centro de Salud, Policía Nacional Civil, Juzgado de Paz, Ministerio Público, Juzgado de Trabajo y Previsión Social, Juzgado de Primera Instancia, Delegación del TSE, Policías Municipales y Coordinaciones Técnicas.

3.4 Organizaciones Civiles Apolíticas.

Son las Instituciones que son Autofinanciables

- Consejo Comunitario de Desarrollo.
- Cooperativa “La Esquina”
- Bomberos Municipales
- Casa Hogar,
- Colegios privados
- Farmacias
- Tiendas
- Ferreterías
- Restaurantes.
- Agencias Bancarias

<p>4. Social</p>	<p>4.1 Actividades a las que se dedican los habitantes: Agricultura, ganadería, comercio, artesanía, industria, oficios domésticos, profesionales, etc.</p> <p>4.2 Cultivos propios del municipio: Café, maíz, arroz, frijol, caña de azúcar, yuca, camote, malanga, ñame, banano, naranja, limón, lima, piña, tamarindo, zapote, papaya, aguacate, tabaco, cardamomo, manía, plátano, sandía, ajonjolí, etc.</p> <p>4.3 Instituciones educativas: Escuela Oficial Urbana Mixta “Sofía L. Vda. De Barrios”. Escuela Oficial Urbana Mixta 1º. De Mayo. Instituto Nacional Mixto de Educación Básica. Instituto Nacional de Educación Diversificado en la Carrera de Bachillerato con orientación en Turismo, Computación y Agroforestal. Instituto Tecnológico Catarina ITC. Academias de Corte y Confección MARICLEMENCIA. Academia de Corte y Confección ERYMAR. Academia de Cultora de Belleza Evelyn. Academia de Belleza Olga.</p>
-------------------------	---

	<p>4.4 Instituciones de Salud: El centro de Salud Pública.</p> <p>4.5 Estructura de viviendas: Block. Madera Lámina Terraza</p> <p>4.6 Centros de Recreación: Piscinas “Ojo de Agua” Piscinas “El Pedregal” Estadio Deportivo “Sacramento de León” Canchas Multideportivas</p> <p>4.7 Medios de Transporte: Humano Animales Mecánico: urbano y extraurbano</p> <p>4.8 Medios de Comunicación: Correros y telégrafos, teléfonos e internet</p> <p>4.9 Vías de comunicación: Catarina cuenta con: La Carretera Interamericana, que une a Guatemala con México, carretera asfaltada de la cabecera municipal a la cabecera departamental. Caminos de terracería que comunica a las diferentes comunidades del municipio. Vía telefónica: a través de teléfonos públicos, comunitarios, privados, fax, correo electrónico.</p> <p>4.10 Grupos Religiosos: Entre los Grupos Religiosos tenemos: doctrinas Evangélicas, católicas, adventistas, mormonas, que se encuentran organizadas de acuerdo con su respectivo credo. Composición Étnica: En su mayoría la población es de etnia ladina y hablan el idioma Castellano.</p>
--	---

DETECCION DE PROBLEMAS

I SECTOR COMUNIDAD

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<ol style="list-style-type: none">1. Muy poca información sobre los personajes fundadores o primeros pobladores del municipio.2. Poca información con respecto A Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.3. Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio Catarina.4. Falta de Centros de Recreación.5. Mal estado de las vías de acceso	<ol style="list-style-type: none">1. Libros de información en mal estado.2. Falta de bibliografía3. Falta de información4. Falta de recursos financieros5. Falta de mantenimiento	<ol style="list-style-type: none">1. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina.2. Concientización y conocimiento de la importancia de saber y poner práctica hábitos de higiene.3. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina.4. Gestionar a Instituciones privadas y públicas los recursos financieros.5. Gestionar a la Municipalidad.

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD I SECTOR COMUNIDAD

PROBLEMAS No.	Falta de conocimiento de los primeros pobladores		Deficiencia de orientar a la población estudiantil sobre Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.		Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina		Falta de Centros de Recreación		Mal estado de las vías de acceso	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X	X			X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X	X			X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X	X		X		X			X
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`S para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	9	1	7	3	4	6	4	6
PRIORIDAD	3		1		2		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. "Concientización y conocimiento de la importancia de los hábitos de higiene para prevenir enfermedades".

II SECTOR DE LA INSTITUCIÓN

AREA	INDICADOR
<p>1. Localización Geográfica</p>	<p>1.1 Ubicación: Municipio de Catarina, Departamento de Marcos.</p> <p>1.2 Vías de acceso: Cinta Asfáltica hacia Malacatán; Ruta Nacional, carretera hacia Guatemala; Carretera asfaltada de la cabecera municipal al departamento; Carretera Internacional.</p>
<p>2. Localización Administrativa</p>	<p>2.1 Tipo de Institución: gubernamental</p>
<p>3. Edificio</p>	<p>3.1 Edificio: El área de la institución es de 35 metros x 50= 2,450 ms. Cuadrados.</p> <p>3.2 El estado de Conservación: las instalaciones se encuentran en regular estado.</p> <p>3.3 Entre sus locales en servicio están: seis aulas y el corredor</p> <p>3.4 Condiciones y usos: regulares y se utilizan como salones de clases para las carreras que se imparten, tomando el corredor como sitio de espera o reuniones.</p>

4. Ambiente y equipamiento	<p>4.1 El ambiente es agradable y cuenta con el mobiliario necesario para atender a los estudiantes, pero con equipo de cómputo insuficiente.</p> <p>4.2 No cuenta con salones específicos.</p> <p>4.3 Por tratarse de un establecimiento nuevo no cuenta con oficinas y porque el edificio no es propio.</p>
-----------------------------------	--

DETECCIÓN DE PROBLEMAS
II SECTOR INSTITUCIONAL

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<p>1. Insuficiente equipo de cómputo.</p> <p>2. Poca información con respecto Hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud.</p> <p>3. Falta de ambientes Adecuados.</p> <p>4. Falta de talleres</p> <p>5. No existen oficinas y salón de catedráticos.</p>	<p>1. Falta de recursos financieros.</p> <p>2. Falta de bibliografía que traten temas Sobre la el cuidado salud.</p> <p>3. Falta de recursos financieros.</p> <p>4. Falta de recursos financieros.</p> <p>5. Falta de recursos Financieros.</p>	<p>1. Gestionar ante las autoridades la dotación de las mismas.</p> <p>2. Guía de Aprendizaje para Utilización de hábitos higiene para prevenir enfermedades y conservación salud.</p> <p>3. Gestionar ante las autoridades municipales y MINEDUC.</p> <p>4. Agilización gestiones ante La Municipalidad y MINEDUC</p> <p>5. Gestionar a las autoridades que correspondan.</p>

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
II.SECTOR INSTITUCIÓN**

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. Desconocimiento de los sucesos más relevantes de la institución.

PROBLEMAS No. INDICADORES	Insuficiente equipo de cómputo.		Carencia de bibliografía sobre Hábitos de higiene.		Falta de ambientes adecuados para alimentación.		Falta de talleres		Insuficiencia de ambiente para las dependencias municipales	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X	
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X		X	X			X		X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4.¿¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X	X			X		X		X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X	X			X	X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X		X
TOTAL	5	5	7	3	6	4	4	6	4	6
PRIORIDAD	3		1		2		4		5	

III SECTOR FINANZAS

AREA	INDICADOR
<p>1. Fuentes de Financiamiento</p>	<p>1.1. Presupuesto de la Nación: MINEDUC</p> <p>1.2. Venta de Productos y Servicios Educación gratuita</p> <p>1.3. Costos: Lo que corresponde a salario del personal administrativo, (Director), Personal Técnico, (Maestros)</p> <p>1.4. Materiales y Suministros: El costo para materiales y suministros es mínimo y se calcula en base a lo que adjudican en los fondos de gratuidad.</p> <p>1.5 Servicios Profesionales: Se brindan servicios en el Nivel Medio, ciclo diversificado, con formación altamente calificada.</p> <p>1.6 Reparaciones y Construcciones: Se realizan de acuerdo a las necesidades que se presentan y de acuerdo a las posibilidades.</p> <p>1.7 Servicios generales: No se prestan con todos, pero sí con los básicos: aulas, electricidad, agua potable, servicios sanitarios.</p> <p>1.8 Control de Finanzas: Se lleva en libros autorizados por la DIEDUC.</p> <p>1.9 Disponibilidad de fondos. Se recibe en una sola oportunidad, los cuales se mantienen disponibles para la compra de materiales e insumos para lo administrativo, mantenimiento y funcionamiento.</p>

	<p>1.10 Auditoría Interna y Externa: Auditoría Interna: La realiza el Director y Coordinador Técnico Administrativo. Auditoría Externa: La realizan peroneros del MINEDUC.</p> <p>1.11 Manejo de Libros Contables:</p> <p>Se manejan los libros que son comunes tales como: Inventario Mayor, Balance así como libros de actas.</p>
--	---

DETECCION DE PROBLEMAS

III SECTOR FINANZAS

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Insuficiencia del presupuesto de la nación.	1. Falta de recursos financieros.	1. Gestionar ante las autoridades el aumento de presupuesto a este sector.
2. Insuficiencia de materiales y suministros.	2. Falta de recursos financieros.	2. Gestionar ante las autoridades de la municipalidad los fondos de compra de materiales y suministros.
3. Salarios inadecuados para los empleados de la institución	3. Falta de recursos financieros.	3. Gestionar ante las autoridades de la municipalidad los fondos necesarios para este rubro.
4. Falta de disponibilidad de fondos dentro de la institución.	4. Falta de recursos financieros	4. Agilización de la disponibilidad de fondos ante las autoridades competentes
5. Falta de situados.	5. Falta de recursos financieros.	5. Gestión ante las autoridades correspondientes.

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. Insuficiencia de materiales y suministros.

**CUADRO DE ANALISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
III SECTOR FINANZAS**

PROBLEMAS No.	Insuficiencia del presupuesto de la nación para talleres sobre hábitos de higiene.		Insuficiencia de materiales y suministros.		Salarios inadecuados para los empleados de la institución		Falta disponibilidad de fondos dentro de la institución.		Falta de situados	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X	X	
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X		X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4.¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X		X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	7	3	5	5	4	6	4	6
PRIORIDAD	2		1		3		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. Insuficiencia de materiales y suministros.

IV SECTOR RECURSOS HUMANOS

AREA	INDICADOR
1. Personal Activo	<p>1.1 Director: PEM. Nerly de León Requena</p> <p>1.2 Personal docente: Los seis catedráticos que prestan sus servicios en la formación de estudiantes útiles a la sociedad.</p> <p>1.3 Porcentaje de Personal que se incorpora o retira anualmente: No se da porque todos los que actualmente laboran pertenecen al renglón presupuestario 021.</p> <p>1.4 Antigüedad del Personal: Todos laboran desde el año 2009, por tratarse de un establecimiento nuevo.</p> <p>1.5 Tipos de trabajadores: Todos cuentan con títulos de profesionales que los acredita para desempeñarse en dicho nivel.</p> <p>1.6 Asistencia de Personal: Se controla por medio de libros: entrada y salida.</p> <p>1.7 Residencia del Personal: el personal en su mayoría reside en la cabecera municipal.</p> <p>1.8 El horario en el que se desarrollan las actividades: de 13:00 p.m. a 6:00 p.m. Jornada única.</p>

2. Usuarios	2.1. Se le presta el servicio de educación y formación en el Nivel Medio, específicamente en el ciclo Diversificado a 80 estudiantes, quienes comparten de lunes a viernes, entre si mismos y con el claustro de catedráticos y Director.
--------------------	--

DETECCION DE PROBLEMAS
IV SECTOR RECURSOS HUMANOS

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<p>1. Falta de personal presupuestado</p> <p>2. Falta de constante Capacitación al personal de La institución sobre hábitos de higiene.</p> <p>3. Insuficiente Personal docente</p> <p>4. Insuficiente personal administrativo.</p> <p>5. Carencia de personal operativo</p>	<p>1. Políticas de autoridades en función</p> <p>2. Falta de recursos financieros</p> <p>3. Falta de recursos financieros</p> <p>4. Falta de asignación de recursos financieros a estos establecimientos.</p> <p>5. Políticas de cobertura del MINEDUC</p>	<p>1. Gestionar a autoridades, cambiar políticas.</p> <p>2. Presentar una propuesta de capacitación a autoridades, para personal</p> <p>3. Gestionar ante autoridades para que aumenten el personal</p> <p>4. Gestionar ante autoridades para aumenten el personal.</p> <p>5. Gestionar ante autoridades de municipalidad para aumentar el presupuesto.</p>

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD III SECTOR RECURSOS HUMANOS

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de presupuesto para talleres de hábitos de higien		Falta de constante Capacitación al personal de la institución		Insuficiente personal docente.		Insuficiente personal administrativo		Carencia de personal operativo	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X	X	
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X		X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X		X
4.¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X		X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	4	5	6	4	6
PRIORIDAD	1		2		3		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de personal presupuestado.

III SECTOR CURRICULUM

AREA	INDICADOR
<p>1. Plan de Estudios y Servicios</p>	<p>1.1 Plan que atiende: Diario-Regular</p> <p>1.2 Programas: Currículum Nacional Base vigente</p> <p>1.3 Actividades Curriculares: Todas las que se plantean en el CNB.</p> <p>1.4 Acciones que realiza: Actividad docente propiamente dicha, en la formación de juventudes.</p> <p>1.5 Procesos educativos: todos los contemplados en el CNB, en cada uno de los grados y en cada una de las carreras.</p>
<p>2. Material Didáctico</p>	<p>2.1 Número de empleados que utilizan textos. Todos los docentes en su trabajo educacional..</p> <p>2.2 Tipo de Texto que Utiliza: Módulos del MINEDUC y textos elaborados de acuerdo al CNB.</p> <p>2.3 Materia y materiales utilizados: Almohadillas, marcadores, pizarrón, cuadernillos de asistencia, cuadros de resultados, pliegos de papel Bond, cartulinas, Papel bond Carta y oficio, tinta para impresora, lapiceros y lápices, cuadernos.</p> <p>2.4 Fuentes de Obtención de los materiales: A través del fondo de gratuidad que designa el MINEDUC.</p>

<p>3. Métodos, técnicas y procedimientos.</p>	<p>3.1 Metodología utilizada por los docentes: Las que contempla el CNB, las cuales hacen al estudiante activo y constructivista.</p> <p>3.2 Tipo de Técnicas y procedimientos utilizados: participativos, individuales y colectivos.</p>
<p>4. Evaluación</p>	<p>4.1 Controles de calidad Educativa: A través de la utilización de herramientas e instrumentos que permiten observar el progreso o avance de los estudiantes.</p>

**DETECCION DE PROBLEMAS
V SECTOR CURRICULUM**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<p>1. Falta con Material bibliográfico con respecto a La utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud.</p>	<p>No existe biblioteca con materiales que traten Temas de La Prevención de la Deforestación.</p>	<p>Elaboración de Guía de Aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud.</p>
<p>2. Falta de personal presupuestado</p>	<p>Falta de política de cobertura.</p>	<p>Agilizar solicitud al MINEDUC</p>
<p>3. Escaso personal docente</p>	<p>Falta de eficacia en políticas</p>	<p>Solicitar al MINEDUC</p>
<p>4. Insuficiencia de CNB Para el ciclo que se atiende</p>	<p>Escaso presupuesto del MINEDUC</p>	<p>Solicitar a donde corresponde</p>

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
V.SECTOR CURRÍCULUM

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1.
"1.Falta con material bibliográfico con respecto a La utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud".

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de material bibliográfico con respecto medidas de seguridad y conservación de la salud en caso de emergencias		Falta de personal presupuestado		Escaso personal docente		Insuficiencia de CNB para el Ciclo que se atiende	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4.¿¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X	
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	5	4	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

VI SECTOR ADMINISTRATIVO

AREA	INDICADOR
1. Planeamiento	<p>1.1 Tipo de planes: Corto, mediano y largo plazo.</p> <p>1.2 Elementos de los planes: Competencias, contenidos, indicadores de logro.</p> <p>1.3 Forma de implementar los planes: En el proceso educativo, siguiendo lineamientos del CNB.</p> <p>1.4 Bases de los planes: de acuerdo a las exigencias del CNB, principalmente las competencias.</p>
2. Organización	<p>2.1 Niveles Jerárquicos de Organización: Director, Docentes, Alumnos Padres de familia.</p>
3. Coordinación	<p>3.1 A través del Director: Verbalmente por medio de la vía personal.</p> <p>3.2 Informativos internos: A través de cartelera informativa.</p> <p>3.3 Documentos: Utilización de documentos escritos, comunes.</p>
4. Control	<p>4.1 Del personal de la Institución: A través del libro de asistencia y observación en la jornada de trabajo.</p> <p>4.2 Del alumnado al que se le presta el servicio: A través de los cuadernos de asistencia y observación en el transcurso de la jornada.</p>

<p>5. Supervisión</p>	<p>5.1 Dentro de la Institución: Diariamente a cargo del Director de la Institución.</p> <p>5.2 La Institución propiamente dicha: La realiza el Coordinador Técnico Administrativo periódicamente.</p>
------------------------------	--

DETECCION DE PROBLEMAS

VI SECTOR ADMINISTRATIVO

<p>PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR</p>	<p>FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS</p>	<p>SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS</p>
<p>1. Inestabilidad Laboral del director</p> <p>2. Recargo de Trabajo</p> <p>3. Carencia de equipo de computación</p> <p>4. Falta de recursos propios de administración</p>	<p>Por pertenecer al renglón presupuestario 021</p> <p>Porque se tiene el cargo de Director y docente a la vez.</p> <p>Porque no existe asignación presupuestaria</p> <p>Porque no existe una asignación específica.</p>	<p>Solicitudes al MINEDUC</p> <p>Contratar a una persona que se encargue de orientar a los usuarios de esta municipalidad.</p> <p>Nombramiento de otras plazas de catedrático.</p> <p>Solicitudes al MINEDUC</p> <p>Solicitudes al MINEDUC</p>

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

VI. SECTOR ADMINISTRATIVO

PROBLEMAS No.	Inestabilidad laboral del Director		Recargo de trabajo		Carencia de equipo de cómputo		Falta de recursos propios de la administración	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
INDICADORES								
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4.¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X	
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	5	5	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1: Inestabilidad laboral del Director.

VII SECTOR DE RELACIONES

AREA	INDICADOR
<p>1. Institución Usuarios</p>	<p>1.1. Institución-Usuarios. Estado, forma de atención a los usuarios: la atención que se les presta a los usuarios va de acuerdo a sus necesidades e intereses.</p> <p>1.2. Intercambios Deportivos: se dan internamente y con otros establecimientos.</p> <p>1.3. Actividades Sociales : Día del Cariño, Día de las Madres, Día del Padre, El 15 de Septiembre, Feria titular del municipio.</p> <p>1.4. Actividades Culturales: Concurso de poesía, concurso de canto, concurso de baile, folklóricos, concurso de dibujo, concurso de oratoria.</p> <p>1.5. Actividades Académicas: específicamente de catedráticos para con los estudiantes</p>
<p>2. Institución con otras</p>	<p>2.1. Institución con otras instituciones: Cooperación: siempre se da por parte de esta institución, ya que se mantienen buenas relaciones.</p> <p>2.2. Culturales: esta institución planifica las actividades posibles a desarrollar en el transcurso del ciclo escolar.</p>
<p>3. Institución con la comunidad</p>	<p>3.1. Institución con la Comunidad: Se mantiene estrecha relación de la institución para con la comunidad.</p> <p>3.2. Asociaciones Locales: Han contribuido a que la institución salga adelante.</p> <p>3.3. Proyección: la institución se da a conocer ante la comunidad en las diferentes actividades socioculturales.</p>

**DETECCION DE PROBLEMAS
VII SECTOR DE RELACIONES**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Falta de sanitarios en buen estado. 2. Falta de higiene en los baños y en los alumnos. 3. Inseguridad en los trayectos 	<p>No se cuenta con predio propio.</p> <p>No se les capacita sobre hábitos de higiene.</p> <p>Por la falta de recursos</p>	<p>Solicitar a la comunidad</p> <p>Talleres sobre la práctica De los hábitos de higiene</p> <p>Campañas de concientización</p>

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD SECTOR DE RELACIONES

PROBLEMAS	Falta de sanitarios en estado.		Falta de higiene en los baños y en los alumnos.		Inseguridad en los trayectos	
	1		2		3	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No.INDICADORES						
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X			X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X			X
4.¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X	X	X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X	X	
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X
TOTAL	7	3	6	4	4	6
PRIORIDAD	1		2		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de sanitarios en buen estado.

VIII SECTOR FILOSÒFICO, POLÌTICO, LEGAL

AREA	INDICADOR
1. Filosofía de la Institución	<p>Prestar un buen servicio a la Comunidad educativa y mantener buenas relaciones con otras instituciones</p> <p>Visión: Institución democrática formadora de ciudadanos, con carácter y capaces de aprender por si mismos, orgullosos de ser guatemaltecos, empeñados en conseguir su desarrollo integral, con principios, valores y convicciones que fundamenten su conducta.</p> <p>Misión: Hacer de la actividad educacional o de la Educación propiamente dicha, un proceso participativo e incluyente, para que responda con criterios modernos, a las necesidades de desarrollo integral de la población social, cultural y lingüísticamente diferenciada.</p>
2. Políticas de la Institución	<p>Objetivos: Contribuir a la formación de la personalidad del educando. Alcanzar los objetivos y fines de la Educación Nacional. Promover el desarrollo integral mediante el uso del Currículo Nacional Base así como la filosofía y políticas actuales en el marco de proceso de la Reforma Educativa.</p>
3. Aspectos Legales	<p>Aspectos Legales. El Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina San Marcos, presta sus servicios por resolución, emanado del MINEDUC, la cual se guarda en los archivos del establecimiento.</p>

DETECCION DE PROBLEMAS
VIII SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
No se detectaron problemas	No existen porque no se detectaron problemas	No se plantea ningún tipo de solución, porque no se detectaron problemas.

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

PROBLEMAS	No existe problema		No existe problema		No existe problema	
	1		2		3	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No.						
INDICADORES						
No se plantean indicadores porque no se detectaron problemas.						

VIII SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

DESCRIPCIÓN: No existen problemas, por lo cual no se consignan indicadores.

SUPERVISIÓN EDUCATIVA
SECTOR 1216.1
CATARINA, SAN MARCOS

Catarina, Septiembre del 2,014

Licenciado: Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Asesor de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Estimado Licenciado:

Reciba un cordial y atento saludo, desando a la vez, éxitos en sus labores Educativas.

El objeto de la presente es para hacerle de su conocimiento que la estudiante: **Ingrid Zucely de León Vásquez** con carné: **200922832** de la carrera de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**, hizo entrega de la Guía de aprendizaje **Para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservación de la salud**, Producto del Ejercicio Profesional Supervisado que realizó en esta Institución Beneficiada.

Por lo que dicha herramienta será de beneficio para la población estudiantil de la carrera de Bachillerato en Ciencias y letras con orientación en Turismo, Agroforestal y computaciónen, del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED del Municipio de Catrina.

Agradeciendo de manera especial el apoyo a esta institución educativa me suscribo.

(f) _____
PEM. Cesar Ambrosio Gutiérrez
Coordinador Técnico Administrativo Sector 1216.2
Catarina, San Marcos.

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía



Catarina Septiembre de 2014

Licenciado: Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Asesor de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Estimado Licenciado:

Reciba un cordial y atento saludo, desando a la vez, éxitos en sus labores Educativas.

El objeto de la presente es para hacerle de su conocimiento que la estudiante: **Ingrid Zucely de León Vásquez** con carné: **200922832** de la carrera de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**, hizo entrega de la Guía de aprendizaje **Para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud**, Producto del Ejercicio Profesional Supervisado a la coordinación de la universidad.

Por lo que doy fe de su entrega y para los usos legales que al interesada convengan sello y firma la presente en una hoja de papel bond tamaño carta.

(f) _____
Licenciado Ángel Iván Girón Montiel
Coordinador de la Universidad de San Carlos de Guatemala
Sección Catarina.

Catarina, Septiembre de 2014

Lic.
Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Asesor de Estudio Profesional Supervisado
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

CONSTANCIA

Se hace constar por este medio que: **Ingrid Zucely de León Vásquez**, estudiante de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, con sede en Catarina, San Marcos, quien realizó su Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa en el Instituto Nacional de Educación Diversificada de este municipio, agradeciéndole el aporte a esta Institución, manifestó a la vez, que participó en el Proyecto con responsabilidad en las diferentes actividades que desarrolló.

Y para los usos legales que a la parte interesada convenga, se extiende, firma y sella la presente a los trece días del mes de octubre del año dos mil doce

PEM. Nerly de León Requena
Director INED
Catarina

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía



Catarina Septiembre de 2014

Profesor:
Cesar Ambrosio Gutierrez
Coordinador Técnico Administrativo 1216.2
Catarina, San Marco

Distinguido C.T.A

Con todo respeto me dirijo a usted deseándole éxitos en sus labores profesionales.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que se me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de parte de usted y la institución educativa que tan dignamente administra.

Por éste medio participo a usted para que el día 03 de Septiembre del presente año a las 14:00 P.M en la Dirección del Instituto Nacional de Educación Diversificada de este municipio, el Director del Instituto PEM. Nerly de León Requena y catedráticos del Curso Ciencias Naturales, con el fin de socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud , aplicada a los estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras con orientación en Turismo, Agroforestal y Computación, el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndolo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente.

(f) _____
PEM. Ingrid Zucely de León Vásquez
EPS de Lic. en Pedagogía y Admon. Educativa

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía



Catarina, Septiembre de 2014

PEM. Nerly de León Requena
Director del Instituto Nacional de Educ. Diversif.
Catarina, San Marcos

Distinguido Director:

Con todo respeto me dirijo a usted deseándole éxitos en sus labores administrativas.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que se me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) .

Por este medio participo a usted, para que el día 03 de Septiembre a las 14:00 P.M en la dirección que está a su digno cargo, tendremos una reunión de trabajo con el Coordinador Técnico Administrativo 1216.2 y catedráticos del Área de Ciencias Naturales para socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud, aplicada a los estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras con orientación en Turismo, Agroforestal y Computación, el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciendo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente.

(f) _____
PEM. Ingrid Zucely de León Vásquez
EPS de Lic. en Pedagogía y Admon. Educativa.

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía
Id y Enseñad a todos.



Catarina, Septiembre de 2014

A:

Docente del Area de Biología
Instituto Nacional de Educación Diversificada
Catarina, San Marcos

Distinguido Docente:

Con todo respeto me dirijo a usted, deseándole éxitos en sus labores educativas.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS).

Por este medio, participo a usted para que el día 03 de Septiembre a las 14:00 P.M en la Dirección del INED en donde usted labora, cabecera municipal de Catarina, San Marcos, donde tendremos una reunión de trabajo, con el Coordinador Técnico Administrativo 1216.2 el Director del Instituto antes mencionando y catedráticos del Área de ciencias Naturales, con el fin de socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje para la utilización de hábitos de higiene para prevenir enfermedades y conservar la salud, aplicada a los estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras con orientación en Turismo, Agroforestal y Computación, el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndolo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente,

(f) _____
PEM. Ingrid Zucely de León Vásquez
EPS de Lic. en Pedagogía y Admon. Educativa



ENTREVISTA AL COORDINADOR TÉCNICO ADMINISTRATIVO

PEM. Cesar Ambrosio Gutiérrez.

Instrucciones: Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuál es la filosofía que utiliza la Institución que usted dirige?

2. ¿Para lograr una buena administración bajo que principios se basa como autoridad educativa?

3. ¿Cuál es su posición en el orden jerárquico, en la institución que representa?

4. ¿Cuál es el marco legal que abarca la institución?

5. ¿Qué estrategias utiliza como jefe dentro de la Institución?

6. ¿Con qué Instituciones se relaciona la institución a la que representa?

7. ¿Qué tipo de comunicación existe con las Instituciones que nombró?

8. ¿Qué clases de compromisos, alianzas estratégicas, ayudas y servicios existen con otras instituciones?

9. ¿En qué se fundamenta en la toma de decisiones?

10. ¿Cómo cree que debe ser el perfil de un empleado?



CUESTIONARIO DIRIGIDO AL PERSONAL DE LA INSTITUCIÓN

Instrucciones: Marque con la X la opción que usted considere correcta.

1. ¿Considera que el instituto, cumple con sus funciones de acuerdo a las leyes y reglamentos establecidos?

SI _____ NO _____

2. ¿Existen buenas relaciones humanas con sus compañeros?

SI _____ NO _____

3. ¿Ha recibido capacitaciones constantes sobre Hábitos de Higiene?

SI _____ NO _____

4. ¿Considera que las instalaciones de esta institución son adecuadas para brindar un buen servicio a los usuarios?

SI _____ NO _____

5. ¿se considera un profesional digno de la institución?

SI _____ NO _____

6. ¿Mantiene buenas relaciones laborales con el jefe de esta institución?

SI _____ NO _____

7. ¿Se siente bien de ser parte de esta institución?

SI _____ NO _____

8. ¿Le brindan todas sus prestaciones de acuerdo a la ley?

SI _____ NO _____

9. ¿Considera que hay discriminación por parte del MINEDUC por el hecho de pertenecer del renglón 021?

SI _____ NO _____

10. ¿Considera que todos los catedráticos planifican sus actividades docentes?

SI _____ NO _____

Universidad de San Carlos de Guatemala.

Facultad de Humanidades

Departamento de Pedagogía



ENTREVISTA A USUARIOS (ALUMNOS)

Instrucciones: Marque con la X la opción que considere correcta.

1. ¿Considera que la institución cumple con sus funciones?

SI _____ NO _____

2. ¿Cree usted que el personal de esta institución es el idóneo?

SI _____ NO _____

3. ¿Cree usted que el servicio que presta esta institución debe mejorar?

SI _____ NO _____

4. ¿Considera que las instalaciones de esta institución son adecuadas a las necesidades de los usuarios?

SI _____ NO _____

5. ¿Cree que el ambiente es agradable o insalubre?

SI _____ NO _____

6. ¿Conoce usted al director?

SI _____ NO _____

7. ¿Cree que la educación que se imparte es de calidad?

SI _____ NO _____

8. ¿Cree que es importante abordar temas que ayuden a la protección y conservación de la salud?

SI _____ NO _____

9. ¿Cree que se cumple con el horario de la jornada?

SI _____ NO _____

10. ¿Cree que existe armonía entre el personal docente y el director?

SI _____ NO _____

**Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de Pedagogía**



Entrevista a Estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

Responsable: Epesista

Instrucciones: Responda SI o NO y justifique su respuesta

1.-¿Considera que es de gran importancia Practicar hábitos de higiene ?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

2.-¿Cree que hay normas y medidas que ayuden a la conservación de la salud?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

3.- ¿Existirá conocimiento en la mayoría de personas sobre cuál es la forma correcta e higiénica de cocinar los alimentos?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

4.- ¿sabe de instituciones que se preocupen por inculcar Hábitos de Higiene personal?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

5 ¿Le gustaría que en el establecimiento exista una Guía que contenga temas sobre Hábitos de Higiene?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

ANEXO

EVIDENCIAS FOTOS.

Se puede observar el edificio del establecimiento



La epesista se dirige a los alumnos para presentarse



La epesista presenta a la enfermera profesional invitada para impartir el tema de Higiene y Hábitos de Higiene.



El director del plantel educativo le da la bienvenida a la enfermera profesional invitada.



La enfermera les enseña a los alumnos que es higiene y hábitos de higiene.



Los alumnos prestaron atención durante toda la charla.



La epesista con el director del INED Catarina.

