

Elbi Adilia Bámaca Barrios

**Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a
estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de
Educación Básica, Catarina, San Marcos.**

Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES
Departamento de Pedagogía

Guatemala, Noviembre 2016

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 2016

ÍNDICE

CONTENIDO	Página
Introducción	I
CAPÍTULO I	
Diagnóstico	
1. Datos generales de la institución	1
1.1 Reseña Histórica	1
1.2 Nombre de la Institución	1
1.3 Tipo de Institución	1
1.4 Ubicación Geográfica	1
2. Visión	1
3. Misión	2
4. Políticas	2
5. Objetivos	3
6. Metas	3
7. Estructura Organizacional	3
8. Recursos	4
9. Técnicas utilizadas para el Diagnóstico	5
10. Cuadro de Análisis y priorización de problemas	6
Diagnóstico institución Beneficiada	7
1. Datos generales de la institución	7
2. Visión	8
3. Misión	8
4. Políticas Institucionales	8
5. Objetivos	11
6. Metas	11
7. Estructura Organizacional	12
8. Perfil de los Integrantes de la Comunidad Educativa	13
9. Recursos	14
10. Técnicas utilizadas para realizar el diagnóstico	14
11. FODA de la institución	15
12. Lista de Análisis de Problemas	16
13. Análisis de Viabilidad y Factibilidad	17
14. Priorización del Problema	18
15. Análisis de Viabilidad y Factibilidad	19
16. Problema Seleccionado	20
17. Solución propuesta como viable y Factible	21

CAPITULO II

Perfil del Proyecto	
1. Aspectos Generales	22
2. Descripción del Proyecto	23
3. Justificación	23
4. Objetivos del Proyecto	24
5. Metas	25
6. Beneficiarios	25
7. Fuentes de Financiamiento	26
8. Cronograma de Actividades para la ejecución del Proyecto	27
9. Recursos	30

CAPITULO III

1. Proceso de ejecución del Proyecto	31
2. Aspectos Generales	
3. Actividades y Resultados	31
4. Productos y Logros	33
a) Cronograma de las actividades de la ejecución del proyecto	34

GUIA SOBRE LA HIGIENE CORPORAL, SALUD ESCOLAR Y COMUNITARIA	35
--	-----------

CAPITULO IV

Proceso de evaluación	
1. Evaluación del diagnóstico	94
2. Evaluación del perfil del proyecto	95
3. Evaluación de la ejecución del proyecto	96
4. Evaluación general y final del proyecto	97

CONCLUSIONES	98
---------------------	-----------

RECOMENDACIONES	99
------------------------	-----------

BIBLIOGRAFÍA	100
---------------------	------------

APÉNDICE	101
-----------------	------------

ANEXOS	157
---------------	------------

INTRODUCCION

El proyecto Guía sobre **La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos**, está estructurada de la siguiente manera:

El Capítulo I Diagnóstico, consiste en el conocimiento interno y externo de la institución y de la comunidad para detectar los problemas o carencias, así con la ayuda de técnicas y recursos que se obtuvieron para recopilar toda la información y enfatizar las necesidades más apremiantes que se logran a través del análisis e investigación del problema principal buscando vías factibles que permitan verificar algunas alternativas planteadas que vengan a beneficiar a las diferente partes involucradas.

El Capítulo II Perfil del Proyecto, permite hacer un resumen del diseño del proyecto que identifica los elementos claves como el nombre del proyecto, objetivos, justificación, metas, actividades, recursos, presupuesto, factores externos, factores internos y las consecuencias esperadas a la finalización del proyecto, que nos permitan analizar y dar referencias para mejorar los procesos administrativos-educativos.

El Capítulo III Proceso de Ejecución del Proyecto, se realizan las actividades y se dan a conocer de forma ordenada los resultados de cada actividad organizada en el diseño, estableciendo un cronograma de tiempo, costos, productos y finalización del mismo.

Capítulo IV El Proceso de la Evaluación del Diagnóstico del Perfil de la Ejecución y Evaluación Final, es una forma que permite comprobar el alcance de los objetivos propuestos en el proyecto. La Evaluación del Diagnóstico se ejecuta por medio de la elaboración del perfil que es la Guía sobre **“La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”**, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos, financiado por la Epesista. La Evaluación Final consiste en entrevistar a los beneficiados para sintetizar el resultado del impacto y aceptabilidad del proyecto y su entrega a las instituciones beneficiarias antes mencionadas.

El apéndice contiene un plan de diagnóstico institucional, de la institución educativa, en donde se ejecutó el proyecto educativo. Y en el anexo aparecen las fotografías correspondientes del proyecto realizado.

CAPÍTULO I

DIAGNÓSTICO

1. Datos Generales de la Institución

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

La Supervisión Educativa 96-75 con Funciones de Coordinación Técnica Administrativa del Sector 1216.1 del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos, fue creado en base a la necesidad y crecimiento de la población estudiantil para dar una mejor cobertura y calidad Educativa, siendo, el Profesor de Educación Media; Edmundo Camacho Leal, el primer Supervisor el cual desempeñó eficientemente sus labores Técnico Administrativas, seguidamente el siguiente supervisor fue: El Profesor de Educación Media Argeler Benjamín López Sandoval, quien realizó un trabajo eficiente en dicha institución; seguidamente estuvo a cargo la supervisión por el Lic. Ángel Iván Girón Montiel que demostró capacidad, empeño y dedicación en el cargo. Actualmente la Supervisión se encuentra a cargo del PEM. César Augusto Ambrocio Gutiérrez. Y esta ubicada en la 2ª. Avenida 16-32 Zona 1 de Catarina, San Marcos, teniendo a su cargo 175 docentes de los diferentes niveles como: pre-primario, primario, básico, diversificado, del sector oficial y privado, por lo cual su función es de suma importancia para el desarrollo educativo del Municipio de Catarina, San Marcos.

Nombre de la Institución: Supervisión Educativa Sector 1216.1
Catarina, San Marcos.

1.2. Tipo de institución: Pública, Mixta, Servicios Educativos.

1.3. Ubicación Geográfica: 2ª. Av. 16-32 zona 1, Catarina, San Marcos.

2. VISIÓN:

Ser una institución comprometida a través de un proceso de gestión planificada y organizada para prestar servicios educativos esenciales de manera eficiente y eficaz, por medio de instituciones educativas estatales y privadas que estén bajo su jurisdicción, fortaleciendo el desarrollo integral de las comunidades educativas del municipio.

3. MISIÓN:

Fomentar la Reforma Educativa y la participación de alumnos como docentes en un enfoque constructivista, en el cumplimiento de los Acuerdos de Paz y en el Marco del Proceso de la Reforma Educativa.

Transformar participativamente la Educación y el Sistema Educativo Nacional para que responda con criterios modernos a las diferentes necesidades de desarrollo integral de una población social y cultural. Enfocándose directamente en el estudiante.

4. POLÍTICAS:

Equidad:

Fortalecer principalmente la identidad de cada cultura en los estudiantes de diferentes grupos étnicos con que cuenta el Municipio de Catarina para que no pierdan sus raíces en la Educación.

Austeridad:

Administrar los Recursos de manera eficiente y eficaz, estableciendo el tiempo como factor primordial en la ejecución de actividades.

Capacidad:

Promover charlas de capacitación para todo el personal docente del Sector 1216.1 y brindar mejores técnicas de estudio en el proceso de la Enseñanza-Aprendizaje de los jóvenes, así como ampliar los conocimientos adquiridos para mejorar el nivel de vida.

Honradez:

Demostrar Moral y Ética en todas las acciones que se desarrollen en el ámbito social y educativo principalmente.

5. Objetivos

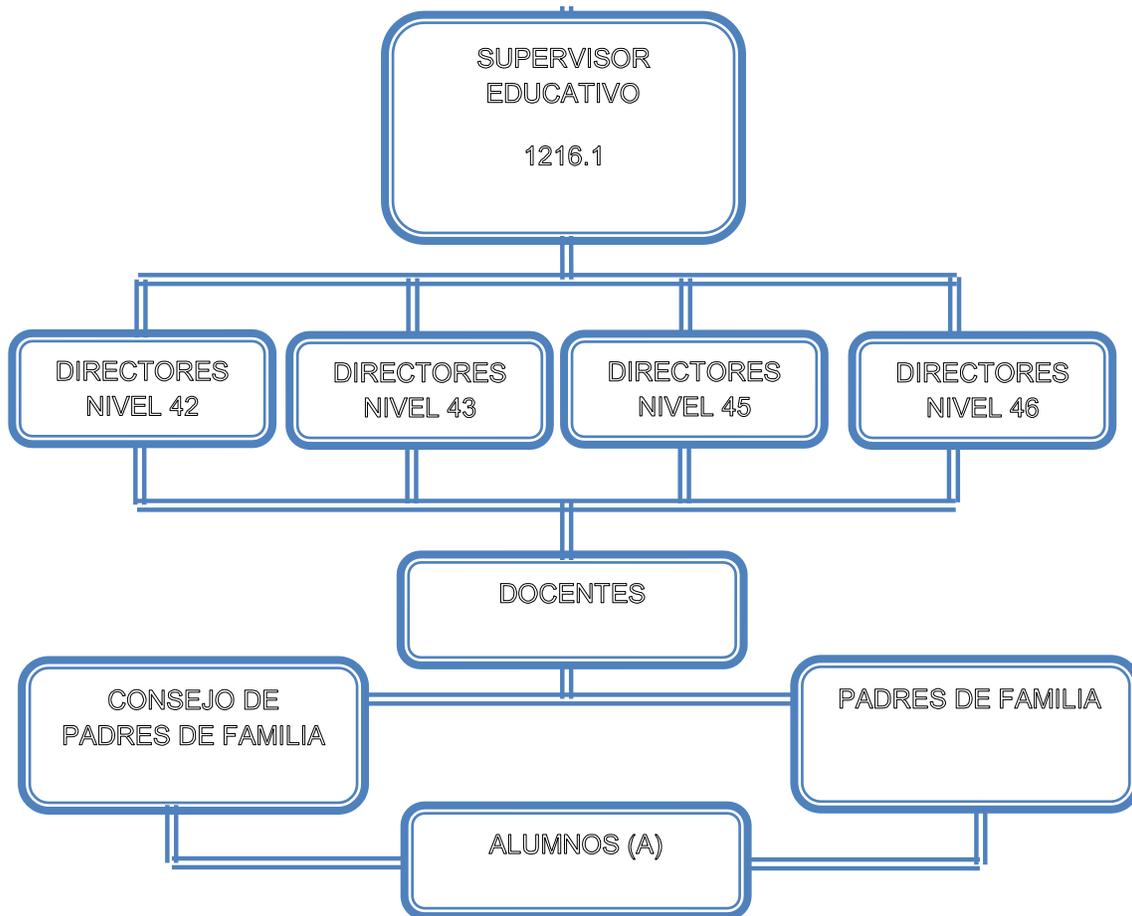
- Elaborar guías educativas para promover el desarrollo social, cultural, económico, productivo y de infraestructura física (mejorar establecimientos educativos, construir edificios escolares) en coordinación con el Ministerio de Educación y el gobierno central.
- Concientizar al docente para que realice talleres de lectura con sus estudiantes y de esta forma se enriquezca más sus conocimientos personales.
- Promover la participación de alumnos, padres de familia y líderes comunitarios, para lograr una comunicación más amplia en las diferentes necesidades que se manifiesta en la Comunidad Educativa.

6. Metas

- Atender a la comunidad educativa en general de acuerdo a las necesidades que tenga en el ámbito de la educación.
- Cumplir con el calendario escolar en un 100%.
- Apoyar en la implementación de proyectos en los Centros Educativos en un 100%.
- Coordinar y organizar de manera eficaz los recursos disponibles para el desarrollo del trabajo docente.
- Ampliar los servicios de cobertura escolar de maestros en relación al crecimiento poblacional estudiantil.
- Cooperar y apoyar a la Supervisión Educativa 1216.1 de Catarina, San Marcos.

7. Estructura organizacional

- Coordinación Técnica Administrativa.
- Direcciones de los diferentes Establecimientos Educativos.
- Estudiantes.
- Padres de Familia.



Supervisión Educativa, Sector 1216.1. PEM. César Augusto Ambrocio Gutiérrez

8. Recursos:

Los recursos con que cuenta la Supervisión Educativa para el desarrollo de la educación y de los cuales tiene a su alcance son:

Humanos:

- Supervisor Educativo.
- Secretaria.
- Directores.
- Docentes.
- Padres de Familia.
- Estudiantes.

Materiales:

La supervisión cuenta con materiales y equipos aunque muy escasamente, siendo la labor más encomiable la optimización de los mismos, que se encuentran en cada centro educativo.

Financieros:

- Subsidiado por el Ministerio de Educación.

9. Técnicas utilizadas para el diagnóstico

9.1. Guía de Análisis Contextual e Institucional de los VIII sectores:

Aplicando la guía de cada sector para recopilar toda clase de información en la comunidad e institución tanto documental como bibliográfica.

9.2. Técnica de observación: Para conocer y describir el área física y de funcionamiento de la institución, se elaboraron fichas de campo de observación, lista de cotejo, cuestionario, encuesta, se utilizó una cámara fotográfica y un cuaderno de notas.

9.3. 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.

9.4. Técnica del FODA: Se aplicó la matriz que determina la situación interna de la institución (Fortalezas-Debilidades) y la situación externa (Oportunidades-Amenazas).

9.5. Lista de carencias, ausencias o deficiencias

- Falta de material informativo sobre la importancia de la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.
- Falta mobiliario y equipo para archivar documentos.
- Carencia de un medio de comunicación (vía telefónica).
- No contar con edificio propio.
- No contar con personal operativo.

10. Cuadro de análisis y priorización de problemas

No.	Problemas	Factores que los producen	Soluciones
01	Falta de material informativo sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa.	La falta de información sobre la importancia de la práctica de Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad escolar.	Elaboración de guía sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, en la comunidad escolar beneficiada.
02	Falta de terreno para poder implementar mejoras en el área y así tener un ambiente agradable.	Carencia del recurso económico necesario.	Solicitar a ONG o identidades privadas para que colaboren con la compra del terreno.
03	No tener edificio propio.	Falta de recurso económico.	Gestionar el presupuesto necesario para la construcción del edificio.
04	Falta de personal operativo.	Insuficiente recurso económico para contratar.	Solicitar a las autoridades educativas o municipales un conserje.

10.1. Jerarquización de los problemas

Se observaron y analizaron los problemas detectados en las instalaciones de la Supervisión Educativa Sector 1216.1 Catarina, San Marcos, en consenso con el Supervisor se enlistaron los problemas tomando como principal priorización la falta de material informativo sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la Salud en la comunidad escolar, específicamente enfocándose a los alumnos y docentes de la institución beneficiada, como solución, a la elaboración de una Guía sobre “La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”.

En nuestra actualidad existen varios problemas dados a través de la falta de higiene en cada una de las personas de este Municipio, es por eso que han surgido varias enfermedades en la población, por la falta de conciencia en su higiene personal y la de su familia. Es por eso que para lograr el beneficio de la salud en los habitantes de este Municipio, se ha priorizado este problema implementando una guía de aprendizaje y tomando en cuenta la participación de la comunidad educativa.

Diagnóstico de la Institución Beneficiada

1. Datos Generales de la Institución:

- **Nombre de la institución:**
Instituto Nacional de Educación Básica.
- **Ubicación Geográfica:**
El Instituto Nacional de Educación Básica, se encuentra ubicado en la 2ª. Avenida 2-26 zona 1 del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos. Frente al parque municipal central.
- **Dirección en donde se ubica:**
2ª. Avenida 2-26 zona 1 Catarina, San Marcos.
- **Nivel educativo que atiende:**
Nivel Medio – Ciclo Básico.
- **No. de Alumnos:**
208 alumnos (mixtos).
- **No. de Docentes:**
Nueve Docentes.
- **Dirección a cargo de:**
Lic. Marvin Anibal Gómez Bámaca.
- **Antecedentes de la Institución:**
Ser una institución educativa encargada de fomentar en los estudiantes con valores morales, conocimientos científicos y disciplina. Con el fin de formar buenos profesionales para la sociedad y gozar una mejor calidad de vida.
- **Tipo de Institución:**
El Instituto Nacional de Educación Básica, tiene un tiempo de servicio de 8 años de experiencias, es de carácter oficial, que genera oportunidades de estudios a todas las personas jóvenes que deseen la superación personal en todos los ámbitos y así poder proyectarse hacia una vida social con mejores oportunidades de trabajo.

2. Visión:

Ser una institución que prepare a los alumnos para que sean futuros graduandos y con ello mejorar costumbres de vida y situaciones económicas, sociales y culturales que beneficie a todos los estudiantes de esta comunidad.

La formación integral de los jóvenes estudiantes requiere de la aplicación de las actuales políticas educativas: mejorar la calidad de la educación.

3. Misión

La institución brinda al alumno una educación adecuada a los intereses de los estudiantes para lograr una educación integral. Proporciona un nuevo y actualizado ambiente educativo enriqueciendo su formación integral iniciado en la escuela primaria.

Motivando a la participación al sector Educación y el Sistema Educativo Nacional para que responda con criterios modernos a las necesidades de desarrollo integral de una población social, cultural y lingüísticamente que se diferencia.

4. POLÍTICAS INSTITUCIONALES

Políticas generales

- Ampliar la cobertura educativa incorporando a jóvenes y señoritas de escasos recursos y problemas especiales.
- Priorizar una educación de calidad.
- Implementar un modelo de gestión educativa transparente que responda las necesidades de la comunidad educativa.
- Resolver problemas de una manera democrática a través de equidad educativa y permanente escolar.
- Fortalecer la educación bilingüe intercultural.

Políticas Transversales

- Crecimiento de la Institución Educativa.
- Descentralización educativa.
- Incremento de la Inversión Educativa.

Política de cobertura.

Se cubrirá en total cobertura de acuerdo a La Constitución de la República de Guatemala y la Ley de Educación Nacional, se establece que todo ser humano, tiene derecho a una calidad de vida en etapas: Educación inicial, Educación pre-primaria, Educación primaria y Educación media. Ya que la educación que brinda el gobierno es totalmente gratuita oficial para que todos los niños, jóvenes y adultos puedan estudiar.

Política de Equidad

Se valora altamente la contribución del estudio en cuanto al énfasis que hace sobre insumos relacionados al compromiso que debe asumir la sociedad guatemalteca para demandar una mayor asignación de recursos hacia la educación de los niños y niñas guatemaltecos, la distribución equitativa del mismo, priorizando el gasto público educativo hacia las niñas y niños del área rural, especialmente facilitando el acceso de los indígenas a los servicios educativos.

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 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.

Política de Modelo de Gestión

El objetivo fundamental del sistema educativo guatemalteco consiste en que los jóvenes 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, y capacitación técnica, organizaciones empresariales y sociales.

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 de cada uno de los recursos financieros implementados.

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:

- El respeto y la observancia de la autonomía municipal,
- El fortalecimiento institucional de las municipalidades,
- La desconcentración y descentralización como instrumentos de desarrollo; y,
- 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 Consejo Nacional de Educación, con la participación de los distintos sectores de la sociedad, así como el fortalecimiento de los Concejos Municipales de Educación.

5. 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 para efecto de:

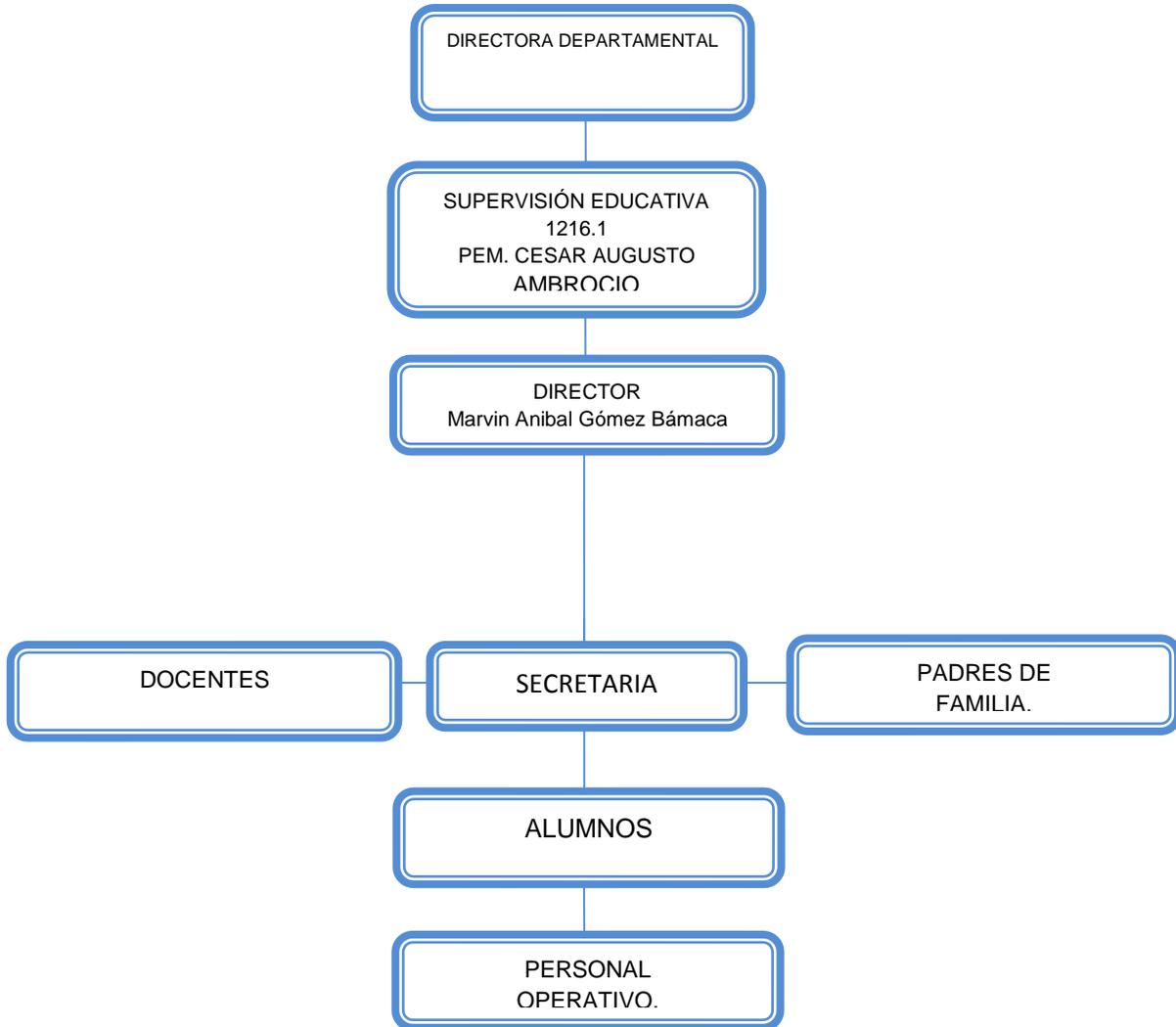
- Mejorar la calidad de vida de la población estudiantil en beneficio de su entorno familiar y comunidad.
- Lograr el cambio en la personalidad de cada estudiante.
- Alcanzar los objetivos y fines de la Educación Nacional.
- Contribuir en la formación de la personalidad en el educando de una manera constructivista.
- Provisión de insumos para el desarrollo de evaluaciones de impacto de políticas y programas.
- Contextualizar el proceso de enseñanza-aprendizaje en las necesidades de los estudiantes, con herramientas tecnológicas.

6. Metas

- Concientizar, dirigir, guiar, orientar al estudiante hacia un nivel de vida mejor en base a la preparación que se desee adquirir en el establecimiento.
- Ampliar nuestra cobertura educativa en las diferentes áreas de la comunidad educativa.
- Preparar a estudiantes con una visión innovadora, tomando en cuenta la importancia de la Salud en la Familia, como un beneficio para toda la humanidad.
- Atender en un 90% la demanda de Educación Básica en las diferentes zonas del área.

7. Estructura Organizacional

Organigrama del I.N.E.B.



Fuente de Información: Instituto Nacional de Educación Básica I.N.E.B. Catarina, San Marcos.

IMPORTANCIA DE LA HIGIENE CORPORAL, SALUD ESCOLAR Y COMUNITARIA A TRAVES DE LOS DIFERENTES MEDIOS

Es importante e indispensable que las nuevas generaciones de nuestros tiempos, cuenten con una formación y conocimientos que lo ayuden a tener una buena salud física, en su persona priorizando la conservación de la salud en la familia, que contribuyan a favorecer una mejor forma de vida. Por lo tanto es necesario involucrar a los estudiantes y docentes de la comunidad educativa beneficiada.

8. Perfil de los Integrantes de la Comunidad Educativa

Dimensión	Perfiles			
	Estudiantes	Docentes	Director	Padres de Familia
Social Fomentar y concientizar a las personas para que se involucren en el Cuidado de la salud de la sociedad.	Colaboradores, Responsables, Ordenados, Honestos, Respetuosos, Sociables.	Responsables, Ordenados, Facilitadores, Dinámicos, Solidarios.	Ser equitativo, Responsable, Disciplinado, Solidario.	Responsables, Participativos, Integrarse en la educación de los jóvenes.
Personal-afectiva Características relacionados con el aspecto emocional de cada individuo.	Visión y misión, Estudiosos y Activos, Humildes, Confiables, Atentos, Responsables.	Equitativos, Amigables, Democráticos, Tolerantes.	Amigable, Democrático, Comprensivo, Confiable, Seguro de sí mismo.	Amigables, Sinceros con sus hijos, Confiables.
Intelectual Conocimientos, capacidades mentales; resolución de problemas, pensamiento crítico y reflexivo.	Analíticos, Participativos, , Investigadores, Reflexivos, Creativos.	Inteligentes, Eficientes, Visionistas, Innovadores,	Disciplinado, Ordenado, Investigador, Creativo.	Perseverantes, Ordenados, Actualizados,
Psicomotora Habilidades y destrezas motoras.	Activos, Participativos, Disponibles, Creativos, Innovadores.	Activos, Perseverantes, Creativos, Participativos.	Activo, Flexible, Colaborador.	Activos, Flexibles, Participativos.

9. Recursos

Humanos:

- Supervisor Educativo 1216.1.
- Director del Establecimiento Educativo.
- Personal Docente.
- 208 Alumnos.

Materiales y Equipo

- Aulas.
- Computadora.
- Cañonera.
- Pupitres.
- Cátedras.
- Bibliografía de la Institución.
- Papelería de oficina.
- Archivos.
- Libros de registros administrativos.

Financieros:

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

10. Técnicas utilizadas para realizar el diagnóstico

10.1. Guía de los VIII Sectores

10.2. Técnicas de observación

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

10.2.1. Instrumentos

- Observación.
- Cuestionario.
- Fichas.

11.FODA del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio De Catarina, San Marcos

Ámbito	Fortalezas	Oportunidades	Debilidades	Amenazas
Pedagógico	Docentes optimistas y entusiastas, Docentes visionarios y creativos. Capacitación del Currículum Nacional Base. Jóvenes, participativos/as y entusiastas.	Apoyo del Ministerio de Educación con capacitaciones a docentes. Apoyo del supervisor educativo.	Falta de implementación de los valores morales en los jóvenes estudiantes. Falta de implementación de pláticas a los estudiantes sobre el comportamiento escolar. Falta de manejo y control de archivo de documentos administrativos.	Deserción de alumnos. No contar con personal docente.
Institucional	Liderazgo y trabajo en equipo. Ubicación del instituto es accesible.	Organizaciones de madres y padres de familia. Cobertura educativa. Aplicación de nuevas áreas.	No cuenta con espacio de lectura. Carece de condiciones higiénicas y sanitarias.	El desinterés en la participación de madres y padres de familia para el beneficio del instituto.
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 Supervisión Educativa.	Programas y proyectos de desarrollo en el sector educativo. Coordinar con Instituciones para brindar apoyo en actividades para el desarrollo comunitario.	Poco material informativo sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitario, para la conservación de la salud en la familia. Poca comunicación con otros centros educativos del municipio.	Poca voluntad para trabajar en beneficio de la comunidad.

12. Análisis de FODA
Lista y análisis de problemas

No	Problemas	Factores que los producen	Soluciones
1	Falta de material informativo sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa.	La falta de información sobre la Importancia de la práctica de Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad escolar.	Elaboración de guía sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, en la comunidad escolar beneficiada.
2	Falta de terreno amplio y edificio propio.	Falta de gestión y motivación por parte de los docentes y la falta de los recursos económicos para la realización del edificio.	Gestionar con instituciones para que puedan apoyar para la elaboración del edificio.
3	Carencia de recursos bibliográficos y materiales propiamente de oficina.	Insuficiencia de material variado para la información necesaria sobre la bibliografía de la institución educativa.	Gestión de actividades para la obtención de recursos económicos. (Realizadas en centros educativos delegados para el efecto).
4	Deficiencia de orientar a la población estudiantil para el cuidado y conservación de la salud.	Pocas actividades con alumnos y docentes para la fomentación del cuidado personal.	Organizar actividades para el cuidado de los recursos para la conservación de la salud personal.
5	Carece del mobiliario adecuado para el nivel que se atiende.	Poco ingreso económico.	Gestionar con autoridades municipales y locales para apoyo de mobiliario.

13. Análisis de Viabilidad y Factibilidad

PROBLEMAS	Falta de material informativo sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa.		Falta de terreno y edificio propio.		Carencia de recursos bibliográficos y materiales propiamente de oficina.		Deficiencia de orientar a la población estudiantil para el cuidado y conservación de la salud.		Carece del mobiliario adecuado para el nivel que se atiende.			
	No. INDICADORES		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 y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X			X
TOTAL	10	0	9	1	8	2	7	3	5	5
PRIORIDAD	1		2		3		4		5	

14. Priorización Del Problema:

El problema seleccionado es, falta de material informativo sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la Salud en la comunidad educativa, en la cual los estudiantes tienen poco conocimiento ante esta problemática social que está obstruyendo los conocimientos necesarios en cada persona, para cuidar y conservar su salud personal.

El problema seleccionado aparece como número uno en la lista de análisis del problema, debido que la falta de información disminuye la enseñanza-aprendizaje pedagógico en el alumno y docentes, la cual no llena los requisitos necesarios para la conservación y el cuidado de la salud personal y en la comunidad educativa.

15. Análisis de Viabilidad y Factibilidad

Opción 1. Elaborar una Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos.

Opción 2. Falta de terreno y edificio propio.

No.	Indicadores	Opción 1		Opción 2	
		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	17	9

16. Problema seleccionado:

Al terminar el análisis del Diagnóstico Institucional del problema se dieron a conocer los inconvenientes y necesidades, priorizando la falta de material informativo sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa, desarrollando la enseñanza-aprendizaje en el área de Ciencias Naturales y que se imparte en área del Instituto Nacional de Educación Básica de Catarina, San Marcos, enfocándonos en el tema sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa.

17. Solución propuesta como viable y factible

Al finalizar el análisis de la información del problema seleccionado sobre la falta de material informativo sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa, la opción más viable y factible es realizar una Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos.

Problema seleccionado	Solución
Falta de material informativo sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa.	Elaborar una Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a los estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos.

CAPITULO II

PERFIL DEL PROYECTO

1. Aspectos Generales.

1.1. Nombre del proyecto:

Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos.

1.2. Tipo de proyecto

Proyecto Educativo.

1.3. Problema

Falta de material informativo sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa, en el proceso de Enseñanza-aprendizaje del Instituto Nacional de Educación Básica, del Municipio de Catarina, departamento de San Marcos.

1.4. Localización:

El Instituto Nacional de Educación Básica cabecera municipal, pertenece al sector 1216.1 del Municipio de Catarina, ubicado en Calle principal de Catarina, San Marcos. Frente al parque central.

1.5. Unidad ejecutora:

- ▲ La ejecución del proyecto estará a cargo de la Facultad de Humanidades, a través de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Sección Catarina, San Marcos.

2. Descripción del proyecto:

El proyecto educativo consiste en elaborar una Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, haciéndolo a través de la investigación bibliográfica de unidades descriptivas de información, dirigida a los estudiantes, docentes y padres de familia de la comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Básica del municipio de Catarina, San Marcos. Cuyo objetivo primordial del proyecto es orientar e informar sobre la importancia que tiene la higiene personal, para la conservación de la salud en la comunidad educativa.

La Guía describirá temas como relacionados a la práctica de hábitos de higiene personal, el cuidado y la importancia de salud en el ser humano, la prevención de las diferentes enfermedades que atacan las defensas del ser humano, el cuidado adecuado que debe de tener la madre embarazada en el momento del periodo de embarazo, las normas de higiene para el desarrollo físico e intelectual del ser humano.

Socializando la presente guía sobre la Importancia de la Higiene para la Conservación de la Salud en la familia, se pretende concientizar y promover en los alumnos, docentes y padres de familia, siendo ellos los promotores que estimulen la importancia que tiene la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud en la comunidad educativa.

3. Justificación

Actualmente nuestra sociedad por falta de conocimiento e información, provoca un daño a su cuerpo y organismo en general, por eso es importante brindar los conocimientos necesarios sobre la importancia de la higiene en las personas para la conservación de la salud corporal, salud escolar y comunitaria. Es necesario involucrar a los estudiantes sobre la importancia y urgente necesidad de nuestra participación para contribuir con responsabilidad sobre nuestra propia salud y la de nuestra familia, mejorando las condiciones de vida de nuestro alrededor, concientizando a la generación actual de jóvenes por medio de la educación compartida que permita al ser humano ser artífice de una mejor calidad de vida.

Es importante buscar técnicas y procesos que ayuden a la conservación de la salud en la familia, primero por la alimentación incluyendo una dieta balanceada y nutritiva, sin gastar demasiado recursos económicos en beneficio de nuestro organismo.

Es por eso que con esta guía se pretende poner en práctica la Importancia que tiene la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud.

4. Objetivos del proyecto

General

Contribuir al sistema educativo de manera normativa y participativa para mejorar la “Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”, por medio de la formación de jóvenes estudiantes del Nivel Medio orientándolos para a que alcancen una mejor calidad de vida cotidiana.

Específicos

- Diseñar una Guía en el área de Ciencias Naturales.
- Socializar la Guía en la Supervisión Educativa, Institución Educativa beneficiada, como el personal docente, padres de familia y jóvenes estudiantes.
- Capacitar al Personal Docente y estudiantes para realizar el proceso de enseñanza con la Guía sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la Salud en la comunidad educativa, en el curso de Ciencias Naturales.

5. Metas

- Elaborar una Guía en el periodo determinado para dar a conocer las formas y medios existentes en cuanto a la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, a los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica de Catarina, San Marcos.
- Presentar la Guía al Supervisor Educativo, al personal docente, y a personas que tienen un liderazgo para su información y conocimiento previo, sobre tema seleccionado.
- Realizar el proceso de capacitación a la docente del curso de Ciencias Naturales y a los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica, para que ejecuten el uso adecuado de la Guía.
- Practicar la guía, con el personal docente y alumnos del instituto, para concretar más la información del documento presentado.

6. Beneficiarios

Directos

- Estudiantes del Nivel Medio - Ciclo Básico.
- Director del Instituto Nacional de Educación Básica.
- Docentes del Instituto de Educación Básica.

Indirectos

- A las diferentes personas que habitan en la comunidad.
- A alumnos de los diferentes establecimientos educativos cercanos.

7. Fuentes de financiamiento

Para la realización y ejecución de gastos realizados para el proyecto de la Epesista fue autogestión.

No.	Descripción	Cantidad	Unidad de medida	Costo Unitario	Costo Total
1.	Alquiler de proyector.	2	Unidades	Q. 175.00	Q. 350.00
2.	Teclado de Texto	5	Unidades	Q. 150.00	Q. 450.00
3.	Impresión de Guía de aprendizaje	5	Unidades	Q. 50.00	Q. 250.00
4.	Copias de Guía de aprendizaje	5	Unidades	Q. 75.00	Q. 375.00
5.	Resma de papel bond	2	Unidades	Q. 45.00	Q. 90.00
6.	Tinta para computadora	5	Unidades	Q. 50.00	Q. 250.00
7.	Empastado de Guías de aprendizajes	5	Unidades	Q. 40.00	Q. 200.00
8.	Fotocopias de información.	185	Unidades	Q. 00.25	Q. 46.25
9.	Transporte	5	Unidades	Q. 25.00	Q. 125.00
10.	Refacciones	185	Unidades	Q. 7.50	Q.1387.50
11.	Carteles (material didáctico).	5	Unidades	Q. 5.00	Q. 25.00
12.	Trifoliales	75	Unidades	Q. 2.00	Q. 150.00
13.	Pago de sonido	1	Unidades	Q. 250.00	Q. 250.00
Total					Q.3,948.75

8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO 2016

ACTIVIDADES	Responsable	AÑO 2016																											
		Marzo				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	

9. Recursos

Humanos

- Supervisor Educativo.
- Director del Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos.
- Docentes.
- Estudiantes del I.N.E.B.
- Capacitadores.
- Epesista.

Físicos

- Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos.
- Oficinas administrativas.
- Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades.

Materiales

- Material didáctico.
- Computadora.
- Impresora.
- Cámara fotográfica.
- Guía de auto-aprendizaje.
- Instrumentos varios.
- Cañonera.

Financieros

- El proyecto fue autogestión.

CAPÍTULO III

1. Proceso de Ejecución del Proyecto

2. Aspectos generales

3. Actividades y resultados

No.	Actividades	Resultados
3.1.1.	Elaboración del plan de ejecución para la investigación bibliográfica sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.	Con la elaboración del plan, el proyecto se ejecutó en tiempo establecido y con certeza para ser ejecutado.
3.1.2.	Organización del cronograma de trabajo.	Se estipularon fechas indicadas para su ejecución.
3.1.3.	Solicitar a Autoridades Educativas para llevar a cabo el ejercicio Profesional Supervisado en el centro Educativo Nacional del Nivel Medio – Ciclo Básico.	Se les presentó a las autoridades Educativas la solicitud de autorización del Ejercicio Profesional Supervisado en el Centro Educativo del ciclo básico.
3.1.4.	Visita al Supervisor Educativo del municipio de Catarina, San Marcos para recoger la solicitud de autorización.	Se visitó al Supervisor Educativo del municipio para recoger la autorización de ejecución.
3.1.5.	Solicitud dirigida al Director del Instituto Nacional de Educación Básica, del municipio de Catarina, San Marcos, para la autorización de socialización de la guía sobre “La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”.	Se solicitó al Director del Instituto Nacional de Educación Básica del municipio de Catarina, San Marcos, la autorización para la elaboración de la Guía.
3.1.6.	Visita al Director del Instituto Nacional de Educación Básica 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.
3.1.7.	Presentación de la guía por unidades a los docentes y estudiantes del Curso de Ciencias Naturales.	Docentes y estudiantes del establecimiento quedaron agradecidos con el 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 Educación Básica de Catarina, San Marcos.

3.1.9.	Investigación bibliográfica.	Se investigaron diferentes 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 la argumentación de la guía.
3.1.11.	Redacción de la guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud de la comunidad escolar.	La guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud de la familia, se redactó para su reproducción de los estudiantes.
3.1.12.	Revisión y corrección de la Guía por la asesora del EPS.	La Licenciada Ana Victoria Rodas Marroquín efectuó las correcciones necesarias en el documento.
3.1.13.	Aprobación de la Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud de la comunidad educativa, por la asesora del EPS.	La Licenciada Ana Victoria Rodas Marroquín aprobó la Guía para su reproducción.
3.1.14	Entrega de la Guía de para archivo de la Universidad y Asesora.	Fue entregada la guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, a la asesora Licenciada respectiva.
3.1.15.	Reproducción de la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.	Las Guías fueron reproducidas para su socialización con los alumnos y docentes del establecimiento.
3.1.16.	Planificar el taller de capacitación para la Guía de aprendizaje.	Se planificó el taller de capacitación de la socialización a ejecutar.
3.1.17.	Entrega de Guías sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, al Director del Instituto Nacional de Educación Básica, del municipio de Catarina, San Marcos.	Las Guías sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, fueron entregadas al director del Instituto Nacional de Educación Básica, en el área Ciencias Naturales, del Municipio de Catarina, San Marcos.

4. Productos y Logros:

Productos	Logros
Se realizó la Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.	Se logra una aceptación por parte de alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación Básica en el área Ciencias Naturales, del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
Se realizó la presentación de la guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para los docentes y estudiantes del establecimiento.	Docentes y Estudiantes del establecimiento quedaron motivados con el contenido de la Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, quienes manifestaron su participación y dieron sus diferentes opiniones de como poder cuidar su salud personal y la de su familia.
Se capacitó a docentes y alumnos del Instituto Nacional de Educación Básica, en el área de Ciencias Naturales, con lineamientos para la conservación de la salud personal y de la familia.	Afluencia de asistencia de participantes en la capacitación.
Se practicaron todas las actividades de la Guía de Aprendizaje.	Realizaron actividades en forma individual para que participaran todos los estudiantes.
Se divulgó internamente y externamente la elaboración y la ejecución de la Guía.	Personas de la comunidad mostrando interés en el conocimiento de la Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.

a. Cronograma de las actividades de la ejecución del proyecto

No.	ACTIVIDADES	MES Y SEMANA AÑO 2016																											
		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	Investigación bibliográfica.	■	■	■																									
2	Recopilación e información sobre temas relacionados a la guía de aprendizaje.				■	■	■	■																					
3	Ordenar la información recabada.								■																				
4	Seleccionar información.									■																			
5	Redacción los temas y subtemas.										■	■	■	■															
6	Dosificación de temas por capítulo.													■															
7	Elaboración de guía sobre importancia de la higiene corporal, salud escolar y comunitaria.														■	■	■	■											
8	Reproducción de guías sobre importancia de la higiene corporal, salud escolar y comunitaria.																				■	■							
9	Planificar una capacitación de la guía.																					■							
10	Selección de la Institución para la realización de la capacitación.																						■						
11	Elaboración de material didáctico para el desarrollo de la capacitación.																							■	■				
12	Presentación de la Guía al Supervisor, Director y personal docente.																								■				
13	Elaboración del documento.																									■			
14	Revisión del documento por parte de la asesora del Proyecto.																										■		
15	Socialización del proyecto con alumnos y docentes.																											■	
16	Evaluación y entrega de informe final.																											■	

**Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de Pedagogía
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa
Ejercicio Profesional Supervisado**



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

**Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a
estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de
Educación Básica, Catarina, San Marcos.**

**EPESISTA
Elbi Adilia Bámaca Barrios**

**ASESORA
Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín**

Catarina, San Marcos, Noviembre de 2016.

ÍNDICE

CONTENIDO	Página
Introducción	I
Presentación	II
Objetivos	
Generales	
Específicos	III
CAPÍTULO I	
Cuidados de Prevención para la Salud en la Familia	1
Definición la Familia	1
Definición de Salud	1
Definición de Prevención	1
Salud Física	2
Salud Emocional	3
Salud Ambiental	3
Importancia de la leche materna	4
Clases de lactancia	5
¿Cómo funciona una vacuna?	7
Tipos de Vacuna	8
¿Qué es la seguridad alimentaria nutricional?	10
Los nutrientes	11
Actividad	15
CAPÍTULO II	
Tipos de Enfermedades	16
¿Qué es una enfermedad?	16
Enfermedades bacterianas	17
Enfermedades venéreas	18
Enfermedades virales	19
Enfermedades por una mala higiene	20
Desnutrición	21
Causas de la desnutrición	21
Desnutrición crónica	22
Trastornos alimenticios	23
Bulimia y anorexia	25
Vigorexia y megarexia	26
Actividad	27

CAPÍTULO III

Hábitos de higiene personal, para una vida saludable	28
Salud y Educación	28
Una vida saludable	29
Higiene Personal	29
Principales hábitos de higiene personal y su importancia	29
Higiene en la vivienda	31
Higiene en la escuela	31
Higiene alimentaria	32
Consejos útiles de limpieza	34
Actividad	36

CAPÍTULO IV

Calendario de Vacunación	37
Normas generales para la administración de las vacunas	39
Técnicas de administración de las vacunas	39
Hábitos de Higiene	42
Diez reglas de oro para la higiene y seguridad de los alimentos	43
Actividad	46

Bibliografía	47
--------------	----

INTRODUCCIÓN

La Presente Guía sobre “**La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria**”, aplicada en el área de Ciencias Naturales, dirigida a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica, del Municipio de Catarina, San Marcos.

Consta de cuatro capítulos que a continuación se describen:

CAPÍTULO I CUIDADOS DE PREVENSIÓN PARA LA CONSERVACIÓN DE LA SALUD DE LA FAMILIA. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado. Por lo tanto es indispensable mantener los cuidados adecuados para que uno como persona y la familia mantenga una vida saludable. Prevención es la adopción de medidas encaminadas a impedir que se produzcan deficiencias físicas, mentales y sensoriales (prevención primaria) o a impedir que las deficiencias, cuando se han producido, tengan consecuencias físicas, psicológicas y sociales negativas. Es por eso que una persona saludable mantiene el equilibrio entre una serie de factores físicos, psicológicos y sociales. Para preservar la salud es importante tomar en cuenta varios requisitos que nos ayudan a mantenernos saludables como los nutrientes, vitaminas, vacunas, que disminuyen el riesgo de aparición de muchas enfermedades.

CAPÍTULO II TIPOS DE ENFERMEDADES: Una enfermedad es un desequilibrio en nuestro cuerpo, producido por microbios como los son: las bacterias y los virus. Es un proceso y el estatus consecuente de afección de un ser vivo, caracterizado por una alteración de su estado de salud. Es importante mantener con defensas nuestro organismo para evitar varias enfermedades que dañen nuestro organismo como: Gripe o Influenza, Rubeola, Escarlatina, Viruela, Varicela, Sarampión, Poliomieltis o parálisis Infantil, Paroditas o Paperas, Hepatitis A y B hay enfermedades que se transmiten por vectores entre ellas esta: Paludismos es una enfermedad contagiosa producida por el piquete de un sancudo llamado Anófeles. Entre las enfermedades por mala Higiene personal están: enfermedades Intestinales, intestinales, Hepatitis, Fiebre Tifoidea, Cólera y la Desnutrición por carencia de vitaminas y Desnutrición crónica por falta de una buena alimentación en el organismo del ser humano.

CAPÍTULO III HÁBITOS DE HIGIENE PERSONAL, PARA UNA VIDA SALUDABLE. Es importante mantener los Hábitos de higiene personal para mantener una vida saludable, entre ellos están: lavarse las manos antes y después de ir al sanitario, bañarse una vez al día, cortarse las uñas, etc.

CAPITULO IV IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PARA LA CONSERVACIÓN DE LA SALUD. La Salud es un conjunto de conocimientos y técnicas para controlar los factores que perjudican la salud de las personas. Higiene personal son los cuidados que deben tener para gozar de un bienestar físico, mental y social. Los utensilios que se usan en la higiene personal deben estar esterilizados, para una vida saludable.

Presentación

En nuestra actualidad las personas nos hemos preocupado por otros temas sin tomar en cuenta que existe un tema con interés relevante como lo es la conservación de la salud en la familia. Con motivo de tener una mejor vida saludable es necesario contar con orientación e interés de buscar información que nos conlleve a buscar una vida de calidad con salud. En nuestros tiempos existen diversos problemas alimentarios y a raíz de ello diversos tipos de enfermedades que aquejan al ser humano, el problema podría ser la poca orientación para tener la información correcta de cómo debemos de cuidar a los integrantes de la familia.

Tomando en cuenta que los cuidados inicia desde la gestación, el nacimiento, las vacunas de prevención, los hábitos de alimentación y la higiene personal y el cuidado de la preparación de los alimentos.

Debemos de tomar que en cuenta que la salud de una persona es el equilibrio entre una serie de factores físicos, psíquicos y sociales. Para conservar la salud, más vale prevenir que curar y, aunque no se pueda evitar todas las enfermedades, una vida sana disminuye el riesgo de aparición de otras enfermedades que dañen la vida del ser humano.

Por esta razón, se presenta la Guía sobre Importancia de la Higiene para la Conservación de la Salud de la Familia, aplicada en el área de Ciencias Naturales, dirigida a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica, del Municipio de Catarina, San Marcos, específicamente en las generaciones, quienes contribuirán al cuidado de la Salud e impulsen campañas que beneficien a toda la población y se erradique los problemas de desnutrición, vacunación, sistema sanitario, quienes se insertaran a una sociedad laboral que cada día exige mejores individuos y que son el presente de una sociedad saludable.

Objetivos

Objetivo General

- ▲ Incentivar en la juventud la educación y formación de hábitos de higiene personal, como medidas de prevención de enfermedades en la familia y mantener una vida saludable.

Objetivos Específicos

- ▲ Promover y desarrollar actitudes positivas para el mejoramiento de los hábitos de higiene personal, social para una vida saludable.
- ▲ Mejorar a que la población sea consciente a desarrollar formas de una vida saludable a través de la importancia de la vacunación como medio de prevención a las enfermedades que dañen el organismo del ser humano.
- ▲ Involucrar a las y los docentes como constructores y hacedores de la Educación en el aula, líderes de la calidad educativa y ejemplos de vida para la formación de los nuevos ciudadanos y que tengan una vida saludable.

CAPÍTULO I

Competencia: Ampliar los conocimientos sobre la prevención de enfermedades en la vida del ser humano.

CUIDADOS DE PREVENCIÓN PARA LA CONSERVACIÓN DE HIGIENE CORPORAL, Y LA SALUD DE LA FAMILIA

Definiciones Generales:



Figura La Familia.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=familia..>

FAMILIA: es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado¹. La familia es un grupo de personas formado por individuos que se unen, primordialmente, por relaciones de filiación o de pareja.

SALUD: Es el estado en que el organismo realiza con normalidad todas sus funciones. Es un estado de bienestar o de equilibrio que puede ser visto a nivel subjetivo (un ser humano asume como aceptable el estado general en el que se encuentra) o a nivel objetivo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud es la condición de todo ser vivo que goza de un absoluto bienestar tanto a nivel físico como a nivel mental y social.

PREVENCIÓN:

Es la adopción de medidas encaminadas a impedir que se produzcan deficiencias físicas, mentales y sensoriales (prevención primaria) o a impedir que las deficiencias, cuando se han producido, tengan consecuencias físicas, psicológicas y sociales negativas.

Salud en una persona

La salud de una persona es el equilibrio entre una serie de factores físicos, psíquicos y sociales. Para preservar la salud más vale prevenir que curar y aunque no pueden evitarse todas las enfermedades, una vida sana disminuye el riesgo de aparición de

Guía de vacunación de la niñez y la mujer USAID 2011. "Es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado¹."

La salud se clasifica de la siguiente manera:

SALUD FÍSICA: la salud física hace referencia a las condiciones de funcionamiento y desarrollo propios de los sistemas que componen al cuerpo humano. Si el organismo se desempeña de manera óptima y correcta, la salud física es buena.

Este tipo de salud puede ser afectada por tres factores esenciales:

- Estilo de vida: aquí se incluyen la dieta llevada a cabo por el sujeto, la actividad física, las conductas, etc.
- Biología humana: hace referencia a las características genéticas que posee un individuo, las cuales escapan del control que éste puede tener sobre ellas.
- Medio ambiente: en esta categoría se incluye el entorno en el cual el sujeto desarrolla su vida habitual.

SALUD MENTAL: esta clase de salud alude al equilibrio presente entre la persona y el contexto o entorno social en que se ve inmerso. Una salud mental estimable es aquella en la que se existe bienestar por parte del individuo en la participación intelectual, laboral, y social del mismo.

La salud mental abarca una amplia gama de actividades directa o indirectamente relacionadas con el componente de bienestar mental incluido en la definición de salud que da la OMS: “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Está relacionada con la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas por dichos trastornos

La salud mental hace referencia a una armonía en la capacidad para poder mantener relaciones con el resto de las personas, para enfrentar las exigencias diarias óptimamente, etc.

Salud Emocional: La habilidad de controlar las emociones, es decir, sentirse cómodo al expresarla y de realizarlo en forma apropiada². Las características emocionales que te ayudan a crecer y desarrollar:

- Grado en el cual tu eres capaz de controlar/combatir el estrés.
 - Ser flexible.
 - Compromiso para resolver conflictos.

Figura La Familia.

<http://www.google.com.gt/imgres?q=familia..>

SALUD SOCIAL: la salud social, como su nombre lo manifiesta, indica la capacidad de un sujeto para interaccionar de manera efectiva con aquellos que lo rodean y su ambiente. Hace referencia a una habilidad para la adaptación al medio social en el que se desenvuelve.

Este tipo de salud incluye una serie de destrezas de carácter social y armonía entre el individuo y el contexto.

La noción de salud social está asociada al estado de bienestar que una persona tiene de acuerdo a las condiciones de su entorno. La salud del ser humano, tanto física como mental, siempre depende del contexto socioeconómico.



La salud social, por lo tanto, se concentra en las circunstancias que condicionan el bienestar del sujeto. Se trata de aquellos condicionamientos derivados de la distribución de los recursos y del poder, relacionados con las políticas que se desarrollan a nivel local e internacional.

Salud ambiental

La salud ambiental está relacionada con todos los factores físicos, químicos y biológicos externos de una persona. Es decir, que engloba factores ambientales que podrían incidir en la salud y se basa en la prevención de las enfermedades y en la creación de ambientes propicios para la salud. Por consiguiente, queda excluido de esta definición cualquier comportamiento no relacionado con el medio ambiente, así como cualquier comportamiento relacionado con el entorno social y económico y con la genética.

Salud espiritual: Es el estado de plenitud (de gracia) que se obtiene al estar en armonía con Dios, con el prójimo y con la naturaleza.

- ▲ Creencias y prácticas religiosas.
- ▲ La creencia en una fuerza unificante (de un ser supremo).
- ▲ Para algunos, dicha fuerza será la naturaleza, para otros será las leyes científicas y la fuerza de Dios.

La habilidad para:

- ▲ Descubrir y articular un propósito personal en la vida.
- ▲ Aprender, como experimentar amor, disfrute, paz y sentido de logro (auto-realización).

La lactancia materna como prevención de la salud

Importancia de la leche materna

La leche materna es la mejor alimentación para el recién nacido, la leche materna tiene propiedades especiales que la hacen superior aun a los mejores productos, esta leche proporciona protección inmunológica contra enfermedades tales como, la diarrea o enfermedades de las vías respiratorias. Cuando el niño acaba de nacer el primer líquido que la madre produce es de color amarillento y se le llama calostro.



Figura La Lactancia.

[http://www.google.com.gt/imgres?q=familia.](http://www.google.com.gt/imgres?q=familia)

La leche materna es importante porque:

- Proporciona ahorro económico.
- También proporciona protección inmunológica contra enfermedades comunes de la infancia, la diarrea y enfermedades de las vías respiratorias.
- Es más higiénica al no haber contacto con el medio ambiente.

Se ha demostrado es estudios que los niños alimentados al pecho padecen menos enfermedades y mueren en menor cantidad.

Ventajas de la leche materna:

- Se encuentra disponible en todo momento.
- No necesita ser sometida a esterilización.
- Es económica comparada con las leches comerciales.

La OMS recomienda el calostro (la leche amarillenta y espesa que se produce al final del embarazo) como el alimento perfecto para el recién nacido, y su administración debe comenzar en la primera hora de vida. Se recomienda la lactancia exclusivamente materna durante los primeros 6 meses de vida. Después debe complementarse con otros alimentos hasta los dos años.

CLASES DE LACTANCIA

Figura La Lactancia.

<http://www.google.com.gt/imgres?q=familia>.

Lactancia materna exclusiva: Lactancia materna, incluyendo leche extraída o de nodriza. Permite que el lactante reciba únicamente gotas o jarabes (vitaminas, medicinas o minerales).



Lactancia materna predominante: Lactancia materna, incluyendo leche extraída o de nodriza como fuente principal de alimento, permite que el lactante reciba líquidos (agua, agua endulzada, infusiones, zumos), bebidas rituales, gotas o jarabes (vitaminas, medicinas o minerales).

Lactancia materna completa: Incluye a la lactancia materna exclusiva y a la lactancia materna predominante.

Alimentación complementaria: Leche materna y alimentos sólidos o líquidos. Permite cualquier comida o líquido incluida leche no humana.

Lactancia materna: Alimentación por leche de madre.

Lactancia de biberón: Cualquier alimento líquido o semisólido tomado con biberón y tetina. Permite cualquier comida o líquido incluyendo leche humana y no humana.

OTROS TERMINOS DE LACTANCIA	
Lactancia de múltiples:	Lactancia por leche de madre a dos o más hijos de la misma edad.
Lactancia diferida:	Lactancia por leche materna extraída.
Lactancia directa:	Cuando el bebé se alimenta tomando la leche directamente del pecho.
Lactancia en tándem:	Lactancia por leche de la propia madre a dos o más hijos de distinta edad.
Lactancia inducida:	Lactancia por leche de madre distinta a la propia sin que haya mediado embarazo previo en la madre.
Lactancia mercenaria:	Lactancia por leche de una madre distinta a la propia a cambio de algún tipo de remuneración.
Lactancia mixta:	Forma popular de referirse a la lactancia complementaria (leche humana+leche no humana). La OMS recomienda que no se utilice este término en investigaciones científicas.
Lactancia solidaria:	Lactancia por leche de madre distinta a la propia sin que medie ningún tipo de remuneración.
Re-lactancia:	Lactancia exclusiva por leche de la propia madre después de un periodo de alimentación complementaria o suspensión de la lactancia.

La vacuna como prevención de enfermedades en la salud del ser humano

Las vacunas son una preparación en base a sustancias que buscan producir una respuesta inmune en el cuerpo, produciendo anticuerpos. Esta preparación, que puede administrarse mediante una inyección o en algunos casos por la vía oral, genera una respuesta de ataque por medio de estos anticuerpos, lo que contribuye a neutralizar la acción de algún virus o bacteria. Una vez que han sido suministradas en el organismo generan lo que se conoce como memoria inmunológica, por lo que en la mayoría de los casos, vuelven inmune a la persona respecto a los patógenos involucrados.



Figura Las Vacunas..
[http://www.google.com.gt/imgres?q=salud.](http://www.google.com.gt/imgres?q=salud)

¿Cómo funciona una vacuna?

La vacuna activa nuestro sistema inmunitario (inmunización) de forma específica entrenándolo y organizando una línea de defensa (anticuerpos) para que cuando entramos en contacto con el microorganismo que produce la enfermedad esté listo para reconocerlo y eliminarlo. Las sustancias que se administran con las vacunas tienen la información suficiente para que nuestro organismo reconozca al agente infeccioso sin ser capaces de desarrollar la enfermedad.

Figura Las Vacunas..
[http://www.google.com.gt/imgres?q=salud.](http://www.google.com.gt/imgres?q=salud)

¿Qué componentes tiene una vacuna?

En toda vacuna pueden diferenciarse cuatro tipos de elementos: composición de una vacuna: **a.** el componente activo, que es realmente el responsable de la respuesta inmune protectora, **b.** el líquido de suspensión, en el que va disuelto o emulsionado el componente activo para que sea posible su administración, **c.** sustancias preservantes, cuya función es evitar que se produzca la contaminación de la vacuna por bacterias u hongos durante su almacenamiento y transporte y **d.** sustancias adyuvantes, que aumentan la respuesta del individuo al componente activo de la vacuna.



Tipos de vacunas

Las vacunas pueden estar compuestas de bacterias o virus, ya sean vivos o debilitados, que han sido criados con tal fin. Las vacunas también pueden contener organismos inactivos o productos purificados provenientes de aquellos primeros.

Hay cuatro tipos tradicionales de vacunas:

Inactivadas: microorganismos dañinos que han sido tratados con productos químicos o calor y han perdido su peligro. Ejemplos de este tipo son: la gripe, cólera, peste bubónica y la hepatitis A. La mayoría de estas vacunas suelen ser incompletas o de duración limitada, por lo que es necesaria más de una toma.

Vivas atenuadas: microorganismos que han sido cultivados expresamente bajo condiciones en las cuales pierden sus propiedades nocivas. Suelen provocar una respuesta inmunológica más duradera, y son las más usuales en los adultos. Por ejemplo: la fiebre amarilla, sarampión o rubéola (también llamada sarampión alemán) y paperas.

Toxoides: son componentes tóxicos inactivados procedentes de microorganismos, en casos donde esos componentes son los que de verdad provocan la enfermedad, en lugar del propio microorganismo. En este grupo se pueden encontrar el tétanos y la difteria.

Sub-unitarias: más que introducir un microorganismo atenuado o inactivo entero dentro de un sistema inmune, un fragmento de este puede crear una respuesta inmunitaria. Un ejemplo característico es la vacuna sub-unitaria contra la hepatitis B, que está compuesta solamente por la superficie del virus (superficie formada por proteínas).



Figura Las Vacunas.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

¿Qué es alimentación saludable?

La salud y buen funcionamiento de nuestro organismo, depende de la nutrición y alimentación que tengamos durante la vida.

La Alimentación nos permite tomar del medio que nos rodea, los alimentos de la dieta (de la boca para fuera).

La Nutrición es el conjunto de procesos que permiten que nuestro organismo utilice los nutrientes que contienen los alimentos para realizar sus funciones (de la boca para adentro).

Los alimentos son todos los productos naturales o industrializados que consumimos para cubrir una necesidad fisiológica (hambre).

Los nutrientes son sustancias que se encuentran dentro de los alimentos y que el cuerpo necesita para realizar diferentes funciones y mantener la salud. Existen cinco tipos de nutrientes llamados: Proteínas o Prótidos, Grasas o Lípidos, Carbohidratos o Glúcidos, Vitaminas y Minerales.

Para que haya una Alimentación Nutricional, deben cumplirse cuatro requerimientos o condiciones.

1. Debe haber disponibilidad nacional de alimentos para consumo humano.
2. Debe haber capacidad adquisitiva por parte de la población, para comprar los alimentos, bienes y servicios que se necesitan para llevar una vida aceptable.
3. Hay que generar un comportamiento alimentario para que la gente haga una adecuada selección y uso de los alimentos disponibles.
4. Tienen que crear las condiciones ambientales y de salud para la utilización biológica de los alimentos.



Figura Alimentación Saludable.
[http://www.google.com.gt/imgres?q=salud.](http://www.google.com.gt/imgres?q=salud)

¿QUE ES LA SEGURIDAD ALIMENTARIA NUTRICIONAL?

Es “un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo, utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo.

¿QUE ES LA DESNUTRICIÓN?

Hace referencia a un estado patológico en el cual es ocasionado por la falta de ingestión o absorción de nutrientes de acuerdo a la gravedad de dicha enfermedad, esta afección se vincula a la nutrición, ya que se puede corregir con la reposición de los nutrientes, carbohidratos que faltan y si este ocasionara por un problema específico del organismo, con un tratamiento adecuado puede contrarrestarse la deficiencia nutricional. De allí nace la necesidad de enseñarlos a aprovechar los recursos que hay en su comunidad.

PIRÁMIDE ALIMENTICIA

La pirámide alimentaria es la herramienta más frecuente para dar indicaciones sobre la cantidad y los diferentes tipos de alimentos que necesitamos para tener una dieta balanceada y mantenernos saludables. Otra herramienta es la rueda de alimentos.

La pirámide alimentaria representa de forma gráfica los principales y más importantes alimentos que debemos ingerir para mantener una alimentación balanceada, equilibrada y saludable. El gráfico se lee de abajo hacia arriba, pues los alimentos que están en la base son aquellos que se deben ingerir en mayor cantidad y diariamente. A medida que se acerca a la punta de la pirámide, indica una disminución en el consumo y de preferencia de manera ocasional.

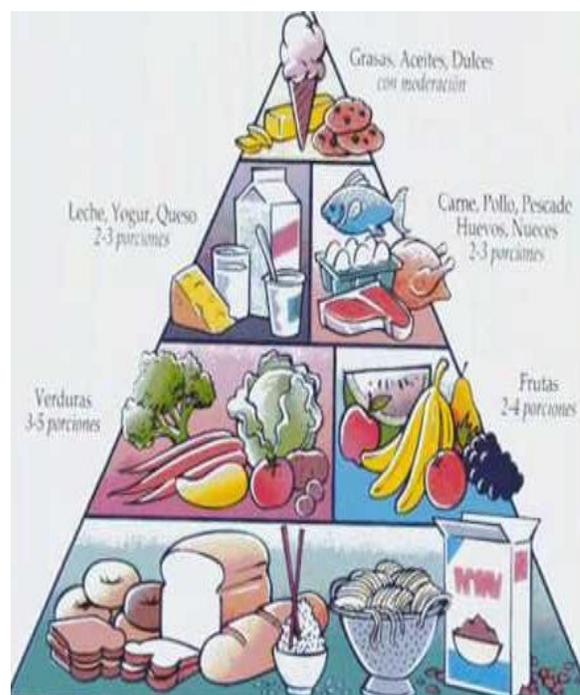


Figura Los Nutrientes.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

LOS NUTRIENTES:

Los nutrientes son sustancias que contienen los alimentos, que el cuerpo humano no las puede producir y que son indispensables para la vida y la salud de nuestro organismo. Los nutrientes esenciales son los hidratos de carbono, grasas, proteínas, vitaminas y sales minerales. Estos nutrientes se complementan con los también considerados nutrientes: el agua y la fibra. Que representan la amplia gama de los alimentos que ingerimos.

Tipos de nutrientes que contienen los alimentos:

- _ Los hidratos de carbono
- _ Las proteínas
- _ Las grasas o lípidos
- _ Las vitaminas
- _ Los minerales
- _ El agua
- _ La fibra

Los hidratos de carbono

Son nutrientes que se encuentran principalmente en los alimentos vegetales. Su función principal en el organismo es producir energía y actuar de reserva energética.

Existen dos tipos de hidratos de carbono:

Simples: entre los que se encuentran los azúcares y los alimentos que lo contiene.

Complejos: contenidos en los cereales y sus derivados, las patatas y las legumbres.

Las proteínas

Están formadas por cadenas de aminoácidos, que el organismo utiliza principalmente para construir y reparar tejidos, se encuentran en alimentos de origen animal y también en menor proporción en los alimentos de origen vegetal.

Se considera que las proteínas animales tienen más calidad que los vegetales puesto que contienen todos los aminoácidos esenciales en cantidades y proporciones requeridas por el hombre, es por tanto, de alto valor biológico.

Proteínas

Son los ladrillos necesarios para crecer y reparar daños en el cuerpo.

Se encuentran en las carnes (de res, aves, de cacería), pescado, mariscos, crustáceos, huevos, leche, quesos, embutidos (mortadela, salchichas, salchichón), granos como las caraotas, frijoles, arvejas, lentejas.

Carbohidratos

Nos dan energía y calor para movernos y desarrollar todas las actividades diarias. Son de origen vegetal.

Se encuentran en los cereales: maíz, trigo, arroz, sorgo y sus productos (harinas, pastas) tubérculos o verduras: papa, apio, yuca, ocumo, ocumo chino, mapuey, batata; plátano; azúcar (blanca o morena), miel y papelón, granos como las caraotas de todos los colores, arvejas, lentejas, garbanzos, frijoles, quinchonchos.

Grasas

Son la fuente más concentrada de energía para nuestro cuerpo y cerebro. Participan en diferentes funciones específicas y forman parte de los tejidos del cuerpo y de algunas vitaminas y hormonas. Son fuente de calorías para los niños, pero los adultos deben consumirla con moderación.

Se encuentran en las carnes rojas, piel del pollo, leche, mantequilla y queso, aceites vegetales (de girasol, maíz, ajonjolí, algodón), margarina, aguacate, aceitunas, algunas semillas como el maní, merey, pistacho, almendras, nuez.

Vitaminas

Ellas son las vitaminas A, D, E, K, C, complejo B y el ácido Fólico. Cumplen funciones esenciales para el organismo. Ayudan en el proceso de transformación de energía y favorecen el sistema de defensa del cuerpo contra las enfermedades.

Se encuentran en casi todos los alimentos en especial en las frutas, hortalizas y alimentos de origen animal.

Minerales

Entre los principales minerales se encuentran: calcio, hierro, yodo y el zinc. Ellos participan en diversas funciones específicas y forman parte de los tejidos del cuerpo (el calcio forma y mantiene los huesos y dientes; el hierro forma parte de la sangre). Los minerales intervienen en el crecimiento, reproducción del ser humano, la función muscular, entre otros.

Se encuentran principalmente en los alimentos de origen animal.

Fibra

La fibra ayuda a expulsar las heces con facilidad, previene el cáncer de colon y reduce el colesterol en la sangre.

Se encuentra en los alimentos de origen vegetal como hortalizas (zanahoria, tomates, lechugas, pepino), frutas (melón, patilla, naranja, manzana), granos (caraotas, arvejas, lentejas, frijoles), verduras (yuca, apio, patata) y cereales integrales.

Una dieta sana: una buena nutrición, la base de una buena salud, debe proporcionar la cantidad adecuada de sustancias que necesita el organismo. La cantidad de alimento que se necesita para ello dependerá de la actividad física, la edad y el sexo.

Figura Alimentación Saludable.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.



Hay algunos puntos clave para seguir una dieta sana:

- Es recomendable sustituir las grasas animales por las de origen vegetal. Las grasas animales, consumidas en exceso, pueden provocar enfermedades.
- Consumir pocos alimentos ricos en azúcar refinado.
- Aumentar el consumo de fibra.
- Beber unos dos litros de agua diarios y evitar las bebidas alcohólicas.

CLASIFICACIÓN DE LOS NUTRIENTES

PROTEINAS DE AVB	PROTEINAS DE MVB	PROTEINAS DE BVB
Carne	Legumbres	Verduras
Pescado	Cereales	Hortalizas y tubérculos
Huevo	Frutos secos	Frutas

APORTE NUTRICIONAL DE HUEVOS Y CEREALES

	Digestibilidad (D)	Valor biológico (VB)	Utilización neta proteica (UNP)	aa limitantes (AAL)	Exceso de aa (EAA)
Alimentos de origen animal					
Carne	97	75	73	Metionina Tryptofano	Lisina Treonina
Huevos	99	94	93		
Leche	98	84	81	Metionina Histidina Tryptofano	Treonina Tirosina Leucina Valina Lisina Isoleucina
Queso	98	71	70	Metionina Histidina Tryptofano	Treonina Tirosina Leucina Valina Lisina
Alimentos de origen vegetal					
Legumbres	83	85	71	Metionina	Lisina
Cereales refinados	95	60	57	Lisina	Metionina
Cereales integrales	85	65	55	Lisina	Metionina

LAS MEJORES FUENTES DE

calcio



hábitos.mx

Figura Alimentación Balanceada.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

ACTIVIDAD

Objetivo: Ampliar los conocimientos sobre la prevención de enfermedades en la vida del ser humano, según el capítulo I.

Metodología: relacionar con la ilustración, los conceptos de los siguientes temas, mediante una línea.

1. Es el estado en que el organismo realiza con normalidad todas sus funciones.



2. Hace referencia a las condiciones de funcionamiento y desarrollo propios de los sistemas que componen al cuerpo humano.



3. La mejor alimentación para el recién nacido.



4. Son una preparación en base a sustancias que buscan producir una respuesta inmune en el cuerpo, produciendo anticuerpos.



5. Son todos los productos naturales o industrializados que consumimos para cubrir una necesidad fisiológica (hambre).



CAPÍTULO II

Competencia: Informar y compartir los conocimientos necesarios para evitar la propagación de enfermedades que dañan la salud del ser humano.

TIPOS DE ENFERMEDADES

¿Qué es una enfermedad?

Es un desequilibrio en nuestro cuerpo, producido por microbios como los son: las bacterias y los virus³. Es un proceso y el estatus consecuente de afección de un ser vivo, caracterizado por una alteración de su estado de salud.

Definiciones Generales

Microbio: Los microbios son seres vivos, que tal como la etimología del término indica (la palabra microbio deriva del griego "micro", pequeño y "bio", vida), no son visibles a simple vista sino que solo se pueden ver con la ayuda de un microscópico; por lo mismo son conocidos también como micro organismos. Los microbios son el objeto de estudio de la microbiología.

Bacteria: Son organismos unicelulares microscópicos, sin núcleo ni clorofila, que pueden presentarse desnudas o con una cápsula gelatinosa, aisladas o en grupos y que pueden tener cilios o flagelos.

Virus: Del latín virus, "toxina" o "veneno" es un agente infeccioso microscópico que sólo puede multiplicarse dentro de las células de otros organismos.

Antibióticos: Son medicamentos que destruyen las bacterias que causan las infecciones sin dañar al organismo. Muchos antibióticos están producidos por hongos, como es el caso de la penicilina. No son efectivos contra los virus.

Figura Salud.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.



Infección: Es un término clínico que indica la contaminación, con respuesta inmunológica y daño estructural de un hospedero, causada por un microorganismo patógeno, es decir, que existe invasión con lesión tisular por esos mismos gérmenes (hongos, bacterias, protozoos, virus, priones), sus productos (toxinas) o ambos a la vez.

Contaminación: Es la alteración nociva del estado natural de un medio como consecuencia de la introducción de un agente totalmente ajeno a ese medio (contaminante), causando inestabilidad, desorden, daño o malestar en un ecosistema, en el medio físico o en un ser vivo.

Contaminante: Puede ser una sustancia química, energía (como sonido, calor, o luz), o incluso genes. A veces el contaminante es una sustancia extraña, una forma de energía, o una sustancia natural.

Las enfermedades se clasifican en:

- **Enfermedades bacterianas:** aquellas producidas por una bacteria conocida y que desarrolla síntomas conocidos.

Entre las enfermedades bacterianas más conocidas están:

ENFERMEDAD	DESCRIPCION
Leptospirosis	Es una enfermedad producida por la bacteria <i>Leptospira</i> y el contagio se produce por zoonosis: de los animales (ratas, gatos, perros) al hombre. Se produce esta enfermedad por la <i>Lectospira icterohaemorrhagiae</i> , que mide 6 a 10 micras de longitud.
Epidemiología	Es una enfermedad cosmopolita que se conoce en todas las latitudes. Entre las causas predisponentes tienen notable importancia las ambientales, ya que el agente patógeno se adapta bastante bien al ambiente externo y también puede multiplicarse por el agua en los terrenos fangosos y húmedos.
Difteria	Es una enfermedad infectocontagiosa grave que se caracteriza por la presencia de falsas membranas blanquecinas, principalmente en la garganta (amígdalas y faringe). Es más común en la segunda infancia y en la adolescencia, y raramente ataca a los adultos.

ENFERMEDAD	DESCRIPCIÓN
Tuberculosis	Es una enfermedad infectocontagiosa que evoluciona en brotes sucesivos, a veces con años de intervalo. Se caracteriza por la formación en el organismo de tubérculos, en los cuales se encuentran los agentes causales.
Tos convulsiva o Tos ferina	Es una enfermedad de la infancia, muy contagiosa, que ataca a las vías respiratorias y se caracteriza por típicos accesos de tos. La frecuencia de la enfermedad es mayor en el invierno.

- **Enfermedades venéreas:** Aquellas enfermedades de transmisión sexual que producen síntomas y consecuencias más o menos graves.

ENFERMEDAD	DESCRIPCION
Chancroide	La bacteria causante de esta enfermedad es el Haemophilus Ducrevi y se transmite por vía sexual. El chancroide es la causa más común de úlceras genitales en regiones tropicales.
Gonorrea	La gonorrea es una de las infecciones de transmisión sexual (ITS) más frecuentes. La causante es la bacteria Neisseria gonorrhoeae, que puede crecer y multiplicarse fácilmente en áreas húmedas y tibias del aparato reproductivo, incluidos el cuello uterino (la abertura de la matriz), el útero (matriz) y las trompas de Falopio (también llamadas oviductos) en la mujer, y en la uretra (conducto urinario) en la mujer y en el hombre. Esta bacteria también puede crecer en la boca, en la garganta, en los ojos y en el ano.
Sífilis	Es una infección de transmisión sexual ocasionada por la bacteria Treponema pallidum, microorganismo que necesita un ambiente tibio y húmedo para sobrevivir, por ejemplo, en las membranas mucosas de los genitales, la boca y el ano. Se transmite cuando se entra en contacto con las heridas abiertas de una persona infectada. Esta enfermedad tiene varias etapas: la primaria, secundaria, la latente y la terciaria (tardía). En la etapa secundaria es posible contagiarse al tener contacto con la piel de alguien que tiene una erupción en la piel causada por la sífilis.
Papiloma humano	Es una enfermedad infecciosa causada por el VPH (virus del papiloma humano). Se transmite principalmente por vía sexual, aunque puede contagiarse también en piscinas, baños y saunas. Se presenta en la piel de las zonas genitales en forma de verrugas. Las lesiones son apreciables a simple vista o se pueden diagnosticar por observación de tejidos con un microscopio.
SIDA	El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) es responsable del síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA) y ataca a los linfocitos T-4, que forman parte fundamental del sistema inmunitario del ser humano. Como consecuencia, disminuye la capacidad de respuesta del organismo para hacer frente a infecciones oportunistas originadas por virus, bacterias, protozoos, hongos y otro tipo de infecciones.

- **Enfermedades virales:** Las que se producen por un virus cuyas consecuencias son medianamente predecibles.

Otras enfermedades por virus

Enfermedad	Agente	Principales síntomas
Dengue	Flavivirus	Fiebre, dolor intenso en las articulaciones y músculos, inflamación de los ganglios linfáticos y erupción ocasional de la piel.
Fiebre amarilla	Flavivirus	Fiebre alta, ictericia, sangrado de nariz y boca, vómito negro, bradicardia a pesar de la fiebre, deshidratación.
Fiebre hemorrágica de Ébola	Filovirus	Fiebre alta, postración, mialgia, artralgias, dolor abdominal, cefalea, erupciones hemorrágicas en todo el cuerpo.
Gripe	Influenzavirus	Fiebre, astenia, anorexia, cefalea, malestar general, tos seca, dolor de garganta; gastroenteritis, vómitos, diarrea.
Hepatitis A, B, C	A: Enterovirus (VHA); B: Orthohepadnavirus (VHB); C: Hepacivirus (VHC)	Inflamación del hígado; fiebre, cansancio, náuseas, diarrea.
Herpes	Herpesvirus	Ampollas cutáneas en la boca (herpes labial), en los genitales (herpes genital) o en la piel (herpes zóster).
Parotiditis (Paperas)	Paramixovirus	Fiebre, cefalea, dolor e inflamación de las glándulas salivales.
Peste porcina	Pestivirus	Fiebre, anorexia, leucopenia, temblores, parálisis, muerte.
Rabia	Rhabdovirus	Fiebre, vómitos, confusión, agresividad, alucinaciones, convulsiones, parálisis, diplopía, hidrofobia, coma y muerte.
Resfriado común	Rinovirus, Coronavirus, Ecovirus, Coxsackievirus	Estornudos, secreción, congestión y picor nasal, dolor de garganta, tos, cefalea, malestar general.
Rubéola	Rubivirus	Fiebre, cefalea, erupciones en la piel, malestar general, enrojecimiento de los ojos, faringitis, inflamación dolorosa de ganglios alrededor de la nuca.
Sarampión	Morbillivirus	Fiebre, erupciones en la piel, tos, rinitis; diarrea, neumonía, encefalitis.
Varicela	Varicela-zoster	Fiebre, cefalea, malestar general, anorexia, erupción cutánea en forma de ampollas.
Viruela	Orthopoxvirus	Fiebre alta, malestar, cefalea, fuerte erupción cutánea en forma de pústulas, que dejan graves cicatrices en la piel.

- **Enfermedades respiratorias:** Las que afectan a los órganos pertenecientes al aparato respiratorio, encargados de prodigar el oxígeno al organismo y de eliminar el dióxido de carbono.
- **Enfermedades mentales o psicológicas:** Son aquellas que afectan la salud mental, que impiden el normal funcionamiento de un individuo en su aspecto emocional.

Enfermedades por una mala higiene

El aseo es de gran importancia en la prevención de muchas clases de infecciones del intestino, de la piel, de los ojos, de los pulmones y de todo el cuerpo.

Tanto el aseo personal (o higiene) como el aseo público (o saneamiento) son importantes.

Muchas infecciones intestinales comunes pasan de una persona a otra por falta de higiene y de saneamiento. Miles de microbios y lombrices (o sus huevecillos) salen en las heces de las personas infectadas. Pasan de la heces de una persona a la boca de otra por medio de las uñas y dedos sucios, o de agua o comida contaminada.

Las enfermedades que se transmiten están:

- Diarrea y disentería (causadas por amibas y bacterias).
 - Lombrices intestinales (distintas clases).
 - Hepatitis, fiebre tifoidea y cólera.
 - Algunas otras enfermedades, como la polio, a veces se transmiten de la misma manera.
- Diarrea es un trastorno frecuente en los niños. Se produce por una alteración del intestino ocasionando una evacuación frecuente de las heces fecales. La diarrea deshidrata al organismo debido a la pérdida de sales minerales y agua. Si no se trata a tiempo puede causar hasta la muerte. La diarrea se produce cuando no se toman las medidas correctas al manipular, preparar o conservar alimentos.

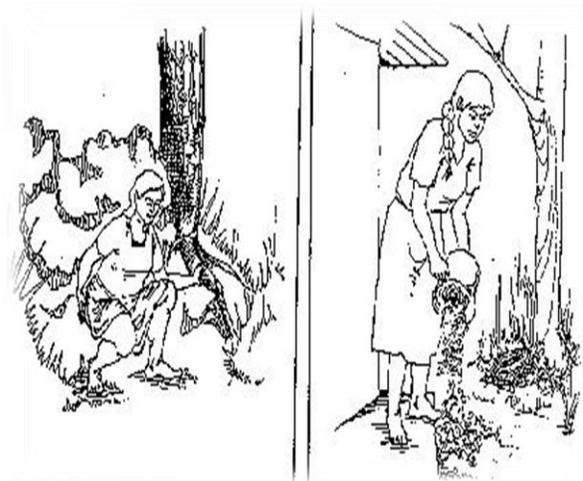


Figura Hábitos de Higiene.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

- ▲ Cólera: se caracteriza por la presencia de diarrea con heces abundantes y líquidas, y vómitos, lo que trae como consecuencia una deshidratación violenta y rápida. El cólera también provoca calambres musculares, ojos hundidos, voz débil, aceleración del pulso y la piel se torna azulada. Se produce al consumir agua contaminada con heces fecales o alimentos contaminados por agua sucia, manos sucias o moscas.
- ▲ Intoxicación por estafilococos: se produce al consumir alimentos a base de leche contaminada, por heridas, tos, estornudos, etc. Los síntomas son náuseas, vómitos, dolores abdominales, deshidratación y debilidad.

Figura Desnutrición.
[http://www.google.com.gt/imgres?q=salud.](http://www.google.com.gt/imgres?q=salud)



La Desnutrición

Es una deficiencia de nutrientes que se asocia a una dieta pobre en vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y grasas, en la que no importa la complejidad de la personas.

Este padecimiento se desarrolla por etapas, pues en un principio genera cambios en los valores de sustancias nutritivas contenidas en sangre, posteriormente, ocasiona disfunción en

órganos y tejidos y, finalmente, genera síntomas físicos con el consecuente riesgo de muerte.

Causas de la desnutrición:

Mala alimentación, principalmente durante la infancia, adolescencia, embarazo, lactancia y vejez, lo que se asocia a inadecuada selección de comestibles, religión, preferencias, enfermedades, desconocimiento y bajos recursos económicos.

- Seguir dietas rigurosas durante periodos prolongados.
- Anorexia y bulimia.
- Padecer cáncer o sida. Infecciones.
- Diarrea crónica.
- Defecto de absorción en el intestino ocasiona que los nutrientes contenidos en los alimentos no sean aprovechados; este trastorno puede tener como causa enfermedades crónicas en el sistema digestivo, riñón, corazón, pulmones, páncreas y alteraciones en el metabolismo.

- Alcoholismo en grado avanzado propicia que se desatienda la alimentación.
- Dieta vegetariana, ya que no aporta todos los nutrientes que el organismo necesita.

DESNUTRICION CRONICA

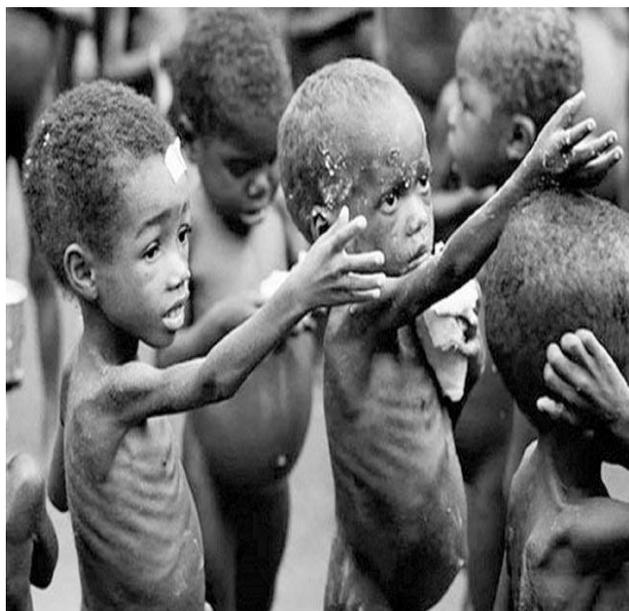


Figura Desnutrición Crónica.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

La Desnutrición Crónica se produce por la inadecuada alimentación en los primeros años de vida de las personas (incluyendo el tiempo de gestación). Esta deficiencia afecta directamente en el desarrollo del cerebro dejando marcas biológicas permanentes; el cerebro de un niño afectado nunca más alcanzará la capacidad que se considera como "normal".

El principal síntoma de esta deficiencia es el "enanismo" (corta altura para la edad). Un niño con desnutrición crónica manifestará notablemente una disminución en su capacidad mental para retener información, se le dificultará resolver problemas lógicos y no podrá concentrarse. Además, su masa muscular, estatura y hasta su fuerza física igualmente estarán menguadas para siempre.

estatura y hasta su fuerza física igualmente estarán menguadas para siempre.

¿Cuándo se empieza la desnutrición crónica?

Después del período de la lactancia, los niños reciben una alimentación deficiente en nutrientes básicos para su crecimiento encaminándolos aceleradamente a un estado de Desnutrición Crónica. La gráfica revela la desnutrición crónica en cada fase durante los primeros 5 años de vida. Resulta evidente que a medida que la edad del niño aumenta, la presencia de la desnutrición crónica aumenta gradualmente pero a partir del grupo atareo de 24 meses, casi alcanza su mayor valor, fijándose en porcentajes altos hasta llegar al grupo de 5 años.

Trastornos alimenticios

Figura Hábitos de alimentación.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.



La comida es una parte esencial de nuestras vidas: la necesitamos para sobrevivir. Cuando nos encontramos bajo estrés, nuestro apetito y la forma en que vemos a la comida muchas veces se ven afectados. Podemos perder el interés en comer, podemos comer más de lo usual o anhelar intensamente cierto tipo de comidas. Elegí este tipo de enfermedades ya que son las más comunes en la sociedad en la que vivimos y se dan más frecuencia en gente de mi edad. Comúnmente todo esto se pasa cuando se resuelven las dificultades y nuestra vida retorna a la normalidad.

Sin embargo, para algunos de nosotros la comida puede convertirse en una preocupación abrumadora hasta el punto de terminar dominando nuestras vidas. Es posible llegar a un momento en el que sólo pensemos en la comida, aun cuando podamos “controlarnos” hasta el momento de evitar comer y aun cuando tratemos de “satisfacernos” comiendo y comiendo.

Factores que causan trastornos alimentarios

- Factores biológicos: Hay estudios que indican que niveles anormales de determinados componentes químicos en el cerebro predisponen a algunas personas a sufrir de ansiedad, perfeccionismo, comportamientos y pensamientos compulsivos. Estas personas son más vulnerables a sufrir un trastorno alimenticio.
- Factores psicológicos: Las personas con trastornos alimentarios tienden a tener expectativas no realistas de ellos mismos y de las demás personas. A pesar de ser exitosos se sienten incapaces, ineptos, defectivos, etc. No tienen sentido de identidad. Por eso tratan de tomar control de su vida y muchas veces se enfocan en la apariencia física para obtener ese control.
- Factores familiares: Personas con familias sobre protectoras, inflexibles e ineficaces para resolver problemas tienden a desarrollar estos trastornos. Muchas veces no demuestran sus sentimientos y tienen grandes expectativas de éxito. Los niños aprenden a no demostrar sus sentimientos, ansiedades, dudas, etc, y toman el control por medio del peso y la comida.

- Factores sociales: Los medios de comunicación asocian lo bueno con la belleza física y lo malo con la imperfección física. Las personas populares, exitosas, inteligentes, admiradas, son personas con el cuerpo perfecto, lo bello. Las personas que no son delgadas y preciosas son asociadas con el fracaso.

Los trastornos de la conducta alimentaria

Es muy común que las personas especialmente las mujeres se encuentren insatisfechas con su peso y su figura. Desde los medios de comunicación, la presión es constante para que creamos que “flaco” significa lindo, exitoso, feliz y “gordo” significa “poco atractivo e indeseable”.

Un trastorno alimentario es una de las varias enfermedades crónicas y progresivas que, a pesar de que se manifiestan a través de la conducta alimentaria, en realidad consisten en una gama muy compleja de síntomas entre los que prevalece una alteración o distorsión de la auto-imagen corporal, un gran temor a subir de peso y la adquisición de una serie de valores a través de una imagen corporal.

El comer compulsivo

Algunos de nosotros podemos encontrar difícil regular lo que comemos, sobre todo en ocasiones en las que nos sentimos desocupados o bajo estrés. Nos volcamos a comer para aliviar los sentimientos que nos perturban, comiendo tal vez grandes cantidades de comida de una vez, tengamos o no hambre.

El malestar también puede provenir de relaciones que son importantes para nosotros: por ejemplo, nuestra familia. Padres sobre protectores que no nos dejan crecer, o situaciones de maltrato o violencia que nos llevan a sentirnos desvalorizados o inseguros.

Trastornos alimentarios más comunes

Síndrome por atracón

Se habla de síndrome por atracón cuando se produce una sobre ingesta compulsiva de alimentos.

Después de este ataque de glotonería aparece una fase de restricción alimentaria en la que baja la energía vital y se siente la necesidad imperiosa de comer. Una vez que se inicia otra sobre ingesta, disminuye la ansiedad, el estado de ánimo mejora, el individuo reconoce que el patrón alimenticio no es correcto y se siente culpable por la falta de control, aun así la persona con este trastorno continúa con este comportamiento a sabiendas que le causa daño a su cuerpo y salud.

Bulimia

La persona con bulimia experimenta ataques de voracidad que vendrán seguidos por ayunos o vómitos para contrarrestar la ingesta excesiva, uso o abuso de laxantes para facilitar la evacuación, preocupación excesiva por la imagen corporal y sentimientos de depresión, ansiedad y culpabilidad por no tener autocontrol.



Existen dos tipos:

- Bulimia purgativa: después de los periodos de atracones, el enfermo usa laxantes, diuréticos o se provoca el vómito como método compensatorio.
- Bulimia no purgativa: para contrarrestar los atracones, hace ejercicio en exceso, dietas restrictivas o incluso ayunos.

Los factores principales que van a mantener este problema son la ansiedad, la falta de autoestima y la alteración de la imagen corporal. De esta manera en algunas mujeres tienden a tener amenorrea, malformaciones en los dedos, problemas dentales y maxilofaciales debido a los constantes atracones, seguido de métodos compensatorios inapropiados (inducción al vomito), para evitar el aumento de peso.

Figura Trastornos alimenticios.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

Anorexia nerviosa

La anorexia nerviosa se caracteriza por una pérdida de peso elevada (más del 15%) debido al seguimiento de dietas extremadamente restrictivas y al empleo de conductas purgativas (vómitos, ejercicio físico en exceso). Estas personas presentan una alteración de su imagen corporal sobrestimando el tamaño de cualquier parte de su cuerpo.

Existen dos tipos:

- Anorexia nerviosa restrictiva: El enfermo apenas come y en muchos casos realiza ejercicio en exceso.
- Anorexia nerviosa purgativa: El enfermo utiliza métodos purgativos tales como vómitos, diuréticos o laxantes después de haber ingerido cantidades ínfimas de comida.



Las características psicológicas y sociales incluyen miedo intenso a comer en presencia de otros, dietas bajas en hidratos de carbono y grasas, preocupación por el alimento, abuso de laxantes y mentiras. Las principales víctimas de este mal son las mujeres, sobre todo las jóvenes, quienes en ocasiones pueden estar influenciadas por ser fans de personas famosas y mediáticas tales como actrices y modelos.

Vigorexia

La vigorexia es un trastorno caracterizado por la preocupación obsesiva por el físico y una distorsión del esquema corporal (dismorfofobia) que puede presentar dos manifestaciones: la extrema actividad del deporte o, la ingesta compulsiva para subir de peso ante la percepción de estar aún demasiado delgado. Aunque los hombres son los principales afectados por la vigorexia, es una enfermedad que también afecta a las mujeres.

Figura Trastornos alimenticios.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.



Implica una adicción a la actividad física (especialmente a la musculación): los vigorexicos suelen realizar ejercicio físico excesivo, a fin de lograr un desarrollo muscular mayor de lo normal, pues de lo contrario se sienten débiles o enclenques. A esta exigencia se suma un trastorno en la alimentación que se hace patente en una dieta poco equilibrada en donde la cantidad de proteínas e carbohidratos consumidos es excesiva, mientras que la cantidad de lípidos se reduce. Esto puede ocasionar alteraciones metabólicas importantes, sobre todo cuando el vigorexico consume esteroides que ocasionan cambios de humor repentinos.

Trastornos alimenticios.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.



Megarexia

La Megarexia es un trastorno opuesto a la anorexia nerviosa. Suelen ser personas obesas que se miran al espejo y no lo perciben, por eso no hacen ninguna dieta; por eso se atiborran de comida basura (calorías vacías). Son en cierta forma, personas obesas que se ven delgadas a causa de la distorsión de la percepción que caracteriza a los trastornos alimentarios, cuando la desnutrición que padecen (son obesos desnutridos por falta de nutrientes esenciales en su alimentación), llega a afectar a su cerebro, momento en el que, como sucede con la anorexia, su trastorno alimentario se convierte en una grave enfermedad. Comen de todo y en cantidades abismales, pero muy pocos "nutrientes esenciales" y una altísima proporción de azúcares, féculas, almidones, etc. Comida basura, dulces, frituras, alimentos grasos, postres. Son algunos de los platos principales en la dieta de los megarexicos (de los que padecen megarexia, megarexia no es la persona, es su enfermedad).

Comen de todo y en cantidades abismales, pero muy pocos "nutrientes esenciales" y una altísima proporción de azúcares, féculas, almidones, etc. Comida basura, dulces, frituras, alimentos grasos, postres. Son algunos de los platos principales en la dieta de los megarexicos (de los que padecen megarexia, megarexia no es la persona, es su enfermedad).

ACTIVIDAD

Objetivo: Indagar y aprender sobre los diferentes temas relacionados al capítulo II.

Metodología: Recuerda y escribe los tipos de enfermedades que son las principales fuentes de muerte a temprana edad en el ser humano.

1. Mencione los dos tipos de anorexia.

a. _____

b. _____

2. Mencione dos causas de la desnutrición crónica.

a. _____

b. _____

3. Mencione dos enfermedades de tipo viral.

a. _____

b. _____

4. Mencione dos tipos de enfermedades provocados al ser humano por bacterias.

a. _____

b. _____

5. Mencione dos enfermedades por falta de higiene personal.

a. _____

b. _____

6. Mencione dos normas de higiene que se debe tomar en cuenta en la escuela.

a. _____

b. _____

7. Mencione dos clases de vacunas como medio de prevención de enfermedades.

a. _____

b. _____

CAPITULO III

Competencia: Conocer hábitos de higiene personal para la conservación de una vida saludable personal y en la familia.

HÁBITOS DE HIGIENE PERSONAL, PARA UNA VIDA SALUDABLE

Salud

La salud es el estado en que el organismo realiza con normalidad todas sus funciones. Es principalmente una medida de la capacidad de cada persona de hacer o de convertirse en lo que quiere ser.

Educación

Es el proceso multidireccional mediante el cual se transmiten conocimientos, valores, costumbres y formas de actuar. La educación no sólo se produce a través de la palabra, pues está presente en todas nuestras acciones, sentimientos y actitudes.

Salud y Educación

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 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.

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.

Una Vida Saludable

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.

Figura Hábitos de Higiene.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>



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.

Principales hábitos de higiene personal y su importancia:

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.

Es importante y oportuno lavarse las manos:

- Al llegar a casa.
- Antes de comer.
- Antes de preparar o servir alimentos.
- Después de ir al baño.
- Después de jugar y de tocar dinero o animales.

Figura Hábitos de Higiene.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

Ducha o baño diario (limpieza de la cara, de las manos, del cabello, de los genitales y de los pies). Con esta práctica se controlan olores naturales del cuerpo que son producidos básicamente por la transpiración o sudor. De esta forma se evita la presencia de gérmenes y bacterias que puedan afectar la salud de nuestra piel.



Los ojos: Son órganos muy delicados y no deben tocarse con las manos sucias ni con pañuelos u otros objetos. Su mecanismo propio de limpieza son las lágrimas. Para evitar problemas de visión es recomendable mantener buena iluminación de los espacios evitando así un mayor esfuerzo de la vista al estudiar, leer, ver televisión o trabajar con computadoras.

Los oídos: Es conveniente evitar que el agua entre a los oídos. No se deben introducir objetos como: ganchos, pinzas, palillos u otros. Su aseo debe hacerse de manera periódica, teniendo en cuenta las recomendaciones del médico.

Los dientes: La boca inicia el proceso de digestión de los alimentos y desempeña un importante papel en la comunicación oral y gestual, pero también da origen a problemas de salud, la mejor forma de prevenirlos es haciendo un adecuado y periódico cepillado de dientes y lengua.

Limpieza de la nariz: La nariz deja entrar el aire para que llegue a los pulmones con la temperatura y humedad adecuadas, y libre de partículas extrañas. La producción de mocos es un proceso natural que sirve como lubricante y filtro para el aire, pero es necesario retirarlos varias veces al día, además de la incomodidad que representan, contienen partículas y microorganismos filtrados que pueden provocar enfermedades.

Higiene de la ropa y el calzado: El lavado de la ropa exterior e interior de las personas y la higiene del calzado es fundamental. En lo posible la ropa debe ser expuesta al sol, con lo cual se logran erradicar muchos microbios. De igual forma la ropa de cama debe lavarse con cierta periodicidad, dado que allí por falta de aseo se reproducen ácaros que causan problemas en la piel y alergias en las personas.

Higiene en la vivienda

El aseo diario de la vivienda constituye una de las principales formas de evitar la contaminación de los diferentes espacios y de prevenir la presencia de enfermedades.

La rutina debe incluir principalmente:

- Limpieza de la cocina: quitar la basura y limpiar las hornallas y todos los utensilios. (mesada, azulejos, estantes, alacenas, etc.).
- Limpieza diaria: Ventilar todos los días la vivienda, abrir puertas y ventanas.
- Limpiar sus alrededores para evitar el amontonamiento de residuos. En el interior de la vivienda es necesaria la limpieza de techos, paredes, puertas, ventanas, camas y muebles. Se recomienda mover o cambiar de sitio los muebles por lo menos una o dos veces al año.
- Limpieza del baño: Es importante el aseo diario del baño o letrina para evitar malos olores y la proliferación de gérmenes, hongos y bacterias.

Figura Hábitos de Higiene.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>

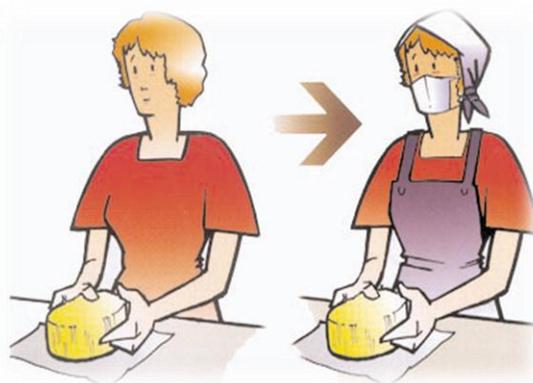


Higiene en la escuela

La práctica de la higiene personal y del entorno es una cuestión de responsabilidad individual que se adquiere a través de un proceso de educación. El niño tiene hábitos de higiene adquiridos en el seno familiar y en la escuela estos hábitos deben ser reforzados o modificados, para ello se deben dar una serie de condiciones:

- Medio ambiente adecuado: los espacios deben estar siempre limpios y ventilados.
- Materiales para la higiene personal: jabón y papel descartable o toallas.
- Asear baños, salones o aulas de clase diariamente.
- Tener recipientes para tirar la basura en las aulas y patio de la escuela.
- Organización adecuada de las actividades escolares: Trabajar docentes y alumnos para mantener limpia la escuela y sus alrededores.

Figura Higiene personal.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.



Higiene Alimentaria

Comer de forma balanceada es importante, pero es fundamental que los alimentos estén limpios y preparados de forma higiénica. El consumo de agua es muy importante para la salud del cuerpo, y por eso, debe estar presente en la alimentación diaria. Debemos ingerir, al día, ocho vasos de agua como mínimo. El agua realiza algunas funciones en nuestro organismo, como el transporte de nutrientes; la eliminación de las sustancias de desechos a través de la orina, el sudor, la heces; y la regulación de la temperatura corporal, sobre todo cuando nos ejercitamos.

Algunas recomendaciones que te ayudan a mantener la higiene alimentaria son:

- Lava bien tus manos con agua y jabón antes de manipular los alimentos.
- Los utensilios de cocina que utilices deben estar bien lavados.
- Utiliza agua potable para preparar los alimentos.
- Evitar comprar alimentos que se preparan en la calle.
- Lava y desinfecta las frutas y verduras antes de comerlas.
- Si compras alimentos enlatados fijate en las fecha de vencimiento.

Las enfermedades producidas por falta de higiene alimentaria se relacionan con la contaminación de agua o de alimentos por heces fecales, por la presencia de moscas o por cocinar con manos sucias.

Higiene en el trabajo

Conjunto de normas y procedimientos tendientes a la protección de la integridad física y mental del trabajador, preservándolo de los riesgos de salud inherentes a las tareas del cargo y al ambiente físico donde se ejecutan.

Objetivos:

- Eliminar las causas de las enfermedades profesionales.
- Reducir los efectos perjudiciales provocados por el trabajo en personas enfermas o portadoras de defectos físicos.
- Prevenir el empeoramiento de enfermedades y lesiones.
- Mantener la salud de los trabajadores.
- Aumentar la productividad por medio del control del ambiente de trabajo.

La seguridad del trabajo contempla tres áreas principales de actividad:

- Prevención de accidentes.
- Prevención de robos.
- Prevención de incendios.

¿Por qué es importante la higiene?

Los gérmenes pueden desarrollarse en diferentes lugares y condiciones, pero hay ciertas situaciones que hacen más propicia su localización y transmisión. Suelen desarrollarse en el medio ambiente en condiciones de temperatura normales, y el agua y el aire son sus ámbitos preferentes para crecer y propagarse.

Cualquier objeto puede convertirse en un ámbito idóneo para el desarrollo de bacterias peligrosas para nuestra salud. Los suelos, las alfombras, los muebles, los pomos de las puertas, el teléfono y hasta el mando del televisor pueden ser refugio de virus o bacterias. Por ello, es necesario prestar atención a la higiene de todo el hogar, aunque hay dos zonas que exigen un mayor esfuerzo a la hora de la limpieza: la cocina y el cuarto de baño.

¿Por qué es tan importante la limpieza de la cocina?

La cocina es el espacio en el que preparamos y cocinamos los alimentos que deben garantizarnos las energías para desarrollar nuestras actividades cotidianas. Pero, si lo hacemos en un ambiente que no reúne las condiciones de salubridad adecuadas, los alimentos pueden convertirse en transmisores de gérmenes que pongan en riesgo nuestra salud.

La cocina es una habitación en la que conviven un conjunto de elementos potencialmente peligrosos, como zonas húmedas (el fregadero y el escurrer platos), los elementos utilizados para la limpieza (estropajos, bayetas y paños de cocina) y hasta las mismas superficies en las que se preparan los alimentos (las tablas de cortar, la encimera y los utensilios). Además de limpiar regularmente estas superficies y objetos es fundamental prestar mucha atención a la higiene de los alimentos, en especial de aquellos que comamos sin ningún tipo de cocción, como pueden ser las frutas y las verduras.



Consejos útiles de limpieza

- **Mantener en perfectas condiciones de higiene todas las superficies de la cocina.** Limpiar con regularidad el fregadero, el escurrer platos y las superficies y objetos que se utilizan para cocinar. También es importante lavar y desinfectar el cubo de la basura y la zona que está a su alrededor.
- **Cambiar y limpiar adecuadamente los elementos de limpieza.** Los paños de cocina deben cambiarse regularmente y con frecuencia. Lo mismo sucede con los estropajos y las bayetas, a los cuales hay que limpiar entre uso y uso y cambiar regularmente.

- **El cuarto de baño debe brillar.** Es fundamental limpiar y desinfectar regularmente la bañera, el lavabo y los aseos, para eliminar cualquier posibilidad de que se desarrollen bacterias. Al mismo tiempo, es preciso ventilar con regularidad la habitación para que se vaya la humedad.
- **Mantener secos los objetos utilizados para la limpieza corporal.** Una tarea muy importante es extender las toallas después de cada uso para que se sequen. Además, se sugiere que cada persona tenga asignada una toalla para su uso personal.
- **Las manos, limpias.** La primera fuente de transmisión de las bacterias pueden ser nuestras manos, que a cada momento entran en contacto con distintas superficies y objetos. Por ello, lo más recomendable es limpiarlas con agua y jabón cada vez que toquemos una superficie que pueda ser peligrosa.

ACTIVIDAD

Objetivo: Socializar los conceptos con los temas del capítulo III, de la guía de aprendizaje.

Metodología: A continuación se le presenta los nombres de los siguientes temas, Lea los conceptos y escriba en la línea el nombre del tema al que corresponda.

- Higiene de la ropa y el calzado.
- Higiene en el trabajo
- Higiene en la escuela
- Higiene Personal
- Higiene en la vivienda
- Higiene alimentaria
- La Salud.

1. Es el estado en que el organismo realiza con normalidad todas sus fusiones. _____

2. Tiene por objeto situar a la personas en las mejores condiciones de salud ante los riesgos del ambiente. _____

3. El aseo diario de la vivienda contribuye a evitar las contaminaciones y la presencia de enfermedades. _____

4. Consiste en comer de forma balanceada, es importante que los alimentos sean preparados de forma higiénica. _____

5. Conjuntos de Normas y procedimientos de protección a la integridad física y mental del trabajador. _____

CAPÍTULO IV

Competencia: conozca la importancia de los cuidados que se deben tener para la prevención y conservación de la Salud de la Familia.

CALENDARIO DE VACUNACIONES								
								
Recién nacido	2 meses	4 meses	6 meses	15 meses	18 meses	4 años	11 años	14 años
Hepatitis B*	Hepatitis B Difteria Tétanos Tos ferina (a) H. influenzae b Polio inactivada Meningococo C Neumococo 13 v	Hepatitis B Difteria Tétanos Tos ferina (a) H. influenzae b Polio inactivada Meningococo C Neumococo 13 v	Hepatitis B Difteria Tétanos Tos ferina (a) H. influenzae b Polio inactivada	Rubéola Parotiditis Sarampión ** Meningococo C Varicela Neumococo 13 v	Difteria Tétanos Tos ferina (a) H. influenzae b Polio	Difteria Tétanos Tos ferina (a)*** Sarampión Rubéola Parotiditis	Varicela***	Tétanos Difteria (adulto) VPH****

Normas generales para la administración de las vacunas

Toda persona que administra vacunas debe conocer aquellos aspectos de interés en relación a la manipulación, administración y contraindicación de los productos inmunobiológicos.

- No es necesario el uso rutinario de guantes, salvo que se sufran lesiones abiertas en manos o exista peligro de contactos con fluidos orgánicos.
- Utilizar para cada inyección jeringas y agujas distintas.
- Comprobar que los viales no han precipitado durante su almacenamiento. Deben agitarse enérgicamente antes de su administración y comprobar la homogeneidad del contenido.
- Para la desinfección de la zona de punción, es preferible utilizar povidona yodada o clorhexidina, esperando a que se sequen. No se debe utilizar el alcohol porque puede inactivar algún tipo de vacunas (por ejemplo, las vacunas de virus atenuados).
- No utilizar ninguna vacuna fuera de su fecha de caducidad. Cuando solo aparece el mes, se considerará hasta el último día del mes como fecha aceptada.
- Debe registrarse la vacuna en la cartilla y en la historia clínico-laboral que del trabajador tiene el servicio de prevención.
- Recogida sistemática del documento de aceptación/negativa a la vacunación (Consultar el apartado 9 de esta guía en la que se adjunta un modelo).

Técnicas de administración de las vacunas.

- Siempre se debe utilizar la vía de administración recomendada por el fabricante, ya que si se utiliza otra distinta puede reducir la eficacia vacunal y/o aumentar las reacciones adversas locales.
- Usar dosis menores de las recomendadas puede generar una protección inadecuada y la persona afectada debería ser revacunada.

Administración Oral.- Se administran por esta vía una serie de vacunas que pueden estar indicada en trabajadores que viajen al extranjero. Entre ellas se encuentran: Polio oral, fiebre tifoidea Ty21a, cólera oral y diarrea del viajero (forma líquida).

- No deben administrarse con las comidas.
- En caso de regurgitación o vómitos en los primeros 5-10 minutos después de la administración, se aconseja administrar una nueva dosis. Si también vomitara esta dosis, se pospondría la vacunación para otra visita.
- No deben administrarse conjuntamente con antibióticos.

Administración Intramuscular:- La gran mayoría de las vacunas utilizan esta vía y supone la administración en masa muscular profunda de un producto biológico. El lugar de preferencia es el músculo deltoides.

- No debe usarse el glúteo por riesgo de dañar el nervio ciático y por la absorción irregular debido al abundante tejido graso de la zona. Algunas vacunas (rabia, hepatitis B) se asocian a una pérdida de inmunogenicidad.
- Hay que asegurarse que la administración es correcta, pues de lo contrario, el efecto inmunógeno no será el deseado y además puede aumentar el riesgo de reacciones adversas.
- Las personas con hemofilia deben evitar esta vía, para disminuir la aparición de hematomas; si no se pudiera se utilizaría aguja muy fina y se mantendría una presión continua (sin frotar) durante 2 minutos.

Administración subcutánea o hipodérmica. Se utiliza esta vía en el caso en que se necesite que el producto tenga una absorción lenta. La zona anatómica es la misma que la vía intramuscular, el músculo deltoides. La vacuna debe inyectarse lentamente y, al finalizar, retirarla con un movimiento rápido, secar y hacer un ligero masaje con movimientos circulatorios.

Administración intradérmica.- Consiste en la introducción dentro de la dermis de una pequeña cantidad (0,01 ml a 0,1 ml) de un producto biológico que será absorbido de forma lenta y local. Hay que evitar que se administre vía subcutánea, pues la respuesta sería subóptima. Se utiliza esta vía para las vacunas de la tuberculosis (BCG) y rabia (VCDH). Generalmente se utiliza la cara anterolateral del brazo, aunque en la VCDH produce reacciones severas y es mejor utilizar el tercio superior del deltoides. La inyección debe ser lenta y si es correcta la administración debe aparecer una ampolla de unos 3-5 mm que desaparecerá en unos 15-30 minutos.

HÁBITOS DE HIGIENE

Una buena higiene sólo se logra si las personas aprenden a tener hábitos que beneficien su salud y otorguen bienestar. La falta de hábitos higiénicos adecuados por parte de las personas se convierte en un problema grave, no sólo por lo desagradable de una mala apariencia o de los malos olores, sino por el potencial peligro de transmisión de virus y gérmenes a otras personas y contagio de enfermedades.

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 de 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 frecuentan. 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.

Práctica de higiene en la preparación de los alimentos

En la preparación de alimentos es muy importante aplicar buenas prácticas de higiene y sanidad, esto es: llevar a cabo todas las actividades necesarias para garantizar que los alimentos no se deterioren o contaminen, provocando enfermedades a los consumidores.

Fines de los alimentos

Figura Hábitos en la alimentación.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=salud>.

El alimento es cualquier sustancia normalmente ingerida por los seres vivos con fines:

1. Nutricionales: regulación del metabolismo y mantenimiento de las funciones fisiológicas, como la temperatura corporal.
2. Psicológicos: satisfacción y obtención de sensaciones gratificantes.



Estos dos fines no han de cumplirse simultáneamente para que una sustancia sea considerada alimento. Por el contrario, no se consideran alimentos las sustancias que no se ingieren o que, una vez ingeridas, alteran las funciones metabólicas del organismo, como: la goma de mascar, el tabaco, los medicamentos y demás drogas no se consideran alimentos.

10 Reglas de oro para la higiene y seguridad de los alimentos

NO.	REGLA
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.

Plan de emergencia familiar

El plan de emergencia familiar es un conjunto de reglas y procedimientos que nos ayudará a saber cómo actuar en caso de haber un percance. Las emergencias se pueden presentar de diferentes maneras: desastres naturales (huracanes, incendios, terremotos, etc.) o causados por aspectos de la civilización.

Es cierto que no hay ningún lugar exento de una catástrofe, pero esto no debe ser motivo para vivir en pánico. El tener un plan de emergencia familiar no es ser pesimista o paranoico; es estar preparado para situaciones inesperadas, saber cómo actuar durante un suceso y reducir el estrés que pueden producir.

- ▲ Un plan familiar para emergencias debe de incluir:
 - ▲ Preparación antes de una emergencia.
 - ▲ Preparación para saber cómo actuar durante una emergencia.
 - ▲ Preparación para saber cómo proceder después de la emergencia.

Preparación antes de la emergencia

Cada lugar tiene una situación distinta; algunos lugares serán más propensos a terremotos, otros a huracanes y otros a inundaciones, es por eso que es necesario acudir a las instituciones que nos ayudarán durante éstas situaciones.

Organizaciones como protección civil, la cruz roja o el cuerpo de bomberos son fuentes de ayuda que nos pueden informar cuales son los diferentes tipos de emergencias para los que debemos estar preparar. Además de las recomendaciones dadas por estas organizaciones usted puede instruirse en las necesidades que usted crea sean necesarias y apropiadas para su situación.

Una vez que usted haya reunido la información (no sólo de cuáles son las catástrofes que puedan enfrentar; sino también formas de reaccionar) junto a su familia y empiecen a diseñar un plan en el cual deberán de incluir:

- ▲ Rutas de evacuación desde cualquier área de la casa. Es necesario tener por lo menos 2 rutas de salida desde cualquier punto de la casa

- ▲ Lugares que serán sitios seguros en casos de no poder regresar a la casa.
- ▲ Maneras de mantener contacto en caso de estar separados al momento de la emergencia. Establezca una persona fuera del estado a quien se deberá llamar en caso de perder contacto con la familia.
- ▲ Asegúrese que todos los miembros de la familia sepan esta información
- ▲ Lugares y horas de reunión en casos de ser separados y no poder reunirse inmediatamente. Ejemplo: Nos reuniremos en el parque “Jardines” a partir de las 7 de la noche. Durante las primeras semanas asistiremos todos los días. Después de un mes iremos los lunes, miércoles y viernes.
- ▲ Preparación y explicación de cómo usar un Kit de 72 Horas.

¿QUÉ DEBO HACER DURANTE LA EMERGENCIA?



Figura Plan de Emergencia.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=emergencia>.

Mantenga la calma. Si usted no conserva la calma pondrá nerviosos a otras personas. Si usted está al cuidado de otras personas, ellos estarán más tranquilos si usted muestra tener calma, en especial los niños, estos se sentirán seguros porque usted podrá protegerlos.

De acuerdo a la situación que se enfrente deberá decidir cómo proceder. Si usted no corre ningún riesgo dentro de su casa, el quedarse en ella sería lo ideal; pero de no ser así, actúe de acuerdo a lo planeado y busque un lugar donde quedarse.

QUÉ HAGO DESPUÉS DE LA EMERGENCIA

- Vea que su familia esté sana y salva.
- Si su casa ha sido afectada por la catástrofe o no está seguro si es un lugar en donde se puedan quedar, vaya a aquellos lugares seguros que fueron establecidos de antemano (refugios, la escuela, etc.).

- En caso de que una de las personas de su familia esté herida o necesite ayuda de algún tipo, vaya a un refugio. Tenga en consideración que en un desastre masivo los hospitales, doctores y enfermeras estarán sumamente ocupados. Si la persona no está en una situación grave y tiene sólo una herida ligera utilice su kit de primeros auxilios y diríjase a un lugar donde los puedan ayudar, aclarando la gravedad de la situación.
- Si la persona está con una herida grave, detenga el sangrado y llévelo a recibir ayuda profesional inmediatamente.

EN CASO DE PERDER CONTACTO CON ALGUN FAMILIAR

Mantenga la calma y proceda con el plan que habían establecido. Permanezcan juntos y diríjense a un lugar donde sepan que estarán protegidos. Después de que su familia esté establecida, vaya a los puntos de reunión y siga lo planeado.

¿PUEDO AYUDAR A OTRAS PERSONAS QUE HAN SIDO VICTIMAS?

En momentos de una emergencia que afecte a toda una ciudad o comunidad (un terremoto, por ejemplo) primero asegúrese que su familia esté en un lugar protegido.

Será muy probable que encuentre a personas en el camino que necesitarán ayuda, en caso de no presentar un peligro para usted y de que no se separe de su familia, ofrezca ayudarlos. No importa lo difícil que la situación sea, es preferible que primero ubicara a su familia en un lugar seguro antes de ayudar a alguien. Si usted se separa de su familia:

- No podrá ayudarlos a mantenerse tranquilos y tanto usted como ellos estarán menos seguros.
- En caso de separarse. Tanto usted como ellos estarán en constante preocupación; no sabrá en donde están y exactamente, puede ser que el lugar al que se dirigían no sea accesible y tendrán que buscar otro lugar y perderá contacto con ellos.

¿Qué hago si una persona se encuentra atrapada?

Una vez que su familia esté segura, diríjase a los cuerpos de ayuda y mencione su deseo de ayudar, ellos le dirán la manera de proceder. Si está capacitado con alguna forma de entrenamiento hágalo saber ya que se necesitará toda la ayuda posible.



Figura Plan de Emergencia.
<http://www.google.com.gt/imgres?q=emergencia..>

ACTIVIDAD

Objetivo: Tener en cuenta lo importante que son las vacunas en la salud de un niño en su desarrollo humano.

Metodología: Traza con una línea las clases de vacunas que debe recibir un niño o una niña según su edad.



Recién nacido

SPR



Dos meses

Polio y Penta (tercera dosis)



Cuatro meses

Hepatitis B y BCG



Seis meses

(segunda dosis)
Polio, Penta y Rotavirus



Doce meses

(primera dosis)
Polio, Penta y Rotavirus

BIBLIOGRAFÍA

- ▲ Plan de Emergencia Comunitario. USAID Del Pueblo De los Estados de América Ministerio en Salud Guatemala 2007.
- ▲ Guía de vacunación de la niñez y la mujer USAID Proyecto Mejoramiento de la Atención en Salud Guatemala 2011.
- ▲ Celia Isabel Castillo Villeda, Mirian Lorena y del Valle Catalán, Flor de María, Ciencias Naturales 7 Editorial Santillana, S.A .Impreso en Perú 2007.
- ▲ Ciencias Naturales y Tecnología 1ero. Básico Guatemala de la Asunción.
- ▲ Ciencias .Biblioteca Presidencial Para la Paz Ministerio de Educación Alfonso Portillo Guatemala 2002.
- ▲ Primaria Activa Enciclopedia Escolar Carlos Cilver Editorial Grupo Océano Salud Higiene paginas 325,326, 327,328, 329,330, 342, 343.
- ▲ Higiene y Salud Lic. Alfonso Portillo Editora Ministerio de Educación.
- ▲ Comité nacional de Alfabetización Guatemala 2001 página 55, 56, 59, 60, 61, 62, 67.

CAPITULO IV

EVALUACIÓN

1. EVALUACIÓN DEL DIAGNÓSTICO

La evaluación del Capítulo del Diagnóstico institucional se realizó por medio de la Guía de análisis contextual de la institución educativa, a la vez permitió recopilar la información necesaria para determinar la problemática en el Instituto Nacional de Educación Básica de la cabecera municipal, 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 situación de higiene personal en dicha comunidad.

Ya que con esto estaremos presentando propuestas para mejorar las relaciones en el proceso de enseñanza-aprendizaje, pues la experiencia indica que la carencia de información sobre la importancia de mantener hábitos de higiene corporal, salud escolar y comunitaria para la conservación de la salud en lo personal y lo familiar.

2. EVALUACIÓN DEL PERFIL DEL PROYECTO

La evaluación 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 sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, se desarrolló en base a las investigaciones bibliográficas que se llevaron a cabo durante la etapa de diagnóstico, uno de los problemas priorizados en la comunidad educativa fue carencia de material didáctico de apoyo, abordando los temas de hábitos de higiene personal, la salud, enfermedades por no tener el cuidado adecuado en la salud del ser humano, dirigidos a los docentes y jóvenes estudiantes y por ende para el ser humano se percibe el impacto que tendrá en una vida saludable. 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 para cuidar, conservar la salud de las personas.

3. EVALUACIÓN DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO.

La etapa de ejecución se realizó y evaluó en el desarrollo del proyecto, en función de todas las actividades programadas en el cronograma y mediante la aplicación de una lista de cotejo, para verificar el avance de cada una de las actividades en forma secuencial y gradual de acuerdo al tiempo establecido los resultados obtenidos, fueron satisfactorios: se realizó las charlas programadas y se entregaron los ejemplares de la guía de aprendizaje. La socialización de la Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la el cuidado personal, dirigida a los alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación Básica, del municipio de Catarina, departamento de San Marcos, en el área de Ciencias Naturales del CNB, enriquecerá los conocimientos adquiridos para la transmisión de hábitos de higiene en beneficio de su salud personal.

4. EVALUACIÓN GENERAL Y FINAL DEL PROYECTO.

Los resultados fueron satisfactorios pues, los objetivos se alcanzaron gracias al instrumento de evaluación de lista de cotejo. Se redactó una solicitud la cual fue presentada en el despacho del Supervisor Educativo del sector 1216.1 de la localidad, para que se nos brindara el espacio y ejecutar el proyecto la cual aprobada la solicitud, como parte del Ejercicio Profesional Supervisado.

Se realizó durante el desarrollo de las etapas del EPS, el diagnóstico permitió conocer los problemas y carencias, así como cubrir las necesidades priorizadas en beneficio de la comunidad.

Para ejecutar el proyecto se procedió a realizar el Diagnóstico Institucional, para evaluar las necesidades de la institución y proceder a seleccionar el problema y darle la respectiva solución; siendo la falta de conocimiento sobre la importancia de mantener los hábitos de Higiene personal, para la conservación de una vida saludable personal y familiar. Esto nos permite la elaboración y presentación de la Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica de Catarina, San Marcos.

El Proyecto ejecutado tuvo gran aceptación por parte de las autoridades educativas y alumnado de la institución beneficiada.

CONCLUSIONES

- Se determinó en base a la evaluación realizada, que la falta de conocimiento sobre la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, contribuye al detrimento de la salud en los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
- La implementación de la guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, en el área de Ciencias Naturales, de la institución educativa, coadyuvaría en la reducción de enfermedades como forma preventiva, no solo de los estudiantes, si no, de la comunidad.
- El uso de la guía de aprendizaje por parte del personal del Instituto beneficiado, es una herramienta de vital importancia para fortalecer la cultura de Higiene en los estudiantes y mejorar su calidad de vida.

RECOMENDACIONES

- Al Director del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos, se recomienda el seguimiento al proyecto educativo acorde a la guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, realizada en la institución beneficiada.
- A los docente de la institución beneficiada, que son los encargados de transmitir la enseñanza-aprendizaje de los jóvenes estudiantes, contribuir en la orientación, implementación e integración de la guía sobre “La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”, en el área de Ciencias Naturales.
- Socializar a otros establecimientos educativos del Municipio, la guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, por parte de la Dirección del establecimiento educativo, para fortalecer y retroalimentar los conocimientos al estudiantado del Municipio.

BIBLIOGRAFÍA

- ▲ Constitución Política de la República de Guatemala, 31 de mayo de 1985.
- ▲ Ley de Educación de Guatemala. Guatemala, 12 de enero 1991.
- ▲ Celia Isabel Castillo Villeda, Mirian Lorena y del Valle Catalán, Flor de María, Ciencias Naturales 7 Editorial Santillana, S.A .Impreso en Perú 2007.
- ▲ Ciencias Naturales y Tecnología 1ero. Básico Guatemala de la Asunción. Edición año 2009.
- ▲ Ciencias .Biblioteca Presidencial Para la Paz Ministerio de Educación Alfonso Portillo Guatemala 2002.
- ▲ Primaria Activa Enciclopedia Escolar Carlos Cilver Editorial Grupo Océano Salud Higiene paginas 325,326, 327,328, 329,330, 342, 343.
- ▲ Higiene y Salud Lic. Alfonso Portillo Editora Ministerio de Educación.
- ▲ Comité nacional de Alfabetización Guatemala 2001 página 55, 56, 59, 60, 61, 62, 67.
- ▲ Plan de Emergencia Comunitario. USAID Del Pueblo De los Estados de América Ministerio en Salud Guatemala 2007.

APÉNDICE

PLAN DE SOSTENIBILIDAD

1. Identificación:

Instituto Nacional de Educación Básica del municipio de Catarina, departamento de San Marcos.

2. Nombre del proyecto

Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos.

3. Justificación

El presente plan se realiza con el fin primordial de que el proyecto ejecutado pueda ser aprovechado para impartir nuevos conocimientos sobre la Higiene personal, por medio de la Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

4. Objetivos

- Identificar el ambiente institucional para tomar acciones que nos proporcionen resultados de acuerdo a la necesidad que existe en la comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Básica de Catarina, San Marcos.
- Proporcionar un documento de apoyo al Personal Docente del Instituto Nacional de Educación Básica.

- La presente Guía resalta la importancia de la higiene corporal para la conservación de la salud en la comunidad educativa, con lo que se pretende desarrollar competencias en los estudiantes, tales como la habilidad de analizar y la capacidad para reflexionar sobre los temas aquí contenidos en la presente guía de aprendizaje.

5. Organización:

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

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

6. Recursos

Humanos

- Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica, del Municipio de Catarina, San Marcos.
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio de Catarina, San Marcos.
- Padres y madres de familia de los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio de Catarina, San Marcos.

Actividades

- Socialización a la comunidad con temáticas relacionadas a la conservación de una vida saludable en cada una de las personas.
- Visita del proyectista para verificar las formas en que se desempeñaba la guía de aprendizaje e implementar de la manera eficiente y eficaz.

Evaluación

- La evaluación se realizara con supervisión constante del acerca del buen uso, cuidado y protección del proyecto ejecutado, a través de la técnica de Observación.

Evaluación Elaboración del Diagnóstico Institucional

Nombre de la Epesista: Elbi Adilia Bámaca Barrios.
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín.
Sede: Instituto Nacional de Educación Básica, 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 _____

Evaluación Perfil del Proyecto

Nombre de la Epesista: Elbi Adilia Bámaca Barrios.
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín.
Sede: Instituto Nacional de Educación Básica, 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	Se dio a conocer a los estudiantes, docentes y padres de familia.	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: Elbi Adilia Bámaca Barrios.
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín.
Sede: Instituto Nacional de Educación Básica, 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 seleccionó el proyecto de acuerdo a los resultados del diagnóstico.	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: Elbi Adilia Bámaca Barrios.
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín.
Sede: Instituto Nacional de Educación Básica, 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	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 _____

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

I. IDENTIFICACION

INSTITUCIÒN

Instituto Nacional de Educación Básica I.N.E.B. del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

UBICACIÒN

Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

PROYECTO

Guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a estudiantes del área de Ciencias Naturales del CNB, en el Instituto Nacional de Educación Básica, Catarina, San Marcos

PROYECTISTA

Elbi Adilia Bámaca Barrios

Carné: 201017289

II. JUSTIFICACIÓN

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

III. DESCRIPCIÓN

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

IV. TITULO

Diagnóstico del Instituto Nacional de Educación Básica I.N.E.B. del Instituto Nacional de Educación Básica , del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

V. OBJETIVOS

GENERALES

- Identificar los problemas que afectan a los Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

ESPECIFICOS:

- Obtener la autorización para la realización del proyecto educativo por parte de la Supervisión Educativa y Dirección del Instituto Nacional de Educación Básica I.N.E.B.
- Recabar información que permita conocer el área geográfica y administrativa de la institución.
- Identificar la estructura Organizacional de la Institución beneficiada.
- Determinar los principales problemas y carencias que afectan a la institución.

VI. ACTIVIDADES

- Entrevistas con las autoridades correspondientes.
- Identificación de la Institución beneficiada.
- Presentación de la Solicitud de autorización de proyecto.
- Aplicación de Técnicas y métodos de Investigación.
- Análisis de Información.
- Elaborar el diseño y aplicación de instrumentos de observación y entrevista.
- Organización de la información obtenida para el diagnóstico.
- Presentación del diagnóstico (asesor).

VII. METODOLOGÍA

TECNICAS DE INVESTIGACIÓN

- Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA).

TECNICAS

- Observación.
- Encuestas.
- Investigación documental y de campo.

INSTRUMENTOS

- Listas de Cotejo.
- Libretas de notas.
- Agendas.
- Cuestionarios.
- Cámara fotográfica.

VIII. RECURSOS

HUMANOS

- Director del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Básica del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
- Epesista.
- Asesora.
- Supervisor Educativo.

MATERIALES

- Cuaderno de notas.
- Computadora.
- Tinta de impresora.
- Impresora.
- Escáner.
- Fax.
- Lapiceros.
- Engrapadoras.
- Perforadores.
- Cámaras fotográficas.
- Documentos impresos.
- Resúmenes.
- Análisis.

IX. Cronograma de las Actividades del Diagnóstico Institucional 2016

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FEBRERO				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 (asesora).	Epesista																									■			

X. EVALUACIÓN

1. Existió apoyo de parte de las autoridades educativas de Catarina, departamento de San Marcos.

SI_____

NO_____

2. Se recopiló información necesaria en las técnicas estipuladas.

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 la asesora.

SI_____

NO_____

1. Datos Generales

1.1 Institución

Instituto Nacional de Educación Básica I.N.E.B.

1.2 Lugar

Cabecera Municipal de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.3 Dirección

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

2. Título

Ejercicio Profesional Supervisado

3. Objetivo General

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

4. Objetivos específicos.

- 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 EPS.
- 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 y asesora.

Materiales

- Cuaderno de notas.
- Computadora.
- Tinta de impresora.
- Impresora.
- Documentos impresos.
- Lapiceros.
- Engrapadora.
- Marcadores.
- Perforador.
- Cámara fotográfica.

7. Cronograma PLAN DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO 2016

No	ACTIVIDADES	FEBRERO				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 DE LA MUNICIPALIDAD DE CATARINA, SAN MARCOS**

I. Sector Comunidad

AREA	INDICADOR
1. Geográfica	<p>1.1 Localización: El municipio de Catarina del Departamento de San Marcos se encuentra situado en la parte oeste del departamento de San Marcos en la región Sur-Occidente. Se localiza en la latitud 14° 54'30" y en la longitud 92° 03'45". Limita al norte y al oeste con el municipio de Malacatán; al sur con el municipio de Ayutla; al este con el municipio de El Rodeo.</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> <p>1.3 Clima El clima del municipio de Catarina por lo general, es cálido.</p> <p>1.4 Suelo: El suelo en su mayoría es fértil, produciendo variedad de especies vegetales.</p> <p>1.5 Principales accidentes Entre sus principales accidentes geográficos están: río Amá, Cabúz, Gramal, Ixbén, Chiquito, Ixlamá, Ixpil, La Lima, La Puerta, Las Marías, Malacatillo, Mollejón, Negro.</p> <p>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.</p>

<p>2. Histórica</p>	<p>2.1 Primeros pobladores</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>2.2 Sucesos culturales: Las procesiones de semana Santa, la feria patronal, Día de los difuntos, día de la cruz.</p> <p>2.3 Personalidades presentes:</p> <p>2.4 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> <p>2.5 Personalidades pasadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prof. Carlos Girón. - Prof. Jorge Valdez - Pastor: Obdulio Barrios - Profa. Rosa Turnil <p>2.6 Fiesta titular: La feria titular del municipio se celebra del 18 al 26 de Noviembre y se conmemora a: la Virgen de Santa Catarina de Alejandría, patrona del lugar.</p> <p>2.7 Lugares de orgullo local: 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 Fulvio Pérez y su consejo.</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> <p>3.3 Organizaciones Políticas</p> <p>Entre las Organizaciones Políticas (Instituciones Gubernamentales) se encuentran: El FIS, , 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 y Coordinaciones Técnicas.</p> <p>3.4 Organizaciones Civiles Apolíticas.</p> <p>Son las Instituciones que son Autofinanciables</p> <ul style="list-style-type: none"> • CONALFA. • Consejo Comunitario de Desarrollo. • Cooperativa “La Esquina”. • Casa de la Cultura. • Correos, • Colegios privados. • Farmacias. • Tiendas. • Ferreterías. • Restaurantes.
---------------------------	--

<p>4. Social</p>	<p>4.1 Los habitantes se dedican a las actividades económicas y las que se practican son las siguientes: Agricultura, ganadería, comercio, artesanía, industria, doméstica, profesionales, etc.</p> <p>4.2 En la producción. distribución y productos están Los cultivos propios: 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. 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 Agencias Bancarias</p> <p>4.5 Viviendas (tipos) Block. madera lámina Teja 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 Transporte: Humano Animales Mecánico: urbano y extraurbano</p>
-------------------------	--

	<p>4.8 Comunicación: Correros y telégrafos Entre las vías de comunicación Catarina cuenta con: La Carretera Interamericana, que une a Guatemala con México, carretera asfaltada de la cabecera municipal a la 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>4.9 Grupos Religiosos: Entre los Grupos Religiosos tenemos: doctrinas Evangélicas, católicas, adventistas, mormonas, que se encuentran organizadas de acuerdo con su respectivo credo.</p> <p>4.10 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
<p>1. Muy poca información sobre los personajes fundadores o primeros pobladores del municipio.</p> <p>2. Descuido de información sobre la salud de la población.</p> <p>3. Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina.</p> <p>4. Falta de Centros de Recreación.</p> <p>5. Mal estado de las vías de acceso.</p>	<p>1. Libros de información en mal estado.</p> <p>2. Desinterés por la salud de la población.</p> <p>3. Falta de información.</p> <p>4. Falta de recursos financieros.</p> <p>5. Falta de mantenimiento.</p>	<p>1. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina.</p> <p>2. Concientización de la importancia de la higiene para conservación de la salud.</p> <p>3. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina.</p> <p>4. Gestionar a Instituciones privadas y públicas los recursos financieros.</p> <p>5. Gestionar a la Municipalidad.</p>

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
I. SECTOR COMUNIDAD**

PROBLEMAS No.	Falta de conocimiento de los primeros pobladores.		Descuido de información sobre la salud de la población.		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

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. “Descuido de información sobre la salud de la población de la cabecera municipal”.

II. SECTOR DE LA INSTITUCIÓN

AREA	INDICADOR
1. Localización Geográfica	1.1 Ubicación: En el municipio de Catarina, San Marcos 1.2 Vías de acceso: Carretera internacional, por medio de automóviles.
2. Localización Administrativa	2.1 Tipo de Institución: Oficial.
3. Edificio	3.1 Edificio: El área de la institución se encuentra trabajando en las instalaciones de la Escuela Oficial Urbana Mixta Sofía L.vda de Barrios, en jornada vespertina. 3.2 El estado de Conservación: las instalaciones se encuentran en regular estado. 3.3 Locales en servicio: 16 aulas, dos corredor seis servicios sanitarios, una bodega y una dirección.
4. Ambiente y equipamiento	4.1 El ambiente es agradable y cuenta con el mobiliario necesario para atender a los estudiantes pero con equipo de cómputo suficiente. 4.2 Salones Específicos: Cuenta con un salón de computación. 4.3 Oficinas: una oficina que funciona como dirección y una como bodega. 4.4 Servicios Sanitarios: se cuenta con tres servicios sanitarios para mujeres y tres de hombres.

DETECCION DE PROBLEMAS

II. SECTOR INSTITUCIONAL

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de material informativo sobre la importancia de la higiene corporal, salud escolar y comunitaria, para la salud de la comunidad educativa.	Insuficiente fuentes bibliográficas de información.	Implementar guías sobre importancia de la higiene para la conservación de la salud de la familia.
2. Falta de remodelación de la infraestructura del establecimiento.	Falta de presupuesto económico.	Gestionar recursos para la remodelación de las instalaciones.
3. Falta de escritorios para los alumnos.	Falta de presupuesto económico.	Gestionar ante las autoridades educativas el recurso para cubrir este rubro.
4. Falta de docente para clases de computación.	Poco presupuesto económico.	Gestionar la Implementación de un docente específico para dar clases de computación.

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
II. SECTOR INSTITUCIÓN

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de material informativo sobre la importancia de la higiene corporal, salud escolar y comunitaria para la salud de la comunidad educativa.

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de material informativo sobre la importancia de la higiene corporal, salud escolar y comunitaria, para la salud de la comunidad educativa.		Falta de remodelación de la infraestructura del establecimiento.		Falta de escritorios para los alumnos.		Insuficiente equipo de cómputo.	
	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	8	2	7	3	5	5	5	5
PRIORIDAD	1		2		3		4	

III. SECTOR FINANZAS

AREA	INDICADOR
<p>1. Fuentes de Financiamiento</p>	<p>1.1. Presupuesto de la Nación: Todo es financiado por el Ministerio de Educación.</p> <p>1.2. Venta de Productos y Servicios: Educación Gratuita.</p> <p>1.3. Los servicios: Son los siguientes: el nivel básico, los tres grados (primero, segundo y tercero).</p> <p>1.4. Donaciones: No reciben ninguna clase de donaciones la institución educativa.</p> <p>1.5. Costos: (Salarios) se invierte en el pago de honorarios del personal que labora dentro de ella.</p> <p>1.6. Materiales y Suministros: Los materiales y suministros se obtienen de parte del Ministerio de Educación.</p> <p>1.7. Reparaciones y Construcciones: Las reparaciones siempre se efectúan y las construcciones son variadas.</p> <p>1.8. Mantenimiento: Se realiza a cada cierto tiempo para el buen funcionamiento del instituto.</p> <p>1.9. Servicios Generales: Se cuentan con los servicios básicos, para el mantenimiento de instituto.</p> <p>1.10. Disponibilidad de finanzas: Se dispone únicamente del recurso financiero que da el MINEDUC.</p> <p>1.11. Auditoría Interna y Externa: Internamente lo realiza la directora y externamente lo realizan algunas entidades educativas correspondientes.</p> <p>1.12. Manejo de Libros Contables: Se manejan los libros siguientes: de inventario, caja, costos, de reporte.</p>

DETECCION DE PROBLEMAS

III. SECTOR FINANZAS

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Insuficiente recurso bibliográfico.	1. Falta de recursos financieros.	1. Gestionar ante las autoridades el aumento de presupuesto al sector educativo.
2. Insuficiencia de materiales y suministros.	2. Falta de recursos financieros.	2. Gestionar ante las autoridades los fondos de compra de materiales y suministros necesarios.
3. Salarios bajos para los docentes.	3. Falta de recursos financieros.	3. Gestionar los fondos necesarios para cubrir los salarios.
4. Poca disponibilidad de fondos dentro de la institución.	4. Falta de recursos financieros.	4. Agilización de la disponibilidad de fondos ante las autoridades competentes
5. Poco material didáctico sobre información de una vida saludable.	5. Falta de recursos financieros.	5. Gestión ante autoridades de la institución para el material necesario del área de salud.

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

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

PROBLEMAS No.	Insuficiente material bibliográfico.		Insuficiencia de materiales y suministros.		Salarios bajos para los docentes.		Poca disponibilidad de fondos dentro de la institución.		Poco material didáctico sobre información de la conservación del ambiente.	
	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	6	4
PRIORIDAD	2		1		3		4		5	

IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS

AREA	INDICADOR
1. Personal Operativo	<p>1.1 Personal Operativo. No se cuenta con personal operativo.</p> <p>1.2 Total de Trabajadores: 9 por contrato 021 del MINEDUC.</p> <p>1.3 Antigüedad del Personal: no se da por la renovación de cada año de contratos.</p> <p>1.4 Tipos de trabajadores: son Profesionales.</p> <p>1.5 Asistencia de Personal: por medio del libro de asistencia: entrada y salida.</p> <p>1.6 Residencia del Personal: el personal reside en el área urbana.</p> <p>1.7 El horario en la institución es de: 13:00 a 18:00 horas Jornada única.</p>
2. Personal Administrativo	<p>2.1 Formado únicamente por: - El Director.</p>
3. Usuarios	<p>3.1 Cantidad de usuarios: El promedio es de 3 diariamente.</p> <p>3.2 Comportamiento anual de usuarios: normal.</p> <p>3.3 Situación Socioeconómica: la mayor parte de la comunidad son de clase media.</p> <p>3.4 Personal de Servicio: no se cuenta con personal de servicio.</p>
4. Personal de servicio	<p>4.1 Total de laborantes: no hay personal de servicio en la institución.</p>

DETECCIÓN DE PROBLEMAS

IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de personal presupuestado.	1. Falta de presupuesto del Ministerio de Educación.	1. Gestionar ante autoridades correspondientes para el aumento de presupuesto.
2. Insuficiente capacitación al personal de la institución.	2. Desinterés del personal para capacitarse.	2. Motivar al personal de la institución para estar actualizado.
3. Insuficiente personal operativo.	3. Falta de recursos financieros.	3. Gestionar ante autoridades para cubrir esta necesidad.
4. Insuficiente material didáctico para la institución.	4. Falta de recursos financieros.	4. Gestionar la disponibilidad de fondos ante las autoridades.
5. Insuficiente personal de servicio.	5. Falta de recursos financieros.	5. Gestionar ante las autoridades los fondos económicos para cubrir esta necesidad.

**CUADRO DE ANALISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS**

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 4 tiene prioridad 1 Insuficiente material didáctico para la institución.

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de personal presupuestado.		Insuficiente capacitación al personal de la institución.		Insuficiente personal operativo.		Insuficiente material didáctico para la institución.		Insuficiente personal de servicio.	
	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	7	3	4	5	8	3	5	5
PRIORIDAD	2		3		5		1		4	

V. SECTOR CURRICULUM

AREA	INDICADOR
1. Plan de estudios y servicios	<p>1.1 Plan que atiende: Diario-Regular.</p> <p>1.2 Programas: Currículum Nacional Base Vigente (CNB).</p> <p>1.3 Actividades curriculares: Todas las que se plantean en el Currículum Nacional Base y en pocas ocasiones capacitación al personal docente.</p> <p>1.4 Acciones que realiza: Actividades para el aprendizaje-enseñanza.</p> <p>1.5 Procesos educativos: Todos los contemplados en el Currículum Nacional Base, en cada uno de los niveles.</p>
2. Material Didáctico	<p>2.1 Número de empleados que utilizan texto: Todos los docentes en su trabajo educacional.</p> <p>2.2 Tipos de textos que utiliza: Módulos del Ministerio de Educación y Textos elaborados de acuerdo al Currículum Nacional Base.</p> <p>2.3 Materia y material utilizados: Lapiceros, almohadillas, tinta para marcadores, marcadores, pizarrón y cuaderno de asistencia.</p> <p>2.4 Fuentes de la obtención de los materiales: A través del presupuesto que se elabora anualmente.</p>
3. Métodos, Técnicas y Procedimientos	<p>3.1 Metodología utilizada por los docentes: las que contempla el Currículum Nacional Base.</p> <p>3.2 Tipo técnicas y procedimientos utilizados: participativos, individuales.</p>
4. Evaluación	<p>4.1 Controles de calidad educativa: a través de herramientas e instrumentos que permiten el progreso 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 de material informativo sobre la importancia de la higiene corporal, para la conservación de la salud en la familia.</p> <p>2. Falta de actividades que motiven a los estudiantes a participar.</p> <p>3. Falta de participación de los estudiantes en los proyectos a ejecutar.</p> <p>4. Falta de material didáctico para el aprendizaje de los estudiantes.</p>	<p>Insuficiente presupuesto.</p> <p>Desinterés de docentes para realizar actividades.</p> <p>Poca participación de los jóvenes estudiantes.</p> <p>Bajo recurso económico para la institución.</p>	<p>Implementación de guías sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, para la conservación de la salud de la familia.</p> <p>Crear actividades en donde puedan participar los alumnos.</p> <p>Crear actividades productivas para los estudiantes.</p> <p>Contemplar en el plan de presupuesto anual.</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. Falta de material informativo sobre la importancia de la higiene corporal para la conservación de la salud en la familia. .

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de material informativo sobre la importancia de la higiene corporal, para la conservación de la salud en la familia.		Falta de actividades que motiven a los estudiantes a participar.		Falta de participación de los estudiantes en los proyectos a ejecutar.		Falta de material didáctico para el aprendizaje de los estudiantes.	
	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	8	2	7	3	7	3	4	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

VI. SECTOR ADMINISTRATIVO

ÁREA	INDICADOR
1. Planeamiento	<p>1.1 Tipo de planes: Corto plazo para realizar las actividades correspondientes.</p> <p>1.2 Elementos de los planes: Competencias, contenidos, indicadores de logro y actividades.</p> <p>1.3 Forma de implementar los planes: En el proceso educativo, siguiendo lineamientos del Currículum Nacional Base.</p> <p>1.4 Bases de los planes (políticas, competencias u objetivos y actividades): Son de acuerdo a las exigencias del Currículum Nacional Base, principalmente las competencias.</p>
2. Organización	<p>2.1 Niveles Jerárquicos de Organización: Director. Docentes. Comité de apoyo de padres de familia. Alumnos.</p>
3. Coordinación	<p>3.1 A través del director: por medio de la comunicación verbal.</p> <p>3.2 Documentos: utilización poca de documentos escritos comunes.</p> <p>3.3 Reuniones: se realizan al inicio y final de año, periódicamente.</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 del que se le presta Servicio: a través del cuaderno de asistencia y observación en el transcurso de la jornada.</p>
5. Supervisión	<p>5.1 Dentro de la institución: diariamente a cargo de la directora 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

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de comunicación del personal de la institución.	Desinterés del director, para comunicar al personal.	Establecer un medio que facilite la comunicación.
2. Falta de asistencia de los jóvenes estudiantes.	No tomara asistencia de los jóvenes estudiantes.	Llevar un control adecuado del registro.
3. Falta de planificación a mediano plazo.	La planificación solo se basa a proyectos de mediano plazo.	Realizar una planificación para realizar proyectos a mediano plazo.
4. Falta de utilización de documentos varios en la Coordinación del instituto.	No llevar un registro de los documentos que se utilizan dentro del instituto.	Implementar la utilización de los documentos varios, digitalmente.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VI. SECTOR ADMINISTRATIVO**

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 3 tiene prioridad 1. Falta de planificación para ejecutar proyectos a mediano plazo.

PROBLEMAS No.	Falta de comunicación del personal de la institución.		Falta de asistencia de los jóvenes estudiantes.		Falta de planificación a mediano plazo.		Falta de utilización de documentos varios en la coordinación del instituto.	
	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	6	4	5	5	4	6	5	5
PRIORIDAD	2		3		1		4	

VII. SECTOR DE RELACIONES

ÁREA	INDICADOR
1. Institución Usuarios	<p>1.1. Institución-Usuarios. Estado, forma de atención a los usuarios: la atención que se les presta es de acuerdo a sus necesidades e intereses.</p> <p>1.2. Intercambios Deportivos: se realizan en tiempos determinados con otros establecimientos.</p> <p>1.3. Actividades Sociales: día del cariño, día de las madres, día del padre, el 15 de septiembre y aniversario del instituto.</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: se da a través de docentes para los alumnos.</p>
2. Institución con otras	<p>2.1. Culturales: esta institución apoya las actividades posibles a desarrollar en el transcurso del ciclo escolar.</p>
3. Institución con comunidad	<p>3.1. Institución con la Comunidad: se da por medio de los padres de familia de los jóvenes estudiantes.</p> <p>3.2. 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
1. Falta de instalaciones deportivas.	Falta de espacio para implementarlo.	Gestionar las instalaciones adecuadas para la construcción del área.
2. Falta de implementos deportivos.	No contar con los recursos económicos necesarios.	Solicitud a instituciones, específicamente educativas de cultura y deportes.
3. Falta de participación de los estudiantes.	No motivar a los estudiantes a participar en actividades.	Implementar actividades en donde participen los estudiantes.
4. Falta de integración con otras instituciones.	No tener una comunicación con otros establecimientos.	Tener más comunicación con diferentes centros educativos.

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VII. SECTOR DE RELACIONES

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de instalaciones deportivas.

VIII. SECTOR FILOSÓFICO, POLÍTICO, LEGAL

PROBLEMAS	Falta de instalaciones deportivas.		Falta de implementos deportivos.		Falta de participación de los estudiantes.		Falta de integración con otras instituciones.	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
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	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	
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	4	5	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

ÁREA	INDICADOR
<p>1. Filosofía de la Institución</p>	<p>Visión: Ser una institución que prepare a los alumnos para que sean futuros graduandos y con ello mejorar costumbres de vida y situaciones económicas, sociales y culturales que beneficie a todos los estudiantes de esta comunidad. La formación integral de los jóvenes estudiantes requiere de la aplicación de las actuales políticas educativas: mejorar la calidad de la educación.</p> <p>Misión: La institución brinda al alumno una educación adecuada a los intereses de los estudiantes para lograr una educación integral. Proporciona un nuevo y actualizado ambiente educativo enriqueciendo su formación integral iniciado en la escuela primaria.</p>
<p>2. Políticas de la Institución</p>	<p>Implementar un modelo de gestión educativa transparente que responda las necesidades de la comunidad educativa. Fortalecer la educación bilingüe intercultural. Justicia Social a través de equidad educativa y permanente escolar. Ampliar la cobertura educativa incorporando a jóvenes y señoritas de escasos recursos y problemas especiales. Priorizar una educación de calidad.</p>
<p>3. Aspectos Legales</p>	<p>El instituto se base a las legislaciones Educativas, que rigen la educación de nuestro país.</p>

DETECCION DE PROBLEMAS

VIII. SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<p>1. Políticas educativas repetitivas.</p> <p>2. Ausencia de la filosofía del instituto hacia la comunidad educativa.</p>	<p>1. Desinterés de las autoridades educativas por implementar nuevas políticas educativas.</p> <p>2. La implementación de la filosofía y política del establecimiento.</p>	<p>1. Implementar nuevas políticas educativas en beneficio propio.</p> <p>2. Conocer más las necesidades filosóficas del establecimiento educativo y población estudiantil.</p>

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

VII. SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Políticas Educativas repetitivas.

PROBLEMAS	Políticas educativas repetitivas.		Ausencia de la filosofía del instituto hacia la comunidad educativa.	
	1		2	
	SI	NO	SI	NO
No. INDICADORES				
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X	
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X	
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X			X
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones para la ejecución del proyecto?	X			X
TOTAL	8	2	6	4
PRIORIDAD	1		2	



**SUPERVISIÓN EDUCATIVA
SECTOR 1216.1
CATARINA, SAN MARCOS**

Catarina, San Marcos, octubre de 2016

Licenciada Ana Victoria Rodas Marroquín
Asesora de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Estimado Licenciada:

Reciba un cordial y atento saludo a la vez le deseo éxitos en sus labores Educativas.

El objeto de la presente es para hacerle de su conocimiento que la estudiante: **Elbi Adilia Bámaca Barrios** con carné: **201017289**, de la carrera de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**, hizo entrega de la Guía sobre **La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria**, Producto del Ejercicio Profesional Supervisado que realizó en esta Institución Beneficiada.

Por lo que dicha herramienta será de beneficio para la población estudiantil del Instituto Nacional de Educación Básica.

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

PEM. César Augusto Ambrocio Gutiérrez
Supervisor Educativo Sector 1216.1
Catarina, San Marcos.

**INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACION BÁSICA
I.N.E.B. CATARINA, SAN MARCOS**



Catarina, San Marcos, octubre de 2016

Licenciada Ana Victoria Rodas Marroquín
Asesora de Ejercicio Profesional Supervisado
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

CONSTANCIA

Se hace constar por este medio que: **Elbi Adilia Bámaca Barrios**, 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 Básica de este municipio, agradeciéndole el aporte a esta Institución manifestando 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 doce días del mes de octubre del año dos mil dieciséis.

Lic. Marvin Anibal Gómez Bámaca
Director I.N.E.B.
Catarina, San Marcos

Catarina, San Marcos, octubre de 2016

P.E.M. César Augusto Ambrocio Gutiérrez
Supervisor Educativo 1216.1
Catarina, San Marcos

Distinguido Supervisor Educativo.

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 10 de octubre del presente año a las 14:00 P.M. en el Despacho del I.N.E.B., podamos tener una reunión de trabajo con el Director del Instituto Nacional de Educación Básica Lic. Marvin Anibal Gómez Bámaca, y catedráticos del Curso Ciencias Naturales con el fin de socializar los contenidos de la Guía sobre **La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria**, dirigida a estudiantes de la institución educativa, que es un producto de aporte educativo de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndole y no dudando de su comprensión y participación, me suscribo de usted.

Atentamente.

P.E.M. Elbi Adilia Bámaca Barrios
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Catarina, San Marcos, octubre de 2016

Lic. Marvin Anibal Gómez Bámaca
Director del Instituto Nacional de Educación Básica I.N.E.B.
Catarina, San Marcos

Distinguido Director:

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 municipal que tan dignamente administra.

Por éste medio participo a usted para que el día 10 de octubre del presente año a las 14:00 P.M. en su Despacho del I.N.E.B, tendremos una reunión de trabajo con el Supervisor Educativo 1216.1 y catedráticos del Área de Ciencias Naturales para socializar los contenidos de la Guía sobre **La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria**, dirigida a los estudiantes de la institución educativa; que es un producto de aporte educativo de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndole y no dudando de su comprensión y participación, me suscribo de usted .

Atentamente.

P.E.M. Elbi Adilia Bámaca Barrios
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Catarina, San Marcos, octubre de 2016

A: Reyna Onesima Godínez
Docente del Area de Ciencias Naturales
Instituto Nacional de Educación Básica
Catarina, San Marcos

Distinguido Docente:

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 dirección del establecimiento.

Por éste medio participo a usted para que el día 11 de octubre del presente año a las 14:00 P.M en el Despacho del I.N.E.B, podamos tener una reunión de trabajo con el Supervisor Educativo 1216.1, Director del Instituto Nacional de Educación Básica con el fin de socializar los contenidos de la Guía sobre **La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria**, dirigida a los estudiantes de la institución educativa; que es un producto de aporte educativo de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndole y no dudando de su comprensión y participación, me suscribo de usted .

Atentamente,

P.E.M. Elbi Adilia Bámaca Barrios
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

ENTREVISTA AL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN BENEFICIADA

Lic. Marvin Anibal Gómez Bámaca

Instrucciones: Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué Filosofía utiliza la Institución educativa que usted dirige?
Brindar a los jóvenes de Catarina los conocimientos teóricos y prácticos que le ayuden a desenvolverse por sí mismos.
2. ¿Sobre qué principios se basa como director para lograr una buena administración?
Una buena organización del personal, planificaciones, apego a la Guía Curricular Base actualizada.
3. ¿Cómo está compuesta la organización de la Institución?
Director, Subdirector, catedráticos, alumnos y padres de familia.
4. ¿Cuál es el marco legal que abarca la institución?
Curriculum Nacional Base Actual
5. ¿Cuáles estrategias utiliza como director dentro de la Institución?
Reuniones periódicas con el personal docente, buena atención a los estudiantes, buenas relaciones humanas, comunicación con los padres de familia.
6. ¿A quiénes recurre en la toma de decisiones?
Al Supervisor Educativo, docentes y padres de familia.
7. ¿Qué perfiles considera usted que debe requerir un docente?
Contar con capacidad en sus funciones, ser honesto, tener buenas relaciones humanas, una buena presentación, responsabilidad en el trabajo, puntualidad, ser una persona culta y eficiente.

CUESTIONARIO A DOCENTES DEL ESTABLECIMIENTO

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

1. ¿Considera que la dirección cumple con sus funciones de acuerdo a reglamentos establecidos?

SI _____ NO _____

2. ¿Existen buenas relaciones humanas con sus compañeros de trabajo?

SI _____ NO _____

3. ¿Ha recibido capacitaciones constantes sobre Relaciones Humanas?

SI _____ NO _____

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

SI _____ NO _____

5. ¿Mantiene buenas relaciones laborales con el director del establecimiento?

SI _____ NO _____

6. ¿Se siente bien en el equipo de trabajo de esta institución educativa?

SI _____ NO _____

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

SI_____ NO_____

8. ¿Considera que hay discriminación de parte de los docentes hacia los estudiantes?

SI_____ NO_____

9. ¿Los docentes de este instituto participan en actividades planificadas por el Supervisor Educativo?

SI_____ NO_____

ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA

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

1. ¿Considera que este instituto cumple con sus funciones educativas?

SI _____ NO _____

2. ¿Está de acuerdo con el reglamento interno del instituto?

SI _____ NO _____

3. ¿Cree usted que el servicio que presta este instituto debe mejorar?

SI _____ NO _____

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

SI _____ NO _____

5. ¿Conoce a los docentes que imparte sus enseñanzas de aprendizaje con su hijo?

SI _____ NO _____

6. ¿Ha visto cambios en la enseñanza de sus hijos?

SI _____ NO _____

7. ¿La atención que le brindaron a sus hijos es la adecuada?

SI_____ NO_____

8. ¿Considera que hay discriminación de parte de los docentes hacia a los estudiantes?

SI_____ NO_____

9. ¿Existe armonía entre los docentes de la institución escolar?

SI_____ NO_____

**Entrevista a Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica, del municipio de Catarina, departamento de San Marcos.
Responsable: Elbi Adilia Bámaca Barrios**

Instrucciones: Responda SI o NO y justifique su respuesta

1.- ¿Considera que es de gran importancia la implementación del proyecto Educativo en su institución educativa?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

2.- ¿Cree que es indispensable conocer el significado de Higiene Corporal?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

3.- ¿Existirá interés por los estudiantes sobre los Hábitos de Higiene personal para la conservación de la Salud?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

4.- ¿Considera que existen instituciones que se preocupen de velar por la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

5.- ¿ Como estudiante demuestra interés en velar por la conservación de la Higiene corporal?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

ANEXOS

FOTOGRAFÍAS TOMADAS DURANTE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

Epesista Elbi Adilia Bámaca Barrios, en compañía del Dr. Jimmy Steven Velásquez, disertando el tema de la guía.



Estudiantes escuchan con atención la información de proyecto educativo.



Estudiantes del I.N.E.B. atendiendo a la información brindada.



Epesista Elbi Adilia Bámaca Barrios, socializando la guía.



Jóvenes
estudiantes
participan en
la ejecución
del proyecto.

Dr. Jimmy Steven
Velásquez, sociali-
zando el tema con
los estudiantes.



Epesista Elbi Adilia Bámaca Barrios, en compañía de estudiantes del I.N.E.B., donde se ejecutó el proyecto de aprendizaje.



Finalizando el proyecto con los jóvenes estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica, con una refacción.