

Jhonny Alexis Nájera Navas

Guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.

Asesora: Licenciada Dolores del Carmen Hernández Castro



Facultad de Humanidades  
Departamento de Pedagogía

Guatemala, noviembre de 2017

Este informe fue presentado por el autor como trabajo del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- previo a obtener el grado de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.

Guatemala, noviembre de 2017.

## Índice

<b>Resumen</b>	I
<b>Introducción</b>	II
<b>Capítulo I: Diagnóstico</b>	
<b>1. Institución avaladora</b>	1
1.1 Nombre	1
1.2 Localización geográfica	1
1.3 Tipo de institución	1
1.4 Representante legal	1
<b>2. Plan del diagnóstico</b>	1
2.1 Identificación	1
2.1.1 Nombre de la institución	1
2.1.2 Dirección	1
2.1.3 Jefe de la institución	1
2.1.4 Epesista	1
2.1.5 Asesora	1
2.2 Título	1
2.3 Ubicación física de la institución	1
2.4 Objetivos	2
2.5 Justificación	2
2.6 Actividades	2
2.7 Tiempo	3
2.8 Cronograma	3
2.9 Técnicas e instrumentos	4
2.10 Recursos	4
2.11 Responsables	5
2.12 Evaluación	5

3. Contextos:	6
3.1 Geográfico	6
3.2 Social	23
3.3 Histórico	40
3.4 Económico	44
3.5 Político	55
3.6 Filosófico	60
3.7 Competitividad	67
4. <b>Institución avalada</b>	71
4.1 Análisis institucional	71
4.1.1 Identidad institucional	71
4.1.2 Desarrollo histórico	74
4.1.3 Los usuarios	77
4.1.4 Infraestructura	78
4.1.5 Proyección social	80
4.1.6 Finanzas	82
4.1.7 Política laboral	84
4.1.8 Administración	85
4.1.9 El ambiente institucional	87
5. Listado de carencias / deficiencias / fallas	90
6. La problematización	90
7. La hipótesis-acción	91
8. Viabilidad y factibilidad	93
8.1 La viabilidad	93
8.2 La factibilidad	93
8.2.1 El estudio técnico	93
8.2.2 El estudio de mercado	94
8.2.3 El estudio económico	94
8.2.4 El estudio financiero	94



## **Capítulo II: Fundamentación teórica**

2.1 Fundamentación teórica referente a nutrición	95
2.2 Fundamentos legales de nutrición	132

## **Capítulo III: Plan de acción**

3.1 Problema	152
3.2 Hipótesis-acción	152
3.3 Ubicación	152
3.4 Justificación	152
3.5 Objetivos	153
3.6 Metas	153
3.7 Beneficiarios	154
3.8 Actividades	154
<b>3.9 Técnicas metodológicas</b>	154
3.10 Tiempo de realización	155
3.11 Responsables	155
3.12 Presupuesto	156
3.13 Evaluación	157

## **Capítulo IV: Ejecución y sistematización de la experiencia**

4.1 Ejecución	158
4.2 Sistematización	159
4.2.1 Los actores	159
4.2.2 Acciones ejecutadas	160
4.2.3 Resultados obtenidos	163
4.2.4 Posibles implicaciones	163
4.2.5 Lecciones aprendidas	164
4.2.6 Descripción de las actividades realizadas	167
4.3 Guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud	168

## **Capítulo V: Evaluación del EPS**

5.1 Evaluación del diagnóstico	208
5.2 Evaluación de la fundamentación teórica	209
5.3 Evaluación del diseño del plan de intervención	209
5.4 Evaluación de la ejecución y sistematización de la intervención	211
5.5 Evaluación del informe final del EPS	212

## **Capítulo VI: Voluntariado**

6. Proyecto de feria de la salud	213
6.1 Informe circunstanciado	213
6.2 Cronograma de actividades	218
6.3 Plan del proyecto	220
6.4 Listado de pacientes atendidos	224
6.5 Listado de medicina utilizada	234
6.6 Gestiones	245
6.7 Efectivo	245
6.8 Gastos	246
6.9 Ingresos y egresos del dinero en efectivo	247
6.10 Inversión del proyecto	247

Conclusiones

Recomendaciones

Referencias

Apéndice

Anexos

## Resumen

El Ejercicio Profesional Supervisado EPS consta de dos fases la primera permitió llevar a cabo el proceso de intervención realizado de manera individual el cual consistió en la redacción, capacitación y entrega del aporte de guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud, dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía Santa Catarina Mita, Jutiapa. Se fomentó y contribuyó a mejorar en el conocimiento y aspecto nutricional a docentes y estudiantes, para una mejor salud.

La segunda fase se realizó de manera grupal con cinco compañeros epesistas, que consistió en el voluntariado, se organizó y ejecutó una Feria de la Salud, en las instalaciones del Centro Médico Fraternidad Catarineca, en la cual se le brindó a la población del área urbana y rural un total de 333 consultas gratuitas en las diferentes especialidades como: medicina general, pediatría, oftalmología, ginecología, odontología y psicología. Después de su diagnóstico se les entregó medicina totalmente gratuita a todos los asistentes. Con esto se contribuyó satisfactoriamente a la salud dentro del municipio de Santa Catarina Mita, Jutiapa.

## Introducción

La Universidad de San Carlos de Guatemala a través de la Facultad de Humanidades, tiene como propósito formar profesionales, por ende el Ejercicio Profesional Supervisado EPS se caracteriza por ser el proceso terminal de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, el cual tiene como objetivo primordial que los estudiantes adquieran conocimientos definidos relacionados con procesos administrativos, desarrollar habilidades y destrezas para la ejecución de las diferentes actividades, adquirir capacidad para diseñar propuestas de solución prioritaria a la problemática existente, además de poner en práctica los valores éticos y morales para tener buenas relaciones interpersonales dentro de la sociedad.

El presente informe se encuentra estructurado por cinco capítulos:

**Capítulo I** Describe el diagnóstico y plan de diagnóstico que se realizó en la Coordinación Técnica Administrativa. Seguidamente contiene los contextos y posteriormente se eligió la institución avalada que fue la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía Santa Catarina Mita, Jutiapa. De la cual se encuentra el análisis institucional, listado de carencias, la problematización, la hipótesis acción, la viabilidad y factibilidad que se elaboró.

**Capítulo II** Contiene la fundamentación teórica y fundamentos legales de nutrición, que fue la base para realizar la guía.

**Capítulo III** Describe el plan de acción, el cual contiene todos los elementos necesarios que se utilizaron para llevar a cabo la intervención.

**Capítulo IV** Contiene la ejecución y sistematización de la experiencia. Así mismo se encuentra el aporte que se realizó de guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.

**Capítulo V** Contiene la evaluación de los procesos del diagnóstico, fundamentación teórica, plan de acción, ejecución y sistematización de la intervención.

**Capítulo VI** Describe la fase de voluntariado que consistió en una Feria de la Salud, el cual contiene: informe circunstanciado, cronograma de actividades, plan del proyecto, listado de pacientes atendidos, listado de la medicina proporcionada, gestiones, gastos, ingresos y egresos e inversión que se realizó.

## Capítulo I

### Diagnóstico

#### 1. Institución avaladora

- 1.1 **Nombre:** Coordinación Técnica Administrativa.
- 1.2 **Localización geográfica:** 1ra. calle, B 3-2 zona 1, Barrio El Centro, región 03 Santa Catarina Mita, Jutiapa.
- 1.3 **Tipo de institución:** Estatal, administrativa y de servicio.
- 1.4 **Representante legal:** Licda. Yelbely Roxana Vega Donado.

#### 2. Plan del diagnóstico

##### 2.1 Identificación:

- 2.1.1 **Nombre de la institución:** Coordinación Técnica Administrativa.
- 2.1.2 **Dirección:** Barrio El Centro, Santa Catarina Mita, Jutiapa.
- 2.1.3 **Jefe de la Institución:** Licda. Yelbely Roxana Vega Donado.
- 2.1.4 **Epesista:** Jhonny Alexis Nájera Navas.
- 2.1.5 **Asesora:** Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro.

##### 2.2 Título:

Diagnóstico de la Coordinación Técnica Administrativa de Santa Catarina Mita, Jutiapa.

##### 2.3 Ubicación física de la institución:

1ra. calle, B 3-2 zona 1, Barrio El Centro, región 03 Santa Catarina Mita, Jutiapa.

## **2.4 Objetivos:**

### **General**

Describir la situación y condición de la Coordinación Técnica Administrativa de Santa Catarina Mita, Jutiapa, para identificar el estado actual interno y externo de la institución.

### **Específicos**

- ✓ Obtener información básica de la Coordinación Técnica Administrativa de Santa Catarina, Mita, Jutiapa mediante la utilización de instrumentos de evaluación que permitan la redacción del diagnóstico institucional.
- ✓ Establecer la forma de organización del recurso existente en la institución.
- ✓ Listar las necesidades con las que cuenta la Coordinación Técnica Administrativa de Santa Catarina Mita, Jutiapa.

## **2.5 Justificación:**

El presente plan de diagnóstico se realiza en la Coordinación Técnica Administrativa de Santa Catarina Mita, Jutiapa, con el objetivo de conocer la estructura, la organización, los aspectos de las distintas áreas, el presupuesto financiero con el que cuenta la institución para apoyar proyectos en los centros educativos enlistando los problemas y analizando su contexto, situación actual interna y externa de la organización.

## **2.6 Actividades:**

- ✓ Observar la infraestructura de la Coordinación Técnica Administrativa.
- ✓ Elaborar instrumentos de observación e investigación tales como: cuestionarios y listas de cotejo.
- ✓ Entrevistar al jefe inmediato de la Coordinación Técnica Administrativa.
- ✓ Consultar fuentes de información (Manual de la CTA, Manual de la Ley de Educación Nacional, libro de asistente y archivos)

- ✓ Obtención de datos a través de la guía de análisis contextual e institucional para tener conocimiento de la Coordinación Técnica Administrativa.
- ✓ Análisis de información para redactar el diagnóstico.
- ✓ Presentar el informe del diagnóstico institucional.

## 2.7 Tiempo:

De 03/01/2017 a 10/02/2017.

## 2.8 Cronograma

No.	ACTIVIDADES	ENERO				FEBRE-RO	
		1	2	3	4	1	2
1	Observar la infraestructura de la Coordinación Técnica Administrativa						
2	Elaborar instrumentos de observación e investigación tales como: cuestionarios y listas de cotejo.						
3	Entrevistar al jefe inmediato de la Coordinación Técnica Administrativa						
4	Consultar fuentes de información (Manual de la CTA, Manual de la Ley de Educación Nacional, libro de asistenta y archivos)						
5	Obtención de datos a través de la guía de análisis contextual e institucional para tener conocimiento de la Coordinación Técnica Administrativa						
6	Análisis de información para redactar el diagnóstico.						
7	Presentar el informe de diagnóstico institucional.						

**2.9 Técnicas e instrumentos:**

- ✓ Observación
- ✓ Entrevista
- ✓ Guía de análisis contextual e institucional de la Coordinación Técnica Administrativa.

**2.10 Recursos:****Humanos**

- ✓ Epesista
- ✓ Coordinadora Técnica Administrativa
- ✓ Personal Administrativo

**Materiales**

- ✓ Computadora
- ✓ Tinta
- ✓ Papel Bond
- ✓ Memoria USB
- ✓ Fotocopiadora
- ✓ Tóner
- ✓ Lapiceros
- ✓ Sillas
- ✓ Agenda
- ✓ Celular
- ✓ Cámara fotográfica
- ✓ Mesas
- ✓ Estantes
- ✓ Archivos
- ✓ Modem
- ✓ Ventiladores
- ✓ Libros
- ✓ Motocicleta



**Físicos**

Instalaciones de la Coordinación Técnica Administrativa.

**Financieros**

Presupuesto del Ministerio de Educación.

**2.11 Responsables:**

El epesista Jhonny Alexis Nájera Navas, con número de carné: 201217658 es el encargado de realizar todas las actividades.

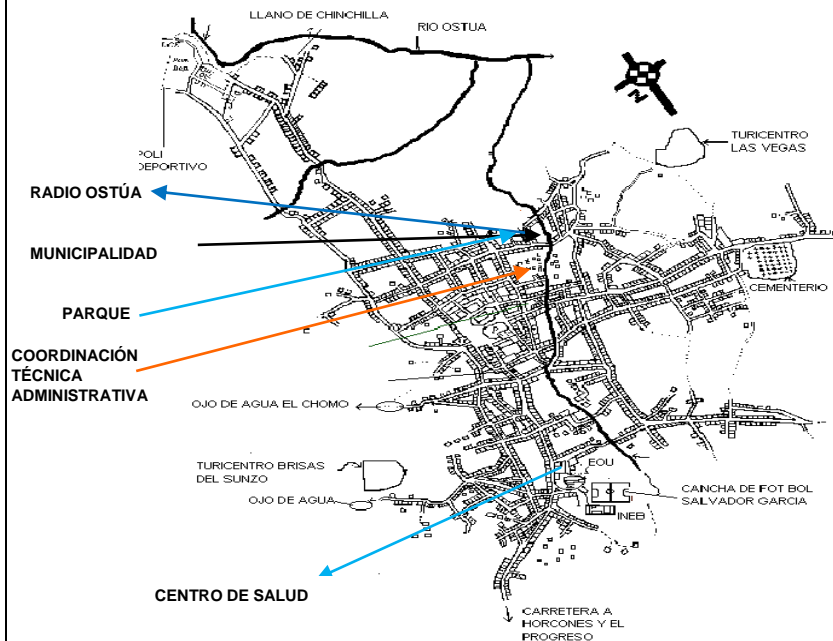
**2.12 Evaluación:**

No.	Actividad	Ponderación
1	Se observó la infraestructura de la Coordinación Técnica Administrativa	100 %
2	Elaboración de instrumentos de observación e investigación	100 %
3	Entrevista al jefe inmediato de la Coordinación Técnica Administrativa	100 %
4	Consulta de fuentes de información	70 %
5	Obtención de datos a través de la Guía de análisis contextual e institucional	100 %
6	Se analizó la información para realizar el diagnóstico	100 %
7	Se presentó el informe del diagnóstico institucional en el tiempo previsto	100 %

### 3. Contextos

Áreas	Indicadores
<p><b>3.1 Contexto Geográfico</b></p>	<div data-bbox="537 375 1382 936" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="732 976 1218 1008"><a href="http://www.pbase.com/image/116162357">http://www.pbase.com/image/116162357</a></p> <p data-bbox="518 1152 714 1184"><b>Localización</b></p> <p data-bbox="518 1215 1430 1413">El municipio de Santa Catarina Mita, del departamento de Jutiapa, se encuentra a una distancia de 154 kilómetros de la ciudad capital, y a 34 kilómetros de la cabecera departamental de Jutiapa.</p> <p data-bbox="518 1457 1430 1545">La cabecera municipal de Santa Catarina Mita, Jutiapa, se encuentra entre las coordenadas siguientes:</p> <p data-bbox="518 1585 881 1619">Latitud Norte: 14.0 27 02</p> <p data-bbox="518 1648 1065 1682">Latitud Oeste: 89 44 34 (Osorio, 2001)</p>

## Croquis del municipio



Fuente: [www.munisantacatarinamita.gob.gt](http://www.munisantacatarinamita.gob.gt)

## Colindancias

**Norte:** San Manuel Chaparrón, Jalapa y Agua Blanca, Jutiapa.

**Este:** Agua Blanca y Asunción Mita, Jutiapa.

**Oeste:** Monjas, Jalapa y El Progreso, Jutiapa.

**Sur:** El Progreso, Asunción Mita y Jutiapa, Jutiapa.

## Tamaño

Santa Catarina Mita es un municipio que tiene una extensión territorial de 132 kilómetros cuadrados, ubicado a una altura de 700.02 metros sobre el nivel del mar. Conformado por 19 aldeas, 46 caseríos y 4 fincas.

La cabecera municipal de Santa Catarina Mita, Jutiapa, está organizada geopolíticamente por los barrios: El Centro, La Ermita, El Barreal, Santa Elena, La Javía y Valle Nuevo;

además cuenta con las colonias: Colonia Nueva, Vista Hermosa, El Tamarindo y Osorio Rodríguez.

### **División territorial y administrativa (aldeas y caseríos)**

El territorio principal lógica y legalmente, es la cabecera municipal. Centro administrativo de la jurisdicción entera. Cuenta con 19 aldeas, además de 46 caseríos y 4 fincas.

1. Horcones
2. Suchitán
3. El Quebracho
4. Llano de Chinchilla
5. La Barranca
6. El Rodeo
7. La Arada
8. Buena Vista o Altillo
9. Brasilar
10. Aldea Nueva
11. Las Lajas
12. Cuesta del Guayabo
13. El Limón
14. Magueyes
15. Santa Rosa
16. Los Zorrillos
17. Carbonera
18. Zacuapa
19. Jocote Dulce

### **Caseríos de Horcones**

1. La Unión
2. Llano de Lagarto
3. Tierra Colorada

4. Los Chilamates
5. Cuesta de los Ambrocios
6. San Miguel
7. San Isidro
8. La Chichimeca

**Caseríos de Suchitán**

9. El Mango
10. Retana

**Caseríos de La Barranca**

11. El Puente
12. Tierra Blanca

**Caseríos de El Quebracho**

13. El Roblar
14. El Mezcal
15. El Sunzo

**Caseríos de El Rodeo**

16. Los Sandoval
17. El Coco

**Caseríos de El Brasil**

18. Las Bolsas
19. San Nicolás
20. Santa Rita
21. Barranca Honda

**Caseríos de Cuesta del Guayabo**

22. Piedra Hendida

23. Los Quintana

**Caseríos de Buena Vista**

24. El Jocotillo

25. EL Salitre

**Caseríos de Zorrillos**

26. San Vicente

27. Llano de San Vicente

28. Cuesta de García

29. Los Navas

30. Tierra Colorada

**Caseríos de Santa Rosa**

31. El Mosquito

32. Ixtepeque

**Caseríos de Magueyes**

33. San Pedro

34. Guachipilín

**Caseríos de Jocote Dulce**

35. Casas Viejas

36. Uluma

37. Potrero Grande

38. El Pinal

39. Corinto

**Caseríos de Carbonera**

- 40. El Cuje
- 41. Los Tenas
- 42. El Escolástico
- 43. La Montaña
- 44. La Montañita

**Caserío de Zacuapa**

- 45. El Guapinol

**Caserío de La Arada**

- 46. La Aradita

**Fincas**

San Isidro, Piedra Grande y San Miguel (Horcones)

Finca Oasis (Suchitán)

**Clima**

El clima de Santa Catarina Mita, Jutiapa, generalmente es semi-cálido durante los meses de octubre a febrero, y más cálidos en los meses de marzo y abril; la época lluviosa se registra entre los meses de junio a octubre.

En los meses de noviembre a enero el clima de Santa Catarina Mita, Jutiapa, se torna un poco más templado, en especial en los poblados de las lomas y colinas.

Durante el mes de octubre los vientos soplan y zumban más, pero de modo inofensivo, época en que los niños auxiliados por sus padres, ponen en práctica el tradicional vuelo de sus barriletes. (Osorio, 2001)

**Suelo**

Las condiciones del suelo están vinculadas al Volcán Suchitán, debido a que su fertilidad se debe al material depositado con las erupciones que ocurrieron en el año de 1,469 aproximadamente. Su suelo es quebrado y pedregoso. Dentro de los suelos con que cuenta el municipio de Santa Catarina Mita, Jutiapa, se encuentra el del Volcán Suchitán, varios cerros y lomas cultivables. Esta característica topográfica impone el hecho de caminar siempre para arriba, cuando de la cabecera municipal se va hacia el resto de poblaciones rurales. Al pasar por el cementerio local, el descenso es un tanto impetuoso, lugar del cual se alcanza a ver la corriente de agua mansa del Río Ostúa.

Esta estructura pedregosa, sirve de natural y eficaz protección contra los fatales efectos de los sismos, ya que mientras, en las poblaciones limítrofes, los sismos se sienten con mayor intensidad, en la nuestra apenas se advierte la población. (Osorio, 2001)

**Principales accidentes**

Santa Catarina Mita es la región en la que abunda el agua. En el departamento jutiapaneco es difícil encontrar otro municipio que lo iguale en lo que se refiere a este recurso natural. Desde el año catastrófico de 1976, el volumen, tanto del agua potable como la que se usa en la agricultura, han disminuido paulatinamente y siguen disminuyendo debido al mal uso que se le ha dado. (Osorio, 2001)

Entre los principales accidentes geográficos del municipio tenemos:

- ✓ Volcán Suchitán
- ✓ Volcán Ixtepeque
- ✓ Río Ostúa.



**Ríos**✓ **Río Ostúa**

El Río Ostúa nace en el lugar denominado La Danta situado a 4 kilómetros del oriente de la Laguna de Ayarza y a 1.5 kilómetros de la aldea del mismo nombre (Ayarza), del municipio de Casillas, departamento de Santa Rosa; el terreno de su nacimiento es propiedad de los herederos de Don Carlos Orellana, apellido tradicional de la aldea. El sitio es pedregoso, quebrado y montañoso, siendo lisas las piedras. Hay abundancia de árboles de pinos y encinos al borde de donde surge mansito y callado. De este paraje comienza avanzar con la debilidad natural del que acaba de nacer, sin embargo, a escasos 7 kilómetros, haciendo tanes entre regulares acantilados lisos, en tierras ya del departamento de Jalapa, ostenta su primer puente de rústica estructura, 300 metros arriba del viejo puente se le unen el Río Alzatate.

La corriente del Río Ostúa pasa como a 350 metros del centro de la cabecera municipal de Santa Catarina Mita, Jutiapa; y a 150 metros del Barrio Valle Nuevo, asimismo pasa por las orillas de algunas aldeas y caseríos situados en la parte nororiente del municipio y rodea a la cabecera en un recorrido de más o menos 3 kilómetros, proveyendo a todos estos pobladores de abundantes recursos.

El Río Ostúa en su parte más ancha tiene una longitud de 50 metros; en su parte angosta 18 metros; la profundidad máxima alcanza los 10 metros, contando con una profundidad media de 6 metros; el largo en todo su recorrido interdepartamental, desde el lugar de su nacimiento, aldea Ayarza, municipio de Casillas, departamento de Santa Rosa, hasta el lugar donde desemboca, la Laguna de Güija, municipio de Asunción Mita,

departamento de Jutiapa, tiene más o menos 60 kilómetros. Desde luego en invierno, el volumen de sus aguas aumenta considerablemente, en sus crecidas, más altas ha arrastrado, grandes extensiones de tierras cultivadas, rancherías de predios colindantes, ganados, arrancando enormes árboles, como ceibas, amates, sauces y otros; ha destruido puentes de distintas clases por la creciente de su caudal en temporada de huracanes. (Osorio, 2001)

### **Riachuelos**

#### **✓ Quebrada Santa Elena**

Es el principal afluente, nace en aldea La Barranca, por lo que también, se le conoce con este nombre; se une al Río Ostúa en terrenos de la misma aldea, a 4 kilómetros de la cabecera municipal. (Osorio, 2001)

#### **✓ Quebrada El Obraje**

Nace en las faldas orientales del Volcán Suchitán, en aldea Zacuapa y desemboca en el Río Ostúa en el lugar llamado, “Salto de Santa Cruz”, sus aguas son también aprovechadas por la población en diversas actividades. (Osorio, 2001)

#### **✓ El Riyito**

Su nacimiento se ubica en el ojo de agua denominado El Sunzo, en el Barrio Valle Nuevo se le une el llamado “Riyito de las Elocadías”, desembocando en el Río Ostúa, sus aguas se aprovechan para irrigar cañamelares y arboledas frutales. (Osorio, 2001)

✓ **La Javía**

Este arroyo nace en el Barrio El Barreal, provienen de las fuentes El Amate y La Ceiba; desembocando en el Río Ostúa en lugar conocido como “La Peñita”, su recorrido sirve de división entre los barrios de Santa Elena y El Barreal en la parte sur; los barrios de La Javía y El Centro en su zona central; y en su parte norte divide la Colonia Nueva con el Barrio La Ermita. Ostenta 8 puentes de concreto. (Osorio, 2001)

**Fuentes hídricas**

✓ **San Gerónimo**

Se le conoce vulgarmente como Ojo de Agua Chomo, derivado de Jerónimo. Está situado a un kilómetro al noroeste del Ojo de Agua El Sunzo. Brota entre gruesas raíces de amate y ceibas, bajo cuyos frondosos ramajes se guarece. Es la más importante de todas las fuentes del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa. (Osorio, 2001)

✓ **El Sunzo**

Se origina en el alero poniente del área urbana. Sus aguas se contienen en un tanque de captación, también de concreto, que se encuentra bajo la sombra fresca y deliciosa de una ceiba, amates y matiliguates frondosos. Hasta el año 1957, el Sunzo era la única fuente hídrica que proveía de agua potable a la cabecera municipal, servicio que se trasladó a la fuente de San Jerónimo, por ser sus aguas más abundantes y estar a mejor altura; aunque hace años, al crecer nuestra población urbana, volvió a prestarnos, junto a la del Chomo, tan valioso recurso vital. (Osorio, 2001)

✓ **El Amate**

Ojo de agua El Amate, está situado al borde suroriente del Barrio El Barreal. Está rodeado de árboles, como el amate, mango, chalté, tutumuscuago, y plantas de quequesque, chichicaste y piedras. En el sitio se miran restos de un tanque hecho de ladrillos tayuyos, destruido a causas del crecimiento de las raíces de los mencionados árboles.

Desde hace años, la fuente cuenta con su tanque de captación de concreto, del que a unos 200 metros, distantes, surte de líquidos potable al Instituto de Educación Básica “Dr. Francisco A. Figueroa”.(Osorio, 2001)

✓ **La Ceiba**

A 150 metros al poniente del Ojo de Agua El Amate se encuentra el de La Ceiba, rodeado también de arboledas, amate, madrecaao, talpajocote, tutumuscuago y 2 frondosas ceibas, que le brindan sombra y frescura al lugar. (Osorio, 2001)

✓ **Laguna de Retana**

La mitad de esta laguna se puede decir, que; es parte de Santa Catarina Mita, en ella se ha observado el siguiente fenómeno: desde épocas remotas sus aguas han desaparecido. Hace más de medio siglo, que la Laguna de Retana se encuentra en su periodo seco, casi total, ya que en su parte más honda, todavía conserva algún resto de agua, el que, en la etapa lluviosa, aumenta un poco su escaso volumen, para volverse a quedar igual en el verano. La importancia de la laguna, aun seca, estría en la rica

agricultura, que se labra en su cuenca y márgenes, entre los frutos de sus diversos cultivos están, principalmente, el de la sandía y el melón, los cuales son exportados al interior y exterior de la República de Guatemala. (Osorio, 2001)

#### ✓ **Volcán Suchitán**

Su nombre original era el de Suchitlantepetl, palabra que viene de las voces mexicanas: Sochitl, igual a la flor; Tlan, sufijo que da idea de abundancia y de Tepti, igual a Cerro; conjunto de voces que se traduce como “Abundancia de flores entre las flores” o “Cerro de las abundantes flores entre las flores”.

Los primeros colonizadores españoles lo llamaron con el nombre castellanizado de Suchitlantepeque; lo que resultaba muy largo de pronunciar, por lo que haciendo uso de la ley de la economía idiomática finalizaron llamándolo simplemente Suchitán, nombre con que se le conoce hasta hoy en día. Su altura sobre el nivel del mar es de 2,042.47 metros, y su relativa de 820 metros. Es una mole espaciosa y alargada, compuesta de 4 picos, por la abundancia de piedras que hay en sus faldas y los precipicios que se desprenden de sus cumbres, se presume que hizo erupción en tiempos muy remotos. Hace más de 50 años sus cumbres, hondonadas, y faldas se apreciaban, aun cubiertas de verde vegetación, generalmente encinas y robles. Sus cumbres se mantienen siempre enturbantadas de espesas nubes blancas. Sus faldas son como cobertores color verdiazul, vistas de lejos y de cerca, enmarcadas de primitivos secretos pipiles, se veían igual que un ropaje tejido de hilos extraños, ropaje que, al terminar de abrigar por entero a los montes, prolongaba el color inexplicable del cielo, dándonos todo el volcán la gruta y

bella impresión de un lingote esmeraldino cado del firmamento. (Osorio, 2001)

✓ **Volcán Ixtepeque**

Ixtepeque viene de las raíces mexicanas, itzlli, igual a oxidiana o pedernal y del teptl, igual a Cerro; dos dicciones mexicanas que pueden traducirse como: “Cerro de Oxidiana o Pedernal”. Su altura es de 897 metros sobre el nivel del mar. Sirve de división entre los municipios de Agua Blanca, Asunción Mita, y Santa Catarina Mita, del departamento de Jutiapa. Su vegetación es escasa y existe una tala inmoderada de árboles. Durante la época lluviosa, sus faldas y laderas permanecen cultivadas de maíz, frijol, maicillo, otros granos básicos y legumbres. En verano utilizan estos terrenos para pastar a sus comunes los ganados de aldeas vecinas, perteneciente tanto a los municipios de Santa Catarina Mita, Agua Blanca y Asunción Mita.

Durante los meses de octubre del año 2,014 a marzo de 2,015 Epesistas de la Universidad de San Carlos de Guatemala Facultad de Humanidades, Sección Santa Catarina Mita, Jutiapa, realizaron un proyecto de Reforestación en las áreas verdes de este volcán, con el fin de contribuir al mejoramiento y conservación del medio ambiente. El terreno reforestado mide 5 manzanas. Sus colindancias son: al Norte con el terreno del señor Ludwin Guerra, al Sur con el terreno del señor Roberto Adilio Guerra, al Este con el terreno del señor Guillermo Lemus, al Oeste con terreno del señor Augusto Guerra.

Se plantaron 7,800 árboles de diversas clases como: zapatón (caoba), cedro, cuje y palo blanco. (Secretaría Municipal de Santa Catrina Mita, Jutiapa, 2015)

**Recursos naturales**

Santa Catarina Mita es un municipio que posee una gran riqueza de recursos naturales, dentro de los cuales se encuentran sus fuentes hídricas, alta extensión de tierra fértil, variedad de microclimas, vocación forestal y su biodiversidad.

También cuenta con proyectos de reforestación que se llevaron a cabo del año 2007 al 2009 bajo el Programa de Incentivos Forestales (PINFOR) y el Programa de Incentivos para Pequeños Poseedores de Tierras de Vocación Forestal o Agroforestal (PINPEP). (Oficina Municipal de Relaciones Públicas, Santa Catarina Mita, Jutiapa, 2016).

**✓ Fauna**

Dentro de la fauna doméstica, predomina el ganado vacuno, razas como Cebú principalmente, y cruces de ésta, Jersey, Holstein en menor cuantía; equinos (que comprenden asnos y otros tipos de cruzas), se ha introducido caprino y conejos, por una asociación de productores asentada en el lugar; porcinos, especialmente en aldeas Suchitán y Quebracho; y aves de corral como gallinas en todas las aldeas, patos y chumpipes en menor cantidad y cunicultura. Es común, en las casas se crían gatos con propósito de controlar la población de ratas, y actualmente es alarmante la población de caninos de varias razas. (Osorio, 2001)

**✓ Fauna silvestre**

En la fauna silvestre existen aves como guarachillas y pijuyes, muy útiles ya que se alimentan de parásitos del ganado, “chontas”, las muy vistosas “chorchas”, las urracas y

sacristanes, pájaros carpinteros (uno de ellos el cheje), las tórtolas y codornices (más comestibles las dos últimas).

Existen otras aves muy apreciadas como las columbinas: palomas, llaneras, alas blancas, las brujas o frijoleras y otras que están en peligro de extinción como las llamadas azules o las collarejas. Aún pueden encontrarse en lugares muy recónditos las perdices (tinámbridas), y como las "monas" y las gua chocas (fasiánidas). Existen especies de gavilanes, halcones, tecolotes o búhos, lechuzas y probablemente algún tipo de águila, según referencias. (Osorio, 2001)

Las aves de gran atractivo son los toro - goces y coas, parecidas al quetzal, las calandrias y el chonte mexicano (de hermoso cantar). Otras aves son las llamadas chachas (crácidas), pijijes, gallaretas (pálidas), garzas, patos silvestres, que frecuentan áreas con alguna reserva de agua. En cuanto a mamíferos se tiene abundancia de tacuazines (zarigüeyas), ardillas, conejos, gatos de monte, zorrillos, en menor cantidad armadillos, mapaches, onzas y cotuzas. En peligro de extinción, el tepezcuinte, el pizote, mapache y cuatí, tigrillo, pequeños zorros, otros animales parecidos a las nutrias. Los habitantes identifican un felino parecido al tigrillo que le llaman "manigordo". Se continúa la caza indiscriminada de "venados de ramazón" en el Volcán Ixtepeque, y que han encontrado muy esporádicamente "venados cola blanca" en el Volcán Suchitán. (Osorio, 2001)

#### ✓ **Flora**

Al menos cuatro especies de amates, chanté, madre cacao, caulote, dos especies de cedro, ceiba, ciprés, dos especies de conacaste, dos especies de copal, guachipilín, guaje y varias



especies de espinos, guapinol, guarumo, irayol, laurel, matasano, matlisguate, nance, pino de ocote, plumajillo, quebracho, sauce, tempisque, pepe nance, zapotón, palo de jiote, chilindrón, palo de pito.

Especies introducidas como la jacaranda, flor de fuego, ni, el ficus ornamental, casuarina y eucalipto, cujes, güiligüiste, chaperón, paraíso, bálsamo, guayaba, roble o encino negro, roble amarillo y encinos, chilamate, aceituno cortés, zorrillo, mulato, talpa jocote, tempo.

Otras especies como la manzana rosa, pimientilla, chaparrón, “jocote jobo”, borbón, tutu musco, en el valle abunda gliricidia y tecoma, así como diversas acacias. Malezas de cultivos que tienen algún valor medicinal, culinario, industrial o de otra índole: higuera, dos especies de pascua, suquinay, chilca, guayabos de parra, limoncillo, dormilona, zarza, pega pega, té de limón, mozotes, pasto ilusión, flor amarilla, girasol de monte, botoncillo, golondrina, coyolillos, campanillas, 7 negritos, verbena, lechuguilla, verdolaga, chichicaste, tabaquillo, mastuerzo, cardo santo, quileta, escobillas, apazote, otras solanáceas como la chichita, el güisquelite, bledo, yerbamora, mostaza, izote y chipilín. (Osorio, 2001)

#### ✓ **Áreas de reserva protegidas**

El municipio de Santa Catarina Mita cuenta con el área protegida Zona de Veda del Volcán Ixtepeque, en la que se ubican las comunidades de San Vicente, Las Lajas, Los Zorrillos y Santa Rosa; y el Área Protegida “Parque Regional y Área Natural Recreativa Volcán Suchitán”, ubicado en el Volcán Suchitán, tiene alrededor de su cima pequeños conos cinéticos entre los cuales se menciona el de Mataltepe. El

macizo del Suchitán tiene varias cumbres orientadas en dirección norte-sur. Hacia el Sur de su cumbre principal se encuentra otra parte alta conocida como “La Piedrona”, por existir en ese lugar una piedra de grandes dimensiones. El volcán es el tercero más alto del oriente del país. No tiene cráter evidente, pero se piensa que la barranca que se extiende hacia su lado sureste pudo haber sido su cráter. El volcán alcanza una altura de 2,042 msnm y se encuentra ubicado dentro de la zona de vida Bosque Seco Subtropical, Bosque Húmedo Montano Bajo Subtropical y Bosque Húmedo Subtropical. Posee un bosque nuboso primario, rodales de Quercus, bosque secundario y bosques de galería que surten de agua a las comunidades de las faldas del volcán, ganado, animales silvestres y especies vegetales, así como al área de la Laguna de Retana, utilizada para agricultura intensiva, además es una de las áreas más importantes de recarga hídrica que alimenta la Cuenca del Lago de Güija.

La flora está compuesta además por plantas como el roble (Quercus sp.), zapotón (Saurauia subalpina), aguacate (Persea sp.), matasano (Casimiroa edulis), zurre (Malva viscosa arborea), entre otras. Como su nombre lo indica, el lugar se caracteriza por tener gran variedad de flores, incluyendo varias especies de orquídeas. (González, 2013)

### **Vías de comunicación**

Cuenta con cuatro vías de acceso siendo las dos principales la que nos dirige hacia la capital por la vía de la Arenera y la otra es la salida hacia el municipio de El Progreso vía aldea Horcones, también se cuenta con una ruta comercial de gran afluencia que conduce al departamento de Chiquimula vía

	<p>aldea El Puente, otra vía es la que nos conduce hacia San Manuel Chaparrón municipio de Jalapa vía aldea Llano de Chinchilla, y la menos transitada es la que nos conduce al municipio de Monjas, Jalapa vía aldea Jocote Dulce, las principales vías de accesos están asfaltadas (vía Arenera, vía aldea El Puente y vía aldea Horcones). (Ortíz, 2016)</p>
<p><b>3.2 Contexto Social</b></p>	<div data-bbox="521 632 1414 1167" data-label="Image"> <p>A photograph of a traditional white-washed building with a tiled roof and a covered porch, situated on a street in a rural area. The building has a rustic appearance with a stone base and a wooden door. The roof is made of dark tiles, and there are some plants growing on it. The street is paved, and there are power lines visible in the background.</p> </div> <p><a href="https://www.flickr.com/photos/54891764@N02/5101009637">https://www.flickr.com/photos/54891764@N02/5101009637</a></p> <p><b>Composición étnica</b></p> <p>El municipio no cuenta con grupos étnicos indígenas. Aproximadamente 40 años atrás existían Pocomanes y Xincas, los cuales emigraron o se latinizaron, actualmente en algunas poblaciones sus habitantes conservan algunos rasgos físicos de descendientes indígenas. Existe un grupo de indígenas en aldea Suchitán, pertenecientes a la cultura Xinca antigua. (Ortíz , 2016)</p>

### **Instituciones educativas**

Entre las agencias educacionales tenemos: escuelas, colegios, institutos, academias y otras. Existen 88 edificios para servicios educativos, dando cobertura a los niveles de preprimaria, primaria, básico, diversificado y universitario. La cabecera municipal de Santa Catarina Mita, Jutiapa, cuenta con una Escuela Tipo Federación con dos jornadas, matutina y vespertina, para niños y niñas. De los 88 centros, cinco son privados. (Vega, 2016)

#### **Escuela Oficial Urbana para Niñas y Varones**

La escuela fue fundada en el año de 1957, cuando gobernaba el presidente Carlos Castillo Armas y el alcalde Maximiliano Sandoval, se construyó con el objetivo de ayudar a los niños a aprender. En sus inicios la escuela prestaba sus servicios en jornada mixta, pero debido al crecimiento de la población estudiantil, surgió la necesidad de dividirlos en dos jornadas diferentes que son: matutina y vespertina, quedando la jornada matutina como Escuela Oficial Urbana para Niñas; y la jornada vespertina como Escuela Oficial Urbana para Varones, funciona en ambas jornadas con los grados de primero a sexto primaria. (Martínez, 2016)

#### **Escuela Oficial Mixta de Párvulos “Encarnación Palma Espina”**

Fundada el 26 de febrero de 1958, lleva el nombre de doña Encarnación Palma Espina, persona que donó el terreno para la construcción de la Escuelita de Párvulos. La escuelita cuenta con 6 aulas incluyendo la dirección, una cocina, tres sanitarios, tres corredores muy amplios y tres patios amplios. (Lemus, 2016)

**Escuela de Párvulos Barrio “El Barreal”**

Fundada en el año 2012. Durante el primer año la municipalidad de Santa Catarina Mita, Jutiapa, proporcionó la ayuda económica para alquilar una casa, donde funcionó dicha escolita. A partir del 2013, a través de la municipalidad de la localidad se concretó la construcción de las instalaciones para el funcionamiento de la Escuela de Párvulos Barrio El Barreal. (Palma , 2016)

**Escuela Oficial Rural Mixta “Valle Nuevo”**

Su edificio fue remodelado con dos nuevas aulas amplias en donde se imparten enseñanzas en la jornada matutina, la escuela cuenta con seis grados de primaria de primero a sexto primaria. Tiene aproximadamente 30 años de prestar sus servicios educativos a la comunidad. (Palma D. , 2016)

**Escuela Oficial Urbana Mixta “La Javía”**

Tiene aproximadamente 21 años de funciones, se encuentra ubicada en Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa. En la jornada matutina se imparten los grados de primero a tercero primaria y la jornada vespertina cubre los grados de cuarto a sexto primaria. (Guerra, 2016)

**Colegio Católico “Liceo Santa Catarina”**

Fue fundado en 1995. Con la ayuda del Profesor Leonel Recinos (Q.E.P.D.), se realizó un sueño de la iglesia católica de la localidad. Dicho establecimiento presta sus servicios en los niveles de pre-primaria, primaria, en la jornada matutina. En la jornada vespertina cuenta con tres grados básicos. En el año 2004 fue clausurado el nivel diversificado que contaba con

las carreras de: Perito en Administración de Empresas, Maestro de Educación Primaria Urbana, y Secretariado Bilingüe. (Castro, 2016)

**Instituto Nacional de Educación Básica “Dr. Francisco A. Figueroa”**

Fundado en 1970, proyecto promovido por un grupo de personas que buscaban acercar la educación del ciclo básico a la cabecera municipal de Santa Catarina Mita, Jutiapa; facilitando a la población educativa el acceso a la educación, evitándose viajar o migrar a otros departamentos o la ciudad capital. El Instituto Nacional de Educación Básica lleva el nombre del Dr. Francisco A. Figueroa, en honor a su ardua lucha por conseguir el establecimiento de dicho centro educativo en el municipio. (Osorio, 2016)

**Instituto Nacional de Educación Diversificada (INED) Barrio El Barreal**

En el año 2012 comenzó a prestar sus servicios educativos, ofreciendo las carreras de: Magisterio de Educación Infantil Intercultural, Magisterio de Educación Primaria Intercultural, Perito Contador y hoy en día con el cambio de la carrera de Magisterio de Educación Primaria por Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación en Educación. Asimismo en el año 2015 la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación en Mecánica Automotriz se adhirió a esta institución educativa clausurando al Instituto Nacional de Educación Diversificada Colonia Osorio Rodríguez. (Juárez, 2016)

**Colegio Particular Mixto Evangélico “Shalom”**

Fundado en el año 2012 por su propietaria Karina Aguilar de Duarte con el apoyo de los miembros de la Iglesia Evangélica Centroamericana Emanuel, brindan la educación en los niveles pre-primaria, primaria y ciclo básico en jornada matutina. (Hernández, 2016)

**Instituto Particular Catarineco (IPC)**

Se fundó un 15 de Diciembre de 2011 por iniciativa de las Licenciadas Gladis Aracely Osorio Bolaños, Lidia Isabel Guerra de Osorio y Eunice Amaranta Paz Lucas.

El instituto funciona en la jornada vespertina de 13 horas a 18 horas. Cuenta con ciclo básico normal en los grados de primero, segundo y tercero. En el ciclo diversificado con las carreras de Perito Contador y Magisterio de Educación Pre-primaria. Es un instituto privado. (Osorio G. , 2016)

**Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, Sede Santa Catarina Mita**

La sede 312/Central Santa Catarina Mita de la Universidad de San Carlos de Guatemala, comenzó a prestar sus servicios educativos superiores en el año 2006, a través de la Facultad de Humanidades con las carreras de Profesorado de Enseñanza Media en Pedagogía y Técnico en Administración Educativa; y Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, siendo su propósito principal ayudar a los habitantes de este municipio, y sus alrededores, que desean seguir superándose para un mejor desarrollo personal y comunitario. Actualmente se han aperturado especialidades

como: Profesorado en Ciencias Naturales y Educación Ambiental, Profesorado en Ciencias Sociales y Formación Ciudadana, Profesorado en Educación Infantil Intercultural, Profesorado en Productividad y Desarrollo y sus respectivas licenciaturas. (Osorio G. , 2016)

### **Universidad Mariano Gálvez de Guatemala**

Fue fundada en el año 2011 por iniciativa del Lic. Manfredo Osorio Bolaños, inicialmente se abrió con las carreras de Ingeniería en sistemas e Ingeniería industrial, para el año 2003 se incorporaron las carreras de Trabajo social y Derecho con las que funciona actualmente debido a que las dos primeras fueron trasladadas a la cabecera departamental de Jutiapa en el año 2016. (Ortíz V. , 2016)

### **Instituto Municipal de Educación Básica Plan Fin de Semana (IMEB)**

Fue fundado en el año 2012 por iniciativa del exalcalde Lic. René Vicente Osorio Bolaños y de la Licda. Rosa Agustina Florián Méndez.

El instituto imparte los grados de primero, segundo y tercero básico normal plan fin de semana en jornada sabatina completa.

La municipalidad costea todo el personal docente. Mientras que por iniciativa de los alumnos se paga el conserje. (Florián, 2016)



**Comité Nacional de Alfabetización (CONALFA)**

Se fundó en el año de 1945 por campañas de alfabetización y en el transcurso de los años fue evolucionando. En 1978 se llamó MOGAL que quiere decir Movimiento Guatemalteco de Alfabetización y en 1988 se le llamo CONALFA que significa Comité Nacional de Alfabetización. En CONALFA se aceptan alumnos de 10 años en adelante. Además se cubren algunas aldeas de nuestro municipio, que son favorecidas con esta clase de educación. El municipio cuenta con esta importante institución educativa. (Lucero, 2016)

**Instituto Particular Mixto de Educación Básica Jornada Nocturna y Escuela Privada para Adultos**

Se fundó en el año de 1978, ofreciendo sus servicios educativos en el nivel primario y ciclo básico del nivel medio, contribuyendo con la población que labora en jornada diurna, permitiéndoles acceder a la educación en la jornada nocturna. En el año 2017 apertura el ciclo diversificado con las carreras de: Bachiller en Ciencias y Letras y Perito Contador. (Paz, 2016)

**Academia de Mecanografía “Nardy”**

Fue fundada en 1967, sus jornadas son: matutinas, vespertinas y en plan diario y fin de semana. Fue creada con el fin de brindar sus servicios a los estudiantes catarinecos. Su propietaria fue la Profesora Emma Margarita Argueta de Hernández (Q.E.P.D.). (Hernández M. , 2016)

**Academia de Mecanografía “Monja Blanca”**

Fue fundada en 1978 por la Profesora Ana Argelia Sandoval, actualmente su propietaria es la Profesora Irma Dolores Palma Santos. Cuenta con diferentes horarios de atención, los cuales se ajustan a las necesidades de la población educativa. En la actualidad se imparte cursos básicos y libres de lunes a sábado. (Palma I. , 2016)

**Academias de Computación**

- ✓ Fraternidad Catarineca
- ✓ Juventud Catarineca
- ✓ Calidad Profesional en Informática.

**Biblioteca Municipal Profesor César Augusto Palma y Palma**

Santa Catarina Mita, Jutiapa, cuenta con una biblioteca municipal, la cual es atendida por una bibliotecaria de lunes a viernes, en horario de 08:00 a 16:00 horas, ofreciendo la oportunidad a la comunidad de consultar diferentes obras literarias, libros, enciclopedias y todo tipo de ensayos documentales, que contienen información valiosa. Además de fomentar el hábito de la lectura con los usuarios de dicho servicio. (Flores, 2016)

**Instituciones de Salud**

El municipio cuenta con un Centro de Salud tipo "A", perteneciente al Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, anexo se encuentra una sala de maternidad con equipo y mantenimiento, que lo convierte en un Centro de Atención

Permanente (CAP) Se cuenta con seis Puestos de Salud ubicados en las comunidades de aldea La Barranca, Los Horcones, Aldea Nueva y Jocote Dulce, estos cuentan con una enfermera auxiliar presupuestada por el Ministerio de Salud, y los de Carbonera y El Limón, cuentan con una enfermera auxiliar, quienes brindan sus servicios por medio de contrato suscrito con el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (Escobar, 2016)

### **Centro de Salud Tipo “A”**

Ubicado en el Barrio El Barreal, del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa; es la institución encargada de desarrollar los programas de atención en salud, prestando los siguientes servicios: consulta externa, control de niños, consulta general a hombres y mujeres, control pre y post natal, emergencias, laboratorio clínico, programas de planificación familiar, dengue, actividad educativa de salud preventiva, actividad de abatización y deschatarización, vacunación por jornadas nacionales. Además de contar con el servicio de Centro de Atención Permanente (CAP).

### **Vivienda (tipos)**

Existen viviendas hechas de block, ladrillo, lámina, terraza, madera, canaleta, adobe, varas de bambú y maicillo. La municipalidad implementó un programa de construcción de 100 viviendas para un número de 100 familias de escasos recursos, con un total de 500 beneficiarios, en la cual la municipalidad compró el terreno, y FONAPAZ a través de las gestiones municipales aportó el material para la construcción. (Ortíz, 2016)

## Cultural

### Tradiciones

Las tradiciones más destacadas de Santa Catarina Mita, Jutiapa, son:

- ✓ Feria Titular en honor a Santa Catarina Mártir
- ✓ El encuentro de San Luis
- ✓ Día de la Cruz
- ✓ Tope de mayo o tope-mayo
- ✓ Robo y Hallazgo de la Santa Cruz
- ✓ Semana Santa
- ✓ 6 de Enero Día de los Santos Reyes
- ✓ 15 de Enero Día del Señor de Esquipulas

### Entre sus costumbres se destacan las siguientes:

- ✓ **Los regadillos:** (las personas visitan estos terrenos cerca del Río Ostúa en busca de frutos como mangos, nísperos y zapotes, costumbre anual enmarcada para los días de la Semana Santa).
- ✓ **Regalo de leche:** para el Canshul (la mayoría de propietarios de ganado, lechero de la jurisdicción, acostumbran el Día de Finados, obsequiar leche a la gente que carece del nutritivo alimento).
- ✓ **Comidas o días de campo:** (los días sábados o domingos o para los cumpleaños solían llevarse a efecto comidas o días de campo, ya sea en las playas del Río Ostúa).
- ✓ **Lunadas o noches de luna:** (Venían a ser el complemento de los días de campo).
- ✓ **Baño en la madrugada del jueves santo:** (Dicha costumbre es la más antigua y sin duda, surgió de la falsa creencia, inculcada por el fanatismo católico, de que todo

	<p>aquel que se bañara durante los días jueves y viernes santos, se convertía en pez).</p> <p>✓ <b>Serenatas:</b> (formaban otro de los caracteres de más hondo arraigo, en el ambiente nuestro).</p> <p><b>Creencias</b></p> <p>Es el conjunto de ideas que prescriben formas para comportamientos correctos o incorrectos, y dan significado y propósito a la vida.</p> <p>En Santa Catarina Mita, las creencias que cuentan los ancianos son las siguientes:</p> <p>✓ La existencia de una serpiente en el ojo de agua El Chomo, que al matarla se seca ese arrollo.</p> <p>✓ La existencia de una imagen de la virgen bajo la piedrona que está en la cima del Volcán Suchitán.</p> <p>✓ La existencia de un gallo legendario en las cuevas que forman las piedras que se encuentran en la cima del Cerro San Vicente, que según los ancianos al cantar el gallo cambia el tiempo. A si mismo existen leyendas como: La ciguanaba, el cadejo, el cura de la quebrada seca, el sombrero o duende y la llorona. También hay supersticiones que han sido pasadas de generación en generación: el mal de ojo, listón rojo en la cintura de una mujer embarazada para que no se malogre la criatura cuando haya eclipse, cruz de ocote para retirar malos espíritus, listón rojo en árboles frutales para que no se pierda la cosecha y cuando el perro aúlla y la lechuza canta es que alguien va a morir.</p> <p>Entre sus principales leyendas están:</p> <p>✓ La ciguanaba</p>
--	---

- ✓ El cadejo
- ✓ El cura de la quebrada seca
- ✓ El sombrero ón o duende. (Osorio, 2001)

### **Clubes o asociaciones sociales**

#### **Asociación de Estudiantes Catarinecos**

Fue fundada en 1986, con la idea de formar un grupo para trabajar por el bienestar de los estudiantes y la niñez catarineca. Esta asociación cambia su cuadro directivo anualmente con el fin de brindar un mejor servicio a lo población. (Santos, 2016)

#### **Asociación de Deportes**

En el municipio se cuenta con asociaciones deportivas como: Asociación de Fútbol Catarineco (ASOFUT), Asociación de Básquetbol (ASOBASQUET), Asociación de Vóley Ball (ASOVAL) y la Asociación de Ganaderos Catarinecos (AGAC). Los deportes que se practican en Santa Catarina Mita, Jutiapa, son los siguientes: Fútbol, Patinaje, Básquetbol, Voleibol, Natación, Motocross y Patinaje.

Todos estos deportes se practican con mucha facilidad en el casco urbano ya que el municipio cuenta con un centro polideportivo municipal. (Yanes, 2016)

#### **Fraternidad Catarineca**

La entidad se denomina Fraternidad Catarineca de Santa Catarina Mita, su domicilio es el departamento de Jutiapa y su sede central es la ciudad capital de Guatemala con plazo de constitución determinado. La fraternidad es una organización

civil no lucrativa y sus objetivos son promover el desarrollo espiritual, material cultural, social económica y deportiva del municipio. La Fraternidad Catarineca está integrada por tres clases de asociados y son: Fundadores, que son las personas que suscribieron el acta de fundación de la fraternidad. Activos, son las personas que están inscritas como tales, mientras cumplan con lo estipulado en estos estatutos sus reglamentos con las cuotas respectivas y Honorarios, que son todas las aquellas personas individuales o jurídicas que por su altruismo trabajo y amor puesto en provecho de nuestro municipio. (Chinchilla, 2016)

#### **Centro de Día Municipal del Adulto Mayor**

Fue fundado un 2 de noviembre de 2007, por iniciativa del entonces alcalde Lic. Rene Vicente Osorio Bolaños.

Su prioridad es atender a personas de la tercera edad con alimentación, atención médica, actividades socioculturales, etc.

Los fondos con que se costea esta institución provienen en gran parte de la municipalidad catarineca, así como también por empresas y comercios. Su horario de atención es de ocho horas a 15 horas de lunes a viernes. (Martínez A. , 2016)

#### **Boy Scout**

Nació en 1921 en Guatemala, los fundadores fueron los hermanos Simpriana. En Santa Catarina Mita fue fundado por Giovanni Lucero en 1987, la labor que tiene el grupo es de servicios a la comunidad y a la formación de jóvenes a través del programa Aprender Jugando. (Lucero G. , 2016)

**Alcohólicos Anónimos**

Es una asociación que sirve para brindar apoyo a los alcohólicos, debido a que la Organización Mundial de la Salud, la tiene catalogada como una enfermedad incurable, pero que se puede detener. Los Alcohólicos Anónimos comenzaron en nuestro municipio para ayudar a las personas que están en el alcoholismo, realizando reuniones para compartir experiencias y vivencias que les permitan superarse para salir adelante. (Oliva, 2016)

**Asociación de Mototaxis**

Dió sus inicios en el año 2001, para que un mototaxi transite en Santa Catarina Mita, tiene que tener permiso de circulación extendida por la municipalidad. (Hernández C. , 2016)

**Otros servicios****Parque Central**

Ubicado en Barrio El Centro, de la cabecera municipal de Santa Catarina Mita, Jutiapa.

**Centro Comercial Municipal**

Es otro orgullo para el casco urbano de Santa Catarina Mita, Jutiapa, fue construido en 1,999 y cuenta con dos niveles en las que se encuentran diversos negocios al servicio del cliente.

**Gasolineras**

Se inauguró el 1 de noviembre de 1983 en la aldea El Puente y su propietario es el Lic. Emerio Lemus. Así mismo cuenta con la gasolinera Estación Suchitán y con la GasoMuni que brinda el servicio a toda persona que llega en sus diferentes vehículos.



**Cementerio**

Fue remodelado en el año 2006 la parte de la galera en donde les dan el último adiós a los difuntos.

**Campo de Futbol “Salvador García”**

Este campo estuvo en las instalaciones que ocupa el I.N.E.B, luego fue trasladado donde se encuentra actualmente y el nombre que lleva es en honor a un profesor famoso que se ganó la confianza de las personas.

**Radio Ostúa**

Se fundó en el año 1996, con la iniciativa del Lic. René Vicente Osorio Bolaños, y el financiamiento de la municipalidad.

**Centro de Internet**

Aproximadamente hay 10 centros de internet y 3 academias de computación. Una de estas academias está ubicada en la planta baja del Palacio Municipal administrada por la “Fraternidad Catarineca”.

**Sistema Bancario**

Actualmente en Santa Catarina Mita, Jutiapa, el servicio de sistema bancario es brindado por:

- ✓ Banrural, S.A
- ✓ G&T Continental
- ✓ Credi Chapín
- ✓ Cooperativa Tonantel
- ✓ Cooperativa Guayacán
- ✓ Banco de los Trabajadores

**Casas de Cambio**

- ✓ Wester Union
- ✓ Vigo Multicredit
- ✓ Money Gram
- ✓ Dolix
- ✓ Sun sun

**El Rastro**

Actualmente el rastro no está en servicio, porque los usuarios no destazan a diario; sino solo dos o tres veces por semana.

**Cata-Cable**

Se fundó en Santa Catarina Mita, en el año 2000 y es una empresa de Sociedad Anónima, en la actualidad también presta sus servicios como línea fija de internet con una velocidad de 512 KBS, y los canales de TV, de algunos países del mundo y canales como 3, 7, 9 11 y 13 de Guatemala.

**Net com Energy Technology**

Es una empresa de cable que inicio prestando sus servicios en el año 2017 con programación variada, es propiedad del empresario del municipio de San Manuel Chaparrón Yuri Salguero.

**El Basurero Municipal**

El basurero municipal es muy importante para Santa Catarina Mita, ya que en el podemos depositar todos los desechos de los productos que consumimos, pero en este caso el basurero estaba en un mal lugar ya que en vez de servirnos para

procesar la basura mejor nos sirvió de contaminación para nuestro ambiente, ya que estaba ubicado a la orilla de la carretera salida para aldea Horcones de este municipio. En la actualidad ya se cuenta con una Planta de Tratamiento de Desechos Sólidos ubicada en aldea La Arenera, de Asunción Mita.

#### **Policía Nacional Civil**

Contamos con una subestación de la Policía Nacional Civil ubicada en el Barrio el Barreal, Santa Catarina Mita, la cual cuenta con 16 agentes incluyendo al jefe y al secretario; los cuales se turnan en horarios y se dividen en tres grupos.

#### **Policía Municipal de Tránsito**

Fue fundada en el año 2008, cuenta con 9 elementos incluyendo a un jefe y subjefe quienes velan por el orden en las diferentes carreteras principales del municipio. Los horarios de trabajo son de 7:00 a.m. a 1:00 p.m y de 1:00 p.m a 6:00 p.m. Se dividen en dos grupos para cubrir los horarios establecidos de lunes a domingo.

#### **Juzgado de Paz**

Nuestro municipio cuenta con un nuevo y remodelado juzgado en donde son llevados todos los casos presentados en la subestación de la PNC, y se encuentra ubicado en La Colonia Nueva de Santa Catarina Mita. (Secretaría Municipal de Santa Catarina Mita, 2016)



<http://yosoyxinka.blogspot.com/2013/02/periodo-clasico-xinka.html>

### 3.3 Contexto Histórico

#### Primeros pobladores

Históricamente se dice que los primeros pobladores que ocuparon la circunscripción territorial fueron los pipiles, toltecas y pocomames, comprendiendo dicho territorio, por entonces (S. XII), lo que hoy abarca, más o menos Atescatempa, El Progreso, Agua Blanca, Asunción Mita y Santa Catarina Mita, del departamento de Jutiapa; parte de San Manuel Chaparrón, Monjas, del departamento de Jalapa; e Ipala del departamento de Chiquimula. Lógica y naturalmente se puede suponer que tales tribus aborígenes, en especial la pipil, después de observar y meditar detenidamente acerca de aquellos parajes desconocidos, convinieron asentarse en ellos, tomando en cuenta sus valles, sus cimas, sus ríos, sus lagunas, sus manantiales y la posible fertilidad de sus suelo. Luego de fincarse en tan interesante sitios, empezaron a poblarlos. En seguida, escogiendo el centro de sus operaciones (actualmente Asunción Mita y Santa

Catarina Mita). Comenzaron a edificar los palacios gubernamentales, templos religiosos, y de sacrificios; así como sus viviendas particulares. Y en territorios vecinos formaron otros pueblos de importancia tales como Xutiapán (Jutiapa), Paxaco (Pasaco), Comapán (Comapa) y algunos más.

Se explica fácilmente el hecho común de que en nuestras regiones fronterizas con el vecino país del norte se encuentren núcleos de aborígenes de descendencia azteca y viceversa, pero resulta difícil comprender, a simple vista, su presencia en el suelo oriental de Guatemala. (Osorio, 2001)

### **Sucesos históricos importantes**

Los sucesos históricos más importantes que se han registrado en Santa Catarina Mita, Jutiapa, se citan los siguientes:

El asiento de los pipiles y fundación de su imperio aborígen. La conquista por el reino español, la colonización.

La erupción del Volcán Suchitán en el año de 1469, la que dejó sus faldas erosionadas y con una gran cantidad de piedra en su superficie, no existen datos que revelen pérdidas humanas o materiales.

Las guerras de 1903 y 1906.

Consecuencias de la caída de Estrada Carrera.

Revolución del 20 de octubre de 1944. (Osorio, 2001)

En julio del año 1983, el intenso invierno incrementó el caudal del Río Ostúa, tanto que arrastro caballerías de tierras cultivables, parte del bosque los regadíos, en su lugar dejó grandes playas llenas de piedras y varias especies de fauna acuática del río sin su hábitat natural; arrastró el puente

llamado “El Puenton” ubicado en aldea El Puente, sobre la carretera que conduce al departamento de Chiquimula, así como tres puentes colgantes, dejando incomunicados a los pobladores de varias comunidades.

En 1998 el Huracán Mitch, destruye áreas de tierras cultivables.

### **Personalidades presentes y pasadas**

En el territorio de Santa Catarina Mita, se encuentran grandes escritores presentes y pasados, se pueden mencionar a Cesar Augusto Palma y Palma, Porfirio Zeceña, Adalberto Osorio, Delfido Barrera, Álvaro Enrique Palma y otros. En la farándula autodidacta Guido Palma. Entre las personalidades pasadas tenemos a catarinecos que han formado parte de las mejores agrupaciones tales como:

Alto Voltaje, Tormenta, FM de Zacapa, Tentación, Grupo Rana, Mariachi los Caporales y otros. En Santa Catarina Mita existen tres bandas musicales y pequeños grupos norteños. En lo que a pintura respecta el mayor exponente es el artista autodidacta Guido Palma. Entre las personalidades pasadas tenemos:

1. Mariscal Vicente Cerna y Cerna
2. Licenciado Baudilio Palma y Palma
3. Profesor Gustavo Adolfo Espina Salguero
4. Doctor Francisco A. Figueroa Sandoval
5. Profesor Jesús Polanco Recinos
6. Coronel y Bachiller Manuel Lisandro Recinos Sandoval
7. Profesor: Raúl Polanco Recinos
8. Profesor y Perito Contador: Víctor Hermenegildo Recinos
9. Comerciante Industrial y Banquero: Juan Miguel Recinos

10. Dominga Monroy Viuda de Castro
11. Pedro Avalos
12. Licenciado René Vicente Osorio Bolaños
13. Cadete: Albertino Osorio Sandoval
14. Mago Nedasa: Nery Danilo Sandoval y Sandoval
15. Ingeniero: Efraín Medina Guerra
16. Byron Barrera Ortiz. (Osorio, 2001)

### **Lugares de orgullo local**

- ✓ El Volcán Suchitán
- ✓ Río Ostúa
- ✓ Centro Polideportivo Municipal “Lic. René Vicente Osorio Bolaños”
- ✓ Edificio Municipal
- ✓ Centro Comercial Municipal
- ✓ Gasolinera Municipal
- ✓ Centro Municipal de Estudios Universitarios
- ✓ Templo Católico, cabecera municipal
- ✓ Templo Católico, aldea El Limón
- ✓ Agua tibia aldea Jocote Dulce
- ✓ El salto, aldea los Zorrillos
- ✓ Los Talpetates, aldea Buena Vista
- ✓ Regadíos, aldea Llano de Chinchilla
- ✓ Balneario Valle Escondido
- ✓ Balneario Las Vegas
- ✓ Balneario Brisas del Sunzo
- ✓ Rancho Salmira. (Oficina de Turismo Municipal de Santa Catarina Mita, 2016)



<http://www.mijutiapa.com/santa-catarina-mita/>

### **Productividad y comercialización**

#### **Agrícola**

Especies de ciclo anual o bianual: la mayor producción en el municipio es el maíz y frijol, asimismo se cultiva ayotes, tomate, chile, sandía, maicillo o sorgo, cebolla, y pasto. También se cultivan otras especies como el tabaco en las áreas colindantes con Monjas, Jalapa. En la actualidad se cultiva el arroz en pocas cantidades, debido al daño provocado por la inapropiada distribución e intensidad de la lluvia.

Otras especies de valor son miltomate, el tomatillo, la furuna (utilizada principalmente en la bebida llamada Shuco), culantro, hierba buena, loroco, (especies de condimentos), chilacayote, y en ocasiones la papa (en áreas del Volcán Suchitán), pepino, ñame, pashte, y rosa de jamaica, entre otras.

Dentro de la especies perennes o semi-perennes están el café, en aldea Sabanetas, San Isidro y Cuesta del Guayabo; asimismo achiote, güisquil, papaya, yuca, paternas y cujes. Diversas especies de jocote como el de corona, liso, tronador, santo domingo, jobo, mazudo, nance, en las partes altas y el jocote de verano (amarillo, rojo, pitarrillo) en las áreas más

#### **3.4 Contexto Económico**



próximas al Río Ostúa.

Diversas clases de banano como el majunche, sapo, negrito, manzano, plátano y coco. Cítricos como naranja, toronja, limas, limones en casi todo el municipio y en menor escala en Suchitán. Marañoses, sunzas, caramitos, tamarindo, mamey, chicos y zapotes, guanabas, anonas, aguacates, chuctes. Los chicos, cincuyas y mameyes, básicamente en los regadíos así como granadillas, güisquiles y granadas.

En áreas de Horcones hacia el Suchitán se cultiva durazno con una buena producción.

### Principal producción agrícola

Cultivo	Superficie Sembrada (Mz.)	Producción (Quintales)	Rendimiento de Cultivos (Mz.)
Arroz	4	110	25.65
Cebolla	105	19,153	182.37
Chile jalapeño	1	375	375.00
Chile pimiento	42	4,912	115.85
Frijol negro	2,024	15,893	7.85
Maicillo	405	7,021	17.36
Maíz blanco	3,235	80,085	24.76
Tomate	836	93,779	279.06

**Fuente:** Instituto Nacional de Estadística –INE-, Censo Agropecuario, 2003.

La mayoría de la producción se vende en el mercado local, es decir, hay acopiadores que luego se encargan de distribuir a los mercados de la capital. En el caso del tomate, existen compradores locales que distribuyen el producto en las cabeceras municipales, en los departamentos o lo trasladan a San Salvador.

### Principal Producción de Frutales

#### Santa Catarina Mita, Jutiapa

Cultivo	No. De Plantas	Producción (Quintales)
Mango	3,192	3,490
Jocote	1,144	1,098
Limón	1,390	593
Naranja	1,200	595
Aguacate	2,024	296
Banano	213	170
Coco	91	61
Jocote de marañón	81	47

**Fuente:** Instituto Nacional de Estadística –INE-, Censo Agropecuario, 2003.

A partir de unos diez años el gobierno municipal en su programa de diversificar la producción e ingresos económicos ha promovido la producción de café, cultivándose y produciéndose en las comunidades que se ubican en las faldas del Volcán Suchitán, logrando contar con un centro de acopio de café en la comunidad de la Cuesta del Guayabo, generando otra fuente importante de ingresos económicos para las familias.

#### **Pecuario**

La explotación pecuaria es básicamente la producción de bovinos, porcinos y aves, la cual se realiza en forma tradicional y artesanal; y también como producción de traspatio, la cual sirve para autoconsumo. La mayor concentración de cabezas de ganado se ubica en la cabecera municipal y la aldea Horcones, en las demás comunidades los productores cuenta con un promedio de unas 3 a 6 cabezas de ganado. La actividad pecuaria no es muy significativa esto debido a que los propietarios de ganado vacuno han trasladado sus hatos ganaderos al departamento de Petén, donde encuentran terrenos adecuados para sembrar pastos.

**Forestal**

El lugar poblado donde se realiza la principal actividad forestal es en la aldea Sabanetas, y los fines son para la extracción de madera, que es empleada en la construcción y en la elaboración de muebles; así mismo para leña y carbón que son utilizados en la cocina y en las panaderías de la localidad.

**Industrial**

En el municipio se desarrollan actividades industriales como: zapatería, elaboración de conservas, floristería artificial, trituración de piedrín, carpintería, fabricación de artículos de metal y de barro.

La zapatería constituye la mayor fuente de trabajo para la población catarineca en el área urbana, la cual es realizada por familias durante varias generaciones, actualmente se estima que existen unas cuarenta familias, cada una de ellas cuenta con taller donde generan empleo directo a un promedio de 5 personas, estos talleres cuentan con el respaldo y apoyo de una cooperativa de zapateros en donde a sus socios además de brindar facilidades económicas para su capitalización, los asesora en la búsqueda de nuevos estilos, según lo demande el mercado y facilitar algún tipo de maquinaria que por su alto costo es difícil que lo tenga cada micro empresario.

El sector femenino fabrica conservas, hay alrededor de seis fábricas artesanales de conserva de coco, guineo, naranja o toronja, ayote y zapote, este producto es vendido comúnmente en las ferias de la región, donde es muy apreciado.

Existen alrededor de cinco pequeños talleres familiares en donde se elaboran coronas mortuorias y piñatas, teniendo un mercado local al menudeo y distribuyen a varios lugares del departamento.

En la aldea El Puente se desarrolla las actividades de trituración de pedrín de manera artesanal donde el producto se comercializa especialmente a nivel local.

### **Artesanía**

En el municipio se elaboran artículos de barro y de cuero, en forma artesanal. Hoy en día sólo existen dos familias dedicadas a la fabricación de productos de barro, los productos elaborados son: comales y ollas; estos para ser elaborados, tienen que ser previamente encargados por su poco uso. Los artículos de cuero que se elaboran son llaveros que se venden en el mercado local, y en el municipio de Esquipulas, Chiquimula y la capital, así mismo los coterráneos que vienen de Estados Unidos a fin de año también llevan el producto como regalo a sus amistades en el extranjero.

### **Infraestructura productiva**

La infraestructura productiva con que se cuenta en el municipio, son centros de acopio de café, ubicados en las comunidades de San Isidro y Sabanetas, los cuales son privados y un centro de acopio en aldea Cuesta del Guayabo, el cual pertenece a una asociación de productores agropecuarios de Suchitán.

Asimismo se cuenta con sistemas de riego por aspersión, goteo y gravedad, en la cabecera municipal funciona un proyecto de mini riego en las planicies bajas y cercanas al Río Ostúa, de donde se toma el agua, este proyecto tiene capacidad para regar 100 manzanas de tierra, de las cuales solamente se riegan 35.

En el área rural cuentan con un pozo para riego por goteo en las comunidades del Rodeo y el Llano de San Vicente, en la

aldea de Jocote Dulce hay agricultores que cuentan con un servicio de uso exclusivo en sus fincas. En aldea El Puente se cuenta con sistema de mini riego y en el caserío Laguna de San Pedro el manto friático se encuentra a baja profundidad, por lo que perforan pozos y luego utilizan bombas manuales para la extracción del agua, donde se encuentran las mejores tierras productivas del municipio.

Otro tipo de riego utilizado es el agua de lluvia acumulada en charcas, las cuales en el área rural son las más comunes utilizadas como sistema de riego.

### **Potencial económico productivo**

La mayoría de la población del municipio se dedica a la agricultura a nivel familiar o individual, siendo los productos más importantes del municipio el maíz y frijol y la industria de la elaboración de calzado organizado por medio de la Cooperativa Pro Calzado R.L ( Coopocalza, RL)

Se puede mencionar que alrededor de 1,500 personas trabajan como operarios en talleres de calzado, conformando aproximadamente 450 familias.

La producción diaria es de 10 a 20 pares en promedio para los talles pequeños y medianos; 30 pares para los talles grandes, mensualmente producen en promedio entre 75 y 175 pares los talles pequeños; 300 y 550 los talles medianos y entre 650 y 950 pares los talleres grandes. El margen de ganancia oscila entre el 8 y el 12 % en la mayoría de productores y los expendedores del 40 al 60%. La producción se comercializa a nivel local y/o a tiendas ubicadas en la cabecera departamental, a la cabecera departamental de Chiquimula o bien a Izabal, especialmente en el calzado tipo bota vaquera para trabajo que es la especialidad del municipio.

**Mercado y condiciones del entorno**

El único mercado que se encuentra en el municipio se ubica en la cabecera municipal, donde los días principales son el jueves y domingo de cada semana, en el mismo los pequeños productores agropecuarios realizan sus transacciones, al igual que los habitantes en especial del área urbana. Los medianos y grandes productores, así como comerciantes de diversos productos realizan sus transacciones comerciales en la cabecera departamental aledaña como Chiquimula, Zacapa, Izabal y/o la capital, debido a la importancia de sus mercados a nivel regional y nacional.

En la producción de calzado la mayoría de los pequeños productores se encuentran agrupados y constituidos en la Cooperativa Pro Calzado Cooprocalsa RL, especialmente para recibir asesoría técnica, financiera. En la comercialización directamente lo realizan los propietarios de los talleres directamente tiendas en diversos puntos de Guatemala.

**Flujos comerciales a lo interno del municipio**

Dentro del municipio se establecen dos tipos de comercio, el comercio de productos elaborados localmente que son ofertados y demandados por la misma población, el otro sistema son los productos que son traídos del exterior y comercializados localmente encontrando un mercado abierto.

**Flujos comerciales a lo externo del municipio**

Del municipio se comercializa calzado a diversos puntos en toda la república, en la producción agrícola especialmente el tomate se compete en el mercado de Jalapa donde se marca los precios de la época, la cebolla, el chile pimiento se comercializa en mercados como el de Chiquimula o bien a

intermediarios que llegan directamente a la zona productora, con el café que está emergiendo, el producto final se comercializa en la ciudad capital donde se distribuye a diversos puntos. (Hernández W. , 2016)

### **Medios de comunicación**

**Telefonía móvil:** El servicio telefónico es proporcionado por las empresas Claro, Tigo y Movistar, a través de líneas fijas de la empresa Claro, y líneas domiciliarias, comunitarias, así como también teléfonos celulares de las tres empresas, las cuales cuentan con antenas receptoras y emisoras de señal de radiofrecuencias para establecer las interconexiones a los pobladores de Santa Catarina Mita, Jutiapa.

**Señal de cable:** La cabecera municipal cuenta con el servicio de la empresa de televisión por cable Catacable.

**Internet:** el municipio cuenta con centros de internet particulares entre los que podemos mencionar:

- ✓ CyberZon
- ✓ Soluciones informáticas
- ✓ Internet Ave María
- ✓ Internet “El Chino”
- ✓ Internet Punto Cero
- ✓ Internet Guido
- ✓ Internet Chicho

La municipalidad de Santa Catarina Mita, Jutiapa, implementó el sistema de WiFi en el área del parque central de la cabecera municipal, ofreciendo a los usuarios un servicio gratuito de acceso a la navegación por la red de internet a través de los diferentes dispositivos que sirven de medio para su conexión.

**Radios:** Dentro de este medio de comunicación se puede mencionar:

- ✓ Radio Municipal Estéreo Ostúa,
- ✓ Radio Súper Radio
- ✓ Radio Apocalipsis
- ✓ Radio Visión

El municipio cuenta con una red de telefonía de casa para oficinas (auditoras, contables, bancarias, publicitarias, radiales, comerciales entre otras) también cuenta con teléfonos públicos que utilizan monedas para su uso.

También posee torres de señal satelital para la telefonía celular de las siguientes empresas:

#### **Teléfono fijo y móvil**

La cantidad de líneas de teléfono fijo por cada 100 habitantes al año 2008 es de 4, para el 2009 se registró un total de 914 líneas fijas, distribuido el servicio en un 3.5% por la empresa A-Tel, 16.52% por la empresa Telgua, 79.98% por la empresa telefónica.

Para el servicio telefónico hay una antena de telefonía móvil de la empresa Claro y otra de la empresa Tigo, además la mayoría de la población cuenta con el servicio de telefonía móvil prestado por diferentes empresas, de igual manera existe el servicio de telefonía comunitaria en diversas comunidades. Otro medio de comunicación dentro del casco urbano es el servicio de cable local en donde transmite un canal cristiano de la Iglesia Evangélica Centroamericana, "Jesús El Buen Pastor" además los canales 15 y 16 están destinados para transmitir eventos especiales.



Se tiene el de internet en la cabecera municipal, el cual es prestado en su mayoría por medio de 14 locales de café internet, 12 en el área urbana y 2 en el área rural específicamente en Aldea Horcones y Cuesta del Guayabo, incrementándose el servicio por medio del servicio de internet de Claro. (Oficina de Secretaría Municipal, 2016)

### **Servicios de transportes**

El municipio tiene el servicio de transporte extraurbano a partir de las 02:00 horas. Las principales empresas de buses prestan el servicio de y hacia la ciudad capital y a la cabecera departamental de Jutiapa con un recorrido de tres horas y media y de 45 minutos hacia la cabecera departamental. El trayecto de estas rutas, recorre la mayoría de las aldeas del municipio ya que cuenta además con servicios extra urbanos de autobuses procedentes de la ciudad capital y de la cabecera departamental de Jutiapa, cuyos destinos son los municipios de Agua Blanca, Ipala, Chiquimula, San Luis Jilotepeque, Puerto Barrios y Petén.

Además existen autobuses y microbuses que prestan sus servicios al departamento de Jalapa, El Chaparrón, Asunción Mita, Atescatempa, Moyuta y Yupiltepeque. El 35% de las aldeas no tienen el servicio de transporte público, transportándose los pobladores a la cabecera municipal en camión, pick-up, bestias y otros. La cabecera municipal cuenta con servicio de mototaxis, para poder trasladarse a cualquier lugar dentro de la cabecera municipal y las comunidades más cercanas a ésta.

La arteria principal que conduce al municipio es la titulada carretera interamericana, también otra carretera angosta y de

terracería que se desprende de la cabecera municipal de El Progreso Achuapa y que en un recorrido de más o menos 16 kilómetros llega hasta nuestro municipio, pasando por las aldeas siguientes:

- ✓ Cuesta del Guayabo
- ✓ Suchitán.
- ✓ Horcones
- ✓ La Unión
- ✓ Llano de Lagarto y algunos caseríos.

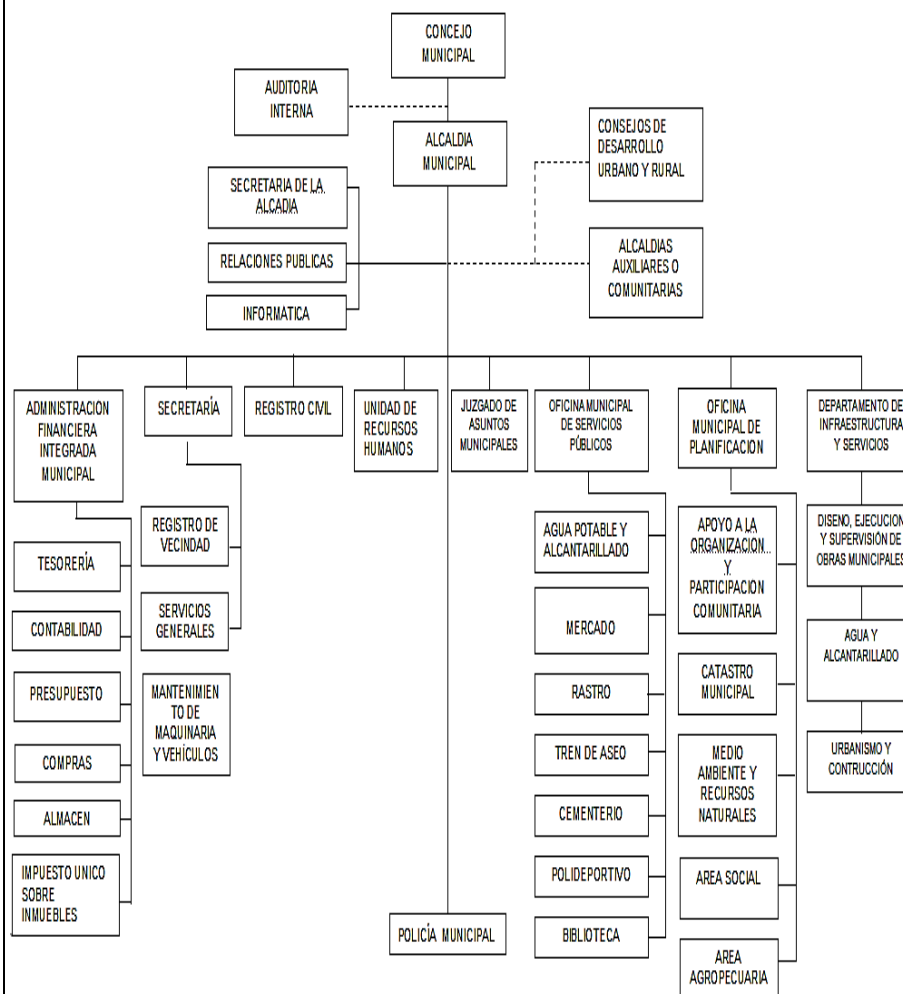
Hoy en día nuestro municipio cuenta con calles y avenidas, bien estructuradas y señalizadas que hacen fácil la ubicación de las diferentes direcciones, hay carreteras asfaltada hacia la aldea El Quebracho (que ya se en cuenta en mal estado), hay salida hacía las diferentes áreas que componen el municipio, los medios de transporte son públicos y cada comunidad cuenta con sus vehículos propios de transporte, de los cuales hay puntos específicos de estacionamiento para cada una de ellas en el casco urbano del municipio.

En la actualidad hay gran número de vehículos de transporte extraurbano que se comprende de la siguiente manera:

- ✓ 24 buses para Chiquimula, Ipala y Jutiapa.
- ✓ 7 buses para Asunción Mita.
- ✓ 7 buses para aldea El Quebracho
- ✓ 7 camionetas de Santa Catarina Mita a Jutiapa
- ✓ 3 camionetas “Caramelo”
- ✓ 1 Camioneta llamada “Ostúa”
- ✓ 1 camioneta llamada “Mejía” para la ciudad capital.
- ✓ 92 unidades de mototaxis para el servicio del área urbana. (Oficina Municipal de Transito, 2016)

### 3.5 Contexto Político

#### Organizaciones de poder local



Fuente: [www.munisantacatarinamita.gov.gt](http://www.munisantacatarinamita.gov.gt)

#### Organizaciones políticas

En el municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa, se cuenta con la presencia de diferentes organizaciones políticas, las cuales promueven la participación activa de la población en la elección democrática de las autoridades gubernamentales que rigen por periodo de cuatro años la República de Guatemala, actualmente las

	<p>organizaciones políticas establecidas en el municipio son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Unidad Nacional de la Esperanza (UNE)</li> <li>✓ Libertad Democrática Renovada (LIDER) desafiliado</li> <li>✓ Partido Patriota (PP) desafiliado</li> <li>✓ Unidad Revolucionaria Nacional Guatemalteca MAIZ (URNG)</li> <li>✓ Partido de Avanzada Nacional (PAN)</li> </ul> <p><b>Organizaciones civiles apolíticas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Comité de Feria Patronal</li> <li>✓ Comité de Festejos del Día de la Cruz</li> <li>✓ Comité de Cultura y Deporte</li> <li>✓ Comité de Natación</li> <li>✓ Comité de Tope de Mayo Barrio La Javía</li> <li>✓ Comité Pro-Mejoramiento.</li> <li>✓ Cooperativa Coopocalza RL</li> <li>✓ Cooperativa Tonantel</li> <li>✓ Cooperativa Guayacán</li> <li>✓ ECO Cambio</li> <li>✓ Paz Joven</li> </ul> <p>Entre otros comités que existen en los diferentes barrios del municipio y sus aldeas.</p> <p><b>Gobierno local</b></p> <p>El gobierno local lo ejerce el concejo municipal, el cual está integrado de la siguiente manera:</p> <p>Alcalde municipal William Geovanny Duarte Guerra</p> <p>Concejal primero Hugo René Martínez Cervantes</p>
--	--

Concejal segundo  
 Ludwing Ronaldo Santos Alarcón  
 Concejal tercero  
 Gilberto Gámez Jiménez  
 Concejal cuarto  
 Johan Palma Vanegas  
 Concejal suplente 1  
 Wendy Dinora Guerra Palma  
 Concejal suplente 2  
 Ana Luisa Lucero Gómez  
 Síndico primero  
 Oscar Manrique Espina Aguilar  
 Síndico segundo  
 David Esaú Yanes Barrientos  
 Síndico suplente  
 Orlando Teo Barrera  
 Secretario municipal  
 Wiliam Jehovány Hernández Hernández

### **Organización administrativa**

El gobierno local está organizado en comisiones de trabajo, establecidas en el artículo 36 del Código Municipal, siendo estas las comisiones siguientes:

### **Educación cultura y deporte**

Lic. Ludwin Ronaldo Santos Alarcón, representante del consejo municipal.

Licda. Yelbely Vega Donado, Coordinadora Técnica Administrativa

Lesly Yamileth Martínez, presidenta del cocode Barrio El Barreal.

Guido Arnoldo Palma, presidente del cocode Barrio El Centro.

**Salud y asistencia social**

Hugo René Martínez, representante del consejo municipal.

Dr. Oscar Escobar, representante del centro de salud.

Hugo Eberto Broncano, presidente del cocode aldea Buena Vista.

Juan Carlos Duque, encargado de vectores.

**Agricultura y ganadería**

Manrique Espina Aguilar, representante municipal

José Alberto Aguirre, presidente del cocode aldea Llano de Lagarto.

Enio Rodulfo Gallardo, presidente del cocode aldea El Rodeo

Enio Silverio Cameros, presidente del cocode aldea Llano de Chinchilla.

**Fomento económico y turismo**

Johan Palma Vanegas, representante del consejo municipal

Patricia Gonzáles Martínez, administradora del polideportivo

Rafael Castro Medina, presidente de Cooperativa Cooprocalsa R.L

Horacio Gonzáles, guarda recursos CONAP.

**Derechos humanos y la paz**

Orlando Teo Barrera, representante del consejo municipal

Melvin Armando Rosil Zeceña, representante del Renap

Marcos Antonio Ortiz, representante de la Radio Municipal Ostúa.

**Familia, la mujer y la niñez**

Wendy Dinora Guerra, representante del Consejo Municipal

Karina Aguilar de Duarte, esposa del Alcalde Municipal

Nilsa Vallejos, Oficina Municipal de la Mujer

Roxana Figueroa, Secretaria de la Coordinación Técnica Administrativa.

**Seguridad**

David Yanes Barrientos, representante del Consejo Municipal

Santos López Galicia, Jefe de la Subestación PNC de Santa Catarina Mita

Héctor Hugo Ramos, Presidente del cocode Valle Nuevo

Enio Rodolfo Gallardo, Presidente del cocode aldea El Rodeo.

**Medio ambiente y recursos naturales**

Gilberto Gámez Jiménez, representante del Consejo Municipal

Jhony Valladares, representante del Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales

Alex de Paz Cardona, Técnico Forestal Municipal. (Oficina Municipal de Relaciones Públicas, 2016)



<http://catochaguatemala.blogspot.com/2011/08/catocha-santa-catarina-mita-jutiapa.html>

### **Religión**

Los naturales mictlecos, procedieron a construir sus templos sacerdotales. El gran sacerdote de los Mictlán tenía el título de Tectí, vestía una gran túnica azul, llevaba en la cabeza una diadema y algunas veces una especie de mitra de diferentes colores, adornada en sus extremos, con plumas de quetzal, y en la mano un báculo como el que usan los obispos. Cuando moría el gran sacerdote, se le enterraba en su propia casa, vestido, sentado en un banco pintado y lo lloraban todo el pueblo durante 15 días con muchos gritos y alaridos, ayunando los 15 días. Entre los dioses que adoraban se encontraban; Quetzalcohuatl, dios del sol, ídolo con figura de hombre, Itzqueye ídolo con figura de mujer; y el principal dios de los pipiles - toltecas, Tohil, a quien rendían culto y adoración preponderantes y le ofrecían grandes sacrificios sin compasión. (Paz A. , 2016)



**Grupos religiosos**

En Santa Catarina Mita existe la religión Católica, Cristiano Evangélico, Adventistas del séptimo día, Testigos de Jehová y Mormones. En la cabecera municipal el templo católico conserva todas las características arquitectónicas de los templos construidos durante la época colonial. No se puede decir una fecha exacta de la organización de la iglesia, pero los primeros datos se remontan al año 1802 con los libros de bautizos, con un sacerdote a su cargo siendo una parroquia. El primer párroco que atendió como sacerdote fue Mariano Jiménez, el segundo Mariano Pimental y Atanasio Valenzuela en 1806 y en 1807 Antonio de Oliva, en 1807 se construyó la cúpula a la iglesia, el cambio de techo y el piso, se le ha estado haciendo remodelaciones actualmente, y estas son: el presbiterio antiguo, reparado, pintado y trasladado al fondo de la iglesia. La iglesia cuenta con tres campanas antiguas, situadas en lo alto de la iglesia de las cuales hoy únicamente solo se utiliza una. Después de los sacerdotes franciscanos, la iglesia fue atendida por los administradores siendo ellos el padre Ángel Recinos y Benedicto Moscoso. El templo católico está formado por varias partes como: un atrio, una nave, una sacristía, un altar y una cúpula.

En la cabecera municipal de Santa Catarina Mita, Jutiapa, se encuentran las siguientes congregaciones religiosas:

- ✓ Iglesia Católica
- ✓ Iglesia Evangélica Centro Americana Jesús “El Buen Pastor”
- ✓ Iglesia Evangélica Centro Americana Jesús “El Redentor”
- ✓ Iglesia Evangélica Centro Americana Jesús “Esmirna”

- ✓ Iglesia Evangélica Centro Americana Jesús “Emmanuel”
- ✓ Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días
- ✓ Salón del Reino de los Testigos de Jehová
- ✓ Iglesia Adventista del Séptimo Día
- ✓ Iglesia de Dios Evangelio Completo
- ✓ Iglesia Asamblea de Dios
- ✓ Iglesia de Cristo Elim
- ✓ Iglesia Profética El Olivar
- ✓ Iglesia Príncipe de Paz
- ✓ Iglesia Evangélica Gosén. (Beltrán, 2016)

### **Los valores**

Los valores son principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas. Son creencias fundamentales que nos ayudan a preferir, apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, o un comportamiento en lugar de otro. También son fuente de satisfacción y plenitud.

Nos proporcionan una pauta para formular metas y propósitos, personales o colectivos. Reflejan nuestros intereses, sentimientos y convicciones más importantes se refieren a necesidades humanas y representan ideales, sueños y aspiraciones, con una importancia independiente de las circunstancias. Por ejemplo, aunque seamos injustos la justicia sigue teniendo valor. Lo mismo ocurre con el bienestar o la felicidad. Los valores valen por sí mismos. Son importantes por lo que son, lo que significan, y lo que representan, y no por lo que se opine de ellos. Algunos de los valores que todavía se practican en Santa Catarina Mita son:

- ✓ **Respeto:** Es reconocer los derechos iguales de todos los

	<p>individuos así como de la sociedad en que vivimos. El respeto consiste en aceptar y comprender las diferentes formas de actuar y pensar de otro ser humano, siempre y cuando no contravengan ninguna norma o derecho fundamental. Respetar a otra persona es ponerse en su lugar, tratar de entender que es lo que lo motiva y en base a eso ayudarlo si fuera el caso.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ <b>Solidaridad:</b> Se define como la capacidad de trabajar en equipo respetando y ayudando lo más que se pueda, coligados por una meta en común, la solidaridad proviene del instinto humano a buscar la convivencia social, a sentirse hermanado a sus semejantes logrando con ello una total cooperación en proyectos o metas en común.</li><li>✓ <b>Justicia:</b> Conjunto de reglas establecidas en cada sociedad, con las que se logra la cordial convivencia, respetando los derechos iguales de los demás seres humanos. Esto se logra autorizando, permitiendo o prohibiendo acciones específicas que pueden afectar o beneficiar al colectivo social.</li><li>✓ <b>Honestidad:</b> Consiste en comportarse y expresarse con sinceridad y coherencia, respetando los valores de la justicia y la verdad.</li><li>✓ <b>Humildad:</b> La humildad consiste en aceptarnos tal como somos, con defectos y virtudes, sin hacer alarde de nuestras posesiones materiales o de gran conocimiento intelectual, para ser humilde no se puede ser pretensioso, egoísta o interesado.</li><li>✓ <b>Responsabilidad:</b> Valor moral que permite a una persona administrar, reflexionar, orientar y valorar las consecuencias de sus actos. Ser responsable es siempre hacerse cargo de los actos realizados por nosotros</li></ul>
--	---

mismos, aceptando las consecuencia, sean estas buenas o malas, de nuestro accionar en el ámbito personal o laboral.

- ✓ **Amor:** Puede ser considerado como un conjunto de comportamientos y actitudes que resultan desinteresados e incondicionales, amar es encontrar en la felicidad de otro tu propia felicidad.

Todos los valores son muy importantes solo que algunos más que otros como es el amor, la honestidad, el respeto los cuales sin ellos las familias actuarían primitivamente, podría decir que sin sentimientos de unión o de fraternidad, cada quien vería por sí mismo y no se respetarían jerarquías.

### **Normas**

Una norma es una regla que debe ser respetada y que permite ajustar ciertas conductas o actividades. Las normas implican un conjunto de reglas o leyes que determinan el comportamiento y deben ser cumplidas por un determinado individuo en un específico lugar y tiempo. Existen distintos tipos de normas, dependiendo de quién las promulgue, ante quién deban respetarse, quién es el encargado de ejercer el castigo por incumplimiento, hacia quiénes son destinadas y de quién se espera su obediencia. Existen varias clases de normas entre ellas: morales, jurídicas, religiosas, institucionales, educativas y sociales.

Dentro de las normas que se practican en Santa Catarina Mita tenemos:

1. Ser un buen ciudadano
2. Cumplir con lo que la ley establece
3. Pagar los impuestos requeridos para todo ciudadano
4. Respetar los horarios nocturnos

## **Sanciones**

La sanción es la aplicación de algún tipo de pena o castigo a un individuo ante determinado comportamiento considerado inapropiado, peligroso o ilegal. En este sentido, el concepto de sanción puede ser entendido de dos maneras distintas, aunque similares y conectadas entre sí. Estos dos sentidos son, básicamente, el jurídico y el social, contando cada una con elementos particulares.

En primer lugar, una sanción es uno de los elementos principales del ámbito jurídico y ha sido creada para representar la pena o castigo que puede recibir un sujeto como consecuencia del cometimiento de algún tipo de delito o acto ilegal. En este espacio, las sanciones están fijadas por ley y aparecen como el resultado de todo un sistema de categorías y jerarquizaciones que y hace que cada hecho reciba un tipo específico y particular de sanción.

Dentro de las sanciones estipuladas en nuestro municipio están:

1. Faltas contra las personas.
2. Sanciones con actas de conciliación.
3. Falta contra las buenas costumbres, como andar ebrio en la calle.
4. Encuentros amorosos en lugares indebidos, sanción de 200 a 500 en un juzgado.
5. Violencia intrafamiliar sanción orden de alejamiento y medidas de seguridad.

**Símbolo**

La simbología de un país refiere a todos los símbolos que permiten reflejar la identidad nacional. El himno nacional, la bandera y el escudo son ejemplos.

En nuestro municipio el símbolo de nuestra bandera se conforma por: La Iglesia Católica que significa el patrimonio cultural colonial. La planta de maíz, tomate, cebolla, mangos, limón y aguacates representa la producción agrícola. El zapato, ollas de barro representa la producción artesanal catarineca. La ceiba representa el símbolo patrio guatemalteco que existe en tierras nuestras.

Los colores de la bandera de Santa Catarina Mita representan, el color verde; el área boscosa, el color blanco; la pureza y la paz que los ciudadanos catarinecos fomentan y el color amarillo la diplomacia entre diferentes instituciones.

La escultura de una bota que representa a todos los zapateros de este municipio y la producción del calzado artesanal.

**Idioma**

El idioma que se habla en todo el municipio es el español, no se habla ninguna lengua o idiomas mayas, aunque de acuerdo al punto de vista histórico la lengua vernácula fue el pokoman y en la parte alta de Santa Catarina Mita, en las faldas del Volcán Suchitán se estipula que se habla la lengua indígena Xinka antigua. (Osorio R. , 2016)



Fuente: Jacobo González

### 3.7 Contexto Competitividad

#### **Coordinación Técnica Administrativa de Santa Catarina Mita, Jutiapa**

Es una institución pública que pertenece al Ministerio de Educación de la República de Guatemala, para organizar, controlar, dirigir y evaluar la calidad del proceso educativo en colegios, escuelas e institutos públicos y privados en los diferentes niveles de todo el municipio.

El Ministerio de Educación se encuentra representado en el municipio catarineco a través de la Coordinación Técnica Administrativa y de su jefe inmediato la Licenciada y Coordinadora Técnica Administrativa Yelbely Roxana Vega Donado.

La cobertura ministerial en Santa Catarina Mita está cubierta aproximadamente en un 90% de su totalidad lo que significa que son pocas las áreas donde aún no se cuenta con la presencia de este ministerio.

La Coordinación Técnica Administrativa es un ente estatal único que no tiene competitividad con otra institución administrativa al servicio de la educación en la jurisdicción catarineca, sin embargo compite en la región con otras

coordinaciones técnicas administrativas y supervisiones educativas de los dieciséis municipios restantes en el departamento de Jutiapa, siempre velando por alcanzar el máximo objetivo en el ámbito educacional el cual sería más y mejor educación; pero si quisiéramos hacer un análisis de competencia más detallado de la Coordinación Técnica Administrativa en términos generales esta si compite de cierta forma con los diferentes centros educativos de este municipio en cuanto a la planeación, organización y ejecución de actividades cívico-culturales pero nunca en funciones de proceso administrativo, pues es la única institución facultada para resolver problemas educativos y demandas existentes en los programas de apoyo del Ministerio de Educación (gratuidad, alimentación, útiles escolares y valija didáctica). Además es la única encargada de llevar a cabo estándares de control y estadísticas estudiantiles, lo que hace que su funcionalidad sea exclusiva en esta rama de la administración, estando sujeta únicamente a cambios y modificaciones en sus estatutos por parte de la Dirección Departamental de Educación y del Ministerio de Educación.

### **Análisis Institucional Coordinación Técnica**

#### **Administrativa**

El municipio de Santa Catarina Mita, tiene la presencia del Ministerio de Educación, a través de la Coordinación Técnica Administrativa, así como también por los centros educativos que funcionan al servicio de la población en todos los niveles. La cobertura ministerial enfocada en el sector público tanto en el área urbana como rural es de sesenta y seis escuelas de preprimaria y primaria; ocho institutos del ciclo básico;



incluyendo los institutos de telesecundaria, y cuenta con tan solo un instituto de educación diversificada en el casco urbano. Sin embargo, existen seis centros de educación que coadyuvan a desarrollar el proceso educativo de una forma más eficaz y eficiente. Los cuales se enmarcan en la iniciativa privada a través de liceos y colegios, que también funcionan en todos los niveles. Sumando a ellas un instituto municipal plan fin de semana; un instituto por cooperativa; una escuela e instituto nocturno; una escuela para adultos y dos universidades: Universidades de San Carlos de Guatemala y Universidad Mariano Gálvez.

En el ámbito educativo de Santa Catarina Mita, se pueden identificar, sendos elementos y factores que favorecen o en su caso obstaculizan el proceso de la enseñanza y el aprendizaje escolar los cuales se agrupan entre fortalezas y carencias de las instituciones educativas, que intervienen de forma directa e indirecta en la educación de calidad, ya sea para beneficio o como limitantes de la población de la población estudiantil para que alcancen el máximo desarrollo, físico, académico e intelectual.

### **Fortalezas**

Las principales potencialidades con las que cuentan los centros educativos en el municipio de Santa Catarina Mita son:

- ✓ Centro de cómputo
- ✓ Salón de usos múltiples
- ✓ Áreas deportivas
- ✓ Instalaciones propias
- ✓ Capacitaciones a docentes

	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Cobertura en programas de apoyo</li><li>✓ Áreas verdes</li><li>✓ Organización de padres de familia</li><li>✓ Tren de aseo</li><li>✓ PEI</li><li>✓ POA</li><li>✓ Base legal</li><li>✓ Ayudas municipales</li><li>✓ Áreas de juegos</li></ul> <p><b>Carencias</b></p> <p>Las principales carencias que se detectan en los centros educativos del municipio de Santa Catarina Mita son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Corte y / o inexistencia de energía eléctrica</li><li>✓ Averiación en servicios sanitarios</li><li>✓ Inexistencia de agua potable</li><li>✓ Demanda de mobiliario y equipo</li><li>✓ Dificultad en infraestructura</li><li>✓ Falta de textos</li><li>✓ Carencia de bibliotecas</li><li>✓ Falta de material didáctico y pedagógico. (Vega, 2016)</li></ul>
--	--

## 4. Institución avalada

### 4.1 Análisis institucional

#### 4.1.1 Identidad institucional

**Nombre:**

Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía.

**Localización geográfica:**

1-59 1era. Avenida B Zona 5, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa.

**Visión:**

“Ser una institución educativa que contribuya a la formación integral de niños y niñas de primaria como parte de una nación multicultural, intercultural, plurilingüe que responde a las necesidades sociales de su comunidad a través de una educación de calidad con equidad, participación y pertinencia en la construcción de una cultura de paz”. (Proyecto Educativo Institucional E.O.U.M. Barrio La Javía., 2013)

**Misión:**

“Somos una institución educativa influyente, innovadora y proactiva; comprometida en la formación integral de niños y niñas de primaria que brinde educación de calidad con igualdad de oportunidades contribuyendo al desarrollo de la comunidad y a la construcción de la convivencia pacífica de Guatemala”. (Proyecto Educativo Institucional E.O.U.M. Barrio La Javía., 2013)

**Objetivos:**

- ✓ Lograr que el establecimiento sea un lugar idóneo para el logro del desarrollo integral del alumno (a), un ambiente seguro libre de violencia y conductas inmorales.
- ✓ Lograr que la Comunidad Educativa participe para garantizar la armonía, cohesión, consenso y generar un ambiente dinámico donde se formen ciudadanos participativos y solidarios, para construir una sociedad democrática, justa y equitativa.

- ✓ Mantener el orden, disciplina, armonía y cooperación dentro del establecimiento.
- ✓ Inculcar al personal docente, de servicio y alumnado para que pongan en práctica los valores morales.
- ✓ Tener conocimiento pleno a los docentes, personal de servicio y alumnado de sus derechos y obligaciones.
- ✓ Fomentar y fortalecer la democracia como elemento fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- ✓ Lograr que la disciplina sea un factor fundamental para que el proceso de enseñanza–aprendizaje tenga éxito dentro del establecimiento. (Proyecto Educativo Institucional E.O.U.M. Barrio La Javía., 2013)

**Principios:**

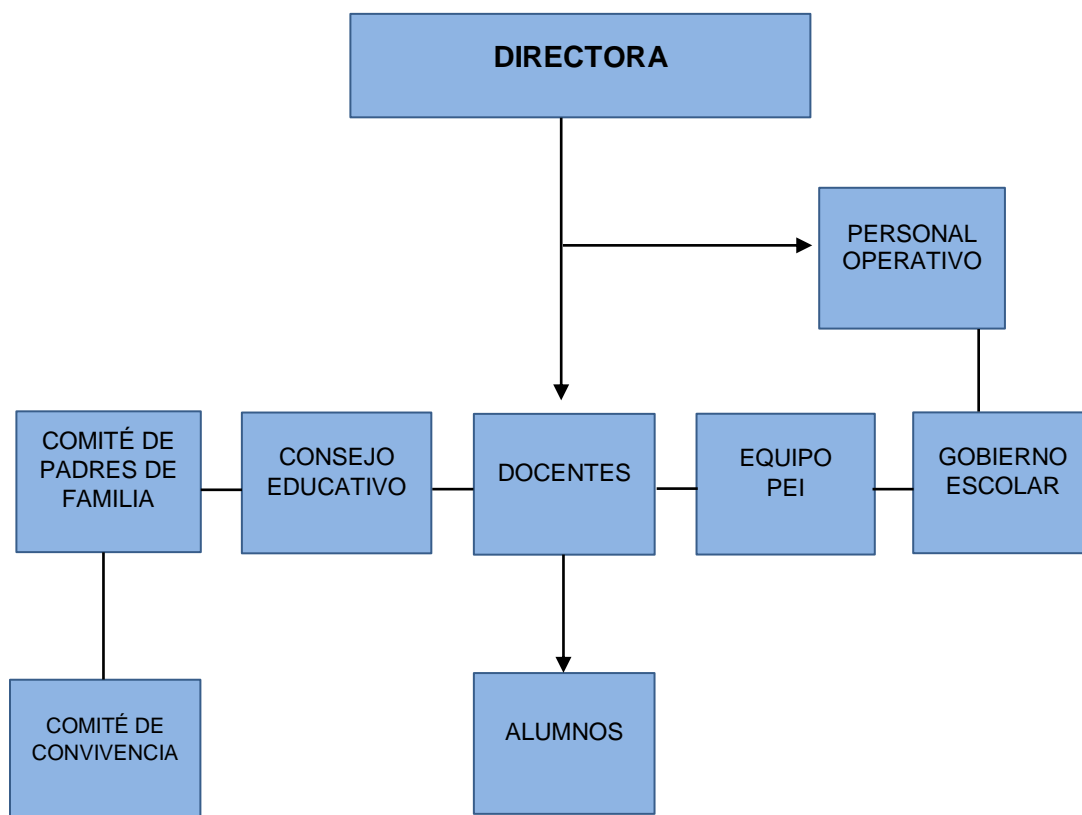
La educación en Guatemala se fundamenta en los siguientes principios:

- a). Es un derecho inherente a la persona humana y una obligación del Estado.
- b). En el respeto o la dignidad de la persona humana y el cumplimiento efectivo de los Derechos Humanos
- c). Tiene al educando como centro y sujeto del proceso educativo.
- d). Está orientada al desarrollo y perfeccionamiento integral del ser humano a través de un proceso permanente, gradual y progresivo.
- e). En ser un instrumento que coadyuve a la conformación de una sociedad justa y democrática.
- f). Se define y se realiza en un entorno multilingüe, multiétnico y pluricultural en función de las comunidades que la conforman.
- g). Es un proceso científico, humanístico, crítico, dinámico, participativo y transformador. (Proyecto Educativo Institucional E.O.U.M. Barrio La Javía., 2013)

**Valores:**

Dentro de los valores que se practican en el establecimiento se encuentran los siguientes:

- ✓ Obediencia
- ✓ Puntualidad
- ✓ Responsabilidad
- ✓ Solidaridad
- ✓ Orden
- ✓ Cooperación
- ✓ Amistad
- ✓ Paz. (Proyecto Educativo Institucional E.O.U.M. Barrio La Javía., 2013)

**Organigrama:**

**Fuente:** Escuela Oficial Urbana Mixta, J.V. Barrio La Javía.

**Servicios que presta:**

Brinda una buena educación a la población de Santa Catarina Mita, en nivel primario en jornada vespertina con los grados de 4to, 5to y 6to, contando con docentes capacitados y preparados para ejercer su profesión. (Chinchilla H. , 2017)

**Vinculación con el Ministerio de Educación:**

El establecimiento se vincula con el Ministerio de Educación a través del enlace que tiene con la Dirección Departamental de Educación y con la Coordinación Técnica Administrativa, ya que a través de ellas se realiza el proceso de descentralización de la educación de parte del Ministerio de Educación. Además se relaciona con la Municipalidad de Santa Catarina Mita, para llevar asuntos relacionados con el mejoramiento del establecimiento y del proceso educativo. (Chinchilla H. , 2017)

**4.1.2 Desarrollo histórico****Fundación y fundadores:**

La creación de este centro educativo surge cuando un grupo de personas ven la necesidad que hay en este barrio de una escuela, ya que a la que asistían sus hijos se encontraba muy distante y los tiempos estaban cambiando ya que las calles comenzaban a abarrotarse de vehículos y esto hacia que fuera muy peligroso para los niños de éste barrio, por lo que decidieron formar un Comité e iniciar a gestionar, buscando a personas que les pudieran brindar ayuda. Así fue como gracias a Dios y a este Comité en el que el **señor Reginaldo Aguilar fue el presidente**; su solicitud fue contestada positivamente favoreciéndoles con una plaza para que se pudieran impartir clases en este Barrio La Javía, y para que eso pudiera hacerse realidad se vio en la necesidad de mentir al decir que el Barrio La Javía era una aldea de nuestro municipio, por eso al inicio fue creada como escuela rural en el mes de julio del año 1995. Fue así como el 2 de enero del año 1996 inicia el primer ciclo escolar a cargo de la **profesora Amavilia Guerra de González** quien fue la maestra favorecida para dar inicio en este establecimiento. Debido a que no existía un edificio escolar se laboraba en casas alquiladas pagadas por la municipalidad. Se dio inicio con el grado de primero con un total de 56 alumnos, de

lo que se hicieron dos secciones colaborando como maestra ad-honorem la profesora Zoila Aymé García de Sandoval y un grupo de niños de preprimaria con una maestra ad-honorem que era la profesora Maricela Espina . Contando siempre con la ayuda de la Municipalidad el Lic. René Vicente Osorio Bolaños por solicitud del comité y personal docente iniciaron a gestionar para que el FIS construyera un edificio escolar donándolo la Municipalidad un terreno de 40 mts. de ancho y 20 mts. de largo. El cual se construyó en 1999. Gracias a Dios, a la municipalidad, al exalcalde René Vicente Osorio, al comité, al personal docente, padres de familia y muchos vecinos de este bello municipio se goza hoy de este edificio en donde muchos niños y niñas tienen la bendición de estudiar quedando muy cerca de sus casas, tanto del nivel de preprimaria como del nivel primario.

Hoy después de 21 años de haber iniciado con este proyecto gracias a Dios se cuenta con dos jornadas, para poder cubrir la demanda de niños y niñas; en la jornada matutina los grados atendidos son primero, segundo y tercero y el nivel preprimario siendo la Directora de la jornada matutina la profesora Amavilia Guerra de González. En la jornada vespertina se atiende los grados de cuarto, quinto y sexto primaria. La directora actual es la profesora Heydi Patricia Chinchilla García.

#### **Épocas o momentos relevantes:**

- ✓ En el año de 1995 se da la creación de la Escuela Oficial Urbana Mixta La Javía, por iniciativa de un grupo de vecinos en el cual el presidente era el Señor Reginaldo Aguilar.
- ✓ El 2 de enero del año 1996 inicia el primer ciclo escolar a cargo de la profesora Amavilia Guerra de González quien fue la maestra favorecida para dar inicio en este establecimiento.
- ✓ En el año de 1999 se construye la escuela, en un terreno donado por el exalcalde René Vicente Osorio Bolaños y empieza a funcionar con dos jornadas; en la jornada matutina los grados de 1ero, 2do, 3ero y preprimaria, y en la jornada vespertina los grados de 4to, 5to y 6to primaria.

**Personajes sobresalientes:**

- ✓ Stacy Mabell Pinto, Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.
- ✓ Mayra Menjibar Méndez, Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa. (Guerra, 2017)

**Memorias:.**

Se cuenta con memoria de labores de parte de los docentes.

**Anécdotas:**

- ✓ La actual directora de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina Heydi Patricia Chinchilla García, se decidió a participar a madrina del magisterio del municipio de Santa Catarina Mita, en un concurso en el cual tuvo el apoyo de sus alumnos y compañeros docentes quienes la apoyaron con instrumentos musicales y con porras, quedando ella sorprendida con tanto apoyo, que le ayudó a desempeñarse bien y mantenerse motivada logrando así obtener el segundo lugar que correspondía a madrina del deporte.
- ✓ Cuenta la directora actual de dicha escuela es que hace varios años hubo un niño que le gustaba tanto estudiar, que nunca faltaba a clases, era bien inteligente y aplicado. Llego al extremo que una vez no habían clases de su grado y él llegó. Una maestra se le acercó y le dijo que se fuera para su casa porque su maestra no iba llegar. El muy triste se puso a llorar, no se quería ir para su casa y entonces las maestras se preguntaban que podían hacer, decidieron que por ese día este estudiante recibiera clases en otro grado y con esto el quedo muy feliz.

**Logros alcanzados:**

- ✓ El lograr buena aceptación y prestigio en la educación, en el municipio de Santa Catarina Mita, Jutiapa.
- ✓ Contar con buena cantidad de estudiantes, gracias a la buena educación y a los profesionales con los que cuenta.
- ✓ El contar con una jornada vespertina que atiende a los grados de 4to, 5to y 6to



primaria para un mejor funcionamiento del establecimiento y de la educación.

- ✓ Contar con una escuela en buenas condiciones.
- ✓ Contar con una cancha pavimentada para practicar diversos deportes como: futbol, basquetbol, voleybol.
- ✓ Contar con aulas apropiadas en los diferentes aspectos.

**Archivos especiales:**

Libros de inscripción, asistencia personal, inventario, conocimientos, actas y auxiliar de actas. (Chinchilla H. , 2017)

**4.1.3 Los usuarios**

**Procedencia:**

La mayoría de estudiantes son del Barrio La Javía, algunos son de barrios cercanos como del Barrio La Ermita y El Centro. Algunos de colonias cercanas como: Colonia Nueva y Vista Hermosa, todos los estudiantes son del área urbana del municipio de Santa Catarina Mita.

Hay cuatro docentes mujeres una del municipio de Santa Catarina Mita, que es la directora y tres originarias del municipio vecino de Agua Blanca.

**Estadísticas anuales:**

En el año 2015, ingresaron 85 estudiantes.

En el año 2016, ingresaron 96 estudiantes.

En el año 2017, ingresaron 117 estudiantes.

**Las familias:**

En el establecimiento son aproximadamente 60 familias favorecidas con la educación que brinda el establecimiento.

**Condiciones contractuales usuarios-institución:**

Dentro de las condiciones contractuales que deben cumplir los miembros del establecimiento educativo se encuentra lo que está establecido en el Reglamento Interno, en el Manual de Puestos y Funciones, Ley de Educación Nacional, Constitución Política de la República de Guatemala.

**Tipos de usuarios:**

Los usuarios del establecimiento educativo son ladinos y del área urbana.

Hay en total 117 estudiantes: 60 son hombres y 57 son mujeres.

Hay 4 docentes mujeres.

Se cuenta con 1 conserje para realizar la limpieza del establecimiento.

**Situación socioeconómica:**

En nuestro municipio la situación económica de las familias en su mayoría son de clase media baja.

**La movilidad de los usuarios:**

La mayoría de estudiantes para llegar al centro educativo lo hacen caminando, algunos utilizan el servicio de mototaxi al igual que la directora. Las otras tres docentes originarias del municipio de Agua Blanca utilizan el transporte de microbús para llegar al municipio vecino de Santa Catarina Mita. (Chinchilla H. , 2017)

**4.1.4 Infraestructura****Locales para la administración:**

Cuenta con una dirección donde se maneja todo lo que respecta a la administración del establecimiento ocupándose la misma para reuniones que se hacen con los docentes.

**Áreas de descanso:**

Cuenta con bancas y gradas para descansar.

**Áreas de recreación:**

Cuenta con una cancha pavimentada en la cual se puede practicar diversos deportes como: futbol, basquetbol y voleibol.

**Locales de uso especializado:**

Cuenta con un local especial para cocina en el cual se preparan las refacciones y alimentos que se les dan a los estudiantes como parte de la refacción escolar y en determinadas ocasiones o actividades.

**Áreas para eventos generales:**

Cuenta con un aula multiusos que se puede ocupar para actividades especiales.

**El confort acústico:**

No hay distractores con las otras aulas por problemas de ruido porque las paredes son de block y están repelladas.

**El confort térmico:**

Dentro del establecimiento la temperatura es bastante cálida, debido a que el techo es de lámina y por lo general en el municipio predomina el clima cálido la mayor parte del tiempo. Las aulas cuentan con varias ventanas y por eso existe buena ventilación, que ayuda a refrescar un poco el calor.

**El confort visual:**

Dentro del establecimiento existe buena claridad, debido a que existe un patio y una cancha amplia. Las aulas poseen varias ventanas que ayudan a que la claridad entre, por eso existe un espacio apropiado.

**Espacios de carácter higiénico:**

- ✓ Posee servicios sanitarios para niños, niñas y docentes en buen estado.
- ✓ Posee una pila para que los niños, niñas y docentes puedan realizar el hábito higiénico de lavarse las manos.
- ✓ La cocina se encuentra en buen estado y cumple con los requerimientos higiénicos para la preparación de la refacción escolar, porque se le da mantenimiento y su respectiva limpieza.

**Los servicios básicos**

- ✓ La escuela cuenta con los servicios básicos de agua potable.
- ✓ Servicios sanitarios y la pila cuentan con agua y drenajes.
- ✓ Se cuenta con electricidad en las diferentes áreas del establecimiento.
- ✓ Cuenta con un tinaco que guarda agua, para momentos que se necesite.

**Área de primeros auxilios:**

Solo se cuenta con un botiquín que se encuentra en la dirección del establecimiento para casos pequeños que se puedan tratar, de ser necesario se acude al centro de salud para cubrir las emergencias.

**Política de mantenimiento:**

El mantenimiento del establecimiento educativo se ejecuta a través de los aportes de gratuidad que aporta el Ministerio de Educación y muchas veces se gestiona ayuda a la municipalidad. (Chinchilla H. , 2017)

**4.1.5 Proyección social:****Participación en eventos comunitarios:**

Los docentes y estudiantes de la escuela participan en actividades y eventos que son realizados en nuestro pueblo como caminatas sobre temas como el día del agua, día del medio ambiente, día de la tierra, etc. Así mismo en eventos deportivos.

**Programas de apoyo a instituciones especiales:**

El Ministerio de Educación crea y promueve programas de apoyo para mejorar la salud, nutrición y recreación de los educandos de todos los niveles obligatorios.

**Trabajo de voluntariado:**

En diversas ocasiones se ha participado en actividades de reforestación en algunas partes del municipio. Se ha limpiado diferentes áreas y se ha trabajado diferentes manualidades con materiales reciclables.

**Acciones de solidaridad con la comunidad:**

Dicha escuela es solidaria y ayuda momentos que se necesite. Se colabora con personas que atraviesan situaciones difíciles como accidentes, pérdidas de seres queridos, destrozos por fenómenos naturales y apoya las tele maratones y teletones para recaudar fondos.

**Acciones de solidaridad con los usuarios y sus familias:**

La directora, docentes y estudiantes mantienen ese espíritu de colaboración y solidaridad entre ellos y con los miembros de su familia. En momentos que a algún miembro de la escuela este pasando por momentos difíciles se solidariza y ayuda de la mejor manera posible. Así mismo se ayuda con becas a algunos alumnos.

**Cooperación con instituciones de asistencia social:**

El personal de la escuela coopera con el Centro de Salud cuando visitan la institución para tratar asuntos sobre: vacunas, enfermedades, charlas y cuando se necesita fumigar para combatir el zancudo.

**Participación en acciones de beneficio social comunitario:**

Cuando dentro del barrio o en el municipio se necesita llevar a cabo algún proyecto de beneficio, la escuela participa y ayuda en todo lo posible. Como en jornadas de limpieza, deschatarización, etc.

### **Participación en la prevención y asistencia en emergencias:**

Los docentes y estudiantes participan charlas y capacitaciones sobre la prevención de enfermedades en la asistencia que se debe dar en casos de emergencia, estas son impartidas a través de educadores y especialistas del Centro de Salud.

### **Fomento cultural:**

- ✓ Veladas cívico culturales.
- ✓ Elección de reinas.
- ✓ Actividades deportivas.
- ✓ Momentos cívicos.
- ✓ Celebración de aniversario.

### **Participación cívica ciudadana con énfasis en derechos humanos:**

Dentro del establecimiento se llevan a cabo diferentes actos cívicos celebrando días festivos de nuestro país, en actos conmemorativos por las fiestas patrias y se participa en el desfile del 15 de septiembre. Así mismo se transmiten conocimientos y realizan actividades relacionadas con los derechos humanos. (Chinchilla H. , 2017)

## **4.1.6 Finanzas:**

### **Fuentes de obtención de los fondos económicos:**

Los fondos que se reciben en el establecimiento son por parte del Ministerio de Educación a través de los programas de apoyo que son:

- ✓ **La alimentación escolar:** La organización de padres de familia recibe un aporte económico para brindar alimentos nutritivos a los niños y niñas durante el ciclo escolar. Se recibe Q.1.50 diarios por estudiante (180 días). Se recibe en tres depósitos en el año.
- ✓ **Útiles escolares:** Consiste en un apoyo económico para la compra de útiles escolares básicos para todas las niñas y niños de las públicas. Lo que se

recibe son Q.50.00 por estudiante cada año.

- ✓ **Valija didáctica:** Es una asignación por docente para la compra de materiales básicos de enseñanza-aprendizaje. Se recibe Q220.00 por docente al año.
- ✓ **Gratuidad:** Es un aporte económico que se recibe para utensilios de limpieza, útiles e instrumentos de oficina.

Se recibe dos veces al año Q20.00 por estudiante.

Esto fue impulsado por el Ministerio de Educación, Dirección Departamental de Educación y por la Organización de Padres de Familia.

#### **Existencia de patrocinadores:**

Municipalidad de Santa Catarina Mita, seminaristas y epesistas.

#### **Política salarial:**

Todo docente que realiza su labor busca ser remunerado económicamente y que esta compensación sea justa. El salario satisface las necesidades básicas de los docentes y los integrantes de su familia. Contar con una política salarial justa constituye un factor clave para administrar tus finanzas.

La política salarial es la estructura organizacional que determina el pago y los beneficios que recibirá cada docente por el servicio que desempeña dentro de la institución.

Dentro de la educación y en sí dentro de la labor docente se establecen seis clases de catalogación que son las siguientes:

Clase A con el sueldo básico.

Clase B con un aumento del 25% sobre el sueldo básico.

Clase C con un aumento del 50% sobre el sueldo básico.

Clase D con un aumento del 75% sobre el sueldo básico.

Clase E con un aumento del 100% sobre el sueldo básico.

Clase F con un aumento del 125% sobre el sueldo básico.

El objetivo principal de contar con un política salarial es ofrecer una remuneración equilibrada y constante a los docentes, y estimular a que realicen mucho mejor su

trabajo. Adicionalmente los docentes reciben otros incentivos como bono 14, aguinaldo y bono magisterial.

**Cumplimiento con prestaciones de ley:**

Se cumplen con las prestaciones establecidas en el Código de Trabajo, Ley de Servicio Civil y los Pactos Colectivos de Condiciones de Trabajo.

**Previsión de imprevistos:**

Para los gastos imprevistos se utiliza la caja menor, caja chica o simplemente caja, es una cantidad pequeña de fondos en dinero efectivo.

**Presupuestos generales y específicos:**

El presupuesto general para la educación en nuestro país para este año 2017 es de Q.13,937,205.78 y entre los presupuestos específicos podemos mencionar los que se realizan por los fondos que se reciben por los programas de apoyo. (Chinchilla H., 2017)

**4.1.7 Política laboral**

**Procesos para contratar al personal:**

A través de convocatorias del Ministerio de Educación.

**Perfiles para los puestos o cargos de la institución:**

Maestros de Educación Primaria

Licenciado en Pedagogía

Notoria honradez

**Procesos de inducción de personal:**

Al docente se le brinda una efectiva orientación general sobre las funciones que desempeñará, los fines, organización y estructura de la institución.

**Procesos de capacitación continua del personal:**

Los realiza el Ministerio de Educación a través de la Dirección Departamental.



**Mecanismos para el crecimiento profesional:**

El Ministerio de Educación implemento la profesionalización de los docentes a través de PADEP y carreras con nuevas especialidades como PEM en Ciencias Naturales, PEM en Ciencias Sociales y Formación Ciudadana y Profesorado de Educación Primaria que implementó la Universidad de San Carlos de Guatemala. (Chinchilla H. , 2017)

**4.1.8 Administración****Investigación:**

Dentro del establecimiento se fomenta esta actividad orientada a la obtención de nuevos conocimientos y su aplicación para la solución a problemas o interrogantes de carácter científico. Ayuda a desarrollar una curiosidad creciente acerca de la solución de problemas, además, contribuye al progreso de la lectura crítica.

**Planeación:**

La directora y docentes visualizan el futuro, trazan las acciones a seguir y planifican todas las actividades a realizar basadas en condiciones futuras.

**Programación:**

Proceso a través del cual la directora y docentes del establecimiento definen estructuras programáticas, actividades, metas, tiempos, responsables, y recursos necesarios para el logro de los objetivos de largo y mediano plazo.

**Dirección:**

La directora orienta al personal del establecimiento para que realicen su trabajo de la mejor manera posible. La directora y docentes tratan a los estudiantes bajo determinados estándares de respeto, liderazgo y motivación. Los guían y orientan por el mejor camino.

**Control:**

La directora controla que el establecimiento esté funcionando correctamente tanto

en lo educativo como en lo administrativo y que las actividades se estén realizando correctamente.

**Evaluación:**

Proceso dinámico a través del cual, e indistintamente, la institución educativa conoce sus propios rendimientos, especialmente sus logros y flaquezas y así reorientar propuestas o bien focalizarse en aquellos resultados positivos para hacerlos aún más rendidores. La directora evalúa el rendimiento de los docentes o viceversa. Los docentes evalúan los conocimientos y aprendizajes de los alumnos.

**Mecanismos de comunicación y divulgación:**

La comunicación se da de forma personal y directa.

**Manuales de procedimientos:**

El manual de procedimientos contiene una descripción precisa de cómo deben desarrollarse las actividades de cada institución. Dentro del establecimiento se maneja un reglamento interno el cual contiene lo referente a la institución, así como las normas, derechos y obligaciones de los miembros o implicados en el proceso educativo.

**Manuales de puestos y funciones:**

El centro educativo cuenta con un manual de puestos y funciones, el cual está basado de acuerdo al personal que en él labora y a las instancias que colaboran en el proceso. El manual contiene los diversos puestos, descripción de los mismos, objetivos y funciones.

**Legislación concerniente a la institución:**

- ✓ Constitución Política de la República de Guatemala
- ✓ Ley de Educación Nacional
- ✓ Ley del Servicio Civil

- ✓ Código de Trabajo
- ✓ Pacto Colectivo de Condiciones de trabajo.

**Las condiciones éticas:**

La ética trata del comportamiento correcto humano y las reglas de moralidad. Dentro de la institución existen condiciones éticas para que todo funcione de la mejor manera, se siguen una serie de reglas y normas que involucran tanto a los profesores, a los alumnos y padres de familia debe haber aplicación de valores mutuamente. (Chinchilla H. , 2017)

**4.1.9 El ambiente institucional:****Relaciones interpersonales:**

Dentro y fuera del establecimiento directora, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad manejan una buena comunicación en los momentos o acontecimientos en que se relacionan para que todo resulte de la mejor manera posible. Actuando con principios y valores.

**Liderazgo:**

El liderazgo es el conjunto de habilidades que la directora del establecimiento tiene para influir en la forma de ser o actuar de sus demás compañeros y estudiantes haciendo que este equipo trabaje con entusiasmo hacia el logro de sus metas y objetivos.

**Coherencia de mando:**

La directora del establecimiento tiene coherencia de mando es decir que lo que se pensó y planeó hacer se realiza como tal. Ser coherente significa cumplir con lo que se dice y lo que se hace. Los docentes de igual manera tienen coherencia de mando con las tareas y trabajos que se les deja a los estudiantes.

**La toma de decisiones:**

Las decisiones que son tomadas por la directora y docentes deben ser respetadas siempre y cuando no afecten el bien común de los estudiantes. Para llegar a

consensos sobre temas especiales se toma en cuenta la opinión y decisión de los padres de familia.

**Estilo de la dirección:**

**Es de estilo institucional** en la cual la directora se adapta a la situación de trabajo. Es una buena comunicadora tolerante, con confianza con sus compañeros docentes que procura fomentar la participación, sabe valorar y reconocer el trabajo realizado.

**Claridad de disposiciones y procedimientos:**

Todas las disposiciones y procedimientos son tomados en base a las leyes del país y los reglamentos del Ministerio de Educación.

**Trabajo en equipo:**

En dicha escuela la directora, docentes, padres de familia, personal de servicio y estudiantes forman un solo equipo para lograr que el proceso educativo funcione de la mejor manera posible, todos los implicados deben cumplir con sus derechos y obligaciones para ver resultados positivos.

**Compromiso:**

El compromiso con el que deben de cumplir las autoridades educativas y docentes es el de ofrecer una buena educación a los estudiantes, para formar personas de bien a la sociedad siendo productivas en diferentes áreas.

**El sentido de pertinencia:**

El sentido de pertinencia se lleva a cabo por docentes y estudiantes que pertenecen a la institución en el cual se sienten contentos, se relacionan y siguen normas de convivencia. Cada logro, es un granito de arena para la institución para la superación personal y para la sociedad. Teniendo el sentido pertenencia se logra vivir en un mejor ambiente.

**Satisfacción laboral:**

Los docentes tienen satisfacción laboral con el hecho de que están haciendo su trabajo de la mejor manera posible, por la superación personal, de los estudiantes y no solo por el aspecto económico.

**Posibilidades de desarrollo:**

El docente tiene la posibilidad de desarrollarse, crecer como ser humano en el aspecto personal y profesional. Al mismo tiempo es parte fundamental en la superación de sus estudiantes, ya que ellos en el proceso de formación y al graduarse pueden ser productivos en diferentes campos, ayudando a su familia y al municipio a salir adelante.

**Motivación:**

Los docentes tienen la voluntad de estimular a los estudiantes a hacer un esfuerzo con el propósito de alcanzar ciertas metas.

**Reconocimiento:**

Dentro del establecimiento se reconoce cuando un docente o estudiante ha hecho méritos, aportes y ha demostrado superación. El reconocer el trabajo de otros nos hace ser mejores personas.

**El tratamiento de conflictos:**

En toda relación humana surgen o existen conflictos, situaciones en las cuales es necesario intervenir en el ámbito escolar el docente y director influyen como mediadores al mismo tiempo resuelven los problemas de los estudiantes. De ser necesario se hace llamadas de atención, se comunica con los padres de familia y se les levantan conocimientos.

**La cooperación:**

Dentro del establecimiento los docentes y estudiantes trabajan en equipo para poder cumplir con diferentes asuntos, manteniendo un espíritu amigable y agradable, pudiendo así cumplir con los objetivos.

**La cultura de diálogo:**

Dentro del establecimiento se fomenta este mecanismo de comunicación, para que a través de una buena comunicación; practicando buenas relaciones humanas se puedan evitar malos entendidos, peleas, conflictos y en si afectar a la institución. Buscando mantener un ambiente de armonía y paz. (Chinchilla H. , 2017)

## 5. Listado de carencias / deficiencias / fallas

- a. Falta de textos acerca de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.
- b. Escritorios del establecimiento en mal estado.
- c. Jardinera del establecimiento en mal estado y con pocas plantas.
- d. No se cuenta con biblioteca en el centro educativo.
- e. Falta de material didáctico y pedagógico en las aulas del establecimiento.
- f. Son escasos los momentos de recreación para el personal.
- g. Múltiples fallas administrativas en los procesos de la institución.
- h. Poco interés por realizar investigación.
- i. Programas educativos sin diseño curricular actualizado.
- j. Poca cultura de programación de la comunidad.
- k. Escaso conocimiento de corrientes curriculares.

## 6. La problematización

Carencias	Problemas
Falta de textos acerca de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.	<i>¿Cómo resolver la falta de textos acerca de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud?</i>
Escritorios del establecimiento en mal estado.	<i>¿Cómo lograr el buen estado de los escritorios y que duren mucho tiempo?</i>
Jardinera del establecimiento en mal estado y con pocas plantas.	<i>¿Cómo lograr el buen estado de la jardinera para que el centro educativo tenga un mejor aspecto visual y ambiental?</i>
No se cuenta con biblioteca en el centro educativo.	<i>¿Cómo crear una biblioteca en el centro educativo?</i>
Falta de material didáctico y pedagógico en las aulas del establecimiento.	<i>¿Qué hacer para motivar a docentes y estudiantes a que realicen material didáctico y pedagógico en las aulas del establecimiento de manera constante?</i>

Son escasos los momentos de recreación para el personal.	<i>¿Con qué periodicidad es conveniente realizar recreación con el personal?</i>
Múltiples fallas administrativas en los procesos de la institución.	<i>¿Cómo mejorar la administración de los procesos institucionales?</i>
Poco interés por realizar investigación.	<i>¿Cómo motivar el interés para realizar investigación?</i>
Programas educativos sin diseño curricular actualizado.	<i>¿Qué hacer para actualizar curricularmente los programas educativos?</i>
Poca cultura de programación de la comunidad.	<i>¿Cuáles son las razones de la poca cultura en programación de la comunidad?</i>
Escaso conocimiento de corrientes curriculares.	<i>¿Cómo mejorar el conocimiento de corrientes curriculares?</i>

## 7. La hipótesis-acción

<b>Problema</b>	<b>Hipótesis-acción</b>
¿Cómo resolver la falta de textos acerca de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud?	<i><u>Si</u> se realiza un proceso de investigación, redacción y ejecución de una guía pedagógica, <u>entonces</u> se podrá aportar textos y se mejorará los conocimientos acerca de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.</i>
¿Cómo lograr el buen estado de los escritorios y que duren mucho tiempo?	<i><u>Si</u> se logra motivar y concientizar a los estudiantes para que cuiden los escritorios, se realicen actividades de reparación y pintado, <u>entonces</u> se logrará tener escritorios en mejores condiciones por mucho tiempo.</i>
¿Cómo lograr el buen estado de la jardinera para que el centro educativo tenga un mejor aspecto visual y ambiental?	<i><u>Si</u> se hace un rediseño, se consiguen materiales de construcción, buena tierra, se solicita o consiguen plantas y flores, <u>entonces</u> se logrará tener una jardinera en buen estado, con buen aspecto visual y ambiental.</i>

¿Cómo crear una biblioteca en el centro educativo?	<i>Si se cuenta con un área disponible, se elabora un plan para llevar a cabo, se gestiona libros, se realizan diferentes actividades y se gestiona mobiliario, <u>entonces</u> se podrá contar con una biblioteca en el centro educativo.</i>
¿Qué hacer para que docentes y estudiantes realicen material didáctico y pedagógico en las aulas del establecimiento de manera constante?	<i>Si se motiva, capacita, se realizan estrategias y actividades, <u>entonces</u> los docentes y estudiantes podrán realizar material didáctico y pedagógico dentro de sus aulas.</i>
¿Con qué periodicidad es conveniente realizar recreación con el personal?	<i>Si se elabora un calendario en el que se establezca días, horario y actividades sugeridas, <u>entonces</u> el personal podrá contar con recreación cada cierto tiempo (según se establezca).</i>
¿Cómo mejorar la administración de los procesos institucionales?	<i>Si se hace un rediseño organizacional, <u>entonces</u> se puede mejorar la administración de los procesos institucionales.</i>
¿Cómo motivar el interés para realizar investigación?	<i>Si se fomenta realizar tareas, documentales y diversas actividades de investigación. Premiando y valorando los aportes, descubrimientos y el trabajo realizado, <u>entonces</u> habrá interés por realizar investigación.</i>
¿Qué hacer para actualizar curricularmente los programas educativos?	<i>Si se realiza un proceso de evaluación y replanteamiento <u>entonces</u> se pueden actualizar curricularmente los programas educativos.</i>
¿Cuáles son las razones de la poca cultura en programación de la comunidad?	<i>Si se hace un diagnóstico comunitario <u>entonces</u> se pueden identificar las razones de la poca cultura en programación de la comunidad.</i>
¿Cómo mejorar el conocimiento de corrientes curriculares?	<i>Si se ejecuta un diplomado taller <u>entonces</u> se mejorará el conocimiento de corrientes curriculares.</i>



## 8. Viabilidad y factibilidad

### 8.1 La viabilidad

Indicador	Si	No
Se tiene, por parte de la institución, el permiso para hacer el proyecto?	X	
¿Se cumplen con los requisitos necesarios para la autorización del proyecto?	X	
¿Existe alguna oposición para la realización del proyecto?		X

### 8.2 La factibilidad

#### 8.2.1 El estudio técnico

Indicador	Si	No
¿Está bien definida la <b>ubicación</b> de la realización del proyecto?	X	
¿Se tiene exacta idea de la <b>magnitud</b> del proyecto?	X	
¿El <b>tiempo</b> calculado para la ejecución del proyecto es el adecuado?	X	
¿Se tiene claridad de las <b>actividades</b> a realizar?	X	
¿Existe disponibilidad de los <b>talentos</b> humanos requeridos?	X	
¿Se cuenta con los <b>recursos</b> físicos y técnicos necesarios?	X	
¿Está claramente definido el <b>proceso</b> a seguir con el proyecto?	X	
¿Se ha previsto la organización de los <b>participantes</b> en la ejecución del proyecto?	X	
¿Se tiene la certeza jurídica del proyecto a realizar?	X	

### 8.2.2 El estudio de mercado

Indicador	Si	No
¿Están bien identificados los beneficiarios del proyecto?	X	
¿Los beneficiarios realmente requieren la ejecución del proyecto?	X	
¿Los beneficiarios están dispuestos a la ejecución y continuidad del proyecto?	X	
¿Los beneficiarios identifican ventajas de la ejecución del proyecto?	X	

### 8.2.3 El estudio económico

Indicadores	Si	No
¿Se tiene calculado el valor en plaza de todos los recursos requeridos para el proyecto?	X	
¿Será necesario el pago de servicios profesionales?		X
¿Es necesario contabilizar gastos administrativos?	X	
¿El presupuesto visualiza todos los gastos a realizar?	X	
¿En el presupuesto se contempla el reglón de imprevistos?	X	
¿Se ha definido el flujo de pagos con una periodicidad establecida?	X	
¿Los pagos se harán con cheque?		X
¿Los gastos se harán en efectivo?	X	
¿Es necesario pagar impuestos?		X

### 8.2.4 El estudio financiero

Indicador	Si	No
¿Se tiene claridad de cómo obtener los fondos económicos para el proyecto?	X	
¿El proyecto se pagará con fondos de la institución intervenida?		X
¿Será necesario gestionar crédito?		X
¿Se obtendrán donaciones monetarias de otras instituciones?	X	
¿Se obtendrán donaciones de personas particulares?	X	
¿Se realizarán actividades de recaudación de fondos?		X

## Capítulo II

### 2.1 Fundamentación teórica referente a nutrición

#### La salud

La salud se entiende como una etapa en la cual el ser humano goza de bienestar general; es decir, un bienestar a nivel físico, psíquico y social y está inmersa en la educación; debido al derecho de toda persona de gozar de felicidad, la cual se ve representada en el bienestar físico, afectivo, emocional que se logra en un ambiente social saludable. La salud es importante para el ser humano ya que ella sólo se consigue si se tiene conocimiento de las actividades y actitudes necesarias para lograr dicho objetivo. (Casero, 2008)



<http://politecnicocartagena.es/wp-content/uploads/2012/11/salu1.jpg>

#### La educación para la salud

La educación para la salud es un proceso que aborda no sólo la transmisión de la información en salud, sino también el fomento de la motivación, las habilidades personales y la autoestima necesarias para adoptar medidas destinadas a mejorarla; para lograrlo se incluye la información que se refiere a los factores de riesgo, el comportamiento de riesgo, así como su contraparte. La promoción de la salud es el proceso que permite a las personas incrementar su control sobre los determinantes de la salud y en consecuencia, mejorarla. (González, 2006)

La educación en su ámbito formal de desarrollo, asume, a través de la escuela, un rol fundamental en la promoción de factores protectores de los individuos y su comunidad. Es por ello que un enfoque en la escuela en educación para la Salud da sentido a las actitudes de afecto y respeto por la salud y bienestar propio y el de los demás; lo cual se espera que ayude al desarrollo de hábitos saludables y al mejoramiento de la calidad de vida. **Los aspectos que ocupan mayor importancia en la escuela son actitudes y hábitos relacionados con el manejo del tiempo libre, la higiene, la actividad física, la prevención de accidentes y enfermedades, los primeros auxilios, la nutrición, la educación sexual y la salud mental, entre otros.** (Casero, 2008)

La Educación para la Salud se debe impartir en la escuela; debido a que en ella se congrega la población infantil y juvenil y asociada a ella la familia y la comunidad. Además de que en la escuela se disponen de medios y herramientas educativas que permiten que los contenidos relacionados con la Educación para la Salud contribuyan a la educación en colectivo y las acciones de promoción y prevención escolar se dirijan a los educandos, a sus familias y a la comunidad circundante. (Casero, 2008)



<http://educacionan.blogspot.com/2015/06/la-educacion-para-la-salud-es-una.html>

## La nutrición

La nutrición se define como el conjunto de procesos mediante los cuales el ser humano utiliza, transforma e incorpora una serie de sustancias que recibe del mundo exterior y que forma parte de los alimentos con objeto de suministrar energía, construir y reparar estructuras orgánicas así como regular los procesos biológicos. (Soriano, 2006)

La nutrición es el proceso de ingerir nutrientes a través de los alimentos que comemos. Aprender de forma adecuada a tomar seis tipos de nutrientes, los carbohidratos, las grasas, las proteínas, el agua, las vitaminas y los minerales. Todos ellos actúan como fuentes de energía, mantienen nuestros tejidos y regulan los procesos del cuerpo de forma óptima.

La comida que eliges para comer determina los nutrientes que recibirá tu cuerpo y en qué cantidades. Los nutrientes son sustancias que permiten a tu cuerpo tomar energía, construir y mantener los tejidos, así como regular todos los procesos internos. Si sigues una dieta saludable constituida por una gran variedad de nutrientes, seguramente tendrás una buena salud, mucho mejor que si ingirieras una dieta pobre, con escasez de vitaminas y nutrientes. (Graña, 2015)



<http://www.eltiempo.com/carrusel/mitos-y-realidades-de-la-nutricion-infantil/15232516>

## Diferencia entre alimentación y nutrición

### Alimentación:

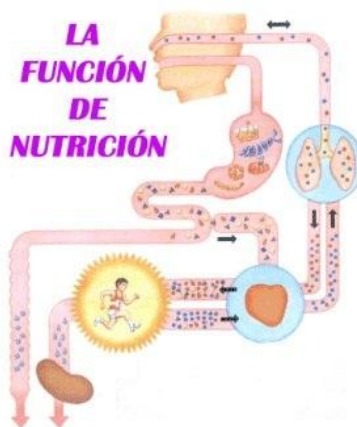
“Consiste en introducir los alimentos en tu cuerpo. Es el resultado de acciones voluntarias y conscientes. Puedes cambiar tus hábitos alimenticios para que tener una alimentación sana y equilibrada”. (Prat, 2015)



<https://www.mujerglobal.es/digestiones-pesadas/>

### Nutrición:

Es el conjunto de procesos que se realizan en tu organismo para utilizar los nutrientes que están en los alimentos que comes. La nutrición incluye la ingestión, la digestión la absorción, el transporte, la distribución, el metabolismo, el almacenamiento y la excreción. La nutrición se realiza de forma involuntaria e inconsciente. (Prat, 2015)



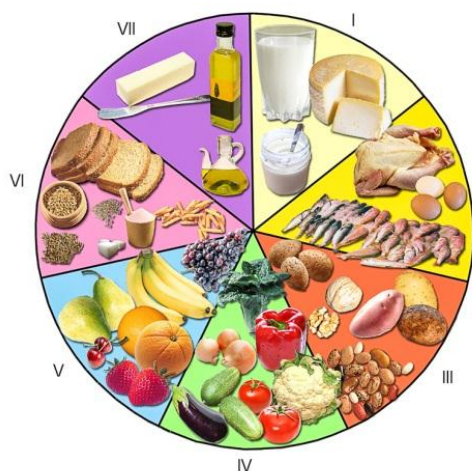
[http://clic.xtec.cat/db/act\\_es.jsp?id=2202](http://clic.xtec.cat/db/act_es.jsp?id=2202)

## Diferencia entre alimento y nutriente

### Alimento:

Es cualquier producto sólido o líquido que aporta nutrientes. Puede ser:

- ✓ de origen animal o vegetal y
- ✓ natural (crudo) o elaborado. (Prat, 2015)



<http://lexicoon.org/es/alimento>

### Nutriente:

“Es el componente de los alimentos que puede ser utilizado por el organismo como material energético, estructural y/o regulador”. (Prat, 2015)



[http://nutrientes29.blogspot.com/2014\\_11\\_01\\_archive.html](http://nutrientes29.blogspot.com/2014_11_01_archive.html)



## Funciones de los seis nutrientes esenciales

Un nutriente esencial es un tipo de nutriente que el cuerpo no puede sintetizar por sí mismo o no cuenta con la cantidad adecuada por lo que debe ser incluido en la dieta. Estos nutrientes son necesarios para que el cuerpo funcione de forma adecuada. Los seis nutrientes esenciales incluyen los carbohidratos, las proteínas, las grasas, las vitaminas, los minerales y el agua. (Graña, 2015)

### Carbohidratos

Los carbohidratos son la principal fuente de energía para el cerebro, los riñones y los músculos. Sin este nutriente el cuerpo no funcionaría de forma adecuada. Los músculos y el hígado pueden almacenar el exceso de glucosa ingerido para ser utilizado durante actividades deportivas.

Los carbohidratos pueden ser de una o dos unidades de azúcar, pero también formar largas y complejas moléculas. Un ejemplo de esto es el azúcar o la miel, nutrientes simples, mientras que los cereales o la patata contienen carbohidratos complejos. El ingerir fruta y cereales, alimentos ricos en fibra, reduce el riesgo de enfermedad coronaria del corazón, ayudando a mantener estables los niveles de glucosa en sangre. (Graña, 2015)





## Proteínas

La proteína es el principal componente estructural de las células y el responsable de construir y reparar los tejidos del cuerpo. También se encarga de luchar contra las enfermedades y mantener la masa muscular del cuerpo. Se descompone en aminoácidos, que construyen bloques de proteína. Nueve de los 20 aminoácidos conocidos como esenciales, deben ser administrados en la dieta debido a que no pueden ser sintetizados en el cuerpo.

*Entre un 10 y un 35% de las calorías diarias que se ingieren deben proceder de esta fuente, encontrada en alimentos como los huevos, los lácteos, en fuentes animales o en vegetales como la quinoa y la soja. (Graña, 2015)*



<http://www.cambiatufisico.com/mejores-proteinas/>

## Grasas

Las grasas son compuestos orgánicos que se forman de carbono, hidrógeno y oxígeno y son la fuente más concentrada de energía en los alimentos. Las grasas pertenecen al grupo de las sustancias llamadas lípidos y vienen en forma líquida o sólida.

La grasa es una fuente de energía que cuando es consumida, incrementa la absorción de vitaminas solubles en grasa incluyendo la A, D, E y la K. También ayuda al crecimiento del tejido y a la producción de las hormonas. Aproximadamente entre un 20 y un 35% de los alimentos ingeridos cada día deben contener este nutriente. Elegir opciones saludables como los productos ricos en Omega 3 y Omega 6 como el pescado, las nueces o los aceites vegetales pueden ser una gran alternativa. El Omega 3 ayuda al desarrollo y crecimiento.

*Limitar el consumo de grasas saturadas por debajo de un 10% diario y evitar las grasas transgénicas es lo más saludable para nuestro cuerpo. (Graña, 2015)*



<http://educatennutricion.blogspot.com/2012/08/las-grasas-buenas-y-malas.html>

## Vitaminas

Las vitaminas son micronutrientes, por lo que tu cuerpo solamente necesita pequeñas cantidades. Son sustancias que el cuerpo necesita para crecer y desarrollarse normalmente.

La vitamina C es necesaria para la síntesis de colágeno, proporcionando su estructura a los vasos sanguíneos, a los huesos y a los ligamentos. Se encuentra en alimentos como las frutas cítricas, las frambuesas y en los pimientos. El ácido fólico, también conocido como vitamina B9, debe ser consumido para prevenir defectos en el nacimiento de los niños. Las mujeres que están embarazadas o que prevén quedarse en estado, suelen hablar con su médico para tomar un suplemento de ácido fólico, añadido a su dieta. La vitamina D ayuda a mantener la homeostasis de calcio. Puede ser encontrado en los alimentos o ser sintetizada a través del sol.

Las vitaminas C y todo el complejo de vitaminas B, pueden ser disueltas en agua. Sin embargo, las vitaminas A, D, E y K deben ser disueltas en grasa, por lo que tu cuerpo necesita de este nutriente para poder absorberlas. Con el objetivo de tener una vida saludable, necesitas tomar de forma regular vitaminas o incluir suplementos que las contengan. (Graña, 2015)



<http://medicinapreventiva.info/dieta-y-alimentacion/19664/donde-se-encuentran-las-vitaminas-por-linternista/>

## Minerales

Los minerales son micronutrientes inorgánicos que forman parte de algún órgano o elemento del cuerpo, como son los huesos o la sangre y se adquieren a través de algunas frutas, vegetales y otros alimentos. Los minerales mantienen saludables y funcionando bien a las células de cada uno de los órganos del cuerpo, activan la producción de líquidos y sustancias del cuerpo, como las hormonas o las enzimas y ayudan en la realización de varios procesos vitales como la respiración, la digestión o la circulación. Los minerales forman parte de las frutas, vegetales y otros alimentos y vienen en diminutas cantidades en ellos, pero en cantidad suficiente para los requerimientos humanos. Entre los más importantes para el cuerpo están: hierro, cinc, calcio, potasio, sodio, yodo, magnesio y otros más.

El sodio ayuda a mantener el volumen de líquido fuera de las células, y a que funcionen de forma adecuada. Debe ingerirse menos de 2,400 miligramos por día, de este mineral. El potasio se encarga de mantener el volumen de líquido dentro y fuera de las células, así como de prevenir el aumento de la presión arterial cuando se aumenta la ingesta de sodio. Fuentes ricas en este mineral incluyen los plátanos, las patatas y los tomates. El calcio ayuda a mantener los huesos y los dientes fuertes. Cada día deben incluirse tres fuentes ricas en calcio como son la leche, el queso bajo en grasa y el yogurt. (Graña, 2015)



<http://www.alimentosricosan.net/wp-content/uploads/2016/01/minerales.jpg>

## El agua

Por definición, el cuerpo necesita macronutrientes en grandes cantidades. El agua conforma más del 60% del cuerpo humano, de acuerdo a los expertos en medicina y nutrición. Todos los nutrientes transitan a través de la sangre, compuesta en su mayor parte por agua. Además, se ve implicada en procesos como la regulación de la temperatura o la digestión, en mantener la homeostasis del cuerpo y en el transporte de nutrientes a través de las células. El promedio de agua o líquido recomendado por día suele oscilar los dos litros y medio, procedente tanto de los alimentos como de las bebidas. (Graña, 2015)



<http://www.aizpunagua.com/agua.html>

## Procesos de la nutrición

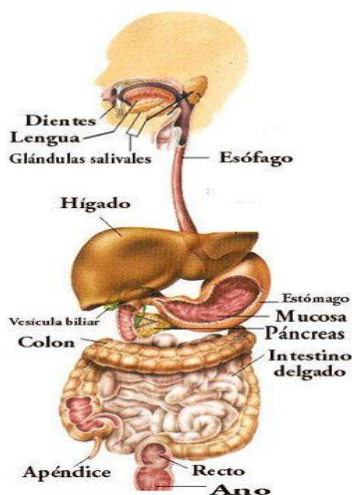
Se mencionan cuatro procesos fundamentales que realiza la nutrición:

- ✓ **Proceso digestivo:** Se realiza en el aparato digestivo. Mediante este proceso obtenemos los nutrientes para ser aprovechados por nuestro cuerpo. Empieza con la digestión en la boca realizando la masticación y la salivación. Se mastica y se mezcla con la saliva para conseguir que pase al estómago a través del esófago. Una vez en el estómago se mezcla con los jugos gástricos, jugos que tienen gran acidez y esto hace que mate todas las bacterias que contenga el alimento y además descompone las proteínas en sustancias simples. El alimento sólido se convierte aquí en una masa líquida



y espesa llamada quimo. El quimo es transportado hasta el intestino delgado donde se mezcla con la bilis que envía el hígado, con los jugos pancreáticos que vienen del páncreas y con los propios jugos intestinales formado lo que se llama el quilo. Aquí termina la digestión y se obtienen los nutrientes que son absorbidos por las paredes del intestino y que pasan a la sangre a través de los pliegues que posee el intestino. Pero en este proceso hay nutrientes que el cuerpo no necesita, estos se envían desde el intestino delgado al intestino grueso donde se forman las llamadas heces, una vez allí pasarán al ano para expulsarlos al exterior.

- ✓ **La respiración:** mediante la respiración obtenemos el oxígeno del aire. Esta se realiza en el aparato respiratorio y el oxígeno que se obtiene lo consumen las células de nuestro cuerpo para liberar azúcares, sin el cual no podrían realizar sus actividades en el cuerpo.
- ✓ **La circulación:** Se realiza en el aparato circulatorio. Una vez que el intestino delgado absorbe los nutrientes, éstos pasan al torrente sanguíneo donde son transportados a todas las partes del cuerpo. Transporta los nutrientes, el oxígeno y las sustancias de desecho por todo el cuerpo.
- ✓ **Excreción:** Se produce en el aparato excretor y su misión es expulsar al exterior todos los desechos que son inútiles para el cuerpo. (Ciencias Naturales, s.f.)



## Importancia de la nutrición

Todos sabemos que alimentarse bien es imprescindible para nuestra salud, pero lo que hay que saber es que a veces la calidad de alimentos que se ingieren depende de las condiciones económicas y culturales; es por eso que vemos cantidad de personas que no consumen alimentos sanos y por ese motivo tienen graves problemas de salud.

Por todos los medios, gráficos, radiales y televisivos se debe educar sobre la importancia de la nutrición, desde temprana edad, enseñando la forma de comer, la calidad de los alimentos y la cantidad, y fundamentalmente que nos aporta cada uno de ellos al organismo, ya que estos alimentos se convierten en nutrientes. Esta importancia de la nutrición, debe ser balanceada y equilibrada, ya que estos nutrientes ayudan a los requerimientos básicos de la tarea cotidiana. Se necesitan muchos nutrientes todos los días, porque de ellos depende la vida de las células para que se mantengan en su estructura completa, puedan realizar las funciones, estén sanas y se reproduzca correctamente. Hay que pensar, en la importancia de la nutrición, en el cuerpo, para mantenerlo sano y prevenirlo en un futuro de enfermedades irreparables. Hay que determinar que necesita el cuerpo y aplicarlo a las comidas que se ingieren, y el valor nutricional que cada una posee. Una alimentación saludable es la que se tienen incorporando alimentos que otorgan energía para tener un buen rendimiento diario, aportar todos los nutrientes necesarios para un buen funcionamiento del organismo, e ingerir los alimentos en proporciones adecuadas. (Brown, 2010)



<http://gastrosud.com.ar/tips-para-comer-mas-sano-en-familia/>

## La nutrición y su incidencia en la educación

Una nutrición adecuada, durante la edad escolar permite que el niño logre su pleno potencial de crecimiento, desarrollo y salud. En esta etapa se pueden presentar problemas de nutrición, como anemia y caries dentales. Se puede observar, con relación al peso, problemas de obesidad o el inicio de trastornos alimenticios. Por esta razón, una nutrición saludable y el fortalecimiento de hábitos alimenticios sanos pueden ayudar a evitar problemas de salud en el futuro. A una buena nutrición se le asocia un buen desempeño académico en la escuela y la reducción de retardos e inasistencias escolares. (Brown, 2010, pág. 87)

La mayor influencia sobre los alimentos es generada por los padres y hermanos. De esta manera, los padres son responsables por los hábitos alimenticios de sus hijos. De aquí la importancia de que los padres sean modelos positivos para generar hábitos alimenticios saludables. Es importante que la familia trate de comer junta, esto provoca la unión familiar y el dialogo. (Brown, 2010, pág. 88).

Los niños en edad escolar tienen la tendencia a pasar más tiempo fuera de casa, lo cual hace que sea influenciado por otros niños cuando desee escoger un alimento. Los docentes tienen influencia sobre los hábitos alimenticios de los niños. Por esta razón, es importante realizar una Educación para la Salud, con énfasis en nutrición, de tal manera que lo que se aprenda en el salón de clase se fortalezca en la tienda escolar. (Brown, 2010, pág. 88)



<http://tvcrecer.com/2012/vianda-escolar-como-prepararla/>



## Influencia de los medios masivos de comunicación

Los medios masivos de comunicación, son parte importante de la formación de los niños en la actualidad. Entre ellos podemos encontrar los medios de comunicación impresos o no impresos. Dentro de los impresos están los libros, periódicos, revistas, etc. Con relación a los no impresos están: televisión, radio, medios electrónicos como el Internet, los celulares, la computadora, etc.

La función que cumplen los medios de comunicación es la de informar, entretener, y/o educar. Es necesario tener esto en cuenta, ya que dentro de los destinatarios de estos medios están los niños, los cuales son fácilmente influenciados. La influencia que los medios de comunicación tienen en los niños depende especialmente de la familia y de la escuela. Estos últimos, deben formar en los niños la capacidad negociadora, la cual les permitirá asumir una postura crítica, reflexiva, propositiva, y creativa frente a lo que les ofrecen los medios de comunicación.

Los medios masivos de comunicación tienen gran impacto sobre el desarrollo de hábitos nutricionales de los niños y adolescentes. Los niños reciben gran cantidad de información sobre los modelos actuales de belleza y esbeltez; además se ven influenciados a consumir comidas poco saludables asociadas a la promoción de juguetes de toda clase como medio para atraer su atención y su consumo. (Castillo, 2012)



<http://educacionan.blogspot.com/2015/10/son-relevantes-para-la-salud-del-nino.html>

## **Beneficios para la salud, en el consumo de leche y sus derivados**

La leche, por su composición en nutrientes, es considerada como uno de los alimentos más completos que existen. Es un alimento muy completo ya que es fuente de calcio, fósforo, magnesio y proteína, los cuales son esenciales para el desarrollo y crecimiento. Un adecuado consumo de leche durante la infancia y a lo largo de la vida le ayudará a mantener huesos fuertes y prevenir la osteoporosis en la edad adulta.

En la leche que consumimos, la de vaca, hay 300 mg de calcio aproximadamente por cada vaso. Y no sólo es que sea la fuente principal de calcio, sino que además, por la propia composición de la leche, el calcio se absorbe mejor que el de otros alimentos. Además de su contribución de nutrientes, el aumento del consumo de leche también se ha vinculado a la reducción del riesgo de numerosos problemas de salud tales como osteoporosis, cáncer, enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y obesidad.

**Entre los derivados de la leche están: el queso, la crema, el requesón, yogurt, batidos, entre otros los cuales son alimentos muy completos** porque poseen los tres principios inmediatos que son las proteínas, los lípidos y los glúcidos. Además son ricos en vitaminas del grupo B, vitaminas A y D y minerales como el calcio. (Alvarado, 2017)



<http://lavozdequeretaro.com/nuevo/queretaro/abasto-de-leche/>

### **Beneficios para la salud, en el consumo del huevo**

El huevo es un alimento bajo en calorías, pero tiene un gran valor nutritivo por su aporte de proteína de alta calidad biológica, ya que contiene todos los aminoácidos esenciales en cantidades adecuadas como vitaminas, especialmente del complejo B, vitamina B1, B3, B12, ácido fólico y biotina que se relacionan mucho con la función cerebral y energética, y otras liposolubles con función antioxidante como A y E y otras como D que se relaciona con la absorción de calcio a nivel intestinal.

El contenido de minerales también colabora en su función antioxidante por contener selenio y zinc (claves para mantener un balance oxidativo adecuado), fósforo y hierro. Por lo demás, aporta carotenos y otras sustancias beneficiosas a nuestro organismo.

En embarazadas y niños el consumo del huevo es muy importante por su aporte de colina, la cual es clave en procesos metabólicos, crecimiento, desarrollo y mantención de estructuras, especialmente del sistema nervioso y aun cuando posee una sustancia que potencia una reacción alérgica (albúmina, una de las proteínas de la clara) la única precaución es incorporar éste a la alimentación después de los 8 meses de edad y, en caso de niños, con antecedentes de reacciones alérgicas, después del año.

En adultos y adultos mayores es una buena alternativa alimenticia no sólo porque reduce significativamente la pérdida de masa muscular que se produce a medida pasan los años, sino también por su alto poder antioxidante, que en esta etapa de la vida es fundamental para prevenir o retardar enfermedades de tipo degenerativas. Además, para adultos mayores posee dos grandes ventajas: es de bajo costo y es fácil de incorporar en la alimentación -muchas veces elaborada de forma especial dado los problemas de masticación y deglución que presentan algunas personas de edad avanzada.

Respecto a la relación huevo/colesterol -principal mito referente a este alimento- su restricción se ha modificado debido a que el factor predominante que más incide en estos niveles en la sangre o colesterolemia, es el balance entre las grasas insaturadas-saturadas y no tanto en la ingesta de colesterol, tal y como se pensaba hace años. Incluso hay estudios recientes que ponen de manifiesto que la ingesta de un huevo al día no tiene ningún efecto sobre los niveles de colesterolemia, dentro de una dieta acorde a las necesidades individuales y confeccionadas de manera equilibrada.

Estudios demuestran que el alto contenido de lecitina de la yema junto a la relación “saludable” de los distintos tipos de grasa que presenta, provoca que a nivel intestinal la absorción de colesterol en nuestro organismo se vea reducida.

¿Cuántos huevos se recomienda consumir a la semana? Diversos estudios señalan que 3 huevos a la semana es un consumo adecuado, teniendo siempre en claro que uno por día es lo ideal. Es decir, uno día por medio por ejemplo, que cocidos es mejor que fritos o revueltos, salvo que éstos se cocinen en agua y que en la dieta diaria se incluyan cantidades adecuadas de fibra preferentemente de tipo soluble, se realice actividad física y un adecuado consumo de agua, entre otros consejos saludables como el dejar de fumar y aprender técnicas de manejo de estrés. (Hervías, 2011)



<http://1.bp.blogspot.com/-lpE92BEOlml/Ud7706u5sfl/AAAAAAAABik/-w9pJWWuveg/s1600/Huevo+1.jpg>

### **Beneficios para la salud, en el consumo de carnes**

Aunque la carne viene a ser el nombre genérico que, de alguna u otra forma, reciben las partes blandas y comestibles del ganado bovino, porcino y ovino, y aunque cada cual aporta sus propios beneficios y propiedades, es cierto que la mayoría contiene una serie de nutrientes y virtudes más o menos comunes.

La carne, sea del tipo y origen que sean, contienen proteínas, minerales, vitaminas, agua y grasas. En este sentido, las proteínas que contiene la carne son de alto valor biológico, dado que contienen una interesantísima y buena presencia de los ocho aminoácidos esenciales que necesita nuestro organismo para funcionar correctamente.

En cuanto a las vitaminas, destacan principalmente las vitaminas del grupo B. Además, entre el 60% y el 80 % es agua. En lo que se refiere a los propios minerales en sí, destaca el hierro como uno de los más abundantes, aunque también nos encontramos con calcio, fósforo, magnesio y potasio. Se debe tener en cuenta que la carne en general, y particularmente las vísceras, contienen purinas, que nuestro metabolismo convierte en ácido úrico, el cual en exceso puede provocar la aparición de la gota o de enfermedades renales. (Pérez, 2017)



## La lactancia materna

La leche materna es, sin duda, el mejor alimento infantil que existe; es el más equilibrado y contiene todos los nutrientes necesarios para el correcto desarrollo del recién nacido. Tiene beneficios para su sistema inmunológico y su salud a largo plazo (por ejemplo, previene de la obesidad y favorece un mayor coeficiente intelectual).

Aunque la alimentación exclusiva con leche materna durante los primeros seis meses de vida está ganando terreno en muchos países, es fundamental que las tasas de lactancia natural sigan aumentando para que mejore el estado nutricional y la salud de los lactantes y los niños. La OMS recomienda la lactancia materna de manera exclusiva hasta los seis meses y de manera complementaria hasta los dos años.

Del 1 al 7 de agosto se celebra la semana mundial de la lactancia materna para concientizar y difundir sobre los beneficios de amamantar. (Fundación Medicina Fetal Barcelona, 2017)



<http://misremedios.com/vida-sana/aumentar-produccion-leche-materna/>

## **Beneficios de la leche materna para los pequeños:**

### **El calostro de los primeros días:**

- 1. Tiene un alto contenido en proteínas y es el alimento perfecto para satisfacer las necesidades del recién nacido.** Esta leche de apariencia entre blanquizca y amarillenta se llama calostro, y es rica en nutrientes y anticuerpos que el bebé necesita justo después de nacer.
- 2. Proporciona gran cantidad de defensas inmunológicas y estimula el desarrollo de su propio sistema inmunológico.** El calostro contiene una sustancia llamada inmunoglobulina A secretora, la cual forma una capa protectora sobre las membranas mucosas en los intestinos, nariz y garganta del bebé, precisamente las partes más susceptibles a virus, bacterias e infecciones.
- 3. Ayuda a reducir la absorción de bilirrubina y los problemas de ictericia.** Si el bebé ingiere la leche materna suficiente, eliminará el excedente de bilirrubina a través de las heces.
- 4. Tiene un efecto laxante, se digiere fácilmente** y es por eso que el bebé la demanda frecuentemente, lo que facilita la estimulación de leche materna.

### **La leche materna:**

- 5. Proporciona los nutrientes necesarios en la proporción y temperatura adecuados.** La leche materna ofrece la combinación ideal de nutrientes para el bebé, incluyendo las vitaminas, proteínas y grasas que necesita.
- 6. Se digiere y asimila con gran facilidad.** Esto previene incomodidades en el bebé relacionadas con su insipiente sistema digestivo, incluyendo diarrea, estreñimiento y cólico.
- 7. Proporciona anticuerpos de la madre y alarga el periodo de inmunidad natural.** La lecha materna contiene anticuerpos que le ayudan a tu bebé a combatir diferentes tipos de virus, bacterias e infecciones. La nutrición en las



primeras etapas de la vida del bebé es determinante en el desarrollo del sistema inmunológico del bebé.

- 8. Reduce la predisposición a enfermedades respiratorias.** Los bebés que se alimentan con leche materna exclusivamente durante los primeros seis meses de vida tienen menos infecciones en el oído, enfermedades respiratorias (incluyendo asma), y molestias digestivas e intestinales.
- 9. Previene las alergias.** Los bebés alimentados con leche materna también sufren menos alergias a alimentos, factores ambientales y en la piel.
- 10. Disminuye el riesgo de desarrollar obesidad.** Como la leche materna contiene la nutrición exacta que el bebé requiere y la cantidad consumida es autorregulada, tiene mejores probabilidades de aumentar el peso justo y comer únicamente la cantidad necesaria.
- 11. Los cambios de sabor, según la alimentación de la madre, preparan al niño para aceptar mayor variedad de alimentos.** La variedad de sabores que recibe el bebé en la leche materna lo prepara mejor para aceptar los diferentes sabores de la comida sólida.
- 12. Favorece el correcto desarrollo de la mandíbula, los dientes y el habla.** El acto de succión contribuye al avance de la mandíbula del bebé alcanzando una posición apropiada alrededor de los 8 meses.
- 13. Crea un fuerte vínculo entre madre-hijo.** Cubriendo necesidades como la proximidad y seguridad que favorecen la autoestima del niño y la relación con la madre. (Fundación Medicina Fetal Barcelona, 2017)



<http://www.ceibarquitos.com/post/para-los-padres/la-importancia-del-vinculo-madre-e-hijo/4/73/>



## Propiedades nutricionales de la leche materna

- ✓ **Agua:** La leche materna contiene un 88% de agua, aportando la cantidad necesaria que el bebé necesita, por ello los bebés que están con lactancia materna exclusiva no necesitan beber agua de forma adicional.
- ✓ **Proteínas:**
  - Caseína.** Tiene como función principal el aporte de aminoácidos, fósforo y calcio al bebé.
  - Lactosuero, inmunoglobulinas (anticuerpos).** Impiden la colonización de gérmenes patógenos en la mucosa intestinal.
- ✓ **Carbohidratos:**
  - Lactosa.** Su principal función, junto a las grasas, es el aporte de energía necesaria para el crecimiento y desarrollo del bebé.
  - Galactosa.** Indispensable para el desarrollo del sistema nervioso central del niño.
- ✓ **Grasas:** Es rica en ácidos grasos esenciales (omega 3) importantes para el desarrollo neurológico y de la visión.
- ✓ **Minerales:** *Calcio, hierro, potasio, zinc, flúor y magnesio.* La leche materna contiene todos los minerales que el bebé necesita y de fácil absorción.
- ✓ **Vitaminas:** Entre las propiedades nutritivas de la leche materna la más destacable en vitaminas es la A, seguida por la C y K. En menor medida están presentes las vitaminas del grupo B, sobre todo B12. ( Grupo de apoyo a la lactancia materna, s.f.)



## **Incidencia de la lactancia materna en la reducción de los niveles de morbilidad y mortalidad infantil**

Se estima que actualmente alrededor del 35% de la población mundial de lactantes de entre 0 y 6 meses son alimentados exclusivamente con leche materna. Si todos los lactantes y niños pequeños disfrutaran de una lactancia natural exclusiva durante los seis primeros meses de vida y a continuación recibieran una alimentación complementaria nutritiva sin dejar de tomar el pecho hasta los dos años de edad, se podría salvar cada año la vida de otro millón y medio más de niños menores de cinco

La malnutrición es responsable de una tercera parte de los 8,8 millones de muertes registradas anualmente entre los niños menores de cinco. Además de poder ser una causa de defunción directa, también constituye el factor de riesgo aislado más importante de morbilidad entre los niños de corta edad. Más de dos tercios de las muertes por esta causa, a menudo asociadas a prácticas de alimentación inapropiadas, como la lactancia artificial o la administración prematura e inadecuada de alimentos complementarios, se producen en los primeros meses de vida. (Heine, 2010)



<http://espanol.babycenter.com/thread/890099/foto>

### **La olla familiar**

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

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

### **Una guía adaptada al país**

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

La olla de la alimentación guatemalteca se adapta a las necesidades especiales del país, como la falta de una alimentación adecuada, tanto en cantidad como en calidad. Por otro lado, existe otro grupo de población que, por exceso de alimentación, son obesos y, como consecuencia, padecen de enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión y enfermedades del corazón. La olla de la alimentación de Guatemala va dirigida a toda esta población de riesgo, así como a la familia, entendida como población sana mayor de dos años de edad. La olla se

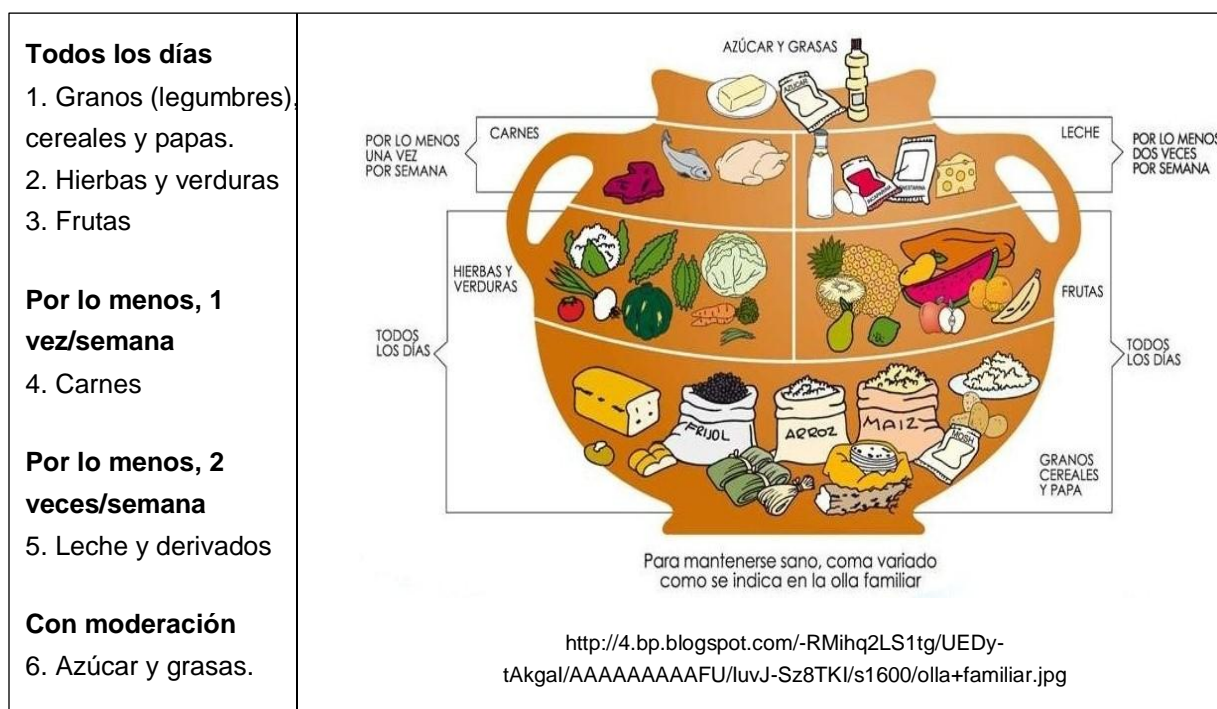
acompañía de mensajes orientados tanto a la reducción del riesgo de desarrollar enfermedades crónicas (obesidad o diabetes, por ejemplo) como a la prevención de deficiencias nutricionales.

### Mensajes que acompañan a las guías dietéticas

Un aspecto destacable de esta guía es la recomendación de combinar leguminosas con cereales como el arroz, ya que esto permite obtener proteínas de buena calidad, más económicas y asequibles para la población guatemalteca que la proteína animal. Asimismo, se hace hincapié en la necesidad de tomar complementos o alimentos fortificados, en especial con hierro y vitamina A, ya que las carencias de estos nutrientes son frecuentes entre los grupos de población más vulnerables y hace conciencia sobre la importancia de la higiene en la preparación de alimentos.

### Los siete pasos para una alimentación sana

En la olla de Guatemala se representan seis grupos de alimentos básicos, así como la frecuencia de consumo aconsejada, tanto diaria como semanal, de cada uno de ellos. (Yoldi, 2007)



A continuación se muestran los siete pasos que quedan reflejados junto a la olla de la alimentación de Guatemala:

1. Incluya en todos los tiempos de comida granos, cereales o papas, porque alimentan, son económicos y sabrosos.
2. Coma todos los días hierbas o verduras para beneficiar su organismo.
3. Todos los días coma fruta, cualquiera que sea, porque son sanas, digestivas y alimenticias.
4. Si come todos los días tortillas (de harina de cereal) y frijoles, por cada tortilla coma una cucharada de frijol para que ésta sea más sustanciosa.
5. Coma dos veces por semana, por lo menos, un huevo, un pedazo de queso o un vaso de leche para complementar su alimentación.
6. Al menos una vez por semana coma un pedazo de hígado o de carne para fortalecer su organismo.
7. Para mantenerse sano, coma variado como se indica en la olla familiar. (Yoldi, 2007)

### **Diferencia de la olla familiar con la pirámide alimenticia**

La diferencia que existe es que la **olla familiar** es una guía alimenticia, adaptada exclusivamente a las necesidades especiales de nuestro país Guatemala, basada en nuestro alcance y realidad económica; mientras que la **pirámide alimenticia** está dedicada a otros países que se encuentran en una situación socioeconómica mejor a la de nuestro país. Hoy en día se encuentran diferentes pirámides alimenticias y guías alimenticias adaptadas directamente a las necesidades de cada país.

## La incaparina

Es una mezcla de harina de maíz y harina de soja utilizado como complemento alimenticio. Su composición también incluye vitaminas y minerales. Fue desarrollada por el bioquímico guatemalteco Ricardo Bressani en 1959. (Wikipedia La enclopedia libre, 2016)

Incaparina es un producto con características nutricionales superiores que se ha consolidado como el líder indiscutible de la categoría de cereales calientes. Es el único producto en su categoría que cuenta con el aval de varias instituciones de prestigio a nivel centroamericano. Es la primera mezcla vegetal en Guatemala, tomando la vanguardia sobre muchos países, que ha tenido un fuerte impacto en contribuir a la reducción de los altos niveles de desnutrición proteica energética, a precio accesible y con un valor nutricional alto. Es una fórmula de proteína vegetal apropiada para la alimentación de personas adultas, especialmente para la alimentación suplementaria y mixta de grupos vulnerables como niños, madres embarazadas y lactantes.

Incaparina está además reforzada con una mezcla de micro nutrientes científicamente desarrollada con las principales vitaminas y minerales. Los mismos no solo ayudan al crecimiento, desarrollo y mantenimiento del sistema inmunológico y nervioso sino además ayudan a mejorar la asimilación de otros alimentos. Esta fortificada con vitaminas y minerales esenciales, hierro y zinc de alta calidad. (Grandes Marcas Guatemala, 2015)



<http://www.centraldealimentos.com/marcas/incaparina/>

## **Categorización de los alimentos que favorecen el crecimiento, el peso y la energía en el ser humano**

### **Alimentos que favorecen el crecimiento**

La clave del crecimiento está en los músculos y en los huesos. Por esta razón, para incentivar su crecimiento, es fundamental una dieta rica en calcio, hierro y fósforo.

Los minerales como el calcio, fósforo y hierro son imprescindibles para un buen crecimiento. El calcio se halla en la leche y sus derivados, las legumbres, el pescado y los frutos secos. El fósforo se encuentra en estos mismos alimentos y en la carne. El hierro está presente en verduras de hoja verde, legumbres, carne y cereales integrales.

Así mismo son de importancia para el crecimiento los alimentos que se encuentran presentes en las proteínas, carbohidratos, grasas insaturadas, vitaminas y el agua. (Gimferrer, 2015)



[http://nutricion.ferato.com/images/7/72/Vd\\_20110814\\_vaso\\_de\\_leche.jpg](http://nutricion.ferato.com/images/7/72/Vd_20110814_vaso_de_leche.jpg)

## Alimentos que favorecen el peso

Estar por debajo del peso ideal es un problema que puede afectar gravemente la salud, para ganar peso se debe recurrir a aquellos que nos aporten grasas saludables. Entre estos alimentos están:

- ✓ **Huevos.** Hacen parte de las proteínas magras, ideales para aumentar la masa muscular. Son una fuente rica en minerales como calcio, hierro y sodio, y una gran cantidad de vitaminas.
- ✓ **Productos lácteos.** Alimentos como la leche entera, los quesos y el yogurt, son un buen aliado para quienes quieren subir de peso. Los productos lácteos son una fuente rica de ácidos grasos y vitaminas.
- ✓ **Pastas.** Son un alimento delicioso, fácil de preparar y con muchos nutrientes que aportan grandes beneficios a la salud.
- ✓ **Pan integral.** Este tipo de alimento aporta un plus de grasas vegetales y calorías que son beneficiosas para la salud, equilibrando el peso sin tener excesos de ningún tipo.
- ✓ **Frutos secos.** Son una fuente rica de grasas vegetales buenas, vitamina E, fibra y antioxidantes.
- ✓ **Carne de res.** El consumo moderado de carne de res es ideal para subir de peso rápidamente gracias a sus contenidos de grasas.
- ✓ **Pescado.** Contiene proteínas de alta calidad biológica y son una fuente rica de ácidos grasos omega 3. (Mejor con Salud, s.f.)



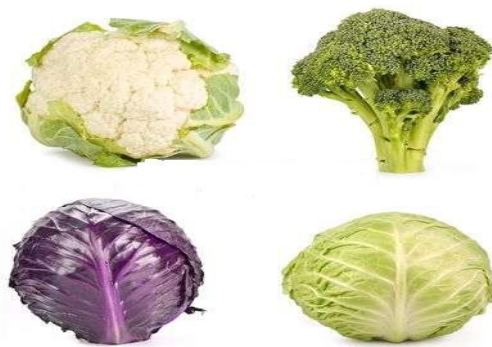
<https://mejorconsalud.com/7-alimentos-para-aumentar-de-peso-saludablemente/>



## Alimentos que favorecen la energía

A diario nuestro cuerpo necesita de diferentes alimentos y nutrientes que ayuden a aumentar la energía para el funcionamiento y rendimiento diario. Entre estos están:

1. **El agua.** Es uno de los impulsores de energía más rápidos que existen. Un par de vasos de agua no solamente refrescan nuestro organismo, sino que también elevan a buena velocidad nuestros niveles de energía.
2. **Incaparina.** Es una mezcla de harina de maíz y harina de soja utilizado como complemento alimenticio. Su composición también incluye vitaminas y minerales.
3. **Avena.** Es una fuente de poder muy importante ya que son fuente de fibra y carbohidratos: Se pueden consumir de diferentes maneras, acompañada de leche o en forma de cereal. Ideales para el desayuno.
4. **Salmón.** Es una buena fuente de proteínas que mejora tu estado de alerta y tu desempeño, así como en la salud general del cerebro.
5. **Vegetales.** Entre los más beneficiosos están: coliflor, brócoli, repollo, berro y col. La fibra en estos vegetales ayuda a estabilizar la azúcar de la sangre y previene que los niveles de energía pasen de estar muy altos a muy bajos.
6. **Plátanos.** Su generosa carga de potasio es ideal para obtener energía rápidamente y de una forma saludable.
7. **Pescados.** Los pescados grasos, ricos en omega 3, son capaces de reducir la depresión, incrementar la concentración y provee de energía. ( Hockwald , 2017)



[https://es.123rf.com/photo\\_3521058\\_brocoli-col-lombarda-repollo-y-coliflor-aisladas-en-blanco.html](https://es.123rf.com/photo_3521058_brocoli-col-lombarda-repollo-y-coliflor-aisladas-en-blanco.html)

## Enfermedades que causan la mala nutrición:

### Desnutrición

Ocurre cuando el cuerpo de una persona no obtiene los nutrientes suficientes. Esto puede deberse a una mala absorción del sistema digestivo o a un estado psicológico, por ejemplo, depresión. Los síntomas son varios, entre ellos, adelgazamiento, palidez, disminución de la presión arterial y retardo de crecimiento en los niños. Ellos son el grupo más vulnerable ante la desnutrición, pero también pueden sufrirla los adultos, y trae serias repercusiones para el proceso reproductivo en las mujeres.

En muchos lugares del mundo la desnutrición es una enfermedad causada por la imposibilidad de que todos los sectores de la población accedan a los alimentos necesarios para gozar de buen estado de salud. En este caso la desnutrición es consecuencia de la desigualdad económica que sumerge en la pobreza a grandes sectores de la población, para lo cual los gobiernos deben implementar medidas de asistencia que eviten las causas de este mal. (Taringa, s.f.)

“Uno de los mejores indicadores de desnutrición o de riesgo de desnutrición es la valoración de los cambios de peso en el tiempo, con respecto al peso habitual del paciente”. (Gil, 2010)



<http://www.s21.gt/2016/07/los-ninos-siguen-muriendo-desnutricion-cronica/>

## **Tipos de desnutrición en Guatemala**

Uno de los principales problemas del área rural guatemalteca es la desnutrición, por lo que es de suma importancia conocer cuáles son las implicaciones de esta problemática. Asimismo, es importante saber también cuáles son las posibles soluciones, con la finalidad que podamos ver la luz al final del camino y comprender que es posible resolver esta situación en Guatemala.

Existen diferentes tipos de desnutrición, desnutrición aguda y crónica. Es importante saber diferenciarlas pues la solución a dicha problemática dependerá del tipo de desnutrición diagnosticada. (Morán, 2015)

### **Desnutrición aguda:**

En Guatemala afecta al 1.1% de niños menores de 5 años y es causada por la falta del consumo de alimentos en un período de tiempo determinado (hambre estacional), que conlleva a una rápida pérdida de peso. En el país se dan casos de desnutrición aguda por falta de acceso a los alimentos, especialmente en el corredor seco. Es necesario responder a estos casos inmediatamente por medio del consumo de alimentos altamente nutritivos y el tratamiento de alimentos terapéuticos. (Morán, 2015)



<http://humania.org/2013/03/25/desnutricin-aguda-infantil-nutrir-la-mejor-inversin-de-futuro/>

**Desnutrición crónica:**

La problemática se debe a la falta de micronutrientes durante el período de 9 meses de gestación y los 24 primeros meses de vida del niño, teniendo gran impacto en el desarrollo cerebral de los infantes, ya que se producen alteraciones metabólicas y estructurales irreversibles. El efecto físico más evidente son niños con peso y talla menor a la que debería alcanzar su cuerpo a esta edad, asimismo se tiende a padecer con mayor frecuencia enfermedades gastrointestinales y respiratorias. El resultado en el cerebro es uno de menor tamaño y peso, con menos conexiones neuronales que afectan el desarrollo visual, auditivo, de lenguaje y motor; perjudicando las capacidades de aprendizaje, comportamiento y habilidad de regular emociones. En Guatemala el 49.8% de los niños menores de 5 años sufren de desnutrición crónica, lo cual causa un desempeño académico limitado y por lo tanto el desarrollo del capital humano se trunque; sumando a la situación lo que por mucho tiempo se han debatido del ciclo perverso de pobreza. (Morán, 2015)



<http://www.deguate.com/artman/publish/noticias-guatemala/hambre-acecha-a-otros-seis-departamentos.shtml>

## Anorexia

Es una enfermedad causada por la falta de una alimentación adecuada debido a hábitos de alimentación trastornados por la obsesión de tener una figura más delgada. En general afecta a adolescentes y en especial a las mujeres, que debido a pautas culturales y sociales, no están contentas con su cuerpo y evitan comer para bajar de peso. Es difícil reconocerla sin realizar una consulta médica, aunque hay algunos síntomas característicos que ayudan a descubrirla, por ejemplo:

- ✓ Miedo intenso a aumentar de peso.
- ✓ Bajo peso corporal y rechazo a mantenerlo por encima del mínimo normal.
- ✓ Adopción de dietas y realización de ejercicio físico intenso.
- ✓ En las mujeres, ausencia de al menos tres ciclos menstruales consecutivos.
- ✓ Palidez y caída del cabello.
- ✓ Disminución de glóbulos rojos (anemia).
- ✓ Carácter hostil e irritable, acompañados de sentimientos depresivos.
- ✓ Sentimientos de culpa y deprecio.
- ✓ Cuerpo escondido debajo de la ropa holgada o negativa a usar traje de baño.

Si la anorexia no es tratada a tiempo, las personas pueden desarrollar ritmos anormales y peligrosos de bombeo del corazón (bradicardia). Esto causa una disminución en el flujo de sangre y en la presión arterial, siendo la causa más común de muerte en las personas con anorexia severa. Los niños y adolescentes pueden experimentar crecimiento retrasado debido a la falta de nutrientes. (Taringa, s.f.)



<http://www.elpulso.es/wp-content/uploads/2015/03/Anorexia10.jpg>

## Bulimia

Es aún más difícil de detectar que la anorexia, ya que en la mayoría de los casos no existe un factor importante que llame la atención, como el bajo peso de los que padecen anorexia. Los síntomas característicos son:

- ✓ Ingesta de grandes cantidades de comida a escondidas.
- ✓ Después de una comida, sentimiento de gran culpa, con el recurso del vómito para eliminar lo ingerido.
- ✓ Abuso de laxantes, diuréticos y medicamento para adelgazar.
- ✓ Caída anormal del cabello.
- ✓ Aumento de caries y pérdida de dientes.
- ✓ Irritación de garganta y dolores musculares.
- ✓ Alteraciones menstruales (en las mujeres).
- ✓ Seguimiento de dietas diversas.
- ✓ Depresión, pensamientos negativos, ideas recurrentes de suicidio, sentimientos de culpa u odio a sí mismo.
- ✓ Escasa capacidad de concentración o irritabilidad creciente.

Como consecuencia de ese trastorno de alimentación, al comer excesivamente y luego inducir el vómito se presentan pérdida de líquido y niveles de potasio bajos. Si estos niveles descienden demasiado, pueden provocar la disminución del ritmo cardíaco y hasta la muerte. Las personas con bulimia son propensas a la depresión. (Taringa, s.f.)



<https://patfalecaros.wordpress.com/2016/07/29/divulgacion-cientifica-la-bulimia/>



## Obesidad

Se caracteriza por el almacenamiento de una cantidad excesiva de grasa bajo la piel y en el interior de algunos órganos, como los músculos. Es el resultado de una ingesta de calorías mayor que las que el cuerpo utiliza. Algunos de sus síntomas son: ahogo y otros problemas respiratorios y enfermedades asociadas al aumento de peso, como arteriosclerosis y diabetes. El tratamiento más común consiste en una dieta baja en calorías y en la realización de ejercicio regular. Hay algunas operaciones, reservadas para los casos de obesidad grave, que complementan las dietas. Por ejemplo, el bypass intestinal consiste en la supresión de un segmento de intestino para reducir la absorción de nutrientes. Es una técnica que produce muchos efectos negativos, inclusive a veces la muerte, por lo cual se utiliza cada vez con menos frecuencia. Otra técnica es el bypass gástrico, que produce la capacidad del estómago para evitar que el paciente pueda ingerir grandes cantidades de alimento. (Taringa, s.f.)



<https://www.buenasalud.net/2010/08/07/niveles-de-obesidad-en-aumento.html>

## **2.2 Fundamentos legales de nutrición**

### **LEY DEL SISTEMA NACIONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL**

#### **DECRETO NÚMERO 32-2005**

#### **EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE GUATEMALA**

##### **CONSIDERANDO:**

Que es un derecho de todos los guatemaltecos acceder a una alimentación que satisfaga sus necesidades nutricionales y sociales, condición fundamental para el logro del desarrollo integral de la persona y de la sociedad en su conjunto, por lo que se hace necesario mejorar las condiciones que permitan superar la inseguridad alimentaria y nutricional en que se encuentra la población guatemalteca, ya que las mismas representan un serio obstáculo para el desarrollo social y económico del país, especialmente en el área rural y en los grupos urbano marginales e indígenas.

##### **CONSIDERANDO:**

Que las raíces de la inseguridad alimentaria y nutricional de la población guatemalteca son complejas y guardan relación con todos los campos de acción del desarrollo, por lo que es necesario buscar soluciones con enfoque integral y multicultural, que valoren y enriquezcan los patrones de consumo y las prácticas productivas con participación multisectorial y multidisciplinaria, y que es deber del Estado velar por la seguridad alimentaria y nutricional de la población guatemalteca, en cumplimiento a lo establecido en los artículos 94 y 99 de la Constitución Política de la República que establecen la responsabilidad del mismo de velar por la salud y el bienestar en general de las personas.

##### **CONSIDERANDO:**

Que históricamente se realizaban prácticas productivas de maíz y frijol que garantizaban la disponibilidad del alimento y un patrón de consumo que investigaciones demuestran nutricionalmente adecuado, y que el derecho a la alimentación se formula por primera vez en la Declaración Universal de los Derechos



Humanos en 1948 en su artículo 25; de igual forma se hace énfasis en el artículo 11 del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966), y Guatemala en ambos casos, al hacerse parte de estos Tratados, reconoce la obligación de respetar, proteger y realizar progresivamente los derechos en ellos reconocidos, incluido el derecho a una alimentación adecuada.

**CONSIDERANDO:**

Que el Comité de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales, a solicitud de los Estados Miembros durante la Cumbre Mundial sobre la Alimentación de Roma de 1996, asentó en la observación general número 12 de 1999 la interpretación del contenido normativo del artículo 11 del Pacto Internacional de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales.

**CONSIDERANDO:**

Que el abordaje a la problemática de la inseguridad alimentaria y nutricional es responsabilidad de todos los estratos sociales públicos y privados para garantizar la disponibilidad, acceso, consumo y aprovechamiento de los alimentos en base a la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Decreto Número 32-2005  
Hoja No. 2 de 12

**POR TANTO:**

En ejercicio de las atribuciones que le confiere el artículo 171 inciso a) y 176 de la Constitución Política de la República.

**DECRETA:**

La siguiente:

**LEY DEL SISTEMA NACIONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL****CAPÍTULO I DISPOSICIONES GENERALES**

**Artículo 1. Concepto.** Para los efectos de la presente Ley, la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional establece como Seguridad Alimentaria y Nutricional “el derecho de toda persona a tener acceso físico, económico y social, oportuna y permanentemente, a una alimentación adecuada en cantidad y calidad, con pertinencia cultural, preferiblemente de origen nacional, así como a su adecuado aprovechamiento biológico, para mantener una vida saludable y activa”.

**Artículo 2. Prohibición de discriminación.** La discriminación en el acceso a los alimentos, así como a los medios y derechos para obtenerlos, por motivo de raza, etnia, color, sexo, idioma, edad, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social, con el fin o efecto de anular u obstaculizar la igualdad en el disfrute o ejercicio del derecho a la SAN, constituye una violación a la presente Ley.

**Artículo 3. Política.** La Seguridad Alimentaria y Nutricional se asume como una política de Estado con enfoque integral, dentro del marco de las estrategias de reducción de pobreza que se definan y de las políticas globales, sectoriales y regionales, en coherencia con la realidad nacional.

**Artículo 4. Coordinación.** La Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional establece los principios rectores, ejes temáticos y lineamientos generales para orientar las acciones de las diferentes instituciones que desarrollan actividades para promocionar la Seguridad Alimentaria y Nutricional de la población; dicha política se rige por los siguientes principios:

- a. **Solidaridad.** Las acciones encaminadas a la seguridad alimentaria y nutricional deben priorizar la dignidad de los guatemaltecos. Asimismo, debe fomentar la identificación de los miembros de la sociedad a sentir como propio el problema de inseguridad alimentaria y nutricional que afecta a gran proporción de la población, ya que cualquier acción que se hace en beneficio a unos, beneficia a todos.
- b. **Transparencia.** Las intervenciones están basadas en información y métodos objetivos, cuentan con mecanismo de monitoreo y evaluación permanentes, fomentando la transparencia en el gasto público, la auditoría social y toman en cuenta las necesidades de la población.
- c. **Soberanía alimentaria.** El Estado de Guatemala define soberanamente la modalidad, época, tipo y calidad de la producción alimentaria, en forma sostenida y con el menor costo ambiental y garantiza la seguridad alimentaria y nutricional de la población guatemalteca.
- d. **Tutelaridad.** Por mandato constitucional y de oficio, el Estado de Guatemala debe velar por la seguridad alimentaria y nutricional de la población, haciendo prevalecer la soberanía alimentaria y la preeminencia del bien común sobre el particular.
- e. **Equidad.** El Estado debe generar las condiciones para que la población sin distinción de género, etnia, edad, nivel socio económico, y lugar de residencia, tenga acceso seguro y oportuno a los alimentos.
- f. **Integralidad.** La Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional debe tener carácter integral, incluyendo los aspectos de disponibilidad, acceso físico, económico, social, consumo y aprovechamiento biológico de los alimentos.

Para su implementación se toma en cuenta lo que en materia de ordenamiento territorial, diversidad cultural, educación, salud, protección ambiental, recursos hídricos y productividad establece la Constitución Política de la República de Guatemala, la ley y las políticas públicas.

- g. **Sostenibilidad.** La seguridad alimentaria y nutricional se basa en un conjunto de factores de carácter sostenible, que garantizan el acceso físico, económico,

social, oportuno y permanente a una alimentación adecuada en cantidad y calidad, con pertinencia cultural, preferiblemente de origen nacional, para su adecuado aprovechamiento biológico, para mantener una vida saludable y activa.

Respecto al factor productivo, se basa en modelos productivos sostenibles que respetan la diversidad biológica y cultural y protegen los recursos naturales.

La sostenibilidad se garantiza, además, mediante las normas, políticas públicas e instituciones necesarias y debe estar dotada de los recursos financieros, técnicos y humanos necesarios.

- h. **Precaución.** La importación de alimentos genéticamente modificados -materia prima y terminados- están sujetos al etiquetado respectivo y a las regulaciones que las leyes específicas establecen, garantizando su trazabilidad e inocuidad. Al importador le corresponde comprobar, ante las entidades públicas correspondientes, dicha trazabilidad e inocuidad.

Para proteger el germoplasma nativo, se regula la importación, experimentación y cultivo de semillas genéticamente modificadas, mediante la emisión de las leyes respectivas, en concordancia con los convenios y protocolos que el Estado de Guatemala es signatario.

- i. **Descentralización.** El Estado traslada de acuerdo a su competencia, capacidades de decisión, formulación y manejo de recursos a los ámbitos departamental, municipal y comunal, creando las normas e instituciones que sean necesarias.
- j. **Participación ciudadana.** El Estado promueve la participación articulada de la población en la formulación, ejecución y seguimiento de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional y las políticas sectoriales que de ella se deriven.

**Artículo 5. Participación.** El Gobierno de Guatemala promoverá un proceso de consulta con la sociedad civil organizada para proponer soluciones y definir estrategias orientadas a garantizar la Seguridad Alimentaria y Nutricional -SAN- en productos tradicionales como maíz y frijol en las tierras aptas para dichos cultivos, lo que debe reflejarse en planes operativos y estratégicos.

## **CAPÍTULO II DEL SISTEMA NACIONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL**

**Artículo 6. Creación del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional -SINASAN-.** Se crea el Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional -SINASAN-, integrado por instancias de gobierno y de la sociedad guatemalteca, contando con el apoyo técnico y financiero de la cooperación internacional.

**Artículo 7. Objetivos.** El objetivo fundamental del SINASAN es establecer y mantener, en el contexto de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, un marco institucional estratégico de organización y coordinación para priorizar, jerarquizar, armonizar, diseñar y ejecutar acciones de SAN a través de planes, siendo sus objetivos principales:

- a. Impulsar acciones encaminadas a la erradicación de la desnutrición y reducción de enfermedades carenciales y por exceso en todo el territorio nacional y la eliminación de la transmisión intergeneracional de la desnutrición, creando y fortaleciendo condiciones que contribuyan a que toda la población acceda a oportunidades de desarrollo humano digno;
- b. Diseñar e implementar acciones eficaces y oportunas de disponibilidad de productos básicos de la alimentación y asistencia alimentaria a los grupos de población que padecen desnutrición, complementadas con programas de desarrollo comunitario y seguridad alimentaria y nutricional;
- c. Impulsar los objetivos de la Política Nacional de SAN del Estado guatemalteco en los planes estratégicos, programas y proyectos sectoriales orientados al desarrollo socioeconómico del país.

**Artículo 8. Estructura del SINASAN.** El SINASAN estará conformado por tres niveles de acción:

- a. Nivel de dirección y decisión política, constituido por el Consejo Nacional de SAN.
- b. Nivel de coordinación y planificación técnica, constituido por la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República.

c. Nivel de ejecución, conformado por las instituciones o entes responsables de la ejecución directa de las acciones en SAN en todos los niveles.

**Artículo 9. Órganos.** El Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional está integrado por los siguientes órganos:

- a) El Consejo Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, como ente rector;
- b) La Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República;
- c) Instancia de consulta y participación social;
- d) Grupo de instituciones de apoyo.

**Artículo 10. Responsabilidad de delegados.** Los delegados de cada institución u organización que integran el sistema, deberán contar con la delegación de autoridad institucional para asumir compromisos ante el SINASAN. Cada integrante del SINASAN será responsable del cumplimiento de las directrices y acuerdos emanados del CONASAN en la institución u organización que representa.

### **CAPÍTULO III DEL CONSEJO NACIONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL -CONASAN-**

**Artículo 11. Creación.** Se crea el Consejo Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional -CONASAN-, el que por medio de su secretario formará parte del Gabinete General, Gabinete Social y Gabinete de Desarrollo Rural.

**Artículo 12. Naturaleza.** El CONASAN será el ente rector del SINASAN. Será responsable de impulsar las acciones que promuevan la Seguridad Alimentaria y Nutricional en el ámbito político, económico, cultural, operativo y financiero del país.

**Artículo 13. Estructura.** El CONASAN está integrado por los siguientes representantes institucionales:

- a. El Vicepresidente de la República, quien lo preside;
- b. El Secretario de Seguridad Alimentaria y Nutricional, quien actuará como Secretario del Consejo;

- c. El Ministro de Agricultura, Ganadería y Alimentación;
- d. El Ministro de Economía;
- e. El Ministro de Salud Pública y Asistencia Social;
- f. El Ministro de Educación;
- g. El Ministro de Comunicaciones, Infraestructura y Vivienda;
- h. El Ministro de Ambiente y Recursos Naturales;
- i. El Ministro de Trabajo y Previsión Social;
- j. El Ministro de Finanzas Públicas;
- k. El Secretario de Coordinación Ejecutiva de la Presidencia;
- l. La Secretaría de Obras Sociales de la Esposa del Presidente;
- m. Dos representantes del Sector Empresarial;
- n. Cinco representantes de la Sociedad Civil.

Respetando los principios de autonomía municipal y división de poderes, podrán ser miembros del CONASAN, si así lo consideran conveniente:

- a. El Presidente de la Asociación Nacional de Municipalidades -ANAM-;
- b. El Presidente de la Comisión de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Congreso de la República.

Los ministros podrán delegar su representación únicamente en los viceministros y los demás funcionarios delegarán su representación únicamente en el funcionario inmediato inferior que los sustituye en el cargo.

**Artículo 14. Responsabilidad.** Cada uno de los integrantes del CONASAN será responsable de impulsar al interior de las instituciones que representan, el cumplimiento de los instrumentos y acciones de la política SAN, las acciones que se deriven de los planes estratégicos y operativos que permitan enfrentar problemas coyunturales graves de inseguridad alimentaria, así como las demás directrices emitidas por resolución, que deberán ser acatadas por las instituciones de gobierno en el momento que las transcriba la Secretaría Ejecutiva.

**Artículo 15. Atribuciones.** El Consejo Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional tiene como atribuciones:

- a. Vigilar el cumplimiento de los objetivos, acuerdos y compromisos generados en el SINASAN;
- b. Aprobar y promover el cumplimiento de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional;
- c. Promover para su aprobación la legislación y reglamentación necesaria de productos básicos de alimentación como maíz y frijol, la ampliación de la canasta básica y la aplicación de la política SAN;
- d. Estudiar y aprobar políticas, planes y estrategias de SAN y velar por la disponibilidad y asignación de recursos humanos y financieros para hacer efectiva su implementación;
- e. Conocer el nivel de ejecución de los planes estratégicos, emitir correctivos, replantear estrategias, aprobar acciones coyunturales;
- f. Unificar criterios sobre estrategias para afrontar el problema alimentario y nutricional en forma integral y sistemática, fortaleciendo las diversas formas productivas de productos tradicionales como maíz y frijol en el marco de la interculturalidad, definiendo las responsabilidades y compromisos de los sectores involucrados;
- g. Implementar la normativa gubernamental que permita velar por la reducción de la malnutrición dentro de la sociedad guatemalteca;
- h. Velar por la inclusión e implementación de los aspectos correspondientes de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional en los distintos sectores de gobierno;
- i. Armonizar la Política Nacional de SAN con las otras políticas sociales y económicas del gobierno, así como con la estrategia de reducción de la pobreza;
- j. Conocer, analizar y proponer correctivos a las políticas y estrategias en materia de Seguridad Alimentaria y Nutricional, sobre la base de las recomendaciones que



anualmente emitirá el Procurador de los Derechos Humanos en relación con el respeto, protección y realización progresiva del derecho a la Seguridad Alimentaria y Nutricional.

**Artículo 16. Sesiones del CONASAN.** El CONASAN efectuará reuniones ordinarias cuando fuere convocado en la forma que determine el reglamento, pero obligatoriamente lo hará en forma trimestral, emitiendo resoluciones en forma colegiada.

**Artículo 17. Planes coyunturales.** El CONASAN podrá aprobar planes estratégicos y operativos coyunturales para enfrentar problemas graves de desnutrición y hambre en poblaciones identificadas como de inseguridad alimentaria y nutricional, debiendo solicitar al Congreso de la República, por conducto de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República, emitir la resolución correspondiente, que permita reorientar los recursos de las instituciones que la integran, sin que para ello se declare estado de emergencia en las comunidades que sean identificadas.

**Artículo 18. Integración de planes operativos.** Las instituciones gubernamentales miembros del CONASAN formularán dentro de sus Planes Operativos Anuales, los instrumentos de política y líneas de acción sectorial en coherencia con los objetivos del SINASAN, los que serán sometidos al conocimiento y aprobación del CONASAN.

#### **CAPÍTULO IV DE LA SECRETARÍA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DE LA PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA**

**Artículo 19. Creación.** Se crea la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República -SESAN-, con las atribuciones adelante mencionadas.

**Artículo 20. Naturaleza.** La SESAN es el ente coordinador del SINASAN y tendrá la responsabilidad de la coordinación operativa interministerial del Plan Estratégico de SAN, así como de la articulación de los programas y proyectos de las distintas instituciones nacionales e internacionales vinculados con la Seguridad Alimentaria y Nutricional del país.

**Artículo 21. Estructura.** La SESAN para el desarrollo de sus áreas de trabajo, podrá desarrollar la estructura administrativa y operativa que le demanden esas funciones. Dicha estructura deberá contemplarse en el reglamento de la presente Ley, quedando integrada en su fase inicial así:

- a. El Secretario de Seguridad Alimentaria y Nutricional;
- b. El personal técnico y equipo que le permita dar cumplimiento a sus áreas de trabajo;
- c. Técnicos superiores de las instituciones del Estado representadas en el CONASAN, quienes serán puntos de enlace;
- d. Técnicos de la instancia de consulta y participación social y del grupo de instituciones de apoyo, cuando les sea requerido por SESAN.

**Artículo 22. Atribuciones.** La SESAN será la encargada de establecer los procedimientos de planificación técnica y coordinación entre las instituciones del Estado, la sociedad guatemalteca, las organizaciones no gubernamentales y las agencias de cooperación internacional vinculadas con la seguridad alimentaria y nutricional, en los diferentes niveles del país (nacional, departamental, municipal y comunitario).

La SESAN coordinará la formulación del Plan Estratégico Nacional de SAN, lo propondrá al CONASAN; asimismo coordinará su actualización, ejecución, seguimiento y evaluación y apoyará a las instancias ejecutoras en la planificación y programación de los planes sectoriales estratégicos y operativos con acciones prioritizadas de acuerdo a la Política Nacional de SAN; asimismo, someterá a consideración ante el CONASAN los ajustes pertinentes.

La SESAN será responsable de las siguientes acciones específicas:

- a. Presentar al CONASAN, para su aprobación, el proyecto de Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional;
- b. Proponer al CONASAN la definición de políticas u otros aspectos legales que sean complementarios y necesarios para la implementación de la Política Nacional de SAN;

- c. Coordinar la implementación de los instrumentos de la Política Nacional de SAN en forma programática y coherente con las políticas que se relacionen;
- d. Realizar todas las acciones pertinentes para alcanzar el logro de los objetivos del CONASAN;
- e. Diseñar, implementar y operar el Sistema de Información Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, en adelante SIINSAN, que permita el monitoreo y evaluación de la situación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional, el avance y los efectos de los planes y programas estratégicos, así como el Sistema de Alerta Temprana para identificar situaciones coyunturales de inseguridad alimentaria y nutricional;
- f. Difundir la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional y velar por su cumplimiento;
- g. Apoyar a las instituciones que lo soliciten en la gestión de los recursos financieros que demanden para desarrollar el Plan Estratégico de SAN, así como los recursos que demande el SINASAN;
- h. Velar por la inclusión e implementación de lo que corresponda a la consecución de la Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional, en los distintos sectores de gobierno;
- i. Sensibilizar a las instituciones del sector público y privado, a los organismos internacionales y a la sociedad en general, sobre la magnitud y trascendencia del problema alimentario y nutricional;
- j. Identificar los grupos de población con alta vulnerabilidad a la inseguridad alimentaria, con el objeto de prevenir sus consecuencias y priorizar y ejecutar acciones;
- k. Desarrollar planes estratégicos y operativos para enfrentar problemas graves de malnutrición y hambre en poblaciones identificadas como de inseguridad alimentaria y nutricional, desarrollando la gestión que ello demande al interior de las instituciones de gobierno, sociedad civil y cooperación internacional;

- l. Coordinar con la Secretaría de Planificación de la Presidencia de la República - SEGEPLAN- las solicitudes, ofrecimientos y donaciones que a través de convenios se produzcan en políticas, planes y programas relacionados con la seguridad alimentaria y nutricional y el combate contra el hambre;
- m. Documentar y normar el uso de las donaciones que se reciban en relación a SAN;
- n. Propiciar en los distintos sectores el enfoque intersectorial e integral de la SAN y la acción coordinada entre las instancias gubernamentales, no gubernamentales y de la cooperación internacional en aspectos de SAN;
- o. Propiciar la existencia y funcionamiento efectivo de canales y espacios de diálogo y comunicación, así como mecanismos de consulta y coordinación entre el Organismo Ejecutivo, la sociedad civil y la cooperación internacional, fomentando el estudio y análisis del problema alimentario nutricional y sus soluciones;
- p. Las demás atribuciones que sean inherentes a su naturaleza y objetivos, así como las que en su momento delegue el CONASAN.

## **CAPÍTULO V DEL SECRETARIO DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DE LA PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA**

**Artículo 23. Funcionamiento.** Para el funcionamiento de la SESAN, el Secretario de Seguridad Alimentaria y Nutricional está encargado de:

- a. Actuar como Secretario del CONASAN;
- b. Velar por la realización de las funciones de la SESAN;
- c. Apoyar el establecimiento de mecanismos de transparencia y auditoría social en el manejo de fondos para la SAN;
- d. Realizar todas las acciones pertinentes para alcanzar el logro de los objetivos del CONASAN, así como de la política y planes de Seguridad Alimentaria y Nutricional;
- e. Representar al Organismo Ejecutivo por designación Presidencial de la República, ante instancias internacionales vinculadas en materia de Seguridad Alimentaria y Nutricional;

- f. Representar al CONASAN ante el Gabinete General, el Gabinete Social y el Gabinete de Desarrollo Rural del Organismo Ejecutivo;
- g. Otras que específicamente le determine el Presidente de la República.

**Artículo 24. Requisitos.** Para ser Secretario de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República se requieren los mismos requisitos y calidades que para ser Ministro, teniendo la misma jerarquía de éstos, debiendo tener conocimiento de la realidad nacional, compromiso social y experiencia probada en Seguridad Alimentaria y Nutricional.

## **CAPÍTULO VI DE LA INSTANCIA DE CONSULTA Y PARTICIPACIÓN SOCIAL**

**Artículo 25. Creación.** Como parte del SINASAN se crea la instancia de Consulta y Participación Social, la que brindará aportes técnicos, identificará e instrumentará acciones en temas relacionados con la SAN cuando le sea requerido por la SESAN. La naturaleza, integración, estructuración y funcionamiento de este grupo será determinada en el correspondiente reglamento de esta Ley.

**Artículo 26. Atribuciones.** La instancia de Consulta y Participación Social se desempeñará dentro del marco de acciones siguientes:

- a. Brindar asesoría al CONASAN a través de la SESAN en torno a los campos de acción de los sectores que representa;
- b. Promover que, en la consecución de los objetivos del SINASAN, el CONASAN involucre a los sectores que representan;
- c. Promover la participación de los sectores que representan la articulación de acciones que permitan la implementación del Plan Estratégico Nacional de SAN;
- d. Asesorar a la SESAN en la toma de decisiones para atender situaciones coyunturales o estructurales de Seguridad Alimentaria y Nutricional.

## **CAPÍTULO VII DEL GRUPO DE INSTITUCIONES DE APOYO**

**Artículo 27. Instituciones de apoyo.** La SESAN contará con un grupo de instituciones de apoyo conformado por instituciones de gobierno no integradas dentro del CONASAN y de los organismos de la cooperación internacional que puedan

brindar soporte técnico, financiero y operativo cuando les sea requerido por la SESAN, para lo cual los titulares superiores de las instituciones formalizarán su apoyo mediante convenios de cooperación o coordinación que se acuerden.

## **CAPÍTULO VIII DE LAS CORRESPONSABILIDADES INSTITUCIONALES**

**Artículo 28. Disponibilidad de alimentos.** En el ámbito sectorial, corresponde al Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación, en coordinación con otras instituciones del Estado representadas o no en el CONASAN, impulsar las acciones que contribuyan a la disponibilidad alimentaria de la población, ya sea por producción local o vía importaciones, en forma oportuna, permanente e inocua.

**Artículo 29. Acceso a los alimentos.** En el ámbito sectorial, corresponde al Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación, Ministerio de Economía, Ministerio de Trabajo y Previsión Social y al Ministerio de Comunicaciones, Infraestructura y Vivienda, en coordinación con otras instituciones del Estado representadas o no en el CONASAN, impulsar las acciones tendientes a contribuir al acceso físico, económico y social a los alimentos de la población de forma estable.

**Artículo 30. Consumo de alimentos.** En el ámbito sectorial, corresponde al Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, al Ministerio de Educación y al Ministerio de Economía en coordinación con otras instituciones del Estado representadas o no en el CONASAN, impulsar las acciones para desarrollar capacidades en la población para decidir adecuadamente sobre la selección, conservación, preparación y consumo de alimentos.

**Artículo 31. Utilización biológica de los alimentos.** En el ámbito sectorial, corresponde al Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, en coordinación con otras instituciones del Estado representadas o no en el CONASAN, impulsar las acciones que permitan a la población mantener las condiciones adecuadas de salud e higiene ambiental que favorezcan el máximo aprovechamiento de los nutrientes que contienen los alimentos que consume.

**Artículo 32. Tratamiento de la desnutrición.** En el ámbito sectorial, corresponde al Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, en coordinación con otras instituciones del Estado representadas o no en el CONASAN, impulsar las acciones

que permitan fortalecer y actualizar de forma continua los recursos humanos institucionales y de otras instancias sobre el diagnóstico, tratamiento, recuperación y rehabilitación del desnutrido.

**Artículo 33. Información, monitoreo y evaluación de la SAN.** En el ámbito sectorial, corresponde a la SESAN, en coordinación con otras instituciones del Estado representadas o no en el CONASAN, diseñar, montar y operar el sistema de información y vigilancia de la SAN, con el apoyo de la cooperación internacional.

**Artículo 34. Descentralización.** En los ámbitos departamental, municipal y comunitario, los Consejos de Desarrollo Urbano y Rural conformarán comisiones específicas de SAN para impulsar el cumplimiento de los objetivos de la Política SAN y del Plan Estratégico, con sus respectivos programas, proyectos y actividades, en coordinación con la SESAN.

## **CAPÍTULO IX ALCANCES**

**Artículo 35. Observancia.** Esta Ley es de observancia general en el territorio nacional, con acciones específicas de prioridad en las poblaciones definidas como vulnerables a la inseguridad alimentaria y nutricional.

**Artículo 36. Delegación de responsabilidades.** Esta Ley le permite al Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional -SINASAN- adjudicar responsabilidades específicas a sus integrantes y, con base en esas responsabilidades y compromisos, evaluar los logros y resultados para encauzar la obtención de los objetivos propuestos en el Plan Estratégico Nacional y los planes operativos.

## **CAPÍTULO X DISPOSICIONES FINALES**

**Artículo 37. Asignación específica.** Cada una de las instituciones gubernamentales que forman parte del CONASAN contemplarán en la planificación de su presupuesto ordinario, la asignación de recursos para la ejecución de programas, proyectos y actividades que operativicen la política, con sus respectivos planes estratégicos.

**Artículo 38. Asignación presupuestaria específica.** El Ministerio de Finanzas Públicas a través de la Dirección Técnica del Presupuesto, debe incluir en el

Presupuesto General de Ingresos y Egresos del Estado para cada Ejercicio Fiscal, la asignación del medio punto porcentual (0.5%), específicamente para programas y proyectos de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la población en pobreza y pobreza extrema, de acuerdo a lo dispuesto en el Decreto Número 32-2001, Reforma a la Ley de Impuesto al Valor Agregado, de fecha 26 de julio de 2001, lo que no debe interpretarse como el techo presupuestario asignado a las actividades de seguridad alimentaria y nutricional. Estos recursos financieros serán destinados a los ministerios e instituciones que el CONASAN defina de acuerdo a las responsabilidades sectoriales e institucionales que el Plan Estratégico establezca.

**Artículo 39. Informe de recaudación.** Anualmente, CONASAN solicitará al Ministerio de Finanzas Públicas la estimación de los recursos provenientes del IVA, a efecto que se contemple dentro del proceso de gestión y planificación presupuestaria, el recurso que corresponderá a las instituciones inmersas dentro del Plan Estratégico Nacional de SAN.

**Artículo 40. Asignación presupuestaria anual.** El Ministerio de Finanzas Públicas, tomando en cuenta la disponibilidad de recursos y espacios presupuestarios, contemplará dentro del Presupuesto General de Ingresos y Egresos del Estado para cada año, la asignación financiera que demande la implementación del SINASAN en su conjunto, el cual será formulado por la SESAN por los conductos pertinentes.

**Artículo 41. Sanciones.** Los ministerios integrantes del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional quedan facultados para proponer a las instancias correspondientes, los elementos técnicos y administrativos que permitan sancionar las acciones que pongan en riesgo el derecho a la seguridad alimentaria y nutricional establecido en el artículo 1 de esta Ley.

**Artículo 42. Reglamento.** El CONASAN por medio de la SESAN, elaborará en un plazo máximo de noventa (90) días calendario a partir de la aprobación de esta Ley el correspondiente proyecto de reglamento, y lo presentará para su aprobación a la Presidencia de la República.

**Artículo 43. Divulgación.** El Organismo Ejecutivo deberá divulgar esta Ley a través de todos los medios de comunicación social del país.



**Artículo 44. Vigencia.** El presente Decreto entrará en vigencia el día siguiente de su publicación en el Diario Oficial.

**REMÍTASE AL ORGANISMO EJECUTIVO PARA SU SANCIÓN, PROMULGACIÓN Y PUBLICACIÓN.**

**EMITIDO EN EL PALACIO DEL ORGANISMO LEGISLATIVO, EN LA CIUDAD DE GUATEMALA, EL SEIS DE ABRIL DE DOS MIL CINCO.**

**SANCION**

**PALACIO NACIONAL: Guatemala, veinticinco de abril del año dos mil cinco.**

**PUBLIQUESE Y CUMPLASE**

**OSCAR BERGER PERDOMO**

**Presidente de la República**

**Lic. Jorge Raúl Arroyave Reyes**

**Secretario General de la Presidencia de la República**

**Publicado en el Diario Oficial número 66, tomo CCLXXVI, páginas 1,2,3 y 4 el 2 de mayo de dos mil cinco**

**JORGE MÉNDEZ HERBRUGER**

**PRESIDENTE**

**MAURICIO NOHÉ LEON CORADO**

**SECRETARIO**

**FRANCISCO JAVIER DEL VALLE**

**SECRETARIO**

## **Iniciativa Servicios de Salud Amigos de la Lactancia Materna -ISSALM-**

### **¿Qué es la Iniciativa?**

- ✓ Movimiento mundial encabezado por OMS y UNICEF.
- ✓ 1979: Reunión conjunta sobre alimentación del lactante y del niño pequeño.
- ✓ 1981: Adopción del Código CSLM
- ✓ 1989: Promoción, protección y apoyo a la LM. El rol especial de los Servicios de Maternidad.
- ✓ 1990: Declaración de Innocenti “asegurar que cada establecimiento que provea servicios de maternidad cumpla los 10 pasos, aplicando acciones para dar efecto a los principios y objetivos del Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna”.
- ✓ En 1991 se lanza la Iniciativa Hospital Amigo del Niño –IHAN-

### **Objetivo de la ISSALM**

Dar a cada recién nacido el mejor comienzo en la vida, creando un ambiente que apoye a la madre y al niño.

### **¿En qué consiste la Iniciativa?**

En implementar los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa y terminar la distribución gratuita o a bajo costo de sucedáneos de la LM en los establecimientos de salud.

### **Diez pasos para una lactancia materna exitosa**

1. Disponer de una política/norma por escrito relativa a la lactancia materna que se ponga en conocimiento de todo el personal.
2. Capacitar a todo el personal de salud en el tema de lactancia materna.
3. Informar a todas las embarazadas de los beneficios que ofrece la lactancia materna y la forma de ponerla en práctica.
4. Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la media hora siguiente al parto.
5. Mostrar a las madres cómo se debe dar de mamar y cómo mantener la lactancia incluso si han de separarse de sus hijos.
6. Dar a los recién nacidos lactancia materna exclusiva, sin ningún otro alimento o bebida, a no ser que esté médicamente indicado.
7. Alojamiento conjunto de las madres y los niños durante las 24 horas del día.
8. Fomentar la lactancia materna a demanda.
9. No dar a los niños alimentados a pecho pajas o pepes.
10. Fomentar el establecimiento de grupos de apoyo de LM y procurar que las madres se pongan en contacto con ellos a su salida de los servicios de salud.

La ISSALM provee a la madre de habilidades necesarias para amamantar exclusivamente por 6 meses.

Un servicio amigo ayuda a las madres que no están amamantando a tomar decisiones informadas y a cuidar a sus bebés lo mejor posible.

## Capítulo III



### 3. Plan de acción

Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Humanidades  
 Departamento de Pedagogía  
 Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
 Carné: 201217658  
 Epesista: Jhonny Alexis Nájera Navas

#### 3.1 Problema

¿Cómo resolver la falta de textos acerca de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud para docentes y estudiantes de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa?

#### 3.2 Hipótesis-acción

Si se realiza un proceso de investigación, redacción y ejecución de una guía pedagógica, entonces se podrá aportar textos y se mejorará los conocimientos acerca de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.

#### 3.3 Ubicación

1-59 1era. Avenida B Zona 5, Escuela Oficial Urbana Mixta Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa.

#### 3.4 Justificación

La intervención se realizará porque acorde al diagnóstico realizado en las instalaciones de la Escuela Oficial Urbana Mixta, Jornada Vespertina Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa, se detectó que no se cuenta con textos sobre educación en salud y en sí sobre el tema de nutrición, el cuál influye

bastante en el rendimiento escolar; porque si no se tiene una buena nutrición los estudiantes tendrán problemas de salud y no podrán realizar el proceso educativo correctamente. Es necesario entonces, realizar una guía pedagógica y capacitar por medio de una especialista en el tema que es una nutrióloga, para lograr que los estudiantes y docentes adquieran hábitos nutricionales para mantener una buena salud y un buen rendimiento académico y social.

### **3.5 Objetivos**

#### **General**

Fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional de docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa, por medio de la adquisición de hábitos nutricionales, para mejorar su calidad de vida.

#### **Específicos**

- ✓ Redactar una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa.
- ✓ Capacitar y aportar a docentes y estudiantes una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.
- ✓ Desarrollar talleres de capacitación a docentes y estudiantes sobre los nutrientes esenciales y desnutrición.

### **3.6 Metas**

- ✓ Reproducir 15 guías interactivas de información y consulta de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.
- ✓ Socialización del tema.
- ✓ 2 talleres de capacitación con docentes y estudiantes de sexto primaria, para una mejor comprensión.

### **3.7 Beneficiarios**

**3.7.1 Directos:** Directora, 1 docente y 31 estudiantes de sexto grado primaria de la E.O.U.M. Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa.

**3.7.2 Indirectos:** 2 docentes y 86 estudiantes de cuarto y quinto primaria de la E.O.U.M. Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa.

### **3.8 Actividades**

- ✓ Reunión con Asesora para aprobación del nombre de la guía.
- ✓ Elaboración de fundamentación teórica.
- ✓ Redacción de la guía.
- ✓ Corrección de la guía.
- ✓ Solicitud al Director del Centro de Salud solicitando los servicios de la nutrióloga.
- ✓ Solicitud a la directora del establecimiento.
- ✓ Elaboración y entrega de solicitudes para las respectivas gestiones.
- ✓ Reproducción de 15 ejemplares de la guía para los docentes y estudiantes.
- ✓ Organización de talleres de nutrientes esenciales y desnutrición.
- ✓ Elaboración del programa a utilizar el día de la ejecución.
- ✓ Capacitación y entrega del proyecto.

### **3.9 Técnicas metodológicas**

Análisis documental, observación, entrevista, encuesta, aprendizaje colaborativo.

### 3.10 Tiempo de realización

No.	Actividades	Año	2,017											
		Mes	Marzo				Abril				Mayo			
		Semana	1	2	3	4	1	2	3	4	1			
1	Reunión con asesora de EPS													
2	Elaboración de fundamentación teórica.													
3	Redacción de la guía.													
4	Corrección de la guía.													
5	Solicitud al Director del Centro de Salud solicitando los servicios de la nutrióloga.													
6	Reunión y entrega de solicitud a la directora del establecimiento.													
7	Elaboración y entrega de solicitudes para las respectivas gestiones.													
8	Reproducción de 15 ejemplares de la guía para los docentes y estudiantes.													
9	Organización de talleres de nutrientes esenciales y desnutrición.													
10	Elaboración del programa a utilizar el día de la ejecución.													
11	Capacitación y entrega del proyecto.													

### 3.11 Responsables

- 11.1 Directora del establecimiento
- 11.2 Docente de sexto grado
- 11.3 Estudiantes de sexto grado
- 11.4 Nutrióloga-capacitadora
- 11.5 Epesista coordinador ejecutor del proyecto.

### 3.12 Presupuesto

Fuente de financiamiento del proyecto de intervención: comercios, empresas catarinecas y colaboradores.

Gestiones realizadas	Descripción	Precio Unitario	Valor Total
Licda. Úrsula Mariett Paz Lucas (Impresiones, empastados y más... "J y M")	15 Impresiones de guías	Q. 30.00	Q. 450.00
	15 Empastados de guías	Q. 10.00	Q. 150.00
José Aníbal Aguilar ( Internet 360)	66 Impresiones de hojas para realizar taller	Q. 1.00	Q. 66.00
	10 Diplomas	Q. 5.00	Q. 50.00
Rosa Arminda Morales Duarte (Pastelería Rosy)	37 Refacciones (gelatinas)	Q. 5.00	Q. 185.00
Lilian Floridalma Orellana de Cruz. (Miselanea Cruz)	10 Botes con agua pura	Q. 3.00	Q. 30.00
	31 Bolsas con agua pura	Q. 1.00	Q. 31.00
Prof. Melvin Otoniel Ortíz	Cañonera	Q. 150.00	Q. 150.00
Prof. Odvin Alexander Olivares Godoy	Equipo de sonido	Q. 150.00	Q. 150.00
Donación de Q.100.00 de Lilian Floridalma Orellana de Cruz. (Miselanea Cruz) que se utilizó para gastos imprevistos.	Pago de alquiler de 2 cortinas (Imprevisto)	Q. 35.00	Q. 70.00
	10 Paletas (Imprevisto)	Q. 3.00	Q. 30.00
		<b>Total:</b>	<b>Q.1,362.00</b>



### 3.13 Evaluación

No.	Actividad	Ponderación
1	Se identificó el problema de mayor prioridad para realizar la intervención.	100 %
2	Demuestra la justificación el por qué se realizará la intervención.	100 %
3	Demuestra el objetivo general el impacto que se espera obtener con el proyecto.	100 %
4	Las técnicas metodológicas utilizadas ayudaron a recopilar toda la información necesaria.	100 %
5	El tiempo para llevar a cabo la realización del proyecto es el adecuado.	100 %
6	Se logró gestionar todos los recursos necesarios.	100 %
7	Se cuenta con el aval de las autoridades del establecimiento para ejecutar el proyecto	100 %

## Capítulo IV

### 4. Ejecución y sistematización de la experiencia

#### 4.1 Ejecución

No.	Actividades	Año	2,017									
		Mes	Marzo				Abril				Ma yo	
		Sema na	1	2	3	4	1	2	3	4	1	
1	Reunión con asesora de EPS.	P										
		E										
2	Elaboración de fundamentación teórica.	P										
		E										
3	Redacción de la guía.	P										
		E										
4	Corrección de la guía.	P										
		E										
5	Solicitud al Director del Centro de Salud solicitando los servicios de la nutrióloga.	P										
		E										
6	Solicitud a la directora del establecimiento.	P										
		E										
7	Elaboración y entrega de solicitudes para las respectivas gestiones.	P										
		E										
8	Reproducción de 15 ejemplares de la guía para los docentes y estudiantes.	P										
		E										
9	Organización de talleres de nutrientes esenciales y desnutrición.	P										
		E										
10	Elaboración del programa a utilizar el día de la ejecución.	P										
		E										
11	Capacitación y entrega del proyecto.	P										
		E										

## 4.2 Sistematización

### 4.2.1 Los actores:

#### Principales:

- ✓ **El epesista:** Jhonny Alexis Nájera Navas, organizador, gestor y principal responsable de ejecutar el proceso de intervención de la guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud, dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa.
- ✓ **Nutrióloga:** Licda. Nadia Margarita Grijalva López, fue la encargada de realizar el proceso de capacitación a docentes y estudiantes de sexto grado.
- ✓ **Docente:** Yeniffer Damaris Morales Garza docente de sexto grado fue parte del proceso de capacitación, participó realizando preguntas sobre lo tratado.
- ✓ **Estudiantes:** Un total de treinta y un estudiantes estuvieron presentes en el día de la capacitación. Ellos demostraron interés y participaron activamente.

#### Secundarios:

- ✓ **Asesora de EPS:** Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro, encargada de asesorar, revisar, supervisar y aprobar lo referente al Ejercicio Profesional Supervisado.
- ✓ **Coordinadora Técnica Administrativa:** Licda. Yelbely Roxana Vega Donado, encargada del proceso de supervisión y administración de la educación en el municipio y jefa inmediata de la institución avaladora.
- ✓ **Directora del establecimiento:** Profa. Heydi Patricia Chinchilla García, encargada de recibir al Epesista y mostrar el apoyo para llevar a cabo el proceso de intervención. Parte fundamental en la organización.

- ✓ **Técnico en computación:** Prof. Melvin Ezequiel Hernández contribuyó manejando la computadora, cañonera y equipo de sonido el día de la capacitación.

#### **Circunstanciales**

- ✓ **Dr. Oscar Escobar Director del Centro de Salud:** recibió solicitud en la cual se le solicitaba la autorización por los servicios de la licenciada en nutriología, para capacitar sobre el tema de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.
- ✓ **Úrsula Mariett Paz Lucas, Impresiones, empastados y más..."J y M":** contribuyó significativamente proporcionando las impresiones y empastados de las quince guías, que se entregaron como parte del proyecto.
- ✓ **José Aníbal Aguilar, Internet 360:** contribuyó con cinco diplomas y sesenta y seis impresiones que se utilizaron para realizar los talleres de nutrientes esenciales y desnutrición.
- ✓ **Rosa Arminda Morales Duarte, Pastelería Rosy:** contribuyó con lo referente a la refacción que se dio el día de la capacitación que fueron treinta y siete vasos con gelatinas y fruta, que se les proporcionaron a docentes y estudiantes de sexto grado.
- ✓ **Lilian Floridalma Orellana de Cruz, Miselanea Cruz:** contribuyó con diez botes con agua pura, treinta y un bolsas con agua pura y además con Q.100.00 que sirvieron para sufragar otros gastos.
- ✓ **Prof. Melvin Otoniel Ortíz Quintana:** Contribuyó con el servicio de la cañonera.
- ✓ **Prof. Odvin Alexander Olivares Godoy:** Contribuyó con el equipo de sonido.

#### **4.2.2 Acciones ejecutadas**

Se redactó una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud para docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La

Javía del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa. El tiempo que implicó su elaboración fue de dos meses.

Se capacitó a través de la Licenciada Nadia Margarita Grijalva López, en coordinación y organización con el Epesista, una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.

El tiempo que implicó el proceso de capacitación incluyendo los respectivos talleres de nutrientes esenciales y desnutrición fue de cuatro horas.

### **Recursos puestos en operación:**

#### **Humanos:**

- ✓ Epesista
- ✓ Nutrióloga-capacitadora.
- ✓ Directora
- ✓ Docente de sexto grado
- ✓ Estudiantes de sexto grado
- ✓ Técnico en computadora

#### **Financieros:**

- ✓ Q.1, 362.00 que se obtuvo a través de las diferentes gestiones.

#### **Materiales:**

- ✓ Utensilios de limpieza.
- ✓ Hojas del programa de capacitación.
- ✓ Hojas de material didáctico interactivo para capacitar.
- ✓ Diplomas.
- ✓ Guías de nutrición.
- ✓ Equipo de sonido.
- ✓ Computadora.
- ✓ Cañonera.
- ✓ Cortinas.
- ✓ Extensiones.
- ✓ Flautas eléctricas.

**Los contratiempos:**

El único contratiempo que se dio fue a la hora de realizar la limpieza antes de empezar la actividad, se había acordado con la directora del establecimiento de la jornada matutina, que iba ceder media hora, es decir que iban a salir media hora antes los estudiantes, para que se tuviera una hora para realizar la limpieza, porque la actividad de la capacitación se realizó en la jornada vespertina. Entonces la directora de la jornada matutina no pudo cumplir con lo que había prometido, por diversas situaciones que surgieron y también porque se encontraban en el proceso de evaluación de los estudiantes. Entonces solo se contó con media hora para realizar la limpieza, ordenar el salón y montar el equipo de sonido y audiovisual.

Pero al final no perjudicó porque se realizó rápidamente y se empezó la actividad de capacitación a la hora prevista.

**Satisfacciones que provocaron:**

- ✓ Satisfacción y agradecimiento por parte de la docente de sexto grado Yeniffer Damaris Morales Garza, quien expresó que se encontraba muy contenta con la actividad que se realizó e indicó que influyó mucho en ella y en los estudiantes y que servirá para mejorar sus conocimientos y salud.
- ✓ Satisfacción por la directora del establecimiento Heydi Patricia Chinchilla García quién expresó sentirse agradecida y contenta con la actividad que se realizó y precisó que nunca se había realizado una actividad de esta manera en el establecimiento, así mismo indicó que la capacitación influirá mucho en el aspecto nutricional de ellos como docentes y en de los estudiantes practicando hábitos nutricionales. Expresó su más sincero agradecimiento con el aporte de 15 guías interactivas de información y consulta de: Nutrición, su importancia y

beneficios en la conservación de la salud e indicó que trabajarán y utilizarán en los períodos de Ciencias Naturales y Tecnología.

#### 4.2.3 Resultados obtenidos

No.	Resultados obtenidos	Valoración
1	Se logró fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional de docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa, por medio de la adquisición de hábitos nutricionales, para mejorar su calidad de vida.	100%
2	Se elaboró una guía que contiene todo lo necesario de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.	100%
3	Se capacitó y aportó a docentes y estudiantes una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.	100%
4	Se preparó material didáctico interactivo y videos para capacitar a docentes y estudiantes sobre los nutrientes esenciales y desnutrición.	100%

#### 4.2.4 Posibles implicaciones

Entre la posible implicación que pudo haber surgido es que debido a la entrada del invierno estaba lloviendo mucho en esos días y se tenía un poco de preocupación que si el día de la actividad estaba lloviendo algunos estudiantes podían no asistir, pero gracias a Dios hizo un bonito día y la actividad se realizó de la mejor manera posible.

#### **4.2.5 Lecciones aprendidas**

Entre el mes de enero y febrero del año 2017 realicé el diagnóstico en la Coordinación Técnica Administrativa que estaba bajo la orden de la jefa inmediata la Licenciada Yelbely Roxana Vega Donado, en la cual pude conocer las instalaciones de la Coordinación Técnica Administrativa, el proceso educativo y administrativo que se realiza con los centros educativos del municipio, pude ayudar en diferentes aspectos en la institución, que me ayudaron más en la formación, así mismo se pude convivir con el personal de dicha institución, en la cual se maneja un buen clima laboral y se dan muy buenas relaciones interpersonales con las personas que visitan la institución. En el transcurso realicé el plan del diagnóstico.

El día 13 de febrero me reuní con la Coordinadora Técnica Administrativa para elegir otra institución para efectuar la intervención y en este caso la institución fue la Escuela Oficial Urbana Mixta La Javía, Jornada Vespertina, Barrio La Javía Santa Catarina Mita, Jutiapa. Este mismo día por la tarde realicé una visita y pude conversar con la directora Heydi Patricia Chinchilla García, quien daba impresión de ser una buena persona y colaboradora, le comuniqué que deseaba realizar mi proyecto de EPS en dicha institución a lo cual ella respondió que estaba en toda la disposición de ayudarme y era un gusto que lo realizara. En esta misma semana logré realizar el análisis institucional, listado de carencias y problematización.

Una semana después elaboré la hipótesis acción, la viabilidad y la factibilidad.

El día 01 de marzo me reuní con la Asesora de EPS la Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro para dar el visto bueno del nombre de la guía y aprobación para ejecutar.

Una semana después elaboré la fundamentación teórica, para ello fue necesario investigar en libros, realizar investigaciones en internet y entrevistar a especialistas.



En las siguientes semanas redacté la guía e hice las correcciones sugeridas por la Asesora de EPS.

Seguidamente hice una solicitud al Director del Centro de Salud solicitando los servicios de la nutrióloga.

El día 08 de febrero de este año a las 13:30 realice otra visita a las instalaciones de la Escuela Oficial Urbana Mixta La Javía, con el propósito de conversar con la directora del establecimiento la Profesora Heydi Patricia Chinchilla García, con el motivo de presentarle una solicitud que llevaba como objetivo la ejecución del proyecto del EPS, ella me atendió muy amablemente y muy emocionada me expresó que era un gusto que pudiera realizar dicho proyecto en este establecimiento, se le explicó en que consistía y después de platicar por un tiempo quedó muy entusiasmada y dijo que informar a los estudiantes. Le propuse la invitación también para los demás docentes, pero ella me respondió que era una buena idea, pero que lamentablemente iba ser difícil porque la siguiente semana iban acudir a los juegos magisteriales y no iban a tener clases en el establecimiento los días 01, 02, 03 y 04 y que el día 05 de mayo retornarían todos a clases, motivo por el cual los demás docentes no podían suspender clases para estar en la capacitación y además la Coordinadora Técnica Administrativa no podía autorizar la suspensión de clases ese día debido a tanto feriado que había existido y me aseguró que ella iba a estar presente con la docente de sexto grado la profesora Yeniffer Damaris Morales Garza y los treinta y un estudiantes de sexto grado.

Una semana después elaboré y entregué solicitudes para las respectivas gestiones logrando respuestas positivas en todo lo que se solicitó.

A la siguiente semana se reprodujeron los 15 ejemplares de la guía para los docentes y estudiantes.

Posteriormente una semana después organicé los talleres de nutrientes esenciales y desnutrición, y elaboré el programa a utilizar el día de la ejecución.

El día 05 de mayo se capacitó y entregó el proyecto. Quedando la

directora, docente y estudiantes motivados, satisfechos y agradecidos con el proyecto ejecutado. Se logró fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional de docentes y estudiantes.

A nivel personal, el tratar con directora, docente, estudiantes y nutrióloga me ha permitido valorar el papel fundamental que cumple cada uno en la educación y lo importante que es influir positivamente en los demás, más aun cuando se fomenta y contribuye al aspecto nutricional.

En lo técnico he podido practicar los conocimientos que adquirí en mi formación académica como las relaciones interpersonales, el proceso de investigación y el poder realizar todo lo referente al proceso administrativo me ha ayudado a que todo salga de la mejor manera posible y como se planificó. Mejorando a través de esta importante experiencia.

La experiencia que obtuve a través de la realización de la intervención me ha ayudado a mejorar como profesional porque me dio la oportunidad de demostrar mis conocimientos, habilidades y aptitudes ante grupo de personas, en las cuáles tuve la capacidad de influir y contribuir en el aspecto nutricional. Lo que me ha producido madurez y crecer como ser humano y profesional.

#### 4.2.6 Descripción de las actividades realizadas

Actividades realizadas	Resultados obtenidos
Reunión con Coordinadora Técnica Administrativa.	Se logró establecer una institución educativa para poder realizar la intervención.
Reunión con la Asesora de EPS	Se logró redactar el nombre de la guía y la aprobación para ejecutar.
Reunión con la directora del establecimiento.	Respaldo y compromiso de contribuir a que se realizara la intervención.
Solicitud al Director del Centro de Salud, pidiendo lo servicios de la licenciada en nutriología.	Se obtuvo la respuesta positiva para que la licenciada en nutriología realizara la capacitación.
Elaboración y entrega de solicitudes para las respectivas gestiones.	Se logró una respuesta positiva de las diferentes gestiones.
Talleres de nutrientes esenciales y desnutrición.	Se logró motivación y mejor comprensión de los temas.
Elaboración del programa a utilizar el día de la ejecución.	Ayudó a que todo se realizará de manera ordenada y correctamente.
Capacitación y entrega del proyecto.	Se logró fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional de docentes y estudiantes. Así mismo se entregó 15 guías de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.

**Facultad De Humanidades  
Sede Santa Catarina Mita**

**Asesora: Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro**

**4.3. Guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud, dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa.**



**Epesista: Jhonny Alexis Nájera Navas**

**Carné: 201217658**

**Guatemala, mayo de 2017**

## Índice

Introducción	I
Objetivos	II
Justificación	III
<b>Capítulo I</b>	
1.1 La nutrición	1
1.2 Importancia de la nutrición	2
1.3 La nutrición y su incidencia en la educación	3
1.4 Funciones de los seis nutrientes esenciales	4
1.4.1 Carbohidratos	4
1.4.2 Proteínas	5
1.4.3 Grasas	6
1.4.4 Vitaminas	7
1.4.5 Minerales	8
1.4.6 El agua	9
Actividad	10
<b>Capítulo II</b>	
2.1 Beneficios para la salud, en el consumo de leche y sus derivados	11
2.2 Beneficios para la salud en el consumo de huevos	12
2.3 Beneficios para la salud en el consumo de carnes	13
Actividad	14
<b>Capítulo III</b>	
3.1 La lactancia materna	15
3.1.1 Beneficios de la leche materna para los pequeños	16
3.1.2 Propiedades nutricionales de la leche materna	17
3.1.3 Incidencia de la lactancia materna en la reducción de los niveles de morbilidad y mortalidad infantil	18
Actividad	19

**Capítulo IV**

4.1 La olla familiar	20
4.2 La incaparina	21
4.3 Categorización de los alimentos que favorecen el crecimiento, el peso y la energía en el ser humano	22
4.3.1 Alimentos que favorecen el crecimiento	22
4.3.2 Alimentos que favorecen el peso	23
4.3.3 Alimentos que favorecen la energía	24
Actividad	25

**Capítulo V**

5.1 Enfermedades que causan la mala nutrición	26
5.1.1 Desnutrición	26
5.1.2 Anorexia	27
5.1.3 Bulimia	28
5.1.4 Obesidad	29
Actividad	30
Glosario	31
Referencias	33

## Introducción

La Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala sección Santa Catarina Mita, promueve mediante el Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el proyecto sobre elaboración, promoción y socialización de una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa.

La guía tiene como propósito resaltar y dar a conocer la importancia que tiene la nutrición en la conservación de la salud así mismo el beneficio indispensable que aporta cada nutriente al organismo para prevenir de futuras enfermedades.

**El capítulo I** detalla lo que es la nutrición que es el proceso de ingerir nutrientes a través de los alimentos que comemos, así mismo se proporciona información sobre la importancia de la nutrición, su incidencia en la educación, además de las funciones y beneficios de los seis elementos esenciales como lo son: carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua.

**El capítulo II** describe los beneficios para la salud que aportan: el consumo de leche y sus derivados, el huevo y las carnes que son esenciales para el fortalecimiento y funcionamiento del cuerpo.

**El capítulo III** describe la leche materna que es el mejor alimento infantil que existe, la OMS recomienda la lactancia materna de manera exclusiva hasta los seis meses y de manera complementaria hasta los dos años, trata también de los beneficios y propiedades nutricionales de la leche materna. Así como la incidencia de la lactancia materna en la reducción de los niveles de morbilidad y mortalidad infantil.

**El capítulo IV** describe la olla familiar y los hábitos nutricionales que se deben adoptar para llevar una vida saludable, seguidamente se menciona la categorización de los alimentos que favorecen el crecimiento, el peso y la energía en el ser humano.

**El capítulo V** describe las enfermedades que causa al ser humano la mala nutrición como: desnutrición, anorexia, bulimia y obesidad, que son por causa de no tener una buena nutrición. Esperando que esta guía sea un aporte de mucha utilidad a los docentes, estudiantes y comunidad educativa.

## Objetivos

### Objetivo General:

- ✓ Contribuir al mejoramiento de la salud para una mejor calidad de vida, fomentando la nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud.

### Objetivos Específicos:

- ✓ Concientizar a los docentes y estudiantes sobre la importancia que tiene la nutrición en la conservación de la salud.
- ✓ Demostrar la importancia de los diferentes nutrientes en la prevención de enfermedades.
- ✓ Valorar los grandes beneficios, el valor nutritivo y económico de la lactancia materna.



### **Justificación**

El Epesista de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, sede Santa Catarina Mita, Jutiapa, después de haber conocido la realidad sobre la nutrición que es un tema fundamental en la salud del ser humano para mejorar su calidad de vida, es por ello que considera necesario involucrarse de manera directa en la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa, para llevar a cabo un proceso de redactar, aportar y socializar una guía pedagógica que posee información valiosa de la nutrición, su importancia y sus beneficios en la conservación de la salud. La cual tiene como fin concientizar y motivar a los docentes y estudiantes sobre la importancia de adquirir y practicar hábitos nutricionales que ayudan a mantener una buena salud y prevenir enfermedades. Logrando tener estudiantes sanos, motivados y con ganas de salir adelante siendo partícipes activos del proceso educativo.

Se espera que la presente guía sea una herramienta de consulta y aprendizaje para mejorar los conocimientos y la salud.

## Capítulo I

### 1.1 La nutrición

La nutrición se define como el conjunto de procesos mediante los cuales el ser humano utiliza, transforma e incorpora una serie de sustancias que recibe del mundo exterior y que forma parte de los alimentos con objeto de suministrar energía, construir y reparar estructuras orgánicas así como regular los procesos biológicos. (Soriano, 2006)

La nutrición es el proceso de ingerir nutrientes a través de los alimentos que comemos. Aprender de forma adecuada a tomar seis tipos de nutrientes, los carbohidratos, las grasas, las proteínas, el agua, las vitaminas y los minerales. Todos ellos actúan como fuentes de energía, mantienen nuestros tejidos y regulan los procesos del cuerpo de forma óptima. (Graña, 2015)

El tema de nutrición es muy importante conocerlo, tratarlo y sobre todo prestarle interés, porque a través de una buena nutrición se tendrá una buena salud. Es necesario conocer que alimentos ingerir, que aporta cada uno al organismo y los beneficios que se obtienen alimentándose correctamente.



<http://www.eltiempo.com/carrusel/mitos-y-realidades-de-la-nutricion-infantil/15232516>

## 1.2 Importancia de la nutrición

Es indispensable e importante fomentar los beneficios que se reciben para la salud del ser humano el alimentarse correctamente e ingerir los nutrientes necesarios. Así mismo es importante conocer las consecuencias de no alimentarse apropiadamente; es decir el no recibir los nutrientes necesarios, porque puede llegar a causar serios daños a la salud.

Por todos los medios, gráficos, radiales y televisivos se debe educar sobre la importancia de la nutrición, desde temprana edad, enseñando la forma de comer, la calidad de los alimentos, la cantidad, y fundamentalmente que nos aporta cada uno de ellos al organismo, ya que estos alimentos se convierten en nutrientes.

Una nutrición adecuada, durante la edad escolar permite que el niño logre su pleno potencial de crecimiento, desarrollo y salud. En esta etapa se pueden presentar problemas de nutrición, como anemia y caries dentales. Se puede observar, con relación al peso, problemas de obesidad o el inicio de trastornos alimenticios. Por esta razón, una nutrición saludable y el fortalecimiento de hábitos alimenticios sanos pueden ayudar a evitar problemas de salud en el futuro. A una buena nutrición se le asocia un buen desempeño académico en la escuela y la reducción de retardos e inasistencias escolares. (Brown, 2010, pág. 87)



<http://gastrosud.com.ar/tips-para-comer-mas-sano-en-familia/>

### 1.3 La nutrición y su incidencia en la educación

La nutrición influye bastante en el rendimiento de los estudiantes, ya que si ellos no se alimentan adecuadamente no rendirán bien, se les dificultará el adquirir los conocimientos, el desarrollar sus habilidades y destrezas. Esto a causa de que el cuerpo no está recibiendo los nutrientes necesarios para un buen funcionamiento.

La mayor influencia sobre los alimentos es generada por los padres y hermanos. De esta manera, los padres son responsables por los hábitos alimenticios de sus hijos. De aquí la importancia de que los padres sean modelos positivos para generar hábitos alimenticios saludables. Es importante que la familia trate de comer junta, esto provoca la unión familiar.

Los niños en edad escolar tienen la tendencia a pasar más tiempo fuera de casa, lo cual hace que sea influenciado por otros niños cuando desee escoger un alimento. Los docentes tienen influencia sobre los hábitos alimenticios de los niños. Por esta razón, es importante realizar una Educación para la Salud, con énfasis en nutrición, de tal manera que lo que se aprenda en el salón de clase se fortalezca en la tienda escolar. (Brown, 2010, pág. 88)



<http://tvcrecer.com/2012/vianda-escolar-como-prepararla/>

## 1.4 Funciones de los seis nutrientes esenciales

Un nutriente esencial es un tipo de nutriente que el cuerpo no puede sintetizar por sí mismo o no cuenta con la cantidad adecuada por lo que debe ser incluido en la dieta. Estos nutrientes son necesarios para que el cuerpo funcione de forma adecuada. Los seis nutrientes esenciales incluyen los carbohidratos, las proteínas, las grasas, las vitaminas, los minerales y el agua. (Graña, 2015)

### 1.4.1 Carbohidratos

Los carbohidratos son la principal fuente de energía para el cerebro, los riñones y los músculos. Sin este nutriente el cuerpo no funcionaría de forma adecuada. Los músculos y el hígado pueden almacenar el exceso de glucosa ingerido para ser utilizado durante actividades deportivas.

Los carbohidratos pueden ser de una o dos unidades de azúcar, pero también formar largas y complejas moléculas. Un ejemplo de esto es el azúcar o la miel, nutrientes simples, mientras que los cereales o la patata contienen carbohidratos complejos. El ingerir fruta y cereales, alimentos ricos en fibra, reduce el riesgo de enfermedad coronaria del corazón, ayudando a mantener estables los niveles de glucosa en sangre. (Graña, 2015)



<http://www.hsnstore.com/blog/carbohidratos-en-la-dieta-su-importancia/>

### 1.4.2 Proteínas

La proteína es el principal componente estructural de las células y el responsable de construir y reparar los tejidos del cuerpo. También se encarga de luchar contra las enfermedades y mantener la masa muscular del cuerpo. Se descompone en aminoácidos, que construyen bloques de proteína. Nueve de los 20 aminoácidos conocidos como esenciales, deben ser administrados en la dieta debido a que no pueden ser sintetizados en el cuerpo. Entre un 10 y un 35% de las calorías diarias que se ingieren deben proceder de esta fuente, encontrada en alimentos como los huevos, los lácteos, en fuentes animales o en vegetales como la quinoa y la soja. (Graña, 2015)



CAMBIATUFISICO.COM  
<http://www.cambiatufisico.com/mejores-proteinas/>



### 1.4.3 Grasas

Las grasas son compuestos orgánicos que se forman de carbono, hidrógeno y oxígeno y son la fuente más concentrada de energía en los alimentos. Las grasas pertenecen al grupo de las sustancias llamadas lípidos y vienen en forma líquida o sólida.

La grasa es una fuente de energía que cuando es consumida, incrementa la absorción de vitaminas solubles en grasa incluyendo la A, D, E y la K. También ayuda al crecimiento del tejido y a la producción de las hormonas. Aproximadamente entre un 20 y un 35% de los alimentos ingeridos cada día deben contener este nutriente. Elegir opciones saludables como los productos ricos en Omega 3 y Omega 6 como el pescado, las nueces o los aceites vegetales pueden ser una gran alternativa. El Omega 3 ayuda al desarrollo y crecimiento.

Limitar el consumo de grasas saturadas por debajo de un 10% diario y evitar las grasas transgénicas es lo más saludable para nuestro cuerpo. (Graña, 2015)



<http://educatennutricion.blogspot.com/2012/08/las-grasas-buenas-y-malas.html>

#### 1.4.4 Vitaminas

Las vitaminas son micronutrientes, por lo que tu cuerpo solamente necesita pequeñas cantidades. Son sustancias que el cuerpo necesita para crecer y desarrollarse normalmente.

La vitamina C es necesaria para la síntesis de colágeno, proporcionando su estructura a los vasos sanguíneos, a los huesos y a los ligamentos. Se encuentra en alimentos como las frutas cítricas, las frambuesas y en los pimientos. El ácido fólico, también conocido como vitamina B9, debe ser consumido para prevenir defectos en el nacimiento de los niños. Las mujeres que están embarazadas o que prevén quedarse en estado, suelen hablar con su médico para tomar un suplemento de ácido fólico, añadido a su dieta. La vitamina D ayuda a mantener la homeostasis de calcio. Puede ser encontrado en los alimentos o ser sintetizada a través del sol.

Las vitaminas C y todo el complejo de vitaminas B, pueden ser disueltas en agua. Sin embargo, las vitaminas A, D, E y K deben ser disueltas en grasa, por lo que tu cuerpo necesita de este nutriente para poder absorberlas. Con el objetivo de tener una vida saludable, necesitas tomar de forma regular vitaminas o incluir suplementos que las contengan. (Graña, 2015)



<http://medicinapreventiva.info/dieta-y-alimentacion/19664/donde-se-encuentran-las-vitaminas-por-linternista/>



### 1.4.5 Minerales

Los minerales son micronutrientes inorgánicos que forman parte de algún órgano o elemento del cuerpo, como son los huesos o la sangre y se adquieren a través de algunas frutas, vegetales y otros alimentos. Los minerales mantienen saludables y funcionando bien a las células de cada uno de los órganos del cuerpo, activan la producción de líquidos y sustancias del cuerpo, como las hormonas o las enzimas y ayudan en la realización de varios procesos vitales como la respiración, la digestión o la circulación. Los minerales forman parte de las frutas, vegetales y otros alimentos y vienen en diminutas cantidades en ellos, pero en cantidad suficiente para los requerimientos humanos. Entre los más importantes para el cuerpo están: hierro, cinc, calcio, potasio, sodio, yodo, magnesio y otros más.

El sodio ayuda a mantener el volumen de líquido fuera de las células, y a que funcionen de forma adecuada. Debe ingerirse menos de 2,400 miligramos por día, de este mineral. El potasio se encarga de mantener el volumen de líquido dentro y fuera de las células, así como de prevenir el aumento de la presión arterial cuando se aumenta la ingesta de sodio. Fuentes ricas en este mineral incluyen los plátanos, las patatas y los tomates. El calcio ayuda a mantener los huesos y los dientes fuertes. Cada día deben incluirse tres fuentes ricas en calcio como son la leche, el queso bajo en grasa y el yogurt. (Graña, 2015)



<http://www.alimentosricosan.net/>

### 1.4.6 El agua

Por definición, el cuerpo necesita macronutrientes en grandes cantidades. El agua conforma más del 60% del cuerpo humano, de acuerdo a los expertos en medicina y nutrición. Todos los nutrientes transitan a través de la sangre, compuesta en su mayor parte por agua. De la misma forma, la orina también está compuesta por este nutriente, ayudando a eliminar los residuos del cuerpo. Además, se ve implicada en procesos como la regulación de la temperatura o la digestión, en mantener la homeostasis del cuerpo y en el transporte de nutrientes a través de las células.

Dependiendo del nivel de actividad física, de humedad o de temperatura en el medio ambiente, el cuerpo demandará mayor o menor cantidad de líquido. No obstante, el promedio de agua o líquido recomendado por día suele oscilar los dos litros y medio, procedente tanto de los alimentos como de las bebidas. (Graña, 2015)



<http://www.aizpunagua.com/agua.html>

## Actividad

**Indicaciones:** completa correctamente en la línea de la izquierda la palabra que corresponde a cada concepto, las imágenes te sirven de apoyo.

1. \_\_\_\_\_ conforma más del 60% del cuerpo humano, de acuerdo a los expertos en medicina y nutrición.



2. \_\_\_\_\_ son micronutrientes, por lo que tu cuerpo solamente necesita pequeñas cantidades, el cuerpo las necesita para crecer y desarrollarse normalmente. La C se encuentra en las frutas cítricas.



3. \_\_\_\_\_ son la principal fuente de energía para el cerebro, los riñones y los músculos.



4. \_\_\_\_\_ son el principal componente estructural de las células y el responsable de construir y reparar los tejidos del cuerpo.



5. \_\_\_\_\_ son compuestos orgánicos que se forman de carbono, hidrógeno y oxígeno y son la fuente más concentrada de energía en los alimentos. Pertenecen al grupo de las sustancias llamadas lípidos y vienen en forma líquida o sólida.



6. \_\_\_\_\_ son micronutrientes inorgánicos que forma parte de algún órgano o elemento del cuerpo, Entre los más importantes para el cuerpo están: hierro, cinc, calcio, potasio, sodio, yodo, magnesio.



## Capítulo II

### 2.1 Beneficios para la salud, en el consumo de leche y sus derivados

La leche, por su composición en nutrientes, es considerada como uno de los alimentos más completos que existen. Es un alimento muy completo ya que es fuente de calcio, fósforo, magnesio y proteína, los cuales son esenciales para el desarrollo y crecimiento. Un adecuado consumo de leche durante la infancia y a lo largo de la vida le ayudará a mantener huesos fuertes y prevenir la osteoporosis en la edad adulta.

En la leche que consumimos, la de vaca, hay 300 mg de calcio aproximadamente por cada vaso. Y no sólo es que sea la fuente principal de calcio, sino que además, por la propia composición de la leche, el calcio se absorbe mejor que el de otros alimentos. Además de su contribución de nutrientes, el aumento del consumo de leche también se ha vinculado a la reducción del riesgo de numerosos problemas de salud tales como osteoporosis, cáncer, enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y obesidad.

Entre los derivados de la leche están: el queso, la crema, el requesón, yogurt, batidos, entre otros los cuales son alimentos muy completos porque poseen los tres principios inmediatos que son las proteínas, los lípidos y los glúcidos. Además son ricos en vitaminas del grupo B, vitaminas A y D y minerales como el calcio. (Alvarado, 2017)



<http://lavozdequeretaro.com/nuevo/queretaro/abasto-de-leche/>

## 2.2 Beneficios para la salud, en el consumo del huevo

Es un alimento bajo en calorías, pero tiene un gran valor nutritivo por su aporte de proteína de alta calidad biológica, ya que contiene todos los aminoácidos esenciales en cantidades adecuadas como vitaminas, especialmente del complejo B, vitamina B1, B3, B12, ácido fólico y biotina que se relacionan mucho con la función cerebral y energética, y otras liposolubles con función antioxidante como A y E y otras como D que se relaciona con la absorción de calcio a nivel intestinal.

Hay estudios recientes que ponen de manifiesto que la ingesta de un huevo al día no tiene ningún efecto sobre los niveles de colesterol, dentro de una dieta acorde a las necesidades individuales y confeccionadas de manera equilibrada.

Diversos estudios señalan que tres huevos a la semana es un consumo adecuado, teniendo siempre en claro que uno por día es lo ideal. Cocidos es mejor que fritos o revueltos, salvo que éstos se cocinen en agua y que en la dieta diaria se incluyan cantidades adecuadas de fibra preferentemente de tipo soluble, se realice actividad física y un adecuado consumo de agua, entre otros consejos saludables como el dejar de fumar y aprender técnicas de manejo de estrés. ( Hervías, 2011)



<http://tusaludylnutricion.blogspot.com/2013/07/los-beneficios-del-consumo-de-huevo.html>



### 2.3 Beneficios para la salud, en el consumo de carnes

Aunque la carne viene a ser el nombre genérico que, de alguna u otra forma, reciben las partes blandas y comestibles del ganado bovino, porcino y ovino, y aunque cada cual aporta sus propios beneficios y propiedades, es cierto que la mayoría contiene una serie de nutrientes y virtudes más o menos comunes.

La carne, sea del tipo y origen que sean, contienen proteínas, minerales, vitaminas, agua y grasas. En este sentido, las proteínas que contiene la carne son de alto valor biológico, dado que contienen una interesantísima y buena presencia de los ocho aminoácidos esenciales que necesita nuestro organismo para funcionar correctamente.

En cuanto a las vitaminas, destacan principalmente las vitaminas del grupo B. Además, entre el 60% y el 80 % es agua. En lo que se refiere a los propios minerales en sí, destaca el hierro como uno de los más abundantes, aunque también nos encontramos con calcio, fósforo, magnesio y potasio. Se debe tener en cuenta que la carne en general, y particularmente las vísceras, contienen purinas, que nuestro metabolismo convierte en ácido úrico, el cual en exceso puede provocar la aparición de la gota o de enfermedades renales. (Pérez, 2017)



<http://www.cronicaviva.com.pe/como-consumir-carnes-de-manera-saludable/>

### Actividad

**Indicaciones:** enlista los derivados de cada uno alimentos que se te aportan nutrientes, vitaminas y proteínas al organismo.

✓ **Leche**

---

---

---

---

---



✓ **Tipos de carnes**

---

---

---



## Capítulo III

### 3.1 La lactancia materna

La leche materna es, sin duda, el mejor alimento infantil que existe; es el más equilibrado y contiene todos los nutrientes necesarios para el correcto desarrollo del recién nacido. Tiene beneficios para su sistema inmunológico y su salud a largo plazo (por ejemplo, previene de la obesidad y favorece un mayor coeficiente intelectual).

Aunque la alimentación exclusiva con leche materna durante los primeros seis meses de vida está ganando terreno en muchos países, es fundamental que las tasas de lactancia natural sigan aumentando para que mejore el estado nutricional y la salud de los lactantes y los niños. La OMS recomienda la lactancia materna de manera exclusiva hasta los seis meses y de manera complementaria hasta los dos años. Del 1 al 7 de agosto se celebra la semana mundial de la lactancia materna para concientizar y difundir sobre los beneficios de amamantar. (Fundación Medicina Fetal Barcelona., 2017)



<http://misremedios.com/vida-sana/aumentar-produccion-leche-materna/>



### 3.1.1 Beneficios de la leche materna para los pequeños:

#### El calostro de los primeros días

1. Tiene un alto contenido en proteínas y es el alimento perfecto para satisfacer las necesidades del recién nacido.
2. Proporciona gran cantidad de defensas inmunológicas y estimula el desarrollo de su propio sistema inmunológico.
3. Ayuda a reducir la absorción de bilirrubina y los problemas de ictericia.
4. Tiene un efecto laxante, lo que facilita la estimulación de leche materna.

#### La leche materna

5. Proporciona los nutrientes necesarios en la proporción y temperatura adecuados.
6. Se digiere y asimila con gran facilidad.
7. Proporciona anticuerpos de la madre y alarga el periodo de inmunidad.
8. Reduce la predisposición a enfermedades respiratorias.
9. Previene las alergias.
10. Disminuye el riesgo de desarrollar obesidad.
11. Los cambios de sabor, según la alimentación de la madre, preparan al niño para aceptar mayor variedad de alimentos.
12. Favorece el correcto desarrollo de la mandíbula, los dientes y el habla.
13. Crea un fuerte vínculo entre madre-hijo. (Fundación Medicina Fetal Barcelona., 2017)



<http://www.ceibarquitos.com/post/para-los-padres/la-importancia-del-vinculo-madre-e-hijo/4/73/>

### 3.1.2 Propiedades nutricionales de la leche materna

- ✓ **Agua:** La leche materna contiene un 88% de agua, aportando la cantidad necesaria que el bebé necesita, por ello los bebés que están con lactancia materna exclusiva no necesitan beber agua de forma adicional.
- ✓ **Proteínas:**
  - Caseína.** Tiene como función principal el aporte de aminoácidos, fósforo y calcio al bebé.
  - Lactosuero, inmunoglobulinas (anticuerpos).** Impiden la colonización de gérmenes patógenos en la mucosa intestinal.
- ✓ **Carbohidratos:**
  - Lactosa.** Su principal función, junto a las grasas, es el aporte de energía necesaria para el crecimiento y desarrollo del bebé.
  - Galactosa.** Indispensable para el desarrollo del sistema nervioso central del niño.
- ✓ **Grasas:** Es rica en ácidos grasos esenciales (omega 3) importantes para el desarrollo neurológico y de la visión.
- ✓ **Minerales:** *Calcio, hierro, potasio, zinc, flúor y magnesio.* La leche materna contiene todos los minerales que el bebé necesita y de fácil absorción.
- ✓ **Vitaminas:** Entre las propiedades nutritivas de la leche materna la más destacable en vitaminas es la A, seguida por la C y K. En menor medida están presentes las vitaminas del grupo B, sobre todo B12. ( Grupo de apoyo a la lactancia materna, s.f.)



<http://cemuvenezuelablog.blogspot.com/2016/08/composicion-de-la-leche-materna.html>

### 3.1.3 Incidencia de la lactancia materna en la reducción de los niveles de morbilidad y mortalidad infantil

Se estima que actualmente alrededor del 35% de la población mundial de lactantes de entre 0 y 6 meses son alimentados exclusivamente con leche materna. Si todos los lactantes y niños pequeños disfrutaran de una lactancia natural exclusiva durante los seis primeros meses de vida y a continuación recibieran una alimentación complementaria nutritiva sin dejar de tomar el pecho hasta los dos años de edad, se podría salvar cada año la vida de otro millón y medio más de niños menores de cinco

La malnutrición es responsable de una tercera parte de los 8,8 millones de muertes registradas anualmente entre los niños menores de cinco. Además de poder ser una causa de defunción directa, también constituye el factor de riesgo aislado más importante de morbilidad entre los niños de corta edad. Más de dos tercios de las muertes por esta causa, a menudo asociadas a prácticas de alimentación inapropiadas, como la lactancia artificial o la administración prematura e inadecuada de alimentos complementarios, se producen en los primeros meses de vida. (Heine, 2010)



<http://espanol.babycenter.com/thread/890099/foto>

### Actividad

**Indicaciones:** lee cuidadosamente los enunciados y subraya la respuesta correcta.

1. La leche materna es, sin duda, la que contiene todos los nutrientes necesarios para el correcto desarrollo del recién nacido y además es

**Mejor alimento**

**Menos equilibrado**

**Mal alimento**

2. Los contiene la leche materna y son de fácil absorción.

**Productos lácteos**

**Proteínas**

**Minerales**

3. La semana mundial de la lactancia materna para concientizar y difundir sobre los beneficios de amamantar se celebra.

**1 al 7 de Agosto**

**1 al 7 de Junio**

**1 al 7 de Enero**

4. Es responsable de una tercera parte de los 8,8 millones de muertes registradas anualmente entre los niños menores de cinco años.

**Mal nutrición**

**Buena nutrición**

**Excelente nutrición**

5. Su principal función, junto a las grasas, es el aporte de energía necesaria para el crecimiento y desarrollo del bebé.

**Zinc**

**Potasio**

**Lactosa**

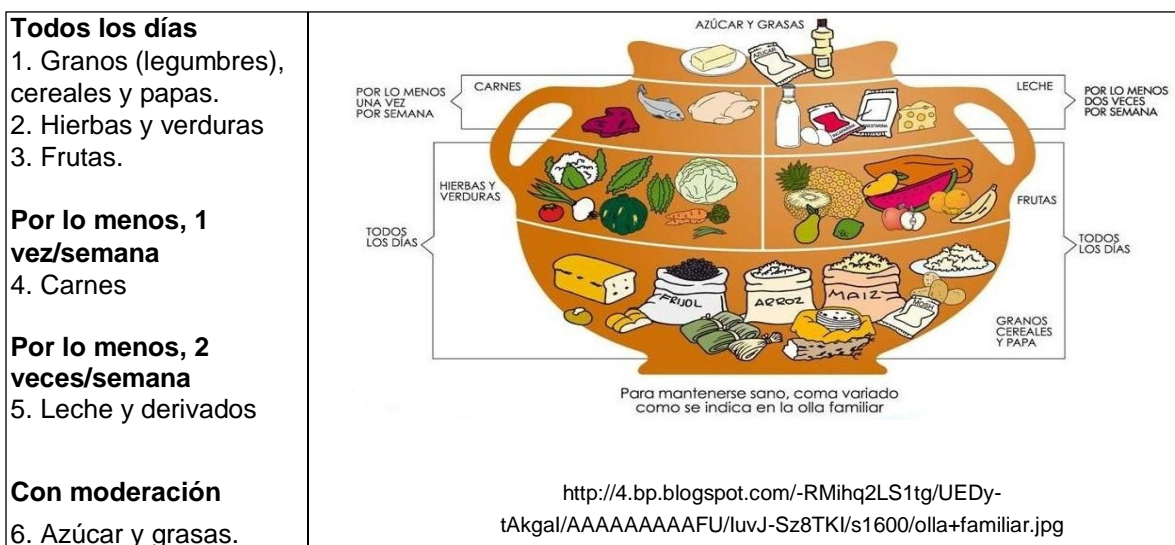
## Capítulo IV

### 4.1 La olla familiar

La olla familiar u olla de Guatemala, guía alimentaria del país, es una guía dietética con dos objetivos dispares, ayudar a prevenir enfermedades crónicas y evitar las carencias nutritivas. Se publicó en el año 1998 gracias al esfuerzo realizado por la Comisión Nacional de Guías Alimentarias (CONGA), con el apoyo técnico del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP).

La mayoría de la población guatemalteca sufre trastornos nutricionales debido a la falta de una alimentación adecuada, tanto en calidad como en cantidad. La olla se acompaña de mensajes orientados tanto a la reducción del riesgo de desarrollar enfermedades crónicas y como a la prevención de deficiencias nutricionales.

En la olla de Guatemala se representan seis grupos de alimentos básicos, así como la frecuencia de consumo aconsejada, tanto diaria como semanal, de cada uno de ellos. (Yoldi, 2007)



### Diferencia de la olla familiar con la pirámide alimenticia

La diferencia que existe es que la **olla familiar** es una guía alimenticia, adaptada exclusivamente a las necesidades especiales de nuestro país Guatemala, basada en nuestro alcance y realidad económica; mientras que la **pirámide alimenticia** está dedicada a otros países que se encuentran en una situación socioeconómica mejor a la de nuestro país. Hoy en día se encuentran diferentes pirámides alimenticias y guías alimenticias adaptadas directamente a las necesidades de cada país.

## 4.2 La incaparina

Es una mezcla de harina de maíz y harina de soja utilizado como complemento alimenticio. Su composición también incluye vitaminas y minerales. Fue desarrollada por el bioquímico guatemalteco Ricardo Bressani en 1959. (Wikipedia La enclopedia libre, Incaparina, 2016)

Incaparina es un producto con características nutricionales superiores que se ha consolidado como el líder indiscutible de la categoría de cereales calientes. Es el único producto en su categoría que cuenta con el aval de varias instituciones de prestigio a nivel centroamericano. Es la primera mezcla vegetal en Guatemala, tomando la vanguardia sobre muchos países, que ha tenido un fuerte impacto en contribuir a la reducción de los altos niveles de desnutrición proteica energética, a precio accesible y con un valor nutricional alto. Es una fórmula de proteína vegetal apropiada para la alimentación de personas adultas, especialmente para la alimentación suplementaria y mixta de grupos vulnerables como niños, madres embarazadas y lactantes. Incaparina está además reforzada con una mezcla de micro nutrientes científicamente desarrollada con las principales vitaminas y minerales. Los mismos no solo ayudan al crecimiento, desarrollo y mantenimiento del sistema inmunológico y nervioso sino además ayudan a mejorar la asimilación de otros alimentos. Esta fortificada con vitaminas y minerales esenciales, hierro y zinc de alta calidad. (Grandes Marcas Guatemala, 2015)



<http://www.centraldealimentos.com/marcas/incaparina/>

### **4.3 Categorización de los alimentos que favorecen el crecimiento, el peso y la energía en el ser humano**

#### **4.3.1 Alimentos que favorecen el crecimiento**

La clave del crecimiento está en los músculos y en los huesos. Por esta razón, para incentivar su crecimiento, es fundamental una dieta rica en calcio, hierro y fósforo.

Los minerales como el calcio, fósforo y hierro son imprescindibles para un buen crecimiento. El calcio se halla en la leche y sus derivados, las legumbres, el pescado y los frutos secos. El fósforo se encuentra en estos mismos alimentos y en la carne. El hierro está presente en verduras de hoja verde, legumbres, carne y cereales integrales. Así mismo son de importancia para el crecimiento los alimentos que se encuentran presentes en las proteínas, carbohidratos, grasas insaturadas, vitaminas y el agua. (Gimferrer, 2015)



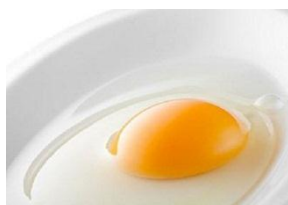
[http://nutricion.ferato.com/images/7/72/Vd\\_20110814\\_vaso\\_de\\_leche.jpg](http://nutricion.ferato.com/images/7/72/Vd_20110814_vaso_de_leche.jpg)



### 4.3.2 Alimentos que favorecen el peso

Estar por debajo del peso ideal es un problema que puede afectar gravemente la salud, para ganar peso se debe recurrir a aquellos que nos aporten grasas saludables. Entre estos alimentos están:

- ✓ **Huevos.** Hacen parte de las proteínas magras, ideales para aumentar la masa muscular. Son una fuente rica en minerales como calcio, hierro y sodio, y una gran cantidad de vitaminas.
- ✓ **Productos lácteos.** Alimentos como la leche entera, los quesos y el yogurt, son un buen aliado para quienes quieren subir de peso. Los productos lácteos son una fuente rica de ácidos grasos y vitaminas.
- ✓ **Pastas.** Son un alimento delicioso, fácil de preparar y con muchos nutrientes que aportan grandes beneficios a la salud.
- ✓ **Pan integral.** Este tipo de alimento aporta un plus de grasas vegetales y calorías que son beneficiosas para la salud, equilibrando el peso sin tener excesos de ningún tipo.
- ✓ **Frutos secos.** Son una fuente rica de grasas vegetales buenas, vitamina E, fibra y antioxidantes.
- ✓ **Carne de res.** El consumo moderado de carne de res es ideal para subir de peso rápidamente gracias a sus contenidos de grasas.
- ✓ **Pescado.** Contiene proteínas de alta calidad biológica y son una fuente rica de ácidos grasos omega 3. (Mejor con Salud, s.f.)



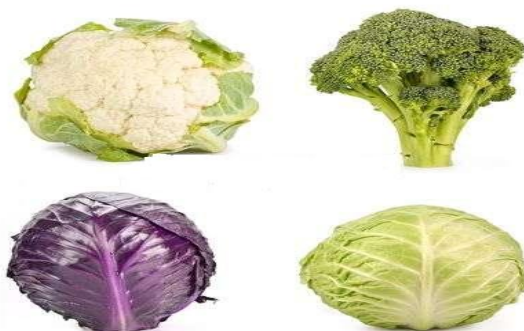
<https://mejorconsalud.com/7-alimentos-para-aumentar-de-peso-saludablemente/>



### 4.3.3 Alimentos que favorecen la energía

A diario nuestro cuerpo necesita de diferentes alimentos y nutrientes que ayuden a aumentar la energía para el funcionamiento y rendimiento diario. Entre estos están:

1. **El agua.** Es uno de los impulsores de energía más rápidos que existen. Un par de vasos de agua no solamente refrescan nuestro organismo, sino que también elevan a buena velocidad nuestros niveles de energía.
2. **Incaparina.** Es una mezcla de harina de maíz y harina de soja utilizado como complemento alimenticio. Su composición también incluye vitaminas y minerales.
3. **Avena.** Es una fuente de poder muy importante ya que son fuente de fibra y carbohidratos: Se pueden consumir de diferentes maneras, acompañada de leche o en forma de cereal. Ideales para el desayuno.
4. **Salmón.** Es una buena fuente de proteínas que mejora tu estado de alerta y tu desempeño, así como en la salud general del cerebro.
5. **Vegetales.** Entre los más beneficiosos están: coliflor, brócoli, repollo, berro y col. La fibra en estos vegetales ayuda a estabilizar la azúcar de la sangre y previene que los niveles de energía pasen de estar muy altos a muy bajos.
6. **Plátanos.** Su generosa carga de potasio es ideal para obtener energía rápidamente y de una forma saludable.
7. **Pescados.** Los pescados grasos, ricos en omega 3, son capaces de reducir la depresión, incrementar la concentración y provee de energía. ( Hockwald , 2017)



[https://es.123rf.com/photo\\_3521058\\_brocoli-col-lombarda-repollo-y-coliflor-aisladas-en-blanco.html](https://es.123rf.com/photo_3521058_brocoli-col-lombarda-repollo-y-coliflor-aisladas-en-blanco.html)

### Actividad

**Indicaciones:** a continuación se te brinda un cuadro en el cual deberás escribir correctamente los alimentos que ayudan o favorecen el crecimiento, el peso y la energía en el ser humano, en las líneas de abajo escribe porque son importantes estos alimentos y como ayudan en tu vida.

Alimentos que favorecen el crecimiento	Alimentos que favorecen el peso	Alimentos que favorecen la energía

---



---



---



---

## Capítulo V

### 5.1 Enfermedades que causan la mala nutrición:

#### 5.1.1 Desnutrición

Ocurre cuando el cuerpo de una persona no obtiene los nutrientes suficientes. Esto puede deberse a una mala absorción del sistema digestivo o a un estado psicológico, por ejemplo, depresión. Los síntomas son varios, entre ellos, adelgazamiento, palidez, disminución de la presión arterial y retardo de crecimiento en los niños. Ellos son el grupo más vulnerable ante la desnutrición, pero también pueden sufrirla los adultos, y trae serias repercusiones para el proceso reproductivo en las mujeres. En muchos lugares del mundo la desnutrición es una enfermedad causada por la imposibilidad de que todos los sectores de la población accedan a los alimentos necesarios para gozar de buen estado de salud. En este caso la desnutrición es consecuencia de la desigualdad económica que sumerge en la pobreza a grandes sectores de la población, para lo cual los gobiernos deben implementar medidas de asistencia que eviten las causas de este mal. (Taringa, s.f.)

“Uno de los mejores indicadores de desnutrición o de riesgo de desnutrición es la valoración de los cambios de peso en el tiempo, con respecto al peso habitual del paciente”. (Gil, 2010)



<http://www.s21.gt/2016/07/los-ninos-siguen-muriendo-desnutricion-cronica/>

### 5.1.2 Anorexia

Es una enfermedad causada por la falta de una alimentación adecuada debido a hábitos de alimentación trastornados por la obsesión de tener una figura más delgada. En general afecta a adolescentes y en especial a las mujeres, que debido a pautas culturales y sociales, no están contentas con su cuerpo y evitan comer para bajar de peso. Es difícil reconocerla sin realizar una consulta médica, aunque hay algunos síntomas característicos que ayudan a descubrirla, por ejemplo:

- ✓ Miedo intenso a aumentar de peso.
- ✓ Bajo peso corporal y rechazo a mantenerlo por encima del mínimo normal.
- ✓ Adopción de dietas y realización de ejercicio físico intenso.
- ✓ En las mujeres, ausencia de al menos tres ciclos menstruales consecutivos.
- ✓ Palidez y caída del cabello.
- ✓ Disminución de glóbulos rojos (anemia).
- ✓ Carácter hostil e irritable, acompañados de sentimientos depresivos.
- ✓ Sentimientos de culpa y deprecio.
- ✓ Cuerpo escondido debajo de la ropa holgada o negativa a usar traje de baño

Si la anorexia no es tratada a tiempo, las personas pueden desarrollar ritmos anormales y peligrosos de bombeo del corazón (bradicardia). Esto causa una disminución en el flujo de sangre y en la presión arterial, siendo la causa más común de muerte en las personas con anorexia severa. Los niños y adolescentes pueden experimentar crecimiento retrasado debido a la falta de nutrientes.

(Taringa, s.f.)



<http://www.elpulso.es/anorexia-ofelia-y-narciso-mucho-mas-siniestro-de-lo-que-parece/>

### 5.1.3 Bulimia

Es aún más difícil de detectar que la anorexia, ya que en la mayoría de los casos no existe un factor importante que llame la atención, como el bajo peso de los que padecen anorexia. Los síntomas característicos son:

- ✓ Ingesta de grandes cantidades de comida a escondidas.
- ✓ Después de una comida, sentimiento de gran culpa, con el recurso del vómito para eliminar lo ingerido.
- ✓ Abuso de laxantes, diuréticos y medicamento para adelgazar.
- ✓ Caída anormal del cabello.
- ✓ Aumento de caries y pérdida de dientes.
- ✓ Irritación de garganta y dolores musculares.
- ✓ Alteraciones menstruales (en las mujeres).
- ✓ Seguimiento de dietas diversas.
- ✓ Depresión, pensamientos negativos, ideas recurrentes de suicidio, sentimientos de culpa u odio a sí mismo.
- ✓ Escasa capacidad de concentración o irritabilidad creciente.

Como consecuencia de ese trastorno de alimentación, al comer excesivamente y luego inducir el vómito se presentan pérdida de líquido y niveles de potasio bajos. Si estos niveles descienden demasiado, pueden provocar la disminución del ritmo cardíaco y hasta la muerte. Las personas con bulimia son propensas a la depresión. (Taringa, s.f.)



<https://patfalecaros.wordpress.com/2016/07/29/divulgacion-cientifica-la-bulimia/>

### 5.1.4 Obesidad

Se caracteriza por el almacenamiento de una cantidad excesiva de grasa bajo la piel y en el interior de algunos órganos, como los músculos. Es el resultado de una ingesta de calorías mayor que las que el cuerpo utiliza. Algunos de sus síntomas son: ahogo y otros problemas respiratorios y enfermedades asociadas al aumento de peso, como arteriosclerosis y diabetes. El tratamiento más común consiste en una dieta baja en calorías y en la realización de ejercicio regular. Hay algunas operaciones, reservadas para los casos de obesidad grave, que complementan las dietas. Por ejemplo, el bypass intestinal consiste en la supresión de un segmento de intestino para reducir la absorción de nutrientes. Es una técnica que produce muchos efectos negativos, inclusive a veces la muerte, por lo cual se utiliza cada vez con menos frecuencia. Otra técnica es el bypass gástrico, que produce la capacidad del estómago para evitar que el paciente pueda ingerir grandes cantidades de alimento. (Taringa, s.f.)



<https://www.buenasalud.net/2010/08/07/niveles-de-obesidad-en-aumento.html>

### Actividad

**Indicaciones:** a continuación se te dan 4 imágenes obsérvalas cuidadosamente y en la línea de la par coloca el nombre de la enfermedad a la que corresponde cada una.



## Glosario

### 1. Aminoácidos

Son compuestos orgánicos que se combinan para formar proteínas. Los aminoácidos y las proteínas son los pilares fundamentales de la vida.

### 2. Arteriosclerosis

Es un término general utilizado en medicina humana y veterinaria, que se refiere a un endurecimiento de arterias de mediano y gran calibre. Causa estrechamiento de las arterias que puede progresar hasta la oclusión del vaso impidiendo el flujo de la sangre por la arteria así afectada

### 3. Bilirrubina

Es un pigmento biliar de color amarillo anaranjado que resulta de la degradación de la hemoglobina de los glóbulos rojos reciclados

### 4. Biotina

Es una vitamina de gran importancia ya que interviene en el metabolismo de grasas, aminoácidos, hidratos y purinas.

### 5. Calostro

Es un líquido secretado por las glándulas mamarias durante el embarazo y los primeros días después del parto, compuesto por inmunoglobulinas, agua, proteínas, grasas y carbohidratos en un líquido seroso y amarillo.

### 6. Colágeno

Es la proteína más abundante del organismo, representa entre el 20% y el 30% de las proteínas totales de un adulto. El colágeno se encuentra en la piel, los ligamentos, los tendones, los huesos, los cartílagos, los vasos sanguíneos y otros tejidos conectivos.

### 7. Colesterolemia

Concentración sanguínea de colesterol.

### 8. Glúcidos

Son compuestos orgánicos de gran importancia biológica, ya que su función más importante es la de ser una gran fuente de energía. También se los conoce con el nombre de hidratos de carbono o azúcares.



**9. Guarnición**

Es una preparación culinaria que acompaña a la preparación principal en una comida.

**10. Homeostasis**

Se conoce como homeostasis al conjunto de fenómenos de autorregulación, que permiten al mantenimiento de una relativa constancia en la composición y propiedades del medio interno de un organismo.

**11. Ictericia**

La ictericia es una coloración amarillenta de la piel o de los ojos causada por un exceso de bilirrubina en el cuerpo.

**12. Lípidos**

Son biomoléculas orgánicas formadas básicamente por carbono e hidrógeno y generalmente también oxígeno; pero en porcentajes mucho más bajos.

**13. Macronutrientes**

Son aquellos nutrientes que suministran la mayor parte de la energía metabólica del organismo. Los principales son glúcidos, proteínas, y lípidos.

**14. Micronutrientes**

Son las vitaminas y los minerales, que se consumen en cantidades relativamente menores, pero que son imprescindibles para las funciones orgánicas.

**15. Molécula**

Es la partícula más pequeña que presenta todas las propiedades físicas y químicas de una sustancia.

**16. Purinas**

Son sustancias naturales que se encuentran en algunos alimentos. Cuando su cuerpo digiere purinas, se genera un producto de desecho llamado ácido úrico.

**17. Transgénicos**

Se refiere a aquellos alimentos que han sido producidos a partir de un organismo modificado mediante ingeniería genética y al que se le han incorporado genes de otro organismo para producir las características deseadas.

## Referencias

- Alvarado, A. (2017). *Beneficios de la Leche*. Recuperado el 17 de marzo de 2017, de Contigo salud vivir mejor: <http://www.contigosalud.com/beneficios-de-la-leche>
- Brown, J. (2010). *Nutrición en las diferentes etapas de la vida*. México: Editorial Pearson.
- Fundación Medicina Fetal Barcelona. (29 de julio de 2017). *Lactancia*. Recuperado el 18 de marzo de 2017, de Inatal: <http://inatal.org/el-parto/lactancia/66-lactancia-materna-por-que/374-que-beneficios-le-aporta-al-bebe-la-lactancia-materna.html>
- Gil, A. (2010). *Tratado de nutrición*. España: Editorial Médica Panamericana.
- Gimferrer, N. (24 de agosto de 2015). *Alimentos que estimulan el crecimiento*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de Eroski Consumer: [http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender\\_a\\_comer\\_bien/curiosidades/2012/10/30/213928.php](http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/curiosidades/2012/10/30/213928.php)
- Grandes Marcas Guatemala. (2015). *Incaparina*. Recuperado el 19 de 03 de 2017, de <http://www.grandesmarcasguatemala.com/marcas/2010/incaparina/>
- Graña, R. (26 de septiembre de 2015). *¿Qué es la nutrición? Definición, características y propiedades*. Recuperado el 17 de marzo de 2017, de Cómo funciona qué: <http://comofuncionaque.com/que-es-la-nutricion/>
- Grupo de apoyo a la lactancia materna. (s.f.). *Propiedades nutricionales de la leche materna*. Recuperado el 18 de marzo de 2017, de Enfermería CS Olaguibel: <https://lmolaguibel.wordpress.com/pnlm/>

- Heine, M. (30 de julio de 2010). *La lactancia materna elemento clave para reducir la mortalidad infantil*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de Organización Mundial de la Salud:  
[http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2010/breastfeeding\\_20100730/es/](http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2010/breastfeeding_20100730/es/)
- Hervías, M. (21 de julio de 2011). *El huevo, mitos y beneficios*. Recuperado el 17 de marzo de 2017, de Guioteca ¿Qué quieres saber?:  
<https://www.guioteca.com/nutricion/el-huevo-mitos-y-beneficios/>
- Hockwald , L. (2017). *7 alimentos que aumentan tu energía*. Recuperado el 20 de marzo de 2017, de Entrepreneur es edition:  
<https://www.entrepreneur.com/article/265385>
- Mejor con Salud. (s.f.). *7 alimentos para aumentar de peso saludablemente*. Recuperado el 20 de marzo de 2017, de <https://mejorconsalud.com/7-alimentos-para-aumentar-de-peso-saludablemente/>
- Pérez, C. (2017). *Carne: beneficios para la salud*. Recuperado el 18 de marzo de 2017, de Natursan: <http://www.natursan.net/carne-beneficios-para-la-salud/>
- Soriano, J. (2006). *Nutrición básica humana*. Valencia, España: Editorial Maite Simón.
- Taringa. (s.f.). *Anorexia - bulimia - desnutrición - obesidad*. Recuperado el 21 de marzo de 2017, de <http://www.taringa.net/posts/salud-bienestar/6163273/Anorexia---bulimia---desnutricion---obesidad.html>
- Wikipedia La enclopedia libre. (31 de julio de 2016). *Incaparina*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Incaparina>
- Yoldi, G. (26 de mayo de 2007). *Siete pasos para una alimentación sana en Guatemala*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de Eroski Consumer:  
[http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/en\\_la\\_cocina/comer\\_por\\_el\\_mundo/2007/05/26/163035.php](http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/en_la_cocina/comer_por_el_mundo/2007/05/26/163035.php)

## Capítulo V

### 5. Evaluación del EPS

#### 5.1 Evaluación del diagnóstico

Actividad	Si	No	Comentario
¿Se presentó el plan del diagnóstico?	X		Se elaboró con el objetivo de planificar y organizar la información.
¿Los objetivos del plan fueron pertinentes?	X		Los objetivos son adecuados para el desarrollo de las actividades.
¿Las actividades programadas para realizar el diagnóstico fueron suficientes?	X		Suficientes y acordes al logro de objetivos planteados.
¿Las técnicas de investigación previstas fueron apropiadas para efectuar el diagnóstico?	X		Son acordes para formalizar el diagnóstico.
¿Los instrumentos diseñados y utilizados fueron apropiados a las técnicas de investigación?	X		Permitieron la obtención de información.
¿El tiempo calculado para realizar el diagnóstico fue suficiente?	X		Se programó el tiempo necesario para la elaboración del diagnóstico.
¿Se obtuvo colaboración de personas de la institución?	X		Logró apoyo incondicional por parte del personal de la institución.
¿Se tiene la descripción del estado y funcionalidad de la institución?	X		Aplicando las técnicas se logró obtener toda esta información.
¿Fue correcta la problematización de la institución?	X		Los problemas fueron correctamente priorizados.
¿Fue correcta la problematización de las carencias, definición, debilidades?	X		La definición de las carencias y debilidades fueron correctas.
¿La hipótesis acción es pertinente al problema?	X		La suposición de los problemas son oportunos.
¿Se presentó el listado de las fuentes consultadas?	X		Son el soporte bibliográfico de la información investigada.

## 5.2 Evaluación de la fundamentación teórica

Actividad	Si	No	Comentario
¿La teoría presentada corresponde al tema contenido en el problema?	X		Cada tema presentado es acorde al contenido al problema priorizado.
¿El contenido presentado es suficiente para tener claridad respecto al tema?	X		Se cuenta con claridad Suficiente respecto al contenido de cada tema.
¿Las fuentes consultadas son suficientes para caracterizar el tema?	X		Se abarcaron fuentes suficientes y adecuadas a identificar el tema.
¿Se hacen citas correctamente dentro de las normas de un sistema específico?	X		Se aplicó las citas con el sistema APA en cada uno de los capítulos del informe.
¿Las referencias bibliográficas contienen todos los elementos requeridos como fuente?	X		Se elaboraron siguiendo las normas del sistema utilizado.
¿Se evidencia aporte del epesista en el desarrollo de la teoría presentada?	X		Existen aportes puntuales del Epesista en el desarrollo de la teoría presentada.

## 5.3 Evaluación del diseño del plan de intervención

Elemento del plan	Si	No	Comentario
¿Es completa la identificación institucional de la epesista?	X		Se trató de identificar de forma general la información institucional.
¿El problema es el priorizado en el diagnóstico?	X		En base al listado de carencias, se logró priorizar el más inmediato de los problemas para poder darle solución.

¿La hipótesis-acción es la que corresponde al problema priorizado?	X		Es una conjetura adecuada al problema priorizado.
¿La ubicación de la intervención es precisa?	X		La ubicación es adecuada.
¿La justificación para realizar la intervención es válida ante el problema a Intervenir?	X		Se justificó convenientemente la intervención ante el problema.
¿El objetivo general expresa claramente el impacto que se espera provocar con la intervención?	X		Es claro porque expresa adecuadamente el impacto que se espera obtener.
¿Los objetivos específicos son pertinentes para contribuir al logro del objetivo general?	X		Son oportunos para favorecer el logro de objetivo general.
¿Las metas son cuantificaciones verificables de los objetivos específicas?	X		Son cuantificables específicamente.
¿Los beneficiarios están bien identificados?	X		Son los actores principales de todo el trabajo a ejecutar.
¿Las técnicas a utilizar son las apropiadas para las actividades a realizar?	X		Son ajustadas para llevar a cabo las actividades.
¿El tiempo asignado a cada actividad es apropiado para su realización?	X		Cada una cuenta con un tiempo estipulado adecuadamente.
¿Están claramente determinados los responsables de cada acción?	X		Los responsables de cada acción determinada.
El presupuesto abarca todos los costos de la intervención?	X		Para ello se realizó un presupuesto declarando cada uno de los gastos por actividad a realizar.
¿El determinó el presupuesto el renglón de imprevisto?	X		Está programado un costo para imprevistos.
¿Están bien identificadas las fuentes de financiamiento que posibilitarán la ejecución del presupuesto?	X		Describe claramente las fuentes de financiamiento.

#### 5.4 Evaluación de la ejecución y sistematización de la intervención

Aspecto	Si	No	Comentario
¿Se da con claridad un panorama de la experiencia vivida en el EPS?	X		Se describen todos sus participantes y acciones por realizar de forma vivencial.
¿Los datos surgen de la realidad vivida?	X		Claro, son los que conforman parte de la historia del proyecto.
¿Es evidente la participación de los involucrados en el proceso del EPS?	X		Se cuenta claramente con los participantes en el proceso del informe.
¿Se valoriza la intervención ejecutada?	X		Porque es fundamental la intervención del proceso a ejecutar se le brinda la importancia adecuada.
¿Las lecciones aprendidas son valiosas para futuras intervenciones?	X		Claro, la elaboración de este informe, no solo permite lecciones sino también fortalece nuestra cultura general y conocimiento histórico del municipio y funcionamiento de las instituciones.

### 5.5 Evaluación del informe final del EPS

Aspecto/elemento	Si	No	Comentario
¿La portada y los preliminares son los indicados para el informe del EPS?	X		Son los sugeridos de acuerdo al propedéutico y lineamientos dados por la asesora.
¿Se siguieron las indicaciones en cuanto a tipo de letra e interlineado?	X		Los mismos fueron dados por la asesora y también los estipula el propedéutico del Ejercicio Profesional Supervisado.
¿Cada capítulo está debidamente desarrollado?	X		Siguiendo lo establecido en el propedéutico del Ejercicio Profesional Supervisado.
¿En los apéndices aparecen los instrumentos de evaluación aplicados?	X		Porque son el soporte de lo investigado para conformar la información del informe.
¿En el caso de citas, se aplicó un solo sistema?	X		Se aplicó el sistema de las normas APA, siguiendo sus propios lineamientos.
¿El informe está desarrollado según las indicaciones dadas?	X		Se siguieron adecuadamente los lineamientos dados.
¿Las referencias de las fuentes están dadas con los datos correspondientes?	X		Están con sus respectivos datos.



## **Capítulo VI**

### **Voluntariado**

#### **6. Proyecto de Feria de la Salud**

##### **6.1 Informe circunstanciado**

El grupo de epesistas de la Universidad de San Carlos de Guatemala Sección Santa Catarina Mita, Facultad de Humanidades de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, llegó al consenso de organizar y ejecutar como proyecto de voluntariado una Feria de la Salud que consiste en una jornada médica totalmente gratuita, trayendo a disposición especialidades como: medicina general, ginecología, pediatría, odontología, optometría, oftalmología y psicología, donde también se les aportaría medicina según el diagnóstico médico. Esta actividad se visualizó como un aporte social para la población de Santa Catarina Mita, tomando en cuenta las necesidades que existen en este municipio en el factor salud; para lo cual se realizaron diferentes actividades que consistieron en: reuniones de grupo de epesistas, donde se determinó el tipo de proyecto a realizar, deliberando el impacto que tendría dicho proyecto en beneficio de la población. Procediendo a dar a conocer la propuesta del proyecto elegido, a la Licenciada Dolores del Carmen Hernández Castro, Asesora del Ejercicio Profesional Supervisado, quien autorizó llevarlo a cabo.

Teniendo una respuesta positiva de la asesora, se da inicio con las respectivas gestiones; solicitando la colaboración del Centro Médico Fraternidad Catarineca, debido a que dichas instalaciones cuentan con el equipo necesario para realizar el evento, siendo nuestra máxima opción en las especialidades médicas previstas. Obteniendo una respuesta positiva por parte de la organización no gubernamental; se continuó con la visita al alcalde municipal William Geovanny Duarte Guerra, donde se expuso el proyecto a realizar y se le solicitó el tipo de ayuda que como municipalidad podría proporcionar. Comprometiéndose con ayuda económica, mobiliario y bebida para quienes asistieran a la “Feria de la Salud”; después de ello se redactaron las solicitudes a diferentes instituciones de salud públicas y privadas

“Área de Salud de Jutiapa, Hospital Departamental de Jutiapa, Centro de Salud de Santa Catarina Mita, Clínica Vimédica, Clínica Gil y Torres, Clínica Villa Clara, Sanatorio San Rafael, Oficina Municipal de la Mujer, en las cuales se les solicitó a los doctores en las diferentes especialidades donar un día de sus servicios asistiendo el día 29 de Octubre de 2016, a las instalaciones del Centro Médico Fraternidad Catarineca, ubicado en el Barrio Colonia Nueva a un costado del Centro de Estudios Municipales. Obteniendo una respuesta positiva de los profesionales: Dra. Vianka Recinos de González, Dr. Jorge Estuardo González Berganza, Dr. José Carlos Ríos, Dra. Ivonne Malfí Torres Salazar, Dr. Eddie Estuardo Gil Valenzuela, Dra. Rosabel de la Caridad Cabrera González, Dr. Isaac Avendaño Vásquez, Dr. Mario Reynaldo Martínez González, Dr. Carlos Rafael Solórzano Cartagena, Dra. Tracey Solórzano Monson, Dr. Francisco Medrano, Licda. en Psicología Maribel García Medina y contando con la colaboración de las enfermeras graduadas: Claudia Verónica Cerón, Gilma Esperanza Juárez Duque y Lesly Michelle Vivar de Paz.

Asimismo se solicitó el apoyo de medicina a las farmacias Fraternidad Catarineca, San Rafael (Cesibel de García), San Rafael (Francisco Medrano), Arcoíris, además del aporte en cuanto a medicina de los doctores: Milton Estuardo Polanco, Juan Pablo Barrientos Castañaza, Dina Waleska Valladares del Cid, Roberto Eduardo Tobar García, y dependientes de farmacia como la Licda. Blanca Florydalma Privado y Licda. Jaqueline García Privado.

Para la realización del evento médico se gestionó en empresas y comercios como: Agua Pura El Volcán, Distribuidora Carolina, Multiservicios Yanes y Pastelería Rosy.

Obteniendo la confirmación por parte de doctores, enfermeras, casas comerciales y grupo de voluntarios de la Fraternidad Catarineca, se prosiguió con la recaudación de fondos adicionales para sufragar gastos de enceres, útiles de oficina, cortinería, material visual que se utilizarían el día del evento a través de rifas relámpago que se llevaron a cabo en la Escuela Oficial Urbana para Niñas y en la Asociación de Mototaxis Caterinecos. Además de cinco rifas que se llevaron a cabo en la Asociación de Transportistas (ATEXPOR) en la cabecera departamental de Jutiapa, donde día con día se realizaban las rifas con usuarios del transporte público

extraurbano, conductores, ayudantes y demás personas que visitaban esa terminal de buses, dejando aceptables ganancias.

Además se solicitó la colaboración de la Asociación de Artistas Catarinecos, para que enviara dos payasos que servirían de entretenimiento para los presentes en la actividad.

Habiendo recibido la colaboración económica por parte de la Municipalidad de Santa Catarina Mita, para gastos de alimentación del personal médico, enfermeras, personal administrativo y grupo de voluntariado del Centro Médico Fraternidad Catarineca, artistas, farmacéuticas, invitados, Coordinador de la sede SCM, jefe inmediato, asesora y grupo de epesistas, se visitó diferentes restaurantes para su respectiva cotización tomando la mejor oferta que ofrecía el restaurante “La Estancia” ubicado en el vecino municipio de Asunción Mita, Jutiapa, el cual se reservó para el día del evento. Además de ello se cotizaron diferentes tipos de refrigerios optando por la propuesta del restaurante de comida rápida “Sabores del Oriente”, quien se encargó de cubrir el servicio.

Tres días antes de la actividad, se da inicio con la limpieza de las instalaciones del centro médico, se colocaron imágenes visuales relativas a cada especialidad en los cubículos correspondientes, se elaboraron los números para las consultas en diferentes colores de acuerdo a las especialidades, se visitó el canal de televisión por cable K-tv Tu Gente Tu Canal, donde se da a conocer durante el noticiero STC Noticias todos los pormenores de la “Feria de la Salud”, informando a la población por medio de un publimovil en el área urbana, por la radio Estéreo Ostúa a nivel municipal y por las distintas plataformas de redes sociales.

Dos días antes de realizar el evento se montó la farmacia organizando y ordenando en la estantería los diversos tipos de medicina que se obtuvieron a través de las gestiones pertinentes y que estarían a disposición de los médicos para recetar según el cuadro clínico mostrado por el paciente.

Un día antes del montaje de la feria de la salud se recibió el mobiliario prestado por la municipalidad que incluía sillas, toldos, camillas y una silla de ruedas. También las

mesas que proporcionó Multiservicios Yanes, seguidamente se armaron toldos, se colocaron sillas ordenadamente para las personas que asistieran, se ubicó el material visual en cada uno de los cubículos, se colocaron recipientes de basura para mantener limpio el lugar, se cubrieron las ventanas con cortinas para mantener un ambiente de privacidad para médicos y pacientes, posteriormente se realizó limpieza general de las instalaciones proporcionando papel higiénico, jabón líquido, toallas en cada sanitario, así como también mayordomos y gel desinfectante en cada uno de los cubículos para uso exclusivo de los médicos. Finalizando con la instalación del equipo de cómputo prestado por la Academia de Computación Fraternidad Catarineca, que serviría para llevar ordenadamente el registro de los pacientes, teniendo a disposición una computadora para cada especialidad. Dejando todo en su respectivo lugar para el día siguiente en el cual se ejecutaría el proyecto de voluntariado “Feria de la Salud”.

El día del evento sábado 29 de octubre, el grupo de epesistas se presentó en las instalaciones del Centro Médico a partir de las 5:00 AM para ultimar detalles de lo previsto, donde se organizó y delegó funciones para cada uno de los integrantes que consistía en: dos epesistas para la entrega de números a los pacientes, uno para la atención y ordenamiento de las personas junto con voluntarios proporcionados por la fraternidad, mientras otros quedaron a cargo en asistir a los médicos para lo que ellos necesitaran de manera inmediata.

Los médicos, enfermeras y farmacéuticos se presentaron a las 7:30 A.M. recibéndolos con un cordial saludo y a la vez ubicándolos en su respectivo cubículo, entregándoles el listado de los medicamentos existentes. Se continuó con un pequeño acto protocolario, junto con un breve saludo a los asistentes, en el cual se dieron a conocer los nombres de los epesistas, así como el nombre de la asesora de EPS; se presentó a los médicos que participarían en dicha actividad y a los patrocinadores que dieron su apoyo a la actividad.

La jornada médica inició a las 8:00 A.M. con la entrega de los números pasando cada persona en orden correlativo dirigiéndose al área de cómputo donde se le tomarían los datos correspondientes; aperturando de esta manera con las consultas

médicas, llegando en primer instancia con las enfermeras para pacientes que asistían a las especialidades de medicina general, pediatría y ginecología, tomándoles peso, talla, temperatura y signos vitales, tomando en cuenta que en las especialidades de: oftalmología, optometría, psicología no se requería de uso de enfermería, mientras que en odontología los médicos contaban con dos asistentes que ellos mismos proporcionaron; en el horario de las 11:00 A.M. se les brindó un pequeño refrigerio a doctores, enfermeras, farmacéuticas y equipo de voluntarios, mientras que para el público en general estaba a disposición una venta de refacciones y golosinas dentro de la institución para comodidad de las personas, en el transcurso del día la actividad se desarrolló de forma fluida y ordenada, sin presentarse inconveniente alguno, mostrando una respuesta satisfactoria por parte de los beneficiados porque se les proporcionó la cantidad de medicina considerable para su tratamiento. A las 2:00 P.M debido a la demanda existente de pacientes se les brindó a los médicos y personal involucrado, fruta y un refrigerio de nuevo, puesto que ellos no deseaban interrumpir la actividad hasta finalizar completamente con los pacientes.

Siendo las 4:00 P.M el evento se da por concluido de manera exitosa y satisfactoria para todos los que intervinimos en la actividad.

Continuando con la programación se trasladó al municipio de Asunción Mita, Jutiapa, a todo el personal que intervino en el montaje y ejecución de la Feria de la Salud; para un acto de convivencia y agradecimiento donde se les entregó un diploma de honor al mérito y un reconocimiento a quienes ayudaron a la realización del proyecto, culminando la actividad con una deliciosa cena en el restaurante La Estancia ubicado en el municipio antes mencionado.



No.	Actividades	Septiembre				Octubre			
		1	2	3	4	1	2	3	4
20	Visita al Doctor Roberto Eduardo Tobar García								
21	Visita a dependientes de farmacia								
22	Visita a empresas y comercios								
23	Realización de rifas para recaudar fondos								
24	Visita a la Asociación de Artistas Catarinecos								
25	Entrega de solicitudes a instituciones públicas y privadas de salud, profesionales, empresas y comercios								
26	Confirmación de profesionales de la salud para el día del evento								
27	Confirmación de las empresas y comercios para brindar su apoyo a través de productos y servicios								
28	Confirmación de los Artistas Catarinecos que participarían en el evento								
29	Cotización de diferentes restaurantes								
30	Recaudación de medicina								
31	Limpieza general del Centro Médico Fraternidad Catarineca								
32	Publicidad por diversos medios de comunicación								
33	Montaje de la farmacia								
34	Montaje del evento								
35	Ejecución del Proyecto Voluntariado "Feria de la Salud"								

### 6.3 Plan del proyecto

#### I. Parte informativa:

**Lugar:** Centro Médico Fraternidad Catarineca, Colonia Nueva, Santa Catarina Mita, Jutiapa.

**Nombre del proyecto:** Feria de la Salud.

**Modalidad:** Jornada Médica

**Fecha de evento:** 29 de octubre de 2016

**Hora de inicio del evento:** 08:00 horas

**Hora de finalización del evento:** 16:00 horas

**Nombre de la asesora:** Dolores del Carmen Hernández Castro

**No. de integrantes del grupo:** 6

**Nombre de los integrantes del grupo:**

Jhonny Alexis Nájera Navas

Deybi Adimir Lucero López

Jacobo González Pinto

Ingrid Marleny Duarte Cisneros

Evelyn Lisseth Polanco Salazar

Silvia Yanira Cisneros Aguirre

#### II. Parte de desarrollo

**Objetivos:**

**General:**

- ✓ Contribuir al mejoramiento de salud por medio de consultas médicas; medicina ética y popular gratuita para los habitantes del municipio de Santa Catarina Mita, Jutiapa.

**Específicos:**

- ✓ Atender a los pacientes con distintas enfermedades que visiten las instalaciones donde se realizará la feria de la salud.



- ✓ Identificar el cuadro clínico de los pacientes para que puedan dar seguimiento a sus enfermedades.
- ✓ Donar a los pacientes parte del medicamento para su tratamiento.

### **Especialidades médicas:**

Medicina General, Ginecología, Pediatría, Psicología, Oftalmología, Optometría y Odontología.

### **Personas que apoyan la “Feria de la Salud”**

- ✓ **Personal administrativo del Centro Médico Fraternidad Catarineca:**

Abner Polanco Martínez, Presidente  
 Lilian Liset Chinchilla Chinchilla, Directora  
 Idalma García, Subdirectora  
 Brenda Marroquín, Auxiliar

- ✓ **Equipo de voluntarios Fraternidad Catarineca:**

Harling Aguilar  
 Antonio Olivares

- ✓ **Área de cómputo Academia de Computación Fraternidad Catarineca:**

Ana Medina Cermeño (Medicina General 1 y2)  
 Harby Santos Chavarría (Medicina General 3,4 y 5)  
 Peter Duque (Ginecología)  
 Katherine Jimena Ortiz (Psicología)  
 Jasmin García (Pediatría)  
 Ana Gabriela Hernández (Odontología)  
 Yamileth Sandoval (Optometría y Oftalmología)

- ✓ **Médicos especialistas:**

- Rosabel de la Caridad Cabrera González, Médico General, Clínica Villa Clara.

- Jorge Estuardo González, Médico General, Clínica Vimédica
- Isaac Avendaño Vásquez, Médico General, Clínica Villa Clara.
- Vianka Recinos de González, Médico General, Clínica Vimédica
- Francisco Medrano, Médico General, Sanatorio San Rafael
- José Carlos Ríos, Ginecólogo, Clínica Vimédica
- Maribel García Medina, Psicóloga, Oficina Municipal de la Mujer.
- Mario Reynaldo Martínez García, Pediatra, Clínica del Niño.
- Ivonne Malfí Torres Salazar, Odontóloga, Clínica Gil y Torres.
- Eddie Estuardo Gil Valenzuela, Odontólogo, Clínica Gil y Torres.
- Carlos Solorzano, Oftalmólogo, Club Rotary Internacional.
- Tracey Solorzano Monson, Optometrista, Club Rotary Internacional.

✓ **Enfermeras:**

Gilma Esperanza Juárez Duque, Puesto de Salud, Aldea la Barranca.

Claudia Verónica Cerón, Puesto de Salud, Aldea la Barranca.

Michelle Vivar de Paz, Clínica Gil y Torres.

✓ **Farmacéuticas:**

Luz del Carmen Sanabria

Marlin Enelia Aguilar Martínez

✓ **Personal artístico:**

Payaso Tripita, Erickson Guerra

Payaso Champurrada, Elías Ortiz

✓ **Vendedoras:**

Delmi García de Ortiz

Ericka Ortiz García

✓ **Alimentación:**

Refacciones “Sabores de Oriente”

Restaurante “La Estancia”

✓ **Sonido:**

Disco Láser, Antonio Lucero

✓ **Medio de comunicación**

STC Noticias, Henry Noel Gómez Meléndez

✓ **Transporte**

Transportes “Donado” Alvaro Miguel Donado

✓ **Diplomas y reconocimientos:**

Imprenta JYM

Librería “Guido”

✓ **Aportes**

Consultas y medicina gratuita.

**Patrocinadores:**

William Geovanny Duarte Guerra, Alcalde Municipal de Santa Catarina Mita.

Marvin Osorio Rodríguez, Distribuidora Carolina

Carolina Duarte Guerra, Distribuidora Carolina

Dr. Juan Pablo Barrientos Castañaza

Pablo Barrientos, Agua Pura “El Volcán”

Edin Antonio Yanes, Multifiestas Yanes

Blanca Florydalma Privado, Dependiente de Farmacia

Jackeline García Privado, Dependiente de Farmacia

Arminda de González, Pastelería Rosy.

Cesibel de García, Farmacia San Rafael

Dr. José Roberto Tobar

Dr. Milton Estuado Polanco

Dra. Dina Waleska Valladarez del Cid, Centro Médico Integral

Alvaro Eduardo Morales Nova, Escuela Oficial Urbana para Niñas

Carlos Amilcar Hernández Aguilar, AMOTUCA

Carlos Mogel, Presidente de ATEXPOR y Club de Leones Jutiapa.

## 6.4 Listado de pacientes atendidos:

Dra. Rosabel de la Caridad Cabrera González			
Medicina General			
No.	Nombre del paciente	Edad	Dirección
1	José Víctor Barrientos	32	Barrio La Javía
2	Marta Lilia Medina	53	Barrio La Javía
3	Sara González	39	Aldea El Quebracho
4	Pedro Maldonado Paz	48	Barrio El Barreal
5	Elda Adilia Pérez	63	Agua Blanca
6	José Bladimir Díaz	7	Barrio El Centro
7	Juana Xiomara Pérez Ortiz	33	Colonia Osorio Rodríguez
8	Rubila Martínez Gámez	59	Colonia Osorio Rodríguez
9	Jhonny Fernando Valladares Marroquín	33	Barrio La Ermita
10	Jacobo Gámez Quintana	61	Colonia Osorio Rodríguez
11	Jairo Yair Iván Gonzales Ordoñez	5	Colonia Nueva
12	Emilio Pérez Muñoz	91	Colonia Vista Hermosa
13	Yahsly Kalani González Ordoñez	7	Colonia Nueva
14	Cilia Asucena Hernández Méndez	50	Colonia Nueva
15	Bayron Nehemías Vega Palma	18	Aldea Horcones
16	Vitalina García López	46	Barrio El Barreal
17	Marilis Aguirre	25	Barrio Santa Elena
18	Melany Solangel Guerra	8	Barrio La Ermita
19	Cristian Josué Guerra	14	Barrio La Ermita
20	Sofía Samantha Álvarez	37	Barrio El Centro
21	José Aníbal Aguilar Nájera	17	Barrio El Barreal
22	Dora Alicia López	59	Barrio El Barreal
23	Elvia Rosa Fernández	38	Barrio La Ermita
24	Celinda Ramos	67	Barrio La Ermita
25	Teodoro Jesús Montoya	74	Barrio La Ermita
26	Blanca Mavilia Vásquez Morales	51	Colonia Nueva
27	Jerbin Josué Lima Reyes	6	Colonia Nueva
28	Tomas García Catú	69	Barrio La Ermita
29	Jesús Umberto Lucero Valencia	5	Barrio La Ermita
30	Telma Pricila Barahona	62	Barrio La Ermita
31	Lydia Cristina Avalos Alva	8	Barrio El Barreal
32	Milagros Susan Herrera Carbajal	36	Agua Blanca
33	Guillermo Hernández Martínez	45	Barrio El Centro
34	Lourdes Hernández Flores	52	Colonia Osorio Rodríguez
35	Luis Armando Palma Damas	55	Colonia Nueva
36	Nelson Vinicio Damas	65	Aldea Horcones

<b>Dr. Jorge Estuardo González Berganza</b>			
<b>Medicina General</b>			
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	José Luis García Rojas	51	Barrio El Barreal
2	Lesmith Elfi García Villalobos	25	Barrio Valle Nuevo
3	Yassmin Katherin Garrido Ortiz	19	Barrio Santa Elena
4	Fernando Rolando Gómez Palomino	20	Barrio El Barreal
5	Mirtha Zulma González Vásquez	28	Barrio La Javía
6	Pablo Gustavo Cordero	36	Colonia Osorio Rodríguez
7	Irma Irene Hidalgo Álvarez	45	Barrio El Barreal
8	Luis Hidalgo Barrientos	29	Barrio El Centro
9	Violeta Guerrero Santos	58	Barrio La Javía
10	Eduardo Hernández Pérez	68	Barrio El Barreal
11	Hernán Iván Hurtado Rojas	37	Barrio La Ermita
12	Amiel Oliver Jiménez Bolaños	45	Aldea La Barranca
13	Enrique Juárez Morales	19	Barrio El Barreal
14	Ayllin Elisa Juárez Morales	36	Barrio La Javía
15	Bertha Francisca Juárez López	45	Aldea La Barranca
16	Pedro Armando Castro Castro	29	Barrio El Centro
17	Ruth Del Rosario León Espinoza	58	Barrio La Javía
18	Luis Francisco Fernández Castro	19	Barrio El Barreal
19	Francisco Leonardo Rivera	36	Barrio La Ermita
20	José Luis Pérez Navas	45	Aldea La Barranca
21	Yolanda Giovanna Bolaños Bolaños	19	Barrio El Barreal
22	Luz Eliana Flores Barrientos	20	Barrio La Javía
23	Isaías Oswaldo Chavarría Castro	45	Aldea La Barranca
24	Julio Aguirre Marín	65	Barrio El Centro
25	María Isabel Nova Morales	35	Barrio La Javía
26	Mariela Celia Martínez Palma	89	Barrio La Ermita
27	José Augusto Torres Díaz	45	Aldea La Barranca
28	Leonardo Manuel Torres Villalta	71	Barrio El Barreal
29	David William Flores Barrientos	19	Barrio La Javía
30	Rolando Valentín Urbina Zúñiga	20	Barrio El Barreal
31	Richard Carlos Sagastume Montoya	25	Barrio La Javía
32	Jaime Walter Lima Vásquez	45	Colonia Osorio Rodríguez
33	Nancy Clementina Vargas Morataya	15	Barrio El Barreal
34	Vicenta Vargas Rivera	12	Barrio La Javía
35	Luis Mario Vásquez Ruiz	19	Barrio El Barreal
36	Luz Angélica Rivera Ramos	85	Barrio La Javía
37	Alejandro Roberto Vargas vega	20	Barrio El Centro
38	Josefina Hernández Ramos	20	Barrio La Javía

<b>Dr. Isaac Avendaño Vásquez</b>			
<b>Medicina General</b>			
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	Miriam García Peralta	54	Agua Blanca
2	Arturo Godoy Sandoval	16	Barrio El Centro
3	Marlene Victoria Barrientos Salazar	36	Colonia Osorio Rodríguez
4	Elsa Patricia Gonzales Medina,	45	Colonia Nueva
5	Javier Gutiérrez Girón	52	Aldea Horcones
6	Elena Rosabel Guzmán Pérez	75	Barrio El Barreal
7	Clara Luz Palma Castillo	81	Barrio Santa Elena
8	Milagros del Carmen Gasparico	18	Barrio La Javía
9	Guillermo Payes Del Cid	54	Aldea El Quebracho
10	Lourdes Ivana Flores Jiménez	19	Barrio El Barreal
11	Luis Armando Sandoval Argueta	41	Agua Blanca
12	Marcos Antonio Aguirre Aguilar	36	Barrio El Centro
13	Walter David Morales Esteban	61	Colonia Osorio Rodríguez
14	Elba Mercedes Rosales Montoya	19	Colonia Osorio Rodríguez
15	Pedro Guillermo Martínez Castro	52	Barrio La Ermita
16	Roberto Julián Palma Cerón	54	Colonia Osorio Rodríguez
17	Ofelia del Rosario Méndez	56	Colonia Nueva
18	Héctor Rene Ramírez Virula	63	Colonia Vista Hermosa
19	Gaudí Guísela Estrada Campos	75	Colonia Nueva
20	Adolfo Luis Maldonado López	71	Colonia Nueva
21	Sandra Noelia Espina Aldana	70	Aldea Horcones
22	Jenny María Paz Quintana	85	Colonia Vista Hermosa
23	Pedro Santiago Gutiérrez Mencos	13	Colonia Nueva
24	Magda Janeth Aquino Cerna	16	Agua Blanca
25	Martin Emiliano Aguilar	18	Barrio El Centro
26	Georgina Esperanza Rosales	21	Colonia Osorio Rodríguez
27	Rosa Liliana Roca Espino	20	Colonia Nueva
28	Rosa Josefa Espina Morales	12	Aldea Horcones
29	Francisca Pinto Lucero	15	Barrio El Barreal
30	Rosa María Navas Guerra	73	Barrio Santa Elena
31	Betsy Mabel Duque Chinchilla	52	Colonia Nueva
32	Alejandra Maldonado Payes	36	Aldea Horcones

<b>Dr. Francisco Javier Medrano</b>			
<b>Medicina General</b>			
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	Sindy Rosio García Méndez	18	Barrio El Barreal
2	José Alessandro Gasparico Asencio	15	Colonia Nueva
3	Santo Rosio Asencio	20	Colonia Nueva
4	Britani Sofía Payes Ramos	55	Barrio El Barreal
5	Melodi Elizabeth Gracia Aguirre	31	Barrio Santa Elena
6	Frankly Alexis López Aguirre	23	Barrio Santa Elena
7	Deilin Naomi Aguirre Figueroa	19	Barrio Santa Elena
8	Manuel Eduardo Aguirre Figueroa	45	Barrio Santa Elena
9	Hugo André Chinchilla Aguirre	72	Barrio Santa Elena
10	Cristel Estefany Osorio Aguirre	45	Barrio La Javía
11	Maicol Amílcar Maldonado García	86	Barrio El Barreal
12	Moisés Isaac Aguilar Figueroa	69	Barrio La Javía
13	Ángela Anahí Sandoval Palma	31	Barrio El Barreal
14	Esmeiler García Pinto	55	Barrio El Barreal
15	Eliza Yamilet Flores García	15	Barrio La Javía
16	Keyffer Emmanuel Cisneros Aguirre	20	Barrio La Javía
17	Yarin Ameli Palma España	44	Colonia Nueva
18	Cristofer Neftalí López Espinoza	18	Colonia Osorio Rodríguez
19	Dani Manfredo López Espinoza	24	Colonia Osorio Rodríguez
20	Luis Alexander Arias Pinto	18	Colonia Osorio Rodríguez
21	Alonso Martínez Gonzales	19	Barrio Santa Elena
22	Yeni Yolanda Martínez Gonzales	50	Barrio Santa Elena
23	Walter Emanuel Ramírez Esteban	39	Barrio Santa Elena
24	Estefani Mishel Carpio	20	Aldea Cuesta de García
25	Blanca Yohana López Barrientos	33	Aldea Carbonera
26	Irleny Beatriz Palma Santos	22	Aldea Corinto
27	Carlos David Paredes Castro	19	Aldea Horcones
28	Francisco Javier Martínez	30	Aldea El Rodeo
29	Mynor Isaac Bolaños	20	Barrio Valle Nuevo
30	Brenda Ismari Monroy Gámez	55	Aldea Magueyes
31	Juan José González	33	Aldea Suchitán
32	Marleni Marisol Payes	27	Aldea El Quebracho
33	Lesly Karina Nova Palma	50	Aldea Las Lajas
34	Lester Mauricio Fuentes	30	Aldea El Limón

<b>Dra. Vianka Recinos de González</b>			
<b>Medicina General</b>			
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	Bertha Elizabeth Aguirre	40	Barrio La Javía
2	Claudia Liseth Guerra	34	Barrio La Javía
3	Londy Karina Osorio	29	Barrio El Barreal
4	Francisco Adilio Juárez	65	Barrio La Javía
5	Arely Esperanza Barrientos	26	Barrio La Javía
6	Astrid Julieta Navas	34	Barrio La Javía
7	Juana María Ortega	43	Aldea Santa Rosa
8	Diana Joanna Mazariegos	23	Barrio La Javía
9	Ana Del Rosario López	26	Colonia Nueva
10	Aroldo José Guerra	50	Barrio El Centro
11	Waldon Alexis Espina	21	Barrio La Ermita
12	Selvin Morales Girón	40	Aldea Horcones
13	Katherinne Daniela Morales	17	Aldea Horcones
14	Dora Alicia Aguilar De Espina	43	Barrio La Ermita
15	Yamileth Espina Aguirre	18	Barrio La Ermita
16	Silvia María Salazar Regalado	31	Barrio La Javía
17	Mayra Roxana Peñate	37	Barrio La Ermita
18	Andrea Cisneros Guerra	17	Barrio La Javía
19	Henry Enrique Palma Ortiz	43	Barrio El Barreal
20	Rony Esteban Palma Torres	38	Barrio El Centro
21	Marco Tulio Juárez	56	Aldea El Puente
22	Jennifer Sarai Cardona	18	Aldea Brasilar
23	Crisly Michel Santos	15	Barrio La Javía
24	José David Folgar Aguirre	31	Barrio La Javía
25	Alex Geovany Mazariegos	23	Barrio El Centro
26	Erika Vanesa Gómez Santos	29	Barrio El Centro
27	Lester Alfonzo Guerra	40	Aldea El Puente
28	Raúl Antonio Martínez	55	Barrio El Centro
29	Miguel Ángel Pérez	33	Barrio La Ermita
30	Irma Yolanda García	49	Barrio El Centro
31	Gloria Imelda Yanes	60	Barrio El Centro



<b>Dr. Mario Reynaldo Martínez</b>			
<b>Pediatría</b>			
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	Luis Francisco Salazar	6 meses	Colonia Nueva
2	Arístides Salazar Rojas	2 años	Colonia Osorio Rodríguez
3	Beatriz Ariana Salazar Salazar	3 meses	Aldea La Barranca
4	Soledad Miriam Salazar Salazar	3 años	Barrio El Barreal
5	Selena Sarai Pineda	8 años	Barrio La Javía
6	Rosa Isabel Sandoval Vega	2 años	Aldea Barranca
7	José Alejandro Andrade Palma	6 meses	Barrio El Barreal
8	Jocelyn Betzabe Paz Lucero	4 años	Colonia Nueva
9	Janeth Lorena Mazariegos Leiva	3 años	Colonia Nueva
10	Vilma Karina Recinos Valdez	1 mes	Colonia Osorio Rodríguez
11	Elisa Yaneth Méndez Chacón	4 años	Colonia Osorio Rodríguez
12	María Elena Aguirre Aguilar	11 meses	Colonia Osorio Rodríguez
13	Juan Carlos Castro Ramos	6 años	Aldea La Barranca
14	José Freddy Sandoval Juárez	6 meses	Colonia Nueva
15	Luz Rosario Roca Peralta	4 años	Colonia Vista Hermosa
16	Jenny Xiomara Fernández Paz	4 meses	Colonia Vista Hermosa
17	Félix Antonio Torres Milán	2 años	Colonia Vista Hermosa
18	Jennifer Esperanza Juárez	9 meses	Colonia Vista Hermosa
19	Lester David Méndez Catú	4 años	Colonia Nueva
20	Jenny Johana Barrientos	2 años	Aldea Quebracho
21	Blanca Amavilia Estrada	1 año	Colonia Nueva
22	Ana Dolores Cameros	6 meses	Colonia Vista Hermosa
23	Carlos Romeo Mazariegos Vásquez	5 meses	Barrio La Ermita
24	Marleny Polanco Aldana	1 año	Barrio La Ermita
25	Lester David Hernández Payes	4 años	Barrio La Ermita
26	Oscar David Ambrocio Flores	2 años	Aldea La Barranca
27	Juan Carlos Cruz Cardona	4 años	Barrio El Barreal
28	Andrea Sabrina Reyes Vivar	5 años	Barrio La Javía
29	Roberto Carlos Carpio Medina	2 meses	Aldea Barranca
30	Joaquín Emilio Paz Coto	1 mes	Barrio El Barreal
31	Liliana Carolina Osorio Rodríguez	2 años	Colonia Nueva
32	Madison Fernanda Castillo Lucas	2 años	Colonia Nueva

<b>Dra. Ivonne Malfi Torres Salazar y Dr. Eddie Estuardo Gil Valenzuela</b>				
<b>Odontología</b>				
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>	
1	Alesandra Yamilet Aguilar Figueroa	3	Barrio La Javía	Extracción
2	Concepción Cameros	28	Valle Nuevo	Limpieza
3	Edgar Antonio Cervantes	55	Barrio El Centro	Extracción
4	Daylin Dayana Salazar Cisneros	12	Barrio La Javía	Limpieza
5	Hilda Vivar Donado	51	Barrio La Javía	Extracción
6	Ana Mirian Medina Cermeño	17	Barrio El Barreal	Extracción
7	Sonia Isabel Pinto	50	Barrio El Centro	Extracción
8	Abner Elías Nájera Navas	12	Barrio La Javía	Extracción
9	Bayron Castillo	50	Barrio El Barreal	Extracción
10	Mariana Valladares	8	Barrio La Ermita	Limpieza
11	Idalma Lili García Chinchilla	27	Valle Nuevo	Limpieza
12	Diana Celeste Chávez García	6	Colonia Nueva	Extracción
13	Lubia Nájera	36	Barrio El Barreal	Limpieza
14	Juan Gonzales	60	Valle Nuevo	Extracción
15	Kevin Noé Mansilla Vásquez	15	Colonia Nueva	Limpieza
16	Evelin Polanco	22	Barrio El Barreal	Limpieza
17	Angélica María Lima Reyes	41	Barrio El Barreal	Extracción
18	Refugio Monroy De Flores	42	Colonia Nueva	Limpieza
19	Carolina Castañeda	39	Valle Nuevo	Extracción
20	Jenner Gudiel Tanan Aguilar	10	Barrio El Barreal	Extracción
21	Anahí Sandoval López	12	Valle Nuevo	Extracción
22	Karen Contreras Fernández	45	Colonia Nueva	Extracción
23	Saúl Díaz Hernández	85	Barrio El Barreal	Limpieza
24	Rodrigo Vásquez Gutiérrez	86	Barrio El Barreal	Limpieza
25	Yessica Frias Ramírez	62	Colonia Nueva	Extracción
26	Liliana Cruz Estrada	53	Colonia Nueva	Limpieza
27	Omar Daniel Ponce Sandoval	14	Aldea Horcones	Extracción
28	Oscar Vidal Reyes	45	Barrio El Barreal	Limpieza
29	Carlos Cárdenas Sánchez	18	Valle Nuevo	Limpieza
30	Ana Daniela Zárate García	74	Colonia Nueva	Extracción
31	María Fernanda López	35	Barrio El Barreal	Limpieza
32	Daniela Sánchez	25	Valle Nuevo	Extracción
33	Lester Méndez Gómez	45	Colonia Nueva	Limpieza
34	Luis Fernando Gonzales	65	Barrio El Barreal	Extracción
35	William Danilo Ortiz	9	Valle Nuevo	Extracción
36	Erik Martínez	7	Colonia Nueva	Limpieza
37	Bryan Romero Espina	29	Barrio El Barreal	Extracción
38	Rocio Espina Gálvez	35	Valle Nuevo	Limpieza
39	Paola Orozco Rosales	40	Colonia Nueva	Extracción
40	Fernando Luis Chinchilla	14	Barrio El Barreal	Limpieza

41	Rudy Ambrocio	85	Valle Nuevo	Limpieza
42	Estarli Méndez Gómez	65	Colonia Nueva	Extracción
43	Juan Espina Lobos	41	Colonia Nueva	Limpieza
44	Elman Hernández	32	Barrio El Barreal	Extracción
45	Marvin Flores Paz	18	Valle Nuevo	Limpieza
46	Juan Gerardo Lucero	54	Colonia Nueva	Extracción
47	Juana Torres Cruz	65	Barrio El Barreal	Limpieza
48	Vinicio Palma	45	Colonia Nueva	Limpieza
49	Samuel Ordoñez	23	Colonia Nueva	Extracción
50	Mario Alonzo Ortiz	20	Barrio El Barreal	Limpieza

<b>Dr. Jose Carlos Ríos</b>			
<b>Ginecología</b>			
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	Carmen Amelia Marroquín	50	Barrio La Ermita
2	Concepción Cameros	28	Barrio El Valle Nuevo
3	Bani Yanira Cerón	48	Barrio La Ermita
4	Lubia Esperanza Martínez Vásquez	42	Barrio El Barreal
5	Sonia Elizabeth Nájera Navas	42	Barrio La Javía
6	Lesbia Martínez Vásquez	36	Barrio El Barreal
7	Ana Cristabel Maravilla	54	Barrio La Javía
8	Angélica María Hernández García	26	Colonia Osorio Rodríguez
9	Hellyn Aguirre López	21	Barrio La Javía
10	Erika Fabiola Ortiz García	27	Barrio El Barreal
11	Dora Francisca Palencia	28	Barrio La Ermita
12	Nancy Hernández	41	Colonia Osorio Rodríguez
13	Carmen Cristina Molina Cano	32	Barrio El Barreal
14	Lillian Eugenia Gómez Álvarez	45	Aldea El Rodeo
15	Vanesa Naranjo Marín	12	Colonia Nueva
16	Berta Corina Duque Gutiérrez	75	Barrio El Barreal
17	Ana Margarita Hurtado Figueroa	64	Colonia Nueva
18	Blanca Elizabeth Moran	54	Barrio El Barreal
19	Evelin Lisset Murillo González	32	Barrio Valle Nuevo
20	María Consuelo Osorio Quintana	10	Barrio Santa Elena
21	Marlen Rocio Palacio Martínez	56	Barrio El Barreal
22	Gloria Amparo Álvarez Agudelo	9	Barrio La Ermita
23	Mirna Bertila González Castaño	19	Colonia Osorio Rodríguez
24	Beatriz Elena Osorio Landaverde	20	Barrio El Barreal
25	Silvia Noemí Ramírez	22	Aldea El Rodeo
26	Elva Luz Montoya Serna	41	Colonia Nueva
27	Carolina Isabel Giraldo	45	Barrio Valle Nuevo
28	Yolanda Antonia Tobar Mora	65	Barrio Santa Elena

**Dr. Carlos Rafael Solorzano Cartagena y Dra. Tracey Solorzano Monson**
**Oftalmología y Optometría**

<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	Glendy Marleny Uviedo Palma	31	Colonia Osorio Rodríguez
2	Adilda Juárez Duque	61	Colonia Nueva
3	Castulo Enrique Alegría	63	Colonia Nueva
4	Santos Humerto Ortiz Paz	66	Barrio El Barreal
5	Dailin Dayana Salazar Cisneros	12	Barrio La Javía
6	Cesar Alberto Muños Palencia	12	Barrio La Ermita
7	Miguel Enrique Ortiz Méndez	58	Barrio El Barreal
8	José Juan Dávila Vásquez	14	Aldea El Rodeo
9	Juan De María Ramírez	72	Colonia Nueva
10	Edsa Esperanza Ortiz	53	Barrio El Barreal
11	Mayron Steven Martínez Rodas	17	Colonia Nueva
12	José Víctor Salazar Carias	80	Barrio El Barreal
13	Harvey Oseas Santos Chintún	13	Barrio Valle Nuevo
14	Ana Noemí De Chinchilla	42	Barrio Santa Elena
15	Jefferson David Ambrocio Rodas	10	Barrio El Barreal
16	Carme Iliana González Guerra	32	Barrio La Javía
17	Jorge Joaquín Jiménez	50	Colonia Osorio Rodríguez
18	Valeria Estefanía Quintana Ortiz	30	Barrio El Barreal
19	Lucia Sandoval	53	Barrio El Centro
20	Refugio Monroy De Flores	42	Barrio La Javía
21	Evelyn Polanco	22	Barrio El Barreal
22	Elías Ortiz Marcia	37	Barrio El Barreal
23	Blanca Elizabeth Moran	46	Colonia Vista Hermosa
24	Anahí Sandoval López	12	Colonia Nueva
25	Juan Pablo Barrientos	25	Barrio El Centro
26	Denis Benjamín Cortes	29	Barrio Santa Elena
27	William Eduardo Vicente	55	Barrio El Barreal
28	José Víctor López	33	Barrio La Ermita
29	Luis Arturo Lemus Rivera	44	Aldea La Barranca
30	Elder Efraín Morales	32	Aldea El Puente
31	Mayra Leticia Contreras Palma	22	Aldea El Brasil
32	Eva Lorena García Torres	60	Aldea Horcones

<b>Licda. Maribel García Medina</b>			
<b>Psicología</b>			
<b>No.</b>	<b>Nombre del paciente</b>	<b>Edad</b>	<b>Dirección</b>
1	Sinthya Michel Flores García	11	Barrio La Javía
2	Saida Tatiana Cabrera	4	Barrio El Barreal
3	Isaías Antonio Díaz Cervantes	9	Barrio El Centro
4	Cristian Josué Guerra Fernández	14	Barrio La Ermita
5	Briit Juliana Duque	6	Barrio La Ermita
6	Alesandra Yamilet Aguilar Figueroa	3	Barrio La Javía
7	Emerson Antonio Segura Lima	8	Colonia Nueva
8	José Fermín Méndez Méndez	4	Colonia Osorio Rodríguez
9	Katerin Polanco	17	Barrio El Barreal
10	Margarita Polanco	19	Barrio La Ermita
11	Anahí Sandoval López,	45	Barrio La Javía
12	Karen Contreras Fernández	51	Barrio La Javía
13	Saúl Díaz Hernández	25	Barrio El Barreal
14	Rodrigo Vásquez Gutiérrez	53	Barrio El Centro
15	Yessica Frias Ramírez	62	Barrio La Javía
16	Liliana Cruz Estrada	51	Barrio El Barreal
17	Omar Daniel Ponce Sandoval	18	Barrio La Ermita
18	Oscar Vidal Reyes	45	Barrio Valle Nuevo
19	Carlos Cárdenas Sánchez	20	Barrio El Barreal
20	Ana Daniela Zárate García	59	Barrio La Ermita

## 6.5 Listado de medicina utilizada:

Nombre	Cantidad	Valor	Total
Abentel	2	Q.145.30	Q.290.60
AcidoValproico	3	Q. 68.25	Q.204.75
Acla-Med	10	Q. 18.50	Q.185.00
Aerius	2	Q. 82.35	Q.164.70
Aeroxol	5	Q.100.00	Q.500.00
AF Infantil	4	Q. 36.47	Q.145.88
Albendazol	4	Q. 15.00	Q.120.00
Albugenol-tr	2	Q.121.00	Q.242.00
Aldophen	2	Q. 21.00	Q. 42.00
Alercet	2	Q.147.00	Q.294.00
Alfer Eriplus	1	Q. 75.00	Q. 75.00
Almexanida	1	Q. 60.00	Q. 60.00
Alusor	4	Q. 91.00	Q.364.00
Ambroxel	3	Q. 53.75	Q.161.25
Amebil	2	Q. 53.50	Q.107.00
Amitral Forte	3	Q. 69.00	Q.207.00
Amoxicilina + Acido clavulanico tableta y jarabe	4	Q.190.00	Q.760.00
Ansil	1	Q.448.00	Q.448.00
Antiprot	2	Q. 55.25	Q.110.50
Aquavit B6	2	Q.153.50	Q.307.00
Arcoxia	1	Q.597.00	Q.597.00
Argenon Junior	2	Q.115.00	Q.230.00
Argentafil	1	Q.194.00	Q.194.00
Argesyl	1	Q.159.28	Q.159.28
Arginina	2	Q.105.46	Q.210.92
Aurisan	4	Q. 39.50	Q.158.00
Avamys	15	Q. 7.35 c/u	Q.110.25
Aviplex	2	Q. 60.00	Q. 60.00
Axant	3	Q. 60.00	Q.180.00
Axeptyl	2	Q.107.81	Q.215.62

Azekym	20	Q. 15.00 c/u	Q.300.00
Azitronet	2	Q.125.71	Q.251.42
Azo 500	30	Q. 20.00	Q.600.00
B max 20	2	Q. 86.00	Q.172.00
Bac-Clor	2	Q.118.63	Q.137.26
Bactel-Compuesto	2	Q.115.00	Q.230.00
Bacteval	4	Q. 48.40	Q.193.60
Batrix-w	3	Q. 75.00	Q.225.00
Bazik	4	Q. 61.00	Q.244.00
Bebediargranulos	1	Q. 76.48	Q. 76.48
Bebediar suero-dietético	2	Q. 70.55	Q.141.10
BenicarAmlo	1	Q.281.00	Q.281.00
Benicar HCT	1	Q.268.00	Q.268.00
Benikan	2	Q.282.00	Q.564.00
Bepanthene	4	Q. 45.00	Q.180.00
Bianos	1	Q.175.80	Q.175.80
Biclavuxil	2	Q.121.00	Q.242.00
Bifodolac	2	Q. 50.25	Q.100.50
Biosilat	1	Q.150.00	Q.150.00
Brociflox	2	Q. 54.50	Q.109.00
Brodaxol	6	Q. 58.50	Q.351.00
Bronquinox	2	Q.118.25	Q.236.50
Bru-clamox	8	Q. 36.00	Q.288.00
Bruderm	4	Q. 50.00	Q.200.00
Buprion Sr	2	Q. 69.00	Q.138.00
Capental	3	Q. 79.75	Q.239.25
Carbum 20	2	Q.218.20	Q.436.40
Carvedi-Denk	1	Q.112.00	Q.112.00
Cefaxil	1	Q.186.00	Q.186.00
Cefibiotic	2	Q.144.00	Q.288.00
Ceficid	1	Q.247.00	Q.247.00
Ceftriaxona	2	Q. 75.00	Q.150.00
Celaris	3	Q. 71.00	Q.213.00
Cetirax	2	Q.134.47	Q.268.94
Cietrax	2	Q. 80.30	Q.160.60

Ciliotussin Compositum	3	Q. 99.35	Q.298.05
Cilostal	1	Q.162.00	Q.162.00
Ciprofibrato	6	Q. 96.00	Q.576.00
Clarus	2	Q.167.46	Q.334.92
Clofesol	2	Q. 90.00	Q.180.00
Cloperax	1	Q.142.25	Q.142.50
Closin	2	Q. 72.00	Q.144.00
Codebronc	20	Q. 2.55 c/u	Q. 51.00
Cofedrin	3	Q. 63.00	Q.189.00
Colber	1	Q.267.00	Q.267.00
Colianten	1	Q.104.00	Q.104.00
Colitran	3	Q. 62.00	Q.186.00
Complejo B	4	Q. 30.00	Q.120.00
Coritos	4	Q. 35.00	Q.140.00
Cortifil Crema	1	Q.147.00	Q.147.00
CranberolaCrys-control	2	Q.215.00	Q.430.00
Cromus	1	Q.294.04	Q.294.04
Crosba	6	Q. 25.00	Q.148.00
Cysbiotic	1	Q.227.50	Q.227.50
Dearexin	4	Q. 31.00	Q.124.00
Deflamol	3	Q. 90.00	Q.270.00
Deflazacort	1	Q.190.63	Q.190.63
Deflazacort gal	1	Q.125.00	Q.125.00
Deflonat	10	Q. 7.20 c/u	Q. 72.00
De-kafebril	4	Q. 39.50	Q.158.00
Depakene	3	Q.143.00	Q.429.00
Dermafast	2	Q. 49.80	Q. 99.60
Detox	3	Q. 78.25	Q.234.75
Dexeno	2	Q.115.00	Q.230.00
Diclotrat	3	Q. 31.50	Q. 94.50
Diglumet	1	Q.154.75	Q.154.75
Dilafrin	4	Q. 77.00	Q.308.00
Dimegan-D	1	Q.107.00	Q.107.00
Direx	2	Q.176.00	Q.352.00
Disorgamox	2	Q. 75.00	Q.150.00



Disorgavit Mujer	2	Q. 80.00	Q.160.00
Diuretyk	3	Q. 69.94	Q.209.82
Doctram 125	1	Q.120.00	Q.120.00
Dolo-herfec	12	Q. 4.00 c/u	Q. 48.00
Domeboro	20	Q. 8.00 c/u	Q.160.00
Dualdol	2	Q. 94.25	Q.188.50
Dualdol	3	Q. 84.50	Q.253.50
Efinex	1	Q.187.75	Q.187.75
Enfamil sin lactosa	1	Q.146.00	Q.146.00
Enterocross	2	Q. 70.00	Q.140.00
Epax	2	Q. 75.80	Q.151.60
Eskapar	1	Q.137.00	Q.137.00
Esoderi	50	Q. 2.00 c/u	Q.100.00
Evarin	1	Q.251.00	Q.251.00
Exibacina Crema	1	Q.150.00	Q.150.00
Farlaborin	3	Q. 28.75	Q. 86.25
Farlac	1	Q.154.00	Q.154.00
Farmacef	7	Q. 48.00	Q.336.00
FerkelTf	2	Q. 62.01	Q.124.02
Ferremix	2	Q.155.30	Q.310.60
Ferrion 800	1	Q.125.00	Q.125.00
Ferrolfolato	1	Q. 80.00	Q. 80.00
Ferroglicin	2	Q. 81.52	Q. 81.52
Feximet	2	Q. 78.75	Q.157.50
Fexonasal	2	Q.135.60	Q.271.20
Fixibac	2	Q.120.00	Q.240.00
Flamantil	2	Q.100.00	Q.200.00
Flamydl	25	Q. 8.00 c/u	Q.200.00
Flamydol	2	Q.110.00	Q.220.00
Fledec	3	Q. 54.60	Q.163.80
Florenterol	3	Q. 89.50	Q.268.00
Fluconazol	2	Q. 89.50	Q.179.00
Fluctual	2	Q.143.00	Q.286.00
Fludecon C	2	Q. 55.50	Q.111.00
Fludigrip	2	Q. 48.75	Q. 97.50

Fludipnen	2	Q.150.25	Q.300.50
Flunil	2	Q.117.00	Q.234.00
FluvisMoc	1	Q. 60.00	Q. 60.00
Fluxone	1	Q.117.33	Q.117.33
Folacid	3	Q. 60.00	Q.180.00
Folacid Ferro	2	Q. 78.00	Q.156.00
FolyHierro	4	Q.130.00	Q.520.00
Foly tonic	6	Q. 75.00	Q.450.00
Fometimax	3	Q. 38.00	Q.114.00
Formicina	3	Q. 80.31	Q.240.93
Fort zink	1	Q.139.03	Q.139.03
Fosfocil	3	Q. 73.00	Q.219.00
Friso Gold 3	7	Q. 22.00	Q.154.00
Fulcrum	10	Q. 5.00	Q. 50.00
Furomet	2	Q.165.00	Q.330.00
Gabirol	2	Q.112.00	Q.112.00
Gamalate B	2	Q. 71.54	Q143.08
Gammatos	6	Q. 35.00	Q.210.00
Gamna Zinc	3	Q. 65.00	Q.195.00
Gas Aid	2	Q. 81.50	Q.163.00
Gastrokinet	1	Q.240.00	Q.240.00
Gavindol	2	Q.328.00	Q.656.00
Geristal	1	Q.144.38	Q.144.38
GerivanGyG	3	Q. 60.00	Q.180.00
Gesimax	3	Q. 55.00	Q.165.00
Gestabion	3	Q. 78.65	Q.235.95
Gestavit	2	Q.139.00	Q.278.00
Ginfera 400	1	Q.155.00	Q.155.00
Ginkgo Biloba	2	Q.120.00	Q.240.00
Givotan	3	Q. 60.42	Q.181.26
Glicazet	15	Q. 7.00 c/u	Q.105.00
Grosba	1	Q.130.00	Q.130.00
Harcaricin mite	6	Q. 23.00	Q.138.00
Hatial	6	Q. 20.00	Q.120.00
Heio Baby Avanzada2	5	Q. 60.00	Q.300.00

Heio Baby Inicia 1	1	Q. 55.00	Q. 55.00
Helotos	3	Q. 68.25	Q.204.75
Hepaferquem	1	Q.122.30	Q.122.30
Hepatos	6	Q. 96.00	Q.576.00
Herba Baby	1	Q. 60.00	Q. 60.00
Hidropolivit	1	Q. 93.75	Q. 93.75
Hiperiquem	1	Q. 80.00	Q. 80.00
Histaler	1	Q.165.63	Q.165.63
Histaprin	2	Q. 77.50	Q.155.00
Honey Vit	2	Q. 76.00	Q.152.00
Horpax	1	Q.325.44	Q.325.44
Hovalert	2	Q.130.00	Q.260.00
Ibuprofeno	1	Q.250.00	Q.250.00
Ibuvanz	2	Q. 51.84	Q.103.68
Ifavim	3	Q. 29.50	Q.118.00
Iliadin	4	Q. 65.00	Q.260.00
Infestop	3	Q. 20.25 c/u	Q. 60.75
Inmuno	2	Q. 84.50	Q.169.00
Inmuno Grip	2	Q. 80.25	Q.160.50
Irbersartan	2	Q.120.83	Q.141.66
IsurgidPharmakon	3	Q. 60.00	Q.180.00
Iveprax	1	Q.283.29	Q.283.29
Jabón de aceite humectante	2	Q. 60.00	Q.120.00
Jabón de azufre	4	Q. 25.00	Q.100.00
Jabón de Glicerina	3	Q. 36.50	Q.109.50
Kalizzer	5	Q. 35.40	Q.177.00
Kamillosan	1	Q.110.00	Q.110.00
Karicid	1	Q.140.15	Q.140.15
KetoconaolCrema	2	Q. 85.00	Q.170.00
Kid cay	1	Q.110.00	Q.110.00
Kisat	3	Q. 82.50	Q.247.50
Klaricid	1	Q.406.00	Q.406.00
Klaristat	3	Q. 70.00	Q.210.00
Kold Grip	4	Q. 39.00	Q.156.00
Kolicon	5	Q. 25.00	Q.125.00

Kolpas	8	Q. 3.00 c/u	Q. 24.00
Kopodex	1	Q.347.20	Q. 347.20
Kralfato	2	Q.164.00	Q. 329.00
Kromicferrum	1	Q.140.00	Q. 140.00
Krup-e	2	Q.108.00	Q. 216.00
Krup-korin	1	Q. 91.31	Q. 91.31
Laborgaformina	3	Q. 71.00	Q. 213.00
Lacimax	1	Q.133.40	Q. 133.40
Lacmate	2	Q.112.15	Q. 224.30
Lacto digestomen	1	Q.166.00	Q. 166.00
Lactosi	2	Q. 82.00	Q. 164.00
Lapricef	1	Q.200.00	Q. 200.00
Laprimox	1	Q.178.00	Q. 178.00
Lergiless	2	Q. 78.12	Q. 156.24
Levaler	1	Q.167.80	Q. 167.80
Levax	2	Q.120.00	Q. 240.00
Levocof	1	Q.101.50	Q. 101.50
Levopront	3	Q. 82.70	Q. 248.10
Levotek	2	Q.122.09	Q. 244.18
Libbera	3	Q. 83.25	Q. 249.75
Lorabet	2	Q. 81.09	Q. 162.18
Lorastin	2	Q. 37.75	Q. 75.50
Loratadina	100	Q. 10.00	Q.1000.00
Lumenex	4	Q. 52.60	Q. 210.40
Macrofantina	1	Q.227.58	Q. 227.58
Mailen	2	Q.141.00	Q. 282.00
Max Fluor	2	Q. 51.00	Q. 102.00
Maxbendazol	1	Q. 75.00	Q. 75.00
Max-Fluor	5	Q. 20.00	Q. 100.00
Maxilact	3	Q. 81.25	Q. 243.75
Mediflu	3	Q. 76.40	Q. 229.20
Megamoxbid	1	Q.116.00	Q. 116.00
Megaxim	2	Q. 76.00	Q. 152.00
Merbal	3	Q. 66.00	Q. 198.00
Metiom	1	Q. 52.00	Q. 52.00

Metocarbon	1	Q. 72.00	Q. 72.00
Metrolex	1	Q.125.00	Q.125.00
Metronidazol	3	Q. 26.50	Q. 79.50
Migra-Dolosina	50	Q. 1.50 c/u	Q. 75.00
Minadyn	2	Q.120.00	Q.240.00
Momemist	2	Q.171.00	Q.342.00
Mometasyn	18	Q. 6.40	Q.115.20
Monilac	2	Q. 76.00	Q.152.00
Montelast - A	3	Q. 92.50	Q.177.50
Motrax	3	Q.168.00	Q.504.00
Moxilin	10	Q. 4.75 c/u	Q. 45.00
Mucarboll	2	Q. 70.00	Q.140.00
MucoNemox	6	Q. 69.00	Q.414.00
Mucolit	1	Q.197.75	Q.197.75
MucopulminAmoxi	3	Q. 50.00	Q.150.00
Multiac	3	Q. 73.75	Q.221.25
Multivitan	3	Q. 55.54	Q.166.62
Munomax	2	Q.140.00	Q.280.00
Muvett	2	Q.209.50	Q.401.00
Nasaben 64 Nasal	4	Q.166.30	Q.332.60
Neocantil	2	Q. 98.00	Q.196.00
Neo-Febrina	60	Q. 1.00 c/u	Q. 60.00
Neo-Melubrina	30	Q. 1.00 c/u	Q. 30.00
Nerfec 25,000	3	Q. 50.00	Q.150.00
Nidaxil	4	Q. 48.50	Q.194.00
Nidaxil	2	Q. 94.00	Q.188.00
Nitaviax	4	Q. 15.00	Q. 60.00
Nitax	2	Q. 78.00	Q.156.00
NitazofinBussie	2	Q. 86.00	Q.172.00
Nitazoxanida	4	Q. 50.00	Q.200.00
Nutriben Crecimiento 3	12	Q. 49.00	Q.588.00
Omniparax	1	Q.101.56	Q.101.56
Omniparax Jarabe	2	Q. 78.13	Q.156.26
Onetik	2	Q.152.00	Q.304.00
Opralen H	4	Q. 25.00	Q.100.00

Orix	8	Q. 16.00	Q.128.00
Ortaron	2	Q.147.34	Q.294.68
Osteovit Junior	1	Q.134.26	Q.134.26
Otipax	1	Q.167.00	Q.167.00
Otomidil	4	Q. 43.00	Q.172.00
OtosecHc	2	Q. 87.00	Q.174.00
Pamcom	2	Q. 89.75	Q.179.50
Panadol	80	Q. 1.50 c/u	Q.120.00
Pancrealipasa	2	Q.104.00	Q.208.00
Pantosek	2	Q.102.00	Q.204.00
Parooyn	5	Q. 20.00	Q.100.00
ParoxetinaCalox	1	Q. 75.75	Q. 75.75
Permasin	3	Q. 62.50	Q.187.50
PharaFenac	3	Q. 20.00	Q. 60.00
Pharapramiel	2	Q. 77.00	Q.154.00
Phara-Mucolt	4	Q. 90.00	Q.360.00
Phestal	3	Q. 70.67	Q.112.01
Phyta Soya	3	Q. 25.00	Q. 75.00
Pinkafer	2	Q. 52.00	Q.104.00
Pirosed Suspensión	2	Q. 80.95	Q.161.90
Plenar 5mg	1	Q.358.00	Q.358.00
PolyvinHf	3	Q. 75.50	Q.226.50
Portium	2	Q. 95.00	Q.190.00
Prazolen Busse	1	Q. 92.50	Q. 92.50
Prednabene	1	Q. 82.50	Q. 82.50
Prednix	1	Q.105.00	Q.105.00
Prednolyn	4	Q.112.50	Q.450.00
Prescribacter	1	Q.144.70	Q.144.70
Principal forte	3	Q.100.00	Q.300.00
Progen	2	Q. 55.25	Q.110.50
Provil Plus	3	Q. 7.50 c/u	Q. 22.50
PVM Junior Vainilla	2	Q. 12.00 c/u	Q. 24.00
PVM sin lactosa	8	Q. 35.00 c/u	Q.280.00
Quiprox	2	Q. 61.00	Q.122.00
Reoterol	1	Q.157.00	Q.157.00

Rh2	2	Q. 82.00	Q.328.00
RinofedAntitusivoHf	2	Q. 85.00	Q.170.00
Rupax	4	Q.150.00	Q.600.00
Sargenor Forte	1	Q.243.75	Q.243.75
Sarinex	2	Q.230.30	Q.460.60
Secbil	2	Q.125.00	Q.250.00
Secdazol	3	Q. 62.00	Q.187.50
Secnifar	2	Q. 62.50	Q.125.00
Secnimax	2	Q. 52.00	Q.104.00
Secnimeb	3	Q. 49.75	Q.149.50
Sedaflem a	2	Q. 42.50	Q. 85.00
Sedalgina Compuesta	4	Q. 41.50	Q.166.00
Selvigon	2	Q.130.20	Q.260.40
Sennax	3	Q. 48.00	Q.144.00
Septan	2	Q. 90.00	Q.180.00
Serecur	3	Q. 53.00	Q.159.00
Sinairex	3	Q. 30.60	Q. 91.80
Somazina	2	Q.265.00	Q.530.00
Staff	20	Q. 7.50 c/u	Q.150.00
Stimol	2	Q.161.00	Q.322.00
Subrox-C	3	Q. 68.00	Q.204.00
Sudroxil	2	Q. 78.00	Q.138.00
Sufial	25	Q. 1.50 c/u	Q. 37.50
Sultribyl Forte	4	Q. 48.13	Q.192.52
Suplaflor	1	Q.125.00	Q.125.00
Suviar	2	Q.217.00	Q.434.00
Synapsis	1	Q.195.00	Q.195.00
Takinox	2	Q. 96.00	Q.192.00
Tamivir	1	Q.360.00	Q.360.00
Tamoxin 20	1	Q.290.00	Q.290.00
Tansinet	2	Q.365.00	Q.730.00
Telydalt	1	Q.376.00	Q.376.00
Tensinor	2	Q. 99.00	Q.198.00
Tetraciclina	100	Q. 1.00 c/u	Q.100.00
TirfenAminoquelado	3	Q. 70.00	Q.210.00

Topron	2	Q.104.00	Q. 208.00
Tosetik	1	Q. 75.80	Q. 75.80
Trialon Forte	2	Q. 78.75	Q. 157.50
Trimbal	5	Q. 41.00	Q. 205.00
Trimetoprim	8	Q. 45.00	Q. 360.00
Trimetroprim	4	Q. 44.00	Q. 176.00
Trinomox Bid	2	Q. 87.75	Q. 175.50
Trisulfex-forte	2	Q. 42.50	Q. 85.00
Troferit	1	Q.121.25	Q. 121.25
Tusivanz	4	Q. 53.40	Q. 213.60
Tuzzil-w	2	Q. 82.50	Q. 165.00
Ulcidex	4	Q. 11.50 c/u	Q. 46.00
Urikem	1	Q.136.00	Q. 136.00
Valt Plus	1	Q.160.30	Q. 160.30
Vassluten H	1	Q.104.00	Q. 104.00
Vassluten Plus	4	Q. 16.00 c/u	Q. 64.00
Venicil	2	Q. 85.00	Q. 170.00
VentairCe	1	Q.296.10	Q. 296.10
Vertika	3	Q.114.00	Q. 342.00
Viscoteina	2	Q. 90.00	Q. 180.00
Viternum	3	Q.105.00	Q. 315.00
Vivitar	6	Q.175.00	Q. 1050.00
Wafarin	3	Q. 98.30	Q. 196.60
Winasorb	3	Q. 40.00	Q. 120.00
Xalar 10mg	3	Q. 7.50 c/u	Q. 22.50
Xplended	1	Q.190.00	Q. 190.00
X-Plended	3	Q. 70.00	Q. 210.00
Zalain	2	Q. 98.30	Q. 196.60
Zuvine	3	Q.230.00	Q. 115.00
<b>Total de medicina:</b>			<b>Q.76,503.71</b>



### 6.6 Gestiones

No.	Descripción	Cantidad	c/u	Total
1	Infraestructura y equipo			Q. 5,000.00
2	Medicina	Varias		Q.76,503.71
3	Alimentación	40	Q. 50.00	Q. 2,000.00
4	Enfermeras	3	Q. 500.00	Q. 1,500.00
5	Gasolina	1	Q. 500.00	Q. 500.00
6	Payasos	2	Q. 250.00	Q. 500.00
7	Farmacéuticas	2	Q. 100.00	Q. 200.00
8	Toldos	2	Q. 150.00	Q. 300.00
9	Pastel	1	Q. 200.00	Q. 200.00
10	Anuncios en radio	12	Q. 5.00	Q. 60.00
11	Camilla	1	Q. 300.00	Q. 300.00
12	Bolsas con agua	300	Q. 1.00	Q. 300.00
13	Mesas	5	Q. 5.00	Q. 25.00
14	Consultas	333		Q.44,830.00
15	Sillas	200	Q. 1.00	Q. 200.00
16	Sillas de rueda	2	Q. 50.00	Q. 100.00
17	Botellas con agua	25	Q. 3.00	Q. 75.00
			<b>Total Gestiones</b>	<b>Q.132,593.71</b>

### 6.7 Efectivo

No.	Descripción	Cantidad	c/u	Total
1	Rifa de pachón	1	Q. 395.00	Q. 395.00
2	Rifa canasta básica	1	Q. 430.00	Q. 430.00
3	Rifa ATEXPOR	5	Q.1,505.00	Q.7,525.00
			<b>Total Efectivo</b>	<b>Q.8,350.00</b>

## 6.8 Gastos

No.	Descripción	Cantidad	c/u	Total
1	Hospedaje	2	Q. 70.00	Q. 140.00
2	Material de Odontología	Varios		Q. 350.00
3	Utensilios de baño	Varios		Q. 150.00
4	Anuncio en TV	Varios		Q. 50.00
5	Sonido	8 hrs	Q. 75.00	Q. 600.00
6	Cortinas	7	Q. 10.00	Q. 70.00
7	Material Visual	Varios		Q. 100.00
8	Diplomas	33	Q. 3.00	Q. 99.00
9	Reconocimientos	2	Q.150.00	Q. 300.00
10	Viajes	12	Q.600.00	Q.3,600.00
11	Refacciones	30	Q. 17.00	Q. 510.00
13	Viáticos Oftalmólogo	1	Q.800.00	Q. 800.00
14	Mototaxis	Varios		Q. 275.00
15	Frutas	Varias		Q. 150.00
16	Golosinas	Varias		Q. 105.00
17	Anestesia	1	Q. 35.00	Q. 35.00
18	Canasta Básica	1	Q.150.00	Q. 150.00
19	Pachón	1	Q.100.00	Q. 100.00
20	Panera	1	Q. 80.00	Q. 80.00
21	Celular Huawei	1	Q.250.00	Q. 250.00
			<b>Total Gastos</b>	<b>Q.8,214.00</b>

**6.9 Ingresos y egresos del dinero en efectivo**

Total Efectivo	Q.8,350.00
Total Gastos	Q.8,214.00
<b>Saldo</b>	<b>Q. 136.00</b>

**6.10 Inversión del proyecto**

Total de Gestiones	Q.132,593.71
Total de Gastos	Q. 8,214.00
<b>Total Feria de la Salud</b>	<b>Q.140,807.71</b>

## **Conclusiones**

- ✓ Se fomentó y contribuyó al mejoramiento nutricional de docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa, motivándoles a adquirir hábitos nutricionales, para mejorar su calidad de vida.
- ✓ Se redactó una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa.
- ✓ Se capacitó y aportó a docentes y estudiantes una guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud. Logrando mejorar sus conocimientos y motivándolos a llevar una vida sana y saludable.
- ✓ Se realizaron talleres para capacitar a docentes y estudiantes sobre los nutrientes esenciales y desnutrición, que ayudaron a facilitar y lograr una mejor comprensión de los temas.

## Recomendaciones

- ✓ A docentes y estudiantes a que pongan en práctica los conocimientos adquiridos que se les fomentaron sobre nutrición, para llevar una vida sana y saludable.
- ✓ A docentes y estudiantes a que comprendan la importancia de redactar guías interactivas y en sí en el tema de nutrición, para mejorar sus conocimientos y la salud.
- ✓ A las autoridades del establecimiento darle seguimiento al proyecto e implementar la guía la cual servirá como herramienta de consulta de los contenidos y como aporte de buenos aprendizajes para mejorar los conocimientos sobre nutrición y su salud.
- ✓ A docentes para que los talleres de nutrientes esenciales y desnutrición que se realizaron, sirvan de base para realizar otros, motivando a los estudiantes a seguir aprendiendo y mejorando constantemente.

## Referencias

- Alvarado, A. (2017). *Beneficios de la Leche*. Recuperado el 17 de marzo de 2017, de Contigo salud vivir mejor: <http://www.contigosalud.com/beneficios-de-la-leche>
- Beltrán, T. (11 de marzo de 2016). Grupos religiosos. (J. Nájera , Entrevistador)
- Brown, J. (2010). *Nutrición en las diferentes etapas de la vida*. México: Editorial Pearson.
- Casero, I. (2008). Educación para la salud. *Revista Enfoques Educativos*, 48 – 53.
- Castillo, M. (2012). *Influencia de los medios masivos de comunicación*. Recuperado el 10 de Marzo de 2017, de La nutrición en el marco de la educación para la salud, un instrumento para incidir en el aumento de resiliencia y en el proyecto de vida del educando.: <http://www.bdigital.unal.edu.co/8871/1/01186686.2012.pdf>
- Castro, E. (03 de marzo de 2016). Colegio Católico “Liceo Santa Catarina”. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (24 de febrero de 2017). Administración. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (24 de febrero de 2017). El ambiente institucional. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (23 de febrero de 2017). Finanzas. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (23 de febrero de 2017). Infraestructura. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (23 de febrero de 2017). Los usuarios. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (22 de febrero de 2017). Memorias, anécdotas, logros alcanzados y archivos especiales. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (24 de febrero de 2017). Política laboral. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (23 de febrero de 2017). Proyección social. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (22 de febrero de 2017). Servicios que presta. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, H. (22 de febrero de 2017). Vinculación con el Ministerio de Educación. (J. Nájera, Entrevistador)
- Chinchilla, L. (09 de marzo de 2016). Fraternidad Catarineca. (J. Nájera, Entrevistador)
- Ciencias Naturales. (s.f.). *Qué es nutrición*. Recuperado el 09 de Marzo de 2017, de <http://www.areaciencias.com/biologia/nutricion.html>
- Escobar, O. (08 de marzo de 2016). Instituciones de Salud. (J. Nájera, Entrevistador)

- Flores, N. (07 de marzo de 2016). Biblioteca Municipal Profesor César Augusto Palma y Palma. (J. Nájera, Entrevistador)
- Florián, R. (06 de marzo de 2016). Instituto Municipal de Educación Básica Plan Fin de Semana (IMEB). (J. Nájera, Entrevistador)
- Fundación Medicina Fetal Barcelona. (29 de julio de 2017). *Lactancia*. Recuperado el 18 de marzo de 2017, de Inatal: <http://inatal.org/el-parto/lactancia/66-lactancia-materna-por-que/374-que-beneficios-le-aporta-al-bebe-la-lactancia-materna.html>
- Gil, A. (2010). *Tratado de nutrición*. España: Editorial Médica Panamericana.
- Gimferrer, N. (24 de agosto de 2015). *Alimentos que estimulan el crecimiento*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de Eroski Consumer: [http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender\\_a\\_comer\\_bien/curiosidades/2012/10/30/213928.php](http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/curiosidades/2012/10/30/213928.php)
- González, G. (2006). *Educación para la Salud*. Recuperado el 21 de 03 de 2017, de <http://www.dgsm.unam.mx/web/educa.html>
- González, H. (20 de junio de 2013). Áreas de reserva protegidas. (J. Nájera, Entrevistador)
- Grandes Marcas Guatemala. (2015). *Incaparina*. Recuperado el 19 de 03 de 2017, de <http://www.grandesmarcasguatemala.com/marcas/2010/incaparina/>
- Graña, R. (26 de septiembre de 2015). *¿Qué es la nutrición? Definición, características y propiedades*. Recuperado el 17 de marzo de 2017, de <http://comofuncionaque.com/que-es-la-nutricion/>
- Grupo de apoyo a la lactancia materna. (s.f.). *Propiedades nutricionales de la leche materna*. Recuperado el 18 de marzo de 2017, de Enfermería CS Olaguibel: <https://lmolaguibel.wordpress.com/pnlm/>
- Guerra, A. (03 de marzo de 2016). Escuela Oficial Urbana Mixta "La Javía". (J. Nájera, Entrevistador)
- Guerra, A. (22 de febrero de 2017). Fundación y fundadores, épocas o momentos relevantes y personajes sobresalientes. (J. Nájera, Entrevistador)
- Heine, M. (30 de julio de 2010). *La lactancia materna elemento clave para reducir la mortalidad infantil*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de Organización Mundial de la Salud: [http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2010/breastfeeding\\_20100730/es/](http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2010/breastfeeding_20100730/es/)
- Hernández, C. (10 de marzo de 2016). Asociación de Mototaxis. (J. Nájera, Entrevistador)

- Hernández, M. (07 de marzo de 2016). Academia de Mecanografía “Nardy”.  
(J. Nájera, Entrevistador)
- Hernández, S. (04 de marzo de 2016). Colegio Particular Mixto Evangélico “Shalom”.  
(J. Nájera, Entrevistador)
- Hernández, W. (11 de marzo de 2016). Productividad y comercialización. (J. Nájera,  
Entrevistador)
- Hervías, M. (21 de julio de 2011). *El huevo, mitos y beneficios*. Recuperado el 17 de  
marzo de 2017, de Guioteca ¿Qué quieres saber?:  
<https://www.guioteca.com/nutricion/el-huevo-mitos-y-beneficios/>
- Hockwald , L. (2017). *7 alimentos que aumentan tu energía*. Recuperado el 20 de  
marzo de 2017, de Entrepreneur es edition:  
<https://www.entrepreneur.com/article/265385>
- Iniciativa Servicios de Salud Amigos de la Lactancia Materna –ISSALM-
- Juárez, D. (04 de marzo de 2016). Instituto Nacional de Educación Diversificada  
Barrio El Barreal. (J. Nájera, Entrevistador)
- Lemus, A. (02 de marzo de 2016). Escuela Oficial Mixta de Párvulos “Encarnación  
Palma Espina”. (J. Nájera, Entrevistador)
- Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SINASAN),  
Decreto Número 32-2005.
- Lucero, G. (10 de marzo de 2016). Boy Scout. (J. Nájera, Entrevistador)
- Lucero, M. (06 de marzo de 2016). Comité Nacional de Alfabetización (CONALFA).  
(J. Nájera, Entrevistador)
- Martínez, A. (09 de marzo de 2016). Centro de Día Municipal del Adulto Mayor.  
(J. Nájera, Entrevistador)
- Martínez, A. (02 de marzo de 2016). Escuela Oficial Urbana para Niñas y Varones.  
(J. Nájera, Entrevistador)
- Mejor con Salud. (s.f.). *7 alimentos para aumentar de peso saludablemente*.  
Recuperado el 20 de marzo de 2017, de [https://mejorconsalud.com/7-  
alimentos-para-aumentar-de-peso-saludablemente/](https://mejorconsalud.com/7-alimentos-para-aumentar-de-peso-saludablemente/)
- Morán, J. (22 de Octubre de 2015). *Tipos de desnutrición en Guatemala*. Recuperado  
el 14 de Marzo de 2017, de Herradicación del hambre y pobreza extrema en  
américa:  
[https://erradicacionhambreypobrezaame.wordpress.com/2015/10/22/tipos-de-  
desnutricion-en-guatemala/](https://erradicacionhambreypobrezaame.wordpress.com/2015/10/22/tipos-de-desnutricion-en-guatemala/)
- Oficina de Secretaría Municipal de Santa Catarina Mita, 2015.



Oficina de Turismo Municipal de Santa Catarina Mita, 2016.

Oficina Municipal de Relaciones Públicas, 2016

Oficina Municipal de Tránsito, 2016.

Oliva, J. (10 de marzo de 2016). Alcohólicos Anónimos. (J. Nájera, Entrevistador)

Ortíz , L. (01 de marzo de 2016). Composición étnica. (J. Nájera, Entrevistador)

Ortíz, L. (08 de marzo de 2016). Vivienda. (J. Nájera, Entrevistador)

Ortíz, L. (01 de marzo de 2016). Vías de comunicación. (J. Nájera, Entrevistador)

Ortíz, V. (05 de marzo de 2016). Universidad Mariano Gálvez de Guatemala.  
(J. Nájera, Entrevistador)

Osorio, A. (2001). *Ensayo Monográfico de Santa Catarina Mita*. Santa Catarina Mita, Jutiapa.

Osorio, G. (05 de marzo de 2016). Instituto Particular Catarineco (IPC). (J. Nájera, Entrevistador)

Osorio, G. (05 de marzo de 2016). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, Sede Santa Catarina Mita. (J. Nájera, Entrevistador)

Osorio, M. (04 de marzo de 2016). Instituto Nacional de Educación Básica “Dr. Francisco A. Figueroa”. (J. Nájera, Entrevistador)

Osorio, R. (12 de marzo de 2016). Valores, normas, sanciones, simbolo e idioma. (J. Nájera, Entrevistador)

Palma , N. (02 de marzo de 2016). Escuela de Párvulos Barrio "El Barreal". (J. Nájera, Entrevistador)

Palma, D. (03 de marzo de 2016). Escuela Oficial Rural Mixta “Valle Nuevo”. (J. Nájera, Entrevistador)

Palma, I. (07 de marzo de 2016). Academia de Mecanografía “Monja Blanca”. (J. Nájera, Entrevistador)

Paz, A. (11 de marzo de 2016). Religión. (J. Nájera, Entrevistador)

Paz, D. (06 de marzo de 2016). Instituto Particular Mixto de Educación Básica Jornada Nocturna y Escuela Privada para Adultos. (J. Nájera, Entrevistador)

Pérez, C. (2017). *Carne: beneficios para la salud*. Recuperado el 18 de marzo de 2017, de Natursan: <http://www.natursan.net/carne-beneficios-para-la-salud/>

Prat, A. (11 de Febrero de 2015). *¿Sabes cuál es la diferencia entre alimentación y nutrición?* Recuperado el 08 de marzo de 2017, de Vegetables & beans:

<https://www.vegetablesandbeans.com/general/sabes-cual-es-la-diferencia-entre-alimentacion-y-nutricion/>

*Proyecto Educativo Institucional E.O.U.M. Barrio La Javía.* (2013). Santa Catarina Mita, Jutiapa .

Santos, L. (08 de marzo de 2016). Asociación de Estudiantes Catarinecos. (J. Nájera, Entrevistador)

Soriano, J. (2006). *Nutrición básica humana*. Valencia, España: Editorial Maite Simón.

Taringa. (s.f.). *Anorexia - bulimia - desnutrición - obesidad*. Recuperado el 21 de marzo de 2017, de <http://www.taringa.net/posts/salud-bienestar/6163273/Anorexia---bulimia---desnutricion---obesidad.html>

Vega, Y. (12 de marzo de 2016). Coordinación Técnica Administrativa. (J. Nájera , Entrevistador)

Vega, Y. (01 de marzo de 2016). Instituciones educativas. (J. Nájera, Entrevistador)

Wikipedia La enclopedia libre. (31 de julio de 2016). *Incaparina*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Incaparina>

Yanes, R. (09 de marzo de 2016). Asociación de Deportes. (J. Nájera, Entrevistador)

Yoldi, G. (26 de mayo de 2007). *Siete pasos para una alimentación sana en Guatemala*. Recuperado el 19 de marzo de 2017, de Eroski Consumer: [http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/en\\_la\\_cocina/comer\\_por\\_el\\_mundo/2007/05/26/163035.php](http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/en_la_cocina/comer_por_el_mundo/2007/05/26/163035.php)



**USAC**  
**TRICENTENARIA**  
Universidad de San Carlos de Guatemala

# Apéndice

## Fotografías de la Intervención



Fuente: Melvin Sandoval

Epesista dando palabras de bienvenida.



Fuente: Heydi Chinchilla

Nutrióloga capacitando sobre el tema.



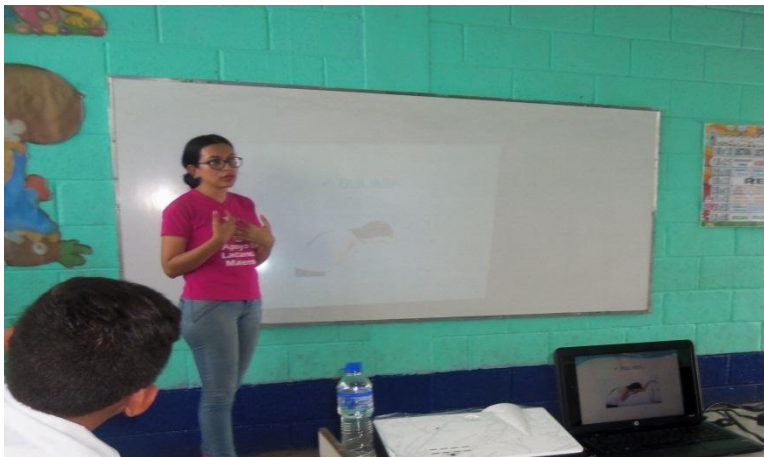
Fuente: Melvin Sandoval

Colaborando con la realización del taller.



Fuente: Melvin Sandoval

Docentes y estudiantes realizando taller de capacitación.



Fuente: Melvin Sandoval

Nutrióloga resolviendo dudas.



Fuente: Melvin Sandoval

Entregando refacción a docentes y estudiantes.





Fuente: Melvin Sandoval

Entrega de reconocimiento a capacitadora del tema.



Fuente: Melvin Sandoval

Entrega de reconocimiento a docente de sexto grado.



Fuente: Melvin Sandoval

Entrega de reconocimiento a directora del establecimiento.



Fuente: Yeniffer Morales

Entregando reconocimiento a colaborador.



Fuente: Melvin Sandoval

Entregando el proyecto de guías a la directora.



Fuente: Melvin Sandoval

Todos los participantes en la intervención.

## Fotografías del Voluntariado



Fuente: Idalma García

Montando la farmacia para la feria de la salud.



Fuente: Idalma García

Farmacia lista para el día del evento.



Fuente: Idalma García

Epesistas presentándose ante el público.





Fuente: Idalma García

Verificando el ingreso de datos a los pacientes.



Fuente: Idalma García

Personas esperando su turno para consulta.



Fuente: Idalma García

Médico general atendiendo a paciente.



Fuente: Idalma García

Pediatra atendiendo a pacientes.



Fuente: Idalma García

Odontólogos extrayendo muela a paciente.



Fuente: Idalma García

Ginecólogo atendiendo a paciente.



Fuente: Idalma García

Oftalmólogo atendiendo a paciente.



Fuente: Idalma García

Degustando de una cena con todos los que colaboraron.



Fuente: Idalma García

Entregando reconocimiento a Asesora de EPS.





Fuente: Idalma García

Entregando reconocimiento al Oftalmólogo y Optometrista.



Fuente: Idalma García

Agradeciendo el apoyo a uno de los colaboradores.



Fuente: Hugo Martínez

Agradeciéndole el apoyo al Alcalde Municipal.



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

Guatemala, agosto 16 de 2016

Licda. Yelbely Roxana Vega Donado  
Coordinadora Técnica Administrativa  
Su Despacho

Respetable Licenciada:

En calidad de Asesor del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) a nivel Licenciatura, atentamente y por este medio me permito presentarle al estudiante. Jhonny Alexis Nájera Navas Inscrito en la facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, sede Santa Catarina Mita, Jutiapa, quien se identifica con carné No. 201217658 Para quien **SOLICITO** su colaboración, a efecto de permitirle realizar su Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) en esa institución a su cargo, previo a optar al título de Licenciado en Pedagogía en Administración Educativa.

Dicho Ejercicio comprende las fases de **Diagnóstico Institucional, Perfil del Proyecto, Ejecución del Proyecto y Evaluación del Proyecto.**

El horario para realizar el Ejercicio Profesional Supervisado queda a criterio del estudiante, previa coordinación con su persona.

Al agradecer su contribución a la causa de la educación superior en Asunción Mita, me suscribo de usted, deferentemente.

"Id y Enseñad a todos"



*[Handwritten signature]*

Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesor del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS)







Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Alcalde Municipal
William Geovanny Duarte Guerra
Municipalidad de Santa Catarina Mita
Presente

Distinguido señor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en mobiliario, vales de gasolina y una cuota en alimentación para personal. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

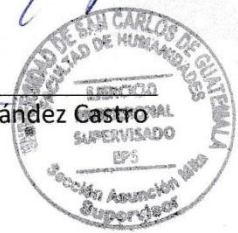
[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS

[Signature]







Santa Catarina Mita, Jutiapa febrero de 2017

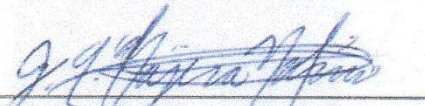
Licda. Lilian Liset Chinchilla Chinchilla  
Directora del Centro Medico Fraternidad Catarineca  
Presente

Distinguida Licenciada:

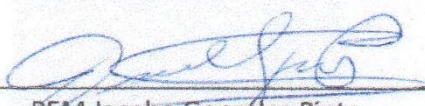
Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en la prestación de las instalaciones del Centro Médico Fraternidad Catarineca, equipo médico y de cómputo, personal voluntario, medicina y mobiliario. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,


  
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

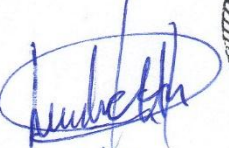
  
PEM Deybi Adimir Lucero López

  
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

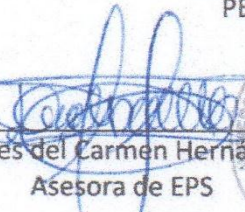
  
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

  
PEM Jacobo González Pinto

  
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

  
Lilian Chinchilla  
octubre 2016



  
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS







Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señora:
Rosabel Cabrera González
Médico y Cirujano
Presente

Distinguida señora,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que benefician a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS
[Stamp: EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO EPS Comisión Asunción Mita Supervisor]

[Vertical Stamp: Dra Rosabel Cabrera Gonzalez MEDICO Y CIRUJANO C. 91 72512]





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa Octubre de 2016

Jorge Estuardo González Berganza.
Médico y Cirujano
Presente

Distinguido señor:

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" en las instalaciones del Centro Medico Fraternidad Catarineca, mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]

PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]

PEM Deybi Admijir Lucero López

[Signature]

PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]

PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]

PEM Jacobo González Pinto

[Signature]

PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]

Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS



Jorge E. González Berganza
Médico y Cirujano
COLEGIO DE MÉDICOS Y CIRUJANOS
26/10/16





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señor:
Isaac Avendaño Vásquez
Médico y Cirujano
Presente

Distinguido señor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que benefician a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS

[Signature]
Dr. Isaac A. Avendaño Vásquez
Médico y Cirujano






Santa Catarina Mita, Jutiapa febrero de 2017


Señor:  
Francisco Javier Medrano Ortíz  
Médico y Cirujano  
Presente

Distinguida señor,

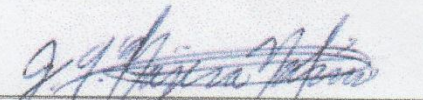
Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,



PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros




PEM Deybi Adimir Lucero López




PEM Jhonny Alexis Nájera Navas



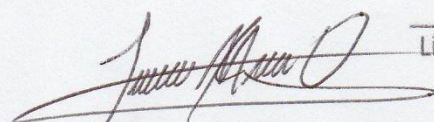
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar



PEM Jacobo González Pinto




PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre



Dr. Francisco Medrano Ortíz  
Médico y Cirujano  
Col. 17,997



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS






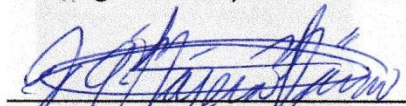
Santa Catarina Mita, Jutiapa Octubre de 2016

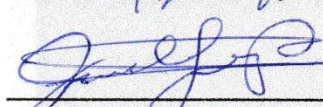
Vianka Recinos de González.  
Médica y Cirujana  
Presente


Distinguida señora:

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" en las instalaciones del Centro Medico Fraternidad Catarineca, mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

  
PEM Ingrid Marleñy Duarte Cisneros

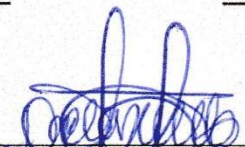
  
PEM Jhonny Alexis Nejera Navas

  
PEM Jacobo González Pinto

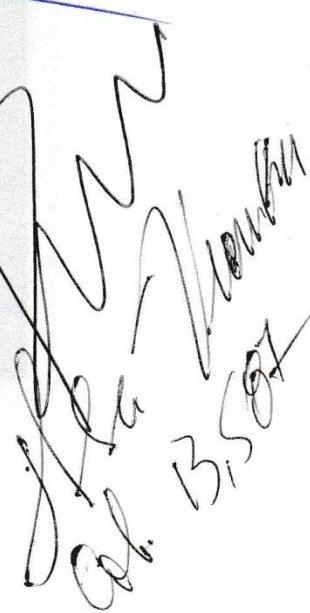
  
PEM Deybi Adimir Lucero López

  
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

  
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

  
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS



  
Al. 13.5.16





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa Octubre de 2016

Mario Martínez
Médico Pediatra.
Presente

Distinguido señor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" en las instalaciones del Centro Medico Fraternidad Catarineca, mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Najera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS
[Stamp: SERVICIO PROFESIONAL SUPERVISADO EPS]

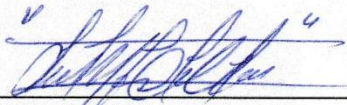
[Signature]

Santa Catarina Mita, Jutiapa Octubre de 2016

Clínica Dental Gil y Torres.  
Estuardo Gil e Ivon Torres,  
Presente

Distinguidos esposos,

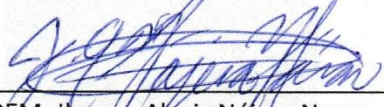
Reciban un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" en las instalaciones del Centro Medico Fraternidad Catarineca. Mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración con clínicas dentales participando con nosotros en nuestra actividad la cual beneficiará a pacientes que lo necesitan. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,



PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros



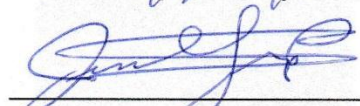
PEM Deybi Adimir Lucero López



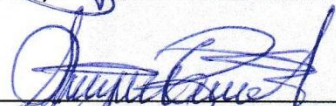
PEM Jhonny Alexis Najera Navas



PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar




PEM Jacobo González Pinto



PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS



Dr. Eddie Estuardo Gil Valenzuela  
Cirujano Dentista  
2013




Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señor:  
José Carlos Ríos  
Ginecólogo y Obstetra  
Presente

Distinguida señor,

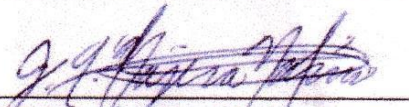
Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,



PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros




PEM Deybi Adimir Lucero López



PEM Jhonny Alexis Nájera Navas



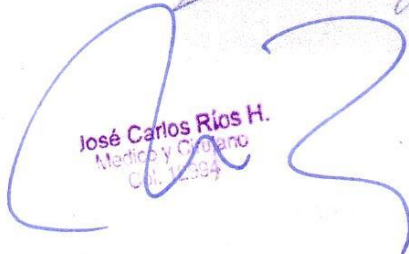
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar



PEM Jacobo González Pinto



PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre



José Carlos Ríos H.  
Médico y Cirujano  
C.O. 12334



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
AseSORA de EPS



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
MÉRICO  
29  
Asociación de EPS  
Superiores



Santa Catarina Mita, Jutiapa Octubre de 2016


Señor:  
Carlos Solórzano Cartagena  
Médico Oftalmólogo  
Presente

Distinguido señor,

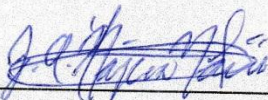
Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración participando con nosotros brindando sus servicio a las personas beneficiadas con nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,



PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros



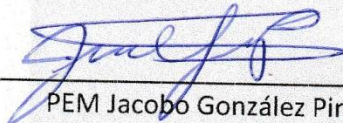
PEM Deybi Adimir Lucero López



PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

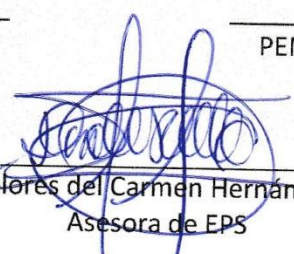


PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar



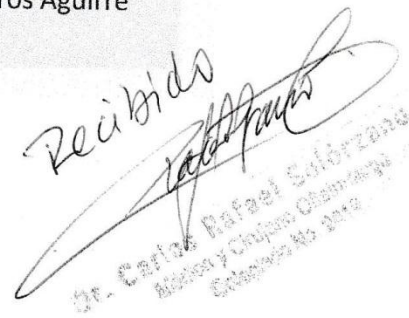
PEM Jacobo González Pinto

PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS



Recibido  
  
Dr. Carlos Solórzano Cartagena  
Médico Oftalmólogo  
Carrera No. 20





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Licda. Maribel García Medina
Psicología Clínica
Santa Catarina Mita
Presente

Distinguida señora,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en apoyo a nuestra actividad, brindándonos servicios de su especialidad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]

PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]

PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]

PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]

PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]

PEM Jacobo González Pinto

[Signature]

PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]

Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS



[Signature] Maribel García Medina



Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señor: Eduardo de Jesús Aguilar Morales
Director de Área de Salud
Jutiapa
Presente

Distinguido señor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en apoyo a nuestra actividad, mediante sus buenos oficios completando el recurso humano que nos hace falta siendo este un profesional especializado en ginecología o pediatría, así como personal de enfermería. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS



Recibe
[Signature]
20/10/2016
MINISTERIO DE SALUD PUBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL
DIRECCION DE AREA DE SALUD
DIRECTOR
JUTIAPA
EMAL A





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señor:
Carlos Francisco Moguel
Presidente de Junta Directiva
ATEXPOR

Distinguido señor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en apoyo a nuestra actividad, mediante sus buenos oficios completando el recurso humano que nos hace falta siendo este un profesional especializado en ginecología o pediatría. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

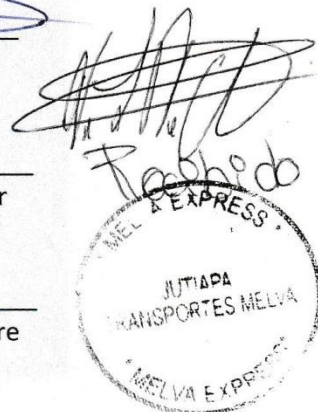
[Signature]
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS







Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Fundación y Farmacia "Arcoiris"
Presente

Distinguida institución

Reciban un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en medicina general participando con nosotros en nuestra actividad beneficiará a pacientes que lo necesitan. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

Signature of Ingrid Marleny Duarte Cisneros
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

Signature of Deybi Adimir Lucero López
PEM Deybi Adimir Lucero López

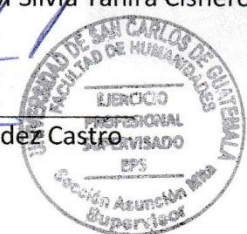
Signature of Jhonny Alexis Najera Navas
PEM Jhonny Alexis Najera Navas

Signature of Evelyn Lisseth Polanco Salazar
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

Signature of Jacobo González Pinto
PEM Jacobo González Pinto

Signature of Silvia Yanira Cisneros Aguirre
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

Signature of Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señor:
Milton Polanco
Médico y Cirujano
Presente

Distinguido señor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en medicina general participando con nosotros en nuestra actividad beneficiará a pacientes que lo necesitan. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimin Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS



Dr. Milton Giovanni Polanco Barrera
MEDICO Y CIRUJANO
COLEGIADO No. 7365





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señora:
Jaqueline García
Licenciada
Presente

Distinguida señora,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en medicina general participando con nosotros en nuestra actividad beneficiará a pacientes que lo necesitan. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Najera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS
[Stamp: UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA, FACULTAD DE HUMANIDADES, EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO, EPS, Santa Catarina Mita, Jutiapa]

[Handwritten signature]
Jaqueline García
56336204




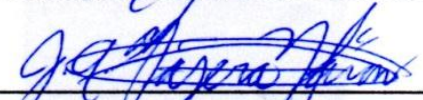
Santa Catarina Mita, Jutiapa febrero de 2017

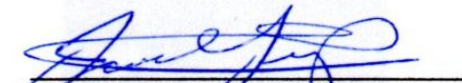
Señor:  
Roberto Eduardo Tobar García  
Médico Pediatra  
Presente

Distinguido señor:

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en medicina general participando con nosotros en nuestra actividad beneficiará a pacientes que lo necesitan. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

  
PEM Ingrid Marieny Duarte Cisneros

  
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

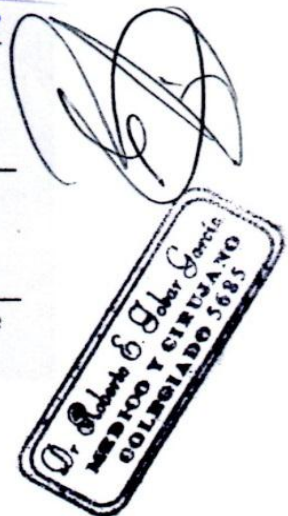
  
PEM Jacobo González Pinto

  
PEM Deybi Adimir Lucero López

  
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

  
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

  
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señora:
Cecilia de García
Farmacia San Rafael
Presente

Distinguida señora,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en medicina general participando con nosotros en nuestra actividad beneficiará a pacientes que lo necesitan. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Najera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EP





Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señor:  
Oscar Danilo Castro  
Médico y Cirujano  
Presente

Distinguido señor,

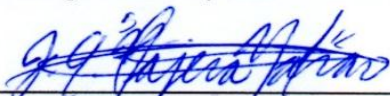
Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que benefician a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración en medicina general participando con nosotros en nuestra actividad beneficiará a pacientes que lo necesitan. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,



PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros



PEM Deybi Admir Lucero López



PEM Jhonny Alexis Najera Navas



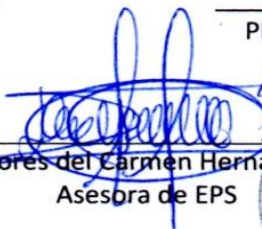
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar



PEM Jacobo González Pinto



PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS



Dr. Oscar Danilo Castro L. ASISTO  
MEDICO Y CIRUJANO  
COLEGIADO 6.901



Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Señor:
Pablo Barrientos
Profesor
Presente

Distinguido señor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración con botellas de agua pura para personal médico. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]
PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]
PEM Jacobo González Pinto

[Signature]
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS



Agua Pura EL VOLCAN
PABLO BARRIENTOS GARCIA
Barro Santa Elena, Santa Catarina Mita, Jutiapa
Teléfono 7888 8358

Recibi [Signature]

Autorizado [Signature] a paquete EPS.





Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Asociación de Artistas Catarinecos
Presidente de la Asociación

Distinguida asociación

Reciban un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" en las instalaciones del Centro Medico Fraternidad Catarineca, mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración con un show de payasos para entretención de niños. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

Signature of Ingrid Marleny Duarte Cisneros
PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

Signature of Deybi Adimir Lucero López
PEM Deybi Adimir Lucero López

Signature of Jhonny Alexis Najera Navas
PEM Jhonny Alexis Najera Navas

Signature of Evelyn Lisseth Polanco Salazar
PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

Signature of Jacobo González Pinto
PEM Jacobo González Pinto

Signature of Silvia Yanira Cisneros Aguirre
PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

Signature of Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS



Signature of Orlando Polanco
Orlando Polanco

Santa Catarina Mita, Jutiapa octubre de 2016

Familia Osorio Duarte  
Presente

Distinguidos esposos,

Reciban un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que benefician a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración con diferentes productos. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,



PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros



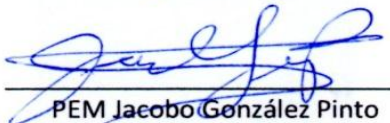
PEM Deybi Adimir Lucero López



PEM Jhonny Alexis Nájera Navas



PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar



PEM Jacobo González Pinto



PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS







Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Santa Catarina Mita, Jutiapa Octubre de 2016

Rosy Morales de González
Pasteleria Rosy
Presente

Distinguida señora,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo queremos compartir con usted que estamos en el proceso de realización de nuestro Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) el cual nos requiere la realización de un voluntariado, por tal motivo hemos decidido llevar a cabo una "Feria de la Salud" en las instalaciones del Centro Medico Fraternidad Catarineca, mediante la cual pretendemos llevar a la población una serie de especialidades médicas que beneficien a la población en general, motivo por el cual SOLICITAMOS su colaboración con nosotros en nuestra actividad. Dicho evento se estará realizando el 29 de octubre a partir de las ocho horas, y finalizando a las dieciséis horas, no dudando de su respuesta positiva nos suscribimos atentamente,

[Signature]

PEM Ingrid Marleny Duarte Cisneros

[Signature]

PEM Deybi Adimir Lucero López

[Signature]

PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

[Signature]

PEM Evelyn Lisseth Polanco Salazar

[Signature]

PEM Jacobo González Pinto

[Signature]

PEM Silvia Yanira Cisneros Aguirre

PASTELERIA "ROSSY"
BARRIO LA ERMITA
SANTA CATARINA MITA
TELÉFONO: 7884-5907

[Signature]
Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro
Asesora de EPS



Rosy A. Morales de González

# Municipalidad de Santa Catarina Mita

Departamento de Jutiapa  
Guatemala, C. A.

Tels.: 7888-3112 / 7888-3392 • E-mail: musacami@intelnett.com



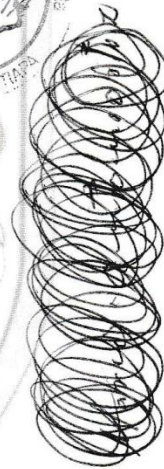
Santa Catarina Mita, Jutiapa.  
25 de Octubre del 2016.

Prof. Delfido Paz  
Director Stereo Ostúa

De manera atenta me dirijo a usted para saludarlo, al mismo tiempo me permito informarle que esta Municipalidad **AUTORIZA:** A los Epesistas de la Universidad de San Carlos que les permitan pasar anuncios publicitarios por Stereo Ostua.

Sin otro en particular, me es grato suscribirme de usted. Atentamente.

F: \_\_\_\_\_  
P.C. William Geovanny Duarte Guerra.  
Alcalde Municipal  
Santa Catarina Mita.



9-10  
25/10/2016

**“Con Honestidad y Transparencia”**

Administración William Duarte 2016-2020



Santa Catarina Mita, Jutiapa Abril de 2017

**Señor:**  
**Director del Centro de Salud (CAP)**  
**Santa Catarina Mita, Jutiapa**  
**Dr. Oscar Enrique Escobar Martínez**  
**Presente**

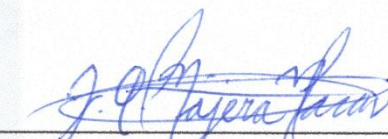
**Distinguido señor director:**

El epesista **Jhonny Alexis Nájera Navas** quien se identifica con número de carné **201217658** de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Sede Santa Catarina Mita, ante usted expongo: que me encuentro en la etapa final y realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) sobre el siguiente proyecto de **salud preventiva** y conociendo su espíritu de colaboración con los futuros profesionales y en pro de la educación superior en Santa Catarina Mita, ante usted atentamente:

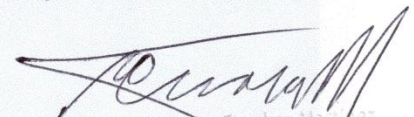
**SOLICITO**

Su valiosa colaboración (**asignando la licenciada en nutriología**) para que brinde una capacitación sobre **La nutrición, su importancia y sus beneficios en la conservación de la salud**, a realizarse el día 05 de mayo de 2017 en la instalaciones que ocupa la Escuela Oficial Urbana Mixta Barrio La Javía en el horario de 13:00 horas en adelante, esta actividad será realizada con alumnos y personal docente del establecimiento participe en mi proyecto.

Agradeciendo su contribución a la causa de la educación superior, se suscribe de usted, deferentemente:



PEM Jhonny Alexis Nájera Navas



Dr. Oscar Enrique Escobar Martínez  
Colegiado No. 5601  
Asunción Mita, Jutiapa

Recibido: 03/04/2017



Santa Catarina Mita, Abril de 2017

Señora:

Directora de la Escuela Oficial Urbana Mixta, Jornada Vespertina  
Barrio La Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa  
Profa. Heydi Patricia Chinchilla García  
Presente

Distinguida señora directora:

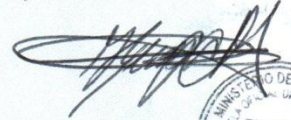
En calidad de Asesora del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) a nivel Licenciatura, atentamente y por este medio me permito presentarle al estudiante **Jhonny Alexis Nájera Navas** inscrito en la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, sede 512 Central/ Santa Catarina Mita, Jutiapa, quien se identifica con carné No. **201217658** para quien **SOLICITO** su colaboración a efecto de permitirle realizar su Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) en la institución a su cargo, previo a optar al título de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.

Dicho ejercicio comprende las fases de **Diagnóstico Institucional, Perfil del Proyecto, Ejecución del Proyecto y Evaluación del Proyecto.**

El horario para realizar el Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) queda a criterio del estudiante, previo coordinación con su persona.

Al agradecer su contribución a la causa de la educación superior en Santa Catarina Mita, Jutiapa, me suscribo de usted, deferentemente.

Recibido: 05/04/2017



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS)



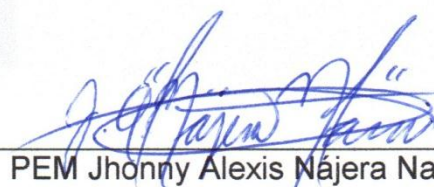


Santa Catarina Mita, Jutiapa abril de 2017

Licda. Ursula Mariett Paz Lucas de García  
Impresiones, empastados y más... "J y M"  
Presente

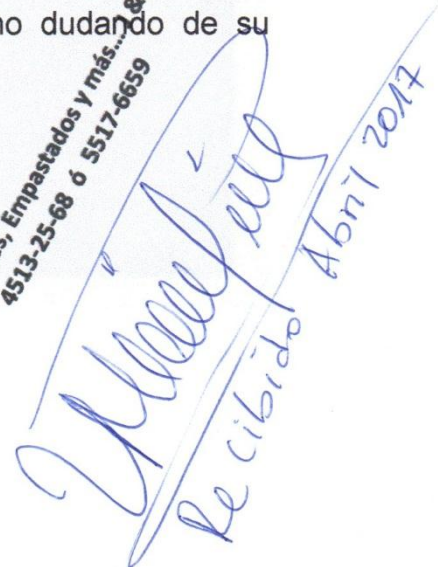
Distinguida Licenciada,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo quiero compartir con usted que estoy en el proceso del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, el cual me requiere la realización y ejecución de un proyecto de intervención el cual consistirá en la entrega de 15 guías y capacitación a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina Barrio La Javía; sobre el tema de Nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud. He decidido llevar a cabo esta intervención porque deseo y quiero fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional por medio de la adquisición de hábitos nutricionales, para mejorar la calidad de vida. Motivo por el cual SOLICITO su valiosa colaboración con la impresión y empastado de 15 guías. Dicho evento se estará realizando el 05 de mayo a partir de la 1:00 PM, no dudando de su respuesta positiva me suscribo de usted atentamente,



PEM Jhonny Alexis Najera Navas

Impresiones, Empastados y más... & M  
4513-25-68 ó 5517-6659



Recebido  
Abril 2017



Santa Catarina Mita, Jutiapa abril de 2017

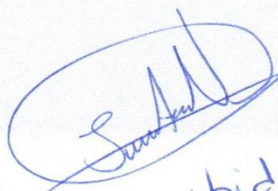
Prof. José Aníbal Aguilar  
Internet 360  
Presente

Distinguida profesor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo quiero compartir con usted que estoy en el proceso del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, el cual me requiere la realización y ejecución de un proyecto de intervención el cual consistirá en la entrega de 15 guías y una capacitación a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina Barrio La Javía; sobre el tema de Nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud. He decidido llevar a cabo esta intervención porque deseo y quiero fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional por medio de la adquisición de hábitos nutricionales, para mejorar la calidad de vida. Motivo por el cual SOLICITO su valiosa colaboración con diez diplomas y sesenta y seis impresiones que servirán para realizar dos talleres. Dicho evento se estará realizando el 05 de mayo a partir de la 1:00 PM, no dudando de su respuesta positiva me suscribo de usted atentamente,



PEM Jhonny Alexis Najera Navas



Recibido:  
08 de abril de 2017



Santa Catarina Mita, Jutiapa, abril de 2017

Rosa Arminda Morales Duarte  
Pastelería Rosy  
Presente

Distinguida señora,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo quiero compartir con usted que estoy en el proceso del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, el cual me requiere la realización y ejecución de un proyecto de intervención el cual consistirá en la entrega de 15 guías y capacitación a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina Barrio La Javía; sobre el tema de Nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud. He decidido llevar a cabo esta intervención porque deseo y quiero fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional por medio de la adquisición de hábitos nutricionales, para mejorar la calidad de vida. Motivo por el cual SOLICITO su valiosa colaboración con treinta y siete gelatinas, las cuales servirán como refacción para cada uno de los presentes. Dicho evento se estará realizando el 05 de mayo a partir de la 1:00 PM, no dudando de su respuesta positiva me suscribo de usted atentamente,

  
PEM Jhonny Alexis Nájera Navas

**PASTELERIA "ROSSY"**

BARRIO LA ERMITA  
SANTA CATARINA MITA

TELÉFONO: 7884-5907

Recibido: 09/04/2017

*Rosa Arminda Morales Duarte*




Santa Catarina Mita, Jutiapa, abril de 2017

Lilian Floridalma Orellana de Cruz  
Miscelanea Cruz  
Presente


Distinguida profesora,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo quiero compartir con usted que estoy en el proceso del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, el cual me requiere la realización y ejecución de un proyecto de intervención el cual consistirá en la entrega de 15 guías y capacitación a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina Barrio La Javía; sobre el tema de Nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud. He decidido llevar a cabo esta intervención porque deseo y quiero fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional por medio de la adquisición de hábitos nutricionales, para mejorar la calidad de vida. Motivo por el cual SOLICITO su valiosa colaboración con diez botes con agua pura, treinta y una bolsas con agua pura y si está en su disponibilidad alguna ayuda económica para sufragar algunos gastos. Dicho evento se estará realizando el 05 de mayo a partir de la 1:00 PM, no dudando de su respuesta positiva me suscribo de usted atentamente,



PEM Jhonny Alexis Najera Navas

Recibido: 09-04-2017



**MISCELANEA**  
**CRUZ**

Santa Catarina Mita, Jutiapa, abril de 2017

Prof. Odvin Alexander Olivares Godoy  
Presente


Distinguido profesor,

Reciba un cordial saludo y el deseo de bienestar personal, laboral y familiar y al mismo tiempo éxitos en sus labores diarias. Así mismo quiero compartir con usted que estoy en el proceso del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, el cual me requiere la realización y ejecución de un proyecto de intervención el cual consistirá en la entrega de 15 guías y capacitación a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina Barrio La Javía; sobre el tema de Nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud. He decidido llevar a cabo esta intervención porque deseo y quiero fomentar y contribuir al mejoramiento nutricional por medio de la adquisición de hábitos nutricionales, para mejorar la calidad de vida. Motivo por el cual SOLICITO su valiosa colaboración con el servicio de equipo de sonido. Dicho evento se estará realizando el 05 de mayo a partir de la 1:00 PM, no dudando de su respuesta positiva me suscribo de usted atentamente,



---

PEM Jhonny Alexis Nájera Navas



Recibido:  
10 de abril de 2017.





**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

**PARTICIPANTES EN LA CAPACITACIÓN DE LA GUÍA SOBRE LA NUTRICIÓN,  
SU IMPORTANCIA Y BENEFICIOS EN LA CONSERVACIÓN DE LA SALUD:**

**ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO PRIMARIA  
DE LA ESCUELA OFICIAL URBANA MIXTA JORNADA VESPERTINA,  
BARRIO LA JAVÍA, SANTA CATARINA MITA, JUTIAPA.**

No.	NOBRE DEL ALUMNO	FIRMA
1	Barrientos Lima, Wilson Alexander	Wilson Barrientos
2	Campos Martínez, Luis David	Luis David
3	Cardona López, Heylin Alejandra	Heylin López
4	Cruz Méndez, Carlos Adilio	Carlos Cruz
5	Donado Duarte, Nayeli	Nayeli Duarte
6	Donado García, Mynor Fernando	Mynor Donado
7	Donado Hernández, Yenifer Amarilis	Yenifer Donado
8	Duarte González, Kelin Roxana	Kelin Duarte
9	Flores, Joel Adonay	Joel Flores
10	Flores García, Maycol Lizandro	Maycol Flores
11	García Folgar, Richard Yahir	Richard García
12	García Martínez, Joel Isaack	Joel García

13	García Méndez, Luis Ángel	Luis Garcia
14	García Morales, Karla Fernanda	Karla Garcia
15	Girón Ramírez, Oscar Alfredo	OSCAR GIRON
16	Martínez Rodas, Dustin René	Dustin Martinez
17	Mayén Jom, Fredy Fernando	Fredy Fernando
18	Mayén Jom, Nancy Yadira	Nancy Yadira
19	Méndez García, Katerin Maribel	Katerin Méndez
20	Méndez Martínez, Anyelo Ferlandy	Antelo Mendez
21	Méndez Palma, Jeysson Sender Humberto	Jeysson Meudez.
22	Méndez Segura, Keyri Merari	Keyri Méndez
23	Muñoz Castro, Omar Osiel	Omar Muñoz
24	Navas Palma, Bryan Steven	Bryan Navas
25	Osorio Vivar, Paola Alejandra	Paola Osorio
26	Quevedo Godínez, Katerin Noemí	Katerin Noemi
27	Ramos Medina, Karen Daniela	Karen Ramos
28	Rivas Mansilla, Jorge Mario	Jorge Mansilla
29	Rosa Villagrán, María Fernanda	María Rosa
30	Sandoval Aguilar, William Estuardo	William Sandoval
31	Vega Catú, Jayrí Lisbeth	Jayri Vega



**DOCENTES PARTICIPANTES:**

Yeniffer Damaris Morales Garza  
Docente de sexto grado



---

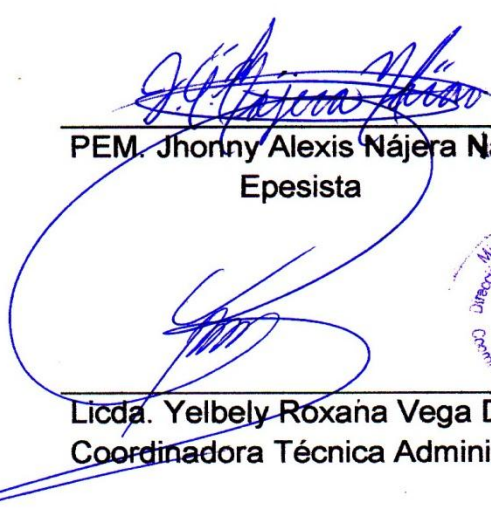
Heydi Patricia Chinchilla García  
Directora de E.O.U.M. Barrio La Javía



---



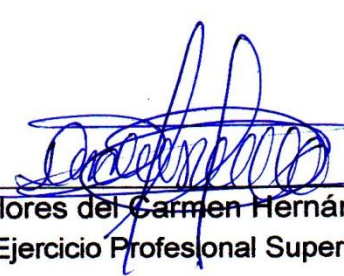
PEM. Jhorney Alexis Nájera Navas  
Epesista



---

Vo.Bo.

Licda. Dolores del Carmen Hernández  
Asesora del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS)



---

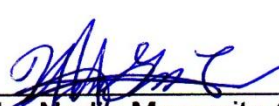


Licda. Yelbely Roxaña Vega Donado  
Coordinadora Técnica Administrativa



Licda. Nadia Grijalva L.  
Nutricionista  
Colegiada No. 4454

Licda. Nadia Margarita Grijalva López  
Nutrióloga Capacitadora



---



**USAC**  
**TRICENTENARIA**  
Universidad de San Carlos de Guatemala

# Anexos



**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

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

Guatemala, 10 de Agosto 2016

Licenciada  
**DOLORES DEL CARMEN HERNÁNDEZ CASTRO**  
Asesora de EPS  
Facultad de Humanidades  
Presente

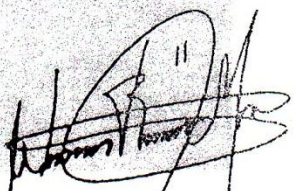
Atentamente se le informa que ha sido nombrada como ASESORA que deberá orientar y dictaminar sobre el trabajo de EPS (X) que ejecutará el estudiante

**JHONY ALEXIS NÁJERA NAVAS**  
201217658

Previo a optar al grado de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.

  
**Licda. Mayra Damaris Solares Salazar**  
Directora Departamento Extensión






**Vo. Bo. M.A. Walter Ramiro Mazariegos Biolis**  
Decano



C.C expediente  
Archivo

  
10:55  
13/08/16





Coordinación Técnica Administrativa  
Distrito 22-03-10  
Cel. 56336539  
Santa Catarina Mita, Jutiapa Agosto de 2016

Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesora de EPS  
Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Sección Santa Catarina Mita.

Respetable Licenciada:

Reciba un cordial y atento saludo deseándole éxitos en sus actividades cotidianas tanto personales como profesionales.

Por este medio se le informa que se **AUTORIZA** al epesista **Jhonny Alexis Nájera Navas**, quien se identifica con carné No. **201217658** y con DPI **2166395572201**, inscrito en la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, sección Santa Catarina Mita, para que realice su Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) en la Coordinación Técnica Administrativa durante el período de duración.

Dichas Etapas del EPS se estarán realizando en la sede de la Coordinación Técnica Administrativa, Santa Catarina Mita, Jutiapa.

Sin otro particular, me suscribo atentamente de usted.

  
Licda. Yelbely Roxana Vega Donado  
Coordinadora Técnica Administrativa



**Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina  
Barrio la Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa**



Santa Catarina Mita, Jutiapa, 05 de abril de 2017

**Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro**  
**Asesora de EPS**  
**Universidad de San Carlos de Guatemala**  
**Facultad de Humanidades**

Respetable Licenciada.

Reciba un cordial y atento saludo deseándole éxitos en sus actividades cotidianas tanto personales como profesionales.

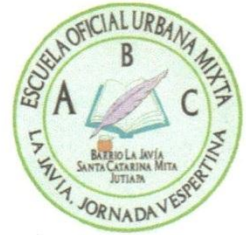
Por este medio se le informa que se **AUTORIZA** al Epesista **Jhonny Alexis Nájera Navas**, quien se identifica con **Carné No. 201217658** y con **DPI 2166 39557 2201**, inscrito en la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Sección Santa Catarina Mita, para que realice las etapas del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) en la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía de este municipio.

Sin otro particular me suscribo atentamente de usted.

  
Prof. Heydi Patricia Chinchilla García  
Directora



**Escuela Oficial Urbana Mixta, Jornada Vespertina  
Barrio la Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa**



Santa Catarina Mita, Jutiapa 05 de mayo de 2017

La infrascrita directora de la Escuela Oficial Urbana Mixta, Jornada Vespertina  
Barrio la Javía, Santa Catarina Mita, Jutiapa

**“HACE CONSTAR”**

Que el Epesista **Jhonny Alexis Nájera Navas**, quien se identifica con **Carné No. 201217658**, inscrito en la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, ha cumplido satisfactoriamente las distintas etapas del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) asignadas en esta institución educativa, así mismo realizó la ejecución de la intervención con el tema **“La nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud”** en el tiempo establecido.

Y para los usos legales que el interesado convenga, se extiende la presente, a los cinco días del mes de mayo de dos mil diecisiete.

Vo.Bo.

Prof. Heydi Patricia Chinchilla García  
Directora







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

Guatemala, 18 de julio de 2017

Licenciado (a)  
Director (a) del Departamento de Extensión  
Facultad de Humanidades

Hago de su conocimiento que el estudiante: **Jhonny Alexis Nájera Navas.**

Con carné: **201217658** Dirección para recibir notificaciones: **Bo. El Barreal, Santa Catarina Mita, Jutiapa.**

No. de Teléfono: **33060809** Estudiante de Licenciatura en: **Pedagogía y Administración Educativa**

Ha realizado informe final de EPS (X) Tesis ( )

Titulado: **guía sobre la nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio la Javía del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa.**

Por lo que se dictamina favorablemente para que le sea nombrada COMISIÓN REVISORA.

Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesor.



mygo/mdss

*Educación Superior, Incluyente y Proyectiva*

Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12  
Teléfonos: 2418 8601 24188602 24188620  
2418 8000 ext. 85301-85302 Fax: 85320





**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

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

Guatemala 20 de Julio 2017

Señores  
**COMITÉ REVISOR DE EPS**  
Facultad de Humanidades  
Presente

Atentamente se les informa que han sido nombrados como miembros del Comité Revisor que deberá estudiar y dictaminar sobre el trabajo EPS (X) presentado por el estudiante:

**JHONNY ALEXIS NÁJERA NAVAS**  
**201217658**

Previo a optar al grado de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.

Título del trabajo: "GUÍA SOBRE LA NUTRICIÓN, SU IMPORTANCIA Y BENEFICIOS EN LA CONSERVACIÓN DE LA SALUD DIRIGIDA A DOCENTES Y ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE LA ESCUELA OFICIAL URBANA MIXTA JORNADA VESPERTINA, BARRIO LA JAVÍA DEL MUNICIPIO DE SANTA CATARINA MITA, DEPARTAMENTO DE JUTIAPA.

Dicho comité deberá rendir su dictamen en un periodo de tiempo que considere conveniente no mayor de tres meses a partir de la presente fecha.

El Comité Revisor está integrado por los siguientes profesionales:

Asesor	LICDA.	DOLORES DEL CARMEN HERNÁNDEZ CASTRO
Revisor 1	LIC.	RANDOLFO ALFARO NAVAS
Revisor 2	LIC.	RUDY MAURICIO CHAPETA GARCIA



29/7/17  
10:00



**Vo. Bo. M.A. Walter Ramiro Mazariegos Biolis**  
Decano

C.C expediente  
Archivo



**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

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

Guatemala 20 de Julio 2017

Señores  
**COMITÉ REVISOR DE EPS**  
Facultad de Humanidades  
Presente

Atentamente se les informa que han sido nombrados como miembros del Comité Revisor que deberá estudiar y dictaminar sobre el trabajo EPS (X) presentado por el estudiante:

**JHONNY ALEXIS NÁJERA NAVAS**  
**201217658**

Previo a optar al grado de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.

Título del trabajo: "GUÍA SOBRE LA NUTRICIÓN, SU IMPORTANCIA Y BENEFICIOS EN LA CONSERVACIÓN DE LA SALUD DIRIGIDA A DOCENTES Y ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE LA ESCUELA OFICIAL URBANA MIXTA JORNADA VESPERTINA, BARRIO LA JAVÍA DEL MUNICIPIO DE SANTA CATARINA MITA, DEPARTAMENTO DE JUTIAPA.

Dicho comité deberá rendir su dictamen en un periodo de tiempo que considere conveniente no mayor de tres meses a partir de la presente fecha.

El Comité Revisor está integrado por los siguientes profesionales:

Asesor	LICDA.	DOLORES DEL CARMEN HERNÁNDEZ CASTRO
Revisor 1	LIC.	RANDOLFO ALFARO NAVAS
Revisor 2	LIC.	RUDY MAURICIO CHAPETA GARCIA

*[Handwritten signature]*  
C.C expediente  
Archivo



*[Handwritten signature]*

**Vo. Bo. M.A. Walter Ramiro Mazariegos Biolis**  
Decano





Guatemala, agosto 28 de 2017.

Licenciado  
Lic. Santos de Jesús Dávila  
Director Departamento Extensión

Licenciado :

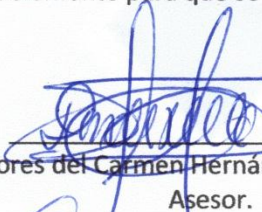
Hacemos de su conocimiento que el estudiante: **Jhonny Alexis Nájera Navas.**

Con carné No. **201217658** Ha realizado las correcciones sugeridas al trabajo de

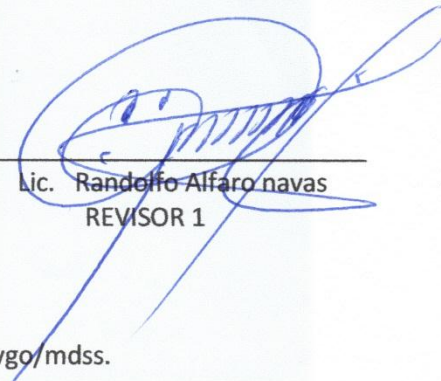
EPS ( X ) TESIS

Titulado: guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio la Javía del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa.



Por lo anterior, se dictamina favorablemente para que se le asigne fecha de **EXAMEN PRIVADO**



Licda. Dolores del Carmen Hernández Castro  
Asesor.



Lic. Randofo Alfaro Navas  
REVISOR 1



Lic. Rudy Mauricio Chapeta García  
REVISOR 2

mygo/mdss.

Guatemala, agosto 28 de 2017.

Licenciado  
Santos de Jesús Dávila  
Director del Departamento de Extensión  
Facultad de Humanidades

En virtud de haber concluido satisfactoriamente el trabajo de EPS ( x ), TESIS ( )  
Titulado: **Guía de nutrición, su importancia y beneficios en la conservación de la salud, dirigida a docentes y estudiantes de sexto grado primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Jornada Vespertina, Barrio La Javía del municipio de Santa Catarina Mita, departamento de Jutiapa.**

Yo, **Jhonny Alexis Nájera Navas.**

Carné: **201217658.**

Dirección para recibir notificaciones: **Barrio El Barreal, Santa Catarina Mita, Jutiapa.**

Teléfono: **33 06 08 09**

Solicito fecha de EXAMEN PRIVADO, previo a optar al grado de licenciado en:  
**Pedagogía y Administración Educativa.**

Atentamente,



**PEM. Jhonny Alexis Nájera Navas**

mygo/mdss