

Deily Veronica Sánchez López

Guía importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada en el área de Biología, dirigida a estudiantes de Cuarto y Quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

Asesora: Licda. Sonia Ricarda Lemus Figueroa.



**FACULTAD DE HUMANIDADES
Departamento de Pedagogía**

Guatemala, noviembre de 2016

Este informe es presentado por la autora como trabajo del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- previo a obtener el grado de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.

Guatemala, noviembre de 2016

ÍNDICE

CONTENIDO	Página
Introducción	I
CAPÍTULO I	
Diagnóstico institución beneficiada	
1. Datos generales de la institución	1
1.1 Nombre de la Institución	1
1.2 Ubicación geográfica	1
1.3 Dirección en dónde se ubica.	1
1.4 Niveles educativos que atiende	1
1.5 Ciclos que atiende	1
1.6 No. de alumnos	1
1.7 No. de docentes	1
1.8 Director	1
1.9 Antecedentes de la institución	1
1.10 Tipo de institución	2
2. Visión	2
3. Misión	2
4. Políticas institucionales	2
4.1 Políticas generales	2
4.2 Políticas transversales	2
4.3 Política de cobertura	3
4.4 Política de equidad	3
4.5 Política de educación bilingüe	3
4.6 Política de modelo de gestión	4
4.7 Política de inversión	4
5. Objetivos	4
5.1 Metas	4
5.2 Estructura organizacional	5
5.3 Perfil de los Integrantes de la comunidad educativa	6
5.4 Recursos	7
5.5 Humanos	7
5.6 Materiales y equipo	7
5.7 Financieros	7
6. Técnicas utilizadas para realizar el diagnóstico	7
7. FODA de la institución	8
8. Lista y análisis del problema (Análisis del FODA)	9
9. Análisis de Viabilidad y Factibilidad	10
10. Priorización del Problema	11
11. Verificación de viabilidad y factibilidad	12

12. Problema Seleccionado	13
13. Solución propuesta como viable y Factible	13

CAPÍTULO II

Perfil del proyecto

1. Aspectos generales	14
1.1 Nombre del proyecto	14
1.2 Tipo de proyecto	14
1.3 Problema	14
1.4 Localización	14
1.5 Unidad ejecutora	14
2. Descripción del proyecto	14
3. Justificación	15
4. Objetivos del proyecto	16
4.1. General	16
4.2. Específicos	16
5. Metas	16
6. Beneficiarios	17
6.1. Directos	17
6.2. Indirectos	17
7. Fuentes de Financiamiento	17
8. Cronograma de Actividades para la ejecución del Proyecto	18
9. Recursos	20
9.1 Humanos	20
9.2 Físicos	20
9.3 Materiales	20
9.4 Financieros	20

CAPÍTULO III

Proceso de ejecución del proyecto

Actividades y resultados	21, 22
Productos y logros	23
Cronograma de las actividades de la ejecución del proyecto	24

Guía importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada en el área de Biología, dirigida a estudiantes de Cuarto y Quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

CAPÍTULO IV	
Proceso de evaluación	
1. Evaluación del diagnóstico	138
2. Evaluación del perfil del proyecto	138
3. Evaluación de la ejecución del proyecto	138
4. Evaluación general y final del proyecto	139
CONCLUSIONES	140
RECOMENDACIONES	141
BIBLIOGRAFÍA	142
APÉNDICE	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

El proyecto “Guía importancia de las Plantas Medicinales, y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud”, aplicada en el área de Biología, dirigida a estudiantes de Cuarto y Quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional de Educación Diversificada, de Catarina, San Marcos, está estructurado en cuatro fases, las que a continuación se describen.

Capítulo I: Diagnóstico;

Contiene el los datos internos y externos de la institución educativa, así como de la comunidad donde se ubica el mismo; con el objetivo de detectar posibles problemas o necesidades, empleando técnicas e instrumentos para la recopilación de la información, lo que permitió enmarcar y priorizar el problema principal, mediante el análisis de viabilidad y factibilidad; con ello permitió verificar que las alternativas planteadas son: viables, sostenibles y rentables.

Capítulo II: Perfil del Proyecto;

Enmarca los datos característicos necesarios para la ejecución del proyecto, así como los elementos descriptivos, tales como: Nombre del proyecto, objetivos, justificación, metas, actividades, recursos, presupuesto, los factores internos y externos, y los resultados proyectados al finalizar el período de duración del mismo.

Capítulo III: Proceso de Ejecución del Proyecto;

En éste capítulo se describen en forma detallada y ordenada, cada una de las actividades y los resultados obtenidos, previstos en el diseño, estableciendo el tiempo, los costos, productos y logros alcanzados al final del período del proyecto.

Capítulo IV: Proceso de Evaluación del Diagnóstico, del Perfil, de la Ejecución y Evaluación Final;

Esta fase permitió comprobar el alcance de los objetivos propuestos en el proyecto, realizándose la Evaluación del Diagnóstico a través de una lista de cotejo, siendo el perfil, lo que orientó a la elaboración de la guía importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, Aplicada en el área de Biología dirigida a estudiantes de Cuarto y Quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos, financiado por autogestión.

La Evaluación Final, consistió en entrevistar a los beneficiarios para analizar el resultado y aceptabilidad del proyecto y la entrega a la institución beneficiada.

En el presente informe se redactaron las conclusiones de acuerdo a los resultados obtenidos de los objetivos específicos del perfil; las recomendaciones pertinentes para los que hagan uso de ella; al mismo tiempo se implementa una bibliografía de la información de dónde se obtuvieron los diferentes temas y por supuesto el apéndice lo constituye el material escrito por la Epesista, así como los anexos y todo lo recabado como apoyo para realizar el mismo.

CAPÍTULO I

Diagnóstico de la Institución Beneficiada

1. Datos generales de la institución.

1.1. Nombre de la institución:

Instituto Nacional de Educación Diversificada con Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo

1.2. Ubicación geográfica.

El Instituto Nacional de Educación Diversificada Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo, se encuentra ubicado en la cabecera municipal del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.3. Dirección en donde se ubica.

La dirección actual en dónde se ubica es en la 2ª. Avenida 2-26 zona 1 Catarina, San Marcos.

1.4. Niveles educativos que atiende.

El Instituto Nacional de Educación Diversificada con Orientación en Turismo, Agroforestal y Computación, atiende a la población estudiantil del Nivel Medio.

1.5. Ciclos que atiende.

El Instituto Nacional de Educación Diversificada Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo, atiende a la población estudiantil del Ciclo Diversificado.

1.6. No. de alumnos.

El Instituto Nacional de Educación Diversificada estudiantes de Cuarto y Quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo, atiende a una población de 50 alumnos (mixto).

1.7. No. de docentes.

El Instituto Nacional de Educación Diversificada con Orientación en Turismo, Agroforestal y Computación, cuenta con 6 catedráticos.

1.8. Director.

El Director del Instituto es el Lic. Nerly de León Requena.

1.9. Antecedentes de la Institución.

Es una institución que durante por cuatro años consecutivos ha contribuido a nuestra Patria Guatemala, en la formación de Bachilleres en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo

1.10. Tipo de Institución.

El Instituto Nacional de Educación Diversificada, es una Institución laica y gratuita, que genera oportunidades de preparación a todas las personas que desean hacerlo.

2. Visión.

El Instituto Nacional de Educación Diversificada es una institución democrática, formadora de ciudadanos con carácter, capaz de aprender, orgullosos de ser guatemaltecos, empeñados en conseguir su desarrollo integral con principios, valores y convicciones que fundamenten su conducta.

Prepara a los estudiantes conforme lo establece la Reforma Educativa y el CNB/FID para que se proyecten con eficacia en su comunidad y ante los retos de la globalización. Se trabaja con una comunidad educativa integrada, para fortalecer el proceso de aprendizaje y el nuevo paradigma de gestión.

3. Misión.

Transformar el sistema educativo nacional en forma participativa, en cumplimiento de los Acuerdos de Paz, en el marco del proceso de la Reforma Educativa y del Pacto de Gobernabilidad.

Hacer de la actividad educacional o de la Educación propiamente dicha, un proceso participativo e incluyente, para que responda con criterios modernos, a las necesidades de desarrollo integral de la población social, cultural y lingüísticamente diferenciada.

4. Políticas institucionales.

4.1. Políticas generales.

Entre las políticas generales podemos mencionar:

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

4.2. Políticas transversales.

Entre las políticas generales podemos mencionar:

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

4.3. Política de cobertura.

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

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

4.4. Política de equidad.

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

Equidad, implica también, el acceso de la mujer guatemalteca, históricamente marginada a la educación, en todos los niveles, atendiendo a las poblaciones del área rural, hablese especialmente de los pueblos indígenas quienes han permanecido al olvidados.

Se garantizará la prestación del servicio en todas las regiones del país, con énfasis a la educación en el Idioma Materno y bilingüe.

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

4.5. Política de educación bilingüe.

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

Además, apoyar programas desde la perspectiva de los pueblos mayas, garífuna, xincas y ladinos en un marco que tenga un triple eje: la ciudadanía multicultural que responda a la identidad local, en el contexto de la ciudadanía guatemalteca que constituye el segundo eje y un tercer eje vinculado a la ciudadanía centroamericana y cosmopolita.

4.6. Política de modelo de gestión.

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

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

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

4.7. Política de inversión

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

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

5. Objetivos.

Proveer la información sobre la calidad de los aprendizajes, basada en criterios y estándares sistemáticos que aseguran un alto grado de objetividad, para planificar acciones y tomar decisiones a efecto de:

- ✓ Contribuir a la formación de la personalidad del educando.
- ✓ Alcanzar los objetivos y fines de la Educación Nacional.
- ✓ Lograr el cambio en la personalidad de los estudiantes.
- ✓ Provisión de insumos para el desarrollo de evaluaciones de impacto de políticas y programas.
- ✓ Darle a los educandos, herramientas para incrementar ingresos según sus condiciones socio-económicas.

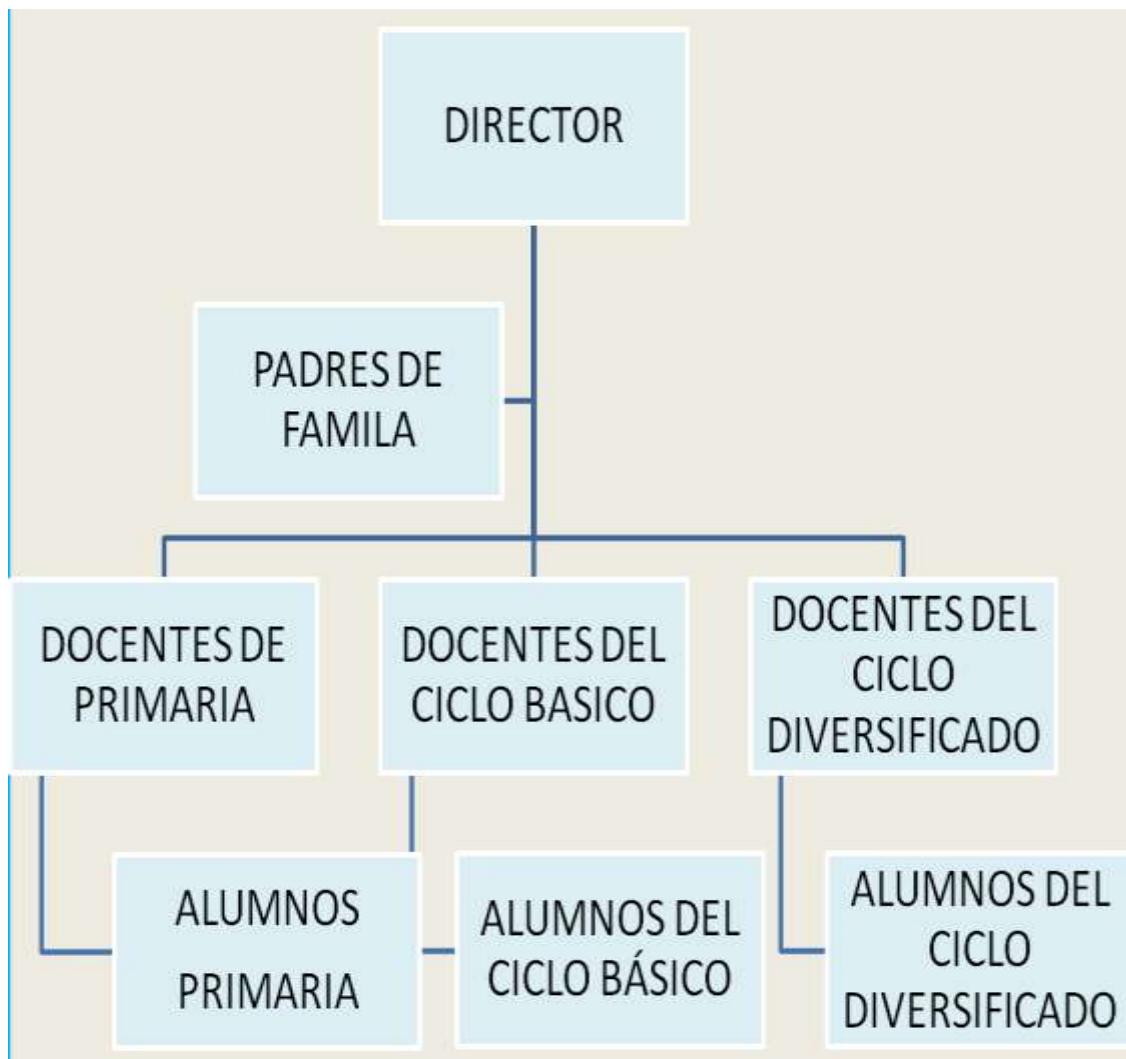
5.1 Metas.

Entre las metas que se consideran alcanzar dentro del presente proyecto, podemos mencionar:

- Guiar, orientar, dirigir, y encausar por mejores senderos a los estudiantes de acuerdo al nivel y características específicas del plantel.
- Graduar bachilleres capaces de enfrentar el cambio de nuestra era.
- Preparar bachilleres con una visión innovadora, tomando en cuenta la importancia que tiene la implementación de Huertos Escolares y Hábitos de Higiene, como un beneficio para toda la humanidad.

5.2 . Estructura organizacional.

La estructura organizacional, bajo la cual funciona el establecimiento beneficiado, se describe a continuación.



5.3 Perfil de los integrantes de la comunidad educativa.

Dimensión	Perfiles			
	Estudiantes	Docentes	Director	Padres de Familia
Social (Relación con los demás, la participación en el en la creación de huertos escolares)	Responsables, ordenados, honestos, constantes, altruistas, participativos, amigables, Respetuosos, comunicativos, sociables, Con identidad.	Responsables, ordenados, facilitadores, mediadores, proactivos, democráticos puntuales, organizados, trabajadores, motivadores, integradores, solidarios.	respetuoso, amigable, íntegro, gestor, Sociable, solidario. participativo Justo Responsable, disciplinado, educado,	Participativos, solidarios, organizadores, responsables, atentos, constantes, humildes. Con iniciativa y colaboradores
Personal-afectiva (Rasgos relacionados con el aspecto emocional; autoestima, seguridad, valores, etc.)	Activos, humildes, respetuosos, confiables, atentos, Capaces, solidarios, responsables, humanistas, conscientes, sensibles, honestos.	Comprensivos, puntuales, democráticos, tolerantes, justos, equitativos, Con inteligencia emocional, despiertan confianza, humanistas.	Democrático, comprensivo, tolerante, confiable, seguro de sí mismo, sincero, Versátil, humanista, gentil, cortés, coordinador, controlador.	Futuristas, altruistas, democráticos, comprensivos, tolerantes, confiables promotores, amables.
Intelectual (Conocimientos y capacidades mentales; resolución de problemas, Inducen al pensamiento crítico y reflexivo)	Inteligentes, investigadores, líderes, humanistas, sintéticos, eficientes, estudiosos, autodidactas, reflexivos, críticos, analítico-sintéticos. Creativos.	Actualizados, inteligentes, eficientes, idealistas, innovadores, futuristas, ordenados. Creativos.	Eficiente, actualizado, disciplinado, ordenado, con preparación académica adecuada, investigador, con iniciativa, capacitado. Creativo.	Idealistas, participativos, perseverantes, ordenados, actualizados, con espíritu de solución de conflictos, justos.
Psicomotora (habilidades y destrezas motoras)	Activos, participativos, disponibles, trabajadores, creativos, propositivos, investigadores, innovadores, inteligentes, altruistas, habilidosos.	Activos, perseverantes, originales, creativos, participativos, de ambiente agradable, propositivos.	Activo, flexible, capacidad de organización, gestor, hábil, creativo, perseverante, propositivo.	Activos, flexibles, participativos, constructores, creativos, colaboradores, generadores de ideas, propositivos.

5.4 Recursos.

5.5 Humanos.

- Supervisor Educativo Sector 1216.2
- Director del Establecimiento Educativo.
- Personal Docente.
- Alumnos.
- Conserje.

5.6 Materiales y equipo.

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

5.7 Financieros.

- Fondo de gratuidad
- Esta Institución cuenta con docentes contratados en el renglón presupuestario 021.

6. Técnicas utilizadas para realizar el diagnóstico.

Entre las técnicas que se emplearon para realizar el diagnóstico, podemos mencionar las siguientes:

- Guía de los VIII sectores.
- Técnicas de observación.
- Técnica de análisis documental.
- Técnica del FODA.
- Técnica de entrevista.
- Cuestionario.
- Fichas.

7. FODA de la institución.

AMBITO	FORTALEZAS	OPORTUNIDADES	DEBILIDADES	AMENAZAS
Pedagógico	El personal es responsables, capacitados y preparados Se cuenta con el personal docente necesario para atender todos los grados y secciones Los alumnos tratan respetuosamente a los docentes.	Apoyo de instituciones educativas Extensión Universitaria USAC. Catarina.	Carencia de material bibliográfico que aborde temas de la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud. Carece de mobiliario adecuado para el nivel.	Carencia de Seguridad Alimentaria Falta de conocimientos sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.
Institucional	Liderazgo y trabajo en equipo. Ubicación del instituto es accesible.	Organizaciones de madres y padres de familia Gestionar con otras instituciones diferentes tipos de apoyo	No cuenta con edificio propio. Problemas ventilación dentro de las aulas Carece de condiciones higiénicas y sanitarias	Desinterés en la participación de padres de familia Falta de recursos económicos de los padres y madres de familia.
Con relación a la proyección a la Comunidad Educativa.	Contar con el proyecto Educativo Institucional. Contar con la participación de los diferentes sectores de la comunidad educativa. Apoyo de la Coordinación Técnica Administrativa.	Programas y proyectos de desarrollo en el sector educativo. Coordinar con Instituciones para brindar apoyo en actividades para el desarrollo comunitario.	Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil. Poca comunicación con otros centros educativos del municipio.	Desatención de programas que propicien espacios y actividades de convivencia social para la comunidad. Índice de analfabetismo. Desinterés en máximos dirigentes de la comunidad.

8. Lista y Análisis del problema (Análisis del FODA)

No.	Problemas priorizados	Factores que originan	Soluciones que requieren
1	Carencia de conocimientos sobre importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.	Falta de capacitaciones.	Elaborar una guía de aprendizaje que hable sobre importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.
2	Carece de mobiliario	Poco ingreso económico	Gestionar con autoridades municipales y locales para apoyo de mobiliario.
3	No cuenta con edificio propio	Insuficiente presupuesto del MINEDUC para infraestructura.	Aumento de presupuesto
4	Carece de condiciones higiénicas y sanitarias	Insuficientes para los tres niveles.	Gestionar la construcción de servicios sanitarios para cada nivel.
5	Predio Escolar deforestado	Falta de interés de los alumnos y docentes	Gestionar a instituciones para reforestar el área.
6	Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil armónica.	Pocas actividades con alumnos y docentes para la fomento de valores	Organizar actividades de convivencia en donde participen todos los alumnos.
7	Poca comunicación con otros centros educativos del municipio	Distancia entre los diferentes centros educativos.	Organizar actividades deportivas o de otra índole para la socialización de alumnos con otros centros educativos.

9. Análisis de viabilidad y factibilidad

Problemas	Información sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.		Carece de mobiliario inadecuado para el nivel		No cuenta con edificio propio		Carece de condición es higiénicas y sanitarias		Predio escolar deforestado		Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil		Poca comunicación con otros centros educativos	
	1		2		3		4		5		6		7	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X		X		X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X			X	X			X	X		X		X	
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X			X	X		X			X	X			X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?	X		X		X		X			X	X		X	
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización de jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X		X		X	

7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?		X				X	X			X	X			X
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X		X		X			X		X		X	X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones	X				X	X			X		X		X	X
10. ¿Se gestionará apoyo a instituciones OG'S ONG'S para la ejecución del proyecto?	X				X	X			X		X		X	X
TOTAL	9	1	4	6	8	3	5	6	3	7	6	5	7	3
PRIORIDAD	1		6		2		5		7		4		3	

10. Priorización del Problema.

De acuerdo con el Análisis de viabilidad y factibilidad, el problema que es de suma importancia es: "Carencia de material bibliográfico que aborde temas las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.

La implementación de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud. En el área de biología, permitirán a los educandos una formación integral, para ello es necesario saber, que la falta de documentación y material pedagógico no favorece en nada a una educación integral, que es la que se persigue en la actualidad dentro de la población estudiantil guatemalteca.

11. Verificación de viabilidad y factibilidad.

Opción 1. Elaborar una guía de aprendizaje sobre “Las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud, aplicada en el área de Biología.

Opción 2. Realizar talleres para estudiantes de Cuarto, Quinto Bachiller y docentes.

Opción 1 Opción 2

No.	Indicadores	SI	NO	SI	NO
1.	¿Se cuenta con suficientes recursos financieros?	X			X
2.	¿Se cuenta con financiamiento externo?	X			X
3.	¿El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X			X
4.	¿Se cuenta con fondos extras para imprevistos?	X			X
	Administrativo				
5.	¿Se tiene la autorización legal de la administración?	X		X	
6.	¿Se tiene estudio del impacto?	X		X	
7.	¿Existe ley que ampare el proyecto?	X			X
8.	¿Se hicieron controles de calidad para la ejecución?	X			X
9.	¿Se tiene definida la cobertura del proyecto?	X		X	
10.	¿Se tienen los insumos necesarios para el proyecto?	X			X
11.	¿Se tiene la tecnología apropiada para el proyecto?	X		X	
12.	¿El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X			X
13.	¿Se han definido claramente las metas?	X		X	
	Mercadeo				
14.	¿El proyecto cuenta con la aceptación de la institución y de los usuarios?	X		X	
15.	¿Satisface las necesidades de la comunidad educativa?	X		X	
16.	¿Puede el proyecto abastecerse de insumos?	X			X
17.	¿El proyecto es accesible a la población?	X		X	
18.	¿Se cuenta con el personal capacitado para la ejecución del proyecto?	X			X
	Político				
19.	¿La institución se hará responsable del proyecto?	X		X	
20.	¿El proyecto es de vital importancia para la institución?	X		X	
21.	¿Considera efectivo el apoyo del Alcalde Municipal?	X		X	
	Cultural				
22.	¿El proyecto responde a las expectativas culturales de la región?	X		X	
23.	¿El proyecto impulsa la equidad de género?	X		X	
	Social				
24.	¿El proyecto beneficia a la mayoría de la población?	X		X	
25.	¿Cuenta con el beneplácito de los beneficiarios?	X		X	
26.	¿Se toma en cuenta a los catedráticos en servicio?	X			X
	Total	26		15	

12. Problema seleccionado.

Al terminar el diagnóstico institucional se listaron y jerarquizaron los problemas y necesidades, priorizando básicamente, el de la carencia de material bibliográfico que aborde temas de producción, específicamente sobre Carencia de material bibliográfico que aborde temas de la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.

13. Solución, propuesta como viable y factible.

Después de aplicar el análisis de viabilidad y factibilidad, la opción más viable y factible es: elaborar una Guía de Aprendizaje sobre La Importancia de las Plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud. Aplicada a la Carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras con orientación de Turismo. Para integrarlo al Área de Biología, para de esa manera, preparar responsablemente, a los estudiantes del INED de la cabecera municipal de Catarina, San Marcos.

Problema seleccionado	Solución
Carencia de material bibliográfico que aborde temas, específicamente sobre Las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.	Elaborar una guía de aprendizaje sobre “Las Plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud”. Aplicada en el área de Biología, dirigida a estudiantes de Cuarto y Quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional Diversificada, Catarina, San Marcos.

CAPÍTULO II

Perfil del Proyecto

1. Aspectos generales.

1.1. Nombre del proyecto.

Guía de Aprendizaje sobre “La Importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud”., aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada del Sector 1216.2, Cabecera municipal de Catarina, San Marcos.

1.2. Tipo de proyecto.

Producto educativo y desarrollo integral.

1.3. Problema.

Carencia de Materiales y Guías Didácticas para el proceso de enseñanza – aprendizaje del área de Biología cuarto y quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo del Instituto Nacional de Educación Diversificada

1.4. Localización.

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

1.5. Unidad ejecutora.

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

2. Descripción del proyecto.

El proyecto consiste en diseñar una Guía de aprendizaje sobre “La Importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud”, dirigida a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, de la cabecera municipal del municipio de Catarina, departamento de San Marcos.

Es por ello que urge comunicarlo a nivel de educando, educadores y habitantes de las comunidades y las personas que se encuentren a nuestro alrededor. Según estadísticas el 80% de de los jóvenes del área, desconocen en su totalidad como se implementa un proyecto productivo en el área agrícola y un 50% utilización de las plantas, frutas curativas

Socializando la presente guía de aprendizaje se pretende concientizar a los alumnos para que sean ellos los promotores dentro de su comunidad para implementar proyectos de tipo productivo, con acompañamiento de los respectivos hábitos de higiene.

La guía de aprendizaje nos dará a conocer los diferentes temas y los beneficios que se obtendrán siendo utilizados debidamente, se contribuye a formación integral tanto en el área productiva como en el área de la salud; ya que la formación integral debe de implementarse en nuestros días en los aspectos productivos enfocados y priorizados en las comunidades y por supuesto en el aspecto de salud, ya que la salud abarca al ser humano en sus tres dimensiones, Física, psicoespiritual y social.

3. Justificación.

De acuerdo a estudios realizados en países centroamericanos, Guatemala es el más rico potencial como el país de la Eterna Primavera por su fauna y sus grandes manglares zonas verdes .

Es por ello que es de suma importancia y necesidad, inculcar en la juventud para La Importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud”. Ellos tomen de ejemplo que un proyecto productivo puede realizarse sin necesidad de tener una gran extensión de terreno, aprovechando al máximo los recursos disponibles con los que cuenta en su comunidad y al mismo tiempo ser parte del gran engranaje que mueve a la economía guatemalteca.

Conocedores de la importancia del desarrollo integral del educando, nos hemos interesado en difundir el mensaje de que todos sin importar condición social, económica, y ubicación geográfica, podemos ser parte importante para ir paulatinamente sacando del subdesarrollo en los que nos encontramos como nación.

Una de las causas del porque estamos como estamos, es sin lugar a duda la falta de motivación que existe en el sistema educativo nacional para hacer y difundir a través de sus educadores, la necesidad de fomentar en los educandos, la necesidad que existe en las comunidades de proyectos que nos ayuden a priorizar y a optimizar de manera científica nuestros recursos y lograr el equilibrio biológico entre los seres humanos y medio ambiente.

Con esta guía se pretende no dejar solo la teoría sobre la implementación la utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud, sino conducirlos a la práctica para ir implementando proyectos que sean auto-sostenibles a nivel de micro regiones y porque no decirlo, a nivel de regiones a nivel nacional.

4. Objetivos del proyecto.

4.1. General.

Que conozcan y utilicen las plantas medicinales para el beneficio de nuestra salud según su contexto.

Contribuir con el desarrollo educativo, en la formación integral de jóvenes estudiantes, con respecto a la Importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud”. Para la Carrera de Bachilleres en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo, y estén dispuestos a construir una sociedad más sana.

4.2. Específicos.

- Logra que los alumnos que identifiquen y clasifiquen las clases de plantas y frutas curativas.
- Lograr que los alumnos que apliquen sus conocimientos en la utilidad de las plantas y jugos curativos para la salud.
- Socializar la Guía en la Institución Educativa, Personal Docente, padres de familia y jóvenes estudiantes.
- Capacitar al Director y Personal Docente para realizar el proceso de enseñanza con la, **Guía La Importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud”**. en el curso de Biología.

5. Metas.

- Elaborar una Guía en el periodo de cuatro semanas, para dar a conocer las formas y medios para la importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud”, a los estudiantes de la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina.
- Presentar la Guía al Director del establecimiento, catedráticos, así como a cinco líderes comunitarios, para su información y conocimiento.
- Realizar el proceso de capacitación a 2 docentes del curso de Biología, a estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo para que ejecuten el uso adecuado de la Guía de aprendizaje.

6. Beneficiarios.

6.1. Directos.

- Estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo
- Docentes del curso de Biología
- Director.

6.2 Beneficiarios indirectos.

Padres de familia.

Estudiantes de nuevo ingreso

Personas de la comunidad.

7. Fuentes de financiamiento

Autogestión

No.	Descripción	Cantidad	Unidad de medida	Costo Unitario	Costo Total
1.	Copias de libros	600	Unidades	0.25	150.00
2.	Levantado de Texto	150	Unidades	4.00	600.00
3.	Impresión de Guía	1	Unidades	250.00	250.00
4.	Copias de Guía	4	Unidades	40.00	160.00
5.	Alquiler de Cañonera	1	Unidades	350.00	350.00
6.	Fotocopias impresas	500	Unidades	1.00	500.00
7.	Empastado de Guía	5	Unidades	40.00	200.00
8.	Grabación de Disco	1	Unidades	10.00	10.00
9.	Impresión de invitaciones	30	Unidades	3.00	90.00
10.	Refacciones	80	Unidades	10.00	800.00
11.	Gastos de pasajes	15	Unidades	50.00	750.00
12.	Pago de sonido	1	Unidades	300.00	300.00
Total					Q 4,160.00

8. Cronograma de actividades para la ejecución del proyecto

ACTIVIDADES	Responsable	AÑO 2016																											
		MARZO / ABRIL				MAYO/JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Presentar solicitud para autorización y ejecución del EPS.	Epesista																												100
Elaborar instrumentos para la recopilación de datos	Epesista																												100
Investigar y recabar Datos bibliográficos de los sectores	Asesora																												90
Entrevistar al recurso humano interno y externo de la institución.	Epesista																												100
Consultar planos, estudios geográficos y funcionamientos de la institución	Alcalde Municipal																												100
Documentar lo observado	Supervisor																												100
Reproducir el organigrama de la institución.	Epesista																												100
Consultar manuales de funciones, reglamentos y trabajo de cada área	Supervisor																												100
Detectar las necesidades o carencias de cada sector.	Docente Epesista																												100
Analizar los problemas y priorizar la más urgente de solución	Epesista																												90

[illegible]

9. Recursos.

9.1. Humanos.

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

9.2. Físicos.

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

9.3. Materiales.

- ✓ Material didáctico.
- ✓ Computadora
- ✓ Cámara fotográfica
- ✓ Guía de aprendizaje
- ✓ Grabador Cds.

9.4. Financieros.

Autogestión

CAPÍTULO III

Proceso de ejecución del proyecto

1. Actividades y resultados

Actividades	Resultados
Elaboración del plan de ejecución	Con la elaboración del plan, el proyecto se ejecutó con certeza.
Organización del cronograma del trabajo	Se estipularon fechas indicadas para su ejecución.
Solicitud a Autoridades Educativas Municipales para llevar a cabo el ejercicio Profesional Supervisado en el centro Educativo Nacional del Nivel diversificado.	Se les presentó a las autoridades Educativas la solicitud de autorización del Ejercicio Profesional Supervisado en el Centro Educativo del nivel diversificado.
Visita al Supervisor Educativo del municipio de Catarina, San Marcos para recoger la autorización solicitada.	Se visitó al Supervisor Educativo del municipio para recoger la autorización de ejecución.
Solicitud dirigida al Director del Instituto Nacional del nivel diversificado del municipio de Catarina, San Marcos, para la autorización de socialización de la guía la importancia de las plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud. Aplicada en el área de biología.	Se solicitó al Director del Instituto Nacional de Diversificado del municipio de Catarina, San Marcos.
Visita al Director del Instituto Nacional de diversificado de Catarina, San Marcos para recoger autorización para ejecutar el proyecto en el establecimiento.	La solicitud presentada al director fue aprobada para ejecutar la socialización de la Guía de aprendizaje.
Presentación de la guía por unidades, a los docentes y estudiantes del Curso de Biología	Los docentes y estudiantes del establecimiento quedaron complacidos del contenido del mismo.
Capacitación a los docentes y estudiantes.	Se capacitó a docentes directos e indirectos y a todos los alumnos del área agroforestal del Instituto Nacional de diversificado de Catarina, San Marcos.
Investigación bibliográfica.	Se investigaron varias fuentes bibliográficas para la redacción de la guía de aprendizaje.
Clasificación de información.	La información obtenida de las fuentes bibliográficas se clasificó para argumentar la guía de aprendizaje.
Redacción de la guía de aprendizaje para la implementación de huertos escolares y hábitos de higiene.	La guía sobre implementación de huertos escolares y hábitos de higiene, se redactó para su reproducción.
Revisión y corrección de la Guía de aprendizaje por el asesor del EPS.	El Licenciada. Sonia Ricarda Lemus Figueroa. Efectuó las correcciones necesarias en el documento.
Aprobación de la guía importancia de las plantas medicinales y su utilización para	El Licenciada Sonia Ricarda Lemus Figueroa. Aprobó la Guía de aprendizaje

prevenir enfermedades que afectan a la salud. escolares por la asesora del EPS.	para su reproducción.
Entrega de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud.	Fue entregada la guía importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud. La asesora Licda. Sonia Ricarda Lemus Figueroa.
Reproducción de Guías.	Las Guías fueron reproducidas para su socialización con los alumnos y docentes del establecimiento.
Planificar el taller de capacitación con respecto a la Guía de aprendizaje.	Se planificó el taller de capacitación para la socialización de la Guía de Aprendizaje.
Entrega de Guías de aprendizaje al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, San Marcos.	Las Guías de aprendizaje, fueron entregadas al director del Instituto Nacional de Educación Diversificada, para el área de Biología en Turismo.

Productos y logros.

Productos	Logros
Se redactó sobre la importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud , aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.	Una completa aceptación por parte de alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada en el área agroforestal, del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
Se realizó la presentación de la guía la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, por unidades, a los docentes y estudiantes del establecimiento.	Docentes y Estudiantes del establecimiento quedaron motivados con el contenido de la Guía la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud. Quienes participaron activamente, en la ejecución.
Se capacitó a docentes y alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificada en el área agroforestal, con lineamientos para la importancia de las Planta Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.	Cantidad de participantes en la capacitación.
Se practicaron todas las actividades de la Guía de aprendizaje.	Se realizaron actividades en forma individual y colectiva.
Se divulgó internamente y externamente la elaboración y la ejecución de la sobre la importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud. Aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.	Personas de la comunidad mostrando interés en el. conocimiento de la guía de las sobre la importancia de las Planta Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud , aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

3.3 Cronograma de las actividades de la ejecución del proyecto

No.	ACTIVIDADES	MES Y SEMANA AÑO 2,016																											
		MARZO / ABRIL				MAYO/JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Investigación bibliográfica																												
2	Recopilación e información sobre importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que influyen a la salud, aplicada en el área de biología																												
3	Ordenar la información recabada																												
4	Seleccionar información																												
5	Redacción los temas y subtemas																												
6	Dosificación de temas por capítulo																												
7	Elaboración de guía de aprendizaje sobre importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que influyen a la salud, aplicada en el área de biología																												
8	Reproducción de guías de Aprendizaje sobre importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que influyen a la salud, aplicada en el área de biología																												
9	Planificar una capacitación de la guía de Aprendizaje.																												
10	Selección de la Institución para la realización de la capacitación.																												
11	Elaboración de material didáctico para el desarrollo de la capacitación.																												
12	Presentación de la Guía al Supervisor, Director y personal docente.																												
13	Elaboración del documento																												
14	Revisión del documento por parte del asesor del Proyecto																												
15	Socialización del proyecto con alumnos y docentes																												
16	Evaluación y entrega de informe final																												

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



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Guía la importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada en el área de Biología dirigida a estudiantes de Cuarto y Quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos

EPESISTA: Deily Veronica Sánchez López

ASESORA
Licda. Sonia Ricarda Lemus Figueroa

Catarina, San Marcos, noviembre 2016

CONTENIDOS	INDICE	PÁGINAS
Introducción		I
Objetivos Generales		II
Objetivos Específicos		II
I UNIDAD		
Las plantas medicinales y definición de plantas medicinales		1-2
su época prehistórica, Reacciones adversas		3-4
Extracción y empleo, preparación y administración		4-5
Extracto y Infusión		6-7
Lavativa o enema, tintura		8-9
Uso clínico, Actividad		11-12
II UNIDAD		
¿Cómo se cultivan nuestras plantas medicinales?		13
Ajo, albahaca y Sabilla y apio		14-15
Arnica, manzanilla y orégano y menta		16-17
Oregano, menta y orégano y romero		18-19
Salvia santa, zanahorias y cuestionario de actividades		20-21
III UNIDAD		
Encontrando la salud en la naturaleza		22
Hipertensión y Calambres		23
Anginas y Fortalece las uñas		24
Dolor de cabeza y Cálculos renales		25
Prevención de Cáncer y Los Nervios		26
Estreñimiento y Diabetes		27
Colitis, Ulceras y Colesterol Alto		28
Combatir la indigestión, Presión Alta		29
Contra virus y Flebitis		30
Energizarte y Obesidad		31
Anemia y Riñones		32
Estreñimiento y Mal aliento		33
Circulación y Epilepsias		34
Colesterol y Parkinson		35
Problemas de Tabaquismo y dolor de piernas		36
Contra la resaca y Diabetes		37
Deshidratación y nervios		38
Depresión y Osteoporosis		39
Páncreas y Quistes en los ovarios		40
Quimioterapias y Ronquera		41
Bajar de peso y Falta de potasio		42
Piel de naranja y quemar grasa		43
Insomnio y Tos		44
Relajamiento y Asma		45

Digestión y abundante Calor	46
Alto rendimiento y Cruda	47
Agotamiento y buena Memoria	48
Menopausia y Síndrome Premenstrual	49
Jóvenes hiperactivos y Dolor de huesos	50
Rejuvenecer y Presión Baja	51
Bronquitis y Tic nervioso	52
Problemas de la piel y Algodoncillo	53
Convulsiones y Mala digestión	54
Fortalecer músculos y Quistes ováricos	55
Sangrado de las encillas y Diarrea	56
Cicatrizar y El estrés	57
Cuidado de la vista y Uñas mas fuertes	58
Piel saludable y Personas con asma	59
Acné y Vesícula biliar	60
Espasmo y Las lombrices	61
Buena alimentación y Buen laxante	62
Para dormir y Fortalecer la vejiga	63
Digestión y Dar energía	64
Limpiar el hígado y Relajamiento	65
Fuerte gripa y Problemas de Varices	66
Prevención de envejecimiento y Revitalizante sexual	67
Gripa y Cabellera brillante	68
Hígado y Conjuntivitis	69
Buena circulación y Problemas del hígado	70
Diarrea y Alimentación sana	71
Belleza natural y dolor muscular	72
Dolor de pies y Falta de apetito	73
Cabello sano y Colesterol	74
Asma y Menopausia	75
Riñones y Anginas	76
Sarampión, paludismo y Cólera	77
Falta de leche, regla atrasada y insomnio	78
La tos crónica, Diarrea y Piojos	79
Varices, Reuma y Acné Facial	80
Problema de calvicie, cálculos renales, y Artritis	81
Epilepsia, problema pulmonar y acides estomacal	82
Presión alta, presión baja y Ronquera	83
Sarna, mal de pinto y Infección Intestinal	84
Lesiones renales, senos pequeños veneno de ratas	85
Cutis marchito, Debilidad visual y Eczema	86
Dolor de espalda, Tifoidea y niños con anemia	87
Bronquios, Dolor de vejiga, Elefantitis	88
Lesión del miocardio, Lesiones y Llagas	89
Meningitis, Nerviosismo y Obesidad	90
Ojos cansados, Pies malo liantes y Nogal	91

Quemaduras, Quita lunares y Reuma	92
Sangre en la orina, Dolor de cabeza, Trauma	93
Disentería, Empacho, Arenilla en la vejiga	94
Atrofia de las encillas, Caída de cabello y Catarro	95
Clorosis, Conjuntivitis, y Cutis	96
Crecimiento de cabello y Ventosidades	97
Úlceras, Verrugas y Parálisis	98
Angustia, Mal aliento y Ansiedad	99
Fractura, Eyaculación prematura, Ganglios Infecciosos	100
Gonorrea, Inapetencia sexual	101
Inflamación del hígado, Lepra, Tuberculosis	102
Cuestionario	103
Actividades	104
CONCLUSIONES	
RECOMENDACIONES	
BIBLIOGRAFIA Y EGRAFIA	

INTRODUCCIÓN

Guía la importancia de las Planta Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada, I.N.E.D., del sector 1216.2 del municipio de Catarina, departamento de San Marcos es producto del Ejercicio Profesional Supervisado de la Carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa como proyección social a la comunidad educativa de los Institutos de Educación Diversificada.

Como bien conoce la humanidad, actualmente se está generando varias enfermedades por causa del cambio climático que naturalmente se presentan en el planeta, por lo cual el clima se ha modificado a un ritmo agigantado. Cada día la gente se interesa más por consumir más medicamentos químicos y deja lo natural en la última alternativa.

Los seres humanos debemos darnos cuenta los grandes beneficios que da nuestra naturaleza con sus plantas curativas. Una forma para lograr una alimentación sana consiste en consumir frutas y verduras saludables en lo que cada días se va definiendo como una terapia general coadyuvante de otras terapias. Se conoce como jugo terapias. Es un método que, bien es llevado y no provoca efectos secundarios.

Las plantas medicinales: cura y limpia nuestro organismo y previenen enfermedades comunes, secundarias y mortales, en nuestra globalización la mala alimentación y las deficiencias de la misma naturaleza ha sido preocupante. La extracción de las plantas medicinales ha sido eficaz, sin ningún deterioro y sin vencimiento.

Toda clase de plantas, frutas y semillas tienen un equilibrio del organismo por ser fuertemente alcalinizantes y restaurar el equilibrio PH del cuerpo.

Son fácilmente digeribles. Pues en el proceso digestivo se unen enzimas vegetales activar con las enzimas presentes en el estómago, facilitando la absorción de nutrientes.

Tiene cada planta su poder antioxidante. Las plantas, verduras y frutas están repletas de sustancias como el betacaroteno y las vitaminas C y E proveyendo protección contra las enfermedades degenerativas como el cáncer, las afecciones del corazón, el envejecimiento y las cataratas. Por eso cuidemos nuestra salud.

OBJETIVOS GENERALES

- Guía de Aprendizaje sobre la importancia de las Planta Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que influyen al beneficio de la salud, aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- Capacitar a los Catedráticos y estudiantes sobre las herramientas de esta guía sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que influyen al beneficio de la salud.
- Practicar las estrategias mencionadas en esta guía de aprendizaje.
- Verificar que los estudiantes hagan uso de las herramientas de esta guía de aprendizaje en el Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Lograr que los estudiantes identifiquen y clasifiquen las clases de plantas y frutas curativas.
2. Lograr que los alumnos que apliquen sus conocimientos en la utilidad de las plantas y jugos curativos para la salud.
3. Socializar la Guía en la Institución Educativa, Personal Docente, padres de familia y jóvenes estudiantes.
4. Capacitar al Director y Personal Docente para realizar el proceso de
5. enseñanza con la, Guía de Aprendizaje sobre La Importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que influyen al beneficio de la salud”. en el curso de Biología.

I UNIDAD

1

Competencia:
Aplica medidas que
contribuyen
a mantener la salud
a nivel individual,
familiar y de la comunidad

Las Plantas Medicinales



(google)

DEFINICIÓN DE PLANTAS MEDICINALES

Son las más usadas para curar todo tipo de enfermedades.

La importancia fundamental de las plantas medicinales

- Las plantas medicinales han sido utilizadas por nuestros antepasados y ahora se ocupan para hacer las famosas medicinales pero en una presentación de pastillas comprimidas.

Función educadora y profiláctica

- Debidamente en su preferencia y en atención a su preocupación le brindamos la información para que se utilicen las diversas plantas y raíces que existen en la naturaleza. Nuestro interés es que las plantas curan, pero el procedimiento es lento.



(google)

Los que deben impartir educación profiláctica:

- Los padres en sus hogares.
- Los maestros y profesores a sus alumnos.
- Los alumnos, en sus hogares, en caso de que los mayores no conozcan los preceptos. **Las plantas curativas son maravillosas.** (google) Son saludables para el organismo. Todas las plantas elaboradas a base de vegetales y también frutas frescas, ayudan a conservar en buen estado a los diferentes órganos de nuestro cuerpo, pues las enzimas presentes en los vegetales contribuyen al eliminar los excesos de toxinas, grasas y proteínas causantes de las diferentes enfermedades.

BENEFICIOS:

- Las plantas naturales que son medicinales aportan muchas vitaminas, minerales e importantes sustancias beneficiosas para el organismo. Por ejemplo, todas las frutas y verduras tienen pigmentos vegetales como los carotenoides y las antocianinas, sustancias antibacterianas y antivíricas, así como otros componentes que se generan aromas y sabores.
- Favorecen la eliminación de toxinas que provocan enfermedades. Tienen altos poderes desintoxicantes y restaurativos, por contener grandes cantidades de agua filtradas y destiladas a través de las complejas

estructuras de la planta, logrando un nivel de pureza tal que no tienen ácidos que eliminar las toxinas del aparato digestivo para un buen funcionamiento de la salud del ser humano.

SU ÉPOCA PREHISTÓRICA

El uso de remedios de origen vegetal se remonta a la época prehistórica, y fue una de las formas más extendidas de medicina, en virtualmente todas las culturas conocidas, muchas veces ligado a creencias sobrenaturales propias de cada una. La industria farmacéutica actual se ha basado en los conocimientos científicos modernos para la síntesis y elaboración de algunas moléculas farmacológicas análogas a las presentes ciertas en especies vegetales, y que muchas sustancias derivadas forman parte de los principios activos de medicamentos modernos, como la célebre **Aspirina**.

Además de este proceso de verificación científico ha ayudado a encontrar este tipo de moléculas en varias especies vegetales usadas tradicionalmente como plantas medicinales, explicando ciertas propiedades terapéuticas de éstas, junto con descubrir compuestos que pueden servir como base para el desarrollo de nuevos medicamentos para distintas aplicaciones. Muchos de los fármacos empleados hoy en día —como el opio, la quinina, la aspirina o la digital— replican sintéticamente o aíslan los principios activos de moléculas iguales presentes en remedios vegetales tradicionales usados incluso en épocas prehistóricas, aun sin conocimiento de sus principios activos. Su origen persiste en las etimologías —como el ácido salicílico, así llamado por extraerse de la corteza del sauce (*Salix* spp.) o la digital, de la planta del mismo nombre.

El consumo de plantas medicinales ha ido en aumento en los últimos años en todo el mundo y es frecuente su empleo en combinación con medicamentos prescritos por los médicos. Está extendida la falsa creencia de que los productos a base de plantas son inocuos e incluso ventajosos por su supuesto carácter "natural", un razonamiento poco compatible con el hecho de que su efecto terapéutico se achaque a su contenido en principios activos con actividad farmacológica. Esta falsa percepción se basa en la tradición de su uso en lugar de en estudios sistemáticos que evalúen su seguridad, que por lo general no existen. Sin estos estudios, únicamente pueden ser detectados aquellos riesgos evidentes, muy frecuentes y de ocurrencia inmediata.

Tóxicos y venenos, como pueden ser la cicuta, el cianuro, las toxinas de las setas venenosas y el veneno de escorpión, son productos tan naturales como la miel de abeja.



(google)

Reacciones adversa:

Como cualquier medicamento, las plantas pueden provocar reacciones adversas, intoxicación por sobredosis o interacciones perniciosas con otras sustancias. Se han descrito interacciones de relevancia clínica entre plantas y medicamentos, por lo que resulta imprescindible comunicar al médico el consumo de preparados naturales. Es necesario el mismo control médico estricto con las plantas medicinales que con los medicamentos de síntesis.

Asimismo, se han notificado en los productos a base de plantas medicinales problemas de confusión entre unas plantas y otras, además de contaminación con pesticidas, metales pesados y medicamentos.

En 2004, el Ministerio de Sanidad y Consumo de España, mediante la Orden SCO/190/2004, de 28 de enero, por la que se establecía la lista de plantas cuya venta al público quedaba prohibida o restringida por razón de su toxicidad, pretendió realizar una transposición de la lista de plantas publicada por la Comunidad Europea el 26 de octubre de 1992, en la que además añadía 50 plantas (de 147 a 197).

Tras recurso contencioso administrativo interpuesto por la Asociación española de Fabricantes de preparados, alimentos especiales, dietéticos y plantas medicinales (Afepadi),[5] dicha orden fue anulada en junio de 2005,[6] debido a un vicio sustancial de procedimiento, por haberse omitido en su elaboración el trámite obligatorio de comunicación a la Comisión Europea.[5] La Ley 29/2006, de 26 de julio, de garantías y uso racional de los medicamentos y productos sanitarios, atribuye competencia al Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad para elaborar un listado de plantas cuya venta libre al público estará restringida o prohibida debido a su toxicidad, si bien por el momento no se ha conseguido desarrollar dicho punto.

En 2012, la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA, por sus siglas en inglés) publicó un compendio de especies vegetales que contienen sustancias de posible riesgo o preocupación para la salud humana cuando son utilizadas en alimentos o complementos alimenticios, que actualiza un listado previo de abril de 2009. Debemos tomar muchos extractos de la medicina natural para obtener una salud bien balanceada en nuestra vida culinaria



(google)

Elementos medicinales

En el metabolismo normal de todos los seres vivos, el organismo produce algunas sustancias a partir de los nutrientes obtenidos del medio; algunos de estos compuestos químicos forman parte del proceso en todas o casi todas las especies, mientras que otros reflejan las peculiaridades de cada una de ellas. Entre los compuestos de la primera clase —llamados metabolitos primarios— se cuentan los glúcidos y lípidos, aprovechados en la alimentación; los compuestos de uso terapéutico, por el contrario, corresponden normalmente a los metabolitos secundarios, y aparecen en organismos específicos. Pocas veces la función que estos cumplen en la medicina se corresponde con la que cumplen en el ciclo vital de la planta en cuestión; la digoxina, por ejemplo, que se concentra en las hojas y flores de *Digitalis purpurea* como tóxico para evitar su consumo por animales herbívoros, se emplea terapéuticamente como inotrópico para los pacientes que padecen de arritmia cardíaca. Otros compuestos usados en medicina son utilizados por la planta para atraer agentes polinizadores

Extracción y empleo.



(google)

Cosecha de plantas medicinales

Sólo raramente la planta entera tiene valor medicinal; normalmente los compuestos útiles se concentran en alguna de sus partes: hojas, semillas, flores, cortezas y raíces se utilizan con relativa frecuencia.

Los modos de aplicación varían del mismo modo; una forma frecuente de empleo es la infusión, en que el principio activo se disuelve en agua mediante una cocción más o menos larga. La tisana resultante se bebe; plantas empleadas de este modo incluyen la tila (*Tilia platyphyllos*), cuyo principio activo es el eugenol, la pasionaria (*Passiflora edulis*), cuyos principios activos incluyen el harmol y el harmano, o el mismo café (*Coffea arabica*), cuya infusión contiene cafeína. Otras plantas se preparan en tinturas, se comen, se inhala el humo de su combustión, o se aplican tópicamente como emplastos o cataplasmas.

Preparación y administración

La administración de las plantas medicinales y de los productos derivados de estas debe estar acompañada de los máximos cuidados, para garantizar el buen suceso del tratamiento. Contrariamente a la creencia general, los mejores resultados no siempre se obtienen con el uso de las plantas frescas o con preparaciones caseras. El hacer extractos de plantas procesadas permite obtener más principios activos.

Cataplasma y emplasto

La cataplasma se prepara machacando la parte de la planta que contiene las propiedades curativas que se pretende usar, se puede llegar a calentar y se aplica directamente sobre el área afectada que se quiere tratar. Para preparar el emplasto se puede mezclar la parte de la planta a utilizar con una harina, arcilla o similar logrando una pasta que se aplica sobre el área afectada, al igual que la cataplasma. No obstante el emplasto también se puede aplicar solo con la planta resultado de la cocción.

Cocimiento

Se prepara hirviendo durante algunos minutos (del orden de los 5 minutos) la planta y luego se filtra. Debe verificarse que el calor no afecte o destruya los principios activos. Esta forma de usarse es apropiada en general para las partes duras de la planta, como son: troncos, raíces, cortezas y semilla. Las semillas tienen que dejarse en la sombra durante 3 días.

Compresa

Es una preparación similar a la cataplasma, pero en este caso en lugar de aplicar la planta directamente, se utiliza una extracción acuosa, aplicada a un paño o toalla. Las compresas pueden ser calientes, generalmente aplicadas en el caso de inflamaciones y abscesos; o bien frías, preferibles para tratar casos de cefalea o conjuntivitis.

Ensalada

Es una forma de ingerir las hierbas medicinales en una forma directa, sin ninguna modificación o transformación consecuencia del procesamiento. Se lavan y desinfectan las partes de la planta que se piensa ingerir, y se prepara como una ensalada tradicional, eventualmente mezclándola con otras verduras o vegetales.

sazonándolo sal, aceite de oliva y vinagre o limón. La base de la gran mayoría de las ensaladas suele ser una verdura cruda de hoja verde. Inclusive hace no

muchos años, en la cocina eso se reducía prácticamente a la clásica lechuga, *Lactuca sativa*, que se puede consumir todo el año.

Extracto



(google)

Los principios activos de las plantas medicinales se obtienen también por un tipo de extracción llamada “sólido-líquido”. Este proceso consta de tres etapas:

Penetración del disolvente en los tejidos de los vegetales e hinchazón;

Disolución de las sustancias extraíbles;

Difusión de las sustancias extraíbles disueltas fuera de la célula vegetal.

La forma de extracción más frecuente es por maceración, este proceso tiene algunas ventajas sobre la percolación y contracorriente. También se puede procesar la extracción mediante métodos que involucran el ultrasonido, el eléctrico, y el vórtice (turbo). La extracción de los extractos requiere un cierto equipamiento y conocimiento de procesos químicos. En su presentación final pueden ser: tinturas (1:10); extractos fluidos (1:2), blandos, con una consistencia parecida a la miel, viscosos o firmes (masas plásticas, que licúan al calentarlas), secos (cuando se ha desecado la mezcla) y nebulizados (obtenidos por atomización del disolvente.)

Gargarismo o enjuague.

Es la aplicación de un líquido a la cavidad bucal. Se usa para lograr la acción local en la boca y/o garganta y así limpiar de secreciones, bacterias e impurezas estas áreas. Puede usarse para prevenir infecciones bucales o respiratorias. Para prepararse el líquido puede usarse una infusión, un cocimiento o un jugo de la planta.

Infusión

Es la forma de preparación más frecuente y sencilla, se le denomina también apagado o té. Forma parte de una cultura de consumo de hierbas aromáticas que se usan no solo para fines medicinales. Consiste en poner en contacto las partes de las plantas con agua hirviendo por unos minutos, dejando que se enfríe progresivamente. Al no usarse calor directo, garantiza que sus partes no sufren deterioro. Más frecuentemente se usa para las partes blandas de las plantas como hojas y flores

Jarabe

Los jarabes se preparan extrayendo con agua los componentes activos o medicinales de la planta y disolviendo luego en esta una gran cantidad de azúcar o miel como preservante. Puede prepararse a partir de extractos hidroalcohólicos, conservarse por períodos largos y se le suele dar un sabor agradable para facilitar su administración a los niños. La preparación se inicia en forma semejante a la infusión, pero se deja reposar algunas horas y luego se filtra el líquido, se agrega el azúcar o la miel, se diluye y se lleva a hervir algunos minutos para coagular las sustancias albuminosas, luego se cuela y se guarda en botella o frasco de color ámbar, se etiqueta y se guarda (hasta 30 días) en lugar limpio y protegido del calor y de la luz.

Jugo



(google)

Los jugos se obtienen al exprimir o licuar las plantas frescas o sus frutos. En algunos casos, sobre todo para tubérculos o raíces se recomienda ponerlos en remojo durante un período de 8 a 12 horas antes de exprimirlos.

Lavados Es la aplicación de infusiones, cocimientos o tinturas diluidas para tratar tópicamente afecciones externas localizadas, como heridas, llagas, úlceras, hemorroides, vaginitis y otras afecciones de la piel o de las mucosas.

Lavativa o enema

Es la aplicación de un preparado que se introduce a través del ano con una técnica especial, para la cual el que la aplica debe estar capacitado. Se aplica preferiblemente en ayunas y el paciente debe permanecer acostado, durante la aplicación y durante un tiempo de por lo menos una hora después de la aplicación

Polvos

(google)

Los polvos se obtienen pulverizando la planta seca, el material puede ser retriturado y tamizado varias veces, hasta alcanzar el tamaño deseado de las partículas. Los polvos vegetales son fáciles de manejar, formular y acondicionarlos en preparados fitofarmacéuticos, a través del mezclado, encapsulado y de la compresión. Existen dudas acerca de la bio-disponibilidad de los principios activos medicinales extraíbles naturalmente de polvos de plantas secas que toman en cápsulas o tabletas, ya que la absorción en esta forma es mínima. Se puede aumentar la absorción diluyendo los polvos en líquidos o mezclándolos en alimentos sólidos.

Preparados fitofarmacéuticos

Los extractos obtenidos industrialmente deben reunir al menos cinco aspectos: la materia médica, donde se encuentran los principios activos debe ser adecuadamente molida, la extracción debe efectuarse con el disolvente adecuado, puede extraerse por maceración o percolación, la concentración debe ser por un método que no afecte el principio activo y algunas drogas requieren tratamientos preliminares antes de usarse. Con extractos procesados es posible hacer preparados fitofarmacéuticos que son más fáciles de dosificar, tales como formas sólidas (tabletas, grageas, tabletas efervescentes, cápsulas de gelatina dura, gránulos), formas líquidas (jarabes, gotas, soluciones, suspensiones en cápsulas de gelatina suave) y formas para uso local (cremas ungüentos, pomadas, geles, colirios y supositorios).

Tintura

Se obtiene dejando en contacto la parte de la planta seca a utilizar, con una mezcla de alcohol al 40% en agua durante 3-5 días, con agitación diaria y filtración. Las tinturas se usan de base para la formación de elixires que contienen mezclas de varias plantas y sustancias estabilizantes como el glicerol. Tienen la ventaja de ser más estables y de fácil dosificación.

Vapores

Los vapores de ciertas plantas, emitidos por la acción del calor, son utilizados para el tratamiento de las afecciones del aparato respiratorio.

Investigación y síntesis

Mientras la medicina herbal tradicional utilizaba partes o extractos vegetales, la necesidad de comprender con precisión el uso de los distintos componentes, de graduar con precisión la dosis empleada y de elaborar de manera estandarizada fármacos homogéneos han llevado a que la mayoría de las drogas producidas por la industria farmacéutica contengan sólo el o los principios activos. En algunos casos, éstos aún se obtienen del procesamiento de las plantas medicinales; en otros casos, éstos se investigan para aislar el principio activo, y éste se sintetiza luego de manera artificial. La investigación de las propiedades medicinales de una planta es una labor compleja, que abarca desde los informes etnográficos de los etnólogos hasta el análisis de laboratorio de químicos y médicos.

Biodiversidad

Muchas especies medicinales identificadas científicamente sólo recientemente proceden de biomas amenazados. Existe una preocupación no desdeñable entre los biólogos acerca del impacto que el crecimiento en el consumo de especies posiblemente amenazadas produzca sobre la supervivencia de las mismas, y el estudio del cultivo sostenible de las mismas es una preocupación importante.



(google)

Uso clínico

Tradicionalmente, las plantas medicinales sirvieron como remedios para aliviar síntomas o tratar enfermedades, con resultados dispares. Debido a su actividad farmacológica, actuaban directamente sobre el organismo, produciendo cambios significativos en su funcionamiento. En este sentido, estas plantas eran estrictamente fármacos (o drogas) con capacidad de operar, alternativamente, como remedios o venenos, dependiendo de las dosis, la oportunidad, la vía de administración, la idoneidad de quien las indicaba, la constitución del sujeto tratado, entre otros factores.

En el curso del siglo XIX, se aislaron los principios activos de las especies vegetales con mayor impacto en la clínica médica. Hasta entonces, las limitaciones intrínsecas de las fórmulas vegetales habían impedido la titulación de valores óptimos para dosis activa mínima, margen de seguridad de la sustancia, y dosis letal media. En este sentido, se veían incrementados los riesgos de sobredosis agudas o intoxicación accidental. Lo mismo sucedía con la incidencia de reacciones adversas imprevistas, por causa de alguno de los innumerables compuestos presentes en los preparados naturales.

Incluso en la actualidad, persiste la predilección del público no especializado por las formulaciones vegetales. No obstante, estudios sistemáticos han establecido de manera concluyente la mayor fiabilidad de las moléculas aisladas. Para el caso de sustratos vegetales administrados con fines terapéuticos, el perfil de eficacia y seguridad es claramente desventajoso respecto del que cabe atribuir a sus principios activos en forma pura. (Nava, 1998)



ACTIVIDAD NO. I

OBJETIVO: Recordar, utilizar algún remedio o medicamento natural como servicio del ser humano sin olvidar también los grandes descubrimientos de la medicina científica.

METODOLOGÍA: En el siguiente reto silábico utilice una de las sílabas y busque detenidamente 10 nombres de los elementos medicinales.

JU POL VA GOS VOS

EX TRAC PO TOS JA

TIN TU RES TA RA

DAS LA SA EN BE

CO CI MI EN TOS

1. Polvos
2. Jugos
3. Extractos
4. Vapores
5. Tintura
6. Ensaladas
7. Cocimientos
8. Jarabe

II UNIDAD

Cómo se cultivan nuestras plantas médicinas



(google)

Ajo.



Como se planta:

Se puede plantar casi en cualquier época del año. Le gusta la luz natural y el suelo bien drenado. Lo bueno es que el cultivo del ajo, no nos va a llevar mucho trabajo.

Propiedades:

El ajo es un alimento con muchos beneficios y propiedades. Actúa como anticoagulante, antibacteriano, antibiótico y antioxidante además de combatir la congestión nasal, entre otras muchas propiedades.

Albahaca.



Como se planta.

Se puede plantar en macetas, mantener en semi sombra y regar abundantemente. Se reproduce por esquejes (como vemos en la imagen) o semillas, plantar en tierra con buen drenaje, abonar regularmente, es muy sensible al frío, se puede criar en interior.

Propiedades. El aceite contenido en las hojas destruye las bacterias e insectos. El zumo de las hojas alivia bronquitis, fiebres, catarros, inflamaciones de garganta y problemas digestivos. Gracias a su olor y suave sabor aromático se usa como condimento. Contra flatulencia y gases, es antiespasmódica. Una infusión de hojas frescas y gotas de limón calman los dolores de estómago y espasmos intestinales (Choussy, 1926)

La sabila



(google)

Como se planta

Se planta en macetas con buen drenaje, no necesita un cuidado excesivo. Es una planta medicinal muy fácil de utilizar y mantener.

Sus propiedades

Es muy útil para aplicar sobre cortes, heridas, picaduras de insectos, quemaduras y cicatrices, ideal para refrescar la piel reseca. Mejora la apariencia de una piel propensa al acné. Purificador natural del aire de casa.

Lo mejor es usar la gelatina interna de sus hojas, hacer un gel para uso externo.

Apio.



(google)

Como se planta.

Le gustan los climas cálidos y la tierra con muchos nutrientes, se puede plantar en maceta.

Propiedades. Tiene acción diurética, sirve para combatir el estreñimiento, alivia la acidez estomacal, es una fuente de calcio, disminuye el colesterol, repone los electrolitos perdidos en la actividad física y tiene propiedades anti-inflamatorias.

Árnica.

(google)

Como se planta.

Le gusta la luz, tierra arcillosa, plantar en zona aislada o en maceta fuera del alcance de niños o mascotas ya que es tóxico.

Propiedades.

Es un potente anti-inflamatorio generalmente se usa por vía tópica para el tratamiento de hematomas, esguinces, inflamaciones causadas por picaduras de insectos y en enfermedades reumáticas.

Manzanilla.

(google)

Como se planta.

Es fácil de cultivar, crece bastante bien en cualquier tipo de suelo y a pleno sol.

Propiedades. Es un buen remedio para el dolor de cabeza, dolor de muscular o el dolor de estomago. El aceite esencial de manzanilla contiene más de 120 componentes medicinales.

Oregano



(google)

Como se planta.

Pariente de la menta no requiere de muchos cuidados, poner en semi-sombra, no le gusta el frío. Es una planta que se propaga por las raíces que salen de las ramas, poniéndolas en la tierra crea nuevas plántulas.

Propiedades.

Sedante, antidepresiva, estimulante digestiva, vasodilatadora periférica, diaforética, reconstituyente y relajante del sistema nervioso, antiviral y antibacteriana. Se toma una taza de hojas verdes frescas o secas 3 veces diarias para la depresión, el agotamiento nervioso, la indigestión

Menta.



(google)

Como se planta.

No requiere de muchos cuidados, poner en semi sombra, resiste el frío, la sombra, la falta de agua y acepta suelos con pocos nutrientes. Por ello, las mentas son plantas muy fáciles de cultivar con tierra fértil y abundante agua.

Propiedades. Cada una de las diferentes variedades de Menta tiene sus usos en la medicina popular pero, básicamente, es utilizada como digestiva y como calmante de trastornos gastrointestinales y para reducir resfriados.

Oregano.



(google)

Como plantar.

Crece en todo tipo de climas, sólo necesitan suelo húmedo fértil. Le gusta la luz pero tolera la sombra también. Se propaga rápido y crece bien en macetas.

Propiedades.

Se usa para perder peso, promoción del sistema digestivo, tratamiento de la infección de la sinus, dolor de muelas. Es anti-bacterial, antioxidante, anti-hongos, anti-inflamatorio, anti-histamínico (para ayudar en el tratamiento de la alergia), alivia enfermedades de la piel, combate enfermedades respiratorias, se usa para tratar la congestión nasal y pulmonar, alivia dolores musculares y dolores, disminuye los cólicos menstruales, alivia malestar estomacal, estimulante inmunológico. Su té alivia la tos, indigestión, calambres musculares y dolores de cabeza, y es antifúngico.



Romero.

(google)

Como se planta.

Le gusta el sol, en maceta grande y con buen drenaje, no necesita mucho abono ni agua.

Propiedades. Se hace con él un eficaz remedio contra la caspa que, magnífico acondicionador y tónico del cabello, deja el cabello brillante y con aspecto sano; además puede prepararse en casa. El romero también es bueno para tratamientos faciales al vapor, para echarlo en el agua del baño y para darse friegas en la piel. El Romero se usa para tratar la hipertensión arterial, el sobrepeso o la caída del cabello.

Salvia.

(google)

Como se planta.

No le gusta el frío, poner al sol y en interior, poco riego y tierra mas bien calcárea.

Propiedades.

Se utiliza en infusiones para excitar las secreciones y tonifica el sistema nervioso. Alivia la atonía del estómago y órganos digestivos, diarrea, dispepsias inveteradas, vómitos nerviosos, resfriados, catarros, fiebres nerviosas, gota, reumatismo crónico, congestión cerebral. Favorece la cicatrización de las úlceras de las piernas y activa la circulación sanguínea. Eficaz en la diabetes, disminuye el azúcar en la sangre También se utilizó en tratamientos de enfermedades convulsivas y de cólicos intestinales, así como en el tratamiento de artritis y para reblandecer tumores y durezas del bazo.

Zanahorias.

(google)

Como se plantan.

Necesitan mucha luz y la tierra no puede tener piedras o escombros para que la raíz pueda crecer sin obstáculos, tierra que drene bien y con profundidad para que pueda crecer bien.

Propiedades.Trastornos hormonales, combate los resfriados y tiene efectos en el funcionamiento del intestino: es antidiarreico, pero en exceso, termina teniendo el efecto contrario. (Carvajal, 1960)

9. Se planta en una maceta grande necesita abono sirve para baño y resfríos se llama: **Romero**
10. Sirve para té para tos se compone con miel y al sembrarlo es muy agradecido se llama: **Orégano.**
11. Sus flores son muy útiles para los cólicos para el dolor de estomago y para mujeres que están embarazadas se llama: **La Flor de Manzanilla**
12. Sirve esta planta para las picaduras de insectos y enfermedades reumáticas se llama: **Árnica**
13. Esta es una penca con su babaza cura varias enfermedades de piel, estomacal y tratamientos de caída de cabello se llama: **La Sábila**
14. Es a la vez un alimento y actúa para combatir la congestión nasal se llama: **El Ajo.**
15. Sirve como para un gran licuado en ayunas para la acidez estomacal y se toma en ayunas se llama: **El Apio**
16. Es un calmante para los trastornos gastrointestinales y reduce los resfriados se llama: **La Menta**
17. Para que el ser humano no padezca de mucho colesterol y gastritis gástricas y se toma por ayunas se llama: **La Papaya.**
18. Para la infección urinaria se puede tomar una fruta llamada: **El Coco**

ACTIVIDAD NO.II

21

OBJETIVO: Valorar la importancia de las plantas medicinales de nuestro entorno como alternativa medicinal, utilizadas por nuestros ancestros.

METOLOGOGÍA: En la siguiente sopa de letras encuentre los siguientes enunciados como resultados las siguientes palabras de las plantas medicinales como conocimientos tradicionales de la comunidad.

A	L	O	B	R	A	V	O	U	L
L	E	C	L	A	V	O	L	D	C
A	U	U	A	J	A	E	I	A	E
I	H	I	N	O	J	O	V	T	A
Z	U	U	S	O	D	I	A	N	R
T	O	M	I	L	L	O	E	E	N
A	T	N	L	I	M	O	N	M	I
M	A	N	Z	A	N	I	L	L	A

1. Aloe
2. Anís
3. Clavo
4. Ajo
5. Manzanilla
6. Tomillo
7. Hinojo
8. Limón

III UNIDAD

Encontrando la Salud en la Naturaleza



(google)
53

Para la hipertensión

Ingredientes

2 peras
2 naranjas

Modo de preparación

Lave perfectamente las peras y las naranjas y pártalas. En su exprimidor de jugos obtenga el de naranja. Luego puede pasar por el extractor las peras partidas en trozos. Vacíe los dos jugos en un solo vaso, mézclelos perfectamente. Si lo desea puede licuar los dos jugos y vaciarlos enseguida.

Tómelo a pequeños tragos.



(google)

Contra calambres

Ingredientes

3 kiwis
1 taza de agua
Azúcar al gusto

Modo de preparación

Péle los kiwis y retire las semillas puntitos negros ya que pueden darle un sabor amargo a la bebida, colóquelos en la licuadora junto con el agua y el azúcar, licue todo perfectamente y listo. Se consume de inmediato. Es recomendable que este jugo lo ingiera en la mañana



(google)

Para las anginas

Ingredientes

$\frac{1}{4}$ de vaso de jugo de limón
 $\frac{1}{2}$ vaso de jugo de zanahoria
 $\frac{1}{4}$ de vaso de jugo de mango
1 gota de jugo de cebolla
1 cucharada de miel

Modo de preparación

Coloque en una licuadora todos los jugos y la miel, hasta que se incorporen, tome dos veces al día por semana.



(google)

Para fortalecer la uñas

Ingredientes

6 zanahorias medianas
 $\frac{1}{2}$ chirivía

Modo de preparación

Las zanahorias limpias, córtelas en trozos delgados. La chirivía, debe ir en tiras de igual manera.

Ambos ingredientes y procéselos en el extractor.

Tome el acabado de hacer.



(google)

Para el dolor de cabeza**Ingredientes**

4 cucharadas de miel
½ litro de jugo de papaya
2 cucharadas de levadura de cerveza

Modo de preparación

Mezcle los ingredientes en la licuadora. Sirva en un vaso y tómelo al momento. Sustituya la papaya por piña si lo desea.



(google)

Para los cálculos renales**Ingredientes**

½ vaso de jugo de piña
½ vaso de jugo de rábano
½ vaso de agua
½ vaso de jugo de naranja

Modo de preparación

Mezcle perfectamente los ingredientes en una licuadora. Tome dos veces por día durante un mes. Le sugerimos tomarlo en ayunas.



(google)

Para la prevención del cáncer

Ingredientes

½ kiwi pelado
1 rebanada mediana de piña
4 zanahorias limpias

Modo de preparación

Limpie las zanahorias, páselas al extractor.

Aparte en la licuadora, ponga la piña y el kiwi, añada el jugo de zanahoria sin dejar de licuar. Si le queda espeso, añada un poco de agua o más jugo de zanahoria.



(google)

Contra los nervios

Ingredientes

¼ de taza de arroz
3 zanahorias limpias
2 tazas de agua

Modo de preparación

Ponga a hervir el arroz en dos tazas de agua, cuele y aparte el agua. Pase las zanahorias por el extractor, incorpore el agua de arroz en el jugo. Tome una taza por semana.



Para el estreñimiento**Ingredientes**

3 manzanas amarillas

Modo de preparación

Pase por el extractor las manzanas con todo y cascara. Tome un vaso al día.



(google)

Para diabéticos**Ingredientes**

2 tazas de agua

300 gramos de guanábana sin semillas

Modo de preparación

Licue la pulpa de la guanábana con el agua, cuele.

Toma el jugo al momento de hacerlo



(google)

Para la colitis y úlcera**Ingredientes**

2 tazas de agua
2 plátanos tabasco

Modo de preparación

Licue el agua con los plátanos, cuele. Tome el jugo una vez por semana.



(google)

Para el colesterol alto**Ingredientes**

1 taza de agua
1 cucharadita de espirulina
2 manzanas verdes medianas

Modo de preparación

Ponga en la licuadora el agua, la espirulina y las manzanas. Licue hasta que no queden grumos.

Tome un vaso por las mañanas durante un mes.



(google)

Para combatir la indigestión

Ingredientes

2 manzanas
¼ de betabel
150 gramos de hinojo

Modo de preparación

Corte los tres ingredientes en rebanadas delgadas.
Pase por el extractor. Tome cuando sienta indigestión.



(google)

Para la presión alta

Ingredientes

½ vaso de jugo de pera
2 cucharadas de jugo de limón
¼ de vaso de jugo de naranja
1 cucharada de jugo de rábano

Modo de preparación

Ponga en la licuadora los jugos para mezclar perfectamente. Tome diariamente durante treinta días.



(google)

Contra virus**Ingredientes**

1 naranja grande
2 manzanas rojas medianas

Modo de preparación

Rebane finamente las manzanas. Pele la naranja, tratando de no quitarle la parte blanca. Separe en gajos y pase todo en el extractor. Sin colar tome el jugo.



(google)

Para la flebitis**Ingredientes**

1 taza de agua
15 moras azules
3 manzanas rojas picadas

Modo de preparación

Ponga en la licuadora las manzanas, el agua y las moras. Sirva y tome de inmediato. Es recomendable tomar un vaso después de cada comida, durante un mes.



(google)

Jugo energizante

Ingredientes

150 gramos de uvas verdes
1 naranja
3 kiwis

Modo de preparación

Tome las uvas y lávelas perfectamente. Aparte corte en rodajas delgadas los kiwis. La naranja, al igual que en las demás recetas, se pela, deja la piel blanca y se corta en gajos. Ponga todas las frutas en el extractor y listo. Disfrute de este jugo cuando se sienta cansado.



(google)

Para la obesidad

Ingredientes

2 peras picadas
1 vaso con agua
4 tallos de apio

Modo de preparación

Pase por el extractor el apio. Ponga en la licuadora las peras, el agua y el jugo del apio. Sirva y beba de inmediato. Tome un vaso en ayunas, tres veces a la semana.



(google)

Para combatir la anemia**Ingredientes**

175 gramos de fresas desinfectadas y limpias
1 manzana
50 gramos de moras

Modo de preparación

Corte en pequeños trozos las fresas, moras y la manzana. Una vez que esté listo todo, páselo en el extractor. Tome uno o dos vaso al día durante un mes.



(google)

Para el riñón**Ingredientes**

$\frac{1}{4}$ de vaso de jugo de chayote
 $\frac{1}{4}$ de vaso de jugo de naranja
 $\frac{1}{4}$ de vaso de jugo de piña

Modo de preparación

Vierta en la licuadora todos los jugos para que se incorporen bien. Tome el jugo dos veces al día durante un mes.



(google)

Para el estreñimiento

Ingredientes

½ vaso de jugo de pera
½ vaso de jugo de naranja
1 ½ cucharitas de linaza cruda
¼ de vaso de jugo de uva
¼ de vaso de jugo de pepino

Modo de preparación

Licue perfectamente el jugo de todos los ingredientes con la linaza a velocidad alta. Sin colar tome de inmediato.

Puede tomar este jugo por la mañana a pequeños tragos.



(google)

Para el mal aliento

Ingredientes

2 rebanadas medianas de piña
6 ramitas de alfalfa
4 guayabas grandes

Modo de preparación

Lave y desinfeste cada uno de los ingredientes.

Licue la piña, alfalfa y las guayabas. Si queda muy espeso puede añadir un poco de agua.

Tómelo a pequeños tragos.



(google)

Para la circulación (ulcera varicosa)**Ingredientes**

2 rebanadas gruesas de piña
2 ramas de apio
2 ramas de perejil

Modo de preparación

Desinfecte las ramas de apio y perejil. Pase todos los ingredientes (piña, apio y perejil) por su extractor de jugos. Sin colar tome a pequeños tragos. Este jugo tómelo diariamente durante un mes.



(google)

Para personas con epilepsia**Ingredientes**

6 zanahorias
4 hojas de lechuga
1 cucharada de miel de abeja
2 hojas de espinacas
5 gotas de limón

Modo de preparación

Desinfecte y lave perfectamente la lechuga y las espinacas. Pase por el extractor la zanahoria, la lechuga y las espinacas. Vacíe el jugo a un vaso de miel. Mezcle propiedades. Este jugo se toma por las mañanas durante un mes.



(google)

Para quemar la grasa**Ingredientes**

2 toronjas grandes
1 cm. De raíz de jengibre picado
3 zanahorias

Modo de preparación

Saque el jugo de las toronjas y de las zanahorias.
Ponga en la licuadora los jugos y la raíz del jengibre hasta obtener una mezcla homogénea.
Sirva y tome de inmediato. Es recomendable que tome un vaso en el día durante un mes.



(google)

Para el Parkinson**Ingredientes**

2 zanahorias
2 naranjas medianas
½ taza de fresas

Modo de preparación

Lave y desinfecte muy bien las fresas. Exprima las naranjas y con el extractor las zanahorias.
Ponga en la licuadora las fresas, el jugo de naranja y zanahoria a velocidad alta durante unos minutos.
Sirva y tome enseguida.



(google)

Ayuda al tabaquismo

Ingredientes

½ taza de jugo de naranja
2 duraznos
½ melón con semillas
¼ de taza de tofu
¼ de jugo de zanahoria

Modo de preparación

Pele los duraznos y corte firmemente, aparte quite la cascara al melón. Ponga en la licuadora el tofu, el durazno, los jugos de naranja y zanahoria, el melón pase el jugo por el colador y sirva. Tome un vaso diariamente.



(google)

Para el dolor de piernas

Ingredientes

2 toronjas
2 ramas de apio
2 ramas de perejil
½ chayote

Modo de preparación

Lave y desinfecte perfectamente los ingredientes.

Parta las toronjas por la mitad del chayote y sus dos ramas de apio. Ponga en la licuadora y el jugo de toronja, el de chayote con apio y agréguele el perejil. Tome enseguida sin colar, para aprovechar todos sus nutrientes.



Contra la resaca

Ingredientes

1 ½ vaso de agua mineral
3 zanahorias medianas
2 manzanas amarillas pequeñas

Modo de preparación

Coloca en el extractor las zanahorias, aparte pon en la licuadora las manzanas, el agua mineral y el jugo de zanahoria. Licua perfectamente, sirve y bebe enseguida. Es recomendable tomar dos o tres vasos al día.



(google)

Ayuda a la diabetes

Ingredientes

1 limón
1 cucharadita de miel de abeja
3 kiwis grandes

Modo de preparación

Exprima el limón. Aparte quite la cascara a los kiwis y corte en cuatro partes. Coloque en la licuadora los kiwis, el jugo de limón y la miel. Tome diario un vaso a medio día.



Deshidratación

Ingredientes

½ kilo de guayabas
½ kilo de duraznos
Hielo al gusto

Modo de preparación

Lave las frutas, quite a los duraznos las semillas. Ponga el hielo en la licuadora, las guayabas y duraznos, licue hasta que los ingredientes se integren bien. Ponga en una jarra y comparta con su familia. Puede agregar sustituto de azúcar o miel si lo desea.



Recomendado para mujeres embarazadas

Ingredientes

1 manzana roja
4 hojas de lechuga orejona
1 pera mediana

Modo de preparación

Desinfecte perfectamente la manzana, la pera y las hojas de lechuga. Parta frutas y verduras en trozos grandes, páselas por el extractor. Vacíe en un vaso grande. Si lo desea puede agregar unos cuantos cubos de hielo.



(google)

Para la depresión

Ingredientes

6 hojas de lechuga orejona
2 manzanas rojas medianas
2 cucharadas de ajonjolí

Modo de preparación

Lave y desinfecte la lechuga. Parta la manzana quitando el corazón, pase por el extractor la lechuga y la manzana. En la licuadora coloque el jugo que realizó anteriormente, añada el ajonjolí, a una velocidad alta. Vacíe en un vaso y tome diariamente por dos meses.



(google)

Para la osteoporosis

Ingredientes

½ taza de leche de soya
1 cucharada de miel de abeja
1 cucharada de amaranto
1 taza de yogurt
2 duraznos

Modo de preparación

Lave perfectamente los duraznos, quite el hueso y pártalos en trozos. Póngalos en la licuadora junto con los demás ingredientes (leche de soya, miel de abeja, amaranto y el yogurt) y licue perfectamente a una velocidad media. Este sabroso jugo se puede tomar dos veces al día.



(google)

Para el páncreas**Ingredientes**

½ vaso de jugo de naranja
4 gotas de limón
½ pepino chico
½ vaso de jugo de manzana

Modo de preparación

Pase por el extractor el pepino. Ponga en la licuadora el jugo de naranja, manzana, pepino y las gotas de limón. Sirva y tome diariamente por un mes.



(google)

Para el quiste ovárico**Ingredientes**

2 cucharadas de germinados
2 mangos grandes
1 naranja chica
Un poco de sábila

Modo de preparación

Saque el jugo del mango y la naranja. Ponga en la licuadora un poco de sábila, los germinados y los jugos. Tome de inmediato, un vaso diariamente durante dos meses.



(google)

Para personas que han sido sometidas a quimioterapias

Ingredientes

2 cucharadas de levadura de cerveza
1 betabel chico
2 zanahorias medianas
2 limones

Modo de preparación

Lave las zanahorias, el betabel y los limones. Pase por el extractor las zanahorias y el betabel. Aparte exprima los limones. Ponga en la licuadora los jugos y la levadura para que se incorporen perfectamente. Sirva y tome de inmediato.



(google)

Para la ronquera

Ingredientes

5 gotas de jugo de cebolla
1 cucharada de propóleo
½ vaso de jugo de naranja
½ vaso de jugo de toronja
2 gotas de jugo de pimiento

Modo de preparación

Ponga en la licuadora las gotas de pimiento y cebolla, los jugos y el propóleo a una velocidad media. Sirva y tome dos veces al día.



Para bajar de peso**Ingredientes**

1 rebanada de papaya
1 rebanada de piña
1 vaso de jugo de toronja
1 nopal limpio
½ manzana verde

Modo de preparación

Ponga en la licuadora la papaya, la piña, el jugo, el nopal y la manzana, a una velocidad alta. Sin colar tome de inmediato, este jugo se toma por las mañanas.



(google)

Para la pérdida de potasio**Ingredientes**

2 zanahorias medianas
½ vaso de jugo de naranja
½ melón chico
1 plátano tabasco chico

Modo de preparación

Pase por el extractor las zanahorias. Aparte ponga en la licuadora el melón, el plátano, el jugo de naranja zanahoria, a una velocidad alta. Tome un vaso por tres semanas.



(google)

Para combatir la piel de naranja**Ingredientes**

2 rebanadas de piña grande
1 pepino

Modo de preparación

Lave perfectamente los ingredientes. Quite con cuidado la cáscara del pepino. Ponga en la licuadora las rebanadas de piña, el pepino y licue a una velocidad alta. Tome sin colar este jugo un vaso al día.



(google)

Para quemar grasa**Ingredientes**

1 rebanada de piña mediana
2 toronjas medianas
1 manzana verde grande

Modo de preparación

Lave las frutas. Pele las toronjas dejando la piel blanca, separe en gajos.



(google)

Para el insomnio**Ingredientes**

2 hojas de lechuga
1 cucharadita de miel

Modo de preparación

Lave y desinfeste la lechuga. Pase por el extractor estas y sirva en un vaso. Ponga la miel y revuelva perfectamente con una cuchara. Tome por las noches.



(google)

Para la tos**Ingredientes**

2 cucharadas de miel de abeja
1 cebolla mediana
1 ajo

Modo de preparación

Pase por el extractor la cebolla. Ponga en la licuadora el jugo de cebolla, el ajo y la miel a una velocidad alta. Tome dos veces al día.



(google)

Para relajarse**Ingredientes**

1 manzana verde
1 lima chica
1 toronja chica
1 rebanada de piña mediana

Modo de preparación

Pele la toronja y la lima dejando la piel blanca, separe en gajos. Ponga en la licuadora la manzana, la lima, toronja y la piña. Sin colar tome una vez al día.



(google)

Para asmáticos**Ingredientes**

125 gramos de moras
125 gramos de fresas
1 naranja

Modo de preparación

Lave y desinfecte las fresas. Aparte las moras. Pele la naranja dejando la piel blanca, desgájela. Ponga todos los ingredientes en el extractor, vacíe en un vaso. Tome un vaso al día.



(google)

Para la buena digestión

Ingredientes

$\frac{1}{4}$ de toronja
1 naranja
 $\frac{1}{4}$ de limón (con cascara)

Modo de preparación

Quite la cascara a la naranja y a la toronja dejando solo la piel blanca. Separe los gajos de estas dos frutas y rebane el limón. Pase todos los ingredientes por el extractor para sacar el jugo. Puede tomar un vaso cuando sienta el estómago pesado.



(google)

Para el abundante calor

Ingredientes

350 gramos de melón chino
 $\frac{1}{4}$ de lima con cáscara

Modo de preparación

Ponga en la licuadora el melón y la lima lavada. Licue a una velocidad alta, sin colar vacíe el jugo en un vaso y tome de inmediato.



(google)

Para el alto rendimiento**Ingredientes**

Pimiento verde, sin semillas
1 pizca de canela
1 manzana verde
1 manojo de espinacas

Modo de preparación

Lave y desinfeste las espinacas. Ponga en el extractor el pimiento, la manzana y las espinacas. Sirva y añada un poco de canela. Tome un vaso cada tres días.



(google)

Para la cruda**Ingredientes**

1 manzana verde
1 manojo chicho de espinacas
2 tallos de brócoli

Modo de preparación

Pase por el extractor la manzana, las espinacas y el brócoli. Vierta en un vaso y tómese de inmediato.



(google)

Para el agotamiento**Ingredientes**

1 calabacita
4 hojas de lechuga orejona
4 zanahorias
1 taza de floretes de coliflor

Modo de preparación

Lave y desinfeste la lechuga. Pase por el extractor la calabacita, las zanahorias, las lechugas y la coliflor. Tome durante la mañana en pequeños tragos. Notará que su energía aumenta.



(google)

Para la buena memoria**Ingredientes**

2 tazas surtidas de fresas y zarzamoras y frambuesas
4 cubos de hielo
1 taza de yogurt natural

Modo de preparación

Lave perfectamente y desinfeste todas las frutas. Ponga en la licuadora las fresas, zarzamoras, frambuesas, el yogurt y el hielo. Licue a alta velocidad para que se mezcle bien, sirva y tome de inmediato.



(google)

Para la menopausia**Ingredientes**

1 kiwi pelado
2 tazas de leche de soya natural
5 fresas

Modo de preparación

Lave y desinfecte las fresas. Ponga en la licuadora la leche de soya, el kiwi y las fresas. Ya licuado todo, sirva y tome todos los días entre mañana y media mañana. Puede endulzar con miel.



(google)

Para el síndrome premenstrual**Ingredientes**

1 rebanada grande de piña
1 taza de mora azul

Modo de preparación

Corte la piña en trozos. Ponga en la licuadora la piña y las moras, licue a una velocidad media. Tome una semana antes de su periodo, diariamente.



(google)

Para los jóvenes hiperactivos**Ingredientes**

1 mango
½ copa de agua mineral
¼ de limón con cáscara
Hielo al gusto

Modo de preparación

Licue el mango, el agua mineral, el limón, el hielo. Tome un vaso diario.



(google)

Para los huesos**Ingredientes**

½ taza de leche
1 taza de agua
½ kilo de coco rallado
Miel de abeja
Hielo al gusto

Modo de preparación

En la licuadora ponga los ingredientes a velocidad media, añada el hielo. Tome diariamente un vaso durante la mañana.



(google)

Para rejuvenecer**Ingredientes**

2 zanahorias
1 pimiento rojo
1 col chiquita
2 tazas de agua

Modo de preparación

Pase por el extractor las zanahorias, ponga en la licuadora el jugo de estas, la col cruda, el pimiento y el agua. Tome durante una semana un vaso diario.



(google)

Para la presión baja**Ingredientes**

½ vaso de jugo de betabel
½ vaso de jugo de mandarina
1 cucharada de miel

Modo de preparación

Ponga en la licuadora los jugos y la miel. Ya listo tome un vaso durante el día.



(google)

Para la bronquitis**Ingredientes**

3 ciruelas
½ mango
1 rebanada de piña

Modo de preparación

Pase por el extractor la piña, el mango y las ciruelas. Este jugo contiene una enzima llamada bromelina que actúa como inflamatoria, así que tómelo diariamente hasta que sienta mejoría.



(google)

Para el tic nervioso**Ingredientes**

½ cucharada de jazmín
1 vaso de jugo de lechuga

Modo de preparación

Mezcle en el vaso de jugo de lechuga la cucharada de jazmín hasta que se integre bien muy bien. Tome un vaso por la mañana y otro por la noche.



(google)

Para problemas de la piel**Ingredientes**

1 zanahoria mediana
2 hojas de espinacas lavadas y desinfectadas
1 vaso de jugo de naranja
1 cucharada de aceite de olivo
El jugo de un limón
1 pizca de sal

Modo de preparación

Pase por el extractor la zanahoria, para sacar su jugo. Aparte ponga en la licuadora el jugo de naranja, limón y zanahoria, el aceite de olivo, la sal y las espinacas. Sin colar tome enseguida de haber servido



(google)

Para el algodoncillo**Ingredientes**

1 kiwi
1 naranja mediana
1 toronja chica
½ limón
2 cm. De sábila
1 cucharada de propóleo

Modo de preparación

Haga jugo de naranja, toronja y limón. Aparte ponga en la licuadora el kiwi, la sábila, el propóleo y los jugos. Licue a velocidad media, sirva y tome dos veces al día, durante ocho días o si se quita antes.



(google)

Para las convulsiones**Ingredientes**

2 ramas de apio
2 hojas de lechuga orejona
5 gotas de menta
5 gotas de toronjil
2 zanahorias chicas

Modo de preparación

Lave y desinfecte el apio y la lechuga. Pase por el extractor las zanahorias, la lechuga y el apio. Añada las gotas de menta y toronjil, mezcle con una cuchara muy bien. Tome tres veces al día.



(google)

Para la dispepsia o mala digestión**Ingredientes**

1 zanahoria grande
2 cucharadas de papaya
2 varitas de perejil
Un poco de jugo de durazno

Modo de preparación

Pase por el extractor la zanahoria y el perejil. Ponga en la licuadora la papaya, el jugo de durazno, zanahoria y perejil. Tome un vaso antes del desayuno por un mes.



(google) 85

Para fortalecer los músculos**Ingredientes**

1 plátano
4 nueces
1 cucharada de coco
1 cucharada de semillas de girasol
½ de leche (de su consumo diario)

Modo de preparación

Ponga en la licuadora todos los ingredientes a una velocidad media. Tome un vaso durante un mes, por las mañanas.



(google)

Para el quiste ovárico**Ingredientes**

2 cucharadas de germinados
1 naranja
1 mango
2 cm. De gelatina de sábila.

Modo de preparación

Saque el jugo de la naranja y el mango. Aparte ponga en la licuadora la sábila, los germinados y los jugos a velocidad media. Tome un vaso diariamente.



(google)

Para el sangrado de las encillas

Ingredientes

2 naranjas grandes
3 limones medianos
3 varas de alfalfa
Un trozo de papaya

Modo de preparación

Saque el jugo de las naranjas y los limones. Pase por el extractor las varas de alfalfa ya lavadas y desinfectadas. Ponga en la licuadora los jugos de naranjas, limones y alfalfa, agregue la papaya a una velocidad media. Tome enseguida de licuarlo dos o tres veces por semana.



(google)

Para la diarrea

Ingredientes

La mitad de un pepino sin cáscara
La mitad de un betabel
3 zanahorias grandes

Modo de preparación

Pase por el extractor el pepino, las zanahorias y el betabel. Tome en tragos pequeños durante el día.



(google)

Para cicatrizar rápido**Ingredientes**

1 zanahoria grande
3 varas de apio
3 varas de perejil
3 varas de espinacas

Modo de preparación

Lave y desinfecte muy bien todos los ingredientes y páselos por el extractor. En un vaso grande tome este jugo dos o tres veces al día.



(google)

Para el estrés**Ingredientes**

3 mandarinas
75 gramos de frambuesas

Modo de preparación

Pele las mandarinas dejando la piel blanca. Ponga en la licuadora las mandarinas y frambuesas. Tome un vaso diario durante dos meses, notara la diferencia.



(google)

Para la vista

Ingredientes

3 zanahorias
4 tronquitos de brócoli
4 tronquitos de coliflor

Modo de preparación

Pase por el extractor las zanahorias, brócoli, coliflor. Tome un vaso diario.



(google)

Para uñas mas fuertes

Ingredientes

125 gramos de germinados de soya
3 zanahorias grandes
 $\frac{1}{4}$ de col

Modo de preparación

Lave y desinfeste los germinados de soya. Pase por el extractor las zanahorias. Aparte ponga en la licuadora el jugo, la col y la soya. Tome diariamente un vaso por las tardes.



(google)

Para tener una piel saludable**Ingredientes**

¼ de col
½ manojo de espinacas
½ manojo de tallos de nabo
6 zanahorias medianas

Modo de preparación

Lave y desinfeste las espinacas y los tallos de nabo. Pase por el extractor las zanahorias. Ponga en la licuadora el pimiento, las espinacas, el nabo la col y el jugo de zanahoria a una velocidad alta. Tome un vaso diario.



(google)

Para personas con asma**Ingredientes**

125 gramos de fresas
125 gramos de moras
2 naranjas

Modo de preparación

Pele la naranja dejando la piel blanca. Lave desinfeste muy bien las fresas y moras. Ponga en la licuadora las fresas, las moras y naranjas a una velocidad media. Tome de inmediato.



(google)

Para los barros y espinillas**Ingredientes**

1 pensa de sabila
2 manzanas rojas
4 zanahorias medianas

Modo de preparación

Retire de las manzanas el corazón. Pase por el extractor las manzanas y las zanahorias, saque el jugo de ambas y tome de inmediato. Se toma un vaso al dia por dos meses.



(google)

Para la vesícula biliar**Ingredientes**

4 zanahorias
1 ramita de apio
½ pepino

Modo de preparación

Lave con agua y jabón las verduras para desinfectarlas perfectamente. Pase cada una de las verduras por el extractor. La zanahoria y el pepino puede utilizarlo con todo y su cascara. Este jugo se puede tomar en ayunas.



(google)

Para los espasmos**Ingredientes**

3 zanahorias
1 ½ cucharada de perejil finamente picado

Modo de preparación

Lave cuidadosamente las zanahorias y pase todos los ingredientes por el extractor y beba inmediatamente.



(google)

Para eliminar las lombrices**Ingredientes**

2 cocos

Modo de preparación

No se considera el agua de coco un jugo pero es curativo y nutritivo ya que, contiene vitamina A y E. saque el agua de los cocos, póngala a serentar durante una noche. Tome en ayunas durante cinco días.



(google)

Para empezar un buen día**Ingredientes**

1 poco de jengibre
2 limones chicos
4 rebanadas de sandía

Modo de preparación

Pele los limones dejando la piel blanca, separe en gajos. Pele el jengibre, ponga en la licuadora la sandía, los gajos de limón y el jengibre a una velocidad alta. Tome un vaso en el desayuno.



(google)

Para un buen laxante**Ingredientes**

½ vaso de jugo de pera
½ vaso de jugo de naranja
1 ½ cucharitas de linaza cruda

Modo de preparación

Se licua perfectamente los jugos de pera y naranja con todo y linaza. Licuarlos a velocidad alta. Cuando este todo perfectamente molido se vacía a un vaso. No lo cuele. Tome este jugo por la mañana a pequeños tragos.



(google)

Para dormir**Ingredientes**

2 manzanas
6 hojas de lechuga
2 cucharadas de ajonjolí

Modo de preparación

Lave y desinfecte muy bien la manzana y la lechuga. Parata las manazas, retirando el corazón y se hacen trozos, luego se pasan por el extractor de jugos. Haga lo mismo con las hojas de lechuga. Licuar este jugo con las dos cucharitas de ajonjolí a velocidad alta. Vaciarlo a un vaso. Tome a traguitos.



(google)

Para fortalecer la vejiga**Ingredientes**

1 vaso de yogurt natural
1 pepino mediano
1 limón
½ vaso de leche

Modo de preparación

Pele el limón dejando la piel blanca, separe en gajos. Quite la cascara al pepino y pase por el extractor. Aparte ponga en la licuadora el jugo de pepino, los gajos del limón, la leche y el yogurt.



(google)

Para la digestión

Ingredientes

2 rebanadas de piña
½ papaya
1 manzana

Modo de preparación

Quite el corazón a la manzana. Pase en el extractor la piña y la manzana. Ponga en la licuadora la papaya y el jugo anterior. Tome un vaso al día.



(google)

Para dar energía

Ingredientes

1 racimo de uvas verdes
3 kiwis
1 naranja media

Modo de preparación

Pele la naranja dejando la piel blanca, separe en gajos. Corte los kiwis, enseguida pase por el extractor todas las frutas. Si colar tome un vaso diario.



(google)

Para limpiar el hígado

Ingredientes

2 toronjas
1 limón
1 lima
1 cucharadita de aceite de oliva

Modo de preparación

Pele las frutas dejando la piel blanca, separe en gajos. Pase por el extractor, ponga en un vaso, añada el aceite de oliva, mezcle con una cuchara y tome enseguida. Tome un vaso una vez por semana.



(google)

Para refrescarse

Ingredientes

½ mango
1 naranja chica
1 kiwi
Agua mineral (la necesaria)

Modo de preparación

Pele la naranja dejando la piel blanca, separe en gajos. Aparte el mango y el kiwi. Ponga en la licuadora el mango, la naranja, el kiwi y el agua mineral a una velocidad media. Tome con un poco de hielo.



(google)

Para la fuerte gripa**Ingredientes**

4 mandarinas
4 naranjas
1 lima
1 limón

Modo de preparación

Pele las frutas dejando la piel blanca, separe en gajos. Ponga en la licuadora todas estas, a una velocidad alta. Cuele y sirva para tomar de inmediato.



(google)

Para las várices**Ingredientes**

2 toronjas medianas
8 fresas
Miel de abeja a su gusto

Modo de preparación

Lave y desinfecte las fresas. Pele las toronjas dejando la piel blanca, separe los gajos. Ponga en la licuadora las toronjas, fresas y la miel. Cuele y tome de inmediato.



(google)

Para la prevención del envejecimiento

Ingredientes

1 pimiento rojo
6 zanahorias grandes
1 tallo de apio
1 ½ betabel
1 jitomate mediano
Unas ramitas de perejil fresco

Modo de preparación

Pase por el extractor de jugos el pimiento, las zanahorias, el apio, el betabel, el jitomate y el perejil. Tome diariamente un vaso durante dos meses, descanse un mes y repita la operación.



(google)

Revitalizante sexual

Ingredientes

Nuez moscada
1 ½ vasos de leche
5 cucharadas de miel de abeja
1 pizca de canela molida
10 almendras

Modo de preparación

Ponga en la licuadora la leche, la nuez, la miel y las almendras a una velocidad media. Sirva y espolvoree la canela, tome dos veces por semana.



(google)

Para la gripa**Ingredientes**

150 gramos de col
2 naranjas

Modo de preparación

Pele las naranjas dejando la piel blanca, sepárela en gajos. Ponga en la licuadora la col y los gajos de la naranja a una velocidad alta. Sin colar tome en el día dos o tres vasos.



(google)

Para una cabellera brillante**Ingredientes**

2 tallos de apio
5 zanahorias Medianas
½ pepino pelado.

Modo de preparación

Ponga en el extractor el apio, las zanahorias y el pepino. Sirva y tome un vaso diario por las mañanas.



(google)

Para el hígado**Ingredientes**

½ vaso de jugo de melón
2 semillas de papaya

Modo de preparación

Tome las semillas de papaya como pastillas, pasándoselas con el jugo de melón. beba dos veces al día, de cada tercer día, durante tres meses.



(google)

Para la conjuntivitis**Ingredientes**

1 calabacita
4 zanahorias medianas

Modo de preparación

Lave y desinfecte perfectamente las verduras. Páselos por el extractor de jugos con todo y cáscara. Tómelo inmediatamente para aprovechar sus propiedades, diario por quince días.



(google)

Para una buena circulación

Ingredientes

2 peras
1 pepino mediano
1 chayote chico

Modo de preparación

Lave los ingredientes. Pase en el extractor de jugos. Tome el jugo después de hacerlo para aprovechar sus propiedades. Si desea puede agregarle unos cubitos de hielo antes de tomárselo.



(google)

Para problemas del hígado

Ingredientes

½ pepino
1 rama de apio
4 zanahorias medianas

Modo de preparación

Lave y desinfecte las verduras. Pase cada una de las verduras por el extractor. La zanahoria y el pepino puede utilizarlo con todo y su cascara. Tome en ayunas un vaso durante un mes.



(google)

Para los que detienen líquidos**Ingredientes**

1 ½ manzana
150 gramos de arándanos

Modo de preparación

Licue las manzanas y los arándanos a una velocidad alta. Este jugo es un excelente diurético.



(google)

Para los niños**Ingredientes**

1 manzana roja
1 naranja roja
2 o 3 fresas

Modo de preparación

Pele la naranja dejando la piel blanca. Quite el corazón a la manzana. Aparte lave y desinfecte las fresas. Pase por el extractor la manzana y la naranja, sirva y decore con las fresas.



(google)

Para la belleza natural**Ingredientes**

3 manzanas

Modo de preparación

Lave las manzanas. Páselas por el extractor de jugos con todo y semillas. Tome este jugo al instante. Puede ingerirlo cuatro veces a la semana.



(google)

Para el dolor muscular**Ingredientes**

4 zanahorias
1 chabacano
1 naranja (jugo)
1 plátano

Modo de preparación

Lave y desinfecte la fruta y verdura. Pase las zanahorias por el extractor, vacíe el jugo en la licuadora y agregue los ingredientes restantes, mezcle hasta que se incorporen. Tome este jugo por tres días.



(google)

Para el dolor de pies**Ingredientes**

1 rebanada de melón
1 pepino
2 cucharadas de aguacate
1 chabacano
2 cucharadas de germen de trigo

Modo de preparación

Lave los ingredientes. Pele el pepino y añádalo con todos los ingredientes en la licuadora. Mezcle bien. Puede agregar hielo frapé. Tome este jugo una vez al día.



(google)

Para la falta de apetito**Ingredientes**

½ betabel
1 vaso de jugo de naranja

Modo de preparación

Lave y desinfecte la fruta y verdura. Licue los ingredientes. Se recomienda tomar dos veces al día antes de las comidas.



(google)

Para un cabello sano

Ingredientes

5 zanahorias
2 tallos de apio
½ pepino

Modo de preparación

Lave y desinfecte perfectamente todos los ingredientes. Páselos por el extractor de jugos. Sirva y tome de inmediato. Ingiera este jugo dos o tres veces por semana.



(google)

Para bajar el colesterol

Ingredientes

4 manzanas verdes
1 trocito de jengibre
4 varitas de menta
Jugo de limón (al gusto)

Modo de preparación

Lave y desinfecte perfectamente toda la fruta y verdura. Quite el corazón a las manzanas. Pase todos los ingredientes por el extractor de jugos y agregue el jugo de limón al gusto. Tome de inmediato. Esta bebida se puede tomar todos los días durante un mes.



(google)

Para el asma**Ingredientes**

2 tallos de apio
4 zanahorias
2 cabecitas de endibias
1 jitomate

Modo de preparación

Lave y desinfecte perfectamente la verdura. Pele las zanahorias. Pase los ingredientes por el extractor de jugos, revuelva y tómelo de inmediato. Este jugo puede ingerirse tres o cuatro veces por semana.



(google)

Para la menopausia**Ingredientes**

2 tazas de leche de soya
1 kiwi (pelado)
2 fresas (lavadas y picadas)

Modo de preparación

Lave y desinfecte la fruta. Coloque todos los ingredientes en la licuadora y licue hasta que quede una mezcla homogénea. Tome este jugo todos los días. Puede ingerir un jugo en la mañana y otro en la noche. (google)



(google)

Para los Riñones

Cola de caballo

En un litro de agua ponga a cocer 10 gramos de la planta cola de caballo, durante 30 minutos, deje enfriar, tome tres tazas al día de este cocimiento.



(google)

Anginas

Agrimonia

Esta planta es magnífica para aliviar las anginas para esto prepare lo siguiente: tome una cucharadita colmada de agrimonia y deposítela en una taza, aparte ponga a hervir un poco de agua, llene la taza con ésta y déjela en reposo durante medio minuto, cuele y haga gárgaras una vez por la mañana y otra por la noche.



(google)

Paludismo

Cascara sagrada

Primero ponga a fuego, en un recipiente, un litro de agua, cuando suelte el hervor, mezcle cinco gramos de cáscara sagrada, retire del fuego, tape y deje enfriar, tome tres tazas, una después de cada alimento.



(google)

Sarampión

Borraja (esta planta es sudorífica)

Ponga a hervir un litro de agua, mientras, lave muy bien 10 flores de borraja cuando suelte el hervor ponga estas en el agua, deje hervir durante cinco minutos, tome dos o tres tazas al día.



(google)

Paludismo

Quina

En un litro de agua ponga 10 ramos de la corteza de la quina, hierva durante una hora, tome de este té tres tazas al día.



(google)

Cólera

Papalote (palo de banquetta)

En medio litro de agua ponga 13 gramos de los frutos de esta planta, ahora le pone al fuego hasta que hierva durante una hora, tome tacitas hasta terminar.



(google)

Falta de leche**Diente de león**

Tome cinco gramos de flores y hojas de la planta, ponga a fuego medio litro de agua, cuando suelte el hervor vierta en esta las flores y hojas, deje hervir durante 20 minutos, y enfriar y tome dos tazas por la mañana y dos por la noche.



(google)

Reglas atrasadas**Epazote**

En un litro de agua ponga a hervir 20 gramos de hojas de epazote bien machadas durante una hora, deje reposar y tome una taza en ayunas.



(google)

Insomnio**Valeriana**

Con cuatro gramos de la raíz de esta planta haga un cocimiento ligero en un litro de agua, deje hervir durante 30 minutos, tome una taza en ayunas o antes de acostarse.



(google)

Para la tos**Manzana amarilla y hierbabuena**

En medio litro de agua ponga a hervir la mitad de una manzana con cascara y unas cuatro hojitas de hierbabuena durante cinco minutos, deje enfriar un poco y endulce con miel. Tome tres tazas al día.



(google)

Diarrea**Hierba del pollo**

Ponga en medio litro de agua 200 gramos de hojas frescas de la planta, hierba durante cinco minutos y lo toma en ayunas.



(google)

Piojos**Epazote**

Ponga a hervir en una olla dos litros de agua con un manojo de epazote, una vez tibio, mójese el cabello sumergiéndolo en un recipiente plástico. Levante la cabeza luego y verá como quedan muertos los piojos.



(google)

Várices

Víbora de cascabel

Para obtener un verdadero alivio de las varices es importante que se tome tres capsulas diarias de víbora de cascabel, pero estas las deberá formar comprando el mencionado reptil y moliendo la carne junto con los huesos.



(google)

Reuma

Enebro

Hierva por dos minutos 60 gramos de enebro en un litro de agua, déjelo enfriar y tómese una taza antes de cada alimento.



(google)

Acné facial

Nogal

Hierva durante dos minutos en un vaso de agua ocho gramos de corteza de nogal, de este té tómese cinco tazas diarias, durante siete días, procurando que no coincidan las tomas con los alimentos, descansen durante siete días y vuelva a tomarlo, haga este tratamiento únicamente dos veces por cada tres semanas.



(google)

Calvicie**Romero**

Ponga 10 gramos de romero en un litro de alcohol, dejándolo en reposo durante siete días, posteriormente aplique como loción dos veces diarias.



(google)

Cálculos renales**Licopodio**

Ponga en una taza de agua caliente, una cucharadita de lycopodio, la cual deberá dejar en reposo durante medio minuto, déjelo enfriar y cuélelo, se toma solo una taza en ayunas.



(google)

Artritis**Helecho**

Separe del tallo unas 20 hojas de helecho, colóquelas sobre una toalla mojada en agua tibia y se envuelve en la parte con dolor por las noches.



(google)

Epilepsia**Galio**

Hierva en una olla agua, una vez caliente vacíela en una taza junto con una cucharadita de galio, deje reposar durante un minuto, cuélelo y tome tres tazas al día.



(google)

Flema pulmonar**Malva enana**

En una taza con agua fría coloque una cucharada de malva enana, déjela reposar durante 12 horas, posteriormente caliéntelo a fuego lento y espere enfriar, cuélelo y tome tres tazas al día.



(google)

Pesadez estomacal**Meo**

Compre en cualquier farmacia un frasco de esencia de meo y tome 10 gotas diarias durante siete días, pero rebájelas en agua tibia.



(google)

Presión alta**Agua**

Llene una tina pequeña con agua fría y coloque los pies tres minutos durante 10 veces al día, descanse por dos semanas y posteriormente aumente a 30 veces al día, vuelve a descansar por dos semanas y reduzca nuevamente a 10 veces por día.



(google)

Presión sanguínea Baja**Muérdago**

Vierta una cucharadita de muérdago en medio litro de agua, déjelo en reposo durante 12 horas, posteriormente caliente el té a fuego lento, cuélelo y tome tres tazas por día.



(google)

Ronquera**Fárfara**

Coloque en una taza con agua caliente, una cucharada de hojas y flores de fárfara, deje reposar por un minuto mientras se enfría, cuélelo, endulce con miel y tome cuatro tazas al día, lo más caliente que pueda.



(google)

Sarna**Hojas de Nogal**

Los lavados con hojas de nogal son un remedio inmediato para la sarna, tome 2 cucharaditas colmadas de hojas de nogal finamente cortadas, deposite estas en un recipiente de medio litro, enseguida llene con agua hirviendo el recipiente (medio litro de agua) deje reposar durante un minuto, filtre el extracto, lave con este extracto las partes afectadas.



(google)

Mal del pinto**Conizuelo – retama**

Triture con limón y sal, una vez hecha la mezcla unta en las partes afectadas, una vez en la mañana y otra en la noche.



(google)

Infección intestinal – gases**Orégano**

Prepare un té de la siguiente manera: ponga a hervir un litro de agua, cuando suelte el hervor vacíe 10 gramos de orégano, saque del fuego, deje enfriar y tome tibio como agua de uso hasta sentir mejoría.



(google)

Lesiones Renales

Acoro

En una taza deposite una cucharadita rasa de maíz de ácoro, ponga agua fría y deje en reposo (remojo) durante 12 horas, ya reposados se calienta y se cuele (puede llenar un termo con este extracto) beba una taza diaria de la infusión tomando un sorbo antes y después de cada alimento.



(google)

Senos Pequeños

Chit (Yucatán)

Se utiliza el extracto de esta planta en dosis de 10 gotas y se toma una taza tres veces al día.



(google)

Veneno para ratas

Hierba de la puebla

Primero saque la planta de la sombra, muela hasta que quede hecha polvo (polvo muy fino) espolvoree con mucho cuidado en la carne que va a utilizar como cebo.

NOTA: no se deje al alcance de personas irresponsable ni de los niños.



(google)

Cutis marchito

Galio

Ponga una cucharadita de galio en una taza, enseguida llene ésta con agua hirviendo, deje reposar durante medio minuto, cuele muy bien la infusión, con este extracto lave la cara varias veces al día.

El cutis marchito se volverá tenso, mediante los lavados externos.



(google)

Debilidad Visual

Esencia de árnica

Tome las flores de árnica y le quita los pétalos, ponga estos dentro de un frasco hasta tener lleno las 2/3 partes de éste, ahora llene el frasco con agua ardiente de trigo del 38-40%, deje el frasco en reposo de dos a tres semanas en un lugar caliente, cuele solamente una parte y lo demás se queda en reposo, la parte que vació la vuelve a llenar con alcohol.

Cuando frote los párpados tiene que tener cuidado de no llevar en exceso la esencia de árnica a los párpados porque no debe entrar en los ojos.

Para reforzar la potencia visual, frote con la esencia de árnica los párpados varias veces al día.



(google)

Eczema

Ortiga menor

Ponga en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, agregue agua hirviendo y deje que repose durante medio minuto, una vez reposada, la cuela, beba a sorbos un máximo de 4 tazas repartidas durante el día.



(google)

Dolor de espalda

Almohadilla de castañas

Quite la cascara parda a las castañas, muele el fruto que queda blanco hasta que quede fino, llena una funda de almohadilla con esta sémola de castaña, coloque sobre la región dolorida las veces que usted quiera.



(google)

Tifoidea

Tlatlancuaya

En un recipiente ponga a hervir 300 mililitros de agua, cuando suelte el hervor le agrega 50 gramos de hojas de Tlatlancuaya, deje hervir durante 15 minutos, cuele y cuando enfríe la toma en ayunas.



(google)

Para niños con anemia

Ciruelo

Estos frutos contiene una gran cantidad de vitaminas, son muy nutritivos, son de gran valor para los niños con anemia, para esto deben comer ciruelas durante algún tiempo considerable para que surta efecto.



(google)

Para los bronquios

Repollo

Esta hortaliza tiene un alto contenido de vitaminas, sales y minerales, es muy útil para aliviar los bronquios.

Coma en ensaladas o en cocimiento de esta hortaliza diariamente.



(google)

Dolores de vejiga

Agrimonia

En una taza ponga una cucharadita colmada de esta planta, aparte, ponga a hervir un poco de agua, cuando suelte el hervor llene con ésta la taza, deje en reposo por medio minuto, beba a sorbos tres tazas en el día.



(google)

Elefantitis

Apósito con hierbas de galio, hojas de petasita, tallos y hojas de maravilla, hojas llantén mayor o menor.

Se llama Elefantitis a aquella infección de las glándulas linfáticas que produce una fuerte hinchazón en los brazos y piernas, termina haciendo que se pierda el sentido del tacto y se ponen duros como piedras, el remedio para este caso es de apósitos, de pasto de hierbas tiernas, preparadas con todas las plantas mencionadas.

Primero lave todas las hierbas, cuando se encuentren todavía húmedas se machacan con un rodillo hasta que queden en forma de pasta sobre una tabla para picar, ahora extienda la pasta sobre las glándulas enfermas y sobre los brazos y piernas.



(google)

Lesión de miocardio

Pie de león

Primero ponga a hervir un poco de agua, aparte, ponga en una taza una cucharadita colmada de pie de león, llene con el agua caliente, deje en reposo durante medio minuto, filtre o cuele la infusión y beba a sorbos de dos a tres tazas al día.

También puede utilizar la infusión para lavados en la región del corazón, prepare de la siguiente manera:

Ponga a fuego lento un litro de agua, cuando suelte el hervor retire del fuego y agregue cuatro cucharadas colmadas de pie de león, deje reposar durante medio minuto, enfríe y haga lavados.



(google)

Lesiones

Esencia de árnica

Prepare pétalos de árnica sumergidos en alcohol; posteriormente extienda en un paño colocándolo en la zona afectada.



(google)

Llagas

Mamey

Ponga a quemar un hueso de mamey y muélalo, aplique al polvo espolvoreándolo en las llagas para que estas sanen rápidamente.



(google)

Meningitis

Apósito de bitter sueco

Impregne una torunda de algodón con gotas de bitter sueco y coloque el apósito en el occipucio por un lapso de cuatro horas.



(google)

Nerviosismo

Verónica

Deposite una cucharadita de verónica en una taza y agregue agua caliente, déjela reposar medio minuto y tome una taza por la noche antes de acostarse.



(google)

Obesidad

Marrubio blanco

Se ayuda a controlar la obesidad, si en un litro de agua se ponen a cocer 10 gramos de hojas y tallo de marrubio blanco y se toma dicha agua, antes de cada alimento durante 20 días.



(google)

Ojos cansados

Apósito de manzanilla

Ponga sobre una cucharada de manzanilla medio litro de leche hervida y déjela reposar medio minuto, fíltrela y enfríela, posteriormente moje un paño limpio con la leche tibia y ponga dicho paño sobre los parpados cerrados.



(google)

Pies malolientes

Nogal

Se recomienda poner cuatro cucharadas de hojas de nogal en un recipiente con un litro de agua muy caliente, déjese reposar durante medio minuto y cuélela. Dese un baño de pies durante 20 minutos.



(google)

Presión irregular

Alpiste

Hierva 20 gramos de alpiste en un litro de agua, déjela reposar medio minuto y cuélela, después tome cuatro tazas diarias.



(google)

Quemaduras

Remedio casero con huevo

Abra un huevo y separe la yema, extienda la clara sobre un lienzo limpio y colóquela sobre la herida.



(google)

Quitar lunares

Esencia de cedro

Lave y corte finamente hojas de cedro, posteriormente destílelas en un frasco con agua ardiente de trigo (de contenido alcohólico 38-40), deje dicho frasco en reposo durante dos semanas en un lugar cálido, después aplique varias veces al día la esencia sobre el lunar.



(google)

Reuma

Licopodio

Deposite una cucharada de licopodio en una taza de agua caliente y déjela reposar durante medio minuto, fíltrela y tome solo una taza por la mañana en ayunas.



(google)

Sangre en la orina

Maravilla

Puede servir como ayuda, el siguiente preparado: ponga en una taza de agua hirviendo una cucharada de flores de maravilla y déjela reposar durante medio minuto, fíltrela y tome un máximo de tres tazas diarias.



(google)

Seborrea

Lavado con corteza de roble

Ponga el 5 litros de agua fría 100 gramos de corteza de roble y deje en remojo durante 12 horas, después caliente el preparado y fíltrelo, a continuación efectué los lavados.



(google)

Dolores menstruales

Pie de león

Los dolores menstruales se pueden hacer menos dolorosos con el pie de león tomándolo de la siguiente manera: ponga en una taza una cucharadita colmada de pie de león, aparte, ponga a fuego lento un poco de agua, cuando suelte el hervor retire de la lumbre y llene con esta la taza con la planta, deje en reposo medio minuto, enseguida la cuele y se bebe a sorbos, tome de esta infusión durante el día de dos a tres tazas, si los trastornos del periodo aparecen en la pubertad se recomienda tomar una infusión de las siguientes plantas: la mitad de pie de león y la otra de milenrama, una cucharadita con estas dos hierbas mezcladas añada agua caliente y deje reposar durante medio minuto, cuele y beba a sorbos de dos a tres tazas al día.



(google)

Disentería

Arrayan

Ponga a fuego un litro de agua y cuando suelte el hervor agregue 20 gramos de arrayan, apague el fuego y deje en reposo, cuele este tómelo como agua de tiempo, endulzándolo con miel de abeja.



(google)

Empacho

Guayabo

En un recipiente ponga a hervir un litro de agua y cuando suelte el hervor, mezcle 5 gramos de corteza de guayabo, agregue unas hojas de manzanilla, hierbabuena y una rajita de canela, deje hervir durante 10 minutos, saque del fuego para que se enfríe, tome como agua de uso durante 3 días o hasta calmar las molestias.



(google)

Arenilla en la vejiga

Ortiga menor

Los baños de asiento con ortiga menor son el remedio mas eficaz para la arenilla, se acompañan simultáneamente de una o dos tazas diarias de infusión de esta hierba; así se estimula la actividad de la vejiga, retenga la orina por mucho tiempo como sea posible para luego orinar con presión y esta manera expulsara la arenilla al exterior. Para hacerse un baño de asiento se necesitan 100 gramos de ortiga menor, necesita un recipiente, agregue en éste agua fría y mezcle los 100 gramos y deje en reposo durante 12 horas enseguida el nivel del agua debe ser tal que cubra los riñones, el baño durara 20 minutos, la persona que haga el baño no se tiene que secar, se envuelve en una toalla y reposa en la cama para sudar durante una hora.



(google)

Atrofia de las encías

Té mixto de roble y salvia

Primero mezcle por partes iguales la corteza de roble y salvia, en medio litro de agua fría se dejan en remojo durante 12 horas dos puños de esta mezcla, enseguida caliente el extracto frío de estas hierbas, cuele y vacíe en un termo, con la porción del líquido necesario para un día, con esta infusión se hacen varios enjuagues al día de su boca y laringe (gárgaras), además se recomienda retener un sorbo en la boca y masajear las encías con un cepillo suave.



(google)

Caída de cabello

Nogal

En una taza ponga dos cucharaditas colmadas de nogal, aparte, ponga a hervir un poco de agua, cuando esté muy caliente llene la taza, deje en reposo durante medio minuto, cuele la infusión y deje enfriar, con esta masajee el cuero cabelludo.



(google)

Catarro

Manzanilla

Ponga en un recipiente, un litro de agua al fuego, cuando suelte el hervor, mezcle una cucharada colmada de manzanilla, saque del fuego y respire los vapores de ésta con la cabeza tapada con una toalla. Para que este tratamiento tenga efecto necesita permanecer en un lugar caliente.



(google)

Clorosis

Acoro

Ponga en una taza una cucharadita rasa de raíces de acoro, llene esta con agua fría, deje en reposo durante 12 horas, enseguida el extracto frío se calienta y se cuele, beba seis sorbos a lo largo del día, lo cual corresponde a una taza de infusión. Si usted quiere puede guardar la infusión en un termo.



(google)

Conjuntivitis

Yanten

Combine en una cucharada de yanten con un vaso de leche descremada, deje en reposo y utilice la preparación para lavarse los ojos.



(google)

Cuidado para el cutis

Aceite de hipérico

Cuando el cutis facial es muy áspero es bueno darle un tratamiento con aceite de hipérico, utilice las hojas doradas del hipérico para llenar un frasco (estas no deben quedar apretadas), vierta en el frasco aceite hasta que cubra las hojas en su totalidad, deje el frasco en reposo en un lugar caliente durante tres semanas, hasta que el aceite tome una coloración rojiza, cuele el contenido del mismo a través de un lienzo limpio, se exprimen las hojas retenidas en el lienzo y ponga en frascos de vidrio oscuro el aceite y con este frote a diario la cara para que pierda la resequedad y su piel se volverá tersa.



(google)

Para el crecimiento del cabello

Lavado con ortiga menor

Para lavar el cabello se utiliza el extracto de ortiga menor tierna.

En un recipiente de cinco litros ponga 10 puños de ortiga menor, llene este con agua fría, caliente lentamente y deje en reposo durante cinco minutos, cuele el extracto y lave el cabello, para fortalecer y vigorizar el crecimiento capilar es también recomendable utilizar un extracto de raíces de ortiga menor preparado de la siguiente manera: dos puños colmados de raíces se ponen a remojar con agua fría durante 12 horas, transcurridas las 12 horas, se calienta y se deja reposar durante 10 minutos, cuele las raíces y con el líquido lave muy bien su cabello.



(google)

Abatimiento

Muérdago

Tome una cucharadita colmada de muérdago y deposítela en una taza, agregue agua fría, deje en reposo durante 12 horas. Ahora caliente el líquido, cuele y beba a sorbos tres tazas durante el día, lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de líquido que va a tomar.



(google)

Ventosidades

Manzanilla

En una taza ponga una cucharadita colmada de manzanilla, agregue agua hirviendo, deje reposar durante medio minuto y beba a sorbos.



(google)

Úlcera

Lavado con malva enana

Este lavado se realiza exteriormente, para el lavado de las úlceras se depositan en un recipiente de cinco litros dos puñados de malva enana, agregue agua fría hasta llenar el recipiente, deje en remojo durante 12 horas, caliente el extracto frío, cuele y con él se baña, la úlcera durante veinte minutos (lave varias veces con la infusión).



(google)

Verrugas

Jugo de maravilla y epazote

El jugo recién hecho de la maravilla elimina las verrugas y la sarna haciéndolo de la siguiente forma: lave las hojas, tallos y flores cuando se encuentren húmedos exprímalos, con este jugo frote las verrugas. El jugo del epazote aplicado de igual manera es excelente.



(google)

Parálisis

Consuelda

Ponga en una taza una cucharada de harina de consuelda, agregue agua muy caliente y unas gotas de aceite comestible formando una pasta y extienda esta sobre un paño y colóquela sobre el miembro paralizado, sujetando el apósito con otro paño caliente.



(google)

Angustia

Esencia de ajo de oso

Estas hojas se usan cuando están frescas o si se encuentran secas haga lo siguiente: prepare la esencia de ajo de oso con hojas y bulbos picados en trozos pequeños, ponga estos en un frasco de vidrio oscuro, vierta encima aguardiente de trigo de contenido alcohólico entre 38-40% y deje en reposo en un lugar caliente durante dos semanas, tome cuatro veces al día 10 gotas de esta esencia diluyéndolas en medio vaso de agua.



(google)

Aliento fétido

Mirra

Las causas del mal aliento pueden ser varias, por ejemplo, puede ser por secreciones de la mucosa nasal, por amigdalitis, por trastornos gástricos, insuficiencia de ácido gástrico o bien de úlceras bucales.

En caso de amigdalitis se deben hacer gárgaras con infusión de agua caliente de galio o de unas 30 a 40 gotas de tintura de mirra, rebajadas con agua, por lo que hace que las secreciones de la mucosa nasal, se alivian aspirando infusiones templadas de salvia.



(google)

Ansiedad

Muérdago

Una cucharadita colmada de té de muérdago, reblandezca durante 12 horas en un medio litro de agua, una vez remojada caliente suavemente y cuele, beba a sorbos, también se puede tomar un máximo de 3 tazas al día.



(google)

Fracturas

Consuelda mayor

Después de haber colocado los huesos en su lugar ponga cataplasma de las hojas de la planta, machacadas y remojadas en aceite, coloque los soportes y vende sin apretar.



(google)

Eyacuación Prematura

Baraima

En medio litro de agua ponga cuatro gramos de Baraima, deje hervir durante una hora, tome una tacita de esta infusión en ayunas.



(google)

Ganglios inflamados

Añil de montaje-jiquilite

Ponga a hervir en medio litro de agua aproximadamente de 16 a 31 gramos de raíz de jiquilite y tómelo dos veces al día.



(google)

Gonorrrea o escurrimiento**Lechuguilla o calancapatle**

Machaque 10 gramos de la planta y póngala en vino, déjela reposar dos días y tómela a cucharadas empezando por una al día.



(google)

Inapetencia**Aguacate criollo**

Machaque tres hojitas tiernas de aguacate criollo que tenga olor penetrante a anís y déjelas hervir durante tres minutos, el color del agua debe ser verde, tome una taza en ayunas sin endulzar.



(google)

Inapetencia sexual**Damiana**

Hierva 16 gramos de hojas y flores de Damiana durante cinco minutos en medio litro de agua, tome una taza después de los alimentos.



(google)

Inflamación del Hígado

Boldo

Ponga a hervir en un litro de agua, durante 20 minutos, diez gramos de boldo y tómese dos o tres tacitas diarias.



(google)

Lepra

Achiote

Machaque y exprima semillas de aceite y el aceite obtenido aplíquelo sobre la parte dañada.



(google)

Tuberculosis

Nopal

Compre una penca de nopal, de tamaño regular, abra esta en dos partes, ralle por la parte interna en forma de cruz, ponga miel de abeja y vuelva a cerrar la penca del nopal, aselo y lo come en ayunas durante noventa días para que tenga mayor efecto. (google)



(google)

9. Es una fruta que contiene vitamina A y E, elimina las lombrices del ser humano?. **EL COCO**
10. Qué enfermedad cura las plantas como la zanahoria, brócoli, y coliflor?. **PROBLEMAS DE LA VISTA.**
11. Las plantas como la extracción de la mora, fresa y naranja cura las enfermedades llamadas. **EL ASMA**
12. Que plantas fortalece el cuero cabelludo?. **LA SABILA, EL APIO, ZANAHORIA Y PEPINO.**
13. Que plantas previene la enfermedad del hígado?. **SEMILLA DE PAPAYA, JUGO DE MELÓN.**
14. Que plantas cura el dolor de los pies?. **LA CASACARA DE MELON.**
15. Que plantas cura el atraso de la menstruación? **EL APAZOTE.**
16. Que plantas medicinal controla los nervios? **EL AGUA DE LA LECHUGA**
17. Que cura el nopal? **PARA SANAR LA TUBERCULOSIS.**
18. Que planta sana la tuberculosis? **LOS PLATANOS.**

OBJETIVO: identificar diferentes palabras del capitulo III en el crucigrama.

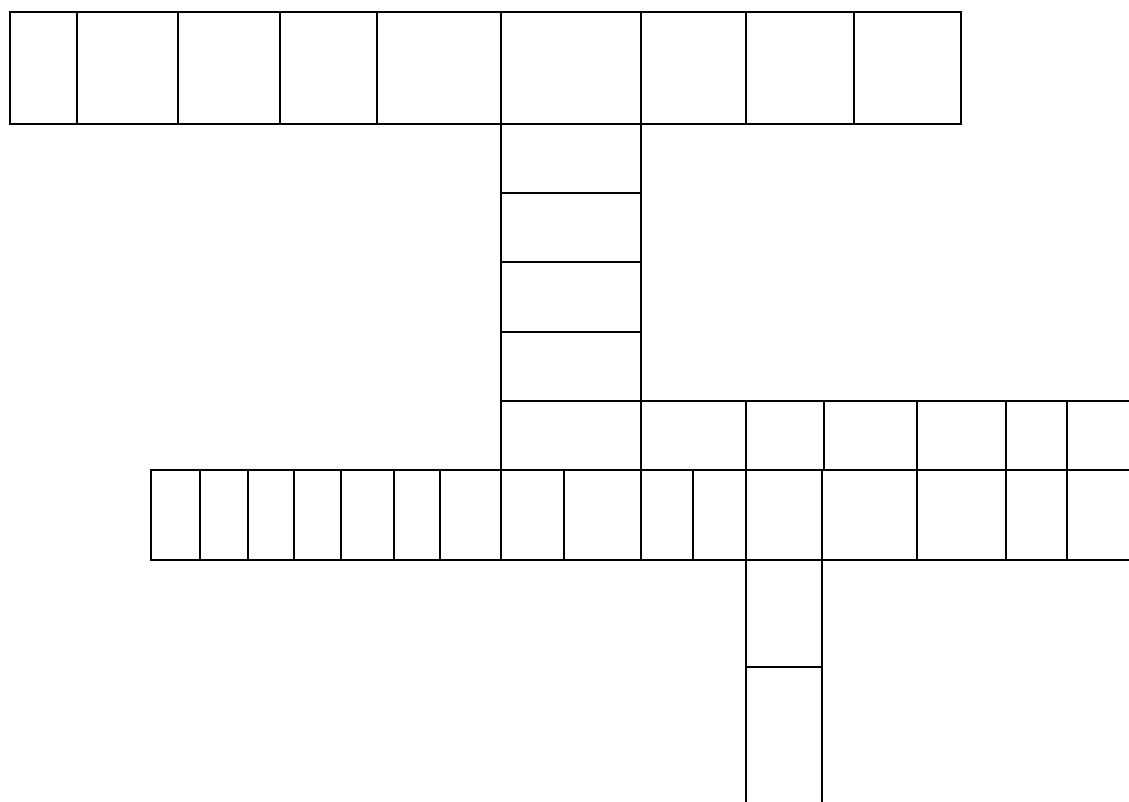
METODOLOGÍA: En el siguiente crucigrama corresponde los siguientes enunciados que te darán como resultados varias palabras importantes sobre las plantas medicinales.

HORIZONTAL: . Fruta que contiene muchas vitaminas A y E elimina las lombrices
Fortalece el cuero cabelludo
Las plantas cura el atraso de la menstruación.
Previene las enfermedades del hígado

VERTICAL:

sana la tuberculosis

sirve para controlar la regulación de la presión alta y baja y del sistema digestivo.



1. Coco
2. apio
3. nopal
4. apazote
5. semilla de papaya
6. ajo

CONCLUSIONES

- 1- Se presentó la Guía de Aprendizaje sobre la importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud, aplicada al área de biología en el Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos. Al establecimiento educativo.
- 2- Se Capacitaron a Catedráticos y estudiantes sobre **temas de la guía** de Aprendizaje y su importancia sobre las Planta Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud, aplicada al área de biología sobre el conocimiento y manejo de los grandes beneficios que se puede extraer de las plantas que nuestro Dios Todopoderoso nos regala.
- 3- Los jóvenes estudiantes presentaron una planta para demostración y sus procedimientos que se extraen.
- 4- Se motivo a los Catedráticos y jóvenes que pongan en práctica los grandes beneficios de las plantas naturales. Que están en nuestro alcance

RECOMENDACIONES

1. Que utilicen la Guía de Aprendizaje sobre la importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud, aplicada al área de biología en el Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos. Que se fue entregado al establecimiento educativo.
2. Que los Catedráticos puedan realizar en grandes rangos sus huertos, donde a su vez vean los grandes beneficios de las plantas medicinales y que sean apliquen las herramientas de ésta Guía de Aprendizaje sobre la importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud, aplicada al área de biología en el Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos. En las diferentes áreas de los grados de la carrera de Bachilleres.
3. Recordar a nuestros abuelos y padres que hoy en día ellos siguen aplicando y utilizando las plantas.
4. Que los jóvenes puedan ejercer y dar la información en sus hogares y tener grandes alternativas para la salud.
5. Que nuestras autoridades educativas y municipales se puedan enfocar más en la salud. Ya que es parte fundamental de la vida. Tener un cuerpo sano y saludable libre de todo químico que hoy en día destruye al ser humano.

BIBLIOGRAFIA

Carvajal, P. (1960). *Plantas que curan, para que matan*. México: Nueva Xóchitl.

Choussy, F. (1926). *El poder medicinal de las plantas*. El Salvador: Reinaldo Sosa Gómez.

Nava, L. (1998). *principios básicos para utilizar las plantas para la salud*. oceano.

EGRAFIA

google. (s.f.). Recuperado el 27 de mayo de 2016, de google:
[www.monografias.com/medicinas naturales](http://www.monografias.com/medicinas-naturales)

google. (s.f.). Recuperado el 15 de junio de 2016, de google:
www.cincomaravillasdelanaturaleza.com

google. (s.f.). Recuperado el 16 de junio de 2016, de google:
<https://es.dreamstime.com>

google. (s.f.). Recuperado el 2 de julio de 2016, de google:
<http://www.editorialjatziri.com.mx>

google. (s.f.). Recuperado el 2 de julio de 2016, de google:
<http://www.casaeditorialjatziri.com.mx>

google. (s.f.). Recuperado el 3 de julio de 2016, de gogle:
<http://www.delpacificoaguapura.com>

google. (s.f.). Recuperado el 4 de julio de 2016, de google:
<http://es.m.wikipedia.org/cosechadeplantasmedicinales.com>

google. (s.f.). Recuperado el 17 de julio de 2016, de google:
<http://www.vidactiva.com>

CAPITULO IV PROCESO DE EVALUACIÓN

1. Evaluación del diagnóstico.

La evaluación del Capítulo del Diagnóstico institucional se realizó por medio de la guía de análisis contextual de los VIII Sectores, la cual permitió evidenciar el alcance de los objetivos en la aplicación de la técnica detectando varias necesidades dentro de la institución, a la vez permitió recopilar la información necesaria para determinar la problemática del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos, analizando los problemas, detectándolos y priorizándolos.

Se pudo determinar uno de ellos, de manera positiva, considerando la factibilidad y disponibilidad de los componentes y materiales necesarios para su ejecución, con el afán de mejorar la calidad en la formación de los estudiantes.

2. Evaluación del perfil del proyecto.

La evaluación del capítulo del perfil del proyecto, se realizó por medio de una lista de cotejo, la cual permitió evidenciar el alcance de los objetivos del proyecto, la elaboración de la guía de aprendizaje sobre las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades a que afecten en la salud, desarrollándose en base a las investigaciones que se llevaron a cabo durante la etapa de diagnóstico, uno de los problemas priorizados en la comunidad educativa fue carencia de material de apoyo que aborde temas de impacto de salud para docentes y jóvenes estudiantes y previéndose el impacto que tendrá en el área de Biología. El perfil consistió en definir claramente los elementos que tipifican el proyecto, los cuales están integrados, siendo fundamentales para proceder a la ejecución del mismo.

3. Evaluación de la ejecución del proyecto.

La elaboración de la Guía Importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud., fue un aporte de gran valor, en beneficio de la comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos, pues ayudará no solo a los estudiantes de Diversificado de cuarto, quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo, sino a todos los habitantes cercanos y lejanos de la misma comunidad.

Sin duda alguna, serán los mismos estudiantes, los agentes de cambio, pues, ellos serán, los que recibirán los beneficios. Cuando hay una comunidad que valora la riqueza corporal con que contamos los seres humanos. La

socialización de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten en la salud, con los alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, en el área de Biología enriquecerá los conocimientos adquiridos para transmisión de hábitos alimenticios para beneficio de su comunidad. Se utilizó el instrumento de lista de cotejo para su evaluación.

4. Evaluación General y final del Proyecto.

Los logros fueron satisfactorios, pues, los objetivos se alcanzaron gracias al instrumento de evaluación de lista de cotejo. Se redactó una solicitud, la cual fue presentada a la Dirección del establecimiento, para que se nos brindara el espacio para ejecutar el proyecto, quien aprobó la solicitud en su momento.

Para ejecutar el proyecto, se procedió a realizar el diagnóstico Institucional, para evaluar las necesidades, proceder a seleccionar el problema y darle la respectiva solución; siendo la falta de conocimiento aprendizaje sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud, que como todos sabemos es esencial para poder desenvolvernos en la sociedad y es por ello que todos debemos de contribuir al desarrollo productivo de nuestro país

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

La concientización fue un gran éxito, pues se comprometieron con mucho entusiasmo a darle seguimiento al tema generado.

CONCLUSIONES

- ✓ Se valoró la importancia de las plantas medicinales según su contexto por parte de los estudiantes del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos, a través de la intervención e implementación de nuevos conocimientos, que son de vital importancia en el área de Biología.
- ✓ Se elaboró la Guía de aprendizaje para que los docentes cuenten con una herramienta más en el área de biología las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten en la salud, ina, San
- ✓ Se socializaron los temas de la Guía sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud, con estudiantes y docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

RECOMENDACIONES

- ✓ Se recomienda a la Comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Diversificada , Catarina, San Marcos, que valoren y conserven la Guía de aprendizaje para aprendizaje sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud.
- ✓ Que las nuevas generaciones se informen de la importancia y pongan en práctica al igual que los conocimientos sobre la utilización de nuestras plantas medicinales y saber que eficaz son nuestros huertos que sembremos en nuestros hogares.
- ✓ Se recomienda a los estudiantes que como agentes de cambio contribuyan al desarrollo productivo de nuestro país, puesto que ellos tienen hoy los conocimientos básicos aprendizaje sobre la importancia de las plantas medicinales y utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud.
- ✓ Se recomienda a los docentes socializar la Guía de aprendizaje sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten en la salud, si así lo hicieren, las futuras generaciones se los agradecerán.

BIBLIOGRAFIA

Carvajal, P. (1960). *Plantas que curan, para que matan*. México: Nueva Xóchitl.

Choussy, F. (1926). *El poder medicinal de las plantas*. El Salvador: Reinaldo Sosa Gómez.

Nava, L. (1998). *principios básicos para utilizar las plantas para la salud*. oceano.

EGRAFIA

google. (s.f.). Recuperado el 27 de mayo de 2016, de google:
[www.monografias.com/medicinas naturales](http://www.monografias.com/medicinas-naturales)

google. (s.f.). Recuperado el 15 de junio de 2016, de google:
www.cincomaravillasdelanaturaleza.com

google. (s.f.). Recuperado el 16 de junio de 2016, de google:
<https://es.dreamstime.com>

google. (s.f.). Recuperado el 2 de julio de 2016, de google:
<http://www.editorialjatziri.com.mx>

google. (s.f.). Recuperado el 2 de julio de 2016, de google:
<http://www.casaeditorialjatziri.com.mx>

google. (s.f.). Recuperado el 3 de julio de 2016, de gogle:
<http://www.delpacificoaguapura.com>

google. (s.f.). Recuperado el 4 de julio de 2016, de google:
<http://es.m.wikipedia.org/cosechadeplantasmedicinales.com>

google. (s.f.). Recuperado el 17 de julio de 2016, de google:
<http://www.vidactiva.com>

APÉNDICE



PLAN DE SOSTENIBILIDAD

1. Identificación:

Instituto Nacional de Educación Diversificada , Catarina, San Marcos

2. Nombre del proyecto

Guía importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada en el área de Biología, dirigida a estudiantes de cuarto y quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo.

Justificación

Se pretende con el siguiente plan, evitar que el proyecto ejecutado se desvanezca y que puedan aprovechar al máximo todos los conocimientos adquiridos con la socialización de la Guía importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada en el área de Biología, dirigida a estudiantes de cuarto y quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional Diversificada, Catarina, San Marcos.

3. Objetivos

- Contribuir en la formación integral, capacitando a jóvenes del nivel Diversificado del Instituto Nacional de Educación Diversificada , Catarina, San Marcos
- Contribuir a que los estudiantes de hoy, vivan un mejor mañana y que construyan una sociedad más coherente con la naturaleza y medio ambiente, comprometidas con el desarrollo de su comunidad.
- Que sea un documento de apoyo al Personal Docente del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

4. Organización:

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

- Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos. Padres de familia de los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada Catarina, San Marcos.

5. Recursos Humanos:

- Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- Padres y madres de familia del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

6. Actividades

Socialización a la comunidad con temáticas relacionadas sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud.

Visita del proyectista para verificar el amplio conocimiento de cómo aplicar la utilización de las plantas medicinales para el beneficio de nuestra salud.

7. Evaluación

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

EVALUACION ELABORACIÓN DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

Nombre del Epesista: Deily Veronica Sánchez López
Asesora: Licda. Sonia Ricarda Lemus Figueroa.
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

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

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

Observaciones _____

EVALUACION PERFIL DEL PROYECTO

Nombre del Epesista: Deily Veronica Sánchez López
Asesor: Licda. Sonia Ricarda Lemús Figeroa.
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

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

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

Observaciones _____

EVALUACION PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

Nombre del Epesista: Deily Veronica Sánchez López
Asesora: Licda. Sonia Ricarda Lemus Figueroa.
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

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

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

Observaciones _____

EVALUACION FINAL DEL PROYECTO

Nombre del Epesista: Deily Veronica Sánchez López
Asesora: Licda. Sonia Ricarda Lemus Figueroa.
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

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

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

Observaciones _____



PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA ETAPA DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

I. IDENTIFICACION

INSTITUCIÓN: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

UBICACIÓN:, Catarina, San Marcos.

PROYECTO: Guía importancia de las Plantas Medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan a la salud, aplicada en el área de Biología, dirigida a estudiantes de cuarto y quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo al Instituto Nacional Diversificada, Catarina, San Marcos.

PROYECTISTA

Deily Veronica Sánchez López Carné 201217468

II. JUSTIFICACIÓN

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

III. DESCRIPCIÓN

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

IV. TÍTULO

Diagnóstico del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

V. OBJETIVOS

GENERALES: Identificar los problemas que afectan a los Estudiantes de cuarto y quinto Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación de Turismo del Instituto Nacional de Educación Diversificada, municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

ESPECIFICOS:

- Obtener la autorización para la realización del proyecto por parte de la Supervisión Educativa y Dirección del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- Recabar información que permita conocer el área geográfica y administrativa de la institución.
- Identificar la estructura Organizacional de la Institución beneficiada.

VI. ACTIVIDADES

- Identificación de la institución beneficiada.
- Presentación de la solicitud de autorización del proyecto.
- Aplicación de técnicas y métodos de investigación.
- Análisis de información.
- Organización de la información obtenida para el diagnóstico.
- Presentación del diagnóstico (asesor).

VII. METODOLOGÍA

TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA)

TÉCNICAS

Observación

Encuestas

Investigación documental y de campo

INSTRUMENTOS

Listas de Cotejo

Libretas de notas

Agendas

Cuestionarios

Cintas video gráficas

VIII. RECURSOS

HUMANOS

- Directora del Instituto Nacional de Educación Diversificada Catarina, San Marcos
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- Epesista
- Asesora

MATERIALES

Hojas de papel bond

Cuaderno de notas

Computadora

Tinta de impresora

Impresora

Lapiceros

Engrapadoras

Perforadores

Filmaciones

Cámaras fotográficas

Cañonera

IX. CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

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

X. EVALUACIÓN

1. Existió apoyo de parte de las autoridades de la Supervisión Educativa de Catarina, departamento de San Marcos.

SI_____

NO_____

2. Se recopiló información necesaria con las técnicas aplicadas.

SI_____

NO_____

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

SI_____

NO_____

4. Se identificaron los principales problemas al analizar la información. SI_____

NO_____

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

SI_____

NO_____

PLAN DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

1. Datos Generales

1.1 Institución: Instituto Nacional de Educación Diversificada

1.2 Lugar: Catarina, San Marcos.

1.3 Dirección: 2da. avenida 2-26, zona 1, Catarina, San Marcos.

2. Título: Ejercicio Profesional Supervisado **EPS**

3. Objetivo General

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

4. Objetivo específico.

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

5. Actividades

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

6. Recursos

Humanos

Personal administrativo
Personal docente
Alumnado
Epesista
Asesora

Materiales

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

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

[illegible]

Guía de Análisis Contextual e Institucional
Diagnóstico del municipio de Catarina, San Marcos
Sector Comunidad

AREA	INDICADOR
1. Geográfica	1.1 Localización: El municipio de Catarina del departamento de San Marcos se encuentra situado en la parte oeste del departamento de San Marcos en la región Sur-Occidente. Se localiza en la latitud 14° 54'30" y en la longitud 92° 03'45". Limita al norte con el municipio de San Pablo; al sur con el municipio de Ayutla; al este con los municipios de San Pablo y al oeste con la República de México. 1.2 Superficie: Cuenta con una extensión territorial de 204 Km. Cuadrados. Se encuentra a una altura de 390 mts. Sobre el nivel del mar. Actualmente cuenta con: 83,460 habitantes, el 65% de ellos son alfabetos.
	1.3 Clima El clima del municipio de Catarina por lo general, es cálido. 1.4 Suelo El suelo en su mayoría es fértil, produciendo variedad de especies vegetales. 1.5 Principales accidentes Entre sus principales accidentes geográficos están: río Cabúz, Magdalena, Gramal, Poza Oscura, Xulá, Melendrez. 1.6 Recursos Naturales Entre sus recursos naturales cuenta con: recursos hídricos (riachuelos, nacimientos), flora: las características ambientales y elevada pluviosidad determinan árboles que alcanzan hasta 40 ms. de altura y diámetro de 1 metro y más. Se cuenta con plantas ornamentales, medicinales e industriales. Fauna: por las características montañosas y por su clima cálido existe diversidad de animales salvajes, domésticos, aves de distintas especies. 1.7 Personalidades pasadas: - Prof. Carlos Girón. - Prof. Jorge Valdez - Pastor: Obdulio Barrios - Profa. Rosa Turnil - Arquitecto Eduardo de León Reyna. 1.8 Fiestas titulares: La feria titular del municipio se celebra del 05 al 26 de Noviembre y se conmemora a: Santa Catarina, patrona del lugar. 1.9 Lugares de orgullo local: Parque Central, Salon de Usos Múltiples y Municipal, Las principales calzadas, Balnearios.

2. Política	2.1 Gobierno Local: El gobierno local es presidido por el ciudadano Alcalde Municipal Doctor: Fulbio Ludvin Pérez de León. Organización Administrativa: La Organización Administrativa está conformada por: Nivel Municipal la estructura del Concejo Municipal está presidido por el Alcalde Municipal, Concejales y Síndicos. 2.2 Organizaciones Políticas Entre las Organizaciones Políticas (Instituciones Gubernamentales) se encuentran: El FIS, El IGSS, ENERGUATE, Centro de Salud, Policía Nacional Civil, Hospital General, Juzgado de Paz, Delegación del TSE y Coordinaciones Técnicas. 2.3 Organizaciones Civiles Apolíticas. Son las Instituciones que son Autofinanciables • Consejo Comunitario de Desarrollo. • Cooperativa “La Esquina” • Club de Leones, • FUNDABIEN, CERNIM, • APROFAM, • Bomberos Voluntarios, • Casa Hogar, • Correos, • Colegios privados • Farmacias • Tiendas • Ferreterías • Restaurantes.
---------------------------	--

3. Social	3.1 Actividades a las que se dedican los habitantes: Agricultura, ganadería, comercio, artesanía, industria, oficios domésticos, profesionales, etc. 3.2 Cultivos propios del municipio: Café, maíz, arroz, frijol, caña de azúcar, yuca, camote, malanga, ñame, banano, naranja, limón, lima, piña, tamarindo, zapote, papaya, aguacate, tabaco, cardamomo, manía, plátano, sandía, ajonjolí, etc. 3.3 Instituciones educativas: Escuela Oficial Urbana Mixta “Sofía L. Vda. De Barrios”. Escuela Oficial Urbana Mixta 1º. De Mayo. Colegio Cristiano Shekina, Colegio Evangélico Jerusalem, Colegio Privado Mele. Instituto Nacional Mixto de Educación Básica I.N.E.B. Instituto Nacional de Educación Diversificado en la Carrera de Bachillerato con orientación en Turismo, Computación y Agroforestal. I.N.E.D. Academias de Corte y Confección MARICLEMENCIA. Academia de Corte y Confección ERYMAR. Academia de Cultura de Belleza Evelyn. Academia de Belleza Olga. 3.4 Instituciones de Salud: El centro de Salud Pública. 3.5 Estructura de viviendas: Block, madera, lámina Teja, Terraza 3.6 Centros de Recreación: Piscinas “Ojo de Agua” (Tecomatillo) Piscinas “El Pedregal” (Tejeria) Piscinas “El Manantial” (Piedra Partida) Canchas Multideportivas 3.7 Medios de Transporte: Humano Animales Mecánico: urbano y extraurbano 3.8 Medios de Comunicación: Correos y telégrafos, teléfonos e internet 3.9 Vías de comunicación: Catarina cuenta con: La Carretera Interamericana, que une a Guatemala con México, carretera asfaltada de la cabecera municipal a la cabecera departamental. Caminos de terracería que comunica a las diferentes comunidades del municipio. Vía telefónica: a través de teléfonos públicos, comunitarios, privados, fax, correo electrónico. Grupos Religiosos: Entre los Grupos Religiosos tenemos: doctrinas Evangélicas, católicas, adventistas, mormonas, que se encuentran organizadas de acuerdo con su respectivo credo. Composición Étnica: En su mayoría la población es de etnia ladina y hablan el idioma Castellano.
-------------------------	--

**DETECCION DE PROBLEMAS
I SECTOR COMUNIDAD**

PRINCIPALES PROBLEMAMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Poca información con respecto del tema: Importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.. 2. Muy poca información sobre los personajes fundadores o primeros pobladores del municipio. 3. Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina. 4. Falta de Centros de Recreación 5. Mal estado de las vías de acceso	1. Libros de información en mal estado. 2. Falta de bibliografía 3. Falta de información 4. Falta de recursos financieros 5. Falta de mantenimiento	1. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina. 2. Concientización y conocimiento sobre la aplicación y utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud. 3. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina. 4. Gestionar a Instituciones privadas y públicas los recursos financieros. 5. Gestionar a la Municipalidad.

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

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de conocimiento de las plantas medicinales		Falta de conocimiento para prevenir enfermedades que afectan la salud.		Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina		Falta de Centros de Recreación		Mal estado de las vías de acceso	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X	
2 .Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X	X			X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X	X			X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el		X	X		X		X			X

proyecto?										
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`S para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	9	1	7	3	4	6	4	6
PRIORIDAD	3		1		2		4		5	

DESCRIPCION: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. “Falta de conocimientos sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud.

II SECTOR DE LA INSTITUCIÓN

AREA	INDICADOR
1. Localización Geográfica	1.1 Ubicación: Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos. 1.2 Vías de acceso: Cinta Asfáltica hacia Malacatán; Ruta Nacional, carretera Hacia Guatemala; Carretera asfaltada de la Cabecera municipal al Departamento; Carretera Internacional
2. Localización Administrativa	2.1 Tipo de Institución: gubernamental
3. Edificio	3.1 Edificio: El área de la institución es de 35 metros x 50= 2,450 ms. Cuadrados. 3.2 El estado de Conservación: las instalaciones se encuentran en regular estado. 3.3 Entre sus locales en servicio están: 09 aulas y el corredor 3.4 Condiciones y usos: regulares y se utilizan como salones de clases para las carreras que se imparten, tomando el corredor como sitio de espera o reuniones.
4. Ambiente equipamiento	4.1 El ambiente es agradable y cuenta con el mobiliario necesario para atender a los estudiantes, pero con equipo de cómputo insuficiente. 4.2 No cuenta con salones específicos. 4.3 Por tratarse de un establecimiento nuevo no cuenta con oficinas y porque el edificio no es propio.

DETECCIÓN DE PROBLEMAS
II SECTOR INSTITUCIONAL

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Insuficiente equipo de cómputo. 2. Poco conocimiento con sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades 3. Falta de ambientes Adecuados. 4. Falta de talleres 5. No existen oficinas y Salón de catedráticos.	1. Falta de recursos financieros. 2. Falta de bibliografía que traten temas de Guia importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud. 3. Falta de recursos financieros. 4. Falta de recursos financieros. 5. Falta de recursos Financieros.	1. Gestionar ante las autoridades la dotación de las mismas. 2. Elaboración de una Guía la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud. 3. Gestionar ante las autoridades municipales y MINEDUC. 4. Agilización gestiones ante La municipalidad y MINEDUC 5. Gestionar a las autoridades que correspondan.

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

II.SECTOR INSTITUCIÓN

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1

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

III SECTOR FINANZAS

AREA	INDICADOR
1. Fuentes de Financiamiento	1.1. Presupuesto de la Nación: MINEDUC 1.2. Venta de Productos y Servicios: Educación gratuita 1.3. Costos: Lo que corresponde a salarios del personal administrativo, (Director), Personal Técnico, (Maestros) 1.4. Materiales y Suministros: El costo para materiales y suministros mínimos y se calcula en base a lo que adjudican en los fondos de gratuidad. a. Servicios Profesionales: Se brindan servicios en el Nivel Medio, ciclo diversificado, con formación altamente calificada. b. Reparaciones y Construcciones: Se realizan de acuerdo a las necesidades que se presentan y de acuerdo a las posibilidades. c. Servicios generales: No se prestan con todos, pero sí con los básicos: aulas, electricidad, agua potable, servicios sanitarios. d. Control de Finanzas: Se lleva en libros autorizados por la DIDEDUC. e. Disponibilidad de fondos. Se recibe en una sola oportunidad, los cuales se mantienen disponibles para la compra de materiales e insumos para lo administrativo, mantenimiento y funcionamiento. f. Auditoría Interna y Externa: Auditoría Interna: La realiza el Director y Supervisor Educativo Auditoría Externa: La realizan personeros del MINEDUC.

**DETECCION DE PROBLEMAS
III SECTOR FINANZAS**

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

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
III. SECTOR FINANZAS

PROBLEMAS No. INDICADORES	Insuficiencia del presupuesto de la nación.		Insuficiencia de materiales y suministros.		Salarios inadecuados para los empleados de la institución		Falta disponibilidad de fondos dentro de la institución.		Falta de situados	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X	X	
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X		X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4.¿¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X		X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	

7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	7	3	5	5	4	6	4	6
PRIORIDAD	2		1		3		4		5	

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

IV SECTOR RECURSOS HUMANOS

AREA	INDICADOR
1. Personal Activo	1.1 Director: Nerly Ovany Requena de León 1.2 Personal docente: Los seis catedráticos que prestan sus servicios en la formación de estudiantes útiles a la sociedad. 1.3 Porcentaje de Personal que se incorpora o retira anualmente: No se da porque todos los que actualmente laboran pertenecen al renglón presupuestario 021. 1.4 Antigüedad del Personal: Todos laboran desde el año 2009 1.5 Tipos de trabajadores: Todos cuentan con títulos de profesionales que los acredita para desempeñarse en dicho nivel. 1.6 Asistencia de Personal: Se controla por medio de libros: entrada y salida. 1.7 Residencia del Personal: el personal en su mayoría reside en la cabecera municipal. 1.8 El horario en el que se desarrollan las actividades: de 13:30 p.m. a 6:00 p.m. Jornada única.
2. Usuarios	2.1. Se le presta el servicio de educación y formación en el Nivel Medio, específicamente en el ciclo Diversificado a 50 estudiantes, quienes comparten de lunes a viernes, entre sí mismos y con el claustro de catedráticos y Director.

DETECCION DE PROBLEMAS
IV SECTOR RECURSOS HUMANOS

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

IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS

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

V. SECTOR CURRICULUM

AREA	INDICADOR
1. Plan de Estudios servicios	1.1 Plan que atiende: Diario-Regular 1.2 Programas: Currículum Nacional Base vigente 1.3 Actividades Curriculares: Todas las que se plantean en el CNB. 1.4 Acciones que realiza: Actividad docente propiamente dicha, en la formación de juventudes. 1.5 Procesos educativos: todos los contemplados en el CNB, en cada uno de los grados y en cada una de las carreras.
2. Material Didáctico	2.1 Número de empleados que utilizan textos. Todos los docentes en su trabajo educacional. 2.2 Tipo de Texto que Utiliza: Módulos del MINEDUC y textos elaborados de acuerdo al CNB. 2.3 Materia y materiales utilizados: Almohadillas, marcadores, pizarrón, cuadernillos de asistencia, cuadros de resultados, pliegos de papel Bonn, cartulinas, Papel bond Carta y oficio, tinta para impresora, lapiceros y lápices, cuadernos. 2.4 Fuentes de Obtención de los materiales: A través del fondo de gratuidad que designa el MINEDUC.
3. Métodos, técnicas y procedimientos.	3.1 Metodología utilizada por los docentes: Las que contempla el CNB, las cuales hacen al estudiante activo y constructivista. 3.2 Tipo de Técnicas y procedimientos utilizados: participativos, individuales y colectivos.
4. Evaluación	4.1 Controles de calidad Educativa: A través de la utilización de herramientas e instrumentos que permiten observar el progreso o avance de los estudiantes.

**DETECCION DE PROBLEMAS
V SECTOR CURRICULUM**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de material bibliográficos la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud. 2. Falta de personal presupuestado 3. Escaso personal docente 4. Insuficiencia de CNB Para el ciclo que se atiende	No existe biblioteca con materiales que traten Temas la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud. Falta de política de cobertura. Falta de eficacia en políticas Escaso presupuesto del MINEDUC	Elaboración de Guía la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud Agilizar solicitud al MINEDUC Solicitar al MINEDUC Solicitar a donde corresponde

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

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

VI. SECTOR CURRICULUM

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. "Falta de material bibliográfico sobre la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afecten la salud. SECTOR ADMINISTRATIVO

AREA	INDICADOR
1. Planeamiento	1.1 Tipo de planes: Corto, mediano y largo plazo. 1.2 Elementos de los planes: Competencias, contenidos, indicadores de logro. 1.3 Forma de implementar los planes: En el proceso educativo, siguiendo lineamientos del CNB. 1.4 Bases de los planes: de acuerdo a las exigencias del CNB, principalmente las competencias.
2. Organización	2.1 Niveles Jerárquicos de Organización: Director, Docentes, Alumnos Padres de familia
3. Coordinación	3.1 A través del Director: Verbalmente por medio de la vía personal. 3.2 Informativos internos: A través de cartelera informativa. 3.3 Documentos: Utilización de documentos escritos, comunes.
4. Control	4.1 Del personal de la Institución: A través del libro de asistencia y observación en la jornada de trabajo. 4.2 Del alumnado al que se le presta el servicio: A través de los cuadernos de asistencia y observación en el transcurso de la jornada.
5. Supervisión	5.1 Dentro de la Institución: Diariamente a cargo del Director de la Institución. 5.2 La Institución propiamente dicha: La realiza el Supervisor Educativo periódicamente.

**DETECCION DE PROBLEMAS
VI SECTOR ADMINISTRATIVO**

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

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

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

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

VII SECTOR DE RELACIONES

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

**DETECCION DE PROBLEMAS
VII SECTOR DE RELACIONES**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de Instalaciones deportivas	No se cuenta con predio propio.	Solicitar a la comunidad
2. Falta de Implementos deportivos	Pobreza existente en Los alumnos	Solicitud a instituciones. Especialmente al Ministerio de Cultura y Deportes.
3. Falta de entusiasmo en los alumnos	Por la falta de recursos	Propiciar fuentes de trabajo
4. Inseguridad en los trayectos	Delincuencia que impera en la zona.	Campañas de concientización.

CUADRO DE ANÁLISIS VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VII. SECTOR DE RELACIONES

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

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

VIII SECTOR FILOSÓFICO, POLÍTICO, LEGAL

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

DETECCION DE PROBLEMAS
VIII SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

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

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VIII SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

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

**SUPERVISIÓN EDUCATIVA
SECTOR 1216.2
CATARINA, SAN MARCOS**

Catarina, San Marcos Octubre de 2,016

Licenciada: Sonia Ricarda Lemus Figueroa
Asesora de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Estimado Licenciado

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

El objeto de la presente es para hacerle de su conocimiento que la estudiante: **Deily Veronica Sánchez López con carné: 201217468** de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, hizo entrega de la **Guía la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud**, Producto del Ejercicio Profesional Supervisado que realizó en esta Institución Beneficiada.

Por lo que dicha herramienta será de beneficio para la población estudiantil del nivel medio, ciclo diversificado.

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

(f) _____
PEM. César Augusto Ambrocio Gutiérrez
Supervisor Educativo Sector 1216.2
Catarina, San Marcos.

**INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN DIVERSIFICADA,
CATARINA, SAN MARCOS**

Catarina, San Marcos, Octubre de 2016.

Licda. Sonia Ricarda Lemus Figueroa
Asesora de Estudio Profesional Supervisado
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

CONSTANCIA

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

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

Lic. Nerly Ovany Requena de León
Director INED, Catarina, S.M.

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



Catarina, San Marcos junio de 2016

Profesor:

César Augusto Ambrocio Gutiérrez
Supervisor Educativo Sector 1216.2
Catarina, San Marcos

Distinguido Supervisor:

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

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

Por éste medio participo a usted para que el día 17 de junio del presente año a las 14:00 P.M en la Dirección del Instituto de Educación Diversificada de este municipio, el Director del Instituto LIC. Nerly Ovany Requena de León y catedráticos del Curso Biología , con el fin de socializar los contenidos de la **Guía importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud**, para estudiantes del nivel medio, ciclo Diversificado, el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndolo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente.

(f) _____

PEM. Deily Veronica Sánchez López
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

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



Catarina, San Marcos junio de 2016

LIC. Nerly Ovany Requena de León
Director INED
Catarina, San Marcos

Distinguido Director:

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

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

Por este medio participo a usted, para que el día 17 de junio a las 14:00 P.M en la dirección que está a su digno cargo, tendremos una reunión de trabajo con el Supervisor Educativo sector 1216.2 y catedráticos del Área de Biología para socializar los contenidos de la **Guía la importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud**, para los estudiantes del nivel medio, ciclo Diversificado el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciendo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente.

(f) _____

PEM. Deily Veronica Sánchez López
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

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



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Catarina, San Marcos junio de 2016

A:

Docente del Area de Biología

INED, Catarina, San Marcos

Distinguido Docente:

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

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

Por este medio, participo a usted para que el día 17 de junio a las 14:00 P.M en la Dirección del INED, en donde usted labora, cabecera municipal de Catarina, San Marcos, donde tendremos una reunión de trabajo, con el Supervisor Educativo Sector 1216.2 PEM. César Augusto Ambrocio Gutiérrez, el Director del Instituto antes mencionando y catedráticos del Área de Biología , con el fin de socializar los contenidos de la **Guía importancia de las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades que afectan la salud**, para los estudiantes del nivel medio ciclo básico; el cual es prodeucto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndolo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente,

(f) _____

PEM. Deily Veronica Sánchez López
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa



ENTREVISTA AL SUPERVISOR EDUCATIVO

PEM. César Augusto Ambrocio Gutiérrez

Instrucciones: Conteste las siguientes preguntas.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



CUESTIONARIO DIRIGIDO AL PERSONAL DE LA INSTITUCIÓN

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

1. ¿Considera que el instituto, cumple con sus funciones de acuerdo a las leyes y reglamentos establecidos?
SI _____ NO _____
2. ¿Existen buenas relaciones humanas con sus compañeros?
SI _____ NO _____
3. ¿Ha recibido capacitaciones constantes sobre Proyectos ambientales?
SI _____ NO _____
4. ¿Considera que las instalaciones de esta institución son adecuadas para brindar un buen servicio a los usuarios?
SI _____ NO _____
5. ¿se considera un profesional digno de la institución?
SI _____ NO _____
6. ¿Mantiene buenas relaciones laborales con el jefe de esta institución?
SI _____ NO _____
7. ¿Se siente bien de ser parte de esta institución?
SI _____ NO _____
8. ¿Le brindan todas sus prestaciones de acuerdo a la ley?
SI _____ NO _____
9. ¿Considera que hay discriminación por parte del MINEDUC por el hecho de pertenecer del renglón 021?
SI _____ NO _____
10. ¿Considera que todos los catedráticos planifican sus actividades docentes?
SI _____ NO _____

ENTREVISTA A USUARIOS (PADRES DE FAMILIA)

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

1. ¿Considera que la institución cumple con sus funciones?
SI _____ NO _____
2. ¿Cree usted que el personal de esta institución es el idóneo?
SI _____ NO _____
3. ¿Cree usted que el servicio que presta esta institución debe mejorar?
SI _____ NO _____
4. ¿Considera que las instalaciones de esta institución son adecuadas a las necesidades de los usuarios?
SI _____ NO _____
5. ¿Cree que el ambiente es agradable?
SI _____ NO _____
6. ¿Conoce usted al director?
SI _____ NO _____
7. ¿Cree que la educación que se imparte es de calidad?
SI _____ NO _____
8. ¿Cree que es importante abordar temas de impacto ambiental, como el tema de la reutilización de productos no reciclables?
SI _____ NO _____
9. ¿Cree que se cumple con el horario de la jornada?
SI _____ NO _____
10. ¿Considera que existe armonía entre el personal docente y el director?
SI _____ NO _____



**Entrevista a Estudiantes del Instituto Nacional de Educación
Diversificada, Catarina, San Marcos.
Responsable: Epesista**

Instrucciones: Responda SI o NO y justifique su respuesta

1.- ¿Considera que es de gran importancia las plantas medicinales y su utilización para prevenir enfermedades?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

2.- ¿Cree qué sobre la aplicación y utilización de las plantas medicinales le ayudarán a ser una mejor persona?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

3.- ¿Existirá conocimiento en los guatemaltecos con respecto sobre la importancia de todas las plantas medicinales?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

4.- ¿sabe de instituciones que se preocupen por la Capacitación de Jóvenes para la vida Productiva?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

5 ¿Le gustaría que en el establecimiento exista una Guía que contenga temas sobre la aplicación y utilización de las plantas medicinales para el beneficio de la salud?.

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____



EVIDENCIAS DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO



Instalaciones del Instituto Nacional de Educación Diversificada, municipio de Catarina, San Marcos. (En su cancha deportiva)



Cuenta con diversidades de aulas para los Estudiantes profesionales





Los 25 jóvenes estudiantes dentro de su aula



En el otro perfil de los y las estudiantes del curso de “Biología”.



**Preparativos antes de la capacitación
con el mobiliario de trabajo.**

**Epesista con la
motivación “Fui al
Médico”. Con los jóvenes
profesionales del Instituto
Nacional Diversificado
Educación**





**Epesista les la Bienvenida
a los estudiantes del Nacional de
Educación Diversificada,
municipio de Catarina, San Marcos**



**Epesista da a conocer el
Tema: Sobre la Guía sobre
la importancia de las
plantas medicinales
Y su utilización al beneficio
de la salud.**

Epesista durante la capacitación enfoca su tema de su guía que da a proyectar y a los estudiantes que utilidades nos beneficia del extracto de sábila a nuestra salud.



Los jóvenes hacen sus propias anotaciones y se motivan en el tema de epesista.



Sus grandes beneficios que nos traen las plantas medicinales que se encuentra en nuestro entorno.



Los jóvenes estudiantes realizar preguntas a la capacitadora epesista de la Universidad San Carlos de Catarina, Facultad de Humanidades, Extensión Catarina San Marcos.



La aplicación y su función que nos trae las plantas medicinales como el extracto de la sábila con el problema de acné.



Los jóvenes estudiantes aceptan la guía y se comprometen en utilizarlo





**La joven estudiante
hace conciencia y dará
a conocer el tema con sus
padres de familia de la
actividad aplicando de la
Guía del uso de las
plantas
medicinales y su utilización de los
beneficios para prevenir enfermedades
que influyen en nuestra salud.**



**Epesista con los alumnos y director del Instituto Nacional de Educación
Diversificada del municipio de Catarina, San Marcos.**