

Mayco Leonel Domingo Hernández

Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Idefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango

Asesor: Maestro Alejandro Gudberto Camas Chávez



FACULTAD DE HUMANIDADES

Departamento de Pedagogía

Guatemala, febrero de 2019

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

Guatemala, febrero de 2019

Índice

Contenido	
Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo I: Diagnóstico	1
1.1 Contexto	1
1.1.1 Ubicación geográfica	1
1.1.2 Composición social	15
1.1.3 Desarrollo histórico	26
1.1.4 Situación económica	29
1.1.5 Vida política	33
1.1.6 Concepción filosófica	36
1.2 Institucional	38
1.2.1 Identidad institucional	38
1.2.2 Desarrollo histórico	42
1.2.3 Los usuarios	44
1.2.4 Infraestructura	46
1.2.5 Proyección social	50
1.2.6 Finanzas	52
1.2.7 Política laboral	55
1.2.8 Administración	56
1.2.9 Ambiente institucional	59
1.2.10 Otros aspectos	62
1.3 Listado de carencias/deficiencias/fallas, contextual e institucional	63
1.4 La problematización de las carencias y enunciado de hipótesis-acción	64
1.5 Priorización de problema y su respectiva hipótesis-acción	69
1.6 Análisis de viabilidad y factibilidad	72
Capítulo II: Fundamentación teórica	76
2.1 Conceptualización	76
2.2 Fundamentos teóricos	77

2.3	Fundamentos legales	134
Capítulo III: Plan de acción de la intervención (proyecto)		147
3.1	Tema/título del proyecto	147
3.2	Problema seleccionado	147
3.3	Hipótesis-acción	147
3.4	Ubicación geográfica de la intervención	147
3.5	Unidad ejecutora	147
3.6	Justificación de la intervención	148
3.7	Descripción de la intervención	148
3.8	Objetivos de la intervención	149
3.9	Metas	150
3.10	Beneficiarios	150
3.11	Actividades para el logro de los objetivos	151
3.12	Cronograma	152
3.13	Técnicas metodológicas	153
3.14	Recursos	153
3.15	Presupuesto	155
3.16	Responsables	156
3.17	Formato de instrumentos de control o evaluación de la intervención	157
Capítulo IV: Ejecución y sistematización de la intervención		159
4.1	Descripción de las actividades realizadas	159
4.2	Productos, logros y evidencias (Fotos, actas, solicitudes)	161
4.3	Sistematización de la experiencia	204
4.3.1	Actores	204
4.3.2	Acciones	205
4.3.3	Resultados	206
4.3.4	Implicaciones	208
4.3.5	Lecciones aprendidas	209
Capítulo V: Evaluación del proceso		212
5.1	Del diagnóstico	212
5.2	De la fundamentación teórica	214
5.3	Del plan de intervención	215

5.4	De la ejecución y sistematización de la intervención	217
5.5	Evaluación final del –EPS-	218
	Capítulo VI: El Voluntarido	219
6.1	Plan de la acción realizada	219
6.2.	Sistematización	229
6.3	Evidencias y comprobantes (fotos, documentos, finiquitos)	231
	Conclusiones	260
	Recomendaciones	261
	Bibliografía	262
	Apéndices	264
	Apéndice 1. a) Plan general del –EPS-	265
	Apéndice 2. a) Plan del diagnóstico	274
	Apéndice 3. Instrumentos de investigación	285
	Apéndice 4. a) Documentos utilizados para la ejecución de la intervención	286
	Apéndice 5. Informe EPSUM	291
	Anexos	317
	Anexo 1. Carta de nombramiento de Asesor del –EPS-	318
	Anexo 2. Carta de solicitud de sede para el –EPS-	319
	Anexo 3. Carta de autorización y aceptación de sede para el –EPS-	320
	Anexo 4. Constancia del trabajo que realiza la OMPNA	321
	Anexo 5. Cartas de sostenibilidad del proyecto de intervención	322
	Anexo 6. Cartas de ejecución de las capacitaciones	325
	Anexo 7. Carta de entrega de la guía	328
	Anexo 8. Finiquito de culminación en el Programa –EPSUM-	329
	Anexo 9. Dictamen favorable por culminación del –EPS- por parte del Asesor.	330
	Anexo 10. Carta de Nombramiento de Revisores	331
	Anexo 11. Dictamen favorable por culminación del –EPS- por parte de los Revisores	332
	Anexo 12. Fotografías en general del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango	333
	Anexo 13. Fotografía, reunión de –EPS-, juntamente con el Asesor	335

Índice de cuadros

Cuadro 1. Parámetros climáticos de San Ildefonso Ixtahuacán	8
Cuadro 2. Aldeas, caseríos y cantones, de San Ildefonso Ixtahuacán	16
Cuadro 3. Estadística Educativa: Sector Oficial	19
Cuadro 4. Estadística Educativa: Sector Privado	19
Cuadro 5. Estadística Educativa: Sector Cooperativa	20
Cuadro 6. Leyes que rigen al Gobierno Municipal	35
Cuadro 7. Actividades y presupuestos municipales generales	54

Índice de gráficas

Gráfica 1. Mapa mundial	1
Gráfica 2. Mapa de América	2
Gráfica 3. Mapa de Centroamérica	3
Gráfica 4. Mapa de Guatemala	4
Gráfica 5. Mapa de Huehuetenango	5
Gráfica 6. Mapa del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán	6
Gráfica 7. Población maya-mam y ladino, en el municipio de	18
Gráfica 8. Estudiantes de todos los sectores y niveles, promovidos para el 2018	20
Gráfica 9. Antiguo parque central de San Ildefonso Ixtahuacán	44
Gráfica 10. Fotografía interna de la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán	46
Gráfica 11. Plano de la Municipalidad, Identificados los espacios	47

Resumen

Este informe se elaboró con el propósito de dar a conocer las acciones realizadas dentro del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–, en la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango. En el cual se llevó a cabo una serie de acciones, desde la observación hasta la ejecución, iniciando con la recolección de carencias, debilidades, deficiencias y fallas, tanto contextual como institucional, para determinar la posible solución de la más relevante. Iniciando con la planeación, organización, dirección, control y evaluación, respectivamente en su orden. Para la implementación de capacitaciones dirigidas a centros educativos del ciclo básico de la cabecera Municipal, con el tema principal sobre **Salud sexual y reproductiva**, dirigida a estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango, ya que se logró determinar la presencia de embarazos en adolescentes y en consecuencia, se elaboró una guía para los estudiantes, sobre la importancia de una buena salud sexual y reproductiva consciente, madura y responsable.

Con los principales resultados, la participación del 80% de estudiantes del ciclo básico, así también padres de familia y docentes, logrando hacerles conciencia a través de orientaciones. Sobre todo la aceptación y el compromiso de darle seguimiento al proyecto, siendo de carácter educativo y administrativo.

Palabras claves: adolescente, embarazo, salud, sexualidad, aparatos reproductores, métodos de planificación, enfermedades de transmisión sexual.

Introducción

El Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-, posee su principal metodología que es la investigación-acción, en lo cual este informe se enfoca directamente en la disminución o prevención de los embarazos en adolescentes, en el municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango; que se ha caracterizado como un problema social y educativo, en la cual inunda la posibilidad de que los estudiantes puedan continuar con sus estudios respectivos. Es por ello se implementa una guía sobre salud sexual y reproductiva, dirigido a estudiantes del nivel medio, con el objetivo de generar conciencia en ellos para prevenir embarazos a temprana edad, comprometiéndose a darle lectura consciente. También se destaca la premisa de que todos los seres humanos tienen derecho a disfrutar de su salud sexual y reproductiva libre de discriminación, coerción y violencia de cualquier tipo.

Este informe del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-, consta de seis capítulos, los cuales se describen a continuación:

Capítulo I: Diagnóstico. Contiene para su caso, la información del ambiente contextual como institucional sobre la realidad actual que tiene el municipio, resaltando para su efecto las carencias, deficiencias, debilidades y fallas. En donde se utilizó diferentes técnicas y recursos para su obtención, logrando así el proceso de investigación-acción.

Capítulo II: Fundamentación teórica. Describe los fundamentos teóricos de manera concreta y sintetizada, provenientes del título del proyecto, que es salud sexual y reproductiva, brindando los aspectos relevantes relacionados a la prevención de embarazos en adolescentes, incorporándose para ello los siguientes temas: la salud, la sexualidad, aparatos reproductores, enfermedades de transmisión sexual y los métodos de planificación y por último la base legal, que es integrada todas las leyes que se relacionan con el título del proyecto.

Capítulo III: Plan de acción. En este capítulo se describen los elementos específicamente del proyecto, que abarca desde el título del proyecto, lugar de ejecución, el tiempo a utilizar, objetivos implementados para el logro de los resultados, justificación, las metas, las actividades, métodos, técnicas, ejecutores y beneficiarios, los recursos, todos estos para lograr los objetivos propuestos.

Capítulo IV: Ejecución y sistematización de la intervención. Se describen las evidencias generadas del proyecto, las actividades y resultados, los productos y logros, la preparación y elaboración de la guía sobre salud sexual y reproductiva, dirigida a estudiantes del nivel medio, del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango, y por último, la descripción de la experiencia según los actores e intermedios que se tuvieron.

Capítulo V: Evaluación del proceso. Dentro de la cual se integran los instrumentos que fueron utilizados para evaluar cada uno de los capítulos anteriores, evidenciando los resultados obtenidos, a través de listas de cotejo.

Capítulo VI: El voluntariado. Conocido como un aporte de reforestación, con la plantación de 625 árboles, conformado a través de un plan de acción de la intervención, la sistematización de la acción, y las evidencias necesarias que comprueban la ejecución de la reforestación, como también los documentos requeridos para darle sostenibilidad y sustentabilidad.

Al final del informe se describen las conclusiones, recomendaciones, fuentes bibliográficas, y en apéndice, anexos, se encuentran los documentos (fotografías, cartas, instrumentos y otros) que brindan soporte técnico al informe del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–.

Capítulo I

Diagnóstico

1.1 Contexto

1.1.1 Ubicación geográfica

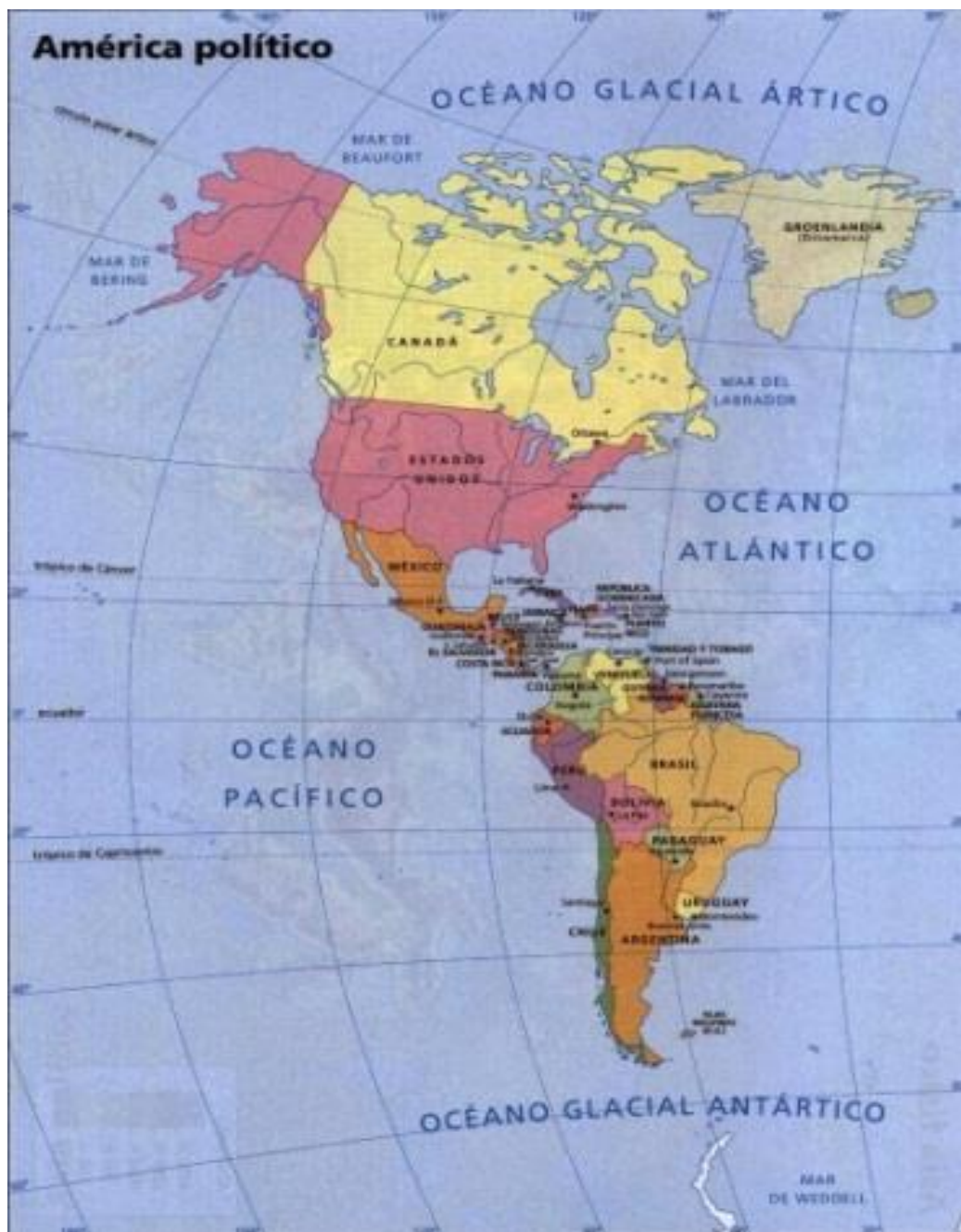
- ✓ Localización

Gráfica 1. *Mapa mundial*



mapcollection.wordpress.com

Gráfica 2. Mapa de América



Gráfica 3. Mapa de Centroamérica



nestorgeografia.blogspot.com

Gráfica 4. Mapa de Guatemala



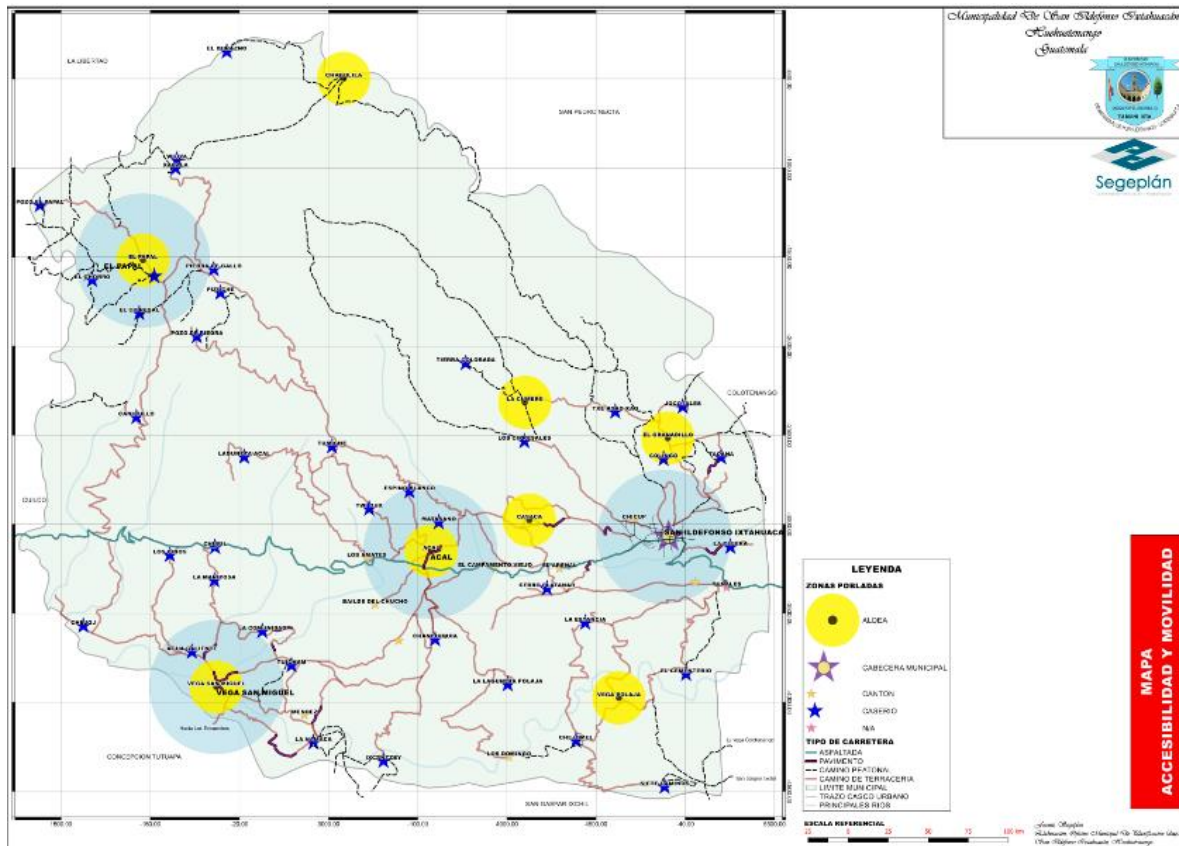
español.mapsofworld.com

Gráfica 5. Mapa de Huehuetenango



español.mapsofworld.com

Gráfica 6. Mapa del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán



El municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

Se encuentra a una distancia de 48 km de la cabecera departamental de Huehuetenango y a 298 km de la Ciudad de Guatemala. Está rodeado por municipios del departamento de Huehuetenango, excepto al sur, que colinda con Concepción Tutuapa, municipio del departamento de San Marcos.

- * Norte: La Libertad y San Pedro Necta, municipios del departamento de Huehuetenango.
- * Sur: Concepción Tutuapa, municipio del departamento de San Marcos.
- * Este: Colotenango y San Gaspar Ixchil, municipios de Huehuetenango.
- * Oeste: Cuilco, municipio de Huehuetenango.



✓ Extensión territorial

El municipio de San Ildefonso Ixtahuacán tiene una extensión territorial de 184 km², que abarca sus límites territoriales.

✓ Clima

El municipio de San Ildefonso Ixtahuacán tiene clima templado y cálido, estos cambios de temperatura hacen susceptibles a sus habitantes a enfermedades respiratorias, especialmente a los niños, aumentando las consultas de problemas respiratorios. (Köppen: *Cwb*).

Cuadro 1. Parámetros climáticos de San Ildefonso Ixtahuacán

 Parámetros climáticos promedio de San Ildefonso Ixtahuacán 													
Meses	Ene	Febr	Ma	Ab	Ma	Ju	Jul	Ago	Sep.	Oct.	No	Dic.	Anu
	.	.	r.	r.	y.	n.	.	st.			v.		al
Temp. máx. media (°C)	23.6	24.5	26.2	26.9	26.2	24.9	24.5	24.9	24.4	23.9	23.8	23.4	24.8
Temp. media (°C)	16.4	17.0	18.6	19.6	19.3	18.7	18.7	18.7	18.6	18.2	17.4	16.6	18.2
Temp. mín. media (°C)	9.3	9.6	11.0	12.3	13.0	13.7	12.9	12.6	12.9	12.6	11.1	9.9	11.7
Precipitación total (mm)	20	14	27	69	159	363	254	238	349	237	63	25	1818

Fuente: Climate-Data.org

✓ Suelo

Los suelos del municipio son variables, existen pedregosos, arcillosos y arenosos en las orillas de los ríos, que generalmente son de buena tierra propias para cultivos de maíz, papas, hortalizas, caña, maní y árboles frutales. Las pendientes van de 0 a 50%. El uso potencial casi del 90% de esta tierra es para uso forestal y en cuanto al grosor del suelo va de 25 a 30 cm.

Para el Municipio existen dos variaciones en los tipos de suelos, en primer lugar los de la altiplanicie central con características físicas onduladas e inclinadas los cuales son escasamente cultivados este topo puede encontrarse en los centros poblados de San Ildefonso Ixtahuacán, Aldea Acal, Vega San Miguel y en segundo lugar los bosques abiertos donde se da el pastoreo, y los suelos de los cerros de caliza que son tierras muy pedregosas aptas para bosques y pastos que pueden encontrarse en las aldeas de: La Cumbre, El Papal y Chiquililá.

Tipos de Suelos

Las tierras del Municipio son de vocación forestal, las partes que se ubican a largo de las cuencas hidrográficas de los ríos Cuilco y Selegua presentan mejores características para actividades agrícolas. Un elemento importante como el grado de contaminación de estos ríos lo cual incide en la potencialidad del suelo, así como en la degradación paulatina de sus propiedades físicas. Los suelos de clase de la altiplanicie central, son poco profundos, bien drenados sobre materiales volcán (Mancomunidad del Sur Occidente de Huehuetenango (MAMSOHUE), 2013).

Clases Agrológicas de los Suelos.

Se puede determinar que las propiedades físicas, químicas, topográficas y de minerales que presentan los suelos del Municipio, en lo referente a pendientes y relieves de los mismos, se da una clasificación agrológica de mayor representatividad.

✓ Accidentes geográficos

Los principales accidentes geográficos del municipio, se encuentran los ríos, montañas, cerros y algunas lagunas.

Ríos:

El río Cuilco.

El afluente posee una extensión de 1,535 km², que eso es la extensión en general que abarca varios municipios, según el Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales –MARN- con un recorrido en el Municipio de 12,174 hectáreas y un caudal de 24.08 en m³/segundo según datos de Cuencas Hidrográficas. Recorre las aldeas: Vega San Miguel y Vega Polajá. Caseríos: Chejoj, Agua Caliente, La Hamaca, Ixcantzey, Chejomel, La Estancia, La Laguneta Polajá y El Cementerio. Cantón: Mangales, Mendez, Domingos y Ordóñez.

Entre los años 2003 y 2013 su principal utilización fue para la actividad agrícola; la contaminación se debe a basura que se localiza en sus orillas y agroquímicos utilizados para los cultivos. Según pobladores el caudal aumenta en época de lluvia, lo que provoca daños a las viviendas y pérdidas de cultivos, caso contrario en época seca que disminuye considerablemente.

Río Selegua.

Posee una extensión de 2,274 km², un recorrido en el Municipio de 6,191 hectáreas y un caudal de 44.90 en m³/segundo según datos de MARN. Recorre las aldeas: La Cumbre, El Granadillo y caserío Los Jocotales y Tacaná. Su caudal es permanente con aumento en la época de lluvia. Está contaminado por basura y desechos sólidos.

Río Helado.

Recorre la Cabecera Municipal y los siguientes centros poblados: aldea La Cumbre, caseríos: Tierra Colorada, Cipresales y Tuixcoy y cantón Chicup, se une al río Islinge a la altura del Pueblo y desemboca en el río Selegua; presenta un caudal bajo

con aumento en época de lluvia. En el año 2003 su principal contaminación era producto de la actividad extractiva por la operación minera. 32

Para el año 2013 se encuentra contaminado por desechos sólidos. Se utiliza para la irrigación de cultivos.

Rio Islinge.

Recorre la Cabecera Municipal, los caseríos: Matasano, Espino Blanco, El Arenal y Platanar y cantones: Campamento Viejo y Bella Vista, se une al río Helado y desemboca en el río Selegua; presenta un caudal bajo con un leve aumento en la época de lluvia. Se utiliza para la extracción de arena. En el año 2003 el principal motivo de contaminación era la actividad extractiva de la operación minera. Para el año 2013 su contaminación se debe a desechos sólidos provenientes de los hogares y basureros clandestinos a sus orillas.

Rio Limar.

Recorre aldea Chiquililá y caseríos: El Durazno y Wuiyá, desemboca en el río Selegua. Su caudal es permanente debido al clima y altura. El uso es para el abastecimiento de las familias de los centros poblados e irrigación de los cultivos. Se encuentra contaminado por insecticidas, fungicidas y herbicidas.

Rios Coxtón y Gualchinab.

Estos ríos provienen del municipio Concepción Tutuapa, departamento de San Marcos. Se unen en el caserío Chejoj y desembocan en el río Cuilco. No se observó contaminación en el Municipio, pero el río Gualchinab recorre la cabecera municipal de Concepción Tutuapa donde es contaminado por desechos sólidos. Su utilización es mínima debido a que su caudal es bajo y que los pobladores utilizan el río Cuilco.

Rio Siete Caminos.

Recorre el municipio de Concepción Tutuapa e ingresa al Municipio por el caserío Siete Caminos y luego por Ixcantzey donde desemboca en el río Cuilco. Su caudal es permanente con aumento en época de lluvia; el uso que le da la población es

para el riego de cultivos; es contaminado por la actividad agrícola debido al uso de productos agroquímicos.

Río Chilumilá.

Proviene del municipio de Concepción Tutuapa. Recorre a un costado del caserío La Hamaca y desemboca en el río Cuilco. Su caudal es bajo pero permanente con un mínimo aumento en época de lluvia. No es utilizado debido a que las pocas viviendas que se encuentran en sus alrededores utilizan el caudal del río Cuilco.

Río Agua Caliente.

Recorre la aldea Vega San Miguel y caseríos: Laguneta Acal, Chupil, La Mariposa, La Comunidad y Agua Caliente, su caudal presenta aumentos en época de lluvia, la desembocadura se da en el río Cuilco. En el año 2003 constituía un atractivo turístico, presentaba utilización agrícola con la irrigación de cultivos así como uso en actividades domésticas. Para el 2013 la contaminación del mismo se debe a la utilización en actividades domésticas.

Río Chupil.

Recorre caserío Chupil y La Mariposa, se une al río Agua Caliente y desemboca en el río Cuilco. Su caudal no es continuo, aumenta en época de lluvia; se utiliza para la irrigación de cultivos.

También se encuentra **La Laguna intermitente Polajá** Cuenta con una profundidad aproximada de 12 metros en su centro, esta se encuentra en condición de degradación producto de la falta de mecanismos de conservación, sus aguas presentan excesiva concentración de basura en sus bordes, se puede apreciar aguas negras provenientes de los hogares que desembocan directamente sin ningún tipo de tratamiento. Los usos se reducen a la irrigación de cultivos así como las actividades domésticas (Municipalidad, 2013)

Esta también la laguna conocida como “Las 2 Marías”, que se encuentra ubicado en el caserío La Laguneta Polajá.

Así también se encuentra el cerro llamado Cerro Pix Pix, que traducido al español significa Pedazo Pedazo.

✓ Recursos Naturales

Se basa principalmente en la flora y fauna que se tiene en el municipio.

Existen en la actualidad la reserva de árboles maderables en las partes altas: el pino, encino, robles, ciprés, conaque, matasano, conacaste, eucalipto, pinabete, madrón, gravillea y aliso. En las partes bajas se tiene aún una parte de dé arbusto llamado Copal que produce una resina que los antiguos lo masticaban como chicle, con un aroma fragante y con la corteza hacían costumbres rituales.

Los bosques son afectados por la deforestación y la expansión de la frontera agrícola esto por la necesidad de la siembra de maíz e implementación de sembradíos de café; entre otras causas la tala de árboles para uso de leña en actividades domésticas, el crecimiento poblacional y la expansión de las áreas urbanas y los incendios forestales.

El registro en el INAB para los programas, se encuentra en la sub-región VII-2; para el año 2013 se encontraban registrados 79 expedientes en el programa PINPEP conformando por 96% para el manejo de bosque natural con fines de protección y 4% para la plantación forestal; contando con 161.62 hectáreas reforestadas.

En caso de la flora y fauna que son otros dos componentes muy importantes que cabe mencionar dentro de los recursos naturales, por lo que hablaremos en primer lugar:

Flora.

Se conoce como todas las especies silvestres existentes dentro del municipio, que a su vez en un porcentaje aún es conservado y vistoso por la misma población.

Los cuales se pueden describir a continuación las flores ornamentales de las especies de rosas, claveles, cartuchos, girasol silvestre y pascuas, dalia, jazmín. Por lo

que estos son conservados principalmente dentro de las familias, utilizándolos dentro de sus jardines o bien como macetas de modo creativo.

Fauna.

Conocido como las diferentes especies de seres vivos que se ubican dentro del municipio, para lo cual hasta en la actualidad ya no es tan común: El gato de monte, comadreja, tacuazín, zopilote, gavián, gorrión, zanate, armadillo, ardilla, tortolita, torcaza, chocoyo, tuza, zorrillo, tecolote, ceniztonle, conejo, coyotes y algunos reptiles como lagartijas y culebras (López M. J., 2018)

El área protegida que aún se logró recuperar es el que se encuentra ubicado a un costado del cementerio municipal conocido como “El Bosque”, actualmente funciona como un centro recreativo.

✓ Vías de comunicación

Al conferirse de las vías de acceso se entiende como el acceso al municipio en general: en donde comienza la primera entrada de la Ruta Interamericana, hacia el municipio de Colotenango, El acceso principal al Municipio se sitúa por la ruta Interamericana CA-1 hasta llegar al kilómetro 288, luego se desvía hacia la ruta nacional 7-W la cual lo conduce a la cabecera Municipal, en el transcurso del camino se atraviesa el municipio de Colotenango, así como también la entrada al municipio de San Gaspar Ixchil. Posteriormente continúa el recorrido hacia el municipio de Cuilco. Por esa vía se puede transbordar por cualquier medio, buses, picops, motocicletas, bicicletas y peatonal.

Las demás vías de comunicación hacia las comunidades únicamente son de terracería, en lo cual solo se puede viajar en picop doble y motocicletas. Porque existen comunidades muy lejanas de hasta 1 a 3 horas de recorrido.

1.1.2 Composición social

✓ Integración de la población

En primer lugar integrar consiste en involucrarse dentro de una comunidad o grupo social, con beneficios comunes.

Principalmente comienza con la integración de la población con una mayoría de maya-mam distribuido en comunidades y algunos en el área urbana.

Comienza formándose por auxiliares, COCODES, Grupo de Mujeres, Organización de Padres de Familia y otros.

Se descentraliza a través de un área urbana, luego por aldeas, caseríos y cantones:

Cuenta con 8 aldeas los cuales son: Acal, Casaca, Vega Polajá, Vega San Miguel, El Papal, Chiquililá, La Cumbre y El Granadillo.

Así también estos son los siguientes caseríos que oficialmente cuentan con sus autoridades principales, nos referimos a: COCODES (Gómez & Felipe, 2018).

Cuadro 2. Aldeas, caseríos y cantones, de San Ildefonso Ixtahuacán

	Chicup
Casco Urbano	El Copalar
	La Tejera
	Bella Vista
	Tacaná
	Arenal
Aldea Acal	Laguneta Acal
	Tumiche
	Pozo de piedra
	Chanchiquiá
	Chupil
Aldea Vega San Miguel	La Hamaca
	Chejoj
	Agua Caliente
	Tuicham
	La Comunidad
	Ixcantzey
	La Mariposa
	Cantón Méndez
Aldea El Papal	Pisuche
	Canutillo
	El Pozo
	Güiyá
	Xacalá
Aldea Chiquililá	El Durazno
Aldea El Granadillo	Jocotales
Aldea Casaca	Cerro Platanar
	Platanar
Aldea Vega Polajá	Chejomel

	Siete Caminos
	El Cementerio
	La Estancia
Aldea La Cumbre	La Cumbre I
	La Cumbre II
	Cipresal

✓ Organizaciones funcionales

Actualmente existen varias organizaciones que funcionan dentro del municipio: organizaciones con diversos fines que promueven y fortalecen la organización social como: Los integrantes del COMUDE, que consiste en la agrupación de todas las directivas de los COCODES, luego están los COCODES.

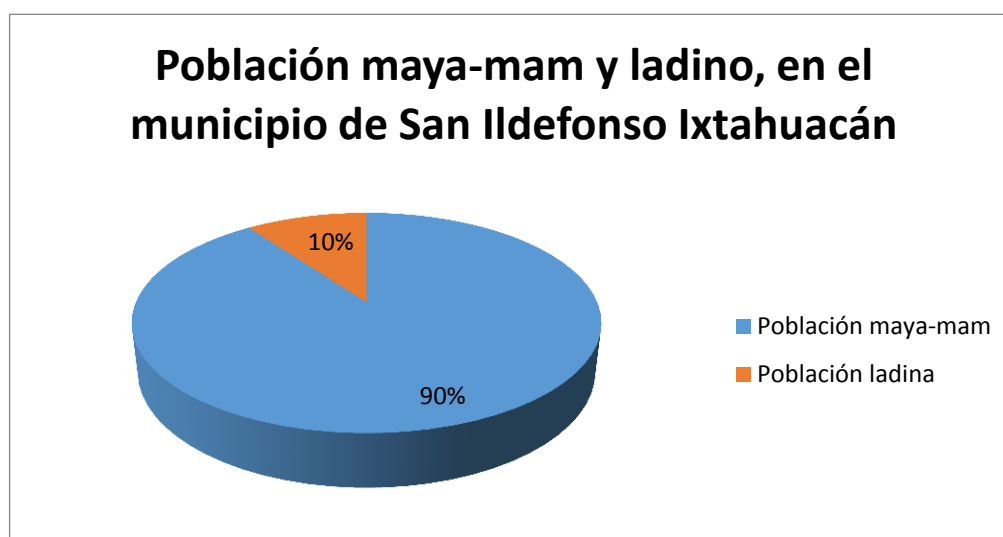
Se encuentran también presentes en el municipio AFOPADI, lo cual vela por el desarrollo de los pobladores del municipio, es una Organización no gubernamental.

- ✓ Comités de educación -COEDUCA-, los cuales trabajan en todos los centros poblados del municipio.
- ✓ Asociación Comunitaria De Desarrollo Maya Mam (ACODIM-M), ésta trabaja en las áreas urbana y rural, proyectos de salud y seguridad alimentaria.
- ✓ Asociación De Desarrollo Comunitario De Siete Caminos Ixtahuacan (ADECONSIC), se encuentra ubicada en el Caserío Siete Caminos, en la aldea Polajá.
- ✓ Asociación de desarrollo de ventas de San Ildefonso Ixtahuacán (ASVSII)
- ✓ Asociación de Ruleteros de Ixtahuacán (ARIX)
- ✓ Asociación de Picoperos (ASOP)
- ✓ Asociación de Desarrollo Comunitario San José Ácal (ADCSJA)
- ✓ Asociación de Desarrollo Integral San Ildefonso Ixtahuacán Huehuetenango (ADISH).
- ✓ Asociación de Propietarios de Ruleteros de Cuatro Cilindros de San Ildefonso Ixtahuacán (ASOPBERUSI)
- ✓ Asociación de Mineros de Ixtahuacán ASODEMIX (DMP, 2016).

✓ Etnia

Se logró detectar y percibir que la etnia que predomina en la actualidad es el Maya-mam, que llega a ocupar hasta el 90% de la población, y el origen o etnia ladina que logra un aproximado de 10%, ubicados específicamente en el área urbana y en su caso algunos en áreas rurales, teniendo como lengua el castellano.

Gráfica 7. Población maya-mam y ladino, en el municipio de San Ildefonso Ixtahuacán



Fuente: Mayco Domingo, epesista 2018

✓ Instituciones educativas

En primer nivel se cuenta en el municipio con Prekinder, Kinder, Párvulos, Preprimaria, Primaria, Básico, Diversificado y hasta la fecha sigue existente el nivel Superior (Universidad). Los cuales a su vez son Oficiales y Privados. Que a continuación se describen por niveles, y sectores de la cantidad de niños inscritos y promovidos del año 2017 para 2018. Según estadísticas finales.

Cuadro 3. Estadística Educativa: Sector Oficial

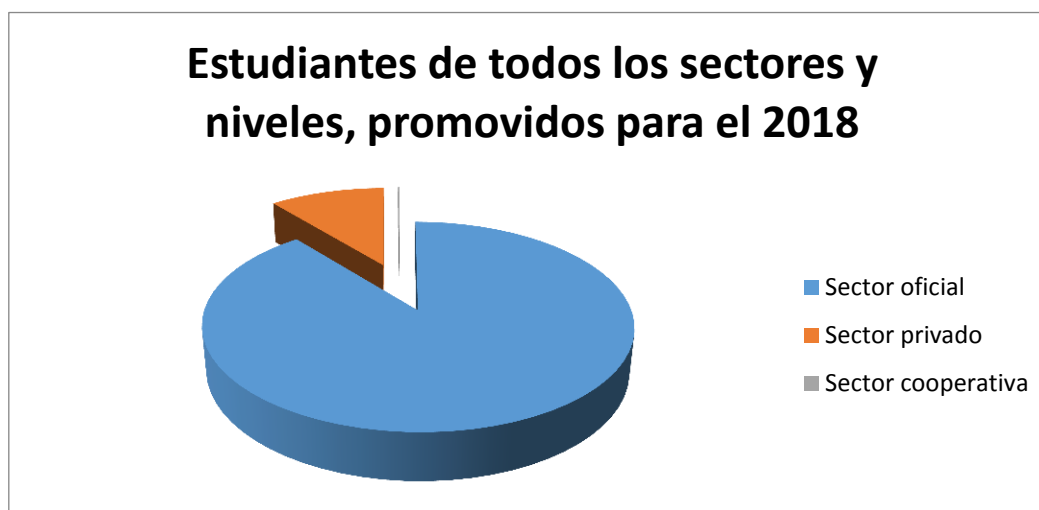
Nivel Educativo	Total de establecimientos	Inscritos			Promovidos
		M	F	T	
41	31	482	458	940	940
42	12	127	147	274	274
43	39	3,639	3,380	7,019	6,285
45	3	340	274	614	514
Totales	85	4,588	4,259	8,847	8,013

Cuadro 4. Estadística Educativa: Sector Privado

Nivel Educativo	Total de establecimientos	Inscritos			Promovidos
		M	F	T	
41	1	17	19	36	36
42	2	30	26	56	56
43	3	194	150	344	317
45	8	137	101	238	177
46	5	226	186	412	370
Totales	19	604	482	1,086	956

Cuadro 5. Estadística Educativa: Sector Cooperativa

Nivel Educativo	Total de establecimientos	Inscritos			Promovidos
		M	F	T	
41	0	0	0	0	0
42	0	0	0	0	0
43	0	0	0	0	0
45	0	0	0	0	0
46	1	6	9	15	14
Totales	1	6	9	15	14

Gráfica 8. Estudiantes de todos los sectores y niveles, promovidos para el 2018

Fuente: Mayco Domingo, epesista 2018

De esto se obtienen los establecimientos de educación parvulario, preprimaria y primaria del sector oficial, luego se encuentran los centros educativos del nivel medio en sus dos ciclos, básico y diversificado; en el ciclo básico se pueden apreciar: los Institutos Nacionales de Educación Básica, Institutos Nacionales de Educación Básica de Telesecundaria, el Instituto de Educación Diversificada por Cooperativa y los Colegios Privados de Educación Básica y Diversificado. Así también actualmente funciona el Colegio Nuevo Horizonte plan fin de Semana.

En donde vemos a finales del 2017 una inscripción total de niños y jóvenes en todos los sectores = 9,948 y los que fueron promovidos para este año 2018 reúne la cantidad de 8,983.

Así también con una totalidad de docentes en todos los sectores 463, que cubren a toda esta cantidad de estudiantes. Ya que la cantidad de docentes en el Sector Oficial es 379; Sector Privado 79 y Sector Cooperativa 5.

Ya que se ve reflejado en un alto índice la falta de actualizaciones curriculares de acuerdo al contexto que se tiene y esto provoca aún más los grados de alfabetización en la mayoría de los niños y jóvenes como también la deserción escolar a causa de varias dificultades, en donde destaca la migración, los embarazos a temprana edad, problemas en los hogares y la creencia de algunas familias (Coordinación Técnica Administrativa (CTA), 2018)

✓ Instituciones de salud

En primer lugar se habla acerca de la creación del “Instituto Guatemalteco de Seguridad Social –IGSS- empezó a funcionar el 15 de marzo de 1,972, con la unidad de accidentes y estaba destinada solo para beneficiar a los trabajadores de la empresa minera.

El 16 de mayo del 2,003 se inauguraron los servicios de enfermedad común, accidentes y maternidad, estos beneficios son para todas las personas afiliadas 28 Adicionalmente existen cuatro clínicas ubicadas en el Pueblo, dos parroquiales, dos particulares y siete ventas de medicina.

El municipio cuenta en el centro del mismo con un Centro de Atención Permanente, puestos de salud y Centros de Convergencia, ubicados en las comunidades que hoy en día ya se cuenta con una descentralización de territorios distribuidos en 5 y cada territorio cubre varias comunidades, Cabecera Municipal, El Granadillo, Acal, San Miguel... “El CAP de San Ildefonso Ixtahuacán, cuenta con clínica de pre-consulta y post-consulta, incluye también planificación familiar, hipotermia en la que incluye vacunación, consulta general, laboratorio clínico y clínica de emergencia, programa de tuberculosis, nutrición y control prenatal, entre otros. En el CAP existe orden de

jerarquía, cuenta con 149 comadronas a las cuales se les capacita mensualmente, ayudando de esta manera a la comunidad.

Según datos obtenidos la población hace uso de los servicios de salud de la localidad reflejada en el número de consultas atendidas en el centro y puesto de salud, predominando entre las primeras causas de morbilidad las infecciones respiratorias y diarreas, siendo los niños menores de 5 años de edad; esto debido a que ellos dependen totalmente de las madres de familia que en su mayoría son personas analfabetas.

En la planificación familiar el método más utilizado por las mujeres en edad fértil, es la inyección de 3 meses (depo-prevera), en la atención de partos a nivel del servicio de salud la cobertura es baja, puesto que la mayoría de mujeres atienden su parto con la comadrona. Y lo más grave que se presenta son los embarazos a temprana edad, desconociendo las causas y razones, ya que las consultas realizadas se detecta que señoritas adolescentes deciden casarse y formar su propia familia, por lo que trae la causa de concebir, sin tener la edad necesaria y el cuerpo no se encuentra preparado para esos casos; o bien, por razones de querer experimentar esa sensación de relación sexual, terminan llevándose la sorpresa de quedar embarazadas.

En la actualidad se registra una gran cantidad de embarazos detectados especialmente en jóvenes adolescentes de 13 a 17 años de edad, y en estos casos, de 15 a 18 años ya están casados o más bien unidos; por otra parte existen varias que son madres solteras, según los (as) encargados (as) de ellas.

Entre las primeras causas de mortalidad general, se encuentra: neumonía y bronconeumonías, diarrea y gastroenteritis de presunto origen infeccioso, envenenamiento auto-infligido por exposición a plaguicidas, en lugar no especificado, alcoholismo, nivel de intoxicación no especificado, choque hipovolémico, tumor maligno del fundas gástrico, insuficiencia renal aguda, no especificada, bronconeumonía no especificada, colitis y gastroenteritis no infecciosas, no especificadas y diabetes mellitus, no especificada (Centro de Atención Permanente (CAP), 2018).

El Distrito de salud cuenta con croquis de las comunidades, esto implica que hay facilidad de localizarlas y tener acceso a las mismas.

“Actualmente el distrito de salud cuenta con programas de prevención, promoción y seguimiento de casos, entre estas, las visitas domiciliarias a mujeres embarazadas, niños con desnutrición, capacitación a comadronas y educación a usuarios del servicio de salud.” (DMP, 2016)

✓ Vivienda

Al referirse de vivienda, se conoce como las características y condiciones de infraestructura que poseen las casas de la población en general: En el área rural es en donde se observa que la mayoría de viviendas está construido de adobe y de lámina como consecuencia de la falta de recurso económico. Inclusive hasta algunas viviendas están construidas de lámina, o de paja; o también de techo de teja que se puede ver en las casas más antiguas de las comunidades lejanas.

Por otro lado en el área urbana se puede apreciar y observar que la mayoría de viviendas están construidas con paredes de block y terraza fundida como techo o de lámina; así como también en algunas comunidades, las familias poseen viviendas construidas de block y taraceada o bien de lámina.

✓ Cultura

Al referirse de cultura es aquella que contribuye al fortalecimiento e identidad. La cultura del municipio esta enriquecida por una serie de manifestaciones sociales, culturales y religiosas; donde resaltan las celebraciones en los principales centros poblados que tienen como referente al santoral católico cristiano. Estas fiestas se caracterizan por la práctica de algunas tradiciones que se celebran en honor a santos patronales.

Así también en la cabecera municipal aún se conserva la marimba como instrumento autóctono de Guatemala, en donde se puede apreciar la Escuela de Marimba, que es integrada principalmente por jóvenes.

Por otro lado lo que resalta aún es la conservación del traje típico. En donde Los indígenas son de buenas índoles y muy dados al comercio y a los viajes. “Su traje tradicional ha consistido en uno de genero blanco ordinario con ceñidor o banda roja, paño del mismo color en la cabeza, que llama zute o tzute y sombrero de petate. Las mujeres (...). Corte azul y güipil blanco” (DMP, 2016). Usan cinta roja en el pelo y collar de perlas de cristal con monedas antiguas de plata. Es indudable que el hilo blanco siempre ha sido utilizado, aunque en cantidad reducida se observa que se le combina con el anaranjado pálido, llamado localmente xk’an. También se han acentuado colores como el negro y el rojo, ornados de imponentes motivos como lo son las representaciones de la milpa, el café y lo que ha dado en llamar los floreados. También se han acentuado colores como el negro y el rojo, ornados de imponentes motivos como lo son las representaciones de la milpa, el café y lo que se ha dado en llamar lo floreados. El corte llamado se compone de dos piezas del mismo tamaño y color; tiene un largo de seis cuartas, pero a veces se extiende a siete (tkan wuk), según el gusto particular de quien lo use.

✓ Costumbres

Se refiere a todas las prácticas que aún siguen existentes dentro del municipio y que lo caracteriza de los demás “la fiesta titular de Ixtahuacán se celebra del 21 al 24 de enero, en honor a su patrón, San Ildefonso; el día principal es el 23, cuando la iglesia católica conmemora a San Ildefonso arzobispo” (DMP, 2016).

Posee sus propios grupos de danza tradicional, en que los bailadores representan escenas de la vida diaria, ritos alusivos a la fecha o acontecimientos especialmente que van acompañados, la mayoría de las veces, de bandas musicales y de su instrumento de batalla: la marimba, de la cual son especialistas y que en las fiestas no puede faltar.

En la aldea Casaca estas fiestas se celebran el 15 de enero y el 15 de mayo, cuando presentan los bailes folklóricos: La Granada y Los Toritos.

Las personas, principalmente los ancianos mayas, suben en el mes de abril al “Cerro Pix Pix” con el objetivo de realizar una ceremonia maya para pedir lluvia.

Las mujeres de Ixtahuacán caracterizan sus huipiles bordándoles en seda un ancho cuello cuadrado de diseños geométricos. Los tres lienzos son tejidos en telar de palitos y se unen por pequeñas randas multicolores. Los cortes tubulares son tejidos en telar de palitos, contando con diseños brocados que contrastan con los de los huipiles. La habilidad de las tejedoras se manifiesta en estos cortes, ya que es muy difícil determinar el principio o el final del lienzo con que fueron hechos (DMP, 2016).

En relación a tradiciones enfocadas al respeto de la tierra existe la conocida como “Permiso para cortar un árbol”, la cual es una ceremonia consistente en presentar un respeto especial en el corte de un árbol, por medio de la realización de un rito frente a este para pedir a Dios el permiso de cortarlo. La tradición mostrada al corazón de la madre tierra para empezar a trabajar la tierra. Las costumbres y creencia mayas se les tiene mayor respeto, cuando desean construir realizan sus pedidos al santo lugar, sin embargo al pasar de los años estas costumbres se han extinguido.

El Winak, es una ceremonia que consiste en la presentación de los niños, es un ritual maya que se celebra en un lugar sagrado contiguo a la Cabecera Municipal, donde a los 20 días del nacimiento se presenta al recién nacido a la Madre Tierra, ahí se entierra el ombligo junto con una piedra para que el niño sea aceptado (Rivera, 2016)

1.1.3 Desarrollo histórico

✓ Primeros pobladores

Dentro de este dato resalta la aparición de personas de la época colonial, que fueron formándose para crear lo que hoy en día se conoce como San Ildefonso Ixtahuacán.

“Los primeros pobladores que habitaron el municipio fueron gente de raza mam. El municipio de San Ildefonso se originó mucho antes de la llegada de los españoles a Guatemala y era llamada *Itcal*” (Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, 2016).

Este municipio es habitado por el grupo étnico Mam, perteneciente a los mayas. El historiador Jorge Luis Arriola argumenta que en la época colonial este municipio fue nombrado con el nombre de “San Ildefonso” en homenaje a su patrono que lleva por nombre “Ildefonso de Toledo” santo hispano católico, arzobispo de Toledo. El diccionario Geográfico Nacional menciona que generalmente algunos poblados de Guatemala llevan un nombre de un santo de la Iglesia Católica seguido de eso llevan un nombre que los caracteriza, en este caso es “Ixtahuacán” que significa “lugar de amplia vista”. “La actual cabecera municipal de Ixtahuacán, se fundó durante el período colonial; y fue entonces cuando se le denominó como San Ildefonso Ixtahuacán, en homenaje a su patrono” (DMP, 2016).

✓ Sucesos importantes

El municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, ha pasado por varios cambios desde su fundación hasta en la actualidad y se debe al fortalecimiento que se le ha dado.

La primera evidencia de la existencia del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, fue dada por Don José de Olevarreta en el año de 1740, quien fue Teniente Alcalde del mismo. Con fecha 29 de septiembre de 1,825 se fundó el Municipio según la Ley Cuarta de la Constitución Política del Estado de Guatemala, decretado por la

Asamblea Constituyente el 11 de octubre de 1,825; en el cual se menciona a dicho lugar como parte existente del circuito de Huehuetenango.

Según entrevistas a personas de mayor edad mencionan que a mediados de la década de los años sesenta llegó al Municipio la empresa “Minas de Guatemala, S.A.”, cuya incursión y actividad provocaron un conflicto laboral y social que cobró relevancia a nivel nacional con la denominada “Marcha de los Mineros de Ixtahuacán” efectuada en 1,977.

“También la historia sobre la peste negra que azotó al pueblo en el año 1,918,... fueron tantos los muertos, que hacían cola en el cementerio, llegando al colmo de don Juan Pérez lo enterraron vivo para no contagiar a la familia” (López M. J., 2007, págs. 90-91).

La revista “COPALERA” relata que personas católicas transportaban desde Chiapas, México la imagen de San Ildefonso, obispo canonizado de España con rumbo a la capital de Guatemala; tras un largo recorrido, decidieron descansar en el lugar que hoy se denomina “Bella Vista” cantón situado al sur de la cabecera municipal de Ixtahuacán; pero al momento de retomar el camino la imagen del santo había aumentado en gran cantidad su peso hasta el extremo que no pudieron moverla, entonces decidieron venderla a los habitantes del pueblos los cuales pagaron un porcentaje en efectivo y otra parte con especies (maíz, frijol, etc.), desde entonces es el santo patrón del pueblo.

✓ Personalidades presentes

En la actualidad se encuentra el grupo Sobrevivencia, ya que se tiene el relato de que este grupo se dio a conocer en un festival en la ciudad capital, llamado “Festival Pop”, patrocinado por Pepsi; ellos salieron ganadores, se tiene un aproximado entre los años 2,000-2,005, destaca sus canciones escritas e interpretadas por ellos mismos. “Pedazo de amor”, “Nan Qtxu”, “B’itzma”, “La juventud”, ya que este grupo artístico resalta por sus interpretaciones en el idioma mam y castellano.

También un grupo denominado “Viento Latino”, con estilo de música andina, tiene aproximadamente 8 años de fundación.

Grupo musical cristiano “Vientos del Jordán”, con intérprete al estilo andino. Don José Jiménez, destacado carpintero, en composición de diferentes figuras y formas. (Ordóñez, 2018)

✓ Personalidades pasadas

Según los datos recabados y entrevistados se logra ver grandes personas en las épocas anteriores, que dieron un realce al municipio. (Jiménez López, 2018) Afirma: “Don Luparero Maldonado y sus hijos don Esaú Maldonado Matías, líderes y personas que convivían con la sociedad; cuentan que en este municipio se fabricaba tinte, lo preparaban de una punta llamada “Zacatín”, parecido a la hierba buena”.

(López M. J., 2007) Menciona: “Los artistas y compositores en marimba don Ernesto Velásquez López, Amalio Conrado y don José Luis Castillo Aguirre... Roberto Ochoa famoso futbolista de Ixtahuacán; Jorge Hernández fabricante de imágenes” p. 91)

Así también hace unos años atrás destaca el profesor en música quien laboraba en el Instituto Nacional de Educación Básica “CEJUMEVA”, por su brillante inspiración al crear las letras y música al Instituto, Armando Alberto López.

✓ Lugares de orgullo local

El municipio posee una laguna ubicada en el caserío Laguneta Polajá, conocido como “las dos Marías”.

En la actualidad se presente en la cabecera municipal, justamente al centro del parque central el Kiosco que fue construido y fundado el 30 de junio de 1914. Según lo que se encuentra plasmado. También se encuentra la construcción de la Municipalidad, que está construido tipo Colonial, en la llegada de los españoles.

Así también se encuentra el Cerro “Pix Pix”, que así es conocido según los de la etnia mam, lugar ubicado precisamente para la Pedida de la Lluvia.

Por otra parte se encuentra el centro recreativo conocido como “El Bosque”

1.1.4 Situación económica

✓ Medios de productividad

En el municipio, la producción agrícola es de importancia ya que constituye una fuente de ingresos, como también la producción de alimentos para sustituto de las familias. El uso actual de los suelos dentro del municipio se constituye por los granos básicos tales como frijol, maíz en algunos lugares de clima o temperatura cálida, así también la producción de café, chilacayotes, calabazas, papas, ayotes; en donde resalta también la producción de duraznos en épocas entre junio-octubre, los jocotes, naranjas, limas, aguacates, etc.

Como también otra producción se destina al cultivo de hortalizas en donde se puede apreciar por la parte baja tales como: cebolla, rábano, remolacha, zanahoria, cilantro, apio, güicoy, y otras variedades de hierbas comestibles mismas para el consumo familiar o bien para comercio.

Toda esta producción hace suponer un déficit en cuanto a la cantidad de lo que evidencia una inseguridad alimentaria, que unido a la inestabilidad de precios, particularmente cuando se trata de alimentos se percibe como una amenaza a los hogares más pobres y como una causa potencial de inestabilidad social, enfocado a varias causas vitales de desarrollo.

✓ Comercialización

La mayoría de los pobladores del municipio realizan sus transacciones comerciales, los días jueves y domingo en la cabecera municipal; así también existen algunas comunidades que brindan el espacio para que sus habitantes puedan llegar a promocionar sus productos, estas comunidades son: Aldea Vega San Miguel que su plaza lo realizan los días viernes, Aldea Acal, los días miércoles, Aldea El Papal los días sábados y la Aldea Chiquililá los días miércoles, en donde también llegan comerciantes de otros municipios circunvecinos y de la misma manera los habitantes del municipio viajan a comercializar a otros lugares fuera del municipio (Ortíz M. F., 2018).

✓ Fuentes laborales

Dentro del municipio son pocas las existencias de fuentes laborales, ya que en la actualidad únicamente se puede observar algunas tiendas, hoteles, restaurantes, venta de ropa y otros servicios que contratan a algunos empleados para poder laborar, en lo cual no supera el sueldo mínimo porque proporcionan un recurso económico redondeando una cantidad de Q 500 a Q 1,500. Y para algunas personas ya profesionales laboran en establecimientos oficiales y privados, lo cual también es una fuente laboral.

Otra empresa que también contrata a personas para laborar es la Panadería “Ixta Pan” con una fundación redondeada a los 50 años. Teniendo como un aproximado de 40 trabajadores.

Así también se encuentra el Banco de Desarrollo Rural “BANRURAL” brinda sus servicios como un medio laboral.

Está la Cooperativa ACREDICOM, que brinda un medio laboral.

Credi Chapín, es una cooperativa brindadora de créditos a las personas que lo requieran o deseen.

Y la última cooperativa que a su vez similar a las anteriores es FUNDEA.

Todos esos medios laborales, únicamente contratan a personal calificado para brindar sus servicios como profesionales.

Cabe mencionar que La población que se dedica a la agricultura básicamente vende su fuerza de trabajo en las fincas productoras de café en el estado de Chiapas, esta población fue afectada como resultado de la reducción de los precios de café.

✓ Ubicación socioeconómica de la población

Según información recabada se tiene estipulado que “Solamente 9% de hogares presentan ingresos como núcleo familiar por encima de los Q3,151.00, debido a salarios relativamente bajos por el tipo de actividad laboral y el poco acceso a otro tipo de trabajos que no sean de carácter agrícola y que cumplan con el salario mínimo establecido en ley, se considera que una familia en promedio se encuentra compuesta por más de cinco miembros se puede inferir que la situación de la pobreza y pobreza

extrema son situaciones percederas mientras no se de una modificación sustancial en el Municipio (Rivera, 2016).

La mayoría de la población Ixtahuacaneca, posee un nivel muy bajo de recursos económicos, ya que en las comunidades rurales, la mayor parte de la gente únicamente salen a trabajar en las casas de sus vecinos ganando diario únicamente la cantidad entre Q 35.00 a Q 50.00.

Por otra parte las personas que tienen sus siembras y realizan la cosecha, poseen un ingreso de aproximadamente Q 800.00 mensuales.

El rango de ingreso familiar de Q.0.00 a Q.500.00 mensuales, obtenido mediante la muestra realizada en el Municipio se determina que existe un 43% de hogares que perciben estos ingresos, el nivel de pobreza se identifica con un 41% de la población que obtiene ingresos de Q.501.00 a Q.1,000.00, el 84% de la población se encuentra concentrada dentro de los estratos antes mencionados los cuales carecen de alimentación adecuada, residen en condiciones precarias y tienen menos acceso a la educación y los servicios públicos. Por lo que caracteriza a la población con un estrato de pobreza hasta la pobreza extrema.

✓ Medios de comunicación

Los diferentes medios que son utilizados dentro del municipio para comunicarse, entre ellos más destacan la telefonía móvil (celulares). Ahora que también se encuentra el canal de TV Cable Ixta Visión canal 10, en donde se pueden realizar diferentes anuncios de publicidad de negocios y otros particulares; también se cuenta con el servicio de correo Cargo Express y Guatex. Todos estos medios facilitan en un porcentaje de comunicación a la población aunque no en su mayoría.

En términos de comunicación se cuenta con una serie de celda telefónicas las cuales permiten el uso de la telefonía móvil, así mismo se cuenta con una red de planta externa la cual cubre las necesidades en torno a la telefonía residencial, para el caso de la mayoría de centros poblados que se encuentran en áreas de difícil acceso el tipo de

telefonía predominante es la móvil por la facilidad para su obtención así como de su alto grado de cobertura. Las empresas distribuidoras de este servicio son las actualmente establecidas dentro del mercado.

No dejando atrás las emisoras, tales como la Radio Bendición, que funciona en el casco urbano y se reproduce en las comunidades, la Radio Acodim, que están son las más frecuentes para realizar cualquier tipo de anuncio o publicidad siempre y cuando no altere los estatutos de las emisoras.

✓ Servicios de transporte

Los servicios que tiene el municipio, mayormente son de entidades privadas, ya que el municipio es una vía de acceso para los buses que vienen desde el municipio de Cuilco para Huehuetenango, pasan por el parque central de Ixtahuacán, permitiendo así la facilidad de las personas para transportar sus productos. Así también existen rutas que vienen desde la Vega San Miguel para la cabecera departamental y dentro del casco urbano viaja un microbus para la misma cabecera departamental; por otro lado está la Asociación de ruleteros denominado ASOPVERUSI IXTA COLO, viajando desde el parque central para el puente del municipio de Colotenango y viceversa.

En el caso de las aldeas y caseríos, se pueden apreciar picops que poseen doble debido a la situación de las carreteras porque están construidas de terracerías, para lo cual solo viajan los días jueves y domingos, por la plaza que se lleva a cabo en la cabecera municipal.

No así a las comunidades de la Vega San Miguel, Acal y La Cumbre que tienen rutas diarias el de la Cumbre se denomina ASTRACUM. Los cuales existen vehículos que se ubican a un costado del parque central para abordar personas hacia esas comunidades, lo que se debe de tener en cuenta son los horarios.

1.1.5 Vida política

✓ Participación cívica ciudadana

La mayoría de la población de Ixtahuacán, siempre ha participado y lo sigue haciendo a través de los diferentes medios que existen. En primer lugar con la participación en las elecciones que se realizan cada cuatro años, eligiendo al alcalde municipal según crean ellos el más conveniente. Así también dentro de las mismas comunidades, cuando eligen al alcalde auxiliar y sus demás miembros, el cual se realiza a cada año; la elección del Consejo Comunitario de Desarrollo (COCODE) que tienen una vigencia de 2 años y en otras organizaciones que puede tener la comunidad. Todo esto lo hacen voluntariamente sin ninguna discriminación y también es tomado el derecho de igualdad.

✓ Organizaciones de poder local

Dentro del municipio se encuentra el Alcalde Municipal juntamente con el Consejo Municipal, que velan por el bienestar de todo el municipio. Así también se cuenta con la Procuraduría de los Derechos Humanos y de la Paz.

Así también están las alcaldías auxiliares o comunitarias, que se encuentra ubicado en cada comunidad, con el propósito de velar, controlar y tratar de mantener el orden de las personas en casos delictivos de fácil solución. Están también los del Consejo Comunitario de Desarrollo (COCODE) que ellos velan por las necesidades de sus comunidades e ir contrarrestando las soluciones.

En caso de la solución de algunos problemas delictivos, la población acude al Juzgado de Paz, los cuales forman un diálogo para ir solucionando los problemas que se tienen.

✓ Agrupaciones políticas

Según preguntas e investigaciones realizadas, dentro del municipio están existentes varias agrupaciones políticas, entre los que se pueden mencionar: la UNE, URNG, PAN, Democracia Cristiana (D.C), FRG, El Mazat, y WINAQ.

✓ Organizaciones de la sociedad civil (OSCs)

Actualmente está una organización de Jóvenes dentro de la cabecera municipal denominado POP NOJ, como también se encuentra PAZ JOVEN GUATEMALA, que brindan talleres a comunidades y a centros educativos.

Así también se encuentra la asociación de AFOPADI

Actualmente se encuentra dentro del municipio la Policía Municipal de Transito (PMT).

Por otra parte están existentes otras organizaciones civiles apolíticas: está la Directiva de TV cable Ixta Visión, Cooperativas, Directiva de Ruleteros.

✓ El poder local

El gobierno local lo constituye el Alcalde Municipal, que es elegido popularmente a través de votos por una duración de 4 años. Según su estructura está de la siguiente manera:

- Alcalde municipal
- Concejales (5)
- Síndicos (2)
- Concejales suplentes (2)
- Síndico suplente (1)

Dentro de las comunidades se encuentra el Alcalde Auxiliar, lo cual es el gobierno de la comunidad y velan por los intereses comunes de su población.

Estas son leyes que se deben cumplir en cada Gobierno Municipal.

Cuadro 6. Leyes que rigen al Gobierno Municipal

N.º	Ley	Descripción
1	Constitución Política de la República de Guatemala	Tiene una regulación legal específica para los municipios en los artículos 253 al 262.
2	Ley Electoral y de Partidos Políticos	Ley de carácter constitucional aplicable a los municipios en el tema de la conformación de sus autoridades electas.
3	Código Municipal	Decreto 12-2002 del Congreso de la República de Guatemala. Tiene la categoría de ley ordinaria y contiene preceptos generales aplicables a todos los municipios, e inclusive contiene legislación referente a la creación de los municipios.
4	Ley de Servicio Municipal	Decreto 1-87 del Congreso de la República de Guatemala. Regula las relaciones entre la municipalidad y los servidores públicos en materia laboral. Tiene su base constitucional en el artículo 262 de la constitución que ordena la emisión de la misma.
5	Ley General de Descentralización	Decreto 14-2002 del Congreso de la República de Guatemala. Regula el deber constitucional del Estado, y por ende del municipio, de promover y aplicar la descentralización y desconcentración económica y administrativa.

(Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, 2016).

✓ Organización administrativa

Es el conjunto de elementos, instituciones, sistemas administrativos y de gobierno municipal; de decisión política y administrativa, que representan la estructura y el manejo del poder para dirigir y orientar la continuidad y el cambio de todos los demás sistemas. Quien vela por esto principalmente es el Alcalde Municipal y su corporación.

“Cuenta con un juzgado de paz, sin embargo no existe en la actualidad la Policía Nacional Civil (PNC), en caso de conflictos, la comunidad recurre al municipio de Colotenango y en ocasiones a la cabecera departamental de Huehuetenango” (DMP, 2016, pág. 1).

1.1.6 Concepción filosófica

✓ Ideas y prácticas de espiritualidad

Dentro del municipio destacan más las religiones católica y evangélica.

La religión predominante en Ixtahuacán ha sido la católica, aunque muchas familias practican ritos y ceremonias mayas. También se observa un aumento significativo de las iglesias de carácter cristiano evangélico las cuales han presentado una aceptación e inclusión de una gran parte de la población del Municipio, producto de la necesidad en la población de poder identificarse con un tipo de ideología que oriente su conducta y actuar dentro de la sociedad (Rivera, 2016).

También en algunas familias, para las pedidas de las hijas, lo hacen vendiendo con una cierta cantidad y otras familias no lo hacen.

Aunque según entrevistas realizadas a diferentes personas e iglesias, que la mayoría de personas profesan las dos religiones evangélica y católica, las cuales son las más fuertes dentro del municipio.

No así la presencia de otros grupos religiosos como: el de Los Mormones, La iglesia Pentecostés, la iglesia del Evangelio Completo y la iglesia de Los Adventistas.

✓ Valores apreciados y practicados en la convivencia familiar

Algunos valores que aún son practicados dentro de las familias, los cuales son apreciados y practicados hasta en la actualidad son los siguientes: La pedida de la novia que esto se realiza únicamente en comunidades, lo hacen pidiendo una cantidad económica necesaria, agradecimiento por los alimentos que van a consumir, los cuales son las más apreciadas y que tienen presencia dentro del municipio; con el propósito de mantener en armonía los integrantes de la familia.

✓ Valores apreciados y practicados en la convivencia social

Uno de los valores importantes dentro de la sociedad del municipio es el respeto, que mayormente es practicado en varias comunidades, como también destaca la honestidad, responsabilidad, igualdad, amor, tolerancia, por otra parte varias personas de origen maya-mam aún practican la celebración de los 20 días de nacimiento de un niño, lo hacen conviviendo con todos los miembros de las familias y vecinos.

1.2 Institucional

1.2.1 Identidad institucional

✓ Nombre

Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

✓ Localización geográfica

La municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, se encuentra ubicado en el centro del municipio, frente al parque central.

“Se encuentra a una distancia de 48 km de la cabecera departamental de Huehuetenango y a 298 km de la Ciudad de Guatemala” (DMP, 2016, pág. 1).

✓ Visión

Hacer del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, un pueblo más justo, equitativo, sostenible, en igualdad de condiciones y derechos sin discriminación alguna en un ambiente sano de paz y respeto, promotora del desarrollo integral de la población del municipio, que contribuyan a mejorar el nivel de vida de la población Ixtahuacaneca del departamento de Huehuetenango.

✓ Misión

Somos un Gobierno Municipal responsable que tiene como fin primordial la prestación y administración de los servicios básicos de calidad, en el impulso y la promoción de planes, programas y proyectos de desarrollo integral para los habitantes del municipio, para mejorar la calidad de vida de los vecinos sin discriminación alguna.

✓ Principios y valores

- Honestidad

Los funcionarios y personal de la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán realizan sus funciones con honestidad y coherencia, generando legitimidad y confianza en los vecinos del municipio, al expresarse con coherencia, sinceridad, verdad y justicia.

- Responsabilidad

Los empleados municipales desarrollan su trabajo y cumplen con sus funciones en forma efectiva, eficiente, eficaz y oportuna, teniendo como prioridad lograr el bienestar de los vecinos.

- Transparencia

La municipalidad realiza su gestión haciendo uso racional y transparente de los recursos financieros, para realizar la ejecución de obras, planes, programas y proyectos de beneficio social en la dotación de los servicios públicos municipales.

- Solidaridad

La cooperación y la ayuda mutua son los hilos conductores que ayudan a resolver los problemas y necesidades de una comunidad, en la cual debe tenerse una buena comunicación para que la relación entre población, comunidad y Municipalidad, se mantenga en un clima favorable.

- Respeto

Garantizar, por parte de los servicios ediles, una comunicación, relación de respeto y rectitud hacia todos los vecinos que demandan atención, sin importar su condición social, creencias religiosas o políticas, o su pertenencia étnica y cultural que se manifiesta en el municipio.

- Eficiencia

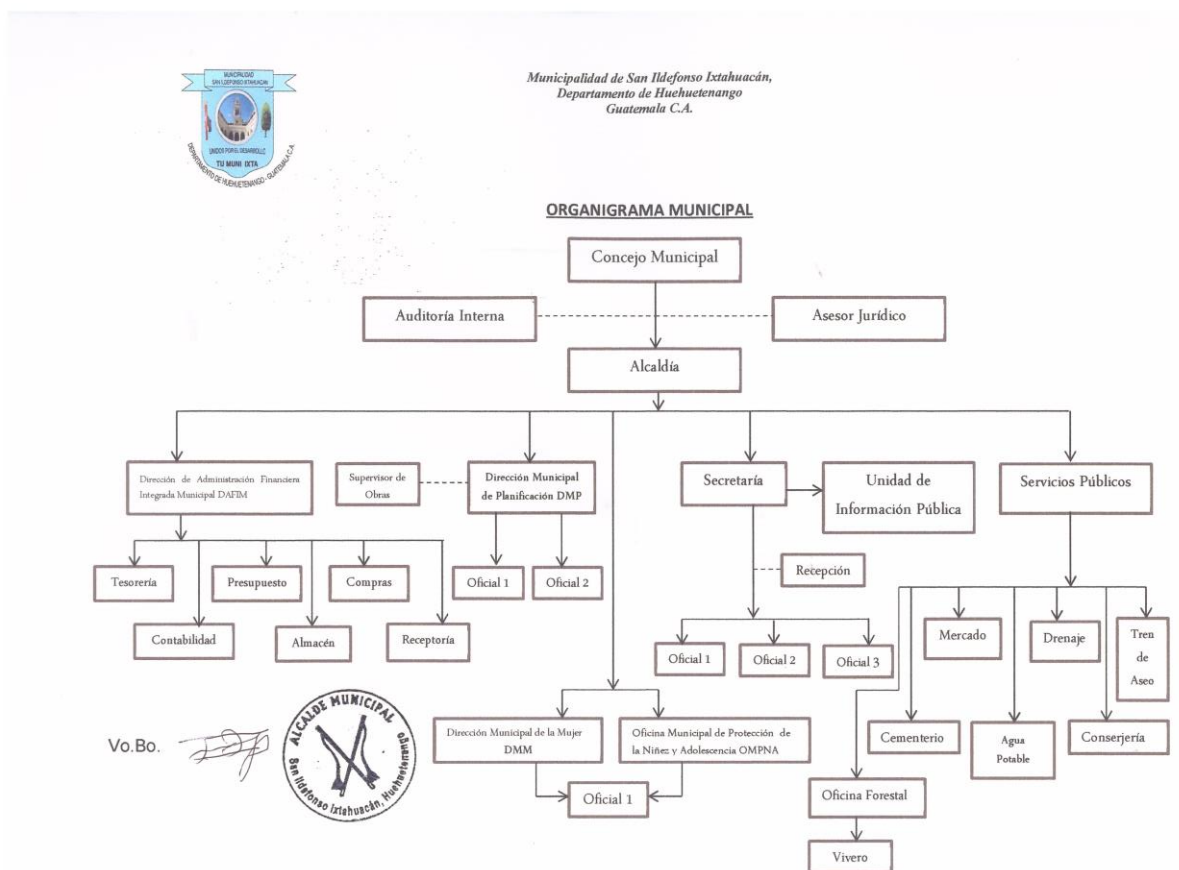
Garantizar la mayor celeridad en los trámites y gestiones municipales, brindando servicios de calidad y oportuno.

(Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, 2016).

- ✓ Organigrama

La municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, está estructurado de la siguiente manera, según el orden jerárquico.

Organigrama de la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán



Gráfica: La cual contienen los datos en orden jerárquico, que posee la municipalidad para seguir los vínculos de la unidad de mando.

✓ Servicios que presta

Servicios públicos: es en donde se brinda atención a las personas sobre cualquier información respecto al municipio o bien de la misma municipalidad;

Servicios básicos: dentro de este parámetro se brinda el servicio a la población para que puedan realizar cualquier trámite en beneficio individual o bien comunitario;

Servicios de agua potable: la municipalidad es la fuente que respalda los proyectos de las comunidades y así también los del área urbana;

Servicios de equipamiento para comunidades: dentro de estos servicios cabe mencionar que la municipalidad es la fuente encargada de gestionar los proyectos en beneficio de las comunidades que más lo ameritan, como también la promoción de algunos insumos que es requerido de parte de algunas instituciones. ((DMP), 2018)

✓ Vinculación con agencias nacionales

Actualmente se cuenta con la agencia de Crédito Hipotecario Nacional –CHN- Así también con el Banco de Desarrollo Rural –BANRURAL-

✓ Relación con otras instituciones

La municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, actualmente posee relación con SOSEP que se encarga directamente en la Dirección Municipal de la Mujer -DMM- con capacitaciones y talleres directamente con mujeres de las comunidades; SESAN, la cual es encargada directamente para la Seguridad Alimentaria y Nutricional; SEGEPLAN, que vela por la planificación de las municipalidades; USAID-Nexos Locales, MAGA directamente a comunidades, MARN el bienestar del medio ambiente, AFOPADI, apoyo mutuo de desarrollo integrar en comunidades.

1.2.2 Desarrollo histórico

✓ Fundación y fundadores

La primera evidencia de la existencia del Municipio fue dada por don José Olevarreta en el año de 1,740; quién fuera teniente y alcalde. Con fecha 29 de septiembre de 1,825 se fundó el Municipio según la Ley Cuarta de la Constitución Política del Estado de Guatemala, decretado por la Asamblea Constituyente el 11 de octubre de 1,825; en el cual se menciona a dicho lugar como parte existente del circuito de Huehuetenango, e instituyéndose con el nombre de Ixtahuacán.

Según cuenta las personas de mayor edad que fueron entrevistadas en el Municipio. (López M. J., 2018) Hasta 1,960 el poder político lo ostentaban los ladinos prominentes, a partir de entonces y como suceso histórico pasó a manos indígenas cuando un Comité Cívico ganó las elecciones para la alcaldía. Aunque no han podido volver al gobierno municipal, los puestos clave de tesorería y secretaría lo mantuvieron los ladinos hasta 1,995.

✓ Épocas o momentos relevantes

A finales de los años setenta se dio un impulso metódico a la organización de células de apoyo a los grupos insurgentes que combatían en el país, los cuales gradualmente se transformaron en bases sociales que colectivamente apoyaban la causa rebelde.

A mediados de la década de los años sesenta llegó al Municipio la empresa “Minas de Guatemala, S.A.”, cuya incursión y actividad provocaron un conflicto laboral y social que cobró relevancia a nivel nacional con la denominada “Marcha de los Mineros de Ixtahuacán” efectuada en 1,977.

En el año de 1,982 en el Municipio fueron quemados viviendas, la municipalidad, documentos y registros oficiales dentro de la política contrainsurgente de tierra arrasada.

✓ Personajes sobresalientes

Se cuenta que “existieron alcaldes que dejaron buenas obras, José Maldonado, Domingo López, Antonio Morales, Benigno Ramos, Alfonso López. Andrés Felipe, Juan López Velásquez (descubridor del mineral)” (López M. J., 2007, pág. 91).

Uno de los alcaldes que en su período se dibujaron varias imágenes en las paredes del edificio municipal fue don Emanuel Pérez F. estando en el período 91-93, se pintaron imágenes de los mayas y sus costumbres y tradiciones, así como también los del municipio.

✓ Memorias

En el siglo XX el municipio se convirtió en el centro de comercio principal de los municipios de Cuilco, Colotenango, San Sebastián Huehuetenango, San Rafael Petzal, Santa Bárbara, Concepción Tutuapa, San Gaspar Ixchil y San Pedro Necta cuando se descubrieron unas minas el 15 de julio de 1958. Inmediatamente se comenzaron a pedir los derechos de explotación de las minas y el 6 de octubre de 1960 se les fue otorgada; durante las décadas de 1970 y 1980 el municipio cobró mucha relevancia gracias a las minas «La Florida» y «Los Lirios» (Rivera, 2016).

San Ildefonso Ixtahuacán fue uno de los municipios en donde se llegó a contar con casi el 90% de las aldeas como bases guerrilleras.

(López M. J., 2007) Afirma: “La construcción de la torre municipal por los albañiles Isaac Aguilar, Alejandro Gómez y Canuto Morales, la construyeron de puro cal, ladrillo y piedras. Al igual que el puente.” (pág. 91).

✓ Logros alcanzados

Un logro importante que se dio después de la quema de la municipalidad, fue cuando las autoridades de esa época decidieron darle una reconstrucción según original a través del “constructor Miguel Angel Martínez Rivas, durante los años 1986-1987” Fuente: plaqueta ubicada en uno de los pilares de la municipalidad justo a la entrada.

✓ Fotografías

Únicamente existe una fotografía del antiguo parque juntamente con la municipalidad, en el año aproximadamente el 30 de junio de 1914, según lo que se encuentra plasmado en el Kiosco central del parque.

Gráfica 9. Antiguo parque central de San Ildefonso Ixtahuacán



Fuente: www.muni-ixta.com

1.2.3 Los usuarios

✓ Procedencia

La mayor parte de las personas que laboran dentro de la institución son provenientes de varias comunidades, entre los cuales están: Vega San Miguel, Casaca, Acal, El Papal, Los del Centro en al área urbana, entre otros.

De igual forma algunos procedentes de la ciudad de Huehuetenango o bien de otro municipio y departamento con fines comunes.

✓ Las familias

La mayoría de familias o personas de la institución son de pocos recursos económicos, mas sin embargo tratan de apoyar para el bienestar del municipio brindando conforme sus capacidades.

✓ Condiciones contractuales usuarios-institución

Dentro de estos se puede apreciar los retrasos que se dan en los trámites y la falta de seguimiento de los mismos.

Los servicios que se prestan es de acuerdo a las capacidades y experiencias que tienen los usuarios, así también conforme al perfil de cada personal, y se mantienen en un ambiente agradable y en comunicación.

✓ Tipos de usuarios

La mayoría de los usuarios que laboran dentro de la municipalidad son originarios de las comunidades y del casco urbano, dentro del cual existen:

- ✓ Peritos Contadores
- ✓ Bachilleres
- ✓ Maestros
- ✓ Ingeniero Civil
- ✓ Arquitecto
- ✓ Ingeniero Ambiental
- ✓ Trabajadora Social
- ✓ Abogado y Notario
- ✓ Conserjes

De igual forma llegan a visitas varias instituciones con diferentes fines y propósitos.

✓ Situación socioeconómica

La mayoría viene devengando un sueldo, según el cargo, puesto y función.

“Iniciando y devengando un salario desde Q 1,500.00 hasta Q 15,000.00 según los cargos y funciones que tienen cada uno de los usuarios. Esto inicia desde la consejería, servicios públicos y servicios administrativos” (Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, 2016, pág. 1).

✓ La movilidad de los usuarios

Los que viven en el casco urbano únicamente se movilizan a pie, en caso de los usuarios que son de las comunidades, ellos vienen en picop y de la misma manera retornan al culminar su jornada de trabajo, otros poseen Motocicleta propio para transportarse. En caso de los que son de otro lugar fuera del municipio se transportan en su propio vehículo diariamente. Sin embargo la mayoría labora todos los días hábiles de la semana y únicamente los supervisores de obra o delegados de algún ministerio asisten una a dos veces por semana.

1.2.4 Infraestructura

Al referirse al tipo de infraestructura que posee la institución: principalmente está construido de block y ladrillo, fundido con hierro y cemento, repellado y sus puertas elaborados con madera.

Toda la construcción posee un estilo colonial en donde en su interior posee una forma rectangular y en su exterior únicamente se observa una construcción estilo kiosco.

Gráfica 10. Fotografía interna de la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán

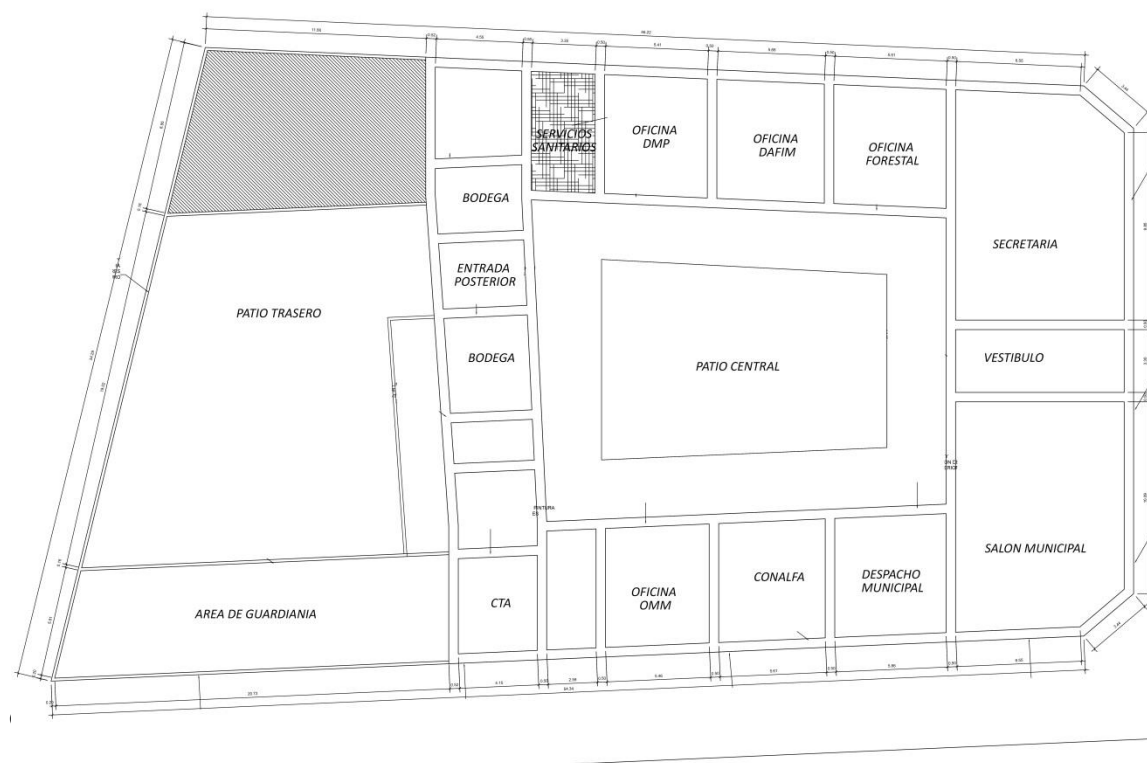


Fuente: Mayco Domingo epesista 2018.

✓ Locales para la administración

Según el plano proporcionado por la Dirección Municipal de Planificación DMP, en donde se puede apreciar los locales debidamente identificados.

Gráfica 11. Plano de la Municipalidad, Identificados los espacios



11

Dentro de la municipalidad existen seis (6) locales para uso administrativo, de programación y de planificación.

Alcaldía Municipal

Secretaría Municipal

Oficina Forestal Municipal

Tesorería Municipal

Dirección Municipal de Planificación

Dirección Municipal de la Mujer, ahí también se encuentra ubicada la Oficina Municipal de Protección a la Niñez y Adolescencia

Coordinación Nacional de Alfabetización (CONALFA) aunque esto se maneja de otro rango por su característica.

✓ Locales para la estancia y trabajo individual del personal

Dentro de esto, son los mismos locales mencionados en el punto anterior, porque cada dependencia posee su propio espacio disponible de trabajo, en donde cada personal tiene su espacio disponible y sus recursos, aunque no lo suficiente y adecuado.

✓ Las instalaciones para realizar las tareas institucionales

Para realizar las tareas o reuniones de trabajo de la institución, es utilizado el salón de honor que así se le denomina un espacio apropiado y disponible para todo el personal que labora en la institución.

✓ Áreas de descanso

Únicamente se pueden ubicar en los corredores o espacios disponibles de la municipalidad en donde se encuentran sillas de plástico para el personal o bien para visitantes.

✓ Locales de uso especializado

Únicamente se encuentra el salón de honor, destinado para reuniones o juntas importantes respecto a las funciones de trabajo de la misma institución o bien de otras instituciones vinculadas a la institución.

✓ Áreas para eventos generales

Es utilizado el salón municipal, con una capacidad de aproximadamente 500 personas. Destinado a actividades culturales y sobre todo para las reuniones del COMUDE; que se encuentra ubicado a unos 50 metros de la municipalidad.

✓ El confort acústico

Referido a este punto se puede agregar que debido a la ubicación es un poco irritante escuchar el sonido de buses y vehículos ya que se encuentra frente a la vía principal, y en algunas oficinas se puede escuchar el eco de las personas, especialmente los días jueves.

✓ El confort térmico

Al ubicarse frente a las oficinas se puede apreciar un clima templado más sin embargo dentro de las oficinas aumenta esa temperatura de calor por el tipo de instalación y ubicación.

✓ El confort visual

El espacio en donde se encuentra ubicado la institución posee unas características artísticas, ya que su infraestructura es de tipo colonial y en las paredes se aprecian varias pinturas relacionadas a los mayas, que esto le dan un toque más armónico a las instalaciones.

✓ Espacios de carácter higiénico

En su mayoría, cada oficina posee un espacio limpio, así como en sus corredores se encuentra limpio y aseado, manteniéndose en un ambiente fresco y cómodo.

- ✓ Los servicios básicos (agua, electricidad, drenajes, teléfonos, internet)

La institución posee los servicios necesarios para las diferentes necesidades de sus usuarios: cuentan con agua potable entubado, a través de un proyecto que proviene de la aldea La Cumbre, en donde además de beneficiar al casco urbano también beneficia a 17 comunidades; más sin embargo en la institución está programado por cierto horario en que viene el agua. Posee energía eléctrica que proviene directamente por la empresa de Energuate. Cuenta con servicio de drenaje en los servicios sanitarios; cuenta con servicio de internet cableado destinado para cada oficina y dirección de atención (DMP), 2018).

- ✓ Área de espera personal y vehicular

La mayoría de personas únicamente se ubican en el corredor de cada oficina, en espera de ser atendidos y en la parte de atrás posee un parqueo pequeño en donde las personas o instituciones que traigan vehículos puedan estacionarse mientras realizan sus trámites correspondientes.

1.2.5 Proyección social

- ✓ Participación en eventos comunitarios

La institución siempre ha brindado su apoyo y participación en todas las comunidades, especialmente en comunidades que realizan su feria titular o bien otra actividad cultural en donde solicitan la participación de las autoridades o sus representantes.

- ✓ Programas de apoyo a instituciones especiales

La institución brinda apoyo al Ministerio de Educación, con la asignación de maestros por contrato municipal, en las comunidades que más se vea la demanda de alumnos según estadísticas presentadas.

✓ Trabajo de voluntariado

Contribución en la promoción de plantas de árboles a los nacimientos de agua potable que cubre 21 comunidades del municipio, para mantener en un buen ambiente el recurso que se tiene, siempre y cuando se la soliciten.

✓ Acciones de solidaridad en la comunidad

En casos especiales si se realiza, con entrega de algunos productos a personas más susceptibles de algunas comunidades, siempre y cuando se tenga previsto un presupuesto destinado a estos tipos de actos.

✓ Acciones de solidaridad con los usuarios y sus familias

La municipalidad brinda apoyo mutuo y necesario para las familias de los trabajadores y así también a cualquier ciudadano que en verdad lo necesite. Tanto moral como en algunos insumos para subsistir en su vida diaria.

✓ Cooperación con instituciones de asistencia social

En primer lugar la municipalidad brinda apoyo necesario a algunas instituciones que se encuentran vinculados con ellos, tales como la Oficina de la Defensoría Maya.

Así también al Ministerio de Salud, directamente con el Centro de Atención Permanente (CAP) que cubre este distrito, con la ayuda de una ambulancia para trasladar a cualquier paciente que así lo requiera.

✓ Participación en acciones de beneficio social comunitario

Únicamente lo hacen a través de la construcción de proyectos en las comunidades que tienen más necesidades de desarrollo, ya sea en construcción de obras tales como, escuelas, salones, canchas polideportivas, y otras necesidades

propias de las comunidades, todo esto con el presupuesto de parte del Estado y con apoyo de algunas instituciones.

✓ Participación en la prevención y asistencia en emergencias

Lo único que hacen los de la municipalidad es velar por el bienestar de sus habitantes y en caso de alguna emergencia solicitan la ambulancia municipal, lo cual está disponible en todo momento.

✓ Fomento cultural

En la actualidad promueve apoyo a la escuela de marimba y así también a la Oficina de la Defensoría Maya, lo cual está vinculado a todas las juntas y reuniones con la municipalidad. Con el fin de mantener activo la cultura del municipio y de la población.

✓ Participación cívica ciudadana

La institución promueve la participación de las personas, en cualquier aspecto sin distinción alguna de sus habitantes, promocionando la igualdad de derechos e involucrando en el mismo rango la toma de decisiones de cada persona.

1.2.6 Finanzas

✓ Fuente de obtención de los recursos económicos

Los recursos se obtienen a través del Presupuesto que envía el Estado directamente a la municipalidad para sufragar los gastos de mantenimiento. Este presupuesto es la que cubre todas las comunidades, respecto a la ejecución de proyectos de mayor relevancia dentro de las mismas, como también algo que destaca es que se tiene contemplado en el presupuesto el pago de maestros por contrato municipal.

Por otro lado están algunos ingresos de parte del Ornato que la población brinda, cobro de vehículos ruleteros y otros.

✓ Venta de bienes y servicios

La institución obtiene ingresos con la venta de bienes tales como la venta de árboles para siembra e insumos agrícolas. De servicios: se refiere al cobro de locales o centros comerciales, sanciones sobre vehículos, cobro sobre ventas públicas, certificaciones, pago de ornatos, pago de drenajes y otros que se vinculan con ingresos para la institución.

✓ Política salarial

Cada trabajador de la municipalidad devenga de un salario mensual, según el puesto y función que ocupa dentro de su servicio, los cuales se detallan:

Pago de sueldos y bonificaciones a empleados municipales administrativos:

“El sueldo que proviene desde el más bajo hasta el más elevado, según sueldo Según total devengado Q 1,375.00 hasta un sueldo de Q 15,000.00” (Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, 2016, pág. 1).

Pago de sueldos y bonificaciones a empleados de servicios públicos municipales:

Según total devengado Q 2,566.67 hasta Q 4,000.00, omitiendo las prestaciones o pago de IGSS, Fianza, Plan, Otras Deducciones, Boni. Dto Ley 37-2001, Bonificación Municipal y Otros Ingresos.

✓ Cumplimiento con prestaciones de ley

Actualmente cada personal administrativo y de servicios públicos, poseen el Aguinaldo y la Bonificación Anual (Bono 14) según Ley 37-2001. Y en algunos casos el Bono Municipal según el presupuesto que se maneja anualmente.

✓ Flujo de pagos por operación institucional

Los pagos se realizan mensualmente según las partidas de contratos, a finales del mes; esto es con respecto al personal administrativo y de servicios públicos.

✓ Presupuestos generales

Para este año 2018, se tienen los siguientes presupuestos según lo estipulado en la reunión del Consejo Municipal y suscrito bajo el Acta No. 048-2017, de fecha 08 de diciembre de 2017, se acuerda aprobar y formular las actividades, juntamente con el presupuesto (Consejo Municipal, 2017)

Cuadro 7. Actividades y presupuestos municipales generales

No.	Actividades	Total
1	Actividades centradas	Q 2,851,096.05
2	Prevención de la mortalidad	Q 1,837,952.43
3	Gestión de la educación local de calidad	Q 5,020,928.00
4	Seguridad integral	Q 1,700,003.00
5	Ambiente y recursos naturales	Q 2,215,732.50
6	Movilidad urbana y espacios públicos	Q 1,597,090.35
7	Partidos no asignables a programas	Q 100,000.00
8	Total del Presupuesto	Q 15,322,802.33

1.2.7 Política laboral

✓ Procesos para contratar al personal

La municipalidad se basa directamente en la Ley de Contrataciones del Estado, para poder contratar a su personal, o bien en base a acuerdos internos realizados por el Consejo Municipal; según el perfil calificado para ocupar el puesto, desde lo administrativo hasta los servicios públicos que se manejan en la municipalidad.

✓ Perfiles para los puestos o cargos de la institución

Al hablar de perfil es la especialidad y experiencia que cada persona posee para poder desempeñar o bien ocupar un puesto. Para ello se requieren a peritos contadores, ingenieros, maestros, bachilleres, técnico forestal, auditor, ya que es lo indispensable que la institución puede contratar.

✓ Procesos de inducción al personal

Justamente al iniciar el trabajo dentro de la municipalidad, la mayoría del personal es inducido a una orientación sobre los puestos, roles y funciones que cada uno debe desempeñar, durante el proceso de trabajo según lo estipulado en cada contrato que se les brinda.

✓ Mecanismos para el crecimiento profesional

Se realiza a través de observaciones y supervisiones temporales para ver el avance y el alcance de cada servidor dentro de la municipalidad, porque la mayoría posee poca experiencia en los puestos asignados, por lo tanto son ellos mismos que crean su propia experiencia y capacidad, fortaleciendo sus habilidades y potencialidades.

1.2.8 Administración

✓ Investigación

Se hace a través de la indagación dentro de cada oficina, velando las necesidades que se tienen y las potencialidades con el propósito de recopilar toda la información necesaria. Esto surge dentro de cada dependencia con el fin de implementar las propuestas y/o actividades para todo el territorio del municipio.

✓ Planeación

Consiste en la mira de actividades y necesidades que se detectan en la investigación de una manera estructurada y organizada según sus entes interventores, para después plasmarlo con la participación de todos sus miembros.

Se realiza y formula por medio del Plan Operativo Anual (POA) y el Plan Operativo Multianual (POM)

✓ Programación

Para efectos de programación se encarga la Dirección Municipal de Planificación (DMP) principalmente sobre las reuniones que se tengan dentro de ese lapso de tiempo. Así también la ejecución de las actividades que es parte de la programación, en este caso lo hacen los encargados de cada dependencia, Oficina o Dirección.

✓ Dirección

El principal actor es el Alcalde Municipal, es quien dirige toda acción y así también lo tienen los del Consejo Municipal y desde luego esto se descentraliza para cada oficina o dirección, en donde ahí existe un jefe también que se encarga de dirigir y coordinar a su equipo.

✓ Control

Se basa en los seguimientos y avances que se le da a ciertas actividades que se encuentran en proceso, con el fin de que se cumplan los objetivos y principios trazados para cada oficina o dirección.

✓ Evaluación

Es el resultado de todos los objetivos trazados dentro de la municipalidad, que mide el logro de las actividades si fueron cumplidas en el tiempo estipulado en la planeación y programación. De esto se encargan los principales jefes de cada oficina o dirección, así como también el auditor y demás personal encargado de esta índole.

✓ Mecanismos de comunicación y divulgación

Lo hacen a través del Consejo Comunitario de Desarrollo (COCODE), para que ellos sean los entes de transmisión de la información sobre cualquier asunto o actividad, esta también las organizaciones de Mujeres, todos estos relacionados al bienestar de su comunidad.

✓ Manuales de procedimientos

Se trabaja con el Manual de Normas y Procedimientos de Adquisiciones y Contrataciones para la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango

El manual de procedimientos tiene como finalidad regularizar las disposiciones relacionadas con los decretos 57-92 y 9-2015 ambos del Congreso de la República de Guatemala en relación a las modalidades de adquisiciones y contrataciones públicas, en este manual se determinarán las normas y procedimientos, así como la determinación de las autoridades competentes, definiciones para la correcta aplicación de los dispuesto en el presente manual.

El manual deberá ser cumplido por los empleados y funcionarios municipales de la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, del Departamento de Huehuetenango, con el objeto de que todas las operaciones de adquisiciones realizadas por la municipalidad se cumplan de conformidad ley de contrataciones del estado y reglamento

El presente Manual de normas y procedimientos surge como una necesidad de contar con el instrumento legal interno requerido en el artículo 80 del reglamento acuerdo gubernativo 122-2016 que permita determinar los procedimientos de cada modalidad que pueda utilizar la municipalidad.

✓ Manuales de puestos y funciones

Dentro de esto se encuentra el Código Municipal, Reglamento interno de controles de Vehículos, Ley de Contrataciones del Estado y el acuerdo interno que tiene la institución conforme las cualidades que demuestran los interesados, para asumir la responsabilidad en las dependencias.

✓ Legislación concerniente a la institución

Estos son las principales y prioritarias leyes que se manejan en la institución.

El principal es la Constitución Política de la República de Guatemala Art.134, el Decreto No. 12-2002 Código Municipal, Ley de Presupuesto, Ley de Contrataciones del Estado, Ley Orgánica del INFOM.

✓ Las condiciones éticas

Lo principal que se maneja en la municipalidad, es la puntualidad y asistencia del personal, ya que eso refleja una buena presentación e involucramiento en la toma de decisiones, como también el respeto hacia cada empleado desde su orden jerárquico. Ya no todos tienen los mismos conocimientos y experiencias en cuanto al cargo que desempeñan.

1.2.9 Ambiente institucional

✓ Relaciones interpersonales

La mayoría de personas que laboran en la municipalidad, tienen buenas relaciones entre sí, por lo que en ocasiones realizan ayuda mutua sobre cualquier insuficiencia presentada en sus campos laborales. En cuestión a actividades internas, se distribuyen las funciones aunque no en su totalidad.

✓ Liderazgo

Consiste en saber llevar al equipo de una forma equilibrada.

Cada dependencia, oficina o dirección posee un principal jefe, es quien mantiene el liderazgo y participación de todo su componente, ayudándolos a fortalecer y desarrollar mejor sus principios y objetivos que tienen por cumplir.

✓ Coherencia de mando

Proviene desde el nivel jerárquico, según el componente comienza a partir del Consejo Municipal, la cual son las autoridades máximas para todo trámite y aprobación, llegando hasta los demás empleados. Con el propósito de hacer mejor las actividades previstas y planificadas.

✓ La toma de decisiones

Dentro de la municipalidad, el Consejo Municipal son autoridades principales para llegar a decisiones concretas, para posteriormente ser trasladado a alguna dependencia que lleve a su cargo el eje aprobado.

Dentro de estos ámbitos son los encargados de planificar, diseñar y darle continuidad hasta llegar a la evaluación, de determinados procesos.

✓ Estilo de la dirección

La dirección consiste en llevar a un equipo o actividades de forma ordenada y equitativa, con propósitos de beneficio común y social.

Cada representante de las dependencias es enfocado al cumplimiento pleno de sus actividades, teniendo consigo la conducción de responsabilidades y resultados.

✓ Trabajo en equipo

La mayor parte de las oficinas o dependencias, trabajan en equipo porque se ves reflejados sus resultados. Partiendo desde el Consejo Municipal hasta los de menor orden.

En donde cada integrante de las dependencias son enfocados a realizar lo que compete con su capacidad, para después unificar información y estructurarlas de forma lógica y ordenada.

✓ Compromiso

Todos trabajan por el desarrollo, con beneficios comunes y sociales, logrando mantener un realce en sus resultados. Así también el compromiso de cumplir con todos los lineamientos requeridos por parte de la institución.

✓ El sentido de pertenencia

Consiste en mantener activa cada recurso que se tiene, llevar todo de manera equilibrada.

Los enfoques que tiene cada personal con caracterizados por darle un uso adecuado y sostenible a todos los recursos que posee.

✓ Satisfacción laboral

Una gran parte de los usuarios poseen la armonía y motivación por su quehacer diariamente en la institución, demostrándolo con resultados eficientes y eficaces. Por otro lado, reflejan una insuficiencia producción de resultados o ejecución, porque se mantienen con ideas conversas respecto a su capacidad mas no son atendibles en su totalidad.

✓ Posibilidades de desarrollo

Una gran parte del personal posee las posibilidades de superación y obtención de experiencias, porque desde ahí parte una gran responsabilidad y compromiso integral. En futuras se vea reflejado para aplicarlos en otros campos laborales, en beneficio individual, familiar y social.

✓ Motivación

Cada personal es motivado según su quehacer diariamente, respecto a la satisfacción por sus resultados de cada planificación que realizan. Propiciando un reflejo hacia los demás que se mantienen por otro ángulo de acuerdo a las funciones que desempeña.

✓ El tratamiento de conflictos

Los usuarios prefieren realizar de una manera ordenada su trabajo, para evitar los conflictos posteriores, en cuanto a la planificación de sus actividades. De ser posible, se dialoga pacíficamente para mejorar el trabajo que se está haciendo y se le encomienda a proteger su perfil y demostrar su capacidad.

✓ La cooperación

Cabe mencionar que no todos tenemos las mismas capacidades para realizar ciertas tareas.

Por lo que algunos usuarios acuden entre sí para solicitar colaboración y cooperación, según la potencialidad que refleja, logrando la resolución de inquietudes y dudas planteadas; en donde al final los resultados son convenientes y pronunciados.

✓ La cultura de diálogo

En la institución poseen una forma de trato hacia los demás, respecto a su identidad y presentación, la mayoría que ofrece sus servicios profesionales son dependientemente de una cultura, por lo que dialogan en la misma vía de comunicación según la etnia e idioma que se tiene. Ofreciendo un buen espacio de ambiente para tratar con más atención a lo requerido.

1.2.10 Otros aspectos

✓ Tecnología

Actualmente la municipalidad cuenta con servicio de internet por cable, destinado específicamente para la mayoría de oficinas o direcciones, con el fin de garantizar un mejor procedimiento, aprovechamiento y desarrollo de las actividades que se tienen planificadas.

1.3 Listado de carencias/deficiencias/fallas, contextual e institucional

1. Desactualización en las estructuras curriculares
2. Contaminación en los ríos a causa de la basura.
3. Infraestructura deficiente en los servicios educativos
4. Falta de mecanismos para el crecimiento profesional
5. Inseguridad alimentaria y nutricional
6. Presencia de embarazos en adolescentes
7. Falta de procedimientos para la contratación del personal
8. Carencia de organización de los jóvenes
9. Ausencia de la Policía Nacional Civil
10. Múltiples fallas administrativas dentro de la institución
11. Carencia del Plan de Desarrollo Municipal
12. Carreteras muy deterioradas
13. Grandes deficiencias en los servicios de salud
14. Pocas posibilidades educativas para los habitantes de la población
15. Problemas intrafamiliares

1.4 La problematización de las carencias y enunciado de hipótesis-acción

No.	Carencias	Problemas
1	Desactualización en las estructuras curriculares	¿Qué hacer para actualizar las estructuras curriculares?
2	Contaminación excesiva de la basura en los ríos y vías de acceso	¿Cómo reducir la contaminación de los ríos por causa de la basura?
3	Infraestructura deficiente en los servicios educativos	¿Qué hacer para mejorar la infraestructura en los servicios educativos?
4	Falta de mecanismos para el crecimiento profesional	¿Cuáles mecanismos deben buscarse para el crecimiento profesional?
5	Inseguridad alimentaria y nutricional	¿De qué manera puede contribuirse al mejoramiento de la seguridad alimentaria y nutricional de las nuevas generaciones?
6	Presencia de embarazos en adolescentes	¿De qué manera pueden prevenirse los embarazos en adolescentes?
7	Falta de procedimientos para la contratación del personal	¿Qué procedimientos deben seguirse para la contratación del personal?
8	Carencia de organización de jóvenes	¿Cómo motivar a los jóvenes para crear una organización o directiva dentro del municipio?
9	Ausencia de la Policía Nacional Civil	¿Qué hacer para tener presencia de la Policía Nacional Civil?
10	Múltiples fallas administrativas dentro de la institución	¿Cómo mejorar los procesos administrativos dentro de la institución?

- | | | |
|----|--|--|
| 11 | Carencia del Plan de Desarrollo Municipal | ¿Qué hacer para que el Plan de Desarrollo Municipal tenga seguimiento? |
| 12 | Carreteras muy deterioradas | ¿Qué hacer para mejorar las carreteras? |
| 13 | Grandes deficiencias en los servicios de salud | ¿Qué hacer para mejorar las deficiencias en los servicios de salud? |
| 14 | Pocas posibilidades educativas para los habitantes de la población | ¿Cómo lograr posibilidades educativas para los habitantes de la población? |
| 15 | Problemas intrafamiliares | ¿Qué hacer para evitar los problemas intrafamiliares? |

✓ **La hipótesis-acción**

No.	Problemas	Hipótesis-acción
1	¿Qué hacer para lograr la actualización de las estructuras curriculares?	<u>Si</u> se ejecuta un replanteamiento curricular de acuerdo al contexto, <u>entonces</u> se mejorarán las estructuras curriculares.
2	¿Qué hacer para reducir la contaminación de los ríos por causa de la basura?	<u>Si</u> se crean proyectos de Vio bardas en los ríos, <u>entonces</u> se podrá reducir la contaminación de la basura.
3	¿Qué hacer para mejorar la infraestructura en los servicios educativos?	<u>Si</u> se crea un plan de estrategias de necesidades básicas en los centros educativos y se presiona a las autoridades educativas superiores, con el apoyo de estudiantes, docentes, padres de familia y comunidad en general, <u>entonces</u> se logrará el apoyo económico para mejorar la infraestructura en los centros educativos.
4	¿Qué mecanismos deben buscarse para el crecimiento profesional?	<u>Si</u> se orienta y capacita constantemente al personal sobre sus funciones y se otorgan méritos por los trabajos realizados, <u>entonces</u> se tendrán los mecanismos necesarios para mantener el crecimiento profesional.
5	¿De qué manera se puede contribuir para mejorar la seguridad alimentaria y nutricional de las nuevas generaciones?	<u>Si</u> se educa a los jóvenes en cuanto a seguridad alimentaria y nutricional <u>entonces</u> se contribuirá al mejoramiento del estado nutricional de las nuevas

- generaciones
- 6 ¿De qué manera pueden prevenirse los embarazos en adolescentes? Si se imparten capacitaciones y se implementa una guía de salud sexual y reproductiva, entonces se prevendrán los embarazos en adolescentes.
- 7 ¿Qué procedimientos deben seguirse para la contratación del personal? Si se crea un perfil sobre los puestos y funciones con base en acuerdos y reglamentos legales, entonces se podrá seguir los procedimientos para contratar a personal apto para el puesto y función.
- 8 ¿Cómo motivar a los jóvenes para crear una organización o directiva dentro del municipio? Si se propicia un programa de integración y participación, entonces se podrá motivar a los jóvenes para crear una organización o directiva dentro del municipio
- 9 ¿Qué hacer para tener presencia de la Policía Nacional Civil? Si se crean diálogos con los líderes sobre la importancia que tendrían y se solicita directamente con las autoridades superiores para ese efecto, entonces se podrá tener presencia de la Policía Nacional Civil
- 10 ¿Cómo mejorar los procesos administrativos dentro de la institución? Si se realiza un replanteamiento organizacional, entonces se mejorarán los procesos administrativos dentro de la institución
- 11 ¿Qué hacer para que el Plan de Desarrollo Municipal tenga seguimiento? Si se establece una buena organización entre las instituciones dentro del municipio y toman conciencia de las necesidades del municipio, entonces se

- podrá dar seguimientos al Plan de Desarrollo Municipal.
- 12 ¿Qué hacer para mejorar las carreteras deterioradas? Si se crea un plan de gestión por autoridades comunitarias, y se establecen diálogos entre autoridades municipales, comunitarias y vecinales, entonces se podrán mejorar las carreteras para beneficio de los habitantes
- 13 ¿Qué hacer para solucionar las deficiencias en los servicios de salud? Si se contrata a más personal capacitado en las diferentes áreas y se gestionan equipos más actualizados, entonces se solucionarán las deficiencias en los servicios de salud.
- 14 ¿Por qué existen pocas posibilidades educativas para los habitantes de la población? Si se hacen las gestiones a las autoridades correspondientes, entonces, podrían crearse establecimientos educativos en las áreas de mayor población estudiantil.
- 15 ¿Qué hacer para evitar los problemas intrafamiliares? Si se establece una cultura de diálogo, respeto mutuo y sobre los derechos y obligaciones de cada persona, entonces se podrá evitar los problemas intrafamiliares.

1.5 Priorización de problema y su respectiva hipótesis-acción

- 1 ¿Qué hacer para la actualización de las estructuras curriculares?
- 2 ¿De qué manera se pueden prevenir los embarazos en adolescentes?
- 3 ¿De qué manera se puede contribuir para mejorar la seguridad alimentaria y nutricional de las nuevas generaciones?
- 4 ¿Qué hacer para reducir la contaminación de los ríos por causa de la basura?

✓ Cuadro de priorización

No	INDICADORES	Problema 1		Problema 2		Problema 3		Problema 4	
		SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
1	¿Es fácil de solucionar?		X		X	X			X
2	¿Implica beneficios?	X		X		X		X	
3	¿Requiere poca inversión de recursos?		X		X		X		X
4	¿Se cuenta con el apoyo financiero?		X		X		X		X
5	¿Se cuenta con el	X		X			X	X	

	apoyo de las autoridades locales para solucionarlo?				
6	¿Es urgente la solución?	X	X	X	X
7	¿Es suficiente el tiempo para solventar el problema?		X	X	X
8	¿Responde a necesidades comunes?	X	X	X	X
9	¿El proyecto es de beneficio para toda la población?	X	X	X	X
10	¿Es estratégicamente conveniente?	X	X	X	X
11	¿Las opciones de solución son factibles?	X	X	X	X
12	¿Da una solución definitiva?		X	X	X
13	¿La sostenibilidad es factible?	X	X	X	X
14	¿Por los apoyos que tengan?	X	X	X	X

15	¿Por el tiempo disponible?	X		X		X		X	
16	¿Por la urgencia de solución?		X	X		X	X		
17	¿Cuenta con lo necesario?		X	X		X		X	
18	¿Responde a las políticas?	X		X	X			X	
19	¿Está plenamente delimitado?		X	X		X		X	
20	¿Es de beneficio colectivo	X		X		X		X	
21	¿La sostenibilidad es posible?		X	X		X		X	
22	¿No altera elementos ambientales?		X		X		X	X	
	Totales	12	10	16	6	5	17	6	16

✓ **Problema seleccionado**

Problema seleccionado

¿De qué manera se pueden prevenir los embarazos en adolescentes?

✓ **Cuadro de carencia, problema e hipótesis-acción**

Con base en el diagnóstico realizado en el municipio tanto en lo contextual como en lo institucional, se logró resaltar la siguiente carencia, problema, hipótesis-acción.

Carencia	Problema	Hipótesis-acción	Título
Presencia de embarazos en adolescentes	¿De qué manera se pueden prevenir los embarazos en adolescentes?	<u>Si</u> se imparten capacitaciones y se implementa una guía de salud sexual y reproductiva, <u>entonces</u> se prevendrán los embarazos en adolescentes.	Salud sexual y reproductiva

1.6 Análisis de viabilidad y factibilidad

✓ Viabilidad

Indicador	Sí	No
¿Se tiene, por parte de la institución, el permiso para hacer el proyecto?	X	
¿Se cumplen con los requisitos necesarios para la autorización del proyecto?	X	
¿Existe alguna oposición para la realización del proyecto?		X
Total	2	1

✓ Factibilidad

El estudio técnico

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

El estudio de mercado

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

El estudio económico

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

El estudio financiero

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

✓ Cuadro de carencia, problema, hipótesis-acción y título

Con base al diagnóstico realizado en el municipio tanto en lo contextual como institucional, se logró resaltar la siguiente carencia, problema, hipótesis-acción y el título del proyecto a intervenir.

Carencia	Problema	Hipótesis-acción	Título
Presencia de embarazos en adolescentes	¿De qué manera se pueden prevenir los embarazos en adolescentes?	<u>Si</u> se imparten capacitaciones y se implementa una guía de salud sexual y reproductiva, <u>entonces</u> se prevendrán los embarazos en adolescentes.	Salud Sexual y Reproductiva

✓ Nombre del proyecto

Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

Capítulo II

Fundamentación teórica

2.1 Conceptualización

2.1.1 La salud

Estado en que un ser u organismo vivo no tiene ninguna lesión ni padece ninguna enfermedad y ejerce con normalidad todas sus funciones.

La Organización Mundial de la Salud dice que la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social"

Serie de condiciones físicas en que se encuentra un ser vivo en una circunstancia o un momento determinados.

2.1.2 Sexualidad

Conjunto de características físicas y psicológicas propias de cada sexo. "tenía una sexualidad poco definida"

Conjunto de actividades y comportamientos relacionados con el placer sexual. "hay que aprender a refinar la sexualidad como se refinan otros gustos humanos"

2.1.3 Aparatos reproductores

El aparato reproductor masculino es junto con el femenino, el encargado de garantizar la procreación, es decir la formación de nuevos individuos para lograr la supervivencia de la especie.

2.1.4 Enfermedades de transmisión sexual (ETS)

Las enfermedades de transmisión sexual son infecciones que se contagian de una persona a otra durante el sexo vaginal, anal u oral. Son muy comunes, y muchas personas que las tienen no presentan síntomas. Las ETS pueden ser peligrosas, pero las buenas noticias son que hacerse la prueba no es complicado y que la mayoría de estas enfermedades son fáciles de tratar.

2.1.5 Métodos de planificación familiar

Nos permiten decidir por sí solos cuándo tener relaciones sexuales y cuándo tener hijos. Esas decisiones le corresponden a cada mujer y nada más.

Algunas personas desconfían de los anticonceptivos y piensan que son peligrosos para la salud. Pero la razón principal son las autoridades políticas y religiosas que no quieren que las mujeres decidan cuándo y cómo usar la planificación familiar.

Los métodos por lo general, se deben optar por uno que se acomoda al cuerpo y las actividades, a las preferencias de ella y su pareja, y a su bolsillo.

2.2 Fundamentos teóricos

2.2.1 La salud

La salud (del latín *salus, -utis*)¹ es un estado de bienestar o de equilibrio que puede ser visto a nivel subjetivo (un ser humano asume como aceptable el estado general en el que se encuentra) o a nivel objetivo (se constata la ausencia de enfermedades o de factores dañinos en el sujeto en cuestión). El término salud se contrapone al de enfermedad, y es objeto de especial atención por parte de la medicina y de las ciencias de la salud.

De modo que si decimos que alguien tiene poca salud, nos estamos refiriendo a que puede tener un desorden o desequilibrio en su estructura biológica o mental, que le

impiden desarrollar su vida con normalidad. Decimos, por tanto, que puede tener cierta enfermedad, cierto malestar, cierta afección o cierta dolencia en su integridad personal, y, por ello, cierto mal funcionamiento de su ser. O incluso podemos pensar que ciertas sociedades o estructuras sociales adolecen de cierta salubridad (por ejemplo, las situaciones de miseria y pobreza extremas), carecen de cierta salud moral (por ejemplo, los grupos violentos o fanáticos) o de un estilo de vida saludable (por ejemplo, los grupos con hábitos dañinos como el exceso de alcohol, el consumo de drogas o una nefasta alimentación). Teniendo en cuenta estos referentes, muchos de ellos procedentes de una determinada visión médica, sociológica, cultural o filosófica, podemos acercarnos un poco más a la pretensión de encontrar una definición certera y exacta de salud (Bowling, 1994).

La forma física es la capacidad que tiene el cuerpo para realizar cualquier tipo de ejercicio donde muestra que tiene resistencia, fuerza, agilidad, habilidad, coordinación y flexibilidad.

Existe también la salud mental, la cual se caracteriza por el equilibrado estado emocional de una persona y su autoaceptación (gracias al autoaprendizaje y al autoconocimiento); en términos clínicos, es la ausencia de cualquier tipo de enfermedad mental.

Estas definiciones han sido cuestionadas ya que se la considera una definición ideal, puesto que no toda la población alcanzaría ese estado. Hoy asumimos que la salud es un proceso en el cual el individuo se desplaza sobre un eje salud-enfermedad acercándose a uno u otro extremo según se refuerce o rompa el equilibrio.

La salud se concibe como la posibilidad que tiene una persona de gozar de una armonía biopsicosocial, en interacción dinámica con el medio en el cual vive.

Nivel subjetivo

No obstante, el concepto de salud ("buena salud") es subjetivo. Muchas personas se han acostumbrado a vivir con un estado de mala salud crónica como si fuera normal, influenciadas por el entorno social o familiar, sus vivencias personales que le imposibilitan contrastar con una situación de buena salud y, en ocasiones, la falta de apoyo o soluciones por parte de los profesionales de la salud, entre otras razones. Este hecho está impidiendo el reconocimiento y diagnóstico de trastornos que, sin tratamiento, pueden provocar consecuencias graves sobre la salud. Como ejemplos destacados cabe citar la enfermedad celíaca o la malnutrición en personas de edad avanzada. Asimismo, esta aceptación de una mala salud crónica como algo esperable o normal y la falta de concienciación acerca de la importancia de la prevención, conducen a un bajo seguimiento de los tratamientos prescritos en enfermedades crónicas diagnosticadas, con las consiguientes repercusiones negativas sobre la salud.

Nutrición

La alimentación es el principal factor que influye sobre la salud. Una buena salud se consigue mediante una dieta equilibrada, con una gran variedad de alimentos, equilibrio entre calorías, ingerir las comidas diarias recomendadas, entre otros.

Podemos mirar en la pirámide alimentaria los alimentos para una nutrición sana y equilibrada. Sin una nutrición saludable, se pueden contraer enfermedades como lo son: obesidad, desnutrición, etc.; se deben consumir pocas grasas y lípidos, muchas frutas y verduras, los productos de origen animal se deben consumir de manera regular, los cereales se deben consumir de manera constante, antes de cada comida se deben lavar frutas y verduras. En la nutrición, un dato muy importante es la higiene que es necesaria para evitar enfermedades estomacales. No debemos olvidar el ejercicio que sirve para una buena digestión. También es muy importante no ponernos a dieta sin instrucciones de un especialista, ya que no es seguro. Lo mejor, es comer todos los alimentos que nos ofrece la pirámide alimentaria, lo importante, es consumirlas en

porciones adecuadas. La Dieta mediterránea está considerada como altamente saludable, ya que algunos de los compuestos bioactivos presentes en ella incluyen compuestos fenólicos, isoprenoides y alcaloides que contribuyen a efectos saludables comúnmente asociados a dicha dieta.

Ejercicio físico

La práctica regular de actividad física en cualquier edad produce un bienestar y mejora tanto en el estado de ánimo como físicamente.

El ejercicio físico es cualquier movimiento corporal repetido con el propósito de conservar la salud o mejorarla. A menudo también es dirigido hacia el mejoramiento de la capacidad atlética y/o la habilidad. El ejercicio físico regular es un componente necesario en la prevención de algunas enfermedades como problemas cardíacos, enfermedades cardiovasculares, Diabetes mellitus tipo 2, sobrepeso, dolores de espalda, entre otros.

El ejercicio físico se debe practicar con mesura y de forma equilibrada, prestando atención a los cambios físicos internos para aprender a comprender la relación causa-efecto entre el movimiento físico concreto y su efecto directo con los cambios internos percibidos.

Recomendable porque puede llevar a un desgaste físico de ciertas partes del cuerpo. Por eso, cabe insistir en el equilibrio de fuerzas, tanto internas como externas, y a ello ayuda el autoconocimiento mediante un crítico autoanálisis (autoexámenes de conciencia mientras se desarrolla la actividad física).

El ejercicio físico es necesario para una salud equilibrada; además, debe complementarse con una dieta equilibrada y una adecuada calidad de vida. Sus beneficios pueden resumirse en los siguientes puntos:

- ✓ aumenta la vitalidad, por lo que proporciona más energía y capacidad de trabajo;
- ✓ auxilia en el combate del estrés, ansiedad y depresión;
- ✓ incrementa autoestima y autoimagen; además sus factores son:
- ✓ mejora tono muscular y resistencia a la fatiga;
- ✓ facilita la relajación y disminuye la tensión;
- ✓ quema calorías, ayudando a perder peso excesivo o a mantenerse en el peso ideal;
- ✓ ayuda a conciliar el sueño;
- ✓ fomenta la convivencia entre amigos y familiares, además de dar la oportunidad de conocer gente;
- ✓ reduce la violencia en personas muy temperamentales;
- ✓ favorece estilos de vida sin adicción al tabaco, al alcohol y a otras sustancias;
- ✓ mejora la respuesta sexual;
- ✓ atenúa la sensación de aislamiento y soledad entre ancianos;
- ✓ fortalece los pulmones y con ello mejora la circulación de oxígeno en la sangre;
- ✓ disminuye el colesterol y riesgo de infarto, y regulariza la tensión arterial;
- ✓ es eficaz en el tratamiento de la depresión;
- ✓ estimula la liberación de endorfinas, las llamadas "hormonas de la felicidad", y
- ✓ permite una distracción momentánea de las preocupaciones, con lo que se obtiene tranquilidad y mayor claridad para enfrentarlas más adelante.

La cantidad mínima para prevenir enfermedades es de 30 minutos diarios de actividad física moderada. Otros hábitos que deben combinarse con la realización de ejercicios son: la buena alimentación, el descanso adecuado, la higiene y evitar el consumo de sustancias perjudiciales para el organismo, como el tabaco, el alcohol y otros estimulantes.

El descanso

El descanso es necesario para que se produzcan en nuestro cuerpo las diferentes adaptaciones que aporta la actividad física y para que se produzca una mejora del rendimiento corporal.

Higiene

La higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. La higiene personal es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano. La higiene es un elemento imprescindible para la salud, ya que mantiene la limpieza del cuerpo, los cabellos y los dientes, cosa que previene infecciones y enfermedades.

Salud mental

La salud mental es un concepto que se refiere al bienestar emocional y psicológico del individuo. *Merriam-Webster* define salud mental como: «el estado del bienestar emocional y psicológico en el cual un individuo pueda utilizar sus capacidades cognitivas y emocionales, funcionar en sociedad, y resolver las demandas ordinarias de la vida diaria»

Según la OMS, no hay una definición oficial de salud mental. Las diferencias culturales, las evaluaciones subjetivas y la competición de teorías profesionales, hacen difícil definir "la salud mental". En general, la mayor parte de expertos advierten que la salud mental y las enfermedades mentales no son excluyentes. En otras palabras, la ausencia de un desorden mental reconocido, no es necesariamente un indicador de contar con salud mental (probablemente debido al desconocimiento de la gran variedad de estados mentales aún por definir, y la corta edad de la ciencia médica en general tal como la conocemos hoy en día, y en especial de la ciencia que intenta definir con más exactitud estos trastornos o complejos salud-enfermedad que proponen tanto la psicología como la psiquiatría).

La personalidad saludable

En la antigua Grecia nada se sabía de virus y bacterias, pero ya reconocían que la personalidad y sus características, desempeñan un rol fundamental en los orígenes de la enfermedad.

Galeno, una figura gigantesca del mundo antiguo, ya observó la existencia de un vínculo muy estrecho entre la melancolía y el cáncer de mama. De este modo, en estos primeros enfoques médicos, encontramos tempranamente un criterio holístico en la consideración de la salud y la enfermedad.

Platón remarcaba que la buena educación es la que tendía con fuerza a mejorar la mente juntamente con el cuerpo. Reconocía, de alguna manera, que la salud corporal conduce a la higiene mental, pero, al mismo tiempo, que el buen estado mental predispone al buen estado corporal. Así, establecía, específicamente, que el alma "buena", por su propia excelencia, mejora al cuerpo en todo sentido.

En los tiempos actuales, desde el siglo XX, especialmente, pero también desde mucho antes e incluso en la medicina oriental antigua, se comienza a reconocer la necesidad de concepción holística de la salud.

La concepción psicósomática nos obliga a atender nuestra interioridad como causa posible de perturbaciones del cuerpo. Esto es reconocido unánimemente por la clínica occidental, que ve que en los consultorios un altísimo porcentaje de consultas responde a distorsiones de la mente o de la personalidad, en sentido amplio.

Este nuevo enfoque no es dualista a la manera cartesiana. Concibe al hombre como una unidad, en la que con mucha frecuencia anidan los poderes curativos, que estimulados, ayudan a resolver los problemas somáticos. La filosofía médica no materialista de este modo va incrementándose en el mundo en que pudo predominar la medicina convencional.

Hábitos perjudiciales para la salud

- ✓ Son todas aquellas actividades que presencian consecuencias nocivas y peligrosas para nuestra salud. Las más relevantes son:
- ✓ El sedentarismo. Consiste en la inexistencia de actividad física, acción que agrava las enfermedades principalmente físicas. Surge en las sociedades modernas debido al gran número de horas dedicado al trabajo y a la televisión. Puede provocar obesidad, colesterol en exceso, estrés, falta de comunicación, etc.
- ✓ Las posturas corporales incorrectas. Es otro factor condicionante de nuestro bienestar. Por ejemplo, sentarse sin mantener la espalda recta puede provocar enfermedades como escoliosis asimétrica.
- ✓ Las drogas. Son uno de los elementos que perjudican de forma más rápida y grave nuestra salud y que, además, generan dependencia, desde el tabaco o alcohol hasta las llamadas drogas de diseño. Provocan graves alteraciones en el organismo.
- ✓ El tabaco. También es una droga, aunque se considera legal. El tabaco disminuye la capacidad pulmonar y provoca grandes enfermedades respiratorias. Además, aumenta doce veces el riesgo de sufrir cáncer de pulmón, duplica el riesgo de sufrir un infarto, dificulta la curación de las infecciones respiratorias, provoca ansiedad por la dependencia de la nicotina y resisten menos el ejercicio físico.

Factores que influyen en la salud

Según el reporte de LaLonde, del año 1974 realizado en Canadá, se sugiere que existen cuatro determinantes generales que influyen en la salud, a los cuales se les llamó: *biología humana, ambiente, forma de vida* y *la organización del cuidado de la salud*. De esta manera, la salud es mantenida por la ciencia y la práctica de medicina, pero también por esfuerzo propio. *Fitness*, una dieta saludable, manejar el estrés, el dejar de fumar y de abusar de otras sustancias nocivas, entre otras medidas, son pasos para mejorar la salud de alguien. Por otra parte, el estilo de vida es el conjunto de comportamientos o aptitudes que desarrollan las personas, es decir, pueden ser

saludables o nocivas para la salud y además podemos encontrar que es la causa de las enfermedades dentro del factor huésped.

Tener una dieta equilibrada, que incluya todos los grupos de alimentos, y realizar actividad física moderada con regularidad (150 minutos de ejercicio a la semana) son factores clave en la mejora de salud; además de no fumar, tener un consumo moderado de alcohol, comer cinco piezas de frutas y verduras al día y tener un peso adecuado a la talla de la persona. Estos cambios en los hábitos de vida combatirían enfermedades cardiovasculares crónicas y diabetes.

Biología humana

Es el estudio de la vida del ser humano o la información genética que cada individuo trae en sus genes, puede proteger o favorecer la aparición de enfermedades. Dentro del factor biológico podemos destacar las enfermedades adquiridas por el medio como el dengue o el mal de chagas.

Ambiente

Son todos aquellos factores que provienen del exterior y sobre los cuales el ser humano "no tiene control".

Un informe, publicado el 4 de marzo de 2008 por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), advierte que "la contaminación del aire va a tener efectos crecientes sobre la salud a nivel mundial"; y si no se hace nada para remediarlo –como ha venido sucediendo hasta ahora–, advierte, en 2030 "el número de fallecimientos prematuros relacionados con el ozono troposférico se multiplicará por cuatro.

Ambiente doméstico

Son todos aquellos factores que provienen del exterior y sobre los cuales el ser humano sí tiene control. Los productos químicos domésticos alteran gravemente el ambiente doméstico y pasan a las personas a través de los alimentos a los cuales contaminan fácilmente por estar almacenados en los mismos habitáculos durante periodos de tiempo.

Forma de vida saludable

Para completar una forma de vida saludable es necesario seguir ciertas pautas tanto alimentarias como de hábitos de ejercicio físico.

En primer lugar una dieta equilibrada requiere la ingesta controlada y equilibrada consistente en una alta ingesta de verduras, frutas, legumbres y cereales que contienen antioxidantes y fibra y pescado, rico en ácidos grasos y omega 3. También son recomendables, en menor cantidad, carnes blancas, carnes rojas, con mucho control sobre estas últimas al contener grasas saturadas.

Por su parte, los hábitos de ejercicio físico son imprescindibles para quemar el exceso de calorías ingeridas, y tonificar músculos y huesos con vistas a la vejez. Su práctica reduce las probabilidades de padecer enfermedades de corazón, enfermedades relacionadas con la presión arterial y el colesterol.

En la parte de los hábitos tóxicos, cabe destacar el alcohol y el tabaco como unas de las fuentes más perjudiciales para la salud en tanto en cuanto a la gran extensión entre la población de estos hábitos.

Promoción de la salud

El proceso que permite fortalecer los conocimientos, aptitudes y actitudes de las personas para participar responsablemente en el cuidado de su salud y para optar por estilos de vida saludables, facilitando el logro y conservación de un adecuado estado de salud individual, familiar y colectiva mediante actividades de participación social, comunicativa y educativa para la salud.

La promoción también está relacionada con la prevención. Te da el control sobre riesgos a enfermedades y cambia el estilo de vida a uno más saludable. Mientras sea acompañado por una dieta balanceada, crear una rutina de ejercicios y evitar situaciones que causen estrés, todo esto con el objetivo de disminuir el riesgo a enfermedades.

2.2.2 La sexualidad

Cuando se habla de sexualidad hay que adentrarse en las relaciones interpersonales, en los sentimientos más íntimos de unos y otras y ver sus efectos en el desarrollo y autodesarrollo del ser humano. Es una realidad de por sí valiosa por el hecho de pertenecer a la intimidad de lo humano, pero que influye en la calidad de vida de ambos géneros, de la familia; de esto llegando a una convivencia cultural, que está ligada, además, como dijo el sexólogo brasileño Malcolm Montgomery. “La sexualidad está vinculada orgánicamente a la personalidad, es vida, placer, descubrimiento,”...al renacimiento, al desarrollo personal, a lo interaccional, a lo lúdico, a lo comunicacional, a lo nuevo, a la magia, a la belleza y a la naturaleza, al amor y a la salud”.

A medida que vamos creciendo, aprendemos cosas sobre nuestra sexualidad. Por ejemplo, aprendemos a valorarnos, aprendemos cómo son nuestros cuerpos, cómo son otros cuerpos, aprendemos del afecto y sobre cómo se relacionan las personas que se quieren, y también nos vamos formando una idea sobre la sexualidad, sobre qué es, cómo se expresa, si es algo positivo y fuente de bienestar o no.

Lo que nos cuentan y lo que vemos influye mucho en nuestra sexualidad.

Si crecemos pensando que la sexualidad es un tema oculto, secreto, vergonzoso, algo de lo que no se debe hablar o sobre lo que no es conveniente sentir curiosidad, lo tendremos difícil para conocernos, cuidarnos, y en definitiva disfrutar con nuestra sexualidad. Nuestra sexualidad no es algo vergonzoso, sino por el contrario algo valioso, importante. Por eso, merece la pena tener curiosidad, hablar, preguntar, informarse... porque todo esto nos va a permitir vivir nuestra sexualidad de la manera más satisfactoria posible.

Aprender sobre sexualidad nos puede ayudar a conseguir muchas cosas:

- ✓ A conocernos mejor, nuestros cuerpos, nuestros deseos...
- ✓ A encontrarnos mejor en las relaciones de pareja.
- ✓ A disfrutar más en las relaciones sexuales.
- ✓ A conocer más sobre reproducción, maternidad, paternidad...
- ✓ A cuidar nuestra salud, evitando riesgos innecesarios.
- ✓ A saber que se puede disfrutar de la sexualidad sin tener pareja y cómo hacerlo.
- ✓ A contribuir mejor a la educación sexual de nuestras hijas y de nuestros hijos.

¿Qué es la sexualidad en la adolescencia?

La sexualidad en la adolescencia es aquella en la que el joven se desarrolla física y mentalmente, adquiriendo los caracteres sexuales secundarios (los que no tienen que ver con el órgano reproductor, como la nuez en los hombres o el ensanchamiento de las caderas en las mujeres) y desarrollando el pensamiento maduro; pero también despierta un **comportamiento sexual**, se transforma en un ser sexual.

La sexualidad no sólo tiene que ver con el acto de reproducirse, sino que representa la generación de deseos, sentimientos, fantasías y emociones, es decir, el desarrollo de una identidad sexual, que se puede definir como aquella parte de la identidad del individuo que le permite reconocerse y actuar como un ser sexual.

La sexualidad es una dimensión que comparte con la salud dos rasgos importantes que son tomados en cuenta como lo primordial.

Ser Global: No es posible comprender la sexualidad sin tener en cuenta a la persona en su conjunto. La sexualidad está presente en las tres dimensiones que configuran al ser humano: Biológica (las primeras células del organismo ya están diferenciadas sexualmente), Psicológica (cada persona tiene su propia orientación sexual y la vive de una forma particular) y Social (nuestra socialización y educación están filtradas por el hecho de que seamos hombres o mujeres)

Ser Dinámica: El comportamiento sexual ha ido cambiando en función de la realidad de cada época y también varía a lo largo de la vida de una persona, por tal razón se mantiene en constante ritmo armónico de vivencia.

Etapas del desarrollo de la sexualidad

Al igual que el desarrollo físico y mental, la sexualidad se forma gradualmente y necesita pasar por una serie de etapas antes de completarse. Los cambios que se producen en la sexualidad pueden enmarcarse dentro de las etapas de la adolescencia y la pubertad, ya que las transformaciones físicas y mentales condicionan sobremanera el desarrollo de la sexualidad y de la identidad sexual:

- ✓ Adolescencia temprana (11-13 años): Durante esta etapa, que se caracteriza por la velocidad de los cambios físicos en el adolescente, el joven se encuentra aún lejos del deseo sexual adulto, por lo que se presenta como una fase de autoexploración (a menudo a través de la masturbación), debido a los nuevos cambios físicos y psíquicos que experimenta (como la aparición de los primeros impulsos sexuales y de la espermarquia o primera eyaculación), y también de exploración del contacto con el otro sexo.

- ✓ **Adolescencia media (14-17 años):** El adolescente ya está casi completamente desarrollado, sus órganos sexuales están listos para la reproducción y el deseo sexual se incrementa. En esta fase se desarrolla una sensación de invulnerabilidad y fortaleza que inducen al joven a comportarse de una forma narcisista. Se empieza a buscar el contacto habitual con el otro sexo y pueden llegar las primeras relaciones sexuales. El adolescente no sólo responde a sus impulsos sexuales, sino también a su narcisismo, es decir, pone a prueba la propia capacidad de atraer al otro. También se considera que durante esta etapa se produce el auge de las fantasías románticas.

Las relaciones sociales fuera del entorno familiar, especialmente con amigos, empiezan a tener preponderancia, por lo que el adolescente contrapone los valores y la educación sexual recibida de sus padres con la de sus amigos (en muchas ocasiones llenas de mitos derivados de la poca o nula experiencia sexual), lo que puede acarrear riesgos, si a esto se suma que el adolescente aún no ha desarrollado del todo el pensamiento abstracto y en algunas ocasiones le cuesta pensar en las consecuencias de sus actos. Además, al no haber desarrollado por completo el pensamiento adulto, el adolescente utiliza los sentidos para expresar sus emociones.

- ✓ **Adolescencia tardía (17-21 años):** El adolescente se ha desarrollado por completo, física y psíquicamente. La capacidad de pensar en abstracto y de ser consciente de las consecuencias futuras de los actos hace que el joven pueda mantener relaciones sexuales maduras y seguras. El deseo ya no sólo responde a un estímulo o pulsión sexual, sino que el adolescente, ya adulto, comienza a buscar otros valores en sus relaciones sociales, como la confianza o la reciprocidad.

La importancia de recibir una buena educación sexual

La pubertad y el desarrollo sexual son etapas de cambios constantes, donde el deseo y los impulsos sexuales dominan a una parte racional que no está del todo desarrollada. Recibir una buena educación sexual es muy importante, no sólo a corto plazo, es decir, para que el adolescente supere sin riesgos sus etapas de maduración física y psíquica, sino también para establecer el comportamiento sexual que tendrá el joven cuando sea adulto.

Durante la adolescencia, el joven está expuesto a riesgos que se deben evitar mediante medidas preventivas:

- ✓ La sexualidad entra dentro de la intimidad: Las relaciones sexuales pertenecen a la intimidad de las personas, por lo que no es necesario compartir los detalles sobre las mismas, a no ser que se quiera hacer. Los padres y el entorno no deben presionar al adolescente.
- ✓ Desarrollo de habilidades sociales y de autocontrol: Los impulsos sexuales dominan a los racionales durante la adolescencia, sobre todo al comienzo de la fase de adolescencia media, donde el joven ya ha desarrollado por completo sus órganos sexuales pero no el pensamiento adulto. La educación debe proveer al adolescente de conocimientos que le permitan desarrollar conductas y comportamientos sexuales correctos.
- ✓ Informar: Es vital dotar al adolescente de la información necesaria sobre los riesgos que traen las relaciones sexuales sin protección (embarazo precoz, Enfermedades de Transmisión Sexual, etcétera), así como de los beneficios que reporta practicar sexo seguro.

La sexualidad de los adolescentes

El sexo y la sexualidad

En la adolescencia muchos jóvenes empiezan a darse cuenta de sus partes femeninas y masculinas. Una mirada, un roce, o solamente el pensar en alguien puede hacer que su corazón lata más rápido y producir una sensación de calidez o cosquilleo por todo el cuerpo. El hablar con tus padres o pediatra es una buena forma de recibir información y para ayudarte con las inquietudes que tengas sobre estos cambios.

Podrías preguntarte lo siguiente...

- ✓ ¿Cuándo puedo comenzar a tener citas?
- ✓ ¿En qué momento está bien besar a un chico (o una chica)?
- ✓ ¿Está bien se me masturbo (estimular tus genitales para obtener placer sexual)?
- ✓ ¿Hasta dónde puedo llegar sexualmente?
- ✓ ¿Cómo sabré si estoy preparado(a) para tener relaciones sexuales?
- ✓ ¿Tener relaciones sexuales con mi novio (o novia) ayuda a nuestra relación)?
- ✓ ¿Si me atrae alguien de mí mismo sexo quiere decir que soy gay o lesbiana?
- ✓ ¿El sexo oral es realmente sexo?

Algunas respuestas

La masturbación es normal y no te hará daño. Muchos chicos y chicas se masturban, y mucho otros no lo hacen. Puedes tener muchas dudas si decides empezar a tener relaciones sexuales. Por un lado escuchas de las advertencias y peligros de tener relaciones sexuales, y por otro lado, las películas, las revistas y hasta las letras de las canciones parecen estar diciendo que está bien tener relaciones sexuales.

El hecho es que el sexo es parte de la vida y como muchas partes de la vida, puede ser bueno o malo. Todo depende de ti y de las decisiones que tomes. Por ejemplo está bien si decides salir con un chico o una chica y tus padres están de

acuerdo. Quizás tu relación más ponga más seria. Pero, si alguno de los dos decide terminar la relación, trata de no herir los sentimientos de la otra persona simplemente sea honesto el uno al otro. Después del rompimiento, ambos pueden sentirse tristes o enojados. Generalmente, si continúas con tus actividades diarias normales o si hablas con un adulto de confianza te sentirás mejor.

Acercarse a alguien que te gusta también está bien. El tomarse de las manos, abrazarse, o besarse puede pasar, pero no necesariamente deben conducir a tener relaciones sexuales. Una de las decisiones más importantes que tomarás en la vida es cuando empiezas a tener relaciones sexuales. Hay algunos consejos buenos en el artículo “Decidirse a esperar”. ¿Por qué no te tomas tu tiempo y lo piensas más? Habla con tus padres sobre los valores familiares. Es muy buena idea esperar a tener relaciones sexuales para cuando estés mayor y en una relación seria y seas capaz de asumir las responsabilidades que esto conlleva.

Y puedes evitar quedar embarazada o embarazar a alguien o contraer enfermedades. La única forma de evitar el embarazo y las enfermedades relacionadas con el sexo es no tener relaciones sexuales. Y recuerda que el sexo oral es sexo. No tienes que preocuparte por el embarazo con el sexo oral, pero si te tienes que preocupar de contraer infecciones como el herpes, la gonorrea, el VIH (el virus que causa el SIDA), y el VHP (el virus del papiloma humano el virus que puede producir cáncer de la boca o garganta, y del cuello uterino y los genitales en los adolescentes y los adultos)

Pero si decides tener relaciones sexuales, habla con tu pediatra acerca de qué tipo de control de natalidad es mejor para ti y de cómo protegerte contra las infecciones transmitidas sexualmente.

La sexualidad en las diferentes etapas de la vida y en situaciones especiales

En la adolescencia

Este periodo, que ocupa aproximadamente la horquilla entre los 11 y los 19 años, está plagado de cambios muy significativos en el desarrollo de la persona. Cobran una significativa importancia el entorno social, sus normas y los modos de afrontar y resolver los conflictos propios del desarrollo.

La pubertad es un periodo bisagra que queda solapado entre la infancia y la juventud. Su inicio ocurre entre los 11 y 13 años, tanto para las niñas como para los niños. En términos biológicos, la pubertad se refiere a la fase en la que los niños y niñas presentan su desarrollo sexual. Después llegan los cambios mentales y psicológicos, necesarios para afrontar la vida adulta. Conviene distinguir al adolescente de los adultos y de los niños. No son 'niños grandes', ni 'adultos inmaduros'. Son adolescentes que requieren de especial atención, debido a que empiezan una etapa de grandes expectativas en la que adquieren su propia identidad. Si el inicio de la pubertad comienza antes de los 8 años, se considera prematuro. Si no llega hasta los 14 años, se califica como tardío. En ambos casos conviene consultar con el médico. En la adolescencia se produce la disonancia entre qué valores asumir como propios, cuáles rechazar y cuáles conservar de los recibidos por el padre y la madre

Este periodo es especialmente delicado, y sobre todo individual. Si bien cada persona es un sujeto diferente, en esta fase la distinción es exponencial por la gran variabilidad en el desarrollo en chicos y chicas de la misma edad. En un mismo grupo, en algunos aspectos homogéneo, conviven chicos y chicas de aspecto completamente añado con otros con las características sexuales secundarias plenamente desarrolladas: vello sexual, cambio de voz, senos desarrollados, menstruación... Esto puede hacer que el adolescente pase por un periodo en el que sí está muy alejado del modelo de su grupo de referencia se encuentre incómodo o desplazado. Para acompañarle en esta etapa es fundamental entender, o al menos intentar entender lo que

sucede y, en la medida en que se pueda, reconducir las dificultades, las dudas e incluso la rebeldía al campo de la normalidad y la naturalidad

Los cambios físicos

Los primeros cambios fisiológicos durante el inicio de la pubertad se presentan con relación a la estatura, cerca de dos años antes en las niñas que en los niños. El crecimiento definitivo comienza en torno a los 10 años en las niñas y a los 12 años en los niños. Se experimenta un pico de crecimiento cada dos años y supone ganar entre 7,5 y 10 centímetros de altura cada año. A la mayor altura se suman transformaciones en el tamaño de los huesos, lo que produce cambios en la fisonomía de la persona. Con la primera menstruación, o al término de un pico de crecimiento, empiezan a actuar las diferentes hormonas femeninas o masculinas. Estas hormonas son las causantes de los cambios sexuales secundarios.

La evolución física en las niñas, al igual que en los niños, incluye la aparición de vello púbico y axilar, y cambios de coloración en la zona genital. Las glándulas que producen el sudor están más activas, lo que supone mayor sudoración. Llega el crecimiento de los senos y algunas veces es más prominente el de una mama que el de la otra. Esto no debe ser signo de preocupación porque, con el tiempo, el tamaño se iguala en ambos senos.

El pubis se ensancha y las manos se alargan. Cerca de un año después de iniciado el crecimiento de los senos, se experimenta un aumento de estatura, antes de aparecer la menarquia o primera menstruación, que convierte a la mujer en fértil a todos los efectos.

Durante las primeras reglas es normal que los ciclos menstruales sean irregulares. Así, pueden comprender entre 24 a 34 días, presentar una duración entre 3 y 7 días, y no aparecer todos los meses. El dolor menstrual o dismenorrea es poco común con la primera menstruación, pero suele aparecer durante la adolescencia.

Después de la primera regla, la niña sigue creciendo tanto en talla como en el tamaño de sus senos, y el vello púbico se hace más aparente y grueso. También hay cambios en la voz, aunque no de manera tan notable como en los niños. Todo el período de crecimiento dura entre 4 y 5 años. A su término, el cuerpo está completamente desarrollado.

Las relaciones sexuales pertenecen a la intimidad de las personas, y no tenemos obligación de compartirlas con los demás salvo si queremos o necesitamos hacerlo.

Con los primeros años de la adolescencia llega la madurez sexual de los niños. Aparece el pelo en el área púbica, sobre las axilas y la 'barba'. Además, cambia la voz. El cuerpo de los niños se prepara para la madurez sexual con la producción de hormonas masculinas en cantidades abundantes, que causan el agrandamiento de los testículos y el oscurecimiento del escroto. Por lo general, el primer cambio que vive el niño es la aparición de pelo ralo alrededor de la base del pene. Sucede antes de un pico de crecimiento. Si en estos meses hay leve aumento de las glándulas mamarias no es motivo de preocupación, pero conviene estar atento para asegurarse de que desaparecen a los pocos meses. Aunque el pene puede tener erecciones desde la infancia, la primera eyaculación de semen se produce cuando se cumplen los dos años del inicio de la pubertad, o cuando el pene ha crecido y ha alcanzado su tamaño definitivo. Puede suceder en una masturbación, de manera espontánea con una fantasía sexual o durante la noche en una eyaculación nocturna. Más tarde, el pelo empieza a aparecer en las axilas y en el rostro. La laringe crece y hace más visible la nuez o "manzana de Adán", de manera simultánea al cambio en el tono de la voz, un proceso que a veces produce "gallos" al hablar. La duración del crecimiento puede prolongarse durante 5 años, tiempo en el que los testículos siguen aumentando, y el pene se torna más grueso.

Las orientaciones sexuales son:

a. Autoerotismo: La persona alcanza el placer y la satisfacción sexual estimulándose a sí misma, mediante caricias o fantasías. La expresión más habitual del autoerotismo es la masturbación. Durante mucho tiempo, la masturbación se ha identificado con los varones y se han mantenido todo tipo de creencias infundadas acerca de sus peligros (ceguera, debilidad física y mental, esterilidad y un largo etc.). Sin embargo, la masturbación es un hecho saludable que puede resultar gratificante a lo largo de toda la vida, no sólo en la infancia y adolescencia, y tanto para los hombres como para las mujeres.

b. Homosexualidad: La persona se siente atraída y obtiene su gratificación sexual con otras personas de su mismo sexo. Hace muy pocos años que la homosexualidad dejó de ser considerada como una enfermedad o una perversión y todavía muchas personas homosexuales son objeto del rechazo y la desconsideración social. No hay ninguna razón que justifique este tipo de reacciones.

c. Heterosexualidad: La persona se siente atraída y obtiene una gratificación sexual a través de relaciones con personas de otro sexo. En nuestras normas culturales la heterosexualidad es sinónimo de “normalidad” y forma parte del modelo que la sociedad nos presenta, tanto a los hombres como a las mujeres, y al que supuestamente debemos ajustarnos. Sin embargo, la heterosexualidad es sólo una de las posibles opciones, ni mejor ni peor.

d. Bisexualidad: La persona se siente atraída y obtiene una gratificación sexual a través de relaciones con personas de su mismo u otro sexo indistintamente.

Es importante tener en cuenta que mantener una determinada orientación no significa que automáticamente las conductas sexuales estén en la misma dirección. Una persona puede mantener un comportamiento sexual que no corresponde con su orientación.

Por lo tanto es fundamental tener en cuenta que para resaltar una vida sana y saludable respecto a la sexualidad, se necesita de:

- ✓ Sentirse bien y a gusto con uno mismo
- ✓ Aceptar el hecho de ser hombre o mujer
- ✓ Adquirir un sentido lúdico de la sexualidad

Cambios psico-sexuales

- ✓ Aparece un interés por el atractivo físico del otro.
- ✓ También un interés por cuidar y resaltar el propio atractivo.
- ✓ Se afianza la tendencia a la relación y al vínculo con determinadas personas.
- ✓ Toma cuerpo la función psicológica del impulso sexual.
- ✓ El mundo emocional busca expresarse a través de los sentidos.
- ✓ Aparecen conductas tendentes a obtener placer (en relación con el otro, o a través de la autoestimulación).

Los cambios físicos sufridos en la adolescencia, unidos a un interés creciente por saber de sexo y, en consecuencia, por la adquisición de unos conocimientos e información (muchas veces errónea) sobre sexualidad, hacen que se vaya formando una nueva identidad.

En este periodo se sale del seno familiar para ir entrando y compartiendo el mundo de los iguales, con lo que supone el choque de las creencias transmitidas en la familia sobre sexo y sexualidad con las que otros adolescentes y los medios de comunicación (incluyendo Internet) le aportan. Así, se plantea la disonancia entre qué valores asumir como propios, cuáles va a rechazar y cuáles conservar de los que ha recibido de sus padres. Todo ello se manifiesta a través de lo cambiante de su humor, de su irascibilidad y de ciertas reacciones irracionales, que son la expresión del conflicto interior que está viviendo.

El inicio de las relaciones sexuales

Una duda que comparten adultos y jóvenes es cuándo se deben iniciar las relaciones sexuales, más si éstas incluyen el coito, lo que implica riesgo al embarazo y mayor peligro de contagio de enfermedades de transmisión sexual. Preocupa en especial el cómo saber el momento adecuado para iniciarse. Aunque, en realidad, los comienzos son muy paulatinos: cogerse de la mano, un beso en la cara o en la boca, caricias... No obstante, al final la duda se concreta en saber cuál es la edad buena para empezar las relaciones sexuales completas.

Lo ideal es que se llegue a ese momento preparado psicológicamente y que tanto el protagonista como sus progenitores y educadores lo interpreten como un acto de responsabilidad y libertad. Por lo tanto, la respuesta a esa duda no se puede reducir a ofrecer una edad para iniciarse, porque el criterio cronológico no siempre se corresponde con la madurez afectiva. La respuesta supone un análisis de la situación que comprende diferentes factores.

En primer lugar, el adolescente debe analizarse a sí mismo y descubrir cuál es su actitud personal ante el sexo, así como si es responsable para asumir las consecuencias de mantener relaciones sexuales con otra persona. Debe ser lo suficientemente maduro o madura como para adquirir una protección adecuada para prevenir un embarazo y enfermedades de transmisión sexual. Pero también hay que ser maduro para hacer frente a unas respuestas emocionales y complejas, muy importantes para definir el futuro comportamiento. Se inician los desengaños amorosos, el enamoramiento, la necesidad del otro.

Después llega el análisis del otro, es decir, de la persona con la que se va a tener relaciones. Hay que estar seguro de que ofrece confianza y respeto. Debe ser una persona adecuada con la que compartir la intimidad, y a la que se llega desde la plena libertad, no con el propósito de satisfacer los deseos del otro sin conocer los propios.

Para terminar, merece la pena reflexionar sobre la familia, el entorno y el grupo. Las relaciones sexuales pertenecen a la intimidad de las personas, y por ello no hay

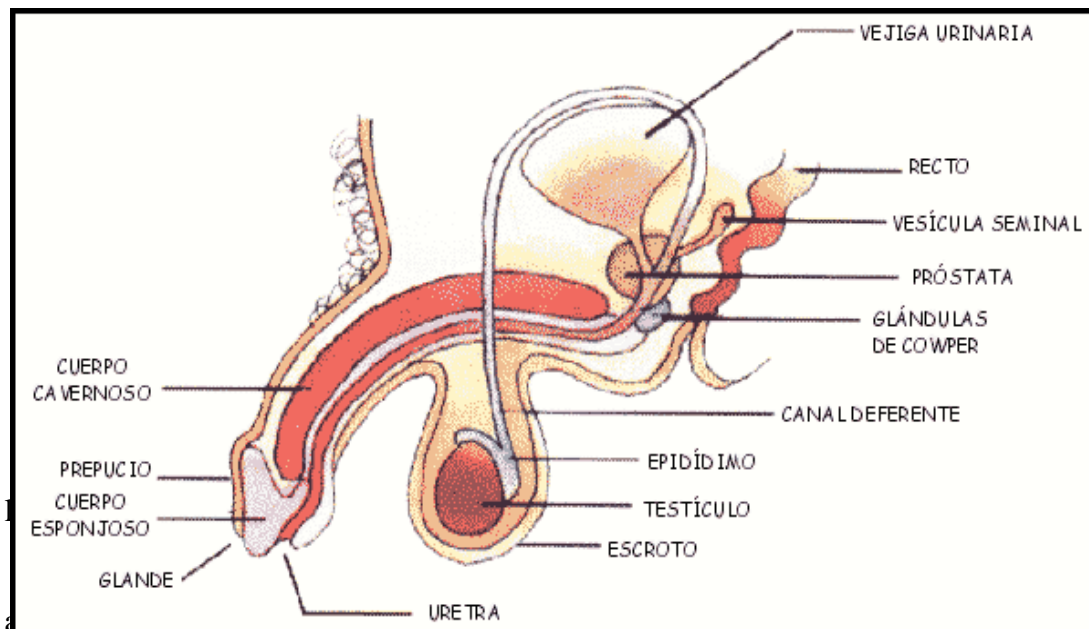
obligación de compartir con los demás detalles sobre ellas, salvo si se quiere hacer o se necesita hacerlo; mucho menos seguir los dictámenes de los otros sobre el ejercicio de la sexualidad.

Los amigos lo son en la medida en que respetan al prójimo y no le llevan a hacer cosas que no quiere o no está seguro de querer. A los padres y madres, por lo general, les costará entender a sus hijos como seres sexuales. Esto resulta comprensible pero no debe empujarles a coartar la libertad de sus hijos.

2.2.3 Aparatos reproductores masculino y femenino

1. Aparato reproductor masculino
2. Órganos
3. Aparato reproductor femenino
4. Partes del aparato reproductor femenino

Aparato reproductor masculino



El aparato reproductor masculino es junto con el femenino, el encargado de garantizar la procreación, es decir la formación de nuevos individuos para lograr la supervivencia de la especie.

Los principales órganos que forman el aparato reproductor masculino son: el pene y los testículos.

Tanto el pene como los testículos son órganos externos que se encuentran fuera de la cavidad abdominal, a diferencia de los principales órganos del sistema reproductor femenino, vagina, ovarios y útero que son órganos internos por encontrarse dentro del abdomen.

Los testículos producen espermatozoides y liberan a la sangre hormonas sexuales masculinas (testosterona). Un sistema de conductos que incluyen el epidídimo y los conductos deferentes almacenan los espermatozoides y los conducen al exterior a través del pene. En el transcurso de las relaciones sexuales se produce la eyaculación que consiste en la liberación en la vagina de la mujer del líquido seminal o semen. El semen está compuesto por los espermatozoides producidos por el testículo y diversas secreciones de las glándulas sexuales accesorias que son la próstata y las glándulas bulbouretrales.

Órganos

Testículos

Son los principales órganos del sistema reproductor masculino. Produce las células espermáticas y las hormonas sexuales masculinas. Se encuentran alojados en el escroto o saco escrotal que es un conjunto de envolturas que cubre y aloja a los testículos en el varón.

Pene

Está formado por el cuerpo esponjoso y los cuerpos cavernosos.

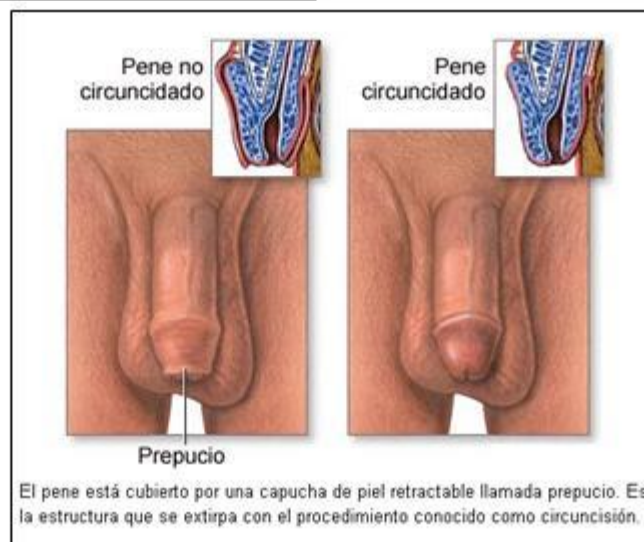
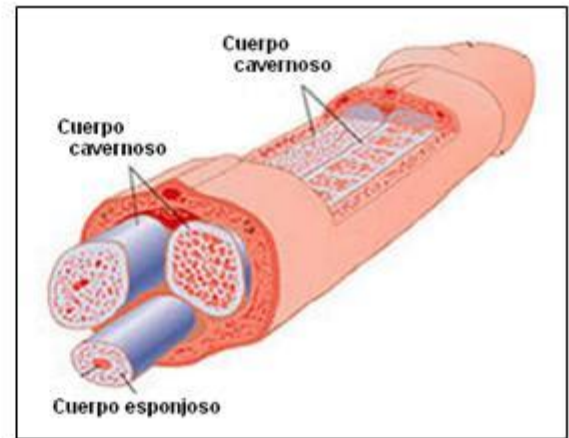
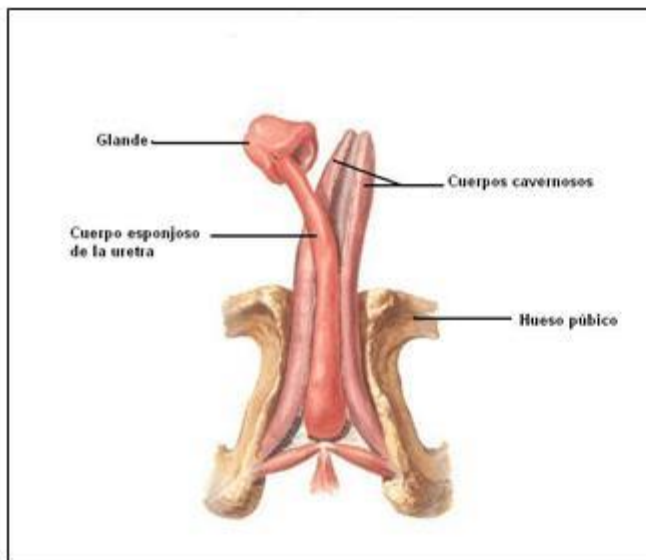
✓ **Cuerpo esponjoso**

El cuerpo esponjoso es la más pequeña de las tres columnas de tejido eréctil que se encuentran en el interior del pene (las otras dos son los cuerpos cavernosos). Está ubicado en la parte inferior del miembro viril. El glande es la última porción y la parte más ancha del cuerpo esponjoso; presenta una forma cónica.

Su función es la de evitar que, durante la erección se comprima la uretra (conducto por el cual son expulsados tanto el semen como la orina).

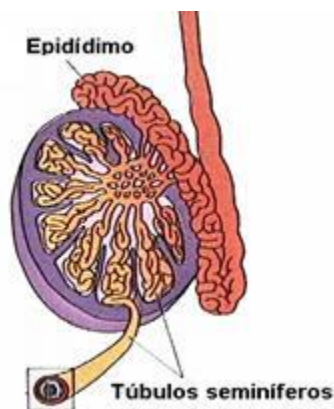
✓ **Cuerpo cavernoso**

Los cuerpos cavernosos constituyen un par de columnas de tejido eréctil situadas en la parte superior del pene, que se llenan de sangre durante las erecciones.



Epidídimo

Está constituido por la reunión y apilamiento de los conductos seminíferos. Se distingue una cabeza, cuerpo y cola que continúa con el conducto deferente. Tiene aproximadamente 5 cm de longitud por 12 mm de ancho. Está presente en todos los mamíferos machos.



Conducto deferente

Los conductos deferentes son un par de conductos rodeados de músculo liso, cada uno de 30 cm de largo aproximadamente, que conectan el epidídimo con los conductos eyaculatorios, intermediando el recorrido del semen entre éstos.

Durante la eyaculación, el músculo liso de los conductos se contrae, impulsando el semen hacia los conductos eyaculatorios y luego a la uretra, desde donde es expulsado al exterior. La vasectomía es un método de anticoncepción en el cual los conductos deferentes son cortados.

Vesículas seminales

Secretan un líquido alcalino viscoso que neutraliza el ambiente ácido de la uretra. En condiciones normales el líquido contribuye alrededor del 60% del semen. Las vesículas o glándulas seminales son unas glándulas productoras de aproximadamente el 3% del volumen del líquido seminal situadas en la excavación pélvica. Detrás de la vejiga urinaria, delante del recto e inmediatamente por encima de la base de la próstata, con la que están unidas por su extremo inferior.

Conducto eyaculador

Los conductos eyaculatorios constituyen parte de la anatomía masculina; cada varón tiene dos de ellos. Comienzan al final de los vasos deferentes y terminan en la uretra. Durante la eyaculación, el semen pasa a través de estos conductos y es posteriormente expulsado del cuerpo a través del pene.

Próstata

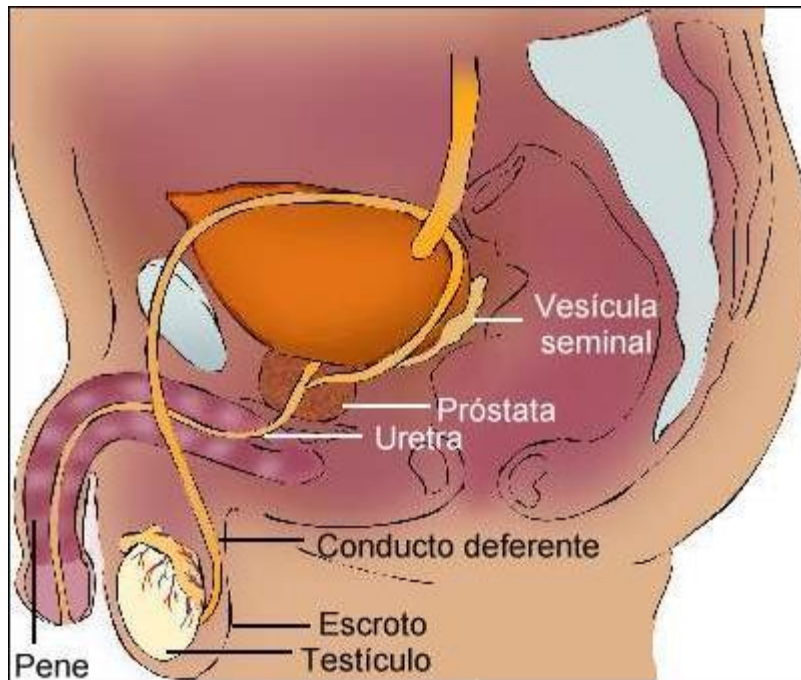
La próstata es un órgano glandular del aparato genitourinario, exclusivo de los hombres, con forma de castaña, localizada enfrente del recto, debajo y a la salida de la vejiga urinaria. Contiene células que producen parte del líquido seminal que protege y nutre a los espermatozoides contenidos en el semen.

Uretra

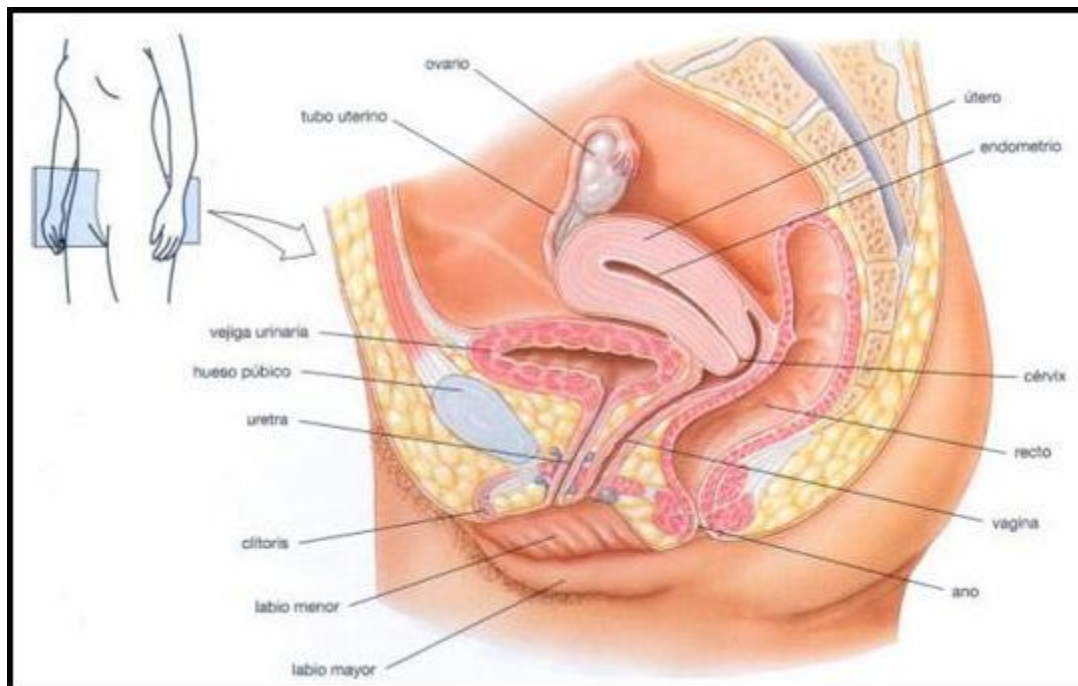
La uretra es el conducto por el que discurre la orina desde la vejiga urinaria hasta el exterior del cuerpo durante la micción. La función de la uretra es excretora en ambos sexos y también cumple una función reproductiva en el hombre al permitir el paso del semen desde las vesículas seminales que abocan a la próstata hasta el exterior.

Glándulas bulbouretrales

Las glándulas bulbouretrales, también conocidas como glándulas de Cowper, son dos glándulas que se encuentran debajo de la próstata. Su función es secretar un líquido alcalino que lubrica y neutraliza la acidez de la uretra antes del paso del semen en la eyaculación. Este líquido puede contener espermatozoides (generalmente arrastrados), por lo cual la práctica de retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación no es un método anticonceptivo efectivo.

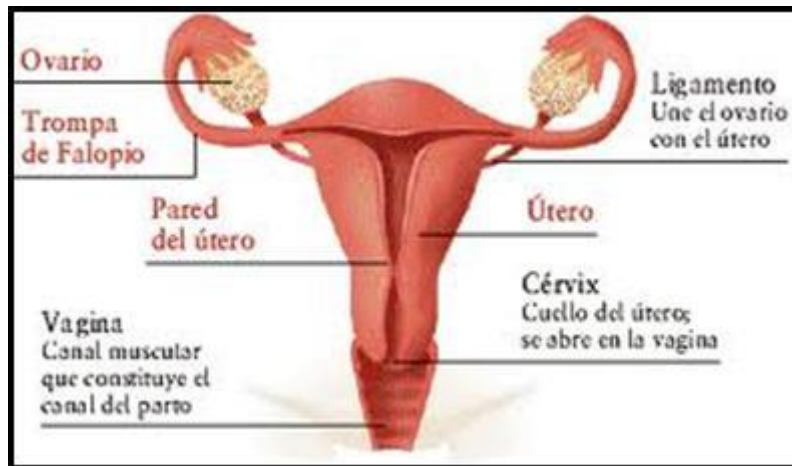


Aparato reproductor femenino



El aparato reproductor femenino es el sistema sexual femenino. Junto con el masculino, es uno de los encargados de garantizar la reproducción humana. Ambos se componen de las gónadas (órganos sexuales donde se forman los gametos y producen las hormonas sexuales), las vías genitales y los genitales externos.

Partes del aparato reproductor femenino



Órganos internos

- ✓ **Ovarios:** son los órganos productores de gametos femeninos u ovocitos, de tamaño variado según la cavidad, y la edad; a diferencia de los testículos, están situados en la cavidad abdominal. El proceso de formación de los óvulos, o gametos femeninos, se llama ovulogénesis y se realiza en unas cavidades o folículos cuyas paredes están cubiertas de células que protegen y nutren el óvulo. Cada folículo contiene un solo óvulo, que madura cada 28 días, aproximadamente. La ovulogénesis es periódica, a diferencia de la espermatogénesis, que es continua.

Los ovarios también producen estrógenos y progesteronas, hormonas que regulan el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, como la aparición de vello o el desarrollo de las mamas, y preparan el organismo para un posible embarazo.

¿Cuántos óvulos contienen los ovarios?

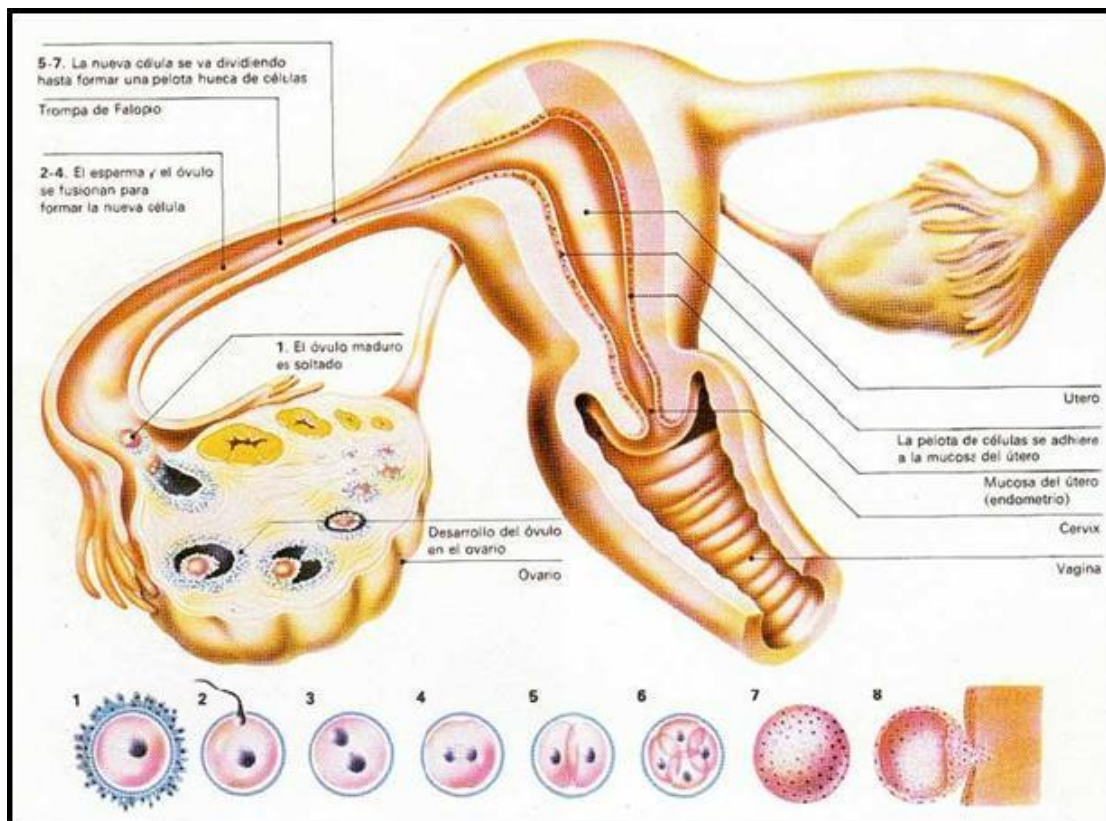
Para asegurar la supervivencia de la raza humana, la naturaleza es pródiga en la dotación de células reproductoras. Cuando una niña nace, lleva en sus ovarios alrededor de 2 millones de células germinales, que son óvulos en potencia. Unas tres cuartas partes degeneran antes de la pubertad, y de los cientos de miles que quedan sólo 400 ó 500 llegan a convertirse en óvulos maduros. Todos los meses, desde la

pubertad hasta la menopausia, un ovario o el otro deja en libertad un óvulo listo para ser fecundado.

¿Cómo se produce la ovulación?

Al llegar a la pubertad, una jovencita cuenta con miles de óvulos potenciales acumulados en la capa externa de los ovarios, o capa germinativa. Mediante un proceso que se conoce como ovogénesis, todos los meses comienzan a madurar varios óvulos, pero, excepto en contados casos, sólo uno alcanza la madurez completa. Este óvulo llega a la superficie del ovario envuelto en lo que se llama folículo de Graaf. A mediados del ciclo menstrual se efectúa la ovulación: el folículo se llena de líquido, se distiende y termina por romperse dejando caer el óvulo que contenía a la cavidad peritoneal, de donde pasa en seguida a la trompa de Falopio del lado correspondiente.

Trompas de Falopio del aparato reproductor femenino



- ✓ Trompas de Falopio: conductos de entre 10 a 13 cm que comunican los ovarios con el útero y tienen como función llevar el óvulo hasta él para que se produzca la fecundación. En raras ocasiones el embrión se puede desarrollar en una de las trompas, produciéndose un embarazo ectópico. El orificio de apertura de la trompa al útero se llama *ostium tubárico*.
- ✓ Útero: órgano hueco y musculoso en el que se desarrollará el feto. La pared interior del útero es el endometrio, el cual presenta cambios cíclicos mensuales relacionados con el efecto de hormonas producidas en el ovario, los estrógenos.

¿Qué estructura tiene el útero?

El útero o matriz es el órgano donde se implanta el óvulo fecundado, allí recibe protección y sustento durante los nueve meses que tarda en desarrollarse como un nuevo ser humano. El útero está situado detrás de la vejiga urinaria; en una mujer no embarazada tiene la forma y el tamaño de una pera invertida; mide, aproximadamente, 8 cm de largo y 5 de ancho en la parte superior, que constituye el cuerpo uterino; el extremo inferior, más angosto, se llama cuello y conduce a la vagina.

- ✓ Vagina: es el canal que comunica con el exterior, conducto por donde entrarán los Espermatozoides. Su función es recibir el pene durante el coito y dar salida al bebé durante el parto.

¿Qué función desempeña la vagina?

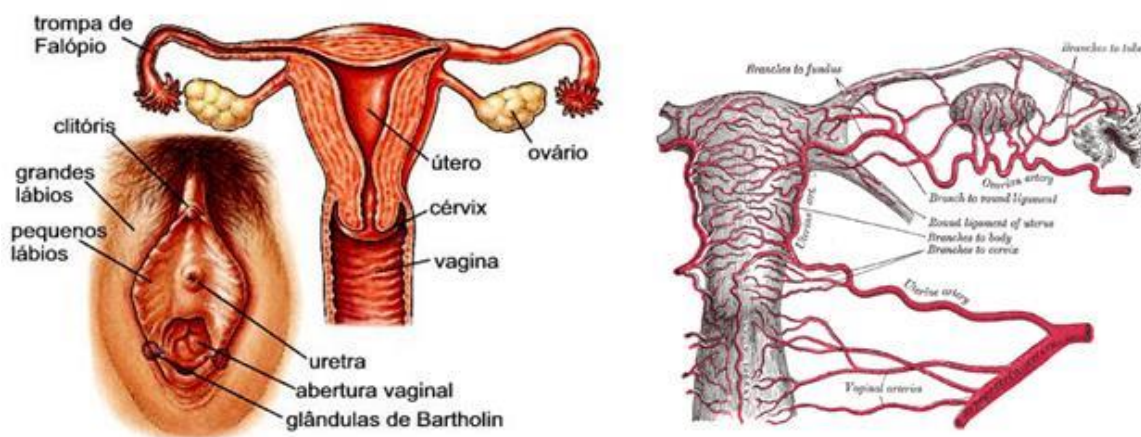
La vagina es un conducto de 10 a 15 cm de largo que comunica el útero con el exterior. Este órgano, sumamente elástico, sirve de receptáculo al pene y a los espermatozoides y constituyen la vía de salida del bebé cuando nace. Las paredes de la vagina, formadas por músculo y tejido conjuntivo fibroelástico, están normalmente plegadas hacia adentro, pero pueden distenderse dejando un espacio interno de 10 cm o más de diámetro, lo suficientemente amplio para dar paso a un bebé.

La secreción de las glándulas de Bartholin, que están situadas a uno y otros lados de la abertura vaginal, y el moco que produce el cuello del útero mantienen húmedos los genitales externos y la vagina. Cada mes, durante la ovulación, estas secreciones aumentan y se hacen más fluidas, lo que ayuda a los espermatozoides a desplazarse a través de la vagina y del útero para alcanzar las trompas de Falopio, que es donde se efectúa la fecundación. Durante el resto del ciclo, el moco es más denso y difícil de penetrar.

La vagina se encuentra por detrás de la vejiga urinaria y de la uretra, delante del recto. Al nacer, la abertura externa está total o parcialmente cubierta por una delgada membrana mucosa, el himen, que termina rompiéndose durante la primera relación sexual e incluso antes, al hacer ejercicio o cualquier otra actividad más o menos enérgica.

La irrigación sanguínea de los genitales internos está dada fundamentalmente por la arteria uterina, rama de la arteria hipogástrica y la arteria ovárica, rama de la aorta. La inervación está dada por fibras simpáticas del plexo celíaco y por fibras parasimpáticas provenientes del nervio pélvico.

Partes de las trompas de Falopio



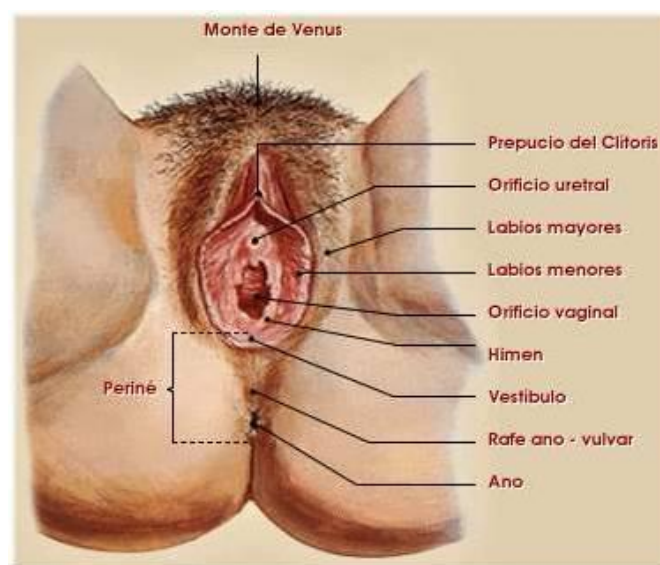
Órganos externos

En conjunto se conocen como la *vulva* y están compuestos por:

- ✓ Clítoris: Órgano eréctil y altamente erógeno de la mujer y se considera homólogo al pene masculino, concretamente al glande.
- ✓ Labios: En número de dos a cada lado, *los labios mayores* y *los labios menores*, pliegues de pieles salientes, de tamaño variables, constituidas por glándulas sebáceas y sudoríparas e innervadas.
- ✓ Monte de Venus: Una almohadilla adiposa en la cara anterior de la sínfisis púbica, cubierto de vello púbico y provista de glándulas sebáceas y sudoríparas.
- ✓ Vestíbulo bulbar: Un área en forma de almendra perforada por seis orificios, el meato de la uretra, el orificio vaginal, las glándulas de Bartolino y las glándulas para uretrales de Skene.

La forma y apariencia de los órganos sexuales femeninos varía considerablemente de una mujer a otra.

Órganos externos del aparato reproductor femenino



2.2.4 Enfermedades de transmisión sexual

Las siglas ETS se emplean para referirse a las Enfermedades de Transmisión Sexual, las que, como su nombre indica, se transmiten entre otras formas, por medio de las relaciones sexuales (anales, vaginales u orales) y pueden ser causadas por bacterias, virus, hongos, parásitos y protozoos (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2016)

La mayoría de los casos en los que hay una infección de transmisión sexual no aparecen síntomas o son poco expresivos, lo cual facilita la transmisión de la infección y, si no se instaura el tratamiento adecuado, pueden aparecer complicaciones como esterilidad, embarazo extrauterino, cáncer genital u otros.

Existen más de 30 infecciones de transmisión sexual producidas por bacterias, virus, hongos, protozoos y por artrópodos. Estas infecciones pueden producir una serie de síntomas clínicos que se engloban dentro de los siguientes síndromes:

¿Cuáles son algunos tipos de enfermedades o infecciones de transmisión sexual (STD/STI por sus siglas en inglés)?

Se conocen aproximadamente 20 infecciones diferentes que se transmiten por contacto sexual. Aquí hay algunas descripciones de algunas de las más comunes y conocidas:

- ✓ Clamidia
- ✓ Gonorrea
- ✓ Herpes genital
- ✓ VIH/SIDA
- ✓ Virus del papiloma humano (HPV por sus siglas en inglés)
- ✓ Sífilis
- ✓ Vaginosis bacteriana
- ✓ Tricomoniasis
- ✓ Hepatitis viral

Clamidia

La clamidia es una STD/STI común causada por la bacteria *Chlamydia trachomatis*. La clamidia puede transmitirse durante el contacto sexual vaginal, oral o anal con la pareja infectada. Si bien muchas personas no presentan síntomas, la clamidia puede causar fiebre, dolor abdominal y flujo inusual del pene o la vagina.

En las mujeres, tengan o no síntomas y desconozcan o no que tienen una infección, la clamidia puede causar la enfermedad pélvica inflamatoria (PID por sus siglas en inglés). En la PID, la STD/STI sin tratar avanza y afecta otras partes del sistema reproductor de la mujer, incluido el útero y las trompas de Falopio. Este avance puede provocar un daño permanente en los órganos reproductivos de la mujer. El daño podría provocar un embarazo ectópico (en el que el feto se desarrolla en lugares anormales fuera del útero, trastorno que podría ser mortal) e infertilidad.

Además, si la mujer está embarazada, el feto en desarrollo corre riesgo, porque la clamidia puede transmitirse durante el embarazo o el parto y puede provocar infecciones oculares o neumonía en el bebé. Si la clamidia se detecta de manera temprana, puede tratarse fácilmente con un antibiótico por vía oral.

Gonorrea

La gonorrea es causada por la bacteria *Neisseria gonorrhoeae*, que puede crecer rápido y multiplicarse fácilmente en las áreas húmedas y tibias del aparato reproductor. Los síntomas más comunes de una infección gonorreica son flujo vaginal o secreción en el pene y micción difícil o dolorosa.

Al igual que en la infección por clamidia, las complicaciones más comunes y graves de la gonorrea ocurren en las mujeres e incluyen la enfermedad pélvica inflamatoria (PID por sus siglas en inglés), embarazo ectópico, infertilidad y una potencial transmisión de la enfermedad al feto en desarrollo, si se contrae durante el embarazo. La gonorrea también puede infectar la boca, la garganta, los ojos y el recto y

extenderse a la sangre y las articulaciones, donde puede convertirse en una enfermedad mortal.

Además, las personas con gonorrea pueden contraer el VIH, el virus que causa el SIDA, más fácilmente. Las personas infectadas por el VIH que tienen gonorrea también tienen más probabilidad de transmitir el virus a otras personas.

Herpes genital

El herpes genital es una infección contagiosa causada por el virus del herpes simple (HVS por sus siglas en inglés). Hay dos cepas o tipos diferentes de HVS: el virus del herpes simple tipo 1 (HVS-1) y tipo 2 (HVS-2). Ambos pueden causar herpes genitales, aunque la mayoría de los casos de herpes genitales se deben al HVS-2. Cuando es sintomático, el HVS-1 suele presentarse como ampollas o boqueras en los labios (herpes labial o febril), pero también puede infectar la región genital a través del contacto oral-genital o genital-genital. El HVS-2 sintomático suele causar ampollas dolorosas y acuosas en o alrededor de los genitales o el ano. Sin embargo, gran cantidad de las personas que tienen estos virus no presentan signos o síntomas, o los mismos mínimos.

Ni el HVS-1 ni el HVS-2 pueden curarse, e incluso durante los períodos en que la persona infectada no presenta síntomas, el virus puede encontrarse en las células nerviosas del cuerpo. Periódicamente, algunas personas experimentan brotes en los que aparecen nuevas ampollas en la piel del área genital; en esos momentos, hay más probabilidad de que el virus se transmita a otras personas.

Las mujeres embarazadas, especialmente las que adquieren el herpes genital por primera vez durante el embarazo, pueden transmitir la infección al recién nacido, lo que podría causar el HVS neonatal, una infección potencialmente mortal que afecta la piel, el cerebro y otros órganos del bebé.

VIH/SIDA

El VIH, o virus de inmunodeficiencia humana, es el virus que causa el SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida). El VIH destruye el sistema inmunitario del organismo al matar las células que combaten las infecciones. Una vez que el VIH ha destruido una porción considerable de estas células, la capacidad del cuerpo de combatir las infecciones y recuperarse de ellas se ve comprometida. Esta etapa avanzada de la infección por el VIH se conoce como SIDA.

Las personas cuyo VIH ha avanzado hasta convertirse en SIDA son muy propensas a contraer infecciones oportunistas que normalmente no enfermarían a una persona sana, así como determinados tipos de cáncer.

El SIDA puede prevenirse si las personas infectadas con el VIH comienzan de manera temprana un tratamiento con antirretrovirales. La transmisión del virus ocurre principalmente durante la actividad sexual sin protección y al compartir agujas para inyectarse drogas intravenosas, si bien el virus también puede transmitirse de la madre al bebé durante el embarazo, el parto y el amamantamiento.

En 2013, investigadores apoyados por los NIH informaron que la infección por el VIH de una niña de dos años que había nacido con el virus y que recibió tratamiento desde los primeros días de vida había entrado en remisión. Este parece ser el primer caso de una cura funcional del VIH.

Virus del papiloma humano (HPV por sus siglas en inglés) El HPV es la STD/STI más común. Existen más de 40 tipos de HPV y todos ellos pueden infectar tanto a hombres como a mujeres. La capacidad de producir verrugas genitales, infectar otras zonas del cuerpo, incluidas la boca y la garganta, y causar cáncer de cuello uterino, vulva, pene y boca, varía según los tipos de HPV.

Si bien no existe una cura para el HPV una vez que se tiene la infección, un chequeo regular mediante la prueba de Papanicolaou puede prevenir o detectar la mayoría de los casos de cáncer de cuello uterino causado por el HPV en una etapa temprana. (Una prueba de Papanicolaou implica que un profesional de la salud tome muestras de células del cuello uterino durante un examen ginecológico estándar; estas células se analizan bajo un microscopio para ver si hay signos de cáncer).

Existe una nueva vacuna que protege contra la mayoría (pero no todos) de los tipos de HPV que causan cáncer de cuello uterino. La Academia Americana de Pediatría recomienda esta vacuna para los niños y niñas en edad escolar.

Sífilis

Las infecciones por sífilis, causadas por la bacteria *Treponema pallidum*, se transmiten de persona a persona durante el acto sexual vaginal, anal u oral mediante el contacto directo con las úlceras llamadas chancros. Entre 2001 y 2009, los datos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) muestran que la tasa de sífilis ha aumentado año a año. Las personas con mayor riesgo de contraer sífilis son los hombres que tienen sexo tanto con hombres como con mujeres y las personas que viven en el sur. El primer signo de sífilis es un chancro, una úlcera genital indolora que por lo general aparece en el pene o en la vagina o sus alrededores. Además de ser el primer signo de una infección de sífilis, los chancros hacen que una persona tenga de dos a cinco veces más probabilidad de contraer el VIH. Si la persona ya tiene el VIH, los chancros también aumentan la probabilidad de que el virus se transmita a su pareja sexual. Estas úlceras suelen desaparecer por sí solas, incluso sin tratamiento. Sin embargo, el cuerpo no elimina la infección por sí solo y, con el tiempo, la sífilis puede afectar otros órganos como la piel, el corazón, los vasos sanguíneos, el hígado, los huesos y las articulaciones (sífilis secundaria). Si aun así la enfermedad no se trata, en unos años puede desarrollarse la sífilis terciaria y afectar los nervios, los ojos y el cerebro, e incluso podría causar la muerte.

Las mujeres embarazadas portadoras de la bacteria tienen un riesgo mayor de aborto espontáneo y de nacimiento de un niño muerto, y pueden transmitir la infección al feto durante el embarazo y el parto. Los bebés que adquieren la sífilis congénita

durante el embarazo pueden sufrir de deformidades esqueléticas, dificultades en el desarrollo del habla y del sistema motriz, convulsiones, anemia, enfermedad hepática y problemas neurológicos.

Vaginosis bacteriana

La vaginosis bacteriana es una infección vaginal común, posiblemente de transmisión sexual, que se presenta en mujeres en edad reproductiva. Si bien es sano y normal que en la vagina habiten bacterias, al igual que en la piel, la boca y el tracto gastrointestinal, a veces los cambios en el equilibrio de diferentes tipos de bacterias pueden causar problemas.

La vaginosis bacteriana ocurre cuando las bacterias problemáticas que suelen estar presentes de manera normal en pequeñas cantidades crecen y reemplazan a los lactobacilos, la bacteria vaginal normal, lo cual afecta el equilibrio habitual. Esta situación ocurre más a menudo si la mujer se hace duchas vaginales frecuentes o si tiene nuevas o múltiples parejas sexuales.

El signo más común de una infección de vaginosis bacteriana es un flujo líquido y blancuzco que suele describirse como con olor "a pescado". Sin embargo, algunas mujeres pueden no presentar ningún síntoma.

Independientemente de los síntomas, tener una vaginosis bacteriana aumenta el riesgo de tener otras STD/STI y también se asocia con la enfermedad pélvica inflamatoria (PID por sus siglas en inglés), una infección de los órganos reproductores femeninos, entre ellos el útero y las trompas de Falopio (que conducen los óvulos al útero), así como infecciones postoperatorias. El trabajo de parto y el parto prematuros también pueden ser más comunes en las mujeres con vaginosis bacteriana.

Tricomoniasis

La infección por tricomoniasis es causada por el parásito protozoario unicelular *Trichomonas vaginalis* y es común en las mujeres jóvenes sexualmente activas. El parásito también infecta a los hombres, aunque con menor frecuencia. El parásito puede transmitirse entre hombres y mujeres así como entre mujeres siempre que haya un contacto físico de las áreas genitales. Aunque las infecciones por *Trichomonas* no siempre causan síntomas, pueden causar micción frecuente, dolorosa o con ardor en hombres y mujeres, así como flujo vaginal, ardor, enrojecimiento o picazón genital en las mujeres. Dado que la infección puede ocurrir sin síntomas, una persona puede no saber que está infectada y seguir re-infectando a una pareja sexual que tiene signos recurrentes de infección. Al igual que las STD/STI bacterianas, todas las parejas sexuales deben tratarse al mismo tiempo para evitar una reinfección.

Las investigaciones patrocinadas por el NICHD han mostrado que durante el embarazo, las infecciones por trichomonas se asocian con un riesgo mayor de parto prematuro y de que el bebé tenga peso bajo al nacer. Además, los bebés nacidos de mujeres con una infección por trichomonas tienen el doble de probabilidad de nacer muertos o de morir al nacer en comparación con los bebés de madres no infectadas.

Hepatitis viral

La hepatitis viral es una enfermedad hepática grave que puede ser causada por diferentes virus, que pueden transmitirse por contacto sexual.

- ✓ El virus de la hepatitis A (HAV por sus siglas en inglés) causa una infección del hígado de corto plazo o autolimitada que puede ser muy grave, si bien no se convierte en una infección crónica. Aunque hay otras maneras de transmitir el virus, el HAV puede transmitirse de persona a persona durante la relación sexual por medio del contacto oral-rectal. La vacunación puede prevenir la infección por el HAV.

- ✓ El virus de la hepatitis B (HBV por sus siglas en inglés) causa una enfermedad hepática grave que puede tener como consecuencia tanto una enfermedad inmediata como una infección para toda la vida que podría causar cicatrices en el hígado permanentes (cirrosis), cáncer, insuficiencia hepática y la muerte. El HBV se transmite tanto por contacto heterosexual como homosexual y a través de contacto con otros fluidos corporales, como la sangre, por el uso de agujas contaminadas que se utilicen para inyectar drogas intravenosas o para hacer tatuajes y piercings. Las mujeres embarazadas con HBV pueden transmitir el virus a sus bebés durante el parto. La infección por HBV puede prevenirse con una vacuna.

- ✓ El virus de la hepatitis C (HCV) puede provocar una enfermedad inmediata que afecta el hígado, pero es más común que se transforme en una infección crónica y silenciosa que produce cicatrices en el hígado (cirrosis), cáncer, insuficiencia hepática y la muerte. El HCV suele transmitirse al compartir agujas o mediante la exposición a sangre infectada. Sin embargo, puede transmitirse mediante el contacto sexual o de la madre al bebé durante el embarazo y el parto. No existe una vacuna para el HCV y los tratamientos no siempre son efectivos.

Chancro Blanco

Es una lesión ulcerosa superficial, blanda y dolorosa que aparece a los 3-14 días de la relación sexual junto a inflamación de un ganglio inguinal.

Virus del Papiloma Humano (VPH)

En la mayoría de los casos, la infección es asintomática. Puede aparecer entre 1 y 20 meses del contacto sexual (en los órganos genitales, anales y orales) unas lesiones irregulares, verrucosas con aspecto de coliflor, aunque también pueden presentar un aspecto aplanado.

2.2.5 Métodos de planificación familiar

Los métodos de planificación familiar le puede ayudar a:

- ✓ Decidir cuántos hijos quiere tener y cuándo los quiere tener.
- ✓ No embarazarse, a menos que lo desee.
- ✓ Disfrutar las relaciones sexuales sin tener que preocuparse de que podría quedar embarazada.

Algunos métodos también tienen otras ventajas. Por ejemplo:

- ✓ El condón da protección contra el VIH/SIDA y otras infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Los métodos hormonales, ayudan a regularizar la regla. A veces alivian los cólicos y otras molestias de la regla también.

En los lugares donde se consiguen muchos métodos anticonceptivos, una mujer generalmente opta por un método que se acomoda a su cuerpo y sus actividades, a las preferencias de ella y su pareja, y a su bolsillo. Si puede, infórmese sobre todos los métodos, inclusive aquellos que no estén disponibles en su comunidad. Luego hable con los trabajadores de salud de su zona sobre la posibilidad de ofrecer una variedad de métodos.

¿De qué manera la planificación familiar puede ayudarla/o?

- ✓ Madres y bebés más sanos.
- ✓ Menos hijos significa más tiempo y dinero para cada uno.
- ✓ Postergar el embarazo evita que las/los jóvenes abandonen la escuela.

La mujer es fértil, es decir, se puede embarazarse varios días de cada mes. El resto del tiempo no es fértil y no se puede embarazarse. La mayoría de las mujeres producen un óvulo (huevo) cada mes. El óvulo sale del ovario de la mujer y sobrevive más o menos 24 horas (un día y una noche). Los espermatozoides del hombre pueden

sobrevivir más o menos 2 días dentro del cuerpo de la mujer. Si el ovario suelta el óvulo cuando la mujer tiene espermatozoides en el cuerpo, ella podría embarazarse.

Ciclo menstrual:

Dura un promedio de 28 días (puede durar más o menos).

Para saber cuánto dura su ciclo, cuente desde el primer día de sangrado en un mes al primer día de sangrado del siguiente mes. Las hormonas son sustancias químicas en el cuerpo que causan diferentes cambios en el cuerpo durante el ciclo menstrual, incluyendo los siguientes:

- ✓ El ciclo comienza con sangrado (la regla o menstruación) que dura entre dos y siete días.
- ✓ El ovario se prepara para soltar un óvulo.
- ✓ Un óvulo sale del ovario más o menos a los 14 días, puede ser antes o después.
- ✓ Este óvulo viaja por las trompas de Falopio hacia el útero.
- ✓ Al mismo tiempo, una capa de tejido se forma en la pared del útero y se hace más gruesa.
- ✓ Si el óvulo no se une con un espermatozoide, se empieza a desintegrar junto con la capa de tejido y es expulsado por la vagina. Esto es la menstruación.

¿Cómo ocurre un embarazo?

Cuando un hombre eyacula durante el sexo, el semen con espermatozoides sale del pene del hombre y entra al cuerpo de la mujer a través de la vagina. Semen puede entrar en la vagina aún si el hombre eyacula fuera de la vagina. Si ha salido un óvulo de uno de los ovarios (ovulación), este se puede unir con un espermatozoide del semen del hombre. Esto es la fecundación. El embarazo empieza cuando el óvulo fecundado se implanta en el útero.

Importante: Los espermatozoides pueden vivir dentro de la mujer hasta cinco días. Esto quiere decir que aún si la mujer no ha ovulado en el momento de tener sexo, podría quedar embarazada si ovula en los siguientes días (Riches)

Este primer método que se presenta, promueve una protección 100% eficaz. Aunque la mayoría no opta por elegirlo, ya que lo creen casi imposible debido a los cambios de sus organismos les brindan otras sensaciones; Según (Organización Mundial de la Salud, 2012) establecen estos métodos:

Método de Abstinencia (No tener sexo)

Abstinencia es no tener relaciones sexuales (vaginales, anales u orales). No hay intercambio de líquidos corporales (como semen o líquido vaginal).

Ventajas:

- ✓ ¡Es gratis!
- ✓ Previene infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH.
- ✓ Puede empezar a practicarla, aún si ya ha tenido relaciones en el pasado.
- ✓

Desventajas:

- ✓ Debe practicarse todo el tiempo para ser completamente eficaz.
- ✓ Tal vez no sea posible para algunas personas.
- ✓ Su pareja debe estar de acuerdo.

Eficacia: Uso perfecto 100% Uso típico.

La Píldora

Es una píldora que contiene hormonas y se toma todos los días. Impide que se libere un óvulo y que el espermatozoide se encuentre con el óvulo. También hay pastillas con sólo progestina. Se toma una pastilla diaria, a la misma hora del día. Necesita receta médica.

Ventajas:

- ✓ Hace su regla más regular y ligera.
- ✓ Disminuye cólicos menstruales.
- ✓ Puede proteger contra el cáncer de ovario y del endometrio.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Puede causar cambios de ánimo.
- ✓ Tiene que tomarla todos los días.

Eficacia: Uso perfecto 99% Uso típico 92%

Minipíldora

Es una píldora que contiene una hormona y que se toma todos los días. Impide que los espermatozoides lleguen al óvulo.

Ventajas:

- ✓ Impide que los espermatozoides lleguen al óvulo.
- ✓ Si está amamantando, puede empezar 6 semanas después del parto.
- ✓ Si toma una píldora con un retraso de más de tres horas, use condones durante los 2 días siguientes y siga tomando las píldoras.

Desventajas:

Qué esperar (si no está amamantando)

- ✓ Los cambios en el sangrado menstrual, entre ellos, sangrado irregular, manchado, sangrado más abundante o ausencia de menstruación, son frecuentes y no suponen riesgos.
- ✓ Use condones si necesita protección contra las ITS o el VIH/sida.

Eficacia: Uso perfecto 99% Uso típico 92%

Anillo Vaginal

Es un anillo suave, flexible y transparente el cual se coloca en la vagina de la mujer y se deja por tres semanas. El anillo libera dos hormonas (estrógeno y progestina). Después de tres semanas, se retira el anillo y pasa una semana (siete días) sin él. Necesita receta médica (Riches)

Ventajas:

- ✓ Sólo tiene que acordarse de usarlo una vez al mes.
- ✓ Es discreto.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Tiene que acordarse de quitar y colocar el anillo vaginal como se indica.
- ✓ Tal vez algunas mujeres no se sientan cómodas introduciendo sus dedos u objetos extraños en sus vaginas.

Eficacia: Uso perfecto 99% Uso típico 92%

El Parche

Libera dos hormonas (estrógeno y progestina). Se pone un parche nuevo en la piel cada semana, por tres semanas. La cuarta semana no se pone un parche. Puede ponerlo en cuatro áreas del cuerpo: parte superior de la espalda, abdomen, parte superior externa de los brazos o en los glúteos. Necesita receta médica.

Ventajas:

- ✓ Se pone una vez a la semana.
- ✓ Cómodo y fácil de usar.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Debe acordarse de cambiarlo cada semana.
- ✓ Puede tener reacción alérgica en la piel.
- ✓ Menos efectivo para mujeres que pesan más de 198 lbs (90 kilos). Para estas mujeres se les recomienda el uso del condón para protección adicional.

Eficacia: Uso perfecto 99% Uso típico 92%

Inyección Anticonceptiva

Contiene la hormona progestina. Tiene que inyectarla un profesional de salud entrenado.

Ventajas:

- ✓ Dura tres meses.
- ✓ Es discreta.
- ✓ Disminuye cólicos menstruales.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Puede tardarse en quedar embarazada al dejar de usarla.
- ✓ Puede causar aumento de peso.
- ✓ Tiene que regresar con el médico cada tres meses para recibir la siguiente inyección.
- ✓ Puede causar cambios en la menstruación.

Eficacia: Uso perfecto 99% Uso típico 97%

Implante

Libera la hormona progestina. Se coloca debajo de la piel en la parte superior del brazo con anestesia local. Tiene que colocarlo y quitarlo un profesional de salud entrenado.

Ventajas:

- ✓ Dura hasta tres años.
- ✓ Es discreto.
- ✓ Es fácil de usar y le quita la preocupación de un posible embarazo.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Puede cambiar o detener la menstruación o puede causar sangrado más frecuente.

Eficacia: Uso perfecto 99% Uso típico 99%

Contraceptivo Intrauterino (CUI) o Dispositivo Intrauterino (DIU)

Es un pequeño aparato en forma de "T" que se inserta en el útero. Existen dos tipos: 1) El de cobre mata los espermatozoides y previene fertilización, 2) El hormonal hace el moco cervical más espeso y así evita la unión de un espermatozoide con un óvulo. Tiene que colocarlo y quitarlo un profesional de salud entrenado.

Ventajas:

- ✓ Ofrece protección por varios años (el de cobre hasta 10 años y el hormonal hasta cinco años).
- ✓ Es fácil de usar y le quita la preocupación de un posible embarazo.

Desventajas:

- ✓ No protegen contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ En los primeros meses, el de cobre puede causar cólicos y hacer la menstruación más abundante.
- ✓ El hormonal puede cambiar o detener la menstruación.

Eficacia: Uso perfecto 99% Uso típico 99%

Condomes/Preservativos

Los condones funcionan como una barrera al impedir que los espermatozoides entren en la vagina. Hay condones para hombres y mujeres. El condón se pone antes de empezar a tener relaciones sexuales y se usa uno nuevo en cada acto sexual.

Ventajas:

- ✓ Pueden reducir el riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH, si se usan correctamente.
- ✓ Pueden comprarse en farmacias y tiendas.
- ✓ El condón femenino es de silicón y puede ser usado por personas alérgicas al látex.

Desventajas:

- ✓ Toma tiempo para sentirse cómodo.
- ✓ Tiene que ponerse correctamente para que sea efectivo.
- ✓ Tiene que quitarse con cuidado para evitar que se salga el semen del condón.

Eficacia: Masculino: Uso perfecto 98% Uso típico 85%

Eficacia: Femenino: Uso perfecto 95% Uso típico 79%

Espermicidas

Los espermicidas (espuma, crema, jaleas y supositorios) matan a los espermatozoides antes que lleguen al óvulo. Se introducen en la vagina antes de tener sexo. Debe aplicar más espermicida antes del siguiente acto sexual. Son más eficaces si se usa un condón al mismo tiempo.

Ventajas:

- ✓ No necesita visita médica.
- ✓ Se pueden comprar en una farmacia sin receta.

Desventajas:

- ✓ No protegen contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Pueden aumentar el riesgo de contraer VIH al irritar la vagina si los usa varias veces al día.
- ✓ Deben usarse cada vez que tenga relaciones.
- ✓ Algunas personas pueden tener reacciones alérgicas.

Eficacia: Uso perfecto 82% Uso típico 71%

El Diafragma

Está hecho de látex y cubre la entrada del útero, bloqueando la entrada de los espermatozoides. Se usa con crema o jalea espermicida. Debe dejarse dentro de la vagina de seis a ocho horas después de tener relaciones. Se puede quedar dentro de la vagina hasta 24 horas después de tener relaciones.

Tiene que ver a un profesional de salud para obtener el tamaño correcto. El tamaño debe re-evaluarse si aumenta o pierde 10 libras (4.5 kilos) o más, después de un aborto o después de un embarazo (Riches)

Ventajas:

- ✓ Puede colocarse hasta seis horas antes de tener sexo.
- ✓ Dura hasta dos años si no se daña antes.
- ✓ Es discreto.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Debe aprender a colocarlo y sacarlo correctamente.
- ✓ Tal vez algunas mujeres no se sientan cómodas introduciendo sus dedos u objetos extraños en sus vaginas.

Eficacia: Uso perfecto 94% Uso típico 85%

Capuchón Cervical

Es una pequeña cúpula de silicón o látex que cubre la entrada del cérvix, bloqueando la entrada de los espermatozoides al útero. Se usa con crema o jalea espermicida. Debe dejarse dentro de la vagina de seis a ocho horas después de tener relaciones. Se puede quedar en la vagina hasta 48 horas después del sexo. Tiene que ver a un profesional de salud para obtener el tamaño correcto. El tamaño debe re-evaluarse si aumenta o pierde 10 libras (4.5 kilos) o más, después de un aborto o después de un embarazo.

Ventajas:

- ✓ Dura hasta dos años si no se daña antes.
- ✓ Hay de silicón para personas alérgicas al látex.

- ✓ Es discreto.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ Debe aprender a colocarlo y sacarlo correctamente.
- ✓ Tal vez algunas mujeres no se sientan cómodas introduciendo sus dedos u objetos extraños en sus vaginas.

Eficacia: Uso perfecto 74-91% Uso típico 60-80%

Esterilización (Cirugía)

Para mujeres (ligadura) y para hombres (vasectomía) son métodos permanentes para personas que ya no quieren tener más hijos. En las mujeres se cortan o sellan los tubos (las trompas de Falopio) bloqueando el paso de los óvulos al útero. En los hombres se corta o sella el tubo (conducto deferente) bloqueando el paso de los espermatozoides.

Ventajas:

- ✓ Ligadura: Es un método eficaz sin hormonas.
- ✓ No necesita internarse en el hospital.
- ✓ Funciona de inmediato. Vasectomía: No afecta su desempeño sexual.
- ✓ No necesita internarse en el hospital.
- ✓ Más económica que la operación de la mujer.

Desventajas:

- ✓ Ligadura y Vasectomía: No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ No es reversible. Tiene que estar segura que ya no quiere tener más hijos.
- ✓ Vasectomía: No es inmediato el efecto. Tiene que usar un método secundario las primeras 20 veces que eyacula después de la vasectomía.

Anticoncepción de Emergencia

Retrasa o impide que se suelte un óvulo. Existen diferentes marcas. Debe tomarse lo más pronto posible después de tener sexo sin protección. Tiene hasta cinco días, aunque la eficacia disminuye cada día que pasa. Menores de 17 años deben obtener una receta médica.

Ventajas:

- ✓ Muy eficaz (89%) si se usa correctamente.
- ✓ Puede obtenerse en una farmacia sin receta si tiene 17 años o más.
- ✓ Puede prevenir un embarazo en caso de: 1) tener relaciones sin protección, 2) la falla de un método (como la ruptura de un condón), o 3) una relación sexual forzada.

Desventajas:

- ✓ No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- ✓ No es para uso rutinario.

Método de la Lactancia Amenorrea (MELA)

Amamantar de una manera que evita el embarazo. Impide la liberación del óvulo.

Ventajas:

- ✓ Amamante al bebé con frecuencia, día y noche (lactancia exclusiva o casi exclusiva) y no le dé ningún otro alimento o líquido.
- ✓ Es muy efectivo durante 6 meses si amamanta de manera exclusiva o casi exclusiva.

Desventajas:

- ✓ Si lo amamanta con menos frecuencia, le regresa la menstruación, o pasaron 6 meses desde el nacimiento del bebé, el método no funcionará.
- ✓ No tendrá menstruación.
- ✓ Tenga preparado otro método para empezar a los 6 meses o antes, si regresa la menstruación o disminuye la frecuencia del amamantamiento.
- ✓ Use condones si necesita protección contra las ITS o el VIH/sida.

Método de los días fijos

Se trata de saber qué días de cada mes podría quedar embarazada (días fértiles). Debe evitar tener relaciones sexuales o debe usar un condón durante los días fértiles. Use las cuentas de ciclo o el calendario para contar los días del ciclo menstrual. Comience con el primer día de la menstruación.

Ventajas:

- ✓ Los días 8 a 19 de cada ciclo son los “días fértiles”.
- ✓ No tiene efectos secundarios.
- ✓ Ambos integrantes de la pareja deben estar de acuerdo en evitar las relaciones sexuales o bien deben usar condones los días fértiles.

Desventajas:

- ✓ Evite mantener relaciones sexuales sin protección durante los días fértiles.
- ✓ Las parejas deben evitar las relaciones sexuales o bien deben usar condones durante 12 días seguidos, cada mes.
- ✓ Si la menstruación se hace menos regular, quizás deba elegir otro método.

Coito Interrumpido

Esto consiste en que hombre retira su pene de la vagina de la mujer y eyacula fuera de ella. Funciona al mantener los espermatozoides fuera del cuerpo de la mujer. Cuando el hombre siente que está por eyacular, retira su pene de la vagina.

Ventajas:

- ✓ Sin insumos
- ✓ Sin efectos secundarios
- ✓ Se puede usar en cualquier momento

Desventajas:

- ✓ Aprender a hacerlo correctamente puede llevar tiempo.
- ✓ Puede no ser adecuado para hombres que eyaculan rápidamente.
- ✓ Se pueden usar píldoras anticonceptivas de emergencia si se produce la eyaculación antes de retirar el pene.

Use condones si necesita protección contra las ITS o el VIH/sida.

2.3 Fundamentos legales

2.3.1 CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LA REPUBLICA DE GUATEMALA

SECCIÓN SÉPTIMA SALUD, SEGURIDAD Y ASISTENCIA SOCIAL

ARTÍCULO 93.- Derecho a la salud. El goce de la salud es derecho fundamental del ser humano, sin discriminación alguna.

ARTÍCULO 94.- Obligación del Estado, sobre salud y asistencia social. El Estado velará por la salud y la asistencia social de todos los habitantes. Desarrollará, a través de sus instituciones, acciones de prevención, promoción, recuperación, rehabilitación, coordinación y las complementarias pertinentes a fin de procurarles el más completo bienestar físico, mental y social.

ARTÍCULO 95.- La salud, bien público. La salud de los habitantes de la Nación es un bien público. Todas las personas e instituciones están obligadas a velar por su conservación y restablecimiento.

ARTÍCULO 96.- Control de calidad de productos. El Estado controlará la calidad de los productos alimenticios, farmacéuticos, químicos y de todos aquéllos que puedan afectar la salud y bienestar de los habitantes. Velará por el establecimiento y programación de la atención primaria de la salud, y por el mejoramiento de las condiciones de saneamiento ambiental básico de las comunidades menos protegidas.

ARTÍCULO 97.- Medio ambiente y equilibrio ecológico. El Estado, las municipalidades y los habitantes del territorio nacional están obligados a propiciar el desarrollo social, económico y tecnológico que prevenga la contaminación del ambiente y mantenga el equilibrio ecológico. Se dictarán todas las normas necesarias

para garantizar que la utilización y el aprovechamiento de la fauna, de la flora, de la tierra y del agua, se realicen racionalmente, evitando su depredación.

ARTÍCULO 98.- Participación de las comunidades en programas de salud. Las comunidades tienen el derecho y el deber de participar activamente en la planificación, ejecución y evaluación de los programas de salud.

ARTÍCULO 99.- Alimentación y nutrición. El Estado velará porque la alimentación y nutrición de la población reúna los requisitos mínimos de salud. Las instituciones especializadas del Estado deberán coordinar sus acciones entre sí o con organismos internacionales dedicados a la salud, para lograr un sistema alimentario nacional efectivo.

ARTÍCULO 100.- Seguridad social. El Estado reconoce y garantiza el derecho a la seguridad social para beneficio de los habitantes de la Nación. Su régimen se instituye como función pública, en forma nacional, unitaria y obligatoria.

El Estado, los empleadores y los trabajadores cubiertos por el régimen, con la única excepción de lo preceptuado por el artículo 88 de esta Constitución, tienen obligación de contribuir a financiar dicho régimen y derecho a participar en su dirección, procurando su mejoramiento progresivo.

La aplicación del régimen de seguridad social corresponde al Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, que es una entidad autónoma con personalidad jurídica, patrimonio y funciones propias; goza de exoneración total de impuestos, contribuciones y arbitrios, establecidos o por establecerse. El Instituto Guatemalteco de Seguridad Social debe participar con las instituciones de salud en forma coordinada.

El Organismo Ejecutivo asignará anualmente en el Presupuesto de Ingresos y Egresos del Estado, una partida específica para cubrir la cuota que corresponde al Estado como tal y como empleador, la cual no podrá ser transferida ni cancelada

durante el ejercicio fiscal y será fijada de conformidad con los estudios técnicos actuariales del instituto. Contra las resoluciones que se dicten en esta materia, producen los recursos administrativos y el de lo contencioso-administrativo de conformidad con la ley. Cuando se trate de prestaciones que deba otorgar el régimen, conocerán los tribunales de trabajo y previsión social.

2.3.2 CÓDIGO DE SALUD DECRETO 90-97

TITULO ÚNICO CAPÍTULO I PRINCIPIOS FUNDAMENTALES

ARTÍCULO 1. Del derecho a la salud. Todos los habitantes de la República tienen derecho a la prevención, promoción, recuperación y rehabilitación de su salud, sin discriminación alguna.

ARTÍCULO 2. Definición. La salud es un producto social resultante de la interacción entre el nivel de desarrollo del país, las condiciones de vida de las poblaciones y la participación social, a nivel individual y colectivo, a fin de procurar a los habitantes del país el más completo bienestar físico, mental y social.

ARTÍCULO 3. Responsabilidad de todos ciudadanos. Todos los habitantes de la República están obligados a velar, mejorar y conservar su salud personal, familiar y comunitaria, así como las condiciones de salubridad del medio en que viven y desarrollan sus actividades.

ARTÍCULO 4. Obligación del Estado. El Estado, en cumplimiento de su obligación de velar por la salud de los habitantes y manteniendo los principios de equidad, solidaridad y subsidiaridad, desarrollará a través del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social y en coordinación con las instituciones estatales centralizadas, descentralizadas y autónomas, comunidades organizadas y privadas, acciones de

promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de la salud, así como las complementarias pertinentes, a fin de procurar a los guatemaltecos el más completo bienestar físico, mental y social.

Asimismo, el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social garantizará la prestación de servicios gratuitos a aquellas personas y sus familias, cuyo ingreso personal no les permita costear parte o la totalidad de los servicios de salud prestados.

ARTÍCULO 5. Participación de la comunidad. El Estado garantizará el ejercicio del derecho y el cumplimiento del deber de la comunidad de participar en la administración parcial o total de los programas y servicios de salud. Para fines de este Código, en lo sucesivo la administración comprenderá la planificación, organización, dirección, ejecución, control y fiscalización social.

ARTÍCULO 6. Información sobre salud y servicios. Todos los habitantes tienen, en relación con su salud, derecho al respeto a su persona, dignidad humana e intimidad, secreto profesional y a ser informados en términos comprensibles sobre los riesgos relacionados con la pérdida de la salud y la enfermedad y los servicios a los cuales tienen derecho.

ARTÍCULO 7. Ley de observancia general. El presente Código es ley de observancia general, sin perjuicio de la aplicación de las normas especiales de seguridad social. En caso de existir dudas sobre la aplicación de las leyes sanitarias, las de seguridad social u otras de igual jerarquía, deberá prevalecer el criterio de aplicación de la norma que más beneficie la salud de la población en general. Igualmente, para los efectos de la interpretación de las mismas, sus reglamentos y de las demás disposiciones dictadas para la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de la salud de la población, privará fundamentalmente el interés social.

LIBRO II DE LAS ACCIONES DE SALUD
TÍTULO I DE LAS ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN
CAPÍTULO II DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

ARTÍCULO 39: Programas de educación. Los programas de educación e información para la promoción de la salud, deberán ser diseñados para su fácil y adecuada comprensión: en el caso de los grupos étnicos deben ser realizados en su propio idioma, valorando, respetando y considerando sus creencias, costumbres y prácticas.

ARTÍCULO 40: Salud mental. El Ministerio de Salud y las demás instituciones del Sector dentro de su ámbito de competencia, velarán por la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de la salud mental, a nivel del individuo, la familia y la sociedad, a través de la red comunitaria e institucional!, dentro del marco de atención primaria de salud y privilegiando los enfoques de atención ambulatoria.

ARTÍCULO 41: Salud de la familia. El Estado, a través del Ministerio de Salud y de las otra instituciones del Sector, desarrollarán acciones tendientes a promover la salud de la mujer, la niñez con un enfoque integral de ambiente físico y social a nivel de la familia, así como la aplicación de medidas de prevención y atención del grupo familiar en las diversas etapas de su crecimiento y desarrollo, incluyendo aspectos de salud reproductiva.

CAPÍTULO III DE LA PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES
SECCIÓN II DEL CONTROL DE LAS ENFERMEDADES

ARTÍCULO 62: Enfermedades de transmisión sexual y Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida. El Ministerio de Salud es responsable de formular, evaluar y supervisar acciones dirigidas al control de las enfermedades de transmisión sexual. Dada la magnitud, trascendencia y otras características epidemiológicas de las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) y del Síndrome de Inmuno Deficiencia

Adquirida { VIH/SIDA), el Ministerio de Salud apoyará el desarrollo específico de programas de educación, detección, prevención y control de ETS, VIH/SIDA, con la participación de diversos sectores.

2.3.3 LEY DE DESARROLLO SOCIAL DECRETO 42-2011

CAPÍTULO V POLÍTICA DE DESARROLLO SOCIAL Y POBLACIÓN SECCIÓN II POLÍTICA DE DESARROLLO SOCIAL Y POBLACIÓN EN MATERIA DE SALUD

ARTÍCULO 24. Protección a la salud. Todas las personas tienen derecho a la protección integral de la salud y el deber de participar en la promoción y defensa de la salud propia, así como la de su familia y su comunidad. El Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, en coordinación con el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, atenderá las necesidades de salud de la población mediante programas, planes, estrategias y acciones de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de la salud, mediante la prestación de servicios integrados, respetando, cuando clínicamente sea procedente, las prácticas de medicina tradicional e indígena.

ARTÍCULO 25. Salud reproductiva. Para propósitos de la presente Ley, la salud reproductiva es un estado general de bienestar físico, psíquico, personal y social en todos los aspectos relacionados con la sexualidad humana, con las funciones y procesos del sistema reproductivo, con una vida sexual coherente con la propia dignidad personal y las propias opciones de vida que conduzcan a disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, así como con la libertad de procrear o no, y de decidir cuándo y con qué frecuencia, de una forma responsable.

ARTÍCULO 26. Programa de salud reproductiva. Sin perjuicio de las atribuciones y obligaciones que dispongan otras leyes, y de conformidad con lo que establezca la Política Nacional de Desarrollo Social y Población, el Ministerio de Salud Pública y

Asistencia Social, en coordinación con el Ministerio de Educación, debe diseñar, coordinar, ejecutar y promover el Programa de Salud Reproductiva, que sea participativo, sin discriminación e incluyente, y que tome en cuenta las características, necesidades y demandas de mujeres y hombres. El Programa de Salud Reproductiva deberá cumplir y apegarse a las siguientes disposiciones:

1. Objeto. El Programa de Salud Reproductiva tiene como objetivo esencial reducir los índices de mortalidad materna e infantil, haciendo accesibles los servicios de salud reproductiva a mujeres y hombres y educando sobre los mismos.
2. Servicios. Los servicios de Salud Reproductiva son parte integral de los servicios de salud pública y el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, por medio de sus dependencias, hospitales, centros de salud, puestos de salud y demás unidades administrativas y de atención al público, está obligado a garantizar el acceso efectivo de las personas y la familia a la información, orientación, educación, provisión y promoción de servicios de salud reproductiva (...).
3. Planificación familiar. Para fortalecer los servicios de salud reproductiva, se llevarán a cabo programas y servicios de planificación familiar, basados en información veraz, objetiva y ética, es decir, fundada en la naturaleza de las personas y de la propia sexualidad humana, completa y fácil de entender, accesibles para todas las personas y parejas, en los establecimientos de salud pública y del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, en relación con sus afiliados y beneficiarios. El Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social deberá elaborar, informar verazmente y difundir las normas y guías sobre la distribución y uso de los métodos anticonceptivos, tanto naturales como artificiales, ofrecidos en los servicios de salud.

2.3.4 LEY DE ACCESO UNIVERSAL Y EQUITATIVO DE SERVICIOS DE
PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y SU INTEGRACIÓN EN EL PROGRAMA
NACIONAL DE SALUD REPRODUCTIVA DECRETO NÚMERO 87-2005

CAPÍTULO 4 ASEGURAMIENTO PARA LA PROVISIÓN DE MÉTODOS
MODERNOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

ARTÍCULO 17. Comisión de Aseguramiento. Se crea la Comisión Nacional de Aseguramiento de Anticonceptivos, en adelante denominada CNAA, que tendrá como objeto velar por la disponibilidad de anticonceptivos para garantizar el acceso de la población guatemalteca a servicios de planificación familiar.

ARTÍCULO 20. Abastecimiento de métodos de espaciamiento de embarazos. El MSPAS, el IGSS y las instituciones públicas y privadas que brindan servicios de salud, deberán asegurar el abastecimiento y provisión de métodos modernos de espaciamiento de embarazos en todos los establecimientos de la red pública y organizaciones privadas.

2.3.5 LEY DE PROTECCIÓN INTEGRAL DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA
DECRETO NÚMERO 27-2003

LIBRO I: DISPOSICIONES SUSTANTIVAS

TÍTULO II: DERECHOS HUMANOS

CAPÍTULO II: DERECHOS SOCIALES

SECCIÓN I: DERECHO A UN NIVEL DE VIDA ADECUADO Y A LA SALUD

ARTÍCULO 25. Nivel de vida adecuado. Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho, a un nivel de vida adecuado y a la salud, mediante la realización de políticas sociales públicas que les permitan un nacimiento y un desarrollo sano y armonioso, en condiciones dignas de existencia.

ARTÍCULO 28. Sistema de salud. Queda asegurada la atención médica al niño, niña y adolescente a través del sistema de salud pública del país, garantizando el acceso universal e igualitario a las acciones y servicios para promoción, protección y recuperación de la salud. Los niños, niñas y adolescentes que sufran deficiencia diagnosticada recibirán atención especializada.

ARTÍCULO 33. Salud primaria. El Estado por medio de los organismos competentes deberá establecer programas dedicados a la atención integral del niño y niña hasta los seis años, así como promoverá la salud preventiva, procurando la activa participación de la familia y la comunidad, sin perjuicio de las obligaciones que el Estado tiene para todos los niños, niñas o adolescentes.

ARTÍCULO 35. Atención a la salud. Todos los centros de atención a la salud del país, tanto públicos como privados, están obligados a:

- b. Diagnosticar y hacer seguimiento médico de los niños y niñas que nacieren con problemas patológicos y con discapacidades físicas, sensoriales o mentales, así como orientar a los padres de los mismos.
- c. Crear programas especializados para la atención de niños, niñas y adolescentes que presenten problemas patológicos y discapacidades físicas sensoriales y mentales.

2.3.6 LEY GENERAL PARA EL COMBATE DEL VIRUS DE INMUNODEFICIENCIA HUMANA –VIH- Y DEL SÍNDROME DE INMUNODEFICIENCIA ADQUIRIDA –SIDA- Y DE LA PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS ANTE EL VIH/SIDA DECRETO NÚMERO 27-2000

CAPÍTULO I DEL OBJETIVO Y ÁMBITO DE LA LEY

ARTÍCULO 2. Objeto de la ley. La presente ley tiene por objeto la creación de un marco jurídico que permita implementar los mecanismos necesarios para la educación, prevención, vigilancia epidemiológica, investigación, atención y seguimiento de las

Infecciones de Transmisión Sexual -ITS-, Virus de Inmunodeficiencia Humana y el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida -SIDA-, así como, garantizar el respeto, promoción, protección y defensa de los derechos humanos de las personas afectadas por estas enfermedades.

CAPÍTULO II DEL PROGRAMA NACIONAL DE PREVENCIÓN Y CONTROL DE ITS/VIH/SIDA Y LA COMISIÓN MULTISECTORIAL

ARTÍCULO 4. Del programa nacional de prevención y control de ITS/VIH/SIDA. Se crea el Programa Nacional de Prevención y Control de Infecciones de Transmisión Sexual -ITS-, Virus de Inmunodeficiencia Humana -VIH- y Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida SIDA- que se le abreviará PNS. Dentro de la estructura de programas del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social siendo el rector en el ámbito nacional en la promoción de la salud, prevención, vigilancia epidemiológica, control, diagnósticos, atención y seguimiento de las Infecciones de Transmisión Sexual -ITS-, Virus de Inmunodeficiencia Humana -VIH- y el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida -SIDA- con enfoque intersectorial, interinstitucional, interprogramático y multidisciplinario con la participación de la sociedad civil organizada y adaptado al entorno multicultural y plurilingüe de la población, para disminuir la incidencia del ITS/VIH/SIDA y, por lo tanto, el impacto sociológico, económico y social de las personas afectadas.

CAPÍTULO III DE LA EDUCACIÓN Y LA INFORMACIÓN

ARTÍCULO 9. Del contenido educativo. El Ministerio de Educación, en coordinación con el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, por medio de PNS, deberá incluir dentro del contenido curricular una unidad educativa, durante el ciclo escolar, sobre la educación formal e informal para prevenir las ITS y el VIH/SIDA, a nivel primario, a partir del Quinto Grado, ciclo básico y diversificado, tanto a nivel público como privado.

ARTÍCULO 10. De la capacitación a los educadores. El Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, por medio del Programa Nacional del SIDA, conjuntamente con el Ministerio de Educación, desarrollará e implementará talleres de capacitación para los educadores que tendrán a su cargo la educación preventiva de los estudiantes de los diferentes niveles, tomándose en cuenta la cultura e idiomas de cada región a fin de garantizar, además de su difusión, su comprensión.

ARTÍCULO 13. Divulgación de métodos de prevención. Se difundirán ampliamente todos los métodos de prevención científicamente comprobados y actualizados de las ITS/VIH/SIDA, garantizando el fácil acceso y disponibilidad a los mismos.

CAPÍTULO IV DEL DIAGNÓSTICO

ARTÍCULO 24. De la información a la persona. El médico tratante o personal de salud capacitado en VIH/SIDA que informa a una persona de su condición seropositividad, deberá informar además del carácter infeccioso de ésta y de los medios y formas de transmisión y de prevención, del derecho a recibir asistencia en salud, adecuada e integral, y de la obligatoriedad de proteger a su pareja habitual o casual, garantizando su confidencialidad.

ARTÍCULO 25. De la información del diagnóstico a la pareja. Cuando la persona que vive con VIH/SIDA se negare o no pueda notificar a su pareja habitual o casual de su diagnóstico, el médico tratante o el personal de salud deberá notificar a la misma, según los procedimientos especificados en la reglamentación de esta ley, respetando, en todo momento, la dignidad humana, los derechos humanos y la confidencialidad de las personas.

CAPÍTULO VI DE LA PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS ANTE EL SIDA

ARTÍCULO 35. De la atención de las personas. Toda persona con diagnóstico de infección por VIH/SIDA deberá recibir atención integral de inmediato y en igualdad de condiciones con otras personas, para lo cual deberá respetarse la voluntad, dignidad, individualidad y confidencialidad. Ningún trabajador de la salud podrá negarse a prestar la atención que requiera una persona que vive con VIH/SIDA, debiendo tomar las medidas de bioseguridad recomendadas.

ARTÍCULO 36. De los derechos humanos en general. Toda persona que viva con VIH/SIDA tiene los derechos y deberes proclamados en la Declaración Universal de Derechos Humanos y en los Acuerdos Internacionales sobre Derechos Humanos suscritos por el Estado de Guatemala, los estipulados en la Constitución política de la República y los previstos en la presente ley.

ARTÍCULO 40. De la comunicación a la pareja. La persona que vive con VIH/SIDA tiene derecho a comunicar su situación a quien lo desee. Sin embargo las autoridades sanitarias correspondientes, de conformidad con la presente ley, deberán recomendarle a la misma, la obligatoriedad de comunicar su situación a su pareja habitual o casual para que tome las medidas de prevención necesarias.

ARTÍCULO 42. Derecho al trabajo. Las personas que viven con VIH/SIDA, tienen derecho al trabajo y pueden desempeñar labores de acuerdo a su capacidad y situación. No podrá considerarse la información por el VIH como impedimento para contratar ni como causal para la terminación de la relación laboral.

ARTÍCULO 44. Derecho a la educación. Las personas que viven con VIH/SIDA y sus familias tienen derecho a la educación. Todo estudiante podrá oponerse a la

presentación de pruebas de detección del VIH/SIDA como requisito de ingreso o continuación de estudios. No podrá limitárseles el acceso a los centros educativos.

ARTÍCULO 46. Derecho a la salud sexual y reproductiva. Las personas que viven con VIH/SIDA tienen derecho a recibir información, consejería y servicios de salud sexual, reproductiva y de planificación familiar.

Capítulo III

Plan de acción de la intervención (proyecto)

Identificación institucional

Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Departamento de Pedagogía

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Carné: 201413137

Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández

3.1 Tema/título del proyecto

Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

3.2 Problema seleccionado

¿De qué manera pueden prevenirse los embarazos en adolescentes?

3.3 Hipótesis-acción

Si se imparten capacitaciones y se implementa una guía de salud sexual y reproductiva, entonces se prevendrán los embarazos en adolescentes.

3.4 Ubicación geográfica de la intervención

Cabecera Municipal de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

3.5 Unidad ejecutora

Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala.

3.6 Justificación de la intervención

La intervención se realizará, con base en los resultados del diagnóstico contextual, en el cual se detectó embarazos a temprana edad, lo cual perjudica el futuro de la vida de los adolescentes, pues les afecta en muchos factores como: su rendimiento académico, un futuro no deseado con tanta anticipación para el cual aún no se encuentran preparadas. Esta carencia se detectó especialmente en los centros educativos del ciclo de educación básica, debido a varias causas, debido a que son escasas las orientaciones que se les han brindado para tener una buena salud sexual y reproductiva para apreciar a nuestro propio cuerpo; posterior a ello ya se piensa pero de una manera consciente, segura, responsable y madura. Sabiendo sus causas y consecuencias como también la etapa o edad más prudente. Ya que los jóvenes de hoy en día son los entes progresistas del desarrollo social.

En tal virtud, tomando en cuenta la gravedad del problema y con la anuencia de las autoridades municipales y educativas, se procede a ejecutar el proyecto, con el propósito fundamental de minimizar el problema para proporcionarles a los adolescentes un futuro halagador para beneficio personal, de la familia y de la comunidad.

3.7 Descripción de la intervención

El proyecto consistirá en un proceso participativo entre los asistentes de los centros educativos y la coordinación como epesista, en el cual se capacitará a estudiantes y docentes, con la colaboración de profesionales capacitados en el tema, quienes dirigirán los talleres relacionados con salud sexual, educación sexual, El aparato reproductor, las enfermedades de transmisión sexual y los métodos de planificación.

Para complementar el proyecto, se elaborará una guía sobre la Salud Sexual y Reproductiva, para lo cual se tomará en cuenta la participación de los disertantes, autoridades municipales, comunitarias y educativas, así también vecinos honorables del municipio, cuyo propósito fundamental consiste en prevenir los embarazos en adolescentes, haciendo uso de la reflexión y orientación.

3.8 Objetivos de la intervención

✓ General

Propiciar orientaciones a los adolescentes del municipio para generar conciencia en ellos y prevenir embarazos, a través de capacitaciones y lectura consciente de una guía de salud sexual y reproductiva elaborada para el efecto.

✓ Específicos

- Implementar capacitaciones a adolescentes sobre salud sexual y reproductiva, de manera consciente, madura y responsable.
- Seleccionar temas de alto impacto relacionados con la prevención de embarazos en adolescentes para ser socializados a los adolescentes del municipio.
- Elaborar trifoliales y guía de salud sexual y reproductiva para adolescentes del ciclo básico.

3.9 Metas

- ✓ Realización de cinco capacitaciones a adolescentes y padres de familia
- ✓ Participación de por lo menos un 80% de estudiantes del Ciclo de Educación Básica.
- ✓ Participación de por lo menos 50 padres de familia
- ✓ Participación de 25 docentes
- ✓ 70% Participación de autoridades municipales, comunitarias y educativas
- ✓ 5 temas clasificados
- ✓ 1 profesional por cada tema
- ✓ Elaboración y entrega de 500 trifolios
- ✓ Elaboración de una guía de salud sexual y reproductiva

3.10 Beneficiarios

- ✓ Directos
 - 590 Estudiantes adolescentes
 - 25 Docentes
 - 50 Padres de familia

✓ Indirectos

Autoridades municipales

Autoridades comunitarias

Autoridades educativas

Vecinos

3.11 Actividades para el logro de los objetivos

- ✓ Elaboración del plan específico de la intervención.
- ✓ Entrega de solicitudes a las autoridades educativas para la participación en las capacitaciones.
- ✓ Estructuración de los temas a desarrollar juntamente con los datos del personal a impartir.
- ✓ Elaboración de materiales pedagógicos y tecnológicos para capacitar a los estudiantes sobre la salud sexual y reproductiva.
- ✓ Desarrollo de las capacitaciones.
- ✓ Entrega de trifoliales a los participantes sobre los temas que se desarrollan.
- ✓ Organización de estudiantes en quipos de trabajo, para el análisis y comentario de los temas desarrollados.
- ✓ Presentación de comentarios y conclusiones de cada equipo antes organizados.
- ✓ Elaboración y entrega de la guía sobre la salud sexual y reproductiva.
- ✓ Convenio de sostenibilidad del proyecto, con autoridades educativas y municipales.

3.12 Cronograma

		Año 2018												Responsable		
No.	Actividades	Abril				Mayo				Junio						
		Semanas				Semanas				Semanas						
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Elaboración del plan específico de la intervención.															
2	Entrega de solicitudes a las autoridades educativas para la participación en las capacitaciones.															
3	Estructuración de los temas a desarrollar juntamente con los datos del personal a impartir															
4	Elaboración de materiales pedagógicos y tecnológicos para capacitar a los estudiantes sobre la salud sexual y reproductiva.															
5	Desarrollo de las capacitaciones.															
6	Entrega de trifoliales a los participantes sobre los temas que se desarrollan															
7	Organización de estudiantes en quipos de trabajo, para el análisis y comentario de los															

Epesista

temas desarrollados.

- 8 Presentación de comentarios y conclusiones de cada equipo antes organizados.

- 9 Elaboración y entrega de la guía sobre la salud sexual y reproductiva

- 10 Convenio de sostenibilidad del proyecto, con autoridades educativas y municipales.

3.13 Técnicas metodológicas

- ✓ Investigación-acción
- ✓ Observación
- ✓ Entrevista
- ✓ Mesa redonda
- ✓ La lectura comentada

3.14 Recursos

- ✓ Humanos

Epesista

Autoridades municipales

Estudiantes

Personal docente de los establecimientos a intervenir

Autoridades de la DMP

Profesionales a impartir los temas

Encargada de la OMPNA

✓ Materiales

Hojas de papel bond

Lápices

Lapiceros

Papel lino

Papel construcción

Papelógrafos

Marcadores

Pizarrón

Masquigtape

Hojas impresas

✓ Tecnológicos

Computadora

Bocinas

Micrófono

Proyector

Cámara fotográfica

Impresora

✓ Financieros

Gestiones

Aportes voluntarios

Recurso económico. (Q 12,342.55)

3.15 Presupuesto

No.	Elemento	Valor unitario	Valor total
	Impresión de informes de –EPS-	-----	Q 500.00
25	Impresiones de solicitudes	Q 1.00	Q 25.00
2	Pagos de viajes para la aldea Acal	Q 25.00	Q 50.00
	Alquilación se salón por capacitación	Q 200.00	Q 1,000.00
	Alquilación de proyector	Q 75.00 por hora	Q 750.00
	Alquilación de equipo de amplificación por capacitación	Q 100.00	Q 500.00
600	Impresiones y reproducciones de trifoliales	Q 1.50	Q 900.00
30	Impresiones y reproducciones de guías sobre salud sexual y reproductiva	Q 75.00	Q 2,250.00
65	Guías digitales, a través de discos	Q 25.00	Q 1,625.00
5	Profesionales	Q 500.00	Q 2,500.00
10	Refacciones para los	Q 40.00	Q 400 .00

	profesionales		
150	Papelógrafos	Q 0.75 c/u	Q 112.50
1	Resma de papel bond en blanco	Q 30.00	Q 30.00
250	Lápices	Q 1.00	Q 250.00
40	Papel construcción	Q 2:00 c/u	Q 80.00
50	Marcadores	Q 4.00 c/u	Q 200.00
5	Masquintape	Q 10.00 c/u	Q 50.00
	Subtotal		Q 11,220.5
Imprevistos		10%	Q 1,122.05
	Total		Q 12,342.55

3.16 Responsables

- ✓ Epesista
- ✓ Autoridades municipales
- ✓ Autoridades comunitarias
- ✓ Autoridades educativas
- ✓ Disertantes
- ✓ Personal docente

	participantes sobre los temas que se desarrollan	E
7	Organización de estudiantes en equipos de trabajo, para el análisis y comentario de los temas desarrollados.	P E
8	Presentación de comentarios y conclusiones de cada equipo antes organizados.	P E
9	Elaboración y entrega de la guía sobre la salud sexual y reproductiva	P E
10	Convenio de sostenibilidad del proyecto, con autoridades educativas y municipales.	P E

Capítulo IV

Ejecución y sistematización de la intervención

4.1 Descripción de las actividades realizadas

Actividades	Resultados
Elaboración del plan específico de la intervención	Se incluyeron todos los elementos de la planificación.
Entrega de solicitudes a las autoridades educativas para la participación en las capacitaciones.	Se obtuvo la aceptación de las autoridades respectivas, para participar en las capacitaciones.
Estructuración de los temas a desarrollar juntamente con los datos del personal a impartir.	Se obtuvo una cantidad aproximada de estudiantes y docentes a participar en la intervención.
Elaboración de materiales pedagógicos y tecnológicos para capacitar a los estudiantes sobre la salud sexual y reproductiva.	Se obtuvo el salón municipal para la realización de las capacitaciones
	Del tema del proyecto que es Salud Sexual y Reproductiva, se abarcaron cinco temas, los cuales son: La salud, la sexualidad humana, aparatos reproductores, enfermedades de transmisión sexual y los métodos de planificación.
	Se prepararon diapositivas, videos y otros, para facilitar el entendimiento de los temas a transmitir hacia los disertantes, como también se prepararon trifoliales con los temas a desarrollar. Los cuáles serán

Desarrollo de las capacitaciones.	evidenciados dentro del informe final. Las cinco capacitaciones brindadas hacia los participantes, docentes e incluso padres de familia, se tomaron temas de interés a fin de que los disertantes comprendieran, básicamente desarrollado según el contexto.
Entrega de trifoliales a los participantes sobre los temas que se desarrollan.	Durante las capacitaciones se fueron distribuyendo los trifoliales, que contenía temas relacionados al proyecto como: la salud, sexualidad humana, etapas de la adolescencia, planificación familiar, desde un aspecto más concreto y relevante.
Organización de estudiantes en quipos de trabajo, para el análisis y comentario de los temas desarrollados.	Fueron seleccionados los estudiantes que coordinaran a su equipo, para que la transmisión llegara más proyectiva.
Presentación de comentarios y conclusiones de cada equipo antes organizados.	Se obtuvo comentarios muy realistas, los cuales generaban una orientación eficaz y aceptable para todos.
Elaboración y entrega de la guía sobre la salud sexual y reproductiva.	Aceptación y orientación a docentes y padres de familia sobre el uso de la guía y sus objetivos primordiales.
Convenio de sostenibilidad del proyecto, con autoridades educativas y municipales.	Obtención de cartas de sostenibilidad.

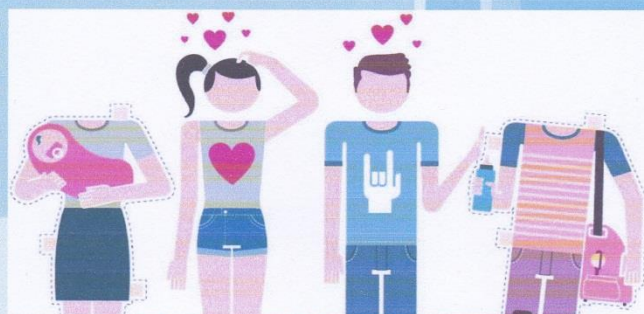
4.2 Productos, logros y evidencias (Fotos, actas, solicitudes)

Productos	Logros
Implementación de Trifoliare a los participantes.	<ul style="list-style-type: none"> a) Participación de todos los centros educativos, que previamente fueron invitados. b) Involucramiento de la Coordinación Técnica Administrativa, para la coordinación con los centros educativos.
Asistencia técnica por parte del personal del Centro de Atención Permanente –CAP-	<ul style="list-style-type: none"> c) Por parte del CAP se implementaron otros temas de mayor relevancia en la actualidad, brindando algunos materiales a los disertantes.
Promoción de una feria de salud	<ul style="list-style-type: none"> d) Participación de padres y madres de familia e) Concientización a comunitarios sobre la buena salud en las familias.

Guía sobre Salud Sexual y Reproductiva.

- f) Aceptación de los centros educativos a implementar de manera eficiente la guía.
- g) Concientización a autoridades educativas y municipales.
- h) Obtención de las cartas de compromiso del proyecto.

Guía: Salud sexual y reproductiva, para
estudiantes del ciclo básico del
municipio de San Ildefonso Ixtahuacán,
departamento de Huehuetenango



Mayco Leonel Domingo Hernández

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Carné: 201413137

Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Huehuetenango, julio de 2018

**Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes
del ciclo básico del municipio de San Ildefonso
Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango**

Esta guía fue realizada por el Epesista:

Mayco Leonel Domingo Hernández

De la carrera de: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

ÍNDICE

Contenido	i
PRESENTACIÓN.....	i
OBJETIVOS DE LA GUÍA.....	ii
ORIENTACIONES PARA EL USO DE LA GUÍA.....	iii
Salud Sexual y Reproductiva	1
La Salud	2
¿Qué es la salud?	2
La salud reproductiva.....	3
¿Cuál es la edad más fértil o reproductiva del hombre y la mujer?	4
El Ejercicio Físico	7
Salud mental	8
La sexualidad	9
¿Qué es la sexualidad?.....	9
Lo que nos cuentan y lo que vemos influye mucho en nuestra sexualidad	9
¿Qué es la sexualidad en la adolescencia?	10
Etapas del desarrollo de la sexualidad.....	10
Cambios físicos.....	11
La importancia de recibir una buena educación sexual.....	12
El sexo y la sexualidad.....	12
Algunas respuestas sobre relaciones sexuales.....	13
Aparatos reproductores masculino y femenino.....	14
¿Qué es el aparato reproductor masculino?	14
¿En qué consiste el aparato reproductor femenino?	15
Partes del aparato reproductor femenino.....	15
Enfermedades de Transmisión Sexual	17
¿Qué son las ETS?.....	17
Métodos anticonceptivos.....	21
¿A que nos pueden ayudar los métodos anticonceptivos o de planificación?	21
ACTIVIDADES SUGERIDAS	25
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN SUGERIDO	26
Bibliografía sugerida.....	27

PRESENTACIÓN

La guía de Salud sexual y reproductiva, es una herramienta dirigida principalmente para estudiantes adolescentes, con el propósito de prevenir los embarazos en adolescentes o a temprana edad, ya que es una deficiencia observada en nuestro contexto social, además fortalece y asegura el derecho de los adolescentes a ejercer libre e informada las decisiones sobre su vida.

En la guía se presentan varios temas tales como: La salud, la sexualidad, aparatos reproductores, enfermedades de transmisión sexual y los métodos anticonceptivos, para garantizarles los derechos sexuales y reproductivos a los adolescentes, ya que son derecho humanos universales basados en la libertad, dignidad e igualdad.

Es por ello que al ver el inicio de las relaciones sexuales a edad temprana, el número de parejas, el sentimiento de vulnerabilidad poco conocimiento sobre salud sexual y reproductiva, la presión de los medios de comunicación o dificultad para acceder a los servicios, exponen a muchos adolescentes a situaciones de riesgo. Por esa razón, es tan importante el trabajo en prevención desde la edad temprana, en las escuelas junto con las familias.

Por tal razón se le facilita al adolescente los temas básicos y necesarios, para tener una salud sexual y reproductiva, consciente, segura, madura y responsable.

OBJETIVOS DE LA GUÍA

General

- ✓ Fortalecer el conocimiento sobre los riesgos y consecuencias que tienen los embarazos a temprana edad, y concientización sobre una salud sexual y reproductiva, consciente, segura, madura y responsable.

Específicos

- ✓ Promover una salud sexual y reproductiva, consciente, madura y responsable, previniendo los embarazos en adolescentes.
- ✓ Involucrar a estudiantes, docentes, padres de familia y autoridades locales respectivamente, para la lectura consciente de la guía.
- ✓ Empoderar a estudiantes adolescentes a través de consejería, con espacios amigables más cercanos.

ORIENTACIONES PARA EL USO DE LA GUÍA

La presente guía ofrece a los estudiantes y docentes los lineamientos básicos en el desarrollo de contenidos del currículo relacionados con la Salud Sexual y Reproductiva, identificando la información necesaria, proponiendo actividades requeridas para la realización de las mismas. La guía deja al criterio del docente hacia el estudiante la adecuación y enriquecimiento de la metodología sugerida.

El estudiante juntamente con el docente debe de considerar esta guía como material de apoyo al desarrollo del Currículo del nivel medio.

El tema de Salud Sexual y Reproductiva, está propuesto como eje principal para prevenir o disminuir los embarazos en adolescentes o a temprana edad, a través de los siguientes subtemas o componentes: La Salud, La sexualidad, Los aparatos reproductores (masculino y femenino) Las enfermedades de transmisión sexual y los métodos anticonceptivos, ya para esto el estudiante debe de conocer a fondo sobre estos aspectos y promocionarlos de manera responsable y consciente. Implementado especialmente en centros educativos ya como una realidad, no como una creencia o tabú, tal y como se manifestaba tiempos anteriores.

Existe la alternativa de impartirla como un tema específico, como parte de otras materias de estudio o, idealmente, como una combinación de ambos.

Los métodos pedagógicos empleados, exposiciones orales, debates, discusiones, dramatización de roles y medios audiovisuales, deben ser seleccionados y adecuados por los docentes según el contexto local y basarlos en un diseño que facilite un mayor conocimiento, generando actitudes positivas y en futuros tener una salud sexual y reproductiva, consciente, segura, madura y responsable.

Salud Sexual y Reproductiva



La Salud

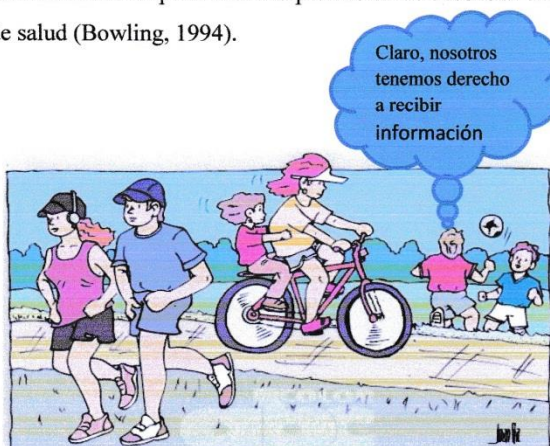
¿Qué es la salud?

El término salud se contrapone al de enfermedad, y es objeto de especial atención por parte de la medicina y de las ciencias de la salud.

De modo que si decimos que alguien tiene poca salud, nos estamos refiriendo a que puede tener un desorden o desequilibrio en su estructura biológica o mental, que le impiden desarrollar su vida con normalidad. Decimos, por tanto, que puede tener cierta enfermedad, cierto malestar, cierta afección o cierta dolencia en su integridad personal, y, por ello, cierto mal funcionamiento de su ser. O incluso podemos pensar que ciertas sociedades o estructuras sociales adolecen de cierta salubridad (por ejemplo, las situaciones de miseria y pobreza extremas), carecen de cierta salud moral (por ejemplo, los grupos violentos o fanáticos) o de un estilo de vida saludable (por ejemplo, los grupos con hábitos dañinos como el exceso de alcohol, el consumo de drogas o una nefasta alimentación). Teniendo en cuenta estos referentes, muchos de ellos procedentes de una determinada visión médica, sociológica, cultural o filosófica, podemos acercarnos un poco más a la pretensión de encontrar una definición certera y exacta de salud (Bowling, 1994).

Por lo que corresponde al sentido subjetivo de "estar sano" habría que hablar de algunos motivos psicológicos, como: conciencia de la propia validez, sentimiento de

bienestar psico-orgánico, cierta seguridad de poder seguir viviendo, libertad respecto al propio cuerpo, sentimiento de semejanza básica con los demás hombres y la posibilidad de gobernar el juego vital de la soledad y la compañía.



La salud reproductiva

“La salud reproductiva es un estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. En consecuencia, la salud reproductiva entraña la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos y de procrear, y la libertad para decidir hacerlo o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia. Esta última condición lleva implícito el derecho del hombre y la mujer a obtener información y tener acceso a métodos de planificación de la familia de su elección que sean seguros, eficaces, aceptables, económicamente asequibles y que no estén legalmente prohibidos; y el derecho a recibir servicios adecuados de atención de la salud que permitan los embarazos y los partos sin riesgos y den a las parejas las máximas posibilidades de tener hijos sanos. En consonancia con esta definición de salud reproductiva, la atención de la salud reproductiva se define como el conjunto de métodos, técnicas y servicios que contribuyen a la salud y al bienestar reproductivo al evitar y resolver los problemas relacionados con la salud reproductiva. Incluye también la salud sexual, cuyo objetivo es el desarrollo de la vida y de las relaciones personales y no meramente el asesoramiento y la atención en materia de reproducción y de enfermedades de transmisión sexual.” (Fondo de Población de Naciones Unidas, 1994)

Se entiende también por salud reproductiva a la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria sin riesgos para procrear, y la libertad para decidir hacerlo o no hacerlo. El derecho reproductivo básico consiste en que

“todas las parejas y los individuos tienen el derecho fundamental de decidir libre y responsable - mente el número y espaciamiento de sus hijos”, así como disponer de la información, educación y medios necesarios para ejercerlo. La salud reproductiva se encuentra amplia - mente ligada a la salud sexual, por lo que al hablar de derechos reproductivos también es importante llamar la atención sobre los derechos sexuales.

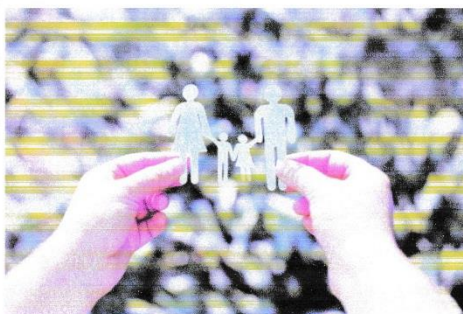


¿Cuál es la edad más fértil o reproductiva del hombre y la mujer?

Edad fértil:

Conocida también como la edad reproductiva, y es el periodo de tiempo durante el que una persona es capaz de concebir hijos. Pero este periodo varía en función de si eres hombre o mujer.

La fertilidad cambia con la edad. Los hombres y las mujeres se vuelven fértiles en la adolescencia, después de la pubertad. Para las niñas, el inicio de su vida reproductiva está marcado por el inicio de la ovulación y la menstruación.



Normalmente se entiende que después de la *menopausia*, las mujeres ya no pueden quedar embarazadas. En general, el potencial de reproducción disminuye a medida que las mujeres envejecen y normalmente la fertilidad finaliza entre cinco y diez años antes de la menopausia.

En la sociedad actual, la infertilidad relacionada con la edad es cada vez más común ya que, por diversas razones, muchas mujeres esperan hasta los 30 años para formar sus familias. A pesar de que las mujeres de hoy son más saludables y cuidan de sí mismas mejor que nunca, una mejor salud en la edad adulta no llega a contrarrestar la declinación natural de la fertilidad relativa a la edad. Es importante entender que la fertilidad disminuye con la edad de las mujeres debido a la disminución normal relacionada con la edad en la cantidad de óvulos que quedan en los ovarios. Esta disminución puede ocurrir mucho antes de lo que la mayoría de las mujeres esperan. (American Society For Reproductive Medicine, 2013).

Edad fértil o reproductiva de la mujer

Cuando hablamos de la edad fértil de la mujer, no solo nos referimos a que ella tenga un ciclo normal y una ovulación regular, sino a su capacidad de concebir, gestar y dar a luz a un niño sano. Por estas razones la edad reproductiva de una mujer no siempre coincide con el comienzo de su ciclo menstrual.

Durante los primeros años de la adolescencia, las niñas suelen tener una ovulación irregular, la cual produce ciclos menstruales

irregulares, pero a los 16 años deberían haber establecido una ovulación regular, la cual da como resultado períodos regulares.

¿Cuándo es más fértil una mujer?

Se determinan los siguientes periodos en la edad reproductiva de la mujer:



- ✓ Edad fértil temprana, desde la primera menstruación hasta los veinte años.
- ✓ Edad reproductiva media, desde los veinte a los 40 años (la edad más fértil de la mujer está entre los 20 y los 27 años, después de los 35 la fertilidad comienza a descender bruscamente)
- ✓ Edad fértil tardía, es la que abarca los últimos años desde los 40

De estos datos podemos deducir que el período fértil de la mujer óptimo es el que abarca desde los 20 hasta antes de cumplir los 35 años, momento clave en la fertilidad femenina, ya que ésta comienza a descender notablemente.

Edad fértil o reproductiva del hombre

La edad del hombre no es tan influyente en la fertilidad como en el caso de la mujer, ya que la edad fértil del hombre dura mientras el líquido seminal contenga espermatozoides. Por eso ante la pregunta que muchos clientes ¿en qué momento es fértil el hombre? Todo dependerá de la calidad de sus espermatozoides y si sufre o no alguna patología.

De media, el período de fertilidad masculina, empieza a la temprana edad de 14 años y termina a los 60 años. Aunque se ha podido identificar como en algunos casos el período fértil del hombre es mayor, llegando a darse el caso de personas mayores de 60 años que han podido concebir un hijo.



...La disminución de las características de los espermatozoides del hombre se produce mucho más tarde. En cierto modo, la calidad de los espermatozoides se deteriora a medida que el hombre envejece, pero, por lo general, no se convierte en un problema sino hasta después de que un hombre tenga

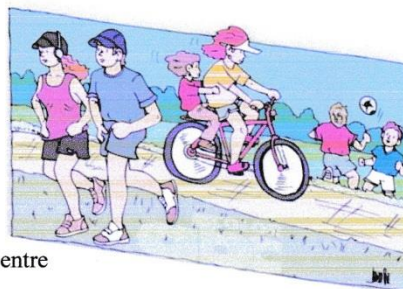


aproximadamente 60 años. Aunque no son tan bruscos ni evidentes como los cambios en las mujeres, los cambios en la fertilidad y la función sexual también se producen en los hombres a medida que envejecen (American Society For Reproductive Medicine, 2013).

El Ejercicio Físico

El ejercicio físico se debe practicar con mesura y de forma equilibrada, prestando atención a los cambios físicos internos para aprender a comprender la relación causa-efecto entre el movimiento físico concreto y su efecto directo con los cambios internos percibidos. La práctica regular de actividad física en cualquier edad produce un bienestar y mejora tanto en el estado de ánimo como físicamente.

El ejercicio físico regular es un componente necesario en la prevención de algunas enfermedades como problemas cardíacos, enfermedades cardiovasculares, Diabetes mellitus tipo 2, sobrepeso, dolores de espalda, entre otros.



Sus beneficios pueden resumirse en los siguientes puntos:

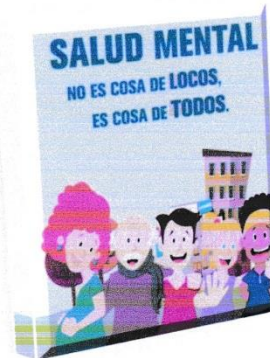
- ✓ aumenta la vitalidad, por lo que proporciona más energía y capacidad de trabajo;
- ✓ auxilia en el combate del estrés, ansiedad y depresión;
- ✓ incrementa autoestima y autoimagen; además sus factores son:
- ✓ mejora tono muscular y resistencia a la fatiga;
- ✓ facilita la relajación y disminuye la tensión;
- ✓ quema calorías, ayudando a perder peso excesivo o a mantenerse en el peso ideal;
- ✓ ayuda a conciliar el sueño;
- ✓ fomenta la convivencia entre amigos y familiares, además de dar la oportunidad de conocer gente;
- ✓ reduce la violencia en personas muy temperamentales;
- ✓ favorece estilos de vida sin adicción al tabaco, al alcohol y a otras sustancias;
- ✓ mejora la respuesta sexual;
- ✓ fortalece los pulmones y con ello mejora la circulación de oxígeno en la sangre;
- ✓ es eficaz en el tratamiento de la depresión.

Salud mental

La salud mental es un concepto que se refiere al bienestar emocional y psicológico del individuo. *Merriam-Webster* define salud mental como: «el estado del bienestar emocional y psicológico en el cual un individuo pueda utilizar sus capacidades cognitivas y emocionales, funcionar en sociedad, y resolver las demandas ordinarias de la vida diaria»



Según la OMS, no hay una definición oficial de salud mental. Las diferencias culturales, las evaluaciones subjetivas y la competición de teorías profesionales, hacen difícil definir "la salud mental". En general, la mayor parte de expertos advierten que la salud mental y las enfermedades mentales no son excluyentes. En otras palabras, la ausencia de un desorden mental reconocido, no es necesariamente un indicador de contar con salud mental (probablemente debido al desconocimiento de la gran variedad de estados mentales aún por definir, y la corta edad de la ciencia médica en general tal como la conocemos hoy en día, y en especial de la ciencia que intenta definir con más exactitud estos trastornos o complejos salud-enfermedad que proponen tanto la psicología como la psiquiatría).



La sexualidad

¿Qué es la sexualidad?

Se define como la educación y aceptación de nuestro cuerpo y organizamos como tales, la OMS la define como *“Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”*

Lo que nos cuentan y lo que vemos influye mucho en nuestra sexualidad.

Si crecemos pensando que la sexualidad es un tema oculto, secreto, vergonzoso, algo de lo que no se debe hablar o sobre lo que no es conveniente sentir curiosidad, lo tendremos difícil para conocernos, cuidarnos, y en definitiva disfrutar con nuestra sexualidad. Nuestra sexualidad no es algo vergonzoso, sino por el contrario algo valioso, importante. Por eso, merece la pena tener curiosidad, hablar, preguntar, informarse... porque todo esto nos va a permitir vivir nuestra sexualidad de la manera más satisfactoria posible.

Aprender sobre sexualidad nos puede ayudar a conseguir muchas cosas:

- ✓ A conocernos mejor, nuestros cuerpos, nuestros deseos...
- ✓ A encontrarnos mejor en las relaciones de pareja.
- ✓ A disfrutar más en las relaciones sexuales.
- ✓ A conocer más sobre reproducción, maternidad, paternidad...
- ✓ A cuidar nuestra salud, evitando riesgos innecesarios.
- ✓ A saber que se puede disfrutar de la sexualidad sin tener pareja y cómo hacerlo.
- ✓ A contribuir mejor a la educación sexual de nuestras hijas y de nuestros hijos.

¿Qué es la sexualidad en la adolescencia?

La sexualidad en la adolescencia es aquella en la que el joven se desarrolla física y mentalmente, adquiriendo los caracteres sexuales secundarios (los que no tienen que ver con el órgano reproductor, como la nuez en los hombres o el ensanchamiento de las caderas en las mujeres) y desarrollando el pensamiento maduro; pero también despierta un comportamiento sexual, se transforma en un ser sexual.



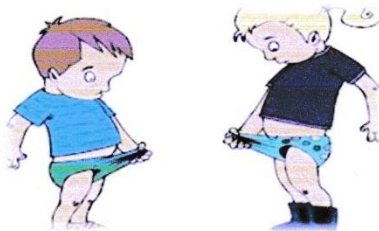
Etapas del desarrollo de la sexualidad

- ✓ Adolescencia temprana (11-13 años): Durante esta etapa, que se caracteriza por la velocidad de los cambios físicos en el adolescente, el joven se encuentra aún lejos del deseo sexual adulto, por lo que se presenta como una fase de autoexploración (a menudo a través de la masturbación), debido a los nuevos cambios físicos y psíquicos que experimenta (como la aparición de los primeros impulsos sexuales y de la espermarquia o primera eyaculación), y también de exploración del contacto con el otro sexo.
- ✓ Adolescencia media (14-17 años): El adolescente ya está casi completamente desarrollado, sus órganos sexuales están listos para la reproducción y el deseo sexual se incrementa. En esta fase se desarrolla una sensación de invulnerabilidad y fortaleza que inducen al joven a comportarse de una forma narcisista. Se empieza a buscar el contacto habitual con el otro sexo y pueden llegar las primeras relaciones sexuales. El adolescente no sólo responde a sus impulsos sexuales, sino también a su narcisismo, es decir, pone a prueba la propia capacidad de atraer al otro. También se considera que durante esta etapa se produce el auge de las fantasías románticas.

- ✓ **Adolescencia tardía (17-21 años):** El adolescente se ha desarrollado por completo, física y psíquicamente. La capacidad de pensar en abstracto y de ser consciente de las consecuencias futuras de los actos hace que el joven pueda mantener relaciones sexuales maduras y seguras. El deseo ya no sólo responde a un estímulo o pulsión sexual, sino que el adolescente, ya adulto, comienza a buscar otros valores en sus relaciones sociales, como la confianza o la reciprocidad.

Cambios físicos

Los primeros cambios fisiológicos durante el inicio de la pubertad se presentan con relación a la estatura, cerca de dos años antes en las niñas que en los niños. El crecimiento definitivo comienza en torno a los 10 años en las niñas y a los 12 años en los niños. Se experimenta un pico de crecimiento cada dos años y supone ganar entre 7,5 y 10 centímetros de altura cada año. A la mayor altura se suman transformaciones en el tamaño de los huesos, lo que produce cambios en la fisonomía de la persona. Con la primera menstruación, o al término de un pico de crecimiento, empiezan a actuar las diferentes hormonas femeninas o masculinas. Estas hormonas son las causantes de los cambios sexuales secundarios.



La evolución física en las niñas, al igual que en los niños, incluye la aparición de vello púbico y axilar, y cambios de coloración en la zona genital. Las glándulas que producen el sudor están más activas, lo que supone mayor sudoración. Llega el crecimiento de los senos y algunas veces es más prominente el de una mama que el de la otra. Esto no debe ser signo de preocupación porque, con el tiempo, el tamaño se iguala en ambos senos.

Con los primeros años de la adolescencia llega la madurez sexual de los niños. Aparece el pelo en el área púbica, sobre las axilas y la 'barba'. Además, cambia la voz. El cuerpo de los niños se prepara para la madurez sexual con la producción de hormonas masculinas en cantidades abundantes, que causan el agrandamiento de los testículos y el

oscurecimiento del escroto. Por lo general, el primer cambio que vive el niño es la aparición de pelo ralo alrededor de la base del pene. Sucede antes de un pico de crecimiento. Si en estos meses hay leve aumento de las glándulas mamarias no es motivo de preocupación, pero conviene estar atento para asegurarse de que desaparecen a los pocos meses. Aunque el pene puede tener erecciones desde la infancia, la primera eyaculación de semen se produce cuando se cumple los dos años del inicio de la pubertad, o cuando el pene ha crecido y ha alcanzado su tamaño definitivo.

La importancia de recibir una buena educación sexual

El sexo y la sexualidad

En la adolescencia muchos jóvenes empiezan a darse cuenta de sus partes femeninas y masculinas. Una mirada, un roce, o solamente el pensar en alguien puede hacer que su corazón lata más rápido y producir una sensación de calidez o cosquilleo por todo el cuerpo. El hablar con tus padres o pediatra es una buena forma de recibir información y para ayudarte con las inquietudes que tengas sobre estos cambios.

Podrías preguntarte lo siguiente...

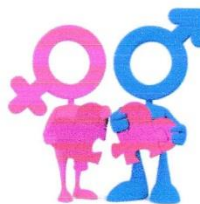
- ✓ ¿Cuándo puedo comenzar a tener citas?
- ✓ ¿En qué momento está bien besar a un chico (o una chica)?
- ✓ ¿Está bien se me masturbo (estimular tus genitales para obtener placer sexual)?
- ✓ ¿Hasta dónde puedo llegar sexualmente?
- ✓ ¿Cómo sabré si estoy preparado(a) para tener relaciones sexuales?
- ✓ ¿Tener relaciones sexuales con mi novio (o novia) ayuda a nuestra relación)?
- ✓ ¿Si me atrae alguien de mí mismo sexo quiere decir que soy gay o lesbiana?
- ✓ ¿El sexo oral es realmente sexo?

Algunas respuestas sobre relaciones sexuales

Puedes tener muchas dudas si decides empezar a tener relaciones sexuales. Por un lado escuchas de las advertencias y peligros de tener relaciones sexuales, y por otro lado, las películas, las revistas y hasta las letras de las canciones parecen estar diciendo que está bien tener relaciones sexuales.

El hecho es que el sexo es parte de la vida y como muchas partes de la vida, puede ser bueno o malo. Todo depende de ti y de las decisiones que tomes. Por ejemplo está bien si decides salir con un chico o una chica y tus padres están de acuerdo. Quizás tu relación más ponga más seria. Pero, si alguno de los dos decide terminar la relación, trata de no herir los sentimientos de la otra persona simplemente sea honesto el uno al otro. Después del rompimiento, ambos pueden sentirse tristes o enojados.

Acercarse a alguien que te gusta también está bien. El tomarse de las manos, abrazarse, o besarse puede pasar, pero no necesariamente deben conducir a tener relaciones sexuales. Una de las decisiones más



Decisiones que marcan tu vida

importantes que tomarás en la vida es cuando empiezas a tener relaciones sexuales. Hay algunos consejos buenos en el artículo “Decidirse a esperar”. ¿Por qué no te tomas tu tiempo y lo piensas más? Habla con tus padres sobre los valores familiares. Es muy buena idea esperar a tener relaciones sexuales para cuando estés mayor y en una relación seria y seas capaz de asumir las responsabilidades que esto conlleva.

Y puedes evitar quedar embarazada o embarazar a alguien o contraer enfermedades. La única forma de evitar el embarazo y las enfermedades relacionadas con el sexo es no tener relaciones sexuales. Y recuerda que el sexo oral es sexo. No tienes que preocuparte por el embarazo con el sexo oral, pero si te tienes que preocupar de contraer infecciones como el herpes, la gonorrea, el VIH (el virus que causa el SIDA), y el VHP (el virus del papiloma humano el virus que puede producir cáncer de la boca o garganta, y del cuello uterino y los genitales en los adolescentes y los adultos)

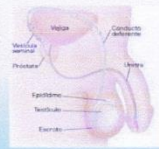
Aparatos reproductores masculino y femenino

APARATOS REPRODUCTORES

APARATO REPRODUCTOR FEMENINO



APARATO REPRODUCTOR MASCULINO

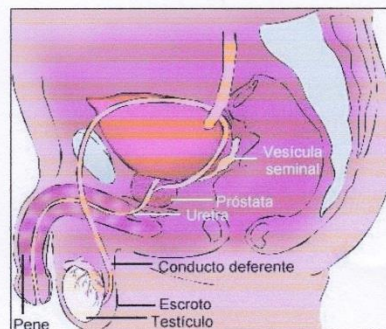


¿Qué es el aparato reproductor masculino?

Es junto con el femenino, el encargado de garantizar la procreación, es decir la formación de nuevos individuos para lograr la supervivencia de la especie.

Los principales órganos que forman el aparato reproductor masculino son: el pene y los testículos. Tanto el pene como los testículos son órganos externos que se encuentran fuera de la cavidad abdominal, a diferencia de los principales órganos del sistema reproductor femenino, vagina, ovarios y útero que son órganos internos por encontrarse dentro del abdomen (Riches)

Los testículos producen espermatozoides y liberan a la sangre hormonas sexuales masculinas (testosterona). Un sistema de conductos que incluyen el epidídimo y los conductos deferentes almacenan los espermatozoides y los conducen al exterior a través del pene. En el transcurso de las relaciones sexuales se produce la eyaculación que consiste en la liberación en la vagina de la mujer del líquido seminal o semen. El semen está compuesto por los espermatozoides producidos por el testículo y diversas secreciones de las glándulas sexuales accesorias que son la próstata y las glándulas bulbouretrales.



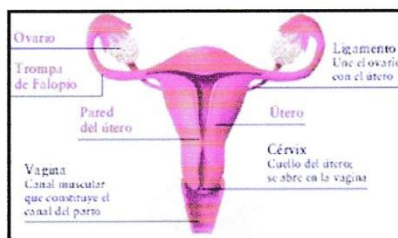
¿En qué consiste el aparato reproductor femenino?

Es el sistema sexual femenino. Junto con el masculino, es uno de los encargados de garantizar la reproducción humana. Ambos se componen de las gónadas (órganos sexuales donde se forman los gametos y producen las hormonas sexuales), las vías genitales y los genitales externos (Zamberly y Portnoy, 2007)

Partes del aparato reproductor femenino

✓ Órganos internos

- Ovarios: son los órganos productores gametos femeninos u ovocitos, de tamaño variado según la cavidad, y edad; a diferencia de los testículos, están situados en la cavidad abdominal. El proceso de formación de los óvulos, o gametos femeninos, se llama ovogénesis y se realiza en unas cavidades o folículos cuyas paredes están cubiertas de células que protegen y nutren el óvulo.



de
la

¿Cuántos óvulos contienen los ovarios?

Para asegurar la supervivencia de la raza humana, la naturaleza es pródiga en la dotación de células reproductoras. Cuando una niña nace, lleva en sus ovarios alrededor de 2 millones de células germinales, que son óvulos en potencia. Unas tres cuartas partes degeneran antes de la pubertad, y de los cientos de miles que quedan sólo 400 ó 500 llegan a convertirse en óvulos maduros. Todos los meses, desde la pubertad hasta la menopausia, un ovario o el otro deja en libertad un óvulo listo para ser fecundado.

¿Cómo se produce la ovulación?

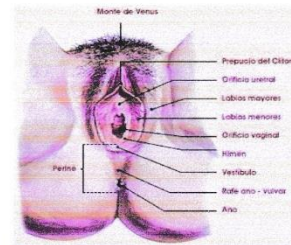
Al llegar a la pubertad, una jovencita cuenta con miles de óvulos potenciales acumulados en la capa externa de los ovarios, o capa germinativa. Mediante un proceso que se conoce como ovogénesis, todos los meses comienzan a madurar varios óvulos, pero, excepto en contados casos, sólo uno alcanza la madurez completa. Este óvulo llega a la superficie del ovario envuelto en lo que se llama folículo de Graaf. A mediados del ciclo

menstrual se efectúa la ovulación: el folículo se llena de líquido, se distiende y termina por romperse dejando caer el óvulo que contenía a la cavidad peritoneal, de donde pasa en seguida a la trompa de Falopio del lado correspondiente.

- Trompas de Falopio: conductos de entre 10 a 13 cm que comunican los ovarios con el útero y tienen como función llevar el óvulo hasta él para que se produzca la fecundación. En raras ocasiones el embrión se puede desarrollar en una de las trompas, produciéndose un embarazo ectópico. El orificio de apertura de la trompa al útero se llama *ostium tubárico*.
- Útero: órgano hueco y musculoso en el que se desarrollará el feto. La pared interior del útero es el endometrio, el cual presenta cambios cíclicos mensuales relacionados con el efecto de hormonas producidas en el ovario, los estrógenos.
- Vagina: es el canal que comunica con el exterior, conducto por donde entrarán los Espermatozoides. Su función es recibir el pene durante el coito y dar salida al bebé durante el parto.

✓ Órganos externos

- Clítoris: Órgano eréctil y altamente erógeno de la mujer y se considera homólogo al pene masculino, concretamente al glande.
- Labios: En número de dos a cada lado, los *labios mayores* y los *labios menores*, pliegues de pieles salientes, de tamaño variables, constituidas por glándulas sebáceas y sudoríparas e innervadas.
- Monte de Venus: Una almohadilla adiposa en la cara anterior de la sínfisis púbica, cubierto de vello púbico y provista de glándulas sebáceas y sudoríparas.
- Vestíbulo bulbar: Un área en forma de almendra perforada por seis orificios, el meato de la uretra, el orificio vaginal, las glándulas de Bartolino y las glándulas para uretrales de Skene.



Enfermedades de Transmisión Sexual

¿Qué son las ETS?

Se emplean para referirse a las Enfermedades de Transmisión Sexual, las que, como su nombre indica, se transmiten entre otras formas, por medio de las relaciones sexuales (anales, vaginales u orales) y pueden ser causadas por bacterias, virus, hongos, parásitos y protozoos (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2016)

Se conocen aproximadamente 20 infecciones diferentes que se transmiten por contacto sexual. Aquí hay algunas descripciones de algunas de las más comunes y conocidas:

✓ **Clamidia:**

La clamidia puede transmitirse durante el contacto sexual vaginal, oral o anal con la pareja infectada. Si bien muchas personas no presentan síntomas, la clamidia puede causar fiebre, dolor abdominal y flujo inusual del pene o la vagina.



En las mujeres, tengan o no síntomas y desconozcan o no que tienen una infección, la clamidia puede causar la enfermedad pélvica inflamatoria (PID por sus siglas en inglés). En la PID, la STD/STI sin tratar avanza y afecta otras partes del sistema reproductor de la mujer, incluido el útero y las trompas de Falopio. Este avance puede provocar un daño permanente en los órganos reproductivos de la mujer.

✓ **Gonorrea**

La gonorrea es causada por la bacteria *Neisseria gonorrhoeae*, que puede crecer rápido y multiplicarse fácilmente en las áreas húmedas y tibias del aparato reproductor. Los síntomas más comunes de una infección gonorreica son flujo vaginal o secreción en el pene y micción difícil o dolorosa.

La gonorrea también puede infectar la boca, la garganta, los ojos y el recto y extenderse a la sangre y las articulaciones, donde puede convertirse en una enfermedad mortal.

✓ Herpes genital

Es una infección contagiosa causada por el virus del herpes simple (HVS por sus siglas en inglés) puede infectar la región genital a través del contacto oral-genital o genital-genital. El HVS-2 sintomático suele causar ampollas dolorosas y acuosas en o alrededor de los genitales o el ano. Sin embargo, gran cantidad de las personas que tienen estos virus no presentan signos o síntomas, o los mismos mínimos.

Ni el HVS-1 ni el HVS-2 pueden curarse, e incluso durante los períodos en que la persona infectada no presenta síntomas, el virus puede encontrarse en las células nerviosas del cuerpo. Periódicamente, algunas personas experimentan brotes en los que aparecen nuevas ampollas en la piel del área genital; en esos momentos, hay más probabilidad de que el virus se transmita a otras personas. Las mujeres embarazadas, especialmente las que adquieren el herpes genital por primera vez durante el embarazo, pueden transmitir la infección al recién nacido, lo que podría causar el HVS neonatal, una infección potencialmente mortal que afecta la piel, el cerebro y otros órganos del bebé.

✓ VIH/SIDA

El VIH, o virus de inmunodeficiencia humana, es el virus que causa el SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida). El VIH destruye el sistema inmunitario del organismo al matar las células que combaten las infecciones. Una vez que el VIH ha destruido una porción considerable de estas células, la capacidad del cuerpo de combatir las infecciones y recuperarse de ellas se ve comprometida.

El SIDA puede prevenirse si las personas infectadas con el VIH comienzan de manera temprana un tratamiento con antirretrovirales. La transmisión del virus ocurre principalmente durante la actividad sexual sin protección y al compartir agujas para inyectarse drogas

intravenosas, si bien el virus también puede transmitirse de la madre al bebé durante el embarazo, el parto y el amamantamiento.

✓ **Sífilis**

Las infecciones por sífilis, causadas por la bacteria *Treponema pallidum*, se transmiten de persona a persona durante el acto sexual vaginal, anal u oral mediante el contacto directo con las úlceras llamadas chancros.

El primer signo de sífilis es un chancro, una úlcera genital indolora que por lo general aparece en el pene o en la vagina o sus alrededores. Estas úlceras suelen desaparecer por sí solas, incluso sin tratamiento. Sin embargo, el cuerpo no elimina la infección por sí solo y, con el tiempo, la sífilis puede afectar otros órganos como la piel, el corazón, los vasos sanguíneos, el hígado, los huesos y las articulaciones.

Las mujeres embarazadas portadoras de la bacteria tienen un riesgo mayor de aborto espontáneo y de nacimiento de un niño muerto, y pueden transmitir la infección al feto durante el embarazo y el parto.

✓ **Hepatitis viral**

El virus de la hepatitis A, causa una infección del hígado de corto plazo o auto limitada que puede ser muy grave, si bien no se convierte en una infección crónica. Aunque hay otras maneras de transmitir el virus, el HAV puede transmitirse de persona a persona durante la relación sexual por medio del contacto oral-rectal. La vacunación puede prevenir la infección por el HAV.

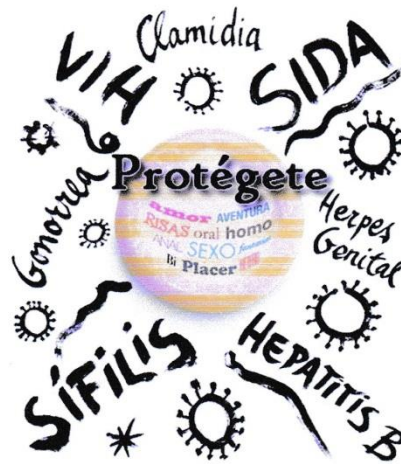
El virus de la hepatitis B, causa una enfermedad hepática grave que puede tener como consecuencia tanto una enfermedad inmediata como una infección para toda la vida que podría causar cicatrices en el hígado permanentes (cirrosis), cáncer, insuficiencia hepática y la muerte.

✓ Chancro Blanco

Es una lesión ulcerosa superficial, blanda y dolorosa que aparece a los 3-14 días de la relación sexual junto a inflamación de un ganglio inguinal.

✓ Virus del Papiloma Humano (VPH)

En la mayoría de los casos, la infección es asintomática. Puede aparecer entre 1 y 20 meses del contacto sexual (en los órganos genitales, anales y orales) unas lesiones irregulares, verrucosas con aspecto de coliflor, aunque también pueden presentar un aspecto aplanado.



Métodos anticonceptivos

¿A que nos pueden ayudar los métodos anticonceptivos o de planificación?

- ✓ Decidir cuántos hijos quiere tener y cuándo los quiere tener.
- ✓ No embarazarse, a menos que lo desee.
- ✓ Disfrutar las relaciones sexuales sin tener que preocuparse de que podría quedar embarazada.

Según (Organización Mundial de la Salud, 2012) establecen estos métodos.

- ✓ Método de Abstinencia (No tener sexo)



Abstinencia es no tener relaciones sexuales (vaginales, anales u orales). No hay intercambio de líquidos corporales (como semen o líquido vaginal).

- ✓ La Píldora

Es una píldora que contiene hormonas y se toma todos los días. Impide que se libere un óvulo y que el espermatozoide se encuentre con el óvulo. También hay pastillas con sólo progestina. Se toma una pastilla diaria, a la misma hora del día. Necesita receta médica.

Ventajas:

- Hace su regla más regular y ligera.
- Disminuye cólicos menstruales.
- Puede proteger contra el cáncer de ovario y del endometrio.

Desventajas:

- No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- Puede causar cambios de ánimo.
- Tiene que tomarla todos los días.

✓ Anillo Vaginal

Es un anillo suave, flexible y transparente el cual se coloca en la vagina de la mujer y se deja por tres semanas. El anillo libera dos hormonas (estrógeno y progestina). Después de tres semanas, se retira el anillo y pasa una semana (siete días) sin él. Necesita receta médica (Riches)

✓ El Parche

Libera dos hormonas (estrógeno y progestina). Se pone un parche nuevo en la piel cada semana, por tres semanas. La cuarta semana no se pone un parche. Puede ponerlo en cuatro áreas del cuerpo: parte superior de la espalda, abdomen, parte superior externa de los brazos o en los glúteos. Necesita receta médica.

Ventajas:

- Se pone una vez a la semana.
- Cómodo y fácil de usar.

Desventajas:

- No protege contra infecciones de transmisión sexual.
- Debe acordarse de cambiarlo cada semana.
- Puede tener reacción alérgica en la piel.
- Menos efectivo para mujeres que pesan más de 198 lbs (90 kilos). Para estas mujeres se les recomienda el uso del condón para protección adicional.

✓ Inyección Anticonceptiva

Contiene la hormona progestina. Tiene que inyectarla un profesional de salud entrenado.

Ventajas:

- Dura tres meses.
- Es discreta.
- Disminuye cólicos menstruales.

Desventajas:

- No protege contra infecciones de transmisión sexual.

- Puede tardarse en quedar embarazada al dejar de usarla.
- Puede causar aumento de peso.
- Tiene que regresar con el médico cada tres meses para recibir la siguiente inyección.
- Puede causar cambios en la menstruación.

✓ Implante

Libera la hormona progestina. Se coloca debajo de la piel en la parte superior del brazo con anestesia local. Tiene que colocarlo y quitarlo un profesional de salud entrenado. (Puede durar hasta tres años)

✓ Contraceptivo Intrauterino (CUI) o Dispositivo Intrauterino (DIU)

Es un pequeño aparato en forma de "T" que se inserta en el útero. Existen dos tipos: 1) El de cobre mata los espermatozoides y previene fertilización, 2) El hormonal hace el moco cervical más espeso y así evita la unión de un espermatozoide con un óvulo. Tiene que colocarlo y quitarlo un profesional de salud entrenado.

✓ Condomes/Preservativos

Los condones funcionan como una barrera al impedir que los espermatozoides entren en la vagina. Hay condones para hombres y mujeres. El condón se pone antes de empezar a tener relaciones sexuales y se usa uno nuevo en cada acto sexual.

✓ El Diafragma

Está hecho de látex y cubre la entrada del útero, bloqueando la entrada de los espermatozoides. Se usa con crema o jalea espermicida. Debe dejarse dentro de la vagina de seis a ocho horas después de tener relaciones. Se puede quedar dentro de la vagina hasta 24 horas después de tener relaciones.

Tiene que ver a un profesional de salud para obtener el tamaño correcto. El tamaño debe re-evaluarse si aumenta o pierde 10 libras (4.5 kilos) o más, después de un aborto o después de un embarazo.

✓ Capuchón Cervical

Es una pequeña cúpula de silicón o látex que cubre la entrada del cérvix, bloqueando la entrada de los espermatozoides al útero. Se usa con crema o jalea espermicida. Debe dejarse dentro de la vagina de seis a ocho horas después de tener relaciones. Se puede quedar en la vagina hasta 48 horas después del sexo. Tiene que ver a un profesional de salud para obtener el tamaño correcto.

✓ Esterilización (Cirugía)

Para mujeres (ligadura) y para hombres (vasectomía) son métodos permanentes para personas que ya no quieren tener más hijos. En las mujeres se cortan o sellan los tubos (las trompas de Falopio) bloqueando el paso de los óvulos al útero. En los hombres se corta o sella el tubo (conducto deferente) bloqueando el paso de los espermatozoides.

✓ Anticoncepción de Emergencia

Retrasa o impide que se suelte un óvulo. Existen diferentes marcas. Debe tomarse lo más pronto posible después de tener sexo sin protección. Tiene hasta cinco días, aunque la eficacia disminuye cada día que pasa. Menores de 17 años deben obtener una receta médica.

✓ Método de la Lactancia Amenorrea (MELA)

Amamantar de una manera que evita el embarazo. Impide la liberación del óvulo. Es muy efectivo durante 6 meses si amamanta de manera exclusiva o casi exclusiva.

✓ Método de los días fijos

Se trata de saber qué días de cada mes podría quedar embarazada (días fértiles). Debe evitar tener relaciones sexuales o debe usar un condón durante los días fértiles. Use las cuentas de ciclo o el calendario para contar los días del ciclo menstrual. Comience con el primer día de la menstruación.

✓ Coito Interrumpido: Esto consiste en que hombre retira su pene de la vagina de la mujer y eyacula fuera de ella. Funciona al mantener los espermatozoides fuera del cuerpo de la mujer. Cuando el hombre siente que está por eyacular, retira su pene de la vagina.

**ACTIVIDADES SUGERIDAS**

1. Que cada adolescente elabore un mapa conceptual, distinguiendo los 5 temas abordados.
2. Elaboren un PNI, Positivo, Negativo Interesante, de cada uno de los temas.
3. Reunirse en cuatro integrantes, para exponer los aspectos relevantes según el tema que se asigne.
4. Cada uno construya un resumen sobre las causas y consecuencias que pueden surgir sobre un embarazo a temprana edad.
5. Asignarle a cada adolescente a que investiguen cuáles son sus derechos individuales y sexuales.
6. Que el adolescente dialogue con su familia, sobre la salud sexual y reproductiva.
7. Realiza un glosario sobre las palabras que tengas dudas.
8. Realiza entrevistas hacia otras personas, sobre la importancia que tiene una buena salud sexual y reproductiva.
9. Investiga más a fondo sobre cada uno de los temas presentados, luego transmítelos a tus compañeros.
10. Crea conclusiones sobre el tema de salud sexual y reproductiva.



INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN SUGERIDO

RÚBRICA

En base a las actividades desarrolladas, se sugiere utilizar el siguiente instrumento de evaluación, para determinar la valoración de los resultados.

Escala de valoración:

1. Malo 2. Deficiente 3. Regular 4. Bueno 5. Excelente

No.	Indicadores	Califique cada aspecto evaluativo de 1 a 5 putos				
		1	2	3	4	5
1	Elabora correctamente el mapa conceptual, distinguiendo los 5 temas y sus subtemas.					
2	Se distingue lo Positivo, Negativo Interesante, de cada uno de los temas.					
3	Reunirse en cuatro integrantes, para exponer los aspectos relevantes según el tema que se asigne.					
4	Da a conocer con claridad en el resumen las causas y consecuencias que pueden surgir sobre un embarazo a temprana edad.					
5	Asignarle a cada adolescente a que investiguen cuáles son sus derechos individuales y sexuales.					
6	Su familia comprendió y reflexionó al hablarles sobre la salud sexual y reproductiva.					
7	Realiza un glosario sobre las palabras que tengas dudas.					
8	Realiza entrevistas hacia otras personas, sobre la importancia que tiene una buena salud sexual y reproductiva.					
9	Se evidencia la responsabilidad de profundizar más los conocimientos sobre el tema abordado.					
10	Las conclusiones son precisas y evidencian lo aprendido.					
Total						

Bibliografía sugerida

American Society For Reproductive Medicine. (2013). *Edad y Reproductividad*. Birmingham, Alabama.

Bowling, C. A. (1994). *La medida de la salud*. Masson, Barcelona: S.G. Editores.

Fondo de Población de Naciones Unidas. (1994). *Informe de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo*. El Cairo.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2016). *ESTRATEGIA MUNDIAL DEL SECTOR DE LA SALUD CONTRA LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL 2016–2021*. Ginebra, Suiza: Printed by the WHO Document Production Services.

Organización Mundial de la Salud. (2012). *Guía de planificación familiar para agentes de salud comunitarios y sus clientes*. Ginebra, Suiza: ISBN 978 92 4 350375 2.

Riches. (s.f.). *Métodos de Planificación Familiar*. Carolina del Norte.

Zamberly y Portnoy, N. y. (2007). *Tu cuerpo, tu salud, tus derechos. Guía sobre salud sexual y reproductiva*. Buenos Aires: ISBN 978-987-21825-1-9.

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2015). *Guía Nacional de Planificación Familiar*. Guatemala.

4.2.1 Evidencias

Fotografías de la ejecución del proyecto

Realizando las capacitaciones al primer establecimiento, INEB “CEJUMEVA, entregando trifoliales a los mismos



Fuente: Domingo, Mayco (2018)



Profesionales dando la capacitación



Fuente: Domingo, Mayco (2018)



Segunda capacitación dirigida a los de la “Oscar de León Palacios” J.M.



Fuente: Domingo, Mayco (2018)



Fuente: Domingo, Mayco (2018)

Tercera capacitación dirigida a estudiantes del Colegio “Emanuel”



Fuente: Domingo, Mayco (2018)



Fuente: Domingo, Mayco (2018)

Cuarta capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Parroquial



Fuente: Domingo, Mayco (2018)



Fuente: Domingo, Mayco (2018)

Quinta capacitación, realizada a estudiantes del INEB ACAL



Fuente: Domingo, Mayco (2018)



Fuente: Domingo, Mayco (2018)

Compartiendo capacitaciones a padres de familia



Fuente: Domingo, Mayco (2018)

Compartiendo en la feria de salud



Fuente: López, Aroldo (2018) Promotor de SESAN

4.3 Sistematización de la experiencia

4.3.1 Actores

Municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango

El 13 de marzo de este año 2018, fui asignado a esta municipalidad, San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango. Como es acostumbrado y requerido antes de iniciar el proceso del –EPS-, la presentación ante el Concejo Municipal especialmente con el alcalde don Juan Domingo Pérez, así como la mayoría del Concejo; por lo que fue para ellos un grado de desconocimiento las funciones, procesos y procedimientos que de parte de la Facultad nos amerita, convocando así a otros usuarios que laboran ahí, que transmitieron los lineamientos del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-, se llega a concluir que ellos no tenían ningún inconveniente en que realizara el proceso de investigación e intervención ya que es de mucha importancia intervenir en los procesos y realidades que actualmente se presencian en el municipio.

Transcurrida una semana, me relacioné y conocí a todos los trabajadores de la Municipalidad, y conversar con algunos de ellos, para después tener toda la atención necesaria con respecto a la adquisición de la información. Es así como se comenzó, directamente con la búsqueda de información proveniente de la estructura del plan de Diagnóstico, tanto contextual como institucional.

Durante estas investigaciones me enviaron directamente con el encargado de la oficina del Libre Acceso a la Información Pública, quien fue una persona abierta a conversaciones y diálogos, y me explicaba que existe un sitio web creado directamente para la Municipalidad, en donde incluye el POA, los Manuales de Funciones, y los Salarios de cada personal, así también la Visión, Misión, Objetivos, los principios y valores, y una breve historia del municipio.

En la intervención, principalmente estuvieron presentes y participaron las autoridades municipales, Dirección Municipal de Planificación (DMP) y la Oficina Municipal de Protección a la Niñez y Adolescencia (OMPNA), autoridades educativas,

estudiantes de la cabecera Municipal, docentes, padres de familia y profesionales que compartieron los diferentes temas.

4.3.2 Acciones

Como transcurrieron los días, elaboré la planificación del diagnóstico en donde implementé el objetivo general y específicos, como también las actividades, y metas, los cuales concuerdo que son las principales guías para sustentabilidad del plan, con el propósito de recolectar las carencias, deficiencias, debilidades y fallas que tiene el municipio según su trascendencia. Para ello empecé a conocer las instituciones que actualmente funcionan y otras dependencias para que me pudieran garantizar y facilitar información. Dentro de las instituciones se encuentran: Los derechos humanos, la subdelegación del Tribunal Supremo Electoral, el Registro Nacional de las Personas, el Centro de Atención Permanente –CAP-, Coordinación Técnica Administrativa –CTA-, la Escuela de Marimba, Oficina de la Defensoría Maya.

Luego de visitar varias comunidades tales como: el caserío Güiyá, caserío Xacalá, pertenecientes a aldea El Papal, Aldea Chiquililá (el más lejano del municipio), cantón Bella Vista, Aldea Acal, caserío los Cipresales, caserío Chanchiquiá, aldea Casaca, aldea Vega de San Miguel y así otros caseríos aledaños al municipio. En donde me di cuenta que no todas las comunidades tienen las mismas costumbres y tradiciones y especialmente sus creencias, porque las comunidades de la parte alta; me refiero Chiquililá, El Papal y otros a sus alrededores el clima es frío, y tienen cosechas distintas, como también otras formas de vida, diferentes a los de la parte baja tales como: Acal, Vega de San Miguel, Chanchiquiá y sus alrededores, es más cálido y templado, y poseen diferentes prácticas.

Observando todas estas instituciones comienzo a recabar información del diagnóstico, en donde me di cuenta que no todos brindaban el apoyo, porque manifestaban que se mantenían ocupados y que posteriormente me brindarían,

entonces visité también la biblioteca del municipio denominada San José en donde a través de una revista titulada Copalera, comencé a resaltar los sucesos ocurridos.

Luego visité a dos profesionales que han tenido mucho conocimiento sobre la realidad y trascendencia del municipio, está el profesor Fredy Castillo, profesor que trabajó por muchos años en la docencia, como también al Licenciado Moisés Jiménez, quien también es jubilado, él principalmente, trabajó con un proyecto dentro del municipio relacionado al medio ambiente, me comentaba como fue sucediendo la trascendencia del municipio hasta en la actualidad.

Por medio de la Dirección Municipal de Planificación –DMP-, que el encargado es Augusto Ordoñez Domingo, ahí me brindaron varios documentos para guiarme con la investigación, y también manifestaban que ellos estaban con toda la disponibilidad para ayudarme.

4.3.3 Resultados

Finalmente logré recabar la mayoría de datos, en donde comencé a analizar cuáles eran las posibles carencias, deficiencias y debilidades encontradas. Precisamente en diálogo, con representantes de la institución sobre las carencias encontradas, tanto en lo contextual como institucional, para evaluar el más prioritario según su viabilidad y factibilidad y a criterio personal y profesional se seleccionó la carencia del aspecto contextual, que fue la más acertada, se refiere a los embarazos en adolescentes y específicamente en señoritas menores de edad.

Como decidí implementar talleres a establecimientos educativos en donde se brindó como alternativa el tema de Salud Sexual y Reproductiva, precisamente iniciando el mes de mayo, y en donde visité nuevamente la Coordinación Técnica Administrativa para comentarle sobre el tema que deseo compartir e implementar a estudiantes del nivel medio, y que él estaba en toda disponibilidad en coordinar juntamente conmigo para la invitación de los centros educativos.

Al tener mi plan de acción a implementar, en donde de manera sincera manifiesto que me complicó demasiado elaborarlo, precisamente en la creación de los

objetivos, ya que de ahí partía todo el proceso, en donde tuve varias correcciones e incluso momentos preocupantes, pero al fin logré hacerlo, pues en fin... comencé a coordinar los establecimientos a intervenir, bueno... aunque antes ya había visitado un centro educativo ubicado en el casco urbano y es el más grande del municipio, CEJUMEVA, que así se conoce comúnmente por sus siglas, el Instituto César Julio Mérida Vásquez, fundado en el año 1968 y justamente este mes de mayo cumplió sus 50 años, en donde observé el positivismo de los docentes y estudiantes.

Después de hacerles la invitación a los centros educativos, comienzo a elaborarles unos trifoliales para el día del evento, que se les iban a ir entregando durante las capacitaciones, esto para ir guiándose y consultar las dudas que se les presentaban; luego de manera personal me dirigí a una librería denominada El Estudiante y de manera cordial le comente al dueño que necesitaba la reproducción de los trifoliales, para estudiantes, docentes y algunos padres de familia, en donde se dio a conocer lo que se iba a compartir y el beneficio que esto traería, sin más dudar, el dueño mencionó que con gusto me brindaba un descuento del 50% de la impresión del material, es así como ya tenía listo dicho material.

El desarrollo de las capacitaciones comenzó en la fecha 28 de mayo al 01 de junio del presente año. Según las 5 capacitaciones realizadas en distintas fechas, logré ver una participación activa y positiva de un 80% aproximado de estudiantes de la cabecera Municipal, también se involucraron los docentes e incluso padres de familia.

Respecto al Voluntariado tuve finalmente que decidirme y ubicarme en un lugar opuesto a lo que se tuvo los inconvenientes, y justamente un día estando en la institución cuando llegan los miembros COCODES de un cantón denominado Bella Vista, solicitando árboles y mencionaban que contaban con terreno comunal, entonces dialogué con ellos y comencé a coordinar directamente con esa comunidad. Pero antes ya tenía en gestión los árboles y justamente me colaboró a través de gestión el

Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales, tanto en una cantidad de árboles como en el transporte del mismo.

Para ello estructuré el plan de acción, no sin antes había visitado a los representantes de la escuela del mismo Cantón, manifestando los lineamientos del proyecto y que quería involucrar a los niños de la escuela, específicamente a cuarto, quinto y sexto, todo esto con el propósito de inducir a ellos a ser partícipes y enseñarles el valor de conservar nuestro medio ambiente, contribuyendo al fortalecimiento y contenidos que rige el CNB. El director y personal docente quedaron convencidos y comprometidos a involucrarse en este proceso, no sin antes ya estaba informado a los del COCODE, para involucrar a los niños de la escuela.

Llegando el día de la reforestación, todos ya estaban listos con las herramientas, en donde se principió con la limpieza del lugar, luego las mediciones, y hacer los agujeros, por último la siembra de diferentes especies de árboles tales como: trueno, pino, gravilea, ciprés, casuarina y alizo.

Este proyecto fue muy importante, porque se vio la participación activa de niños y docentes, en donde específicamente los profesores manifestaron que al contribuir con el medio ambiente se logra fomentar y fortalecer en los niños el cuidado y conservación, y así se enseña con el ejemplo a otras generaciones por venir, porque nos damos cuenta que hoy en día existe mucha tala de árboles y otros factores que destrozan nuestro entorno, y que afecta como ciudadanos la deficiencia de oxígeno.

4.3.4 Implicaciones

El propósito de haber realizado estas capacitaciones, es para concientizar y hacer reflexionar a los adolescentes, docentes, autoridades locales y padres de familia para prevenir los embarazos en adolescentes, teniendo el compromiso de darle seguimiento al proyecto, que incluya no solamente a centros educativos de la cabecera Municipal, sino que a nivel del municipio y en todos los niveles que cubran lo referente a estos casos, ya que se vio una gran presencia de esta carencia. Por lo tanto ahora ya

los adolescentes tienen mejor conocimiento de las consecuencias provenientes al no ser orientados sobre una buena salud sexual y reproductiva, consciente, segura, madura y responsable.

Las autoridades educativas y locales principalmente, quedaron comprometidas a tomar muy en cuenta, la prevención de esta carencia, y básicamente en los centros educativos se quedó el convenio de continuar replicando estas capacitaciones, como también las autoridades municipales, pues para ello se implementó una guía de salud sexual y reproductiva, para facilitar la enseñanza a adolescentes.

4.3.5 Lecciones aprendidas

✓ Académico

Las expectativas, los procesos y estrategias que durante mi formación académica adquirí, y en este proceso inserté lo que concierne a la administración y en especial al ámbito educativo, promoviendo los conocimientos, la experiencia y el bien común para garantizar procedimientos que ameriten el desarrollo de los seres humanos. Y por lo general estar atento a las realidades presentes, practicando los conocimientos y estrategias aprendidas.

✓ Social

En lo aprendido de manera personal: está principalmente la interacción con diferentes personas y capacidades distintas. Ya que me relacioné con varios, tomando como eje principal la igualdad y el diálogo, sin discriminación alguna, porque siempre me encontraba de manera positiva con todas las personas que conocí.

✓ Económico

En este ámbito, noté mucho la práctica de la gestión, tanto en el proyecto de –EPS- como en el Voluntariado, logrando disminuir los costos de los gastos implementados. Aunque en casos particulares se tuvo que aportar una parte de recurso económico y el resto pues gracias, una parte a la municipalidad, al Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales –MARN-, por su gran colaboración.

En este caso, al no utilizar el proceso de gestión, los gastos incrementan en porcentajes elevados, y no se logran los objetivos trazados.

✓ Educativo

A escalas muy definidas en el ámbito educativo, la implementación de estas capacitaciones, vi relevantemente la administración desde su planificación, organización, dirección, control y hasta la ejecución, todo juega un papel sumamente indispensable para todo proyecto; esencial en esto. En donde observé claro la importancia de saber coordinar a un equipo, e incluso tratar con personas quizá con más conocimiento y experiencia que uno mismo, especialmente la participación de una gran cantidad de estudiantes, que se involucraron para recibir esta influencia y se notó directamente que varios desconocían la importancia que tiene la Salud Sexual y Reproductiva, así también el interés que observé de todos los participantes en cuanto a la resolución de sus dudas, y aceptación de tal y como son.

No dejar atrás el fortalecimiento enriquecido de los temas, y como ya se sabe que en el municipio se tiene presente todas estas deficiencias y lo que se manifestó a los estudiantes, docentes y padres de familia, es que todos debemos de contribuir a ese cambio y transformación que tanto nos solicita el pueblo.

Posteriormente se insertaron los temas de manera que todos captaran los puntos clave de lo que se quería dar a conocer...manifiesto que es muy difícil estar al frente de un proyecto y precisamente de esto que es de carácter educativo y administrativo, porque todo inicia con una planificación, hasta la evaluación, por lo mismo que se requiere tiempo, dedicación, interés y vocación por quedar satisfecho con lo realizado.

Ya que en cada establecimiento variaba la cantidad de estudiantes tanto en cantidad como en la capacidad de comprender lo enseñado, no así a la calidad de pensamiento, porque se sabe que hoy en día la mayoría de información o temas que se comparte es mal interpretada por varios y les dan un sentido contrario a lo que se refiere.

✓ Político

En un porcentaje que supera el 50% del total de estudiantes, docentes y padres de familia que fueron los disertantes para las capacitaciones, lograron entender, y reflexionar sobre sus actos actuales y que a partir de ese momento el criterio de pensamiento de ellos será distinto a lo que anteriormente lo era, y lo aprendido será compartido con los demás, para así proyectar e ir disminuyendo esta problemática, para que la mayoría de jóvenes logren optar por mejores oportunidades de desarrollo, tanto individual, familiar y social. Es más que a partir de ese momento será un tema que ya no hay que obviarlo en todos los centros educativos porque traerá grandes beneficios y cambios en la vida de cada adolescente, porque desde temprana edad se comenzará a educar la mente humana para ir preparándolo a ser más consciente, maduro y responsable.

✓ Profesional

A nivel profesional, he adquirido mucha experiencia y aprendido a socializar, valorar y justamente las experiencias ponerlo en marcha porque esto es sólo el comienzo de un largo camino. Ya que quedan muchas cosas más por aprender, no dejando también la vocación por enseñar con el ejemplo, aplicando siempre estas estrategias, lograré la vinculación con diferentes personalidades, y a saber enfrentar la realidad que se tiene en la actualidad, y es de hacer algo al respecto, con mi coordinación y la colaboración de todos.

Capítulo V

Evaluación del proceso

5.1 Del diagnóstico

Actividades/aspectos/elemento	SÍ	NO	Comentario
¿Los objetivos del plan fueron pertinentes?	X		Cumplen con los propósitos de investigación.
¿Las actividades programadas para realizar el diagnóstico fueron suficientes?	X		Fueron integradas a través de un orden.
¿Las técnicas de investigación previstas fueron apropiadas para ejecutar el diagnóstico?	X		Se evidencia los aspectos más relevantes dentro de ellas.
¿Los instrumentos diseñados y utilizados fueron apropiados a las técnicas de investigación?	X		Se evidencia los aspectos más relevantes dentro de ellos
¿El tiempo calculado para realizar el diagnóstico fue suficiente?	X		Desde el primer día de llegada a la institución se comenzó a investigar.
¿Se obtuvo colaboración de personas de la institución/comunidad para la realización del diagnóstico?	X		Las autoridades educativas y municipales, dieron algunos aportes e información para la adquisición de información
¿Las fuentes consultadas fueron suficientes para elaborar el diagnóstico?	X		Con la investigación precisa, fueron suficientes aunque no se

		encontraban actualizadas los datos.
¿Se obtuvo la caracterización del contexto en que se encuentra la institución/comunidad?	X	Se logró recabar las carencias más prioritarias
¿Se tiene la descripción del estado y funcionalidad de la institución/comunidad?	X	En su mayoría está inmerso en el sitio web de la institución.
¿Se determinó el listado de carencias, deficiencias, debilidades de la institución/comunidad?	X	A través de un análisis crítico.
¿Fue correcta la problematización de las carencias, deficiencias, debilidades?	X	Se inmersa de qué manera se puede contribuir a darle solución a la carencia.
¿Fue adecuada la priorización del problema a intervenir?	X	Se utilizó un cuadro con aspectos concretos, para determinar el problema a abordar.
¿La hipótesis acción es pertinente al problema a intervenir?	X	Se detalla el aspecto clave a intervenir
¿Se presentó el listado de las fuentes consultadas?	X	Se evidencian los diferentes medios utilizados.

5.2 De la fundamentación teórica

Actividades/aspectos/elemento	SÍ	NO	Comentario
¿La teoría presentada corresponde al tema contenido en la hipótesis acción?	X		Se evidencia el título y los subtemas.
¿El contenido presentado es suficiente para tener claridad respecto al tema?		X	Se detallan fundamentos teóricos y base legal del tema intervenido.
¿Las fuentes consultadas son suficientes para caracterizar el tema?		X	Se evidencia los diferentes medios utilizados, suficientes para darle soporte al tema.
¿Se hacen citas correctamente dentro de las normas de un sistema específico?		X	Se utilizó las normas APA, de acuerdo a sus reglas.
¿Las referencias bibliográficas contienen todos los elementos requeridos como fuente?		X	Según normas APA.
¿Se evidencia aporte del epesista en el desarrollo de la teoría presentada?		X	Con base base en las fuentes, el epesista presenta comentarios y agregados pertinentes.

5.3 Del plan de intervención

Elementos del plan	SÍ	NO	Comentario
¿Es completa la identificación institucional del epesista?	X		Evidencia con claridad y concretos los datos
¿El problema es el priorizado en el diagnóstico?	X		El resultado del diagnóstico es la base para el plan.
¿La hipótesis-acción es la que corresponde al problema priorizado?	X		Se evidencia el que hacer, resaltando el título.
¿La ubicación de la intervención es precisa?	X		Se describe el lugar específico y claro.
¿La justificación para realizar la intervención es válida ante el problema a intervenir?	X		Demuestra las razones concretas de la intervención.
¿El objetivo general expresa claramente el impacto que se espera provocar con la intervención?	X		En términos generales, muestra el resultado y las metas que se pretende.
¿Los objetivos específicos son pertinentes para contribuir al logro del objetivo general?	X		Identifica los logros que se quieren alcanzar.
¿Las metas son cuantificaciones verificables de los objetivos específicos?	X		Van acorde a cada objetivo, con términos de cantidad y concretizados.
¿Las actividades propuestas están orientadas al logro de los objetivos específicos?	X		Se estructuran de acuerdo a cada objetivo

¿Los beneficiarios están bien identificados?	X	Describe a cada participante como directos e indirectos
¿Las técnicas a utilizar son las apropiadas para las actividades a realizar?	X	Van más a lo práctico y a la acción.
¿El tiempo asignado a cada actividad es apropiado para su realización?	X	Debido a que existe una planificación previa, al desarrollar la intervención
¿Están claramente determinados los responsables de cada acción?	X	Cada uno tiene su propia función.
¿El presupuesto abarca todos los costos de la intervención?	X	Con los imprevistos se cumplió con el presupuesto
¿Se determinó en el presupuesto el renglón de imprevistos?	X	Se determinó un 10% para el desarrollo de las actividades
¿Están ben identificadas las fuentes de financiamiento que posibilitarán la ejecución del presupuesto?	X	Por el proceso de gestión realizada para la obtención de los recursos financieros

5.4 De la ejecución y sistematización de la intervención

Aspectos	SÍ	NO	Comentario
¿Se da con claridad un programa de la experiencia vivida en el EPS?	X		Se describe y clasifica en cada aspecto de manera específica.
¿Los datos surgen de la realidad vivida?	X		Se obtienen según el entorno en que se narra la experiencia y las evidencias.
¿Es evidente la participación de los involucrados en el proceso de eps?	X		Participaron según sus posibilidades, colaborando con las actividades solicitadas.
¿Se valoriza la intervención ejecutada?	X		Los participantes agradecen los conocimientos adquiridos y la disponibilidad de información de la guía.
¿Las lecciones aprendidas son valiosas para futuras intervenciones?	X		Se tiene un conocimiento amplio de las etapas, actividades y demás procesos, que implica

un proyecto,
principalmente en el
ámbito educativo y
administrativo.

5.5 Evaluación final del –EPS-

Aspectos/elemento	SÍ	NO	Comentario
¿Se evaluó cada una de las fases del EPS?	X		En base a listas de cotejo.
¿La portada y los preliminares son los indicados para el informe del EPS?	X		Describen los datos requeridos.
¿Se presenta correctamente el resumen?		X	Describe lo realizado durante toda la intervención y el –EPS-
¿Cada capítulo está debidamente desarrollado?	X		Cumple con todos los datos según índice.
¿En los apéndices aparecen los instrumentos de investigación aplicados?	X		Evidencian el trabajo realizado.
¿En el caso de citas, se aplicó un solo sistema?	X		Se aplicó únicamente normas APA
¿El informe está desarrollado según las indicaciones dadas?	X		En base a asesoría y el normativo.
¿Las referencias de las fuentes están dadas con los datos correspondientes?	X		Inicia desde el autor hasta la editorial.

Capítulo VI El Voluntariado

6.1 Plan de la acción realizada

✓ **Identificación institucional y del epesista:**

Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Departamento de Pedagogía

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Carné: 201413137

Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández

✓ **Título del proyecto:**

Proyecto de Voluntariado “*SEMBRANDO VIDAS*”, en el Cantón Bella Vista, municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.

✓ **Ubicación:**

Cantón Bella Vista, municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

✓ **Unidad ejecutora:**

Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala.

✓ **Justificación:**

La reforestación se realizará en base a las necesidades que tiene el Cantón Bella Vista, ya que en partes de tierra que posee, la mayoría de personas se encuentran talando los árboles, para implementar en las tierras, cultivos de cualquier especie.

Y lo relevante que tiene es no poseer ayuda inmediata para la conservación de su medio ambiente, aunque es sorprendente ver que el Cantón se encuentra a distancia de la cabecera municipal. Específicamente en el terreno comunal que poseen, ya que se encuentra un poco abandonado y los comunitarios casi no le dan mucha importancia, en este caso se ha decidido realizar la plantación de 625 árboles de diferentes especies.

✓ **Ejecutor de la Intervención:**

Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández.

✓ **Descripción de la intervención:**

El voluntariado consistirá en la reforestación del terreno comunal, que posee el Cantón Bella Vista, involucrando específicamente a los niños de la escuela de cuarto, quinto y sexto, docentes y autoridades comunales y educativas de dicho lugar. Con el propósito de fomentar y enseñar a conservar nuestro medio ambiente a través de la plantación de árboles nativos del lugar, fomentando la participación, la convivencia, las relaciones humanas.

Las especies a plantar son las siguientes según sus nombres científicos: Pino (*Pinus Cembra*), Ciprés (*Cupressus arizonica*), Aliso (*Alnus glutinosa*), Casuarina (*Casuarina cunninghamiana*) y Gravillea (*Gravillea robusta*) de las cuales se obtuvo y siendo esto la cantidad total de 625 árboles. En donde al final se elaborarán cartas dirigidas a las autoridades comunitarias para darle sostenibilidad y sustentabilidad al proyecto.

✓ Objetivos**General:**

Implementar acciones de conservación del medio ambiente, por medio de la reforestación de un terreno comunal.

Específicos:

- Gestionar una cierta cantidad de árboles a instituciones presentes en el municipio, para la reforestación.
- Diseñar el plan específico que incluya las actividades a realizarse durante el proceso de ejecución.
- Plantar los árboles, con la coordinación y participación de niños, docentes y autoridades comunales.

✓ Metas:

- Obtener como mínimo 600 árboles, según lo requerido en el Voluntariado.
- Obtener la participación específicamente de un 60% de los niños de la escuela y todos los docentes del mismo.
- Plantar todos los árboles en el terreno comunal
- Aceptación de las autoridades comunales para darle sostenibilidad y sustentabilidad al proyecto.

✓ **Beneficiarios:**

Directos:

600 Comunitarios

Indirectos:

Niños

Docentes

Madres y padres de familia

✓ **Actividades:**

- Elaboración de solicitudes para los árboles
- Elaboración del plan de acción de la intervención
- Visita al Catón Bella Vista, para observar el terreno
- Coordinación con los docentes de la escuela, para involucrarlos a la reforestación
- Traslado de los árboles, de la cabecera municipal hacia la comunidad
- Limpieza del terreno destinado a la plantación de los árboles
- Medición de las calles, según cada planta y surco
- Elaboración de agujeros para cada árbol a plantar

- Traslado de los árboles, de la comunidad hacia el terreno, juntamente con niños y docentes
- Siembra de los 625 árboles según las diferentes especies, coordinado con los docentes y niños de cuarto, quinto y sexto
- Colocación de una manta vinílica, identificando la plantación realizada
- Elaboración de la carta de ejecución del proyecto y la de sostenibilidad y sustentabilidad
- Presentación de las cartas, para firmas y sellos

✓ **Tiempo de realización:**

Inicio: 25 de mayo de 2018

Finalización: 08 de junio de 2018

✓ **Técnicas metodológicas:**

Observación

Entrevista

Mesa redonda

Participativa

✓ Recursos:

Humanos

Epesista

Autoridades comunitarias

Niños de la escuela primaria

Personal docente

Delegado Municipal del MARN

Oficina Forestal Municipal

Materiales

Hojas de papel bond

Cinta métrica

Azadones

Machetes

Barras

Piochas

Barretones

Bolsas de nailon

Morrales de costal

Tecnológicos

Computadora

Impresora

Cámara digital

Financieros

Gestiones

Aportes

Recurso económico (Q 6,748.50)

✓ **Presupuesto:**

No.	Elemento	Valor unitario	Valor total
10	Redacción e impresión de solicitudes	Q 1.00	Q 10.00
2	Pagos de viajes para visita a los terrenos	Q 50.00	Q 100.00
625	Obtención de cada árbol	Q 2.00	Q 1,250.00
	Transporte para los árboles	Q 100.00	Q 100.00
90	Jornales para personas	Q 50.00	Q 4,500.00
1	Compra de manta vinílica	Q 75.00	Q 75.00
40	Refacción para los participantes	Q 2..50	Q 100.00
	Subtotal		Q 6,135.00
Imprevistos		10%	Q 613.50
	Total		Q 6,748.50

✓ **Responsables:**






Epesista

Autoridades comunitarias

Autoridades Municipales

✓ **Cronograma:**

		Año 2018												Responsa ble	
		Mayo				Junio				Julio					
No.	Actividades	Semanas				Semanas				Seman as					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3			
1	Elaboración de solicitudes para los árboles	P	■												Epesista
		E													
2	Elaboración del plan de acción de la intervención	P		■	■										
		E		■	■	■									
3	Visita al Catón Bella Vista, para observar el terreno	P	■												
		E	■	■											
4	Coordinación con los docentes de la escuela, para involucrarlos a la reforestación	P		■	■										
		E		■	■	■									
5	Traslado de los árboles, de la cabecera municipal hacia la comunidad	P			■										
		E			■	■									
6	Limpieza del terreno destinado a la plantación de los árboles.	P			■										
		E			■	■									
7	Medición de las calles, según cada planta y surco	P			■										
		E			■	■									
8	Elaboración de agujeros para cada árbol a plantar	P			■	■									
		E			■	■	■								

9	Traslado de los árboles, de la comunidad hacia el terreno, juntamente con niños y docentes	P E	
10	Siembra de los 625 árboles según las diferentes especies, coordinado con los docentes y niños de cuarto, quinto y sexto	P E	
11	Colocación de una manta vinílica, identificando la plantación realizada	P E	
12	Elaboración de la carta de ejecución del proyecto y la de sostenibilidad y sustentabilidad	P E	
13	Presentación de las cartas, para firmas y sellos	P E	

6.2. Sistematización

Antes de elaborar el plan de acción, respecto al voluntariado, inicié a consultar directamente con los del Concejo Municipal, para solicitar algunos árboles directamente para la reforestación en el Cantón Bella Vista, ya que fue el lugar seleccionado como beneficiaria del proyecto.

Posteriormente me envían con el encargado de la Oficina Forestal Municipal, para realizar las gestiones necesarias para algunos arbolitos. Así también, me contacté con el delegado Municipal del Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales –MARN-, para solicitarle algunos árboles y al mismo tiempo el transporte; en donde estas dos personalidades colaboraron con la donación e involucramiento al proceso de reforestación.

Realicé varias reuniones con las autoridades comunitarias, específicamente con los representantes del COCODE, para observar el terreno y poder tener la visualización previa a la plantación y comencé a coordinar directamente con esa comunidad. Pero antes ya tenía en gestión los árboles.


Para ello estructuré el plan de acción, no sin antes había visitado a los representantes de la escuela del mismo Cantón, manifestando los lineamientos del proyecto y que quería involucrar a los niños de la escuela, específicamente a cuarto, quinto y sexto, todo esto con el propósito de inducir a ellos a ser partícipes y enseñarles el valor de conservar nuestro medio ambiente, contribuyendo al fortalecimiento y contenidos que rige el CNB. El director y personal docente quedaron convencidos y comprometidos a involucrarse en este proceso, no sin antes ya estaba informado a los del COCODE, para involucrar a los niños de la escuela.

Llegando el día de la reforestación, todos ya estaban listos con las herramientas, en donde se principió con la limpieza del lugar, luego las mediciones, y hacer los agujeros, por último la siembra de diferentes especies de árboles tales como: Pino (*Pinus Cembra*), Ciprés (*Cupressus arizonica*), Aliso (*Alnus glutinosa*), Casuarina (*Casuarina cunninghamiana*) y Gravillea (*Gravillea robusta*).

Este proyecto fue muy importante, porque se vio la participación activa de niños y docentes, en donde específicamente los profesores manifestaron que contribuyendo con el medio ambiente se logra fomentar y fortalecer en los niños el cuidado y conservación, y así enseñando con el ejemplo a otras generaciones por venir, porque nos damos cuenta que hoy en día existe mucha tala de árboles y otros factores que destrazan nuestro entorno, afectándonos como ciudadanos la deficiencia de oxígeno.

Para concluir con el proyecto de Voluntariado, se estableció una manta vinílica para identificar la plantación de los 625 árboles. Luego se dialogó con los miembros del COCODE para suscribir la carta de sostenibilidad y sustentabilidad del proyecto, en donde como resultado se obtuvo la aceptación de las autoridades comunitarias a darle seguimiento, mantenimiento y conservación de los árboles plantados.

6.3 Evidencias y comprobantes (fotos, documentos, finiquitos)



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Guatemala 29 de agosto de 2018.

A quien Interese:

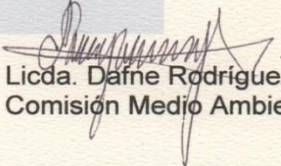
Presente

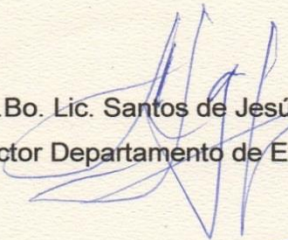
Me dirijo a usted, en espera de que sus proyectos, marchen acorde a sus planificaciones.


Desde el 2009 la Facultad de Humanidades, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, se ha constituido en un equipo de trabajo juntamente con epesistas de esta facultad para recuperar la cobertura boscosa de Guatemala. Proyecto del cual derivan, además de la reforestación y monitoreo: jornadas de educación ambiental, erradicación de basureros, revitalización de áreas verdes y recreativas, entre otros; promoviendo la participación de las familias, centros educativos, agrupaciones de la sociedad civil.

Por esta razón, se notifica que el estudiante del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- **Maycol Leonel Domingo Hernández**, con número de carnet **201413137**, participó en la reforestación en el "Cantón Bella Vista, municipio de San Idefonso Ixtahuacán Huehuetenango departamento de Guatemala, el día 08 de junio de 2,018 con la plantación de 600 árboles, en los diferentes puntos de reforestación oficial,


Agradeciendo su atención, me suscribo de usted.


Licda. Dáñe Rodríguez.
Comisión Medio Ambiente


Vo.Bo. Lic. Santos de Jesús Davila
Director Departamento de Extensión



Educación Superior, Incluyente y Proyectiva
Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12
Teléfonos: 24188602 24188610-20
2418 8000 ext. 85302 Fax: 85320

Facultad de  Humanidades

**Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Comisión de Medio Ambiente y Atención
Permanente**



**Mayco Leonel Domingo Hernández
Carné: 201413137
Carrera: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**

**Informe Reforestación “Cantón Bella Vista, municipio de San
Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango”**

**Fecha: San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango, 08 de junio del
2018**

Facultad de  Humanidades

**Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Comisión de Medio Ambiente y Atención
Permanente**



Mayco Leonel Domingo Hernández

Carné: 201413137

Carrera: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

**Informe Reforestación “Cantón Bella Vista, municipio de San
Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango”**

**Fecha: San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango, 08 de junio del
2018**

Facultad de  Humanidades



El informe del Voluntariado presentado por: Mayco Leonel Domingo Hernández, carné No. 201413137, de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Universidad de San Carlos de Guatemala Facultad de Humanidades, como aporte a la reforestación de Guatemala, los días 04, 05 y 08 de junio, ubicado en el Cantón Bella Vista, municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

Fecha: San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango, 08 de junio del 2018

ÍNDICE

Contenido

Presentación	1
Objetivo General	2
Objetivos Específicos	2
Justificación.....	2
Georreferencia.....	3
Croquis de la plantación	6
Tipo de árbol	7
Cantidad	9
Fecha de siembra	9
Cronograma	9
Limitaciones y logros	13
Conclusiones	14
Recomendaciones	15
Evidencias Fotográficas	16
Carta de convenio	18
Referencias Bibliográficas	20
Anexos	21

Presentación

La Universidad de San Carlos de Guatemala, a través del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–, en donde es incluido el Voluntariado como parte de apoyo directamente al medio ambiente, tomando énfasis a la reforestación.

A principios del año 2018 han pasado diferentes problemas relacionado al medio ambiente, específicamente con los bosques, en donde la mayoría de personas han talado árboles para otros usos del suelo, como también incendios provocados; quiere decir que los bosques están en decadencia por estas situaciones que han estado constantemente. En donde resalta la mayor problemática que afronta la comunidad es la tala de árboles.

Por medio de los programas que ha desarrollado la Comisión del Medio Ambiente de la Facultad de Humanidades, en la fecha cuatro de junio se comenzó a ejecutar la reforestación en el Cantón Bella Vista, del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

Según algunos artículos sobre la vida en el planeta tierra, los árboles son la fuente de vida para la humanidad principalmente para el oxígeno, tomando en cuenta que manteniendo en constante reforestación en las áreas de tierras, se logra una gran disminución del calentamiento global.

Enlazando para ello, la vinculación de la comunidad en general, sobre la concientización y el aprovechamiento que tiene este tipo de acto de carácter ambiental, tomando en cuenta también la participación de niños, docentes, autoridades comunitarias y las familias.

Objetivo General

- ✓ Implementar acciones de conservación del medio ambiente, por medio de la reforestación de un terreno comunal, en el Cantón Bella Vista, municipio de San Ildefonso Ixtahuacán.

Objetivos Específicos

- ✓ Gestionar 600 árboles como mínimo a instituciones presentes en el municipio, para la reforestación en el Cantón Bella Vista.
- ✓ Diseñar el plan específico que incluya las actividades a realizarse durante el proceso de ejecución.
- ✓ Plantar los árboles, con la coordinación y participación de niños, docentes y autoridades comunales.

Justificación

La reforestación se realizará en base a las necesidades que tiene el Cantón Bella Vista, ya que en partes de tierra que posee, la mayoría de personas se encuentran talando los árboles, para implementar en las tierras, cultivos de cualquier especie.

Y lo relevante que tiene es no poseer ayuda inmediata para la conservación de su medio ambiente, aunque es sorprendente ver que el Cantón se encuentra a distancia de la cabecera municipal. Específicamente en el terreno comunal que poseen, ya que se encuentra un poco abandonado y los comunitarios casi no le dan mucha importancia, en este caso se ha decidido realizar la plantación de 625 árboles de diferentes especies, para contribuir a su conservación y mantenimiento inmediato.

Georreferencia

✓ Área General

Ubicación política administrativa

El proyecto se encuentra ubicado dentro del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango y tiene como límites político –administrativos las siguientes comunidades:

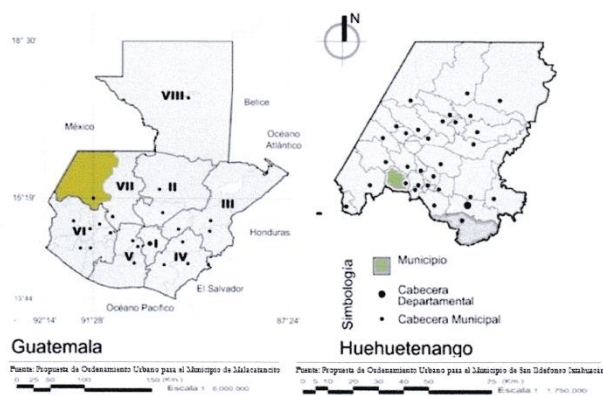
Se encuentra a una distancia de 48 km de la cabecera departamental de Huehuetenango y a 298 km de la Ciudad de Guatemala. Está rodeado por municipios del departamento de Huehuetenango, excepto al sur, que colinda con Concepción Tutuapa, municipio del departamento de San Marcos.

- Norte: La Libertad y San Pedro Necta, municipios del departamento de Huehuetenango.
- Sur: Concepción Tutuapa, municipio del departamento de San Marcos.
- Este: Colotenango y San Gaspar Ixchil, municipios de Huehuetenango.
- Oeste: Cuilco, municipio de Huehuetenango.

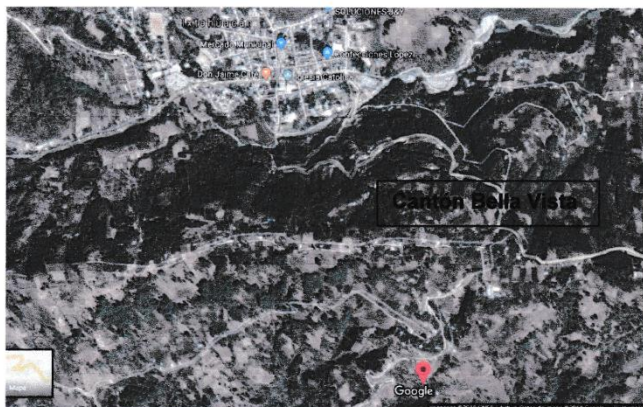
Ubicación Geográfica

Municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango

Año 2018



(Ixtahuacán)



Fuente: (Eart)

✓ Área de influencia

El Cantón Bella Vista del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán del departamento de Huehuetenango, se encuentra ubicada entre las coordenadas 15° 24' 27" Latitud Norte y 91° 45' 36" Longitud Oeste. La Unidad Productiva tiene sus límites en los cuatro puntos cardinales que colindan con varias comunidades:

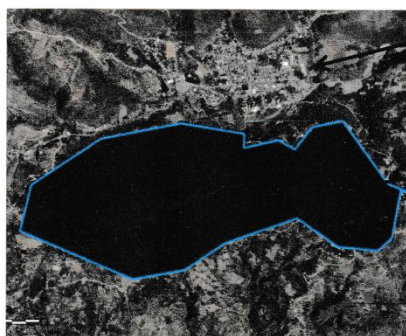
- Al Norte colinda con la cabecera municipal.
- Al Sur colinda con la aldea Polajá.
- Al Este colinda con el cantón La Tejera y municipio de Colotenango.
- Al Oeste colinda con el Cerro Platanar

Según el presidente del COCODE don José María Ortiz, el rango altitudinal dentro del cual se encuentra la unidad productiva es de 1561 M.S.N.M con una altitud media de 1400 M.S.N.M.

Para llegar al Cantón Bella Vista se toma la carretera interamericana CA-1 hasta el kilómetro 288 (en este lugar corre el río Selegua, también conocido como "Naranjales"), se desvía a mano izquierda hacia el entronque con la ruta nacional 7-W ubicada en el caserío Tuizloch del municipio de Colotenango, luego se recorren 5 kms a mano derecha en donde se encuentra el cantón Bella vista el cual tiene una vía de acceso, correspondiente a terracería transitable todo el año, dista a 3 kilómetros de la cabecera municipal. El cantón no tiene ningún inconveniente para el acceso.

(Ortíz, 2018)

Ubicación geográfica Cantón Bella Vista



Cabecera Municipal de
San Ildefonso Ixtahuacán

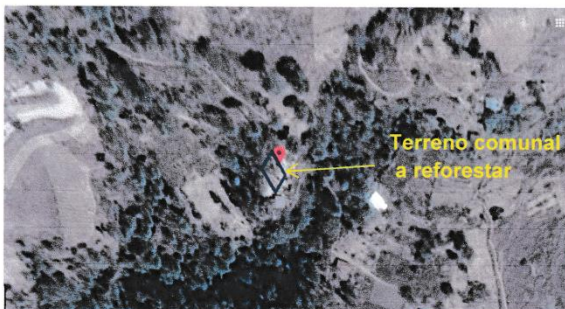
Resultado de la medición

2,18 Kilómetros cuadrados

Cantón Bella Vista

✓ Sitio específico de la actividad

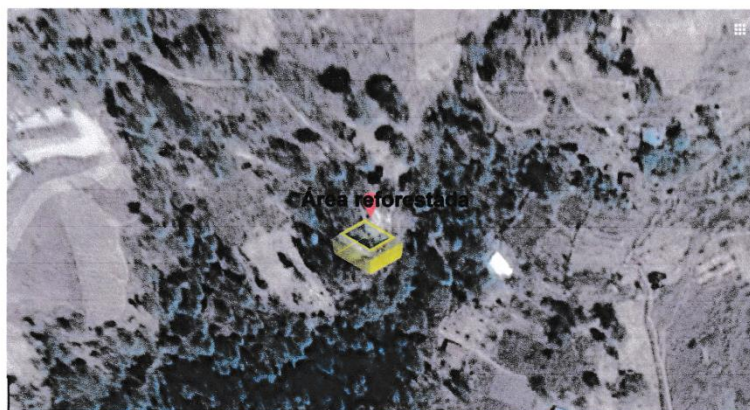
Se muestra el Cantón Bella Vista, indicando el lugar específico de la Reforestación



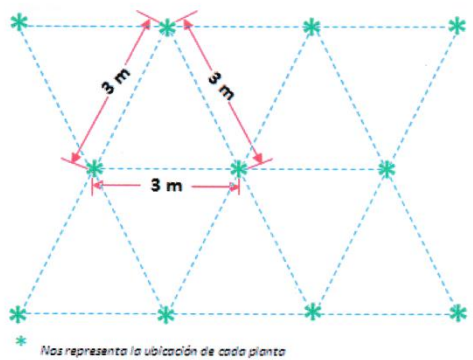
Fuente: (Maps)

Croquis de la plantación

El terreno comunal consta de una medición de 12.75 cuerdas cuadradas.



A continuación se muestra la ubicación de la plantación de árboles, a tres metros de distancia entre cada árbol, empleando la técnica a tresbolillo.



Fuente: Técnica para árboles forestales, recuperado 07/06/2018

(Maps, https://www.google.com.gt/search?biw=1366&bih=654&tbn=isch&sa=1&ei=6RKCW7-9FYfVwAKbzJCABA&q=t%C3%A9cnica+a+tresbolillo+para+%C3%A1rboles+forestales&oq=t%C3%A9cnica+a+tresbolillo+para+%C3%A1rboles+forestales&gs_l=img.3...19396.27368.0.27529.28.23.2.0.0.6)

Tipo de árbol

Las especies de árboles plantados son los que se describen a continuación:

Pino (*Pinus Cembra*): este tipo de árbol, es muy común en la comunidad, ya que mayormente es utilizado para madera, leña y otros usos que la mayoría de población acostumbra, ya que puede llegar a tener una altura de aproximadamente 20 a 25 metros.

Ciprés (*Cupressus arizonica*): es muy utilizado para brindar abono, cuando ya se degrada, y al estar macizo es utilizado para leña, y es más esta especie, tiene algunas propiedades curativas, para las enfermedades de: alergias, llagas y la tos. Para eso es utilizado las ramas y los pedacitos de su tronco.

Aliso (*Alnus glutinosa*): es muy utilizado para brindar y mantener las fuentes hídricas, así también nos puede brindar sombra y brinda abono nutritivo para la tierra.

Casuarina (*Casuarina cunninghamiana*): especialmente es utilizado para madera, y posee una forma muy reluciente debido a la estructura de su tronco.

Gravillea (*Gravillea robusta*): mayormente este árbol nos brinda sombra, abono para el suelo y por la multitud de sus hojas nos brinda más oxígeno.

Se presenta también una idea demostrativa de cómo llegarán cada uno a su crecimiento definitivo. (Instituto Nacional de Bosques (INAB), 2016)

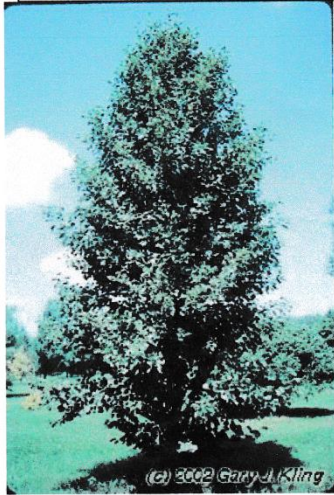
Pino (*Pinus Cembra*)



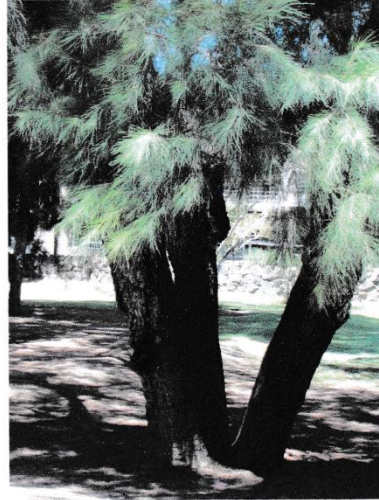
Ciprés (*Cupressus arizonica*)



Aliso (*Alnus glutinosa*)



Casuarina (*Casuarina cunninghamiana*)



Gravillea (*Gravillea robusta*)



Cantidad

La totalidad de árboles plantados fueron 625 de cinco especies distintas.

- ✓ Ciprés: 250
- ✓ Casuarina: 125
- ✓ Gravillea: 100
- ✓ Alizo: 75
- ✓ Pino: 75

Facha de siembra

Para este proceso se tuvo varias fases y procesos para llegar a la fecha de plantación de los árboles, los cuales se describen a continuación: únicamente las fechas de plantación que fue el 04, 05 y 08 de junio.

Fecha de inicio: 04 de junio de 2018

Fecha de finalización: 08 de junio de 2018

Cronograma

Para este efecto previo a ello se describen las actividades realizadas

- ✓ Elaboración de solicitudes para los árboles
- ✓ Elaboración del plan de acción de la intervención
- ✓ Visita al Catón Bella Vista, para observar el terreno
- ✓ Coordinación con los docentes de la escuela, para involucrarlos a la reforestación
- ✓ Traslado de los árboles, de la cabecera municipal hacia la comunidad
- ✓ Limpieza del terreno destinado a la plantación de los árboles, juntamente con los integrantes de la escuela
- ✓ Medición de las calles, según cada planta y surco

- ✓ Elaboración de agujeros para cada árbol a plantar
- ✓ Traslado de los árboles, de la comunidad hacia el terreno, juntamente con niños y docentes
- ✓ Siembra de los 625 árboles según las diferentes especies, coordinado con los docentes y niños de cuarto, quinto y sexto
- ✓ Colocación de una manta vinílica, identificando la plantación realizada
- ✓ Elaboración de la carta de ejecución del proyecto y la de sostenibilidad y sustentabilidad
- ✓ Presentación de las cartas, para firmas y sellos

No.	Actividades		Mayo				Junio				Julio			Responsable
			Semanas				Semanas				Semanas			
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	
1	Elaboración de solicitudes para los árboles	P	■											Epesista
		E												
2	Elaboración del plan de acción de la intervención	P			■									
		E				■	■							
3	Visita al Catón Bella Vista, para observar el terreno	P		■										
		E			■									
4	Coordinación con los docentes de la escuela, para involucrarlos a la reforestación	P			■									
		E				■								
5	Traslado de los árboles, de la cabecera municipal hacia la comunidad	P				■								
		E					■	■						
6	Limpieza del terreno destinado a la plantación de los árboles, juntamente con los integrantes de la escuela	P				■								
		E					■	■						
7	Medición de las calles, según cada planta y surco	P				■								
		E					■	■						
8	Elaboración de agujeros para cada árbol a plantar	P			■									
		E				■								
9	Traslado de los árboles, de la comunidad hacia el terreno, juntamente con niños y docentes	P					■							
		E						■	■					

10	Siembra de los 625 árboles según las diferentes especies, coordinado con los docentes y niños de cuarto, quinto y sexto	P																		
		E																		
11	Colocación de una manta vinílica, identificando la plantación realizada	P																		
		E																		
12	Elaboración de la carta de ejecución del proyecto y la de sostenibilidad y sustentabilidad	P																		
		E																		
13	Presentación de las cartas, para firmas y sellos	P																		
		E																		

Fuente: Epesista 2018, Mayco Domingo H.

Limitaciones y logros

Durante esta experiencia como persona y pre profesional, pude encontrar algunas limitaciones como falta de conocimiento al momento de iniciar la plantación, el terrero que se encontraba un poco distante a la comunidad, y la falta de apoyo de otras entidades.

Los logros que se obtuvieron fue la participación activa de los niños, docentes y autoridades comunitarias del Cantón Bella Vista, en donde específicamente los profesores manifestaron que contribuyendo con el medio ambiente se logra fomentar y fortalecer en los niños el cuidado y conservación, y así enseñando con el ejemplo a otras generaciones por venir, porque nos damos cuenta que hoy en día existe mucha tala de árboles y otros factores que destrozan nuestro entorno, afectándonos como ciudadanos la deficiencia de oxígeno.

Conclusiones

- ✓ La reforestación es un proceso que conlleva la plantación de árboles, involucrando a toda la comunidad educativa para su ejecución.

- ✓ La participación de niños y docentes específicamente fue relevante, porque con la ayuda de ellos se logró plantar 625 árboles de diferentes especies, en un terreno comunal del Cantón Bella Vista.

- ✓ Las autoridades comunitarias asumieron el compromiso, apoyo, solidaridad y colaboración para darle sostenibilidad y sustentabilidad al proyecto realizado.

Recomendaciones

- ✓ La reforestación es un tema muy importante a desarrollar y es necesario ser implementado a la población, ya que sólo así se contribuye a la disminución de la tala de árboles.
- ✓ Es necesario involucrar a toda la comunidad educativa, para participar en actos de reforestación, y que debe de ser impartido como parte de los contenidos implementados en el currículo, porque a través de los niños que son los entes posteriores al cambio, tengan conocimiento, capacidad y experiencia sobre la conservación de nuestro medio ambiente.
- ✓ Todos y todas tenemos la responsabilidad de mantener en condiciones saludables nuestro medio ambiente, sin necesidad de implementar acciones de condición para asumir nuestro rol como personas, específicamente las autoridades deben de velar porque los acuerdos firmados tengan continuidad y sean implementados.

Evidencias Fotográficas

Dialogando con los representantes del COCODE del Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango



Colocación de la manta vinílica, juntamente con los niños de la escuela.



Viajando hacia el terreno comunal, para la medición y limpieza del mismo



Medición del terreno y limpieza, con ayuda de niños y docentes



Transportando los árboles del vivero hacia la comunidad de Bella Vista, con la ayuda y donación de árboles de parte del delegado Municipal del MARN



Transportando los árboles con la ayuda de los docentes y niños de la escuela, árboles donados por la Oficina Forestal Municipal



Haciendo los agujeros para plantar los árboles



Concluyendo con la hechura de agujeros, juntamente con docentes y niños



Plantando los árboles, con ayuda de niños y docentes



Especies de árboles plantados



Carta de convenio

Esta carta se encuentra firmada y sellada por el presidente de COCODE del Cantón Bella Vista, así también el de la Oficina Forestal Municipal y con el Visto Bueno del alcalde municipal.




San Ildefonso Ixtahuacán, 25 de julio de 2018.

Lic. Alejandro Gudberto Camas Chávez
Asesor Ejercicio Profesional Supervisado
Facultad de Humanidades
Universidad de San Carlos de Guatemala

Reciba un cordial y afectuoso saludo, de parte de la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, deseándoles éxitos en sus actividades que a diario realiza.

Por medio de la presente es para darle a conocer que el epesista, Mayco Leonel Domingo Hernández, de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Registro Académico 201413137, quien se identifica con el Código Único de Identificación (CUI) 232730350, coordinó la plantación de 625 árboles, 250 de la especie Ciprés 125 de Casuarina, 100 de Grevillea, 75 de Alizo y 75 de Pino. Ubicado en el Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.


Y para los usos legales que al interesado convenga, extendiendo, firmando y sellando la presente en una hoja de papel bond tamaño carta, a los veinticinco días del mes de julio del año dos mil dieciocho.


José María Ortiz Raptre
Presidente COCODE




Santiago Maldonado
Oficina Forestal Municipal




Vo. Bo. Juan Domingo Pérez
Alcalde Municipal





San Ildefonso Ixtahuacán, 25 de julio de 2018.

Lic. Alejandro Gudberto Camas Chávez
Asesor Ejercicio Profesional Supervisado
Facultad de Humanidades
Universidad de San Carlos de Guatemala

Reciba un cordial y afectuoso saludo, de parte de la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, deseándoles éxitos en sus actividades que a diario realiza.

Por medio de la presente es para darle a conocer que nos comprometemos a darle sostenibilidad y sustentabilidad, de la plantación de árboles, tales como riego y limpieza de los 625 árboles, que el epesista, Mayco Leonel Domingo Hernández, de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con el Registro Académico 201413137, quien se identifica con el Código Único de Identificación (CUI) 232730350, coordinó y plantó el proyecto de Voluntariado en el Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán.

Y para los usos legales que al interesado convenga, extiendo, firmo y sello la presente en una hoja de papel bond tamaño carta, a los veinticinco días del mes de julio del año dos mil dieciocho.


 José María Ortiz Ramírez
 Presidente CÓCODE




 Santiago Maldonado García
 Oficina Forestal Municipal




 Vo. Bo. Juan Domingo Pérez
 Alcalde Municipal



Referencias Bibliográficas

- Eart, G. (s.f.). : <https://www.google.com.gt/maps/dir/15.4074213,-91.7605898/15.4074213,-91.7605898/@15.4041862,-91.7627148,420m/data=!3m1!1e3?hl=es>. Recuperado el 07 de junio de 2018
- Instituto Nacional de Bosques (INAB). (2016). *Guía técnica de las especies forestales*. Guatemala: SERIE TÉCNICA GT-009.
- Ixtahuacán, P. d. (s.f.). : <https://www.google.com.gt/maps/dir/15.4074213,-91.7605898/15.4074213,-91.7605898/@15.4041862,-91.7627148,420m/data=!3m1!1e3?hl=es>. Recuperado el 07 de junio de 2018
- Maps, G. (s.f.). <https://www.google.com.gt/maps/dir/15.4074213,-91.7605898/15.4074213,-91.7605898/@15.4041862,-91.7627148,420m/data=!3m1!1e3?hl=es>. Recuperado el 06 de junio de 2018
- Maps, G. (s.f.). https://www.google.com.gt/search?biw=1366&bih=654&tbn=isch&sa=1&ei=6RKCW7-9FYVwAKbzJCABA&q=%C3%A9cnica+a+tresbolillo+para+%C3%A1rboles+forestales&oq=%C3%A9cnica+a+tresbolillo+para+%C3%A1rboles+forestales&gs_l=img.3...19396.27368.0.27529.28.23.2.0.0.0.6. Recuperado el 07 de junio de 2018
- Ortiz, J. M. (28 de Mayo de 2018). División Política del Cantón Bella Vista. (M. L. Hernández, Entrevistador)

Anexos



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Santiago Maldonado García
Encargado de la Oficina Forestal Municipal
San Ildefonso Ixtahuacán

De manera atenta le saludo muy cordial, deseándole muchos éxitos en sus actividades que a diario realiza en beneficio de la población.

EXPONGO

Yo Mayco Leonel Domingo Hernández, Epesista de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades.

Actualmente estoy dentro de esta municipalidad con el proceso de -EPS-, y por lo cual es requerido de parte de nuestra Facultad, realizar una fase de Voluntariado que consiste en la siembra de 600 arbolitos, con el propósito de contribuir e incentivar a la población sobre la reforestación del medio ambiente. Por tal razón ante usted:

SOLICITO

Que de parte de usted como encargado de la Oficina Forestal Municipal, me pueda apoyar con la colaboración y donación de 300 arbolitos, de diversas especies.


No dudando su fina colaboración para este acto de carácter ambiental, por lo que en estos tiempos ya es requerido empezar con esta siembra por el motivo de invierno.

Me suscribo de usted muy atento y esperando una respuesta satisfactoria y con prontitud.

San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango, 07 de mayo 2018.

Atentamente


Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández
Cel. 49709946


08-05-2018
10:30 am



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Fernando Castillo González
Delegado Municipal
Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales

De manera atenta le saludo muy cordial, deseándole muchos éxitos en sus actividades que a diario realiza en beneficio de la población.

EXPONGO

Yo Mayco Leonel Domingo Hernández, Epesista de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades.

Actualmente estoy dentro de esta municipalidad con el proceso de -EPS-, y por lo cual es requerido de parte de nuestra Facultad, realizar una fase de Voluntariado que consiste en la siembra de 600 arbolitos, con el propósito de contribuir e incentivar a la población sobre la reforestación del medio ambiente. Por tal razón ante usted:

SOLICITO

Que de parte de usted como delegado municipal y encargado del MARN me pueda apoyar con la colaboración y donación de 325 arbolitos, lo cual será para beneficio de la misma población.

No dudando su fina colaboración para este acto de carácter ambiental, por lo que en estos tiempos ya es requerido empezar con esta siembra por el motivo de invierno.

Me suscribo de usted muy atento y esperando una respuesta satisfactoria y con prontitud.

San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango, 07 de mayo 2018.

Atentamente


Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández
Cel. 49709946


07-05-18



EL INFRASCRITO ENCARGADO DE LA OFICINA FORESTAL
MUNICIPAL, DEL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN,
DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO

HACE CONSTAR

Que se le donó la cantidad de 300 árboles, de diferentes especies tales como: Casuarina, Gravillea y Pino; al epesista Mayco Leonel Domingo Hernández de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, Registro Académico 201413137 con Código Único de Identificación (CUI) 2327 30350 1205. Destinado a un proyecto de Voluntariado, para reforestar en el Cantón Bella Vista, de este municipio.

Y para los usos legales que al interesado convenga, extendiendo, sello y firma la presente en una hoja de papel bond tamaño carta, a los veinticinco días del mes de mayo del año dos mil dieciocho.

Deferentemente:


Santiago Maldonado García
Oficina Forestal Municipal
San Ildefonso Ixtahuacán





EL INFRASCRITO DELEGADO MUNICIPAL DEL MINISTERIO DE
AMBIENTE Y RECURSOS NATURALES, CON SEDE EN SAN
ILDEFONSO IXTAHUACÁN, HUEHUETENANGO

HACE CONSTAR

Que al epesista Mayco Leonel Domingo Hernández de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, Registro Académico 201413137 con Código Único de Identificación (CUI) 2327 30350 1205, se le donó la cantidad de 325 árboles, de dos especies tales como: Ciprés y Alizo. Para un proyecto de Voluntariado, destinado a una reforestación en el Cantón Bella Vista, de este municipio.

Y para los usos legales que al interesado convenga, extendiendo, sello y firma la presente en una hoja de papel bond tamaño carta, al primer día del mes de junio del año dos mil dieciocho.

Deferentemente:



Fernando Castillo González
Delegado Municipal

Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales

Conclusiones

- ✓ Se logró desarrollar capacitaciones a estudiantes, docentes y padres de familia, sobre la salud sexual y reproductiva, para la prevención de embarazos en adolescentes, debidamente planificado.

- ✓ Los temas proyectados a adolescentes del ciclo básico fueron la salud, la sexualidad, aparatos reproductores, enfermedades de transmisión sexual y los métodos de planificación, practicando una salud sexual y reproductiva, consciente, segura, responsable y madura.

- ✓ La implementación de la guía se basa en tener una buena salud sexual y reproductiva, consciente, segura, madura y responsable, especialmente para estudiantes adolescentes.

Recomendaciones

- ✓ Se requiere que las autoridades educativas respectivamente, desarrollen diferentes capacitaciones a adolescentes y con el involucramiento de padres de familia debidamente planificado, ya que solo así se logran las metas y resultados.

- ✓ Que las autoridades educativas, docentes, padres de familia y estudiantes implementen capacitaciones constantes a estudiantes con disciplina y atención durante todo el procedimiento, como también es indispensable implementar temas que impacten a los disertantes, y sobre todo tomar en cuenta con equidad a todos.

- ✓ Es necesario darle seguimiento a las lecturas conscientes de la guía, por parte de las autoridades educativas, municipales y padres de familia, ya que su propósito es hacer consciencia en la prevención de los embarazos a temprana edad, para no afectar el grado académico.

Bibliografía

- (DMP), D. M. (21 de Marzo de 2018). Servicios Básicos de la Municipalidad. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- Bowling, C. A. (1994). *La medida de la salud*. Masson, Barcelona: S.G. Editores.
- Centro de Atención Permanente (CAP). (2018). *Cobertura de los puestos de salud*. San Ildefonso Ixtahuacán.
- Consejo Municipal. (2017). Plan Operativo Anual . *Plan Operativo Anual del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán*, (pág. Punto Segundo). San Ildefonso Ixtahuacán.
- Coordinación Técnica Administrativa (CTA). (2018). *Estadísticas finales recientes*. San Ildefonso Ixtahuacán.
- DMP. (2016). *Diagnóstico situacional del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán*. San Ildefonso Ixtahuacán.
- DMP), D. M. (21 de Marzo de 2018). Servicios Básicos de la municipalidad. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- Eart, G. (s.f.). : <https://www.google.com.gt/maps/dir/15.4074213,-91.7605898/15.4074213,-91.7605898/@15.4041862,-91.7627148,420m/data=!3m1!1e3?hl=es>. Recuperado el 07 de junio de 2018
- Gómez, C., & Felipe, M. (22 de Marzo de 2018). Aldeas, Caseríos y cantónes del municipio. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- Instituto Nacional de Bosques (INAB). (2016). *Guía técnica de las especies forestales*. Guatemala: SERIE TÉCNICA GT-009.
- Ixtahuacán, P. d. (s.f.). : <https://www.google.com.gt/maps/dir/15.4074213,-91.7605898/15.4074213,-91.7605898/@15.4041862,-91.7627148,420m/data=!3m1!1e3?hl=es>. Recuperado el 07 de junio de 2018
- Jiménez López, M. (15 de Marzo de 2018). Personajes pasados. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- López, M. J. (2007). *Educación Forestal, un programa para la conservación de las diferentes especies naturales*. Guatemala.
- López, M. J. (20 de Marzo de 2018). Recursos Naturales. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- Mancomunidad del Sur Occidente de Huehuetenango (MAMSOHUE). (2013). *Participación ciudadana y consolidación de la gobernabilidad democrática local de los municipios afectados por la tormenta STAN*. Sur Occidente de Huehuetenango.

- Maps, G. (s.f.). <https://www.google.com.gt/maps/dir/15.4074213,-91.7605898/15.4074213,-91.7605898/@15.4041862,-91.7627148,420m/data=!3m1!1e3?hl=es>. Recuperado el 06 de junio de 2018
- Maps, G. (s.f.). https://www.google.com.gt/search?biw=1366&bih=654&tbm=isch&sa=1&ei=6RKCW7-9FYfVwAKbzJCABA&q=t%C3%A9cnica+a+tresbolillo+para+%C3%A1rboles+forestales&oq=t%C3%A9cnica+a+tresbolillo+para+%C3%A1rboles+forestales&gs_l=img.3...19396.27368.0.27529.28.23.2.0.0.6. Recuperado el 07 de junio de 2018
- Municipalidad. (2013). *Mapa e información hidrológica*. Huehuetenango.
- Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán. (2016). www.muni-ixta.com. Recuperado el Viernes de Marzo de 2018, de Salario del Personal Administrativo y de servicios públicos.
- Ordóñez, F. M. (22 de Marzo de 2018). Personalidades Presentes. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2016). *ESTRATEGIA MUNDIAL DEL SECTOR DE LA SALUD CONTRA LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL 2016–2021*. Ginebra, Suiza: Printed by the WHO Document Production Services.
- Organización Mundial de la Salud. (2012). *Guía de planificación familiar para agentes de salud comunitarios y sus clientes*. Ginebra, Suiza: ISBN 978 92 4 350375 2.
- Ortíz, J. M. (28 de Mayo de 2018). División Política del Cantón Bella Vista. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- Ortíz, M. F. (19 de Marzo de 2018). Fuentes de comercialización de los habitantes. (M. L. Hernández, Entrevistador)
- Riches. (s.f.). *Métodos de Planificación Familiar*. Carolina del Norte.
- Rivera, M. A. (2016). *Diagnóstico y Pronóstico Socioeconómico*.

Apéndices

Apéndice 1. a) Plan general del –EPS-

Plan general del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-

1. Parte Informativa

Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Departamento de Pedagogía

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Nombre del epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández

Registro Académico: 201413137

DPI: 2327 30350 1205

Sede de realización del –EPS-. Municipio de San Ildefonso Ixtahuacán

Institución sede: Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán

Fecha de inicio del –EPS- 13 de marzo de 2018

Fecha de finalización: 13 de septiembre

Asesor de –EPS-. Alejandro Gudberto Camas Chávez

2. Objetivos:

General:

- * Identificar las carencias, deficiencias, debilidades y/o fallas, para la priorización de la más relevante y que posibilite la solución a una de ellas, en el municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.

3. Justificación:

El Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- es un aprovechamiento técnico de gestión, en donde se realizan acciones de carácter pedagógico, educativo y administrativo, de investigación, planificación, ejecución y de servicio, contribuyendo un aporte a la superación de necesidades a la población en el manejo de sustentabilidad y sostenibilidad del proyecto.

Capítulo I Diagnóstico: Contiene para su caso, la información del ambiente contextual como institucional sobre la realidad actual que tiene el municipio, resaltando para su efecto las carencias, deficiencias, debilidades y fallas. En donde se utilizarán diferentes técnicas y recursos para su obtención, logrando así el proceso de investigación-acción.

Fecha de ejecución: 13 de marzo al 06 de abril de 2018.

Objetivos específicos	Metas	Actividades	Recursos	Técnicas e instrumentos	Evaluación
Identificar las carencias de lo contextual e institucional, y la perfilación del proyecto que asegure la solución del problema identificado y priorizado.	15 carencias identificadas 4 problemas seleccionadas 1 carencia seleccionada 1 proyecto priorizado	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Recolección de carencias. ✓ Priorización de problemas. ✓ Elaboración de cuadro de carencia, problema, hipótesis-acción y título. ✓ Análisis del tema del proyecto. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Humanos: Epesista Autoridades locales Instituciones ✓ Materiales: Libros Archivos Lápices Hojas de papel bond Cuaderno ✓ Tecnológicos: Computadora Teléfono celular Impresora ✓ Financieros: Gestiones Aportes 	Técnicas: Investigación-acción Observación Entrevista Instrumento: Lista de cotejo	A través de lista de cotejo.

Capítulo II Fundamentación teórica: Describe los aspectos primordiales relacionado al título del proyecto a intervenir, dentro del cual brinda fundamentos teóricos y base legal, de acuerdo al tema a seleccionar.

Fecha: 07 al 13 de abril de 2018.

Objetivos específicos	Metas	Actividades	Recursos	Técnicas e instrumentos	Evaluación
Desarrollar temas relacionados al proyecto, contribuyendo a una investigación documental de la manera más concreta, con fundamentos teóricos y base legal.	5 temas relacionados al título del proyecto. 5 leyes vinculadas al tema. 3 artículos como mínimo de las leyes.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Selección de temas ✓ Desarrollo de fundamentos teóricos ✓ Selección de leyes relacionados al tema del proyecto 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Humanos: <ul style="list-style-type: none"> Epesista Autoridades locales Instituciones ✓ Materiales: <ul style="list-style-type: none"> Libros Lápices Hojas de papel bond ✓ Tecnológicos: <ul style="list-style-type: none"> Computadora Teléfono celular Impresora Cámara fotográfica ✓ Financieros: <ul style="list-style-type: none"> Gestiones Aportes 	Técnicas: Investigación documental Entrevistas Instrumentos: Lista de cotejo	A través de lista de cotejo.

Capítulo III Plan de acción: En este capítulo se describen los elementos específicamente del proyecto, que será intervenido en la ejecución del proyecto.

Fecha: 30 de abril al 18 de mayo de 2018.

Objetivos específicos	Metas	Actividades	Recursos	Técnicas e instrumentos	Evaluación
Elaborar plan de acción para la ejecución de la intervención, en el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–.	1 plan elaborado	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Análisis de interventores ✓ Elaboración del plan de intervención 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Humanos: Epesista Autoridades locales Instituciones educativas ✓ Materiales: Libros Hojas de papel bond Lapiceros Carteles Marcadores ✓ Tecnológicos: Computadora Teléfono celular Impresora Cámara fotográfica ✓ Financieros: Gestiones Aportes 	<ul style="list-style-type: none"> Técnicas: Observación Entrevistas Lectura comentada Análisis documental Instrumentos: Lista de cotejo 	A través de lista de cotejo.

Capítulo IV Ejecución y sistematización de la intervención: Se describen las evidencias que serán generados del proyecto, las actividades y resultados, los productos y logros, la preparación y elaboración de una guía en el municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango, y por último, la descripción de la experiencia según los actores e intermedios, que surjan.

Fecha: 21 de mayo al 01 de junio de 2018.

Objetivos específicos	Metas	Actividades	Recursos	Técnicas e instrumentos	Evaluación
Relatar las experiencias vividas en el Ejercicio Profesional Supervisado – EPS-, integrando resultados, productos, logros y evidencias. Desarrollar la intervención, que respondan a la solución de la carencia.	1 Relato elaborado de las experiencias vividas Ejecución de un proyecto	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descripción de actividades y resultados ✓ Narración de la experiencia ✓ Narración de las lecciones aprendidas ✓ Desarrollo de la intervención 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Humanos: Epesista Profesionales Autoridades educativas ✓ Materiales: Hojas de papel bond Lapiceros Carteles Marcadores ✓ Tecnológicos: Computadora Proyector Impresora Cámara fotográfica ✓ Financieros: Gestiones Aportes 	Técnicas: Observación Entrevistas Lectura comentada Participativa Instrumentos: Lista de cotejo	Cronograma de doble entrada

Capítulo V Evaluación del proceso: Dentro de la cual se integran los instrumentos que se utilizarán para evaluar cada uno de los capítulos del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–, evidenciando los resultados de logro, a través de listas de cotejo.

Fecha: 04 al 08 de junio de 2018.

Objetivos específicos	Metas	Actividades	Recursos	Técnicas e instrumentos	Evaluación
Valorar los resultados obtenidos del Ejercicio Profesional Supervisado – EPS–, con base a listas de cotejo aplicados.	1 lista de cotejo por cada capítulo.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descripción de cada elemento de las listas de cotejo ✓ Análisis de cada elemento, para ir anotando en Sí o en No ✓ Análisis y descripción de comentarios 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Humanos: Epesista Asesor ✓ Materiales: Hojas de papel bond Lapiceros ✓ Tecnológicos: Computadora Teléfono celular Impresora ✓ Financieros: Gestiones Aportes 	Técnicas: Observación Lectura comentada De la argumentación Instrumentos: Listas de cotejo	A través de listas de cotejo.

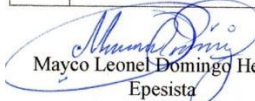
Capítulo VI El voluntariado: Conocido como un aporte de reforestación, con la plantación de 600 árboles, conformado a través de un plan de acción de la intervención, la sistematización de la acción, y las evidencias necesarias que comprueban la ejecución de la reforestación en un área comunal o municipal, como también los documentos requeridos para darle sostenibilidad y sustentabilidad.

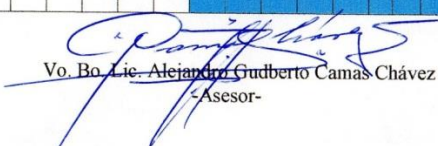
Fecha: 04 al 08 de junio de 2018.

Objetivos específicos	Metas	Actividades	Recursos	Técnicas e instrumentos	Evaluación
Implementar acciones de conservación del medio ambiente, por medio de la reforestación, en un área comunal o municipal, de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.	Plantación de 600 árboles como mínimo 1 área comunal o municipal reforestada	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Elaboración del plan de la intervención ✓ Gestiones de árboles ✓ Involucramiento de la comunidad educativa ✓ Reforestación de área comunal o municipal ✓ Convenio de sostenibilidad 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Humanos: Epesista Autoridades locales Estudiantes Docentes ✓ Materiales: Hojas de papel bond Machetes Barras Bolsas de nylon ✓ Tecnológicos: Computadora Cámara fotográfica ✓ Financieros: Gestiones Aportes 	Técnicas: Observación Participativa Instrumentos: Lista de cotejo	A través de lista de cotejo.

Cronograma

		Año 2018																						
No.	Actividades	Marzo			Abril				Mayo				Junio				Julio				Agosto			
		Semanas			Semanas				Semanas				Semanas				Semanas				Semanas			
		2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Presentación ante el Concejo Municipal	■																						
2	Elaboración del diagnóstico	■	■	■	■																			
3	Elaboración de la fundamentación teórica				■	■																		
4	Elaboración del plan de acción								■	■	■	■												
5	Ejecución y sistematización de la intervención												■	■	■	■								
6	Evaluación del proceso																■	■	■	■				
7	Elaboración del voluntariado																■	■	■	■				
8	Revisión del informe final del Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-																■	■	■	■	■	■	■	■


 Mayco Leonel Domingo Hernández
 Epesista


 Vo. Bo. Lic. Alejandro Gudberto Camas Chávez
 Asesor-

b) Copia de instrumento del plan general

Aspectos/elemento	SÍ	NO	Comentario
¿Se evaluó cada una de las fases del EPS?	X		En base a la aprobación de una fase se proseguía a otra.
¿La portada y los preliminares son los indicados para el informe del EPS?	X		Describen los datos requeridos.
¿Se presenta correctamente el resumen?	X		Describe lo realizado durante toda la intervención y el – EPS-
¿Cada capítulo está debidamente desarrollado?	X		Cumple con todos los datos según índice.
¿En los apéndices aparecen los instrumentos de investigación aplicados?	X		Evidencian el trabajo realizado.
¿En el caso de citas, se aplicó un solo sistema?	X		Se aplicó únicamente normas APA
¿El informe está desarrollado según las indicaciones dadas?	X		En base a asesoría y el normativo.
¿Las referencias de las fuentes están dadas con los datos correspondientes?	X		Inicia desde el autor hasta la editorial.

Apéndice 2. a) Plan del diagnóstico

1 Identificación o parte informativa

1.1 Datos del epesista

Nombre: Mayco Leonel Domingo Hernández

DPI: 2327 30350 1205

Carné No: 201413137

Universidad: San Carlos de Guatemala

Facultad: Humanidades

Departamento: Pedagogía

Carrera: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Sección: Huehuetenango

Dirección de Residencia: Aldea La Patria, municipio de San Miguel Ixtahuacán,
departamento de San Marcos

Número telefónico: 4970 9946

Correo electrónico: mayckoldom@hotmail.com.

1.2. Datos de la institución

Nombre de la institución: Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

Ubicación: Se encuentra ubicada a un costado del parque central, en la calle principal que se dirige hacia el municipio de Cuilco.

Se encuentra a una distancia de 48 km de la cabecera departamental Huehuetenango y a 298 km de la Ciudad de Guatemala. Está rodeado por municipios del departamento de Huehuetenango, excepto al sur, que colinda con Concepción Tutuapa, municipio del departamento de San Marcos.

- * Norte: La Libertad y San Pedro Necta, municipios del departamento de Huehuetenango.
- * Sur: Concepción Tutuapa, municipio del departamento de San Marcos.
- * Este: Colotenango y San Gaspar Ixchil, municipios de Huehuetenango.
- * Oeste: Cuilco, municipio de Huehuetenango.

Responsable: Alcalde Municipal, Juan Domingo Pérez

Lugar de residencia: Aldea Vega de San Miguel, San Ildefonso Ixtahuacán

Actividad que realiza: Prestaciones de servicios públicos

Área donde se realizará el EPS: Dirección Municipal de Planificación

Número de personas a su cargo: 40

Nombre del jefe inmediato superior: Alcalde Municipal, Juan Domingo Pérez

2 Título: “Diagnóstico del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango”

3 Ubicación de la institución:

La municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán se encuentra ubicada frente al parque central.

4 Objetivos

✓ **General:**

- Identificar la situación actual respecto a las carencias, deficiencias, fallas y debilidades tanto contextual como institucional para la perfilación del proyecto y que posibilite una solución al problema priorizado.

✓ **Específicos:**

- Elaborar el plan de diagnóstico con las estructuras específicas y que posibilite una integración y formulación lógica de los elementos que lo componen.
- Enlistar las carencias, deficiencias, debilidades, y fallas observadas en el contexto y en la institución.
- Problematizar, en forma lógica, las carencias, deficiencias, debilidades y fallas encontradas en el contexto y en la institución.
- Priorizar los problemas encontrados y que tengan la posibilidad de solución.
- Crear la hipótesis-acción del problema seleccionado de acuerdo a la viabilidad y factibilidad para la intervención al título del proyecto.

5 Justificación

El pueblo de Guatemala ha invertido en los estudiantes de la Universidad de San Carlos de Guatemala, por tal razón, uno de los Objetivos del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- es retribuir al país esa inversión, a través de la elaboración de un proyecto en las comunidades más necesitadas del país.

El diagnóstico es un instrumento clave para toda investigación que se realiza para observar y diagnosticar la realidad actual del contexto y de la institución tanto en su ambiente interno como en el externo, dicha observación consiste básicamente en hallar las carencias, deficiencias, debilidades y fallas que se han venido dando desde tiempos anteriores.

Las carencias encontradas, pasan por un proceso de evaluación para seleccionar la más urgente y presentarla a las autoridades municipales, comunitarias y educativas con el propósito de encontrarle una posible solución, seguidamente y con la anuencia de los responsables, se procede a ejecutar el proyecto.

6 Actividades

- * Presentación ante el concejo municipal, personal administrativo y de servicio
- * Visita a las instalaciones del edificio municipal para observar las carencias.
- * Búsqueda de las carencias en el contexto
- * Problematización de las carencias, debilidades y fallas obtenidas
- * Elaboración de las hipótesis-acción respecto a los problemas identificados

- * Priorización de las carencias/fallas/deficiencias identificados.
- * Análisis de los problemas con base en la viabilidad y factibilidad.
- * Elaboración del informe de diagnóstico

7 Tiempo

- ✓ **Inicio:** 14 de marzo de 2018
- ✓ **Finalización:** 06 de abril de 2018

8 Cronograma

		Año 2018									
No.	Actividades	Marzo				Abril				Responsable	
		Semanas				Semanas					
		1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Presentación ante el concejo municipal, personal administrativo y de servicio										
2	Visita a las instalaciones del edificio municipal para observar las carencias.										
3	Búsqueda de las carencias en el contexto										
4	Problematización de las carencias, debilidades y fallas obtenidas										Epesista
5	Elaboración de las hipótesis-acción respecto a los problemas identificados										
6	Priorización de las carencias/fallas/deficiencias identificados										
7	Análisis de los problemas con base en la viabilidad y factibilidad										
8	Elaboración del informe final del diagnóstico										

9 Técnicas e instrumentos

9.1 Técnicas

Observación:

Consiste principalmente en observar, acumular e interpretar las actuaciones, comportamientos y hechos de las personas u objetos. En este proceso se busca vislumbrar en forma cuidadosa y sistemática como se desarrolla dichas características en un contexto determinado, sin intervenir o manipularlas.

Se conoce también como observación a la nota escrita que explica, aclara o corrige un dato o información que puede confundir o hacer dudar, en este caso el sentido más utilizado es la vista y el oído ya que se percibe la mayor atención, como parte de obtención sobre las áreas de lo contextual e institucional.

Entrevista:

Es una técnica de recolección mediante una interrogación estructurada o una conversación totalmente libre; en ambos casos se utiliza un formulario o esquema con preguntas o cuestiones para enfocar la charla que sirven como guía. Es por esto, que siempre encontraremos dos roles claros, el del entrevistador y el del entrevistado (o receptor).

Dentro de ella se hacen preguntas que previamente fueron pensadas y para un entrevistado en particular que responde concretamente lo que se le está preguntando o una conversación totalmente libre; en ambos casos se utiliza un formulario o esquema con preguntas o cuestiones para enfocar la charla que sirven como guía.

9.2 Instrumentos

Fichaje:

Es utilizada especialmente por los investigadores. Destinada en recolectar y almacenar información. Cada ficha contiene una serie de datos variables pero todos referidos a un mismo tema, lo cual le confiere unidad y valor propio.

Se elabora de cualquier material, con preguntas claves y referidos a un tema, todo esto para facilitar los datos que se quiere obtener en el área contextual e institucional.

Lista de cotejo:

Es un instrumento que permite identificar comportamiento con respecto a actitudes, habilidades y destrezas. Mayormente evalúa cualidades de una información a obtener u obtenida. Contiene un listado de indicadores de logro en el que se confronta, en un solo momento, la presencia o ausencia de estos mediante la actuación de sus interventores.

Esto es muy utilizado para la estructura de preguntas ya sean positivas o negativas, para solicitar concretamente algunos datos que se desconoce de los temas de manera clara y directa. Se hace directamente a una o varias personas.

Cuestionario:

Es una forma organizada y práctica de hacer preguntas y respuestas, se establece como un sistema adaptable a cualquier campo que busque una opinión generalizada de un tema en específico.

Para elaborar un cuestionario es necesario tener en cuenta cada asunto relevante del tema a tratar, estos por lo general son los que tienen un impacto directo hacia la sociedad, para saber de la situación actual referido a un tema en específico sobre lo que nosotros desconocemos dentro del lugar.

10 Recursos

✓ Humanos:

Epesista

Concejo municipal

Personal de la DMP

Pobladores

COCODES

Trabajadores municipales

Instituciones

✓ **Materiales:**

Hojas de papel bond

Bolígrafos Lápices

Libros administrativos

Libros de registros

Revistas

Documentos por escrito

✓ **Tecnológicos:**

Computadora

Impresora

Cámara fotográfica

Teléfono celular

✓ **Financieros:**

Gestiones

Aportes

11 Responsable

Epesista

b) Instrumento de evaluación del diagnóstico

Actividades/aspectos/elemento	SÍ	NO	Comentario
¿Los objetivos del plan fueron pertinentes?	X		Cumplen con los propósitos de investigación.
¿Las actividades programadas para realizar el diagnóstico fueron suficientes?	X		Fueron integradas a través de un orden.
¿Las técnicas de investigación previstas fueron apropiadas para ejecutar el diagnóstico?	X		Se evidencia los aspectos más relevantes dentro de ellas.
¿Los instrumentos diseñados y utilizados fueron apropiados a las técnicas de investigación?	X		Se evidencia los aspectos más relevantes dentro de ellos
¿El tiempo calculado para realizar el diagnóstico fue suficiente?	X		Desde el primer día de llegada a la institución se comenzó a investigar.
¿Se obtuvo colaboración de personas de la institución/comunidad para la realización del diagnóstico?	X		Las autoridades educativas y municipales, dieron algunos aportes e información para la adquisición de información
¿Las fuentes consultadas fueron suficientes para elaborar el diagnóstico?	X		Con la investigación precisa, fueron suficientes aunque no se

		encontraban actualizadas los datos.
¿Se obtuvo la caracterización del contexto en que se encuentra la institución/comunidad?	X	Se logró recabar las carencias más prioritarias
¿Se tiene la descripción del estado y funcionalidad de la institución/comunidad?	X	En su mayoría está inmerso en el sitio web de la institución.
¿Se determinó el listado de carencias, deficiencias, debilidades de la institución/comunidad?	X	A través de un análisis crítico.
¿Fue correcta la problematización de las carencias, deficiencias, debilidades?	X	Se inmersa de qué manera se puede contribuir a darle solución a la carencia.
¿Fue adecuada la priorización del problema a intervenir?	X	Se utilizó un cuadro con aspectos concretos, para determinar el problema a abordar.
¿La hipótesis acción es pertinente al problema a intervenir?	X	Se detalla el aspecto clave a intervenir
¿Se presentó el listado de las fuentes consultadas?	X	Se evidencian los diferentes medios utilizados.

Apéndice 3. Instrumentos de investigación

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Sección Huehuetenango


EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO –EPS–

Cuestionario sobre los servicios que brinda la municipalidad hacia sus habitantes

Instrucciones: de forma atenta y sincera responda el siguiente cuestionario marcando una X en **SÍ** o bien uno en **NO**, según sea la pregunta que se le solicita.

1. La Municipalidad apoya con proyectos de Construcción y mantenimiento de caminos de acceso dentro de la circunscripción municipal. **SÍ X NO ___**
2. Vela por el cumplimiento y observancia de las normas de control sanitario de producción, comercialización y consumo de alimentos y bebidas, a efecto de garantizar la salud de los habitantes del municipio. **SÍ ___ NO X**
3. Gestiona respecto a la educación pre-primaria y primaria, así como de los programas de alfabetización y educación bilingüe. **SÍ X NO ___**
4. Promociona y gestiona de carácter ambiental los recursos naturales del municipio para proteger la vida, la salud y la biodiversidad. **SÍ ___ NO X**
5. Construcción y mantenimiento de edificios escolares. **SÍ X NO ___**
6. Ejecuta programas y proyectos de salud preventiva (enfermedades y/o embarazos) a sus habitantes. **SÍ ___ NO X**
7. Abastecimiento domiciliario de agua potable debidamente clorada. **SÍ X NO ___**
8. Establece programas relativos a la recolección, tratamiento y disposición final de desechos y residuos sólidos hasta su disposición final. **SÍ ___ NO X**

Apéndice 4. a) Documentos utilizados para la ejecución de la intervención


USAC
 TRICENTENARIA
 Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

A:

Alcalde, Juan Domingo Pérez y Consejo Municipal
 Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango

Les doy mi cordial saludo, deseándoles éxitos en sus labores que realizan a diario para el desarrollo de este municipio.

EXPONGO

Yo Mayco Leonel Domingo Hernández, Epesista de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, Sección Huehuetenango.

Ya que es de sus conocimiento que actualmente estoy dentro de esta municipalidad con el proceso de –EPS–, dentro del cual se realizó un diagnóstico contextual e institucional, detectando una deficiencia que existe la Presencia de embarazos en Adolescentes, y según la hipótesis-acción realizada se implementará un proyecto en centros educativos con el tema del proyecto “**Salud Sexual y Reproductiva**”, ya que sólo así se disminuirán estas deficiencias. Por tal razón ante ustedes:

SOLICITO

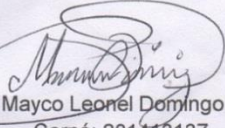
Que de parte de ustedes como autoridades máximas de esta municipalidad me puedan apoyar y colaborar con la ~~arquilación~~ del salón municipal para las fechas 28, 29 y 30 de este mes en horario de 8:00 am a 12:00 pm, ya que ahí se piensa llevar a cabo varias capacitaciones a estudiantes y docentes.

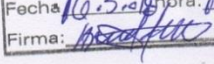
Como también solicitándoles el equipo de amplificación, para el desarrollo de las capacitaciones.

No dudando su sus fina colaboración. Me suscribo de ustedes muy atento y esperando una respuesta satisfactoria y con prontitud.

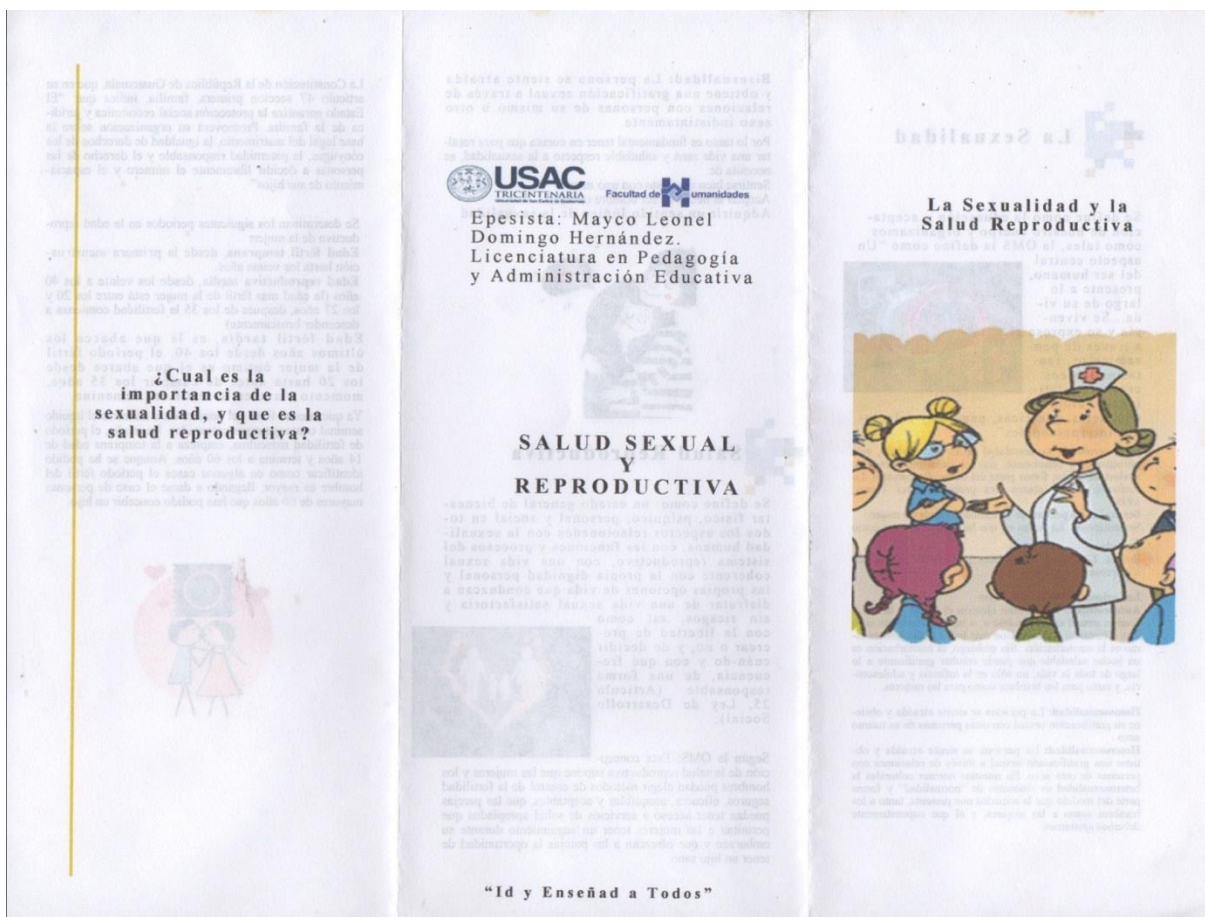
San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango, 15 de mayo de 2018.

Atentamente:


 Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández
 Carné: 201413137
 Cel. 4970 9946

ALCALDIA MUNICIPAL
 MUNICIPALIDAD DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACAN
RECIBIDO
 Fecha: 16.5.2018 Hora: 10. A.M.
 Firma: 

b) Trifoliales implementados en la intervención





La Sexualidad

Se define como la educación y aceptación de nuestro cuerpo y organizamos como tales; la OMS la define como "Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida... Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales".



El desarrollo de la sexualidad no es algo aislado, está estrechamente relacionado con el desarrollo afectivo, intelectual, físico; forma parte del desarrollo personal. La evolución sexual abarca tres procesos (Sáez Sesma, 1995):

Sexuación: La persona se va haciendo hombre o mujer.
Sexualización: La forma en que la persona se vive como sexuada.

Erótica: Los gestos, expresiones y conductas por las que se expresa la sexualidad.

Las orientaciones sexuales son:

Autoerotismo: La persona alcanza el placer y la satisfacción sexual estimulándose a sí misma, mediante caricias o fantasías. La expresión más habitual del autoerotismo es la masturbación. Sin embargo, la masturbación es un hecho saludable que puede resultar gratificante a lo largo de toda la vida, no sólo en la infancia y adolescencia, y tanto para los hombres como para las mujeres.

Homosexualidad: La persona se siente atraída y obtiene su gratificación sexual con otras personas de su mismo sexo.

Heterosexualidad: La persona se siente atraída y obtiene una gratificación sexual a través de relaciones con personas de otro sexo. En nuestras normas culturales la heterosexualidad es sinónimo de "normalidad" y forma parte del modelo que la sociedad nos presenta, tanto a los hombres como a las mujeres, y al que supuestamente debemos ajustarnos.

Bisexualidad: La persona se siente atraída y obtiene una gratificación sexual a través de relaciones con personas de su mismo u otro sexo indistintamente.

Por lo tanto es fundamental tener en cuenta que para resaltar una vida sana y saludable respecto a la sexualidad, se necesita de:

Sentirse bien y a gusto con uno mismo
Aceptar el hecho de ser hombre o mujer
Adquirir un sentido lúdico de la sexualidad



Salud Reproductiva

Se define como: un estado general de bienestar físico, psíquico, personal y social en todos los aspectos relacionados con la sexualidad humana, con las funciones y procesos del sistema reproductivo, con una vida sexual coherente con la propia dignidad personal y las propias opciones de vida que conduzcan a disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, así como con la libertad de procrear o no, y de decidir cuándo y con qué frecuencia, de una forma responsable (Artículo 25, Ley de Desarrollo Social).



Según la OMS: Esta concepción de la salud reproductiva supone que las mujeres y los hombres puedan elegir métodos de control de la fertilidad seguros, eficaces, asequibles y aceptables, que las parejas puedan tener acceso a servicios de salud apropiados que permitan a las mujeres tener un seguimiento durante su embarazo y que ofrezcan a las parejas la oportunidad de tener un hijo sano.

La Constitución de la República de Guatemala, que en su artículo 47 sección primera, familia, indica que: "El Estado garantiza la protección social económica y jurídica de la familia. Promoverá su organización sobre la base legal del matrimonio, la igualdad de derechos de los cónyuges, la paternidad responsable y el derecho de las personas a decidir libremente el número y el espaciamiento de sus hijos"

Se determinan los siguientes periodos en la edad reproductiva de la mujer:

Edad fértil temprana, desde la primera menstruación hasta los veinte años.

Edad reproductiva media, desde los veinte a los 40 años (la edad más fértil de la mujer está entre los 20 y los 27 años, después de los 35 la fertilidad comienza a descender bruscamente)

Edad fértil tardía, es la que abarca los últimos años desde los 40. el periodo fértil de la mujer óptimo es el que abarca desde los 20 hasta antes de cumplir los 35 años, momento clave en la fertilidad femenina.

Ya que la edad fértil del hombre dura mientras el líquido seminal contenga espermatozoides. De media, el periodo de fertilidad masculina, empieza a la temprana edad de 14 años y termina a los 60 años. Aunque se ha podido identificar como en algunos casos el periodo fértil del hombre es mayor, llegando a darse el caso de personas mayores de 60 años que han podido concebir un hijo.



¿Cuál es la importancia de la higiene en la lactancia materna?

Epesistas: Mayco Domingo- Pedagogía y Administración Educativa, Virginia Hernández- Psicología, Diana López-Trabajo Social, Zedrik Soto-Agronomía

LACTANCIA MATERNA



Higiene en la Lactancia Materna

Higiene durante la lactancia materna



"Id y Enseñad a Todos"

Lactancia Materna

“La lactancia materna es el regalo más precioso que una madre puede dar a su bebé” *Ruth A. Lawrence 1991*

Lactancia materna exclusiva significa que el niño recibe solamente leche del pecho de su madre o de una nodriza, o recibe leche materna extraída del pecho y no recibe ningún tipo de líquidos o sólidos, ni siquiera agua (OMS, 2010).

La leche materna favorece su desarrollo y le da al niño o niña el alimento que necesita para estar bien nutrido. La leche materna contiene los aminoácidos que necesita el normal desarrollo del cerebro. También los protege contra las infecciones y enfermedades. No hay ningún alimento más completo que la leche de la madre para que un niño o niña crezca protegida, inteligente, despierta y llena de vida. Por eso, la leche materna es importante durante los primeros 6 meses.

- * En cada mamada completa al principio la leche es rala, acuosa y le quita la sed (la leche del comienzo).
- * A la mitad de la mamada, la leche es más espesa y blanca. Es como el plato fuerte.
- * Al final, la leche es más cremosa y es como el postre.
- * La madre no debe estar apurada ni medir el tiempo para dar el pecho al niño o niña.
- * Dar de mamar en una posición cómoda
- * Dar de mamar hasta que el niño o niña quede satisfecho

Durante los primeros 6 meses dar sólo pecho y nada más. No dar agüitas ni otros líquidos al niño o niña. No introducir en la boca del niño o niña ni maderas, ni chupones, ni chupetes porque pueden producirle diarrea, se le confunde la lengua y rechaza el pecho



Higiene durante la lactancia materna

Higiene

La lactancia no supone llevar una higiene especial. Es suficiente la ducha diaria con agua y el jabón habitual y lavarse las manos en cada toma. Antes y después de las tomas es mejor no lavarse y mucho menos con jabones “especiales”, que suelen ser muy agresivos y sólo consiguen más humedad en la zona, y mayor predisposición a grietas.

Los pezones deben mantenerse sin humedad. Se pueden utilizar protectores entre el pecho y el sujetador que empanen el posible goteo y cuando estén húmedos, cambiarlos. Para prevenir grietas e incluso para “cerrarlas”, en el caso de que éstas apareciesen, se recomienda después de dar de mamar exprimir unas gotas de leche y extenderlas sobre el pezón y areola mamaria.

“Los alimentos pueden modificar el sabor de la leche, pero es recomendable consumirlos, así el bebé se acostumbra a nuevos sabores”

“No hay razones que justifiquen el “comer por dos”. La dieta debe ser variada y equilibrada”

Alimentación

El embarazo no es momento para adelgazar, pero tampoco hay razón que justifique el “comer por dos”. Hay que mejorar la calidad de lo que se come y de eliminar los “extras” y evitar el “picoteo” entre horas, sobre todo alimentos ricos en grasas y azúcares.

La dieta debe ser variada y equilibrada y contener todo tipo de alimentos: leche y derivados, frutas, verduras, cereales, legumbres, carne, pescado y abundantes líquidos.

Higiene bucodental

Durante el embarazo conviene revisar la boca, y si fuera necesario realizar el tratamiento oportuno además de extremar la higiene con pasta fluorada y evitar consumir productos cariogénicos (que contengan azúcar).

La madre no debe contaminar con su saliva objetos que se pueda llevar el bebé a la boca (chupetes, tetinas, mordedores, sonajeros...)

Medicamentos

Los medicamentos llegan a la leche materna y pueden ser perjudiciales para el bebé. Evitar la automedicación y ante la duda preguntar a un profesional.

Ejercicio físico

Practicar o realizar ejercicio tiene múltiples beneficios, aumenta el bienestar físico y psicológico, ayuda en la preparación del parto y, además, crea hábitos de vida saludables.

- Caminar treinta minutos diarios por terreno llano y con ropa y calzado adecuados.

Cuidado del suelo pélvico

El periné o suelo pélvico es un sistema de músculo y ligamentos que cierran la base de la pelvis y mantienen en posición correcta la vejiga, el útero y el recto.

La mejor prevención es fortalecerlo después del parto con ejercicios específicos.

Anticoncepción

Conviene evitar las relaciones sexuales con penetración durante el primer mes después del parto.

Prevención de accidentes

En el embarazo el centro de gravedad ha variado y los movimientos se realizan con mayor dificultad, hay que tener especial cuidado hasta en las situaciones más cotidianas y crear espacios y ambientes seguros para desenvolverse.



En la casa:

- Retirar las alfombras y felpudos o fijarlos al suelo para evitar tropezar.
- Para la higiene diaria es más aconsejable el plato ducha que la bañera.
- Mantener el suelo seco y limpio para no deslizarse.
- Evitar subir a escaleras o taburetes.
- Limitar el empleo de productos de limpieza que contengan sustancias tóxicas.
- El baño diario es importante, debe evitar el uso de jabones o sustancias con alcohol que irriten el pezón.
- El cepillado de dientes es importante para evitar caries y daño a las piezas dentarias
- Usar ropa cómoda, evitar el uso de brasieres que compriman demasiado el pecho
- Cepillado del cabello para fortalecerlo, ya que en esta etapa puede caerse más de lo habitual.

En la calle:

- Cruzar por el paso de peatones y respetar las señalizaciones.
- Caminar por aceras o senderos de suelo firme y tranquilo.
- Utilizar barandillas para bajar y subir escaleras.

Apéndice 5. Informe EPSUM



Universidad de San Carlos de Guatemala
Dirección General de Extensión Universitaria
Programa de Ejercicio Profesional Supervisado Multidisciplinario
-EPSUM-

INFORME FINAL

Municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango

Período del 15 de febrero al 15 de agosto de 2018

Nombre: Mayco Leonel Domingo Hernández
Carrera: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa
Carnet: 201413137
Unidad Académica: Facultad de Humanidades

Inga. Agra. Ligia Briseida Lemus Herrera
Supervisora EPSUM

Vo. Bo. Ing. Agra. Mirna Regina Valiente
Coordinadora Programa EPSUM



CONTENIDO

I.	Introducción	1
II.	Resumen ejecutivo de los proyectos	3
III.	Conclusiones	16
IV.	Recomendaciones	17
V.	Bibliografía	18
VI.	Anexos	19



Índice de tablas

Tabla 1. Proyecto: “Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local”...	6
Tabla 2. Proyecto: “Reforestación y feria de salud”.....	8
Tabla 3. Componente de organización	9
Tabla 4. Componente de salud.....	10
Tabla 5. Componente emprendedor.....	11
Tabla 6. Proyecto “Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango”	12
Tabla 7. Proyecto “Sembrando Vidas”, reforestando en el terreno comunal del Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán.	13
Tabla 8. Resumen de proyectos de Trabajo Social.	14
Tabla 9. Resumen de proyectos de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.	14
Tabla 10. Resumen económico de los aportes por equipo multidisciplinario.	14



Índice de figuras

Figura 1. Relación beneficio costo del equipo multidisciplinario. Elaboración propia.....	15
Figura 2. Mapa de ubicación del Cantón Bella Vista, municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango. Fuente: epesista de agronomía, Zedrik Soto.....	19
Figura 3. Proyecto multidisciplinario: “Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local”, juntamente con los del COCODE y la Organización de Padres de Familia.	19
Figura 4. Proyecto de convivencia comunitaria, realizado en el Cantón Bella Vista y la Aldea Vega de San Miguel.....	20
Figura 5. Proyecto de convivencia, feria de salud. Aldea Vega de San Miguel.....	20
Figura 6. Proyecto monodisciplinario ejecutado a estudiantes, docentes, padres de familia.	21
Figura 7. Desarrollo de los talleres educativos sobre la salud sexual y reproductiva.	21
Figura 8. Talleres dirigidos a padres de familia sobre la salud sexual y reproductiva.	22
Figura 9. Proyecto de reforestación, en colaboración con los niños de la E.O.R.M, Cantón Bella Vista.	22
Figura 10. Culminación de proyectos, con los niños y docentes de la escuela.	22



I. INTRODUCCIÓN

El Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, Facultad de Humanidades, se desarrolló en la Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango, a través de la integración de diferentes pre-profesionales de las disciplinas de Agronomía, Psicología y Trabajo Social por parte del Programa del Ejercicio Profesional Supervisado Multidisciplinario -EPSUM-, de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Haciendo énfasis en darle posibles soluciones a las problemáticas que azotan al municipio, fortaleciendo la planeación, organización, dirección y elaboración de proyectos, tanto multidisciplinarios como de forma individual.

Como se establece la metodología de Programa EPSUM, consiste en la formulación de tres proyectos, el multidisciplinario que es abarcado por todas las disciplinas, el de convivencia comunitaria, de igual manera se incorpora el equipo y otros actores y por último se ubica el monodisciplinario, lo cual es abarcado por cada disciplina según la unidad académica.

El proyecto multidisciplinario denominado **“Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local”**, consistió en la concientización e implementación de huertos para el acceso factible de productos alimenticios, en consecuencia, de disminución de la desnutrición en los niños de la comunidad específicamente, vinculando la escuela-familia, e incorporándose como una réplica para las demás comunidades. Produciendo insumos alimenticios y nutritivos, nativos del lugar; y brindando capacitaciones sobre la elaboración y comercio de productos locales para implementar los cuatro pilares de la SAN, en consecuencia de alimentación. Teniendo como objetivo primordial: fomentar la producción de especies hortícolas, para contribuir en la reducción de la desnutrición y reactivación económica local, el mismo fue llevado a cabo a través de diferentes talleres y la implementación de huertos escolares y selección de familias, para realizar lo que son huertos familiares, ya que durante la etapa de diagnóstico por parte del equipo multidisciplinario, se identificó que el cantón Bella Vista, estaba priorizado con altos índices de desnutrición crónica y aguda, por lo que en conjunto, se comenzó a implementar diferentes procesos para su disminución. En cuanto al proyecto de convivencia comunitaria, fue denominado **“Reforestación y feria de salud”**, en el cual cada uno de los miembros del equipo multidisciplinario, desempeñó una participación y papel importante de acuerdo a la disciplina. El objetivo de dicha actividad fue concientizar a la comunidad y niños del cantón Bella Vista sobre la importancia de la reforestación y cuidados del medio ambiente.



De igual manera, se realizó la feria de salud en la Aldea Vega de San Miguel, donde el objetivo es concientizar a las familias sobre el aprovechamiento y la importancia de la lactancia materna, para la prevención de enfermedades y desnutrición, donde se llevaron a cabo charlas a las familias sobre la importancia de la higiene y la lactancia materna.

El proyecto de la disciplina de pedagogía, que, según el Normativo del Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- en su artículo 1, establece uno de los objetivos primordiales del proceso; que es la investigación, planificación, ejecución y evaluación de las actividades con todos los elementos, de una u otra manera se vean involucrados en el mismo, para contribuir en la solución de los problemas que afecta a la población del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.

En relación a la ejecución de los proyectos monodisciplinarios, se llevó a cabo en la Dirección Municipal de Planificación –DMP-; implementando una investigación-acción, teniendo como resultado, la intervención de talleres en distintos centros educativos del nivel medio, relacionado a la salud sexual y reproductiva e incorporando una guía sobre dicho tema.

De igual forma, se implementó una reforestación en un terreno comunal del Cantón Bella Vista, de San Ildefonso Ixtahuacán, contribuyendo con la plantación de 625 arbolitos de diferentes especies, fortaleciendo la conservación del medio ambiente.



II. RESUMEN EJECUTIVO DE LOS PROYECTOS

a. Antecedentes del área de intervención, y resumen de los problemas priorizados

El municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, tiene una extensión de alrededor de 184 kilómetros cuadrados. El municipio de San Ildefonso Ixtahuacán limita al norte con La Libertad y San Pedro Necta -Huehuetenango-, al este con Colotenango y San Gaspar Ixchil -Huehuetenango-, al sur con San José Ojetenam y Concepción Tutuapa -San Marcos- y al oeste con Cuilco -Huehuetenango-. Su clima es templado y su fiesta titular se celebra durante la segunda quincena de enero, siendo el día principal el 23, cuando la iglesia celebra la fiesta del Arzobispo San Ildefonso (Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, 2016).

El municipio de San Ildefonso Ixtahuacán es un pueblo de origen prehispánico, habitado por indígenas del grupo Mam, su nombre original era Itcal. A mediados de 1,525; de acuerdo con el relato del cronista Fuentes y Guzmán, los guerreros de Ixtahuacán participaron en defensa de la fortaleza de Zaculeu, bajo el mando de Kaibil Balam, el más importante jefe del pueblo Mam, durante el período hispánico se conoció a la cabecera como San Ildefonso Istaguacán y luego San Ildefonso Ixtahuacán. Algunos en época reciente, han querido volver al antiguo nombre; en lo oficial continúa como Ixtahuacán; proviene del vocablo náhuatl Ixtlahuacán que significa lugar de amplia vista, es decir llanura, vega o planicie cultivada. Proviene de los elementos “can”, que significa “lugar”, “ua”, posesivo calificativo de paraje, e “ixtli”, que significa “vista”. (DMP, 2016)

Contando con el diagnóstico municipal se conoció la realidad actual de las principales carencias, debilidades, dificultades y fallas en su ambiente contextual como institucional.

1. Estructuras curriculares desactualizadas.
2. Contaminación en los ríos a causa de la basura.
3. Infraestructura deficiente en los servicios educativos.
4. Carencia de mecanismos para el crecimiento profesional.
5. Inseguridad alimentaria y nutricional.
6. Incidencia de embarazos en adolescentes.
7. Falta de procedimientos para la contratación del personal.
8. Carencia de organización de los jóvenes.



b. Descripción de la intervención del equipo

La intervención realizada por el equipo multidisciplinario fue dividida en fases, acorde a la metodología aplicada por el Programa EPSUM, inicialmente, realizando un diagnóstico municipal que dio luces al conocimiento de la realidad del municipio y así, poder priorizar las problemáticas que se deseaban abordar, inmediatamente después de la realización del diagnóstico, se llevó a cabo unas visitas institucionales en diferentes entidades, para conocer los proyectos y programas que ellos trabajan a beneficio de la población, a partir de esto, se seleccionó la población con la que se deseaba trabajar y se elaboró el plan de trabajo.

Contando con un plan de trabajo ya definido y estructurado denominado **“Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local”**, se llevaron a cabo esfuerzos y acciones para coordinar con distintas instituciones y crear alianza con ellas para consolidar las pretensiones y objetivos que dicho proyecto deseaba alcanzar. Cabe resaltar que la decisión de trabajar con la población y las directrices del plan de trabajo fueron expuestas y aprobadas ante el Consejo Comunitario de Desarrollo (COCODE) y la Comisión Municipal de Seguridad Alimentaria y Nutricional (COMUSAN) para su aval.

Uno de los puntos fuertes de la intervención del equipo multidisciplinario, fue el contacto y posteriormente el convenio entre Consejo Comunitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional -COCOSAN-, quienes han trabajado en apoyar la salud y educación de la comunidad guatemalteca, generando conciencia a través de capacitaciones para minimizar la desnutrición crónica y aguda, de igual manera se coordinó con la SOSEP que se encuentra vinculada con la seguridad alimentaria y nutricional, dando capacitación sobre alimentación en la escuela de la comunidad. El logro de focalizar con la SESAN materialmente y con el apoyo al tema de seguridad alimentaria y nutricional, como ente representador y capacitador, también dentro de la dinámica de alianza se estableció un acuerdo con padres de familia y maestros de la escuela para permitir el acceso del programa al centro educativo a nivel primario, quedando como consecuencia el compromiso de seguimiento del proyecto.



La intervención realizada por el equipo multidisciplinario fue dividida en fases, acorde a la metodología aplicada por el Programa EPSUM, inicialmente, realizando un diagnóstico municipal que dio luces al conocimiento de la realidad del municipio y así, poder priorizar las problemáticas que se deseaban abordar, inmediatamente después de la realización del diagnóstico, se llevó a cabo unas visitas institucionales en diferentes entidades, para conocer los proyectos y programas que ellos trabajan a beneficio de la población, a partir de esto, se seleccionó la población con la que se deseaba trabajar y se elaboró el plan de trabajo.

Contando con un plan de trabajo ya definido y estructurado denominado **“Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local”**, se llevaron a cabo esfuerzos y acciones para coordinar con distintas instituciones y crear alianza con ellas para consolidar las pretensiones y objetivos que dicho proyecto deseaba alcanzar. Cabe resaltar que la decisión de trabajar con la población y las directrices del plan de trabajo fueron expuestas y aprobadas ante el Consejo Comunitario de Desarrollo (COCODE) y la Comisión Municipal de Seguridad Alimentaria y Nutricional (COMUSAN) para su aval.

Uno de los puntos fuertes de la intervención del equipo multidisciplinario, fue el contacto y posteriormente el convenio entre Consejo Comunitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional -COCOSAN-, quienes han trabajado en apoyar la salud y educación de la comunidad guatemalteca, generando conciencia a través de capacitaciones para minimizar la desnutrición crónica y aguda, de igual manera se coordinó con la SOSEP que se encuentra vinculada con la seguridad alimentaria y nutricional, dando capacitación sobre alimentación en la escuela de la comunidad. El logro de focalizar con la SESAN materialmente y con el apoyo al tema de seguridad alimentaria y nutricional, como ente representador y capacitador, también dentro de la dinámica de alianza se estableció un acuerdo con padres de familia y maestros de la escuela para permitir el acceso del programa al centro educativo a nivel primario, quedando como consecuencia el compromiso de seguimiento del proyecto.



c. Ficha de resultados del proyecto multidisciplinario.

Tabla 1. Proyecto: "Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local"

Nombre del Proyecto	"Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local"
Ubicación	Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.
Objetivo General	- Fomentar la producción de especies hortícolas para contribuir en la reducción de la desnutrición y reactivación económica local.
Objetivos Específicos	<ul style="list-style-type: none"> - Promover la diversidad de especies que contribuyen en la alimentación y reactivación económica. - Impulsar las buenas prácticas sanitarias en el manejo de alimentos e higiene personal. - Propiciar capacitaciones de reflexión sobre el cuidado y consumo de alimentos. - Brindar alternativas que contribuyan en la reactivación económica local.
Desarrollo metodológico	<p>La inmersión en el municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, fue la primera actividad realizada por el equipo multidisciplinario, lo que permitió el primer acercamiento al lugar de trabajo, luego se continuó con el respectivo diagnóstico realizado por la primera cohorte 2018 del equipo multidisciplinario de EPSUM; elaborando un plan de trabajo acorde a las necesidades diagnosticadas en cuanto a inseguridad alimentaria y nutricional, donde se planificó y ejecutó un proyecto para minimizar dicha problemática.</p> <p>Luego se socializó con la COMUSAN para tener el aval del proyecto a ejecutar, seguidamente se realizó una reunión con los maestros y padres de familia de la comunidad para darles a conocer el proyecto a trabajar, donde también participaron representantes del COCODE y COCOSAN. De igual manera, se inició a ejecutar dicho proyecto, donde se realizó un huerto escolar, también se realizó la priorización de familias para la implementación de huertos familiares, esto con ayuda de COOPI.</p> <p>En cuanto al huerto escolar, se gestionó semilla de rábano, güicoy, yerba blanca, remolacha y pilones de pepino, así mismo, para los huertos familiares.</p>
Área de intervención	Salud y economía.
Línea de intervención	Impulso a temas de seguridad alimentaria. Mejoramiento y diversificación de las economías campesinas.



Política pública vinculada	Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional Política Nacional de Desarrollo Rural Integral.	
Metas según objetivos	Que se aumente en un 50% la cantidad de especies horticolas para la alimentación escolar.	
	Que el 70% de las prácticas sanitarias en el manejo de alimentos e higiene personal sean mejoradas.	
	Que el 80% de las personas beneficiadas sepan el cuidado y consumo de alimentos.	
	Que el 80% de población reactive la economía local a través de la elaboración y comercialización de productos autosustentables.	
RESULTADOS		
Indicadores de desempeño	Usuarios directos	- 300 personas capacitadas para implementar el programa.
	Usuarios indirectos	- 50 padres de familia intervienen en la implementación de huertos escolares. - 30 familias participan en la implementación del huerto familiar.
Indicadores alcanzados del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • 3 capacitaciones sobre implementación de huertos escolares y familiares. • Implementación de un huerto escolar. • Priorizadas 10 familias para la implementación de huertos familiares. • Coordinación con SOSEP para preparación de alimentos en la escuela del Cantón Bella Vista. 	
Instituciones con las que se coordinó el proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Secretaría de Obras Sociales de la Esposa del Presidente -SOSEP- • Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional -SESAN- • Fundación Cooperazione Internazionale -COOPI- 	
Aporte económico técnico al proyecto	Q 50,000.00	



c. Ficha de resultados del proyecto de convivencia comunitaria

Tabla 2. Proyecto: "Reforestación y feria de salud"

Nombre del Proyecto	Reforestación y feria de salud	
Ubicación	Reforestación: Cantón Bella Vista, feria de salud: Aldea Vega de San Miguel, San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.	
Objetivo General	- Infundir la importancia del cuidado ambiental en los niños del cantón Bella Vista y promover las estrategias indispensables para el aprovechamiento de la lactancia materna.	
Objetivos Específicos	<ul style="list-style-type: none"> - Concientizar a la comunidad y niños del cantón Bella Vista sobre la importancia y cuidados del medio ambiente. - Concientizar a las familias sobre el aprovechamiento y la importancia de la lactancia materna, para la prevención de enfermedades y desnutrición. 	
Área de intervención.	Ambiente	
RESULTADOS		
Indicadores de desempeño	Usuarios directos	- 600 personas capacitadas sobre la importancia del ambiente y la importancia de la lactancia materna.
	Usuarios indirectos	- 1,000 personas se beneficiaron con la implementación del proyecto
Indicadores alcanzados en el proyecto	<ul style="list-style-type: none"> - Se reforestó con un total de 600 arbolitos, de las especies forestales de Pino, Aliso, Ciprés y Gravellea. - Se realizaron 5 capacitaciones sobre la ley de las 3 Rs y desechos sólidos. - Se realizó un taller sobre la importancia de la higiene en la lactancia materna. - Se realizó una capacitación sobre la importancia del ambiente. 	
Instituciones con que coordina el proyecto	- Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales -MARN-	
Aporte económico técnico al proyecto	Q 25,000.00	



d. Ficha de resultados de los proyectos monodisciplinarios

Proyectos disciplina Trabajo Social

Proyecto de desarrollo comunitario

Tabla 3. Componente de organización

Nombre del proyecto No. 1	Componente de Organización	
Ubicación	Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.	
Objetivo General	- Contribuir en mejorar las condiciones de vida de los habitantes del cantón Bella Vista, mediante la participación comunitaria.	
Objetivo Especifico	- Promover el desarrollo de capacidades en los integrantes del Consejo Comunitario de Desarrollo del cantón Bella Vista, para que conozcan sus funciones y realicen proyectos en beneficio de su comunidad.	
Área de intervención	Economía	
Línea de intervención	Desarrollo local y extensión rural	
RESULTADOS		
Indicadores de desempeño	Usuarios directos	8 representantes del COCODE
	Usuarios indirectos	900 comunitarios beneficiados
Indicadores alcanzados del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> - 1 capacitación al consejo comunitario de desarrollo sobre la ley de Consejo de Desarrollo Comunitario Urbano y Rural. - 1 capacitación acerca de las funciones del COCODE. - Se fortaleció al COCODE acerca del liderazgo y trabajo en equipo - 1 capacitación al grupo de mujeres acerca de los derechos de la mujer. 	
Instituciones con que coordina el proyecto	Dirección Municipal de la Mujer -DMM-	
Aporte económico técnico al proyecto	Q 1,800.00	



Tabla 4. Componente de salud

Nombre del proyecto No. 2	Componente de Salud	
Ubicación	Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.	
Objetivo General	- Contribuir en mejorar las condiciones de vida de los habitantes del cantón Bella Vista, mediante la ejecución de actividades.	
Objetivo Especifico	- Concientizar a los comunitarios del cantón Bella Vista acerca de la importancia de la vacunación, para evitar enfermedades y mejorar la salud de los habitantes.	
Área de intervención.	Salud	
Línea de Intervención	Promoción y prevención	
RESULTADOS		
Indicadores de desempeño	Usuarios directos	- 120 mujeres participaron en la jornada de vacunación. - 25 niños de la escuela del cantón Bella Vista participaron en la capacitación de salud sexual y reproductiva e higiene personal.
	Usuarios indirectos	300 mujeres se beneficiaron con el proyecto.
Indicadores alcanzados del proyecto	- Vacunación de 120 niños fueron vacunados. - 120 mujeres participaron en la jornada de vacunación. - 25 niños fueron capacitados sobre el tema de salud sexual y reproductiva e higiene personal.	
Instituciones con que coordina el proyecto	- Centro de convergencia.	
Aporte económico técnico al proyecto	Q 1,880.00	



Tabla 5. Componente emprendedor

Nombre del proyecto No. 3	Componente Emprendedor	
Ubicación	Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango	
Objetivo General	- Contribuir en mejorar las condiciones de vida de los habitantes del cantón Bella Vista, mediante el empoderamiento de las mujeres.	
Objetivo Especifico	- Desarrollar en las integrantes del grupo de mujeres del cantón Bella Vista, la capacidad de convertirse en emprendedoras de negocios, tomar riesgos y decisiones que las beneficien, tanto individual, como comunitariamente.	
Área de intervención.	Economía	
Línea de Intervención	Fortalecimiento de capacidades de emprendedurismo	
RESULTADOS		
Indicadores de desempeño	Usuarios directos	100 mujeres participaron en la realización de shampoo, donas, jalea e hilachas.
	Usuarios indirectos	300 mujeres beneficiadas con el proyecto.
Indicadores alcanzados del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> - 100 mujeres realizaron shampoo, donas, jalea e hilachas. - Se realizaron 3 grupos de mujeres para seguir participando con la encargada de SOSEP. - Se logró la coordinación con la extensionista de SOSEP 	
Instituciones con que coordina el proyecto	- Secretaría de Obras Sociales de la Esposa del Presidente-SOSEP-	
Aporte económico técnico al proyecto	Q 2,750.00	



Proyectos disciplina Pedagogía

Tabla 6. Proyecto “Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango”

Proyecto No. 1	“Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango”	
Ubicación	Municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.	
Objetivo General	Propiciar orientaciones a los adolescentes del municipio para generar conciencia en ellos y prevenir embarazos, a través de capacitaciones y lectura consciente de una guía de salud sexual y reproductiva elaborada para el efecto.	
Objetivos Específicos	<p>Diseñar un plan específico que incluya las actividades a realizar en la ejecución del proyecto.</p> <p>Seleccionar temas de alto impacto relacionados con la salud para ser socializados mediante capacitaciones a los adolescentes del municipio de Ixtahuacán.</p> <p>Preparar el material didáctico y tecnológico para capacitar a estudiantes y docentes sobre la salud sexual y reproductiva, cuyo propósito fundamental consiste en evitar los embarazos a temprana edad.</p>	
Área de intervención	Educación y salud.	
Línea de intervención	Fortalecimiento al sistema educativo; promoción y prevención.	
RESULTADOS		
Indicadores de desempeño	Usuarios Directos:	560 estudiantes del nivel medio
	Usuarios Indirectos:	30 docentes 100 padres de familia
Indicadores alcanzados del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de cinco capacitaciones a adolescentes y padres de familia • Participación de por lo menos un 80% de estudiantes del Ciclo de Educación Básica • Participación de por lo menos un 80% de estudiantes del Ciclo de Educación Diversificada • Participación de por lo menos 50 padres de familia 	
Instituciones con las que se coordinó el proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Ministerio de Educación -MINEDUC- • Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social –MSPAS- • Cooperazione Internazionale –COOPI- • Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán 	



Aporte económico técnico al proyecto	Q 17,000.00
--------------------------------------	-------------

Tabla 7. Proyecto “Sembrando Vidas”, reforestando en el terreno comunal del Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán.

Proyecto No. 2	“Sembrando Vidas”, reforestando en el terreno comunal del Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán.	
Ubicación	Cantón Bella Vista, municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango.	
Objetivo General	Implementar acciones de conservación del medio ambiente, por medio de la reforestación de un terreno comunal.	
Objetivos Específicos	<p>Reforestar 600 árboles como mínimo en el Cantón Bella Vista, con la colaboración de niños, docentes y autoridades comunales.</p> <p>Diseñar el plan específico que incluya las actividades a realizarse durante el proceso de ejecución.</p> <p>Implementar carta de sostenibilidad y sustentabilidad, en convenio con autoridades comunales.</p>	
Área de intervención	Ambiente.	
Línea de intervención	Conservación y recuperación de áreas.	
RESULTADOS		
Indicadores de desempeño	Usuarios Directos:	600 comunitarios
	Usuarios Indirectos:	1,000 personas de la comunidad
Indicadores alcanzados del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> Plantación de 625 árboles en el Cantón Bella Vista. Obtener la participación específicamente de un 60% de los niños de la escuela y también docentes del Cantón. Aceptación de las autoridades comunales para darle sostenibilidad y sustentabilidad al proyecto. 	
Instituciones con las que se coordinó el proyecto	<ul style="list-style-type: none"> Ministerio de Educación -MINEDUC- Oficina Forestal Municipal Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales -MARN- 	
Aporte económico técnico al proyecto	Q 8,000.00	



e. Resumen de proyectos por cada disciplina.

Tabla 8. Resumen de proyectos de Trabajo Social.

No. De proyecto disciplina de TTS	Usuarios directos	Usuarios indirectos	Aporte económico técnico al proyecto
Proyecto No. 1 Organización	8	900	Q 1,800.00
Proyecto No. 2 Salud	35	110	Q 1,530.00
Proyecto No. 3 Emprendedor	100	300	Q 2,750.00
Total	143	1310	Q 6,080.00

Tabla 9. Resumen de proyectos de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

No	Nombre del Proyecto	Usuarios directos	Usuarios indirectos	Aporte económico técnico al proyecto
1.	“Guía, Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango”	560	125	Q17,000.00
2.	“ <i>Sembrando Vidas</i> ”, reforestando en el terreno comunal del Cantón Bella Vista, San Ildefonso Ixtahuacán.	600	1,000	Q8,000.00
Totales		1,160	1,025	Q25,000.00

f. Resumen económico de los aportes por equipo multidisciplinario

Tabla 10. Resumen económico de los aportes por equipo multidisciplinario.

Nombre del proyecto	Usuarios directos	Usuarios indirectos	Aporte económico técnico al proyecto
Proyecto multidisciplinario	300	80	Q 50,000.00
Proyecto convivencia comunitaria	600	1,000	Q 25,000.00
Proyectos Trabajo Social	143	1,310	Q 6,080.00



Proyectos Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.	1,160	1,025	Q 25,000.00
Total	2,203	3,415	Q 106,080.00

g. Análisis de costo – beneficio:

El siguiente análisis es el resultado del costo de cada proyecto. Se sacó del costo del proyecto multidisciplinario más el costo de los proyectos monodisciplinarios, más el costo del proyecto de convivencia y el resultado de la sumatoria se dividió en la ayuda becaria de cada disciplina, en este caso, de la carrera de Pedagogía, dando como resultado el costo beneficio siguiente:

Multidisciplinario	+	Monodisciplinarios	+	Convivencia	=	Total de Proyectos	=	Costo Beneficio
Q 50,000.00		Q 31,080.00		Q 25,000.00		Q 106,080.00		
						Q 25,000.00		Q 4.24
						Valor de la beca		

Figura 1. Relación beneficio costo del equipo multidisciplinario. Elaboración propia.

Como se puede observar en la ilustración anterior el aporte del equipo multidisciplinario fue de Q 106,080.00, en relación del aporte de beca, el cual asciende a Q 25,000.00, de Licenciatura y Trabajo Social, la relación beneficio costo es igual a Q 4.24.

h. Estrategia de sostenibilidad de los proyectos

El equipo conformado por las diferentes disciplinas, ubicado en el municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango, ejecutó como proyecto multidisciplinario “Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local”, el cual va dirigido a niños de la escuela y familias del cantón Bella Vista, con el fin de reducir los altos índices de desnutrición crónica.

Para hacer sostenible este proyecto, será visualizado como un modelo para que otras comunidades implementen huertos escolares y familiares, para el beneficio propio de alimento en la siembra de nuevas especies horticolas, con responsabilidad y cuidado de los productos, de igual manera que se le dé continuidad al mencionado proyecto por la segunda cohorte 2018, replicados en otras comunidades.

Aunado a ello, los integrantes del equipo saliente deberán capacitar a los nuevos integrantes, para que se lleve a cabo el proyecto, en los centros educativos pactados con entidades que se relacionan con este ámbito.

Así también como proyecto monodisciplinario, se creó la guía con el único fin de darle seguimiento al proyecto e ir disminuyendo o evitando la deficiencia encontrada a un principio, que es sobre los embarazos en adolescentes.



III. CONCLUSIONES

1. Con el proyecto Multidisciplinario, se contribuyó al apoyo de la seguridad alimentaria y nutricional del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, del departamento de Huehuetenango, ya que una de las principales problemáticas determinadas, fue la inseguridad alimentaria nutricional en niños menores de 5 años, lo cual perjudica la calidad de vida y desarrollo de la población.
2. En el proyecto de convivencia comunitaria, se crearon alternativas y conciencia en los comunitarios y actores para la conservación y manejo sostenible de los recursos naturales, también cabe destacar la feria de salud, donde se llevó a cabo concientización sobre la importancia de la lactancia materna e higiene en la misma.
3. Como epesistas asignados a una dependencia municipal, se nos asignaron tareas y actividades, en este caso se apoyó a la Dirección Municipal de Planificación, sobre todo adquiriendo experiencia y conocimiento.
4. Como parte de la disciplina de Pedagogía, se le hizo conciencia a un 80% de estudiantes del nivel medio, esto conlleva a una prevención de embarazos a temprana edad y se espera que la mayoría tendrán una salud sexual y reproductiva consciente, madura, responsable y segura.
5. Se logró coordinar todos los proyectos gracias a la colaboración de diferentes instituciones presentes en el municipio, como antes de desarrollo social.



IV. RECOMENDACIONES

1. Es necesario fortalecer en los pre-profesionales los conocimientos fundamentales para que puedan concordar y tomar en cuenta la realidad de los municipios.
2. Es muy importante la búsqueda de mercados locales por medio de los mismos y con el apoyo de instituciones competentes para la mejora de su economía personal y familiar.
3. El apoyo por parte de las autoridades municipales es indispensable en la ejecución de los proyectos de cada una de las disciplinas ya que se trabaja para un beneficio social y común.
4. Se requiere de la colaboración de todos los interventores para ir evitando o disminuyendo los problemas que azotan al municipio, creando para ello acuerdos de sostenibilidad y sustentabilidad.
5. El apoyo de instituciones siempre será indispensable en las actividades de beneficio social, ya que solo así se tendrá una panorámica a futuro e involucramiento de todos, para ir solventando los problemas.



V. BIBLIOGRAFÍA

1. DMP. (2016). Diagnóstico situacional del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán. San Ildefonso Ixtahuacán.
2. Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán. (2016). www.muni-ixta.com. Recuperado el Viernes de Marzo de 2018, de Salario del Personal Administrativo y de servicios públicos.
3. Gobierno de la República de Guatemala. Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional. (2005). Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Guatemala.
4. CAP (Centro de Atención Permanente). Guatemala. 2005. Memoria de Labores, Municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Departamento de Huehuetenango. Guatemala. p 20.



VI. ANEXOS



Figura 2. Mapa de ubicación del Cantón Bella Vista, municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango. Fuente: epesista de agronomía, Zedrik Soto



Figura 3. Proyecto multidisciplinario: "Proyecto piloto para la sustentabilidad nutricional y económica local", juntamente con los del COCODE y la Organización de Padres de Familia.



Figura 4. Proyecto de convivencia comunitaria, realizado en el Cantón Bella Vista y la Aldea Vega de San Miguel.



Figura 5. Proyecto de convivencia, feria de salud. Aldea Vega de San Miguel.



Figura 6. Proyecto monodisciplinario ejecutado a estudiantes, docentes, padres de familia.



Figura 7. Desarrollo de los talleres educativos sobre la salud sexual y reproductiva.



Figura 8. Talleres dirigidos a padres de familia sobre la salud sexual y reproductiva.



Figura 9. Proyecto de reforestación, en colaboración con los niños de la E.O.R.M, Cantón Bella Vista.



Figura 10. Culminación de proyectos, con los niños y docentes de la escuela.

Anexos

Anexo 1. Carta de nombramiento de Asesor del –EPS–



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Guatemala, 12 de Marzo 2018

Licenciado
ALEJANDRO GUDBERTO CAMAS CHAVEZ
Asesor de EPS
Facultad de Humanidades
Presente

Atentamente se le informa que ha sido nombrado como ASESOR que deberá orientar y dictaminar sobre el trabajo de EPS (X) que ejecutará el estudiante

MAYCO LEONEL DOMINGO HERNÁNDEZ
201413137

Previo a optar al grado de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.


Lic. Santos de Jesús Dávila Aguilar
Director Departamento Extensión




Vo. Bo. M.A. Walter Ramiro Mazariegos Biolis
Decano



C.C expediente
Archivo.

Anexo 2. Carta de solicitud de sede para el –EPS–



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Guatemala 12 de marzo de 2018.

Señor:
Juan Domingo Pérez, Alcalde
Municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango
Presente

Estimado Alcalde:

Atentamente le saludo y a la vez le informo que la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con el objetivo de participar en la solución de los problemas educativos a nivel nacional, realiza el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–, con los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Por lo anterior, solicito autorice el Ejercicio Profesional Supervisado al estudiante Mayco Leonel Domingo Hernández, CUI 2327 30350 1205, Registro Académico (carné) 201413137.
En la institución que dirige.

El asesor –supervisor asignado realizará visitas, durante el desarrollo de las fases del proyecto a realizar.

Deferentemente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Santos De Jesús Dávila Aguilar
Director Departamento de Extensión



mygo/sdjda

Educación Superior, Incluyente y Proyectiva
Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12
Teléfonos: 2418 8601 24188602 24188620
2418 8000 ext. 85301-85302 Fax: 85320

Facultad de  Humanidades

Anexo 3. Carta de autorización y aceptación de sede para el –EPS–



MUNICIPALIDAD DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN,
DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO.

San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango 13 de marzo de 2018.

Lic.
Alejandro Gudberto Camas Chávez
Asesor del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Atentamente me dirijo a usted, deseándole éxitos en sus labores que realiza a diario.

Por este medio le informo que a solicitud y asignación de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, autorizo realizar el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS– al estudiante de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa:

Mayco Leonel Domingo Hernández
201413137

Quien se identifica con el Documento Personal de Identificación (DPI) con el Código Único de Identificación (CUI) dos mil trescientos veintisiete, treinta mil trescientos cincuenta, un mil doscientos cinco (2327 30350 1205), extendido por el Registro Nacional de la Personas de la República de Guatemala.

Sin otro particular, me suscribo de usted atentamente.

Juan Domingo Pérez
Alcalde Municipal
San Ildefonso Ixtahuacán



Anexo 4. Constancia del trabajo que realiza la OMPNA

San Ildefonso Ixtahuacán, mes de Marzo del año 2018

La Oficina municipal de protección de la Niñez y Adolescencia, del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, del departamento de Huehuetenango. Ser una Oficina integrada en la estructura municipal que impulse acciones de prevención, atención y protección, para garantizar el goce de derechos de la niñez y adolescencia.

En donde se brinda acompañamiento a casos, de niñez, adolescencia depende de las situaciones de cada caso se ha remitido en las instancias competentes para que sea resuelto a su debido tiempo, en la oficina únicamente se cuenta con la información de dos casos en embarazos en adolescentes. Qué través de la oficina diera a conoce la ruta de denuncia, el acompañamiento mediático a dicho proceso. Y articular acciones con instituciones gubernamentales, no gubernamentales y sociedad civil.

Los problemas se han surgido en las diferentes comunidades del municipio, de san Ildefonso Ixtahuacán, Como encargada de la oficina se ha tenido conocimiento en la problemática, que afecta a la niñez y adolescencia, quiénes son las causantes que se describe de la siguiente manera, desintegración familiar, la violencia, el abandono del hogar, la Migración, la Pobreza y el Alcoholismo. Etc. Ya que tenemos presencia y conocimiento de estos problemas, y se ve de mucha importancia, necesidad sobre saldar estas necesidades.

Y para los usos que al interesado convengan, extendiendo firma y sello la presente en una hoja tamaño carta, a los 22 días del mes de marzo de 2018.


María Felipe Ortiz
Coordinadora OMPNA.



Anexo 5. Cartas de sostenibilidad del proyecto de intervención

San Ildefonso Ixtahuacán, 15 de agosto de 2018.

Lic. Alejandro Gudberto Camas Chávez
Asesor Ejercicio Profesional Supervisado
Facultad de Humanidades
Universidad de San Carlos de Guatemala

Reciba un cordial y afectuoso saludo, de parte de la Oficina Municipal de Protección a la Niñez y Adolescencia –OMPNA-, deseándole éxitos en sus actividades que a diario realiza.

Por medio de la presente es para darle a conocer que nos comprometemos a darle sostenibilidad y seguimiento, al proyecto ejecutado en centros educativos del ciclo básico de esta cabecera municipal, por parte del epesista, Mayco Leonel Domingo Hernández, de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, con el Registro Académico 201413137, quien se identifica con el Código Único de Identificación (CUI) 232730350, relacionado con el tema de Salud sexual y reproductiva, para prevenir los embarazos en adolescentes, mediante capacitaciones dirigido a estudiantes.

Y para los usos legales que al interesado convenga, extendiendo, firmo y sello la presente en una hoja de papel bond tamaño carta, a los quince días del mes de agosto del año dos mil dieciocho.

Deferentemente:


M^{aria} F^{elipe} O^{rtiz}
Encargada OMPNA



San Ildefonso Ixtahuacán, 15 de agosto de 2018.

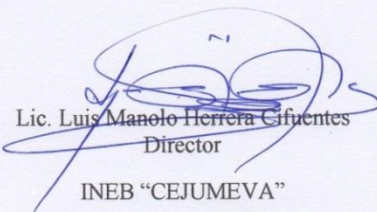
Lic. Alejandro Gudberto Camas Chávez
Asesor Ejercicio Profesional Supervisado
Facultad de Humanidades
Universidad de San Carlos de Guatemala

Reciba un cordial y afectuoso saludo, de parte del Instituto Nacional de Educación Básica “CEJUMEVA”, deseándole éxitos en sus actividades que a diario realiza.

Por medio de la presente es para darle a conocer que nos comprometemos a darle sostenibilidad y seguimiento, al proyecto ejecutado por parte del epesista, Mayco Leonel Domingo Hernández, de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, con el Registro Académico 201413137, quien se identifica con el Código Único de Identificación (CUI) 232730350, relacionado con el tema de Salud sexual y reproductiva, para prevenir los embarazos en adolescentes, mediante capacitaciones dirigido a estudiantes.

Y para los usos legales que al interesado convenga, extiendo, firmo y sello la presente en una hoja de papel bond tamaño carta, a los quince días del mes de agosto del año dos mil dieciocho.

Deferentemente:


Lic. Luis Manolo Herrera Cifuentes

Director

INEB “CEJUMEVA”



San Ildefonso Ixtahuacán, 15 de agosto de 2018.

Lic. Alejandro Gudberto Camas Chávez
Asesor Ejercicio Profesional Supervisado
Facultad de Humanidades
Universidad de San Carlos de Guatemala

Reciba un cordial y afectuoso saludo, de parte del Instituto Nacional de Educación Básica “INEB ACAL”, deseándole éxitos en sus actividades que a diario realiza.

Por medio de la presente es para darle a conocer que nos comprometemos a darle sostenibilidad y seguimiento, al proyecto ejecutado por parte del epesista, Mayco Leonel Domingo Hernández, de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, con el Registro Académico 201413137, quien se identifica con el Código Único de Identificación (CUI) 232730350, relacionado con el tema de Salud sexual y reproductiva, para prevenir los embarazos en adolescentes, mediante capacitaciones dirigido a estudiantes.

Y para los usos legales que al interesado convenga, extiendo, firmo y sello la presente en una hoja de papel bond tamaño carta, a los quince días del mes de agosto del año dos mil dieciocho.

Deferentemente:



Edgar Estuardo Ramírez López
Director
INEB ACAL

Anexo 6. Cartas de ejecución de las capacitaciones

LA INFRASCrita ENCARGADA DE LA OFICINA MUNICIPAL DE PROTECCIÓN A LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA DEL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN, DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO.

HACE CONSTAR

Que el Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, Registro Académico 201413137 con Código Único de Identificación (CUI) 2327 30350 1205, extendido por el Registro Nacional de las Personas –RENAP-, realizó su –EPS- en esta Municipalidad.

Así mismo, el planificó, coordinó y ejecutó capacitaciones dirigido a estudiantes del ciclo básico de esta cabecera Municipal, con el tema de Salud sexual y reproductiva, con la participación y desarrollo de diferentes subtemas a cargo de profesionales específicamente para cada tema; con el propósito de prevenir embarazos en adolescentes.

Y PARA LOS USOS LEGALES QUE AL INTERESADO CONVENGAN, EXTIENDO, FIRMO Y SELLO LA PRESENTE CONSTANCIA, EN UNA HOJA DE PAPEL BOND TAMAÑO CARTA, A LOS QUINCE DÍAS DEL MES DE AGOSTO DEL AÑO DOS MIL DIECIOCHO, EN EL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN, HUEHUETENANGO.

Deferentemente:


María Felipe Ortiz
Encargada OMPNA



EL INFRASCRITO DIRECTOR EL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA
CÉSAR JULIO MÉRIDA VÁSQUEZ DEL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO
IXTAHUACÁN, DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO.


HACE CONSTAR

Que el Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, Registro Académico 201413137 con Código Único de Identificación (CUI) 2327 30350 1205, extendido por el Registro Nacional de las Personas –RENAP-

Así mismo, el planificó, coordinó y ejecutó capacitaciones dirigido a estudiantes del ciclo básico con el tema de Salud sexual y reproductiva, con la participación y desarrollo de diferentes subtemas a cargo de profesionales específicamente para cada tema; con el propósito de prevenir embarazos en adolescentes.

Y PARA LOS USOS LEGALES QUE AL INTERESADO CONVENGAN, EXTIENDO, FIRMO Y SELLO LA PRESENTE CONSTANCIA, EN UNA HOJA DE PAPEL BOND TAMAÑO CARTA, A LOS QUINCE DÍAS DEL MES DE AGOSTO DEL AÑO DOS MIL DIECIOCHO, EN EL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN, HUEHUETENANGO.

Deferentemente:


Lic. Luis Manolo Herrera Cifuentes
Director

INEB "CEJUMEVA"



EL INFRASCRITO DIRECTOR EL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA
ALDEA ACAL, DEL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN,
DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO.

HACE CONSTAR

Que el Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, Registro Académico 201413137 con Código Único de Identificación (CUI) 2327 30350 1205, extendido por el Registro Nacional de las Personas –RENAP-

Así mismo, el planificó, coordinó y ejecutó capacitaciones dirigido a estudiantes del ciclo básico con el tema de Salud sexual y reproductiva, con la participación y desarrollo de diferentes subtemas a cargo de profesionales específicamente para cada tema; con el propósito de prevenir embarazos en adolescentes.

Y PARA LOS USOS LEGALES QUE AL INTERESADO CONVENGAN, EXTIENDO, FIRMO Y SELLO LA PRESENTE CONSTANCIA, EN UNA HOJA DE PAPEL BOND TAMAÑO CARTA, A LOS QUINCE DÍAS DEL MES DE AGOSTO DEL AÑO DOS MIL DIECIOCHO, EN EL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN, HUEHUETENANGO.

Deferentemente:



Edgar Estuardo Ramírez López
Director

INEB ACAL



Anexo 7. Carta de entrega de la guía

LA INFRASCrita ENCARGADA DE LA OFICINA MUNICIPAL DE PROTECCIÓN A LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA DEL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN, DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO.

HACE CONSTAR

Que el Epesista: Mayco Leonel Domingo Hernández de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala, Registro Académico 201413137 con Código Único de Identificación (CUI) 2327 30350 1205, extendido por el Registro Nacional de las Personas –RENAP-, realizó su –EPS- en esta Municipalidad.

Así mismo, el hizo la entrega de una Guía de Salud sexual y reproductiva dirigido a estudiantes adolescentes, involucrando temas relevantes y de impacto, para socializarlos con los mismos; con el propósito de prevenir embarazos en adolescentes.

Y PARA LOS USOS LEGALES QUE AL INTERESADO CONVENGAN, EXTIENDO, FIRMO Y SELLO LA PRESENTE CONSTANCIA, EN UNA HOJA DE PAPEL BOND TAMAÑO CARTA, A LOS QUINCE DÍAS DEL MES DE AGOSTO DEL AÑO DOS MIL DIECIOCHO, EN EL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN, HUEHUETENANGO.

Deferentemente:


María Felipe Ortiz
Encargada OMPNA



Anexo 8. Finiquito de culminación en el Programa –EPSUM-



FINIQUITO EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

MULTIPROFESIONAL

No. 239-2018

El Programa de Ejercicio Profesional Supervisado Multiprofesional, extiende el presente **FINIQUITO** al estudiante: Mayco Leonel Domingo Hernández carné **201413137** de la carrera de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa** por haber culminado satisfactoriamente su Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-, durante el período comprendido del quince de febrero del dos mil dieciocho al quince de agosto del dos mil dieciocho, de acuerdo a la normativa del Programa. -----

Se extiende, firma y sella el presente, veinticinco de octubre del dos mil dieciocho.-----

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Ing. Agr. Mirna Regina Valiente
Coordinadora EPSUM



cc. Archivo

Anexo 9. Dictamen favorable por culminación del –EPS- por parte del Asesor.

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Huehuetenango, 20 de septiembre de 2018

Licenciado
Santos de Jesús Dávila Aguilar, Director
Departamento de Extensión
Facultad de Humanidades
Presente

Hago de su conocimiento que el estudiante: **Mayco Leonel Domingo Hernández**

De Licenciatura en: **Pedagogía y Administración Educativa**

CUI: **2327 30350 1205**

Registro Académico: **201413137**

Dirección para recibir notificaciones: **Aldea La Patria, municipio de San Miguel Ixtahuacán, departamento de San Marcos.**

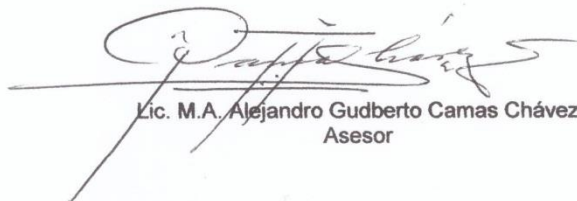
No. de Teléfono: **4970 9946**

Ha realizado informe final de EPS () Tesis ()

En el periodo de: **13 de marzo al 13 de septiembre de 2018**

Titulado: Guía: Salud sexual y reproductiva, para estudiantes del nivel medio del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango.

Por lo que se dictamina favorablemente para que le sea nombrada **COMISIÓN REVISORA.**



Lic. M.A. Alejandro Gudberto Camas Chávez
Asesor

Educación Superior, Incluyente y Proyectiva
Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12
Teléfonos: 2418 8601 24188602 24188620
2418 8000 ext. 85301-85302 Fax: 85320

Facultad de  Humanidades

Anexo 10. Carta de Nombramiento de Revisores



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Guatemala, 03 de Octubre 2018

Señores
COMITÉ REVISOR DE EPS
Facultad de Humanidades
Presente

Atentamente se les informa que han sido nombrados como miembros del Comité Revisor que deberá estudiar y dictaminar sobre el trabajo de EPS (X) presentado por el estudiante:

MAYCO LEONEL DOMINGO HERNÁNDEZ
201413137

Previo a optar al grado de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa.

Título del trabajo: GUÍA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA, PARA ESTUDIANTES DEL NIVEL MEDIO DEL MUNICIPIO DE SAN IDEFONSO IXTAHUACÁN, DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO.

Dicho comité deberá rendir su dictamen en un periodo de tiempo que considere conveniente no mayor de tres meses a partir de la presente fecha.

El Comité Revisor está integrado por los siguientes profesionales:

Asesor LIC. **ALEJANDRO GUDBERTO CAMAS CHAVEZ**
Revisor 1 LICDA. **LIDIA MICHELLE REYNA CASTILLO**
Revisor 2 LIC **RIGOBERTO GABRIEL GONZÁLEZ MÉRIDA**


Lic. Santos de Jesús Davila Aguilar
Director Departamento Extensión


Vo. Bo. M.A. Walter Ramiro Mazariegos Biolis
Decano

C.C expediente
Archivo.

Educación Superior, Incluyente y Proyectiva
Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12
Teléfonos: 24188602 24188610-20
2418 8000 ext. 85302 Fax: 85320

Facultad de  Humanidades

Anexo 11. Dictamen favorable por culminación del –EPS- por parte de los Revisores



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Guatemala, 20 de noviembre de 2018

Licenciado
Santos de Jesús Dávila Aguilar, Director
Departamento de Extensión
Facultad de Humanidades
Presente

Estimado Director:

Hacemos de su conocimiento que el /la estudiante: Mayco Leonel Domingo Hernández.

CUI: 2327 30350 1205.

Registro Académico (carné): 201413137.

Ha realizado las correcciones sugeridas al trabajo de

EPS (x) TESIS ()

Titulado: GUÍA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA, PARA ESTUDIANTES DEL NIVEL MEDIO DEL MUNICIPIO DE SAN ILDEFONSO IXTAHUACÁN, DEPARTAMENTO DE HUEHUETENANGO.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente para que se le asigne fecha de **EXAMEN PRIVADO**

Lic. Alejandro Gudberto Camas Chávez
ASESOR

Licda. Lidia Michell Reyna Castillo
REVISOR 1

Lic. Rigoberto Gabriel González Mérida
REVISOR 2

Educación Superior, Incluyente y Proyectiva

Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12
Teléfonos: 2418 8601 24188602 24188620
2418 8000 ext. 85301-85302 Fax: 85320

Facultad de  Humanidades

Anexo 12. Fotografías en general del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, Huehuetenango

Vista panorámica del municipio de San Ildefonso Ixtahuacán, departamento de Huehuetenango



Fuente: Domingo, Mayco (2018)

Vista frente a la municipalidad de San Ildefonso Ixtahuacán



Fuente: Domingo, Mayco (2018)

Anexo 13. Fotografía, reunión de –EPS-, juntamente con el Asesor



Fuente: Lic. Alejandro Camas