




**PLAN INTEGRAL DE FORMACIÓN:
APRENDER HACIENDO**

Mallas de formación de voluntarios (as) comunitarios

EN NUTRICIÓN Y SEGURIDAD ALIMENTARIA



Alexandra Jaramillo, MSc.
Lic. Cristina Ontaneda




TABLA DE CONTENIDOS

PRÓLOGO	08
ANTECEDENTES	09
CAPÍTULO I: METODOLOGÍA	15
1. Metodología pedagógica	16
2. Estructura curricular general: enfoque por competencias (logros del aprendizaje)	16
3. Metodologías	18
3.1. Modelo pedagógico constructivista (base del Plan Integral de Formación)	18
3.2. Empoderamiento	19
3.3. Desviación positiva	19
3.4. Diseño inverso	20
CAPÍTULO 2: EVALUACIÓN DEL PLAN INTEGRAL DE FORMACIÓN	21
1. Evaluación a los facilitadores	22
2. Estrategia de sostenibilidad del plan de formación	24
3. Pasos preliminares para ejecutar el plan de formación	27
4. Uso efectivo de este documento	27

CAPÍTULO 3: SESIONES EDUCATIVAS PARA EL FACILITADOR	29
1. Características generales del formador o facilitador de la mall	29
2. Sesiones educativas	30
2.1. Sesión educativa 1: Introducción a un nuevo tema	30
2.2. Sesión educativa 2: Problemas y soluciones (proyectos)	32
2.3. Sesión educativa 3: Preparación para la práctica	34
CAPÍTULO 4: TÉCNICAS DE EDUCACIÓN	36
1. Tipos de técnicas	36
2. Técnicas de apertura	36
3. Técnicas educativas	37
3.1. Árbol de problemas y soluciones	37
3.2. Desviación positiva	37
3.3. Taller hogareño	38
3.4. Lluvia de ideas	38
3.5. Juego de roles	38
3.6. Socio-drama	38
3.7. Charla	39

3.8. Demostración práctica	39
3.9. Estudio de caso	39
3.10. Visitas domiciliarias	39
3.11. Audiovisuales	40
3.12. Promoción de salud en el sub-centro de salud	40
3.13. Pasantías de estilo rotativo (colegios, sub-centro de salud, entidades del gobierno, sector privado y fundaciones)	41
3.14. Intercambios para capacitaciones (familias, escuelas, profesores, jóvenes, etc.)	41
3.15. Perfil de un líder constructivo	41
3.16. Mejorando mi condición de líder	42
3.17. La negociación en el manejo de conflictos	43
3.18. Planificación participativa	44
3.19. Manejo de presupuesto	44
3.20. Ficha familiar (modelo)	45
3.21. Afiche	47
3.22. Refranes	47
3.23. Hallar la otra mitad	47
3.24. La caja de sorpresas	47
3.25. Mensajes importantes	48

3.26. Reconociendo al líder	48
3.27. Escenarios	48
3.28. Yo también fui niño (a)	49
3.29. Estereotipos	49
3.30. Canasta nutritiva	49
3.31. Juego de alimentos	50
3.32. Rompecabezas	50
3.33. Juego de la cadena alimentaria	50
3.34. Juego de nutrientes y alimentos	51
3.35. Creando tu plato de colores	51
3.36. Movimientos dinámicos	51
3.37. Dado de colores	52
3.38. Philip 6-6	52
3.39. Papelógrafo	52
3.40. Rotafolio	53
3.41. “Coaching” educacional	53

CAPÍTULO 5: MALLA GENERAL	55
1. Objetivo específico	55
2. Importancia de los voluntarios (as) con conocimientos en la malla general	55
3. Personal formador participante	55
4. Requisitos para ingresar al programa de formación	57
5. Diseño de la malla general	57
6. Recursos para la ejecución del programa	58
7. Estructura programática de la malla curricular	58

CAPÍTULO 6: MALLA CURRICULAR PARA VOLUNTARIOS (AS) COMUNITARIOS (AS)	71
1. Meta	71
2. Objetivo general	71
3. Objetivos específicos	71
4. Justificación	71
5. Características de la población evaluada	72
6. Importancia de los voluntarios (as) con conocimientos en nutrición y seguridad alimentaria	74
7. Beneficios de la formación de voluntarios (as) en la seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene	75
8. Personal formador participante	76
9. Características del formador/facilitador de la malla	76
10. Requisitos para ingresar al programa de formación	76
11. Tipos de actividades para la formación de voluntarios (as) comunitarios	77
12. Recursos para la ejecución del programa	78
13. Diseño de la malla	79
14. Estructura programática de la malla curricular	81
15. Evaluación	132
16. Estrategia de sostenibilidad	132
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	133

PRÓLOGO

El Plan Integral de Formación es el resultado del análisis institucional de las herramientas y programas existentes, así como de un diagnóstico de las necesidades de capacitación, realizado a los voluntarios (as) comunitarios (as) en Santo Domingo de los Tsáchilas y Cotopaxi, provincias del Ecuador. El objetivo del plan es ofrecer a los actores sociales, a las entidades y al gobierno estrategias y metodologías educativas de formación en seguridad alimentaria para los grupos poblacionales. El plan consta de metodologías, sesiones educativas y técnicas de enseñanza. Adicionalmente, se detallan dos mallas de formación: la general y la malla en nutrición, seguridad alimentaria e higiene.

En el diagnóstico de las necesidades de capacitación se utilizaron herramientas como encuestas, entrevistas, grupos focales y la observación de las realidades en las comunidades. Todos estos instrumentos ayudaron a comprender el entorno y el contexto en el que se desenvuelven los grupos participantes, pudiendo de esta manera basar los temas y técnicas metodológicas en las propias características y

necesidades locales. Como ejes transversales de la propuesta se han tomado en cuenta los derechos, la interculturalidad y el género. Estas temáticas se consideraron en cada módulo.

La estructuración del plan se diseñó en base a la realidad regional y local. Este esfuerzo ha sido posible gracias a un intenso trabajo multisectorial entre las entidades nacionales, gubernamentales e internacionales. Es importante recalcar que para la ejecución del Plan Integral de Formación se espera la interacción de las instituciones nacionales en los ámbitos cantonal y provincial, así como de las entidades del gobierno y las organizaciones no gubernamentales.

Agradecemos tanto a los autores como a las autoridades de las diversas entidades que apoyaron el desarrollo del Plan Integral de Formación con sus experiencias y materiales. Todos tuvieron un papel fundamental para asegurar una estructuración basada en experiencias positivas y metodologías pedagógicas aceptadas.

ANTECEDENTES

En el contexto nacional e internacional se han definido premisas, leyes y normativas para el manejo de la seguridad y soberanía alimentaria. Ecuador ha adoptado dichas normas para la ejecución de las políticas y programas locales que permitan garantizar la seguridad alimentaria de los pueblos.

En la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, llevada a cabo en la cumbre de las Naciones Unidas, se establecieron diecisiete objetivos de desarrollo sostenible (ODS), que fueron aprobados por los dirigentes mundiales en septiembre de 2015. Mediante estos nuevos objetivos universales, en los próximos quince años los países intensificarán los esfuerzos para poner fin a la indigencia en todas sus formas, reducir la desigualdad y luchar contra el cambio climático. Los ODS aprovechan el éxito de los objetivos de desarrollo del milenio (ODM) y tratan de ir más allá para terminar con la pobreza en general. Los nuevos propósitos presentan la singularidad de instar a todos los países —ya sean ricos, pobres o de ingresos medianos— a adoptar medidas para promover la prosperidad al tiempo que protegen el planeta. Reconocen que las iniciativas para acabar con la miseria deben ir de la mano con estrategias que favorezcan el crecimiento económico y aborden una serie de necesidades sociales, entre las que cabe señalar la educación, la salud,

la protección social y las oportunidades de empleo, a la vez que luchan contra el cambio climático y promueven la protección del medio ambiente.

Con estos objetivos los países han expresado firmemente que esta agenda es universal y profundamente transformadora y que con ella se dejan atrás los viejos paradigmas donde unos países donan y otros reciben ayuda condicionada. Esta agenda busca también expresar el principio de responsabilidades comunes, pero diferenciadas y construir una verdadera alianza para el desarrollo donde todos los países participan.

Los objetivos de desarrollo sostenible son:

1. Poner fin a la pobreza en todas sus formas y en todo el mundo.
2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible.
3. Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades.
4. Garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos.
5. Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y las niñas.

6. Garantizar la disponibilidad y la gestión sostenible del agua y el saneamiento para todos.
7. Garantizar el acceso a una energía asequible, fiable, sostenible y moderna para todos.
8. Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos.
9. Construir infraestructuras “resilientes”, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación.
10. Reducir la desigualdad en los países y entre ellos.
11. Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, “resilientes” y sostenibles.
12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles.
13. Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos.
14. Conservar y utilizar sosteniblemente los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible.
15. Proteger, restablecer y promover el uso sostenible de los ecosistemas terrestres, gestionar sosteniblemente los bosques, luchar contra la desertificación, detener e invertir la degradación de las tierras y detener la pérdida de la biodiversidad.
16. Promover las sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y construir a todos los niveles instituciones eficaces e inclusivas que rindan cuentas.
17. Fortalecer los medios de implementación y revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible.

Al revisar las leyes, políticas y objetivos existentes, el Estado ecuatoriano—junto con los organismos no gubernamentales, según las normas nacionales e internacionales—podrá trabajar en conjunto para garantizar el derecho a la alimentación en las poblaciones más necesitadas. Los ecuatorianos sin discriminación de raza, etnia

o condición social tenemos derecho a una alimentación saludable, tal como lo establece la Constitución de la República del Ecuador en varios artículos, como 3, 13, 69 y 281.

Adicionalmente, el presente Plan Integral de Formación pretende apoyar el cumplimiento de los objetivos establecidos en el Plan Nacional de Desarrollo, 2017-2021, que es el cuarto plan a escala nacional con una evolución de nueve objetivos, que expresan el compromiso de continuar con la transformación del país. Entre los objetivos que apalancan esta publicación podemos encontrar:

Objetivo 1: Garantizar una vida digna con iguales oportunidades para todas las personas

Objetivo 2: Afirmar la interculturalidad y plurinacionalidad, revalorizando las identidades diversas

Objetivo 3: Garantizar los derechos de la naturaleza para las actuales y futuras generaciones

En Ecuador se entiende la soberanía alimentaria como el derecho de los pueblos a definir sus propias políticas y estrategias sostenibles de producción, distribución y consumo de alimentos, que garanticen el derecho a la alimentación para toda la población, basándose en la pequeña y mediana producción, respetando sus propias culturas y la diversidad de los modos campesinos, pesqueros e indígenas de producción agropecuaria, de comercialización y de gestión de los espacios rurales, en los cuales la mujer desempeña un papel fundamental. La soberanía alimentaria garantiza la seguridad alimentaria y nutricional.

El país busca proteger modelos y prácticas que contribuyan a la soberanía alimentaria. Por tal razón, en el 2015 varias instituciones vinculadas al sector productivo agrícola efectuaron el Sistema de Soberanía Alimentaria y Nutrición (SISAN). Este sistema

se basa en la coordinación de actores y políticas públicas alrededor del régimen de la soberanía alimentaria, cuyo fin es asegurar el acceso a alimentos sanos, culturalmente pertinentes y producidos en forma local mediante la autosuficiencia y las prácticas amigables con el medio ambiente y los agricultores. Entre las líneas de acción del SISAN se encuentran:

- Fortalecer la agricultura familiar, campesina y comunitaria.
- Fomentar la pesca artesanal y las actividades recolectoras.
- Impulsar la economía popular y solidaria.
- Fomentar la producción orgánica y agroecológica.
- Impulsar el sistema de comercialización.
- Promover el acceso a los bienes productivos: tierra, agua, semillas, capitales.
- Promocionar las investigaciones científicas.
- Fomentar el intercambio de saberes y la transferencia tecnológica.
- Trabajar en la recuperación de la agro-biodiversidad.
- Preservar las semillas.
- Fomentar la nutrición, la salud y la inocuidad de los alimentos.
- Fortalecer la educación agraria.

El SISAN involucra un trabajo multidisciplinario y multinstitucional de más de 40 instituciones, como los ministerios de Agricultura, Ganadería, Acuicultura y Pesca, del Ambiente, de Inclusión Económica y Social, de Salud Pública, la Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, los gobiernos autónomos descentralizados provinciales, municipales, parroquiales, los regímenes especiales y la Conferencia Plurinacional e Intercultural de la Soberanía Alimentaria. Algunas iniciativas similares se pueden encontrar en países como Colombia, Perú, Paraguay, Uruguay, Bolivia y Nicaragua.

Con el fin de proveer las condiciones necesarias para que a los pueblos del Ecuador se les garantice la seguridad alimentaria (acceso físico y económico en todo momento a alimentos inocuos y nutritivos), es importante considerar que para todas las nacionalidades la cultura es el complemento natural de los recursos naturales en los sistemas productivos, sin cuyo sustento resulta inconcebible la seguridad alimentaria. La inseguridad alimentaria principalmente resulta de la inequidad en los procesos de distribución de los recursos y activos productivos, del desempleo, de la baja productividad y de los bloqueos institucionales que dificultan el acceso a la tierra, al agua, a los créditos financieros, a la información, al apoyo técnico, a las capacidades de autogestión y participación. Debido a sus condiciones especiales, el concepto de seguridad alimentaria en las poblaciones rurales hace referencia a la soberanía alimentaria.

El sistema alimentario se relaciona con la producción, transformación, comercialización, consumo de alimentos y salud. Un programa de educación enfocado en los componentes del sistema alimentario permitirá lograr un desarrollo sustentable y sostenible si se trabaja en conjunto con los actores sociales, locales y nacionales. Las acciones de los autores y de la comunidad deben basarse en el derecho de las poblaciones a producir alimentos y en el de los consumidores a poder decidir lo que quieren consumir.

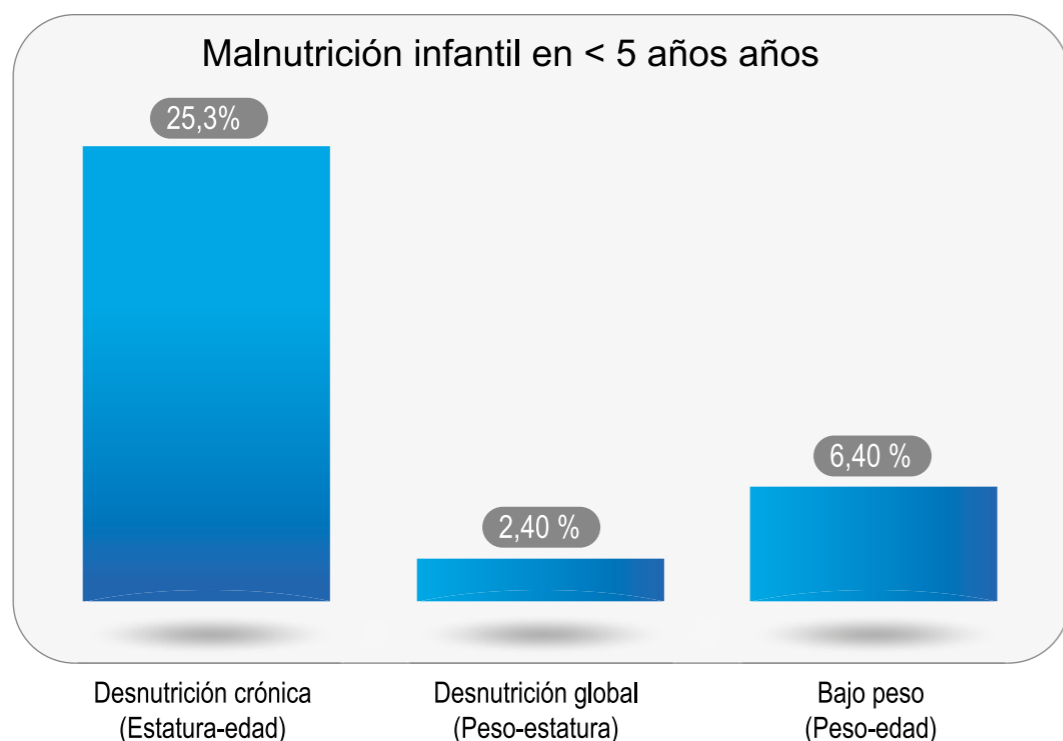
En el Ecuador, varias instituciones internacionales y nacionales, tanto públicas como privadas, han establecido programas y estrategias con el objetivo de disminuir los problemas de salud, tales como el sobrepeso, la desnutrición y las deficiencias nutricionales en micronutrientes; así mismo, han creado programas para el empoderamiento de las comunidades en las capacidades de acción en torno a la seguridad alimentaria. Dichos programas, instrumentos, actividades, estrategias y materiales fueron evaluados para definir la formación de los voluntarios (as) comunitarios (as).

Hay que considerar que la niñez representa una etapa de transición y desarrollo en la vida de todo ser humano. Además de los cambios físicos, se produce una gran variedad de modificaciones en los ámbitos psicológico y emocional. En esta etapa se forjan hábitos de vida y se determinan muchas de las costumbres de una persona. En cuanto al ámbito nutricional, esta es una época ideal para inculcar hábitos alimentarios saludables y prevenir el sinnúmero de enfermedades que puede traer consigo una alimentación inadecuada.

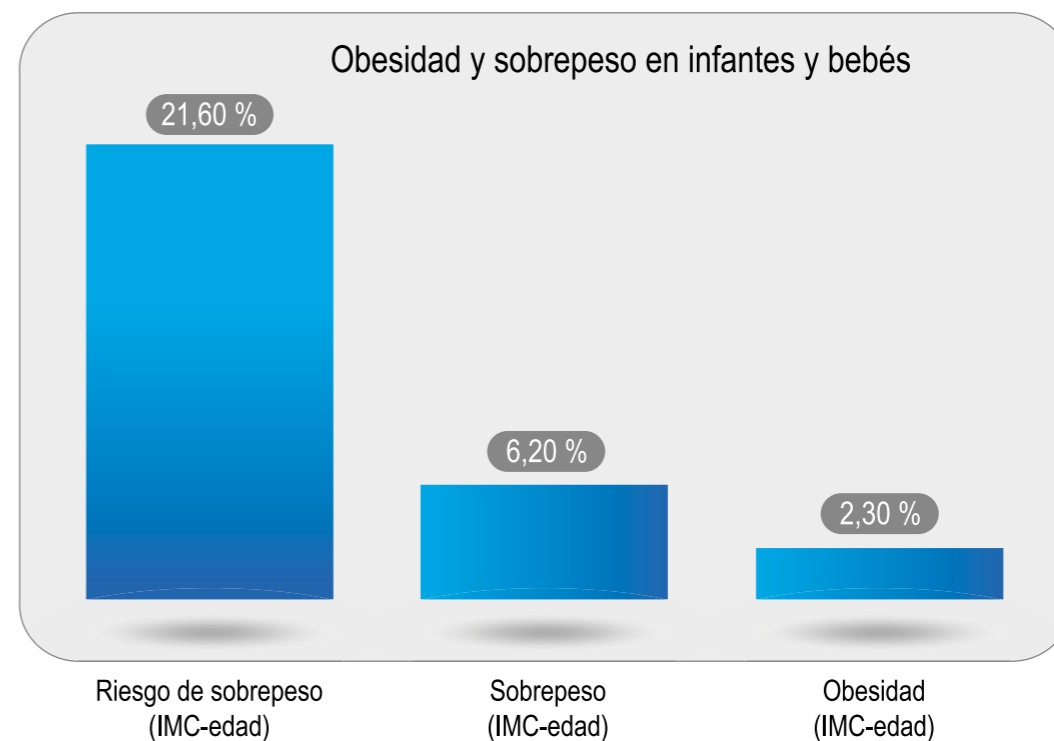
Según la Encuesta de Salud y Nutrición ENSANUT-ECU (2011-2013), en el Ecuador se observa una doble carga de malnutrición, que equivale a la presencia de la desnutrición crónica, el sobrepeso y la obesidad. La prevalencia en los niños

menores de cinco años de la desnutrición crónica es del 25.3 % (cuadro N° 1) mientras que en los niños de cinco a once años se observa en un porcentaje del 15.3 % y un 19 % de sobrepeso (cuadro N° 3). En el grupo étnico indígena se encuentra la más alta preponderancia de desnutrición crónica. Las provincias con mayor predominio de desnutrición crónica en los niños de cinco a once años son Bolívar y Chimborazo, mientras Galápagos es la provincia con más prevalencia de obesidad, con el 44,1 %. La preponderancia entre los adolescentes de doce a diecinueve años de desnutrición crónica es del 19.1 % mientras que, si analizamos el sobrepeso, existe una prevalencia en los adolescentes del 18.8 % (cuadro N° 4).

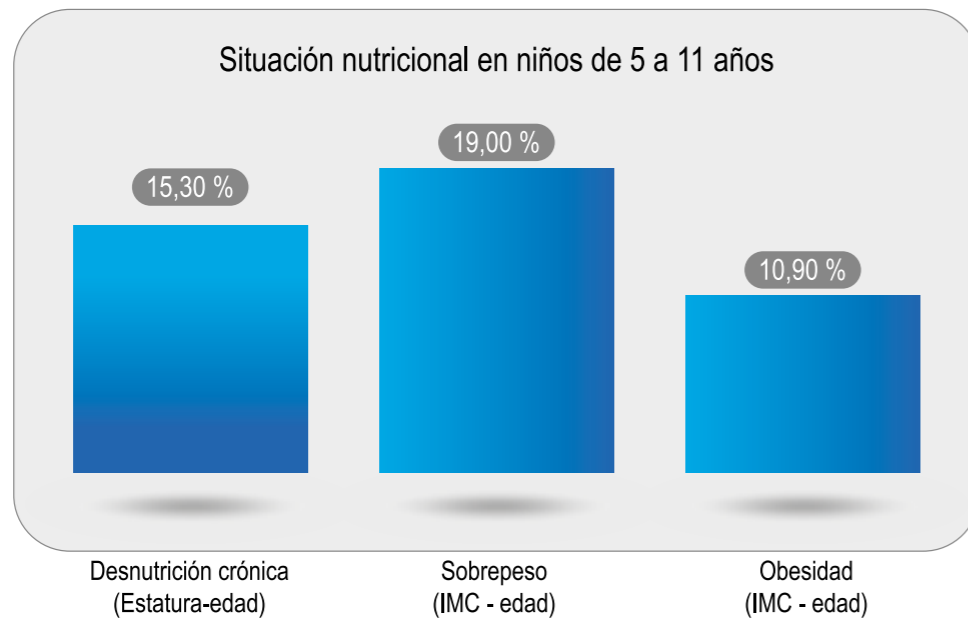
CUADRO 1



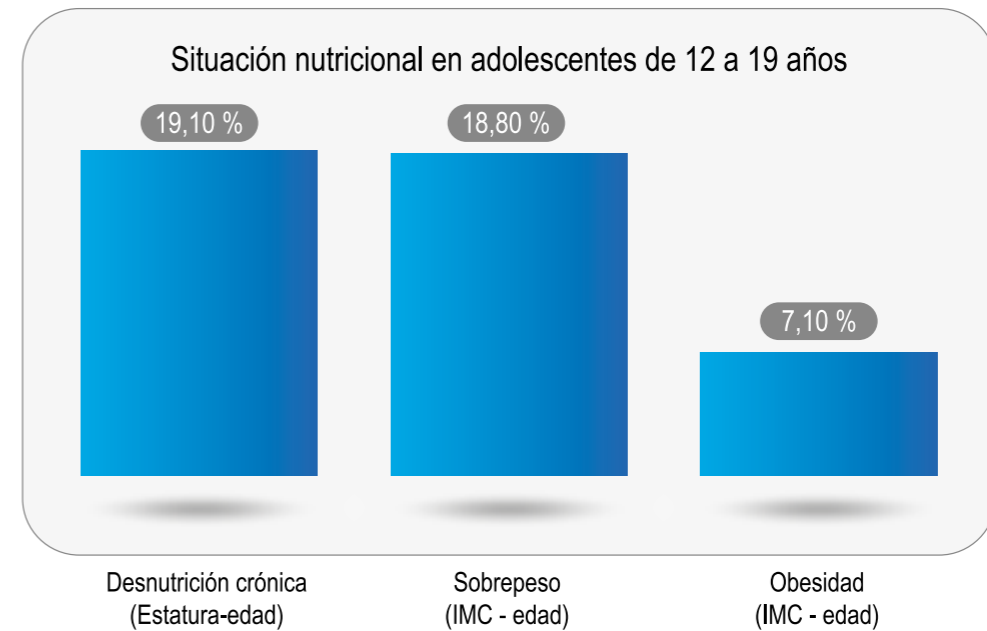
CUADRO 2



CUADRO 3



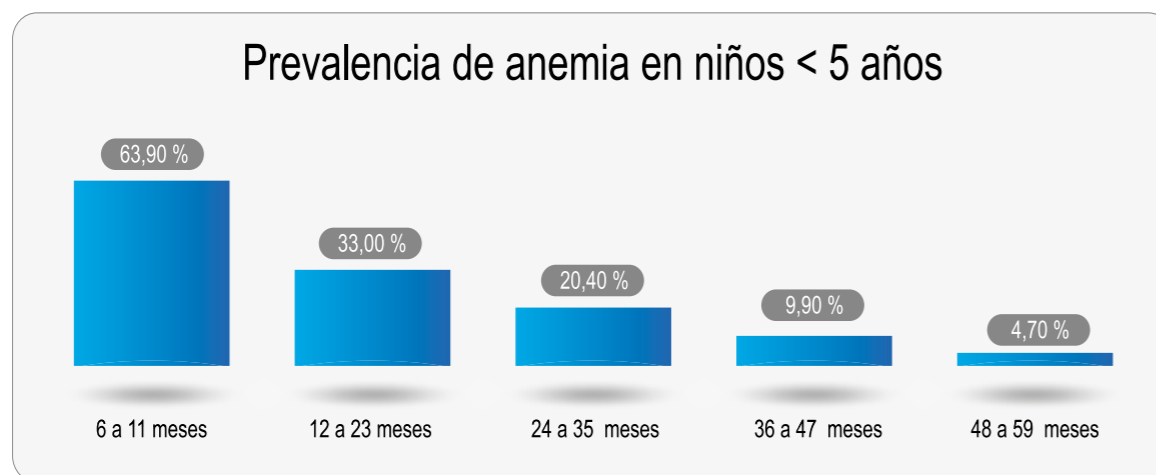
CUADRO 4



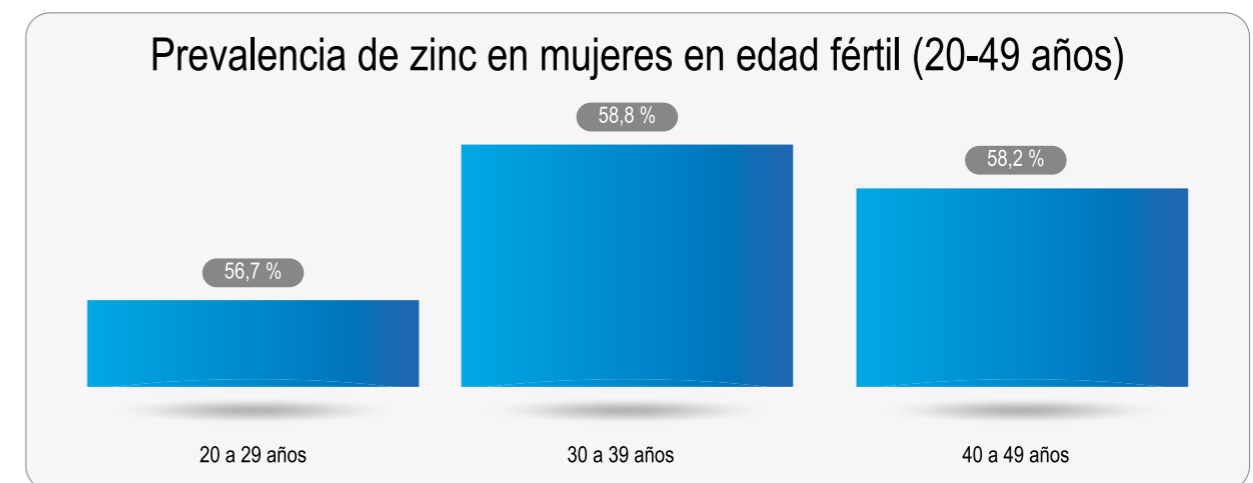
Las principales deficiencias nutricionales que afectan a la población ecuatoriana, según la Encuesta de Salud y Nutrición ENSANUT-ECU (2011-2013), se enmarcan en la carencia de tres nutrientes: hierro, zinc y vitamina A. La prevalencia más alta de anemia se encuentra en los bebés de seis a once meses de edad con el 63.9 %

(cuadro N° 5). En cuanto a la deficiencia de zinc, la población con mayor carencia es la de las mujeres en edad fértil, de 30 a 39 años de edad, con el 58.8 % (cuadro N° 6). Se observan porcentajes altos de falta de zinc en los adolescentes de 12 a 19 años, con el 51.4 % (cuadro N° 7).

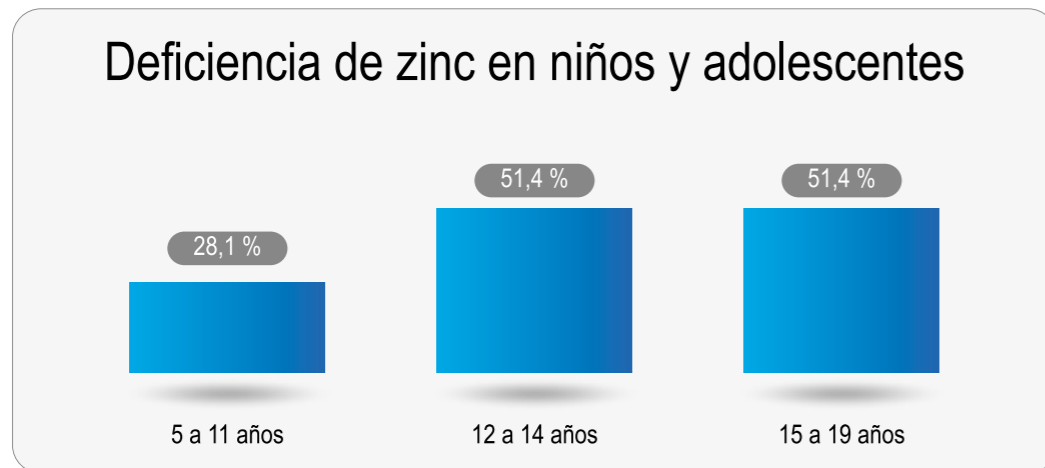
CUADRO 5



CUADRO 6

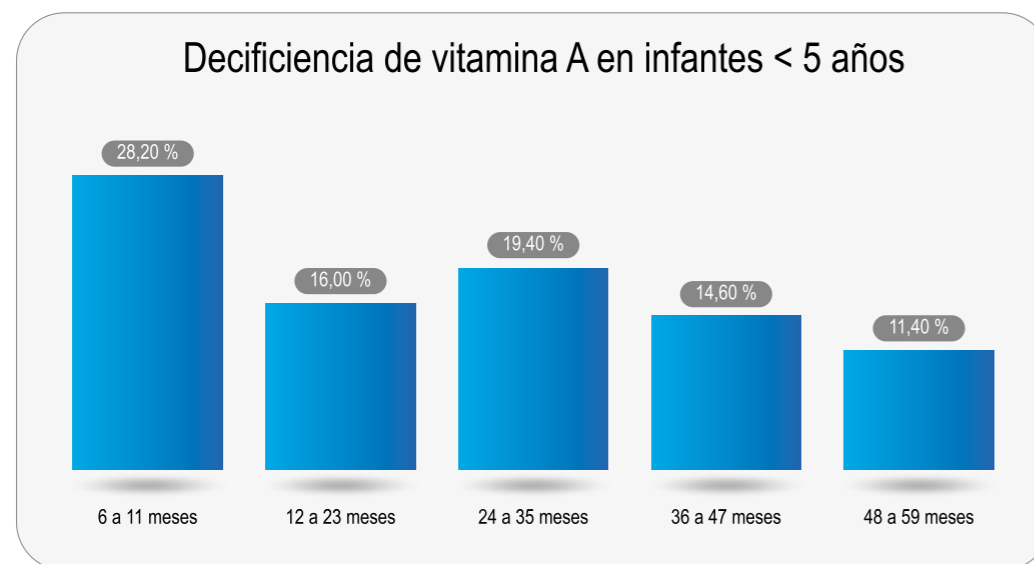


CUADRO 7



La deficiencia de vitamina A está marcada en mayor medida en los infantes de seis a once meses de edad, con el 28,2 % (cuadro N° 8). Los niños presentan deficiencias más altas que las niñas, en una escala del 19.1 % al 15.5 % respectivamente. Guayaquil, la Amazonía y la costa urbana tienen niveles más altos de deficiencia de vitamina A.

CUADRO 8



La alimentación de un ecuatoriano está constituida principalmente por carbohidratos refinados, grasa saturada (aceite de palma), leche como fuente principal de proteína animal y una baja ingesta de frutas y vegetales. En promedio, la dieta aporta aproximadamente 1879 kcal al día, distribuida de la siguiente manera: 60.9 % de carbohidratos, 26.5 % de grasa y 12.7 % de proteína. Al analizar la ingesta de cada macronutriente, podemos mencionar que en lo relativo al consumo de grasa, el 6 % de la población excede las recomendaciones diarias de este nutriente; otro 6 % de la población no cubre los requerimientos diarios de proteína y cerca del 29 % de la población consume más carbohidratos de los recomendados diariamente.

En cuanto a la actividad física y sedentarismo, en general, las mujeres demostraron ser más inactivas que los hombres y en el país se obtuvo un porcentaje del 5.4 % de adolescentes entre los 10 y 19 años que miran más de cuatro horas diarias de televisión.

El Plan Integral de Formación se desarrolló para brindar una guía de trabajo en la formación de los voluntarios (as) que pueden capacitarse en beneficio de sus comunidades sobre nutrición y seguridad alimentaria. Para ello, se han diseñado seis capítulos en los cuales el lector contará con las herramientas para iniciar un proceso de formación de voluntarios (as) en su comunidad; encontrará también la metodología utilizada para la creación de los módulos de formación. Posteriormente, en el módulo 2 se detallan las estrategias para evaluar el cumplimiento de los objetivos y mantener la sostenibilidad de los voluntarios (as) formados en su comunidad. Para lograrlo, en los capítulos 3 y 4 se encuentran el detalle y la explicación de las técnicas y sesiones educativas. Los módulos 5 y 6 contienen las mallas, tanto la general como la de formación en seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene. En las mallas se desglosan los talleres, objetivos, tiempos de ejecución y contenidos sugeridos.

CAPÍTULO I

METODOLOGÍA

Para la estructuración del Plan Integral de Formación se siguieron los siguientes pasos:

a) Análisis institucional: se investigaron proyectos similares, herramientas y manuales creados en el ámbito nacional (sector público y privado) e internacional.

b) Diagnóstico de necesidades de capacitación: se realizaron encuestas, cuestionarios de observación y grupos focales para recopilar información sobre el tema, así como las dificultades y necesidades de los participantes. La información fue procesada y analizada para la priorización de los temas de capacitación y las metodologías pedagógicas.

c) Priorización de temas: se eligieron, según las necesidades, los recursos de la población rural ecuatoriana, las reuniones, los grupos focales y las entrevistas realizadas en las provincias investigadas.

d) Creación de las mallas curriculares: para cada malla se seleccionaron temas basados en la investigación y el conocimiento de la realidad actual, así como en las necesidades de salud y prevención. Posteriormente, se tomaron decisiones sobre los objetivos que se alcanzarán en la audiencia una vez que se finalice cada módulo. Para redactar los objetivos se utilizaron los verbos de la taxonomía de Bloom.

e) Estructuración de estrategias, subtemas, metodologías y recomendaciones: según el diagnóstico de las necesidades, se pudo evidenciar que existen temas que deben incluirse como introducción a la formación específica, a manera de complemento del aprendizaje: soberanía alimentaria, derechos, deberes, interculturalidad, enfoque generacional y liderazgo (metodología de empoderamiento, gestión y proyectos).

El éxito en la ejecución de este plan depende de los formadores para cada uno de los ejes temáticos, del apoyo, paciencia, organización, sensibilización y motivación de las entidades gubernamentales y del equipo coordinador, así como de la participación y responsabilidad del grupo meta con las actividades y talleres propuestos.

Como resultado de la investigación de los programas y proyectos de formación nacional e internacional, se pudo determinar que existen muy pocos proyectos de formación que reúnan las características que les permitan ser sostenibles en el tiempo, considerando los recursos y la población beneficiaria. Por tal motivo, en el Plan Integral de Formación se recopilamos metodologías que han dado resultado en otros escenarios, adaptándolas a la realidad local, lo cual hace que este plan sea:

a) Inclusivo: todas las personas, sin previo requisito de bachillerato, podrán ingresar al plan si cumplen con los criterios básicos de inclusión, como el involucramiento con la comunidad, intereses, etc.

b) Equitativo: el programa acepta a toda persona interesada en colaborar, sin restricciones de género o intereses.

c) Organizado: los beneficiados deberán asistir a todos los talleres que se encuentran dentro de cada módulo para poder avanzar al siguiente.

d) Flexible: los beneficiarios deben completar todos los módulos de la malla. Sin embargo, los horarios y tiempos deberán ser flexibles, según la disponibilidad de tiempo de los instructores y voluntarios (as).

e) Secuencial: los conceptos se vuelven más profundos a medida que se avanza en el proceso educativo dentro de un mismo módulo, teniendo en cuenta el grado de maduración y de adquisición de conocimientos de los beneficiarios.

f) Participativo: tiene en cuenta los aportes de los integrantes de la comunidad educativa.

g) Integral: atiende a las diferentes dimensiones del ser humano y de la sociedad.

h) Práctico: la formación tendrá un componente teórico del 40 % y uno práctico del 60 %.

1. Metodología pedagógica

El proceso de formación es una dinámica de enseñanza-aprendizaje, en donde los participantes reflexionan sobre su realidad y sistematizan esa reflexión, como paso previo a la adquisición de compromisos que les permita transformarse en agentes que abogan por el bienestar de su comunidad. En este contexto, los participantes identifican problemas, planifican y actúan en base a sus logros de aprendizaje y dirigen las dificultades a los actores sociales competentes.

Aprendizaje en adultos: a diferencia de los niños, los adultos para aprender

deben sentir la necesidad de hacerlo; deben querer instruirse y encontrar sentido al nuevo conocimiento adquirido. Si la persona siente que lo que va a aprender es de su interés y le va a traer alguna utilidad, entonces se decide a hacerlo. El adulto se forma mejor cuando se le da la oportunidad de elegir lo que desea aprender y cuando la metodología está basada en sus necesidades, costumbres, experiencias y vivencias. De esta forma, se logrará una rápida adquisición o modificación de los comportamientos o conductas. Es importante tomar en cuenta las experiencias del adulto e incluirlas en la capacitación.

El ambiente del aprendizaje: es importante que el (la) facilitador (a) genere un clima propicio para el aprendizaje. Para ello se debe desarrollar:

- Confianza.
- Un ambiente informal y de respeto que estimule la participación.
- Cooperación.
- Un ambiente donde los estudiantes se sientan seguros y valorados. También es importante corregir los errores, pero sin herir ni ridiculizar al participante.
- Libertad intelectual.
- Aprendizaje activo.
- Retroalimentación.

2. Estructura curricular general: Enfoque por competencias (logros del aprendizaje)

“Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo”.

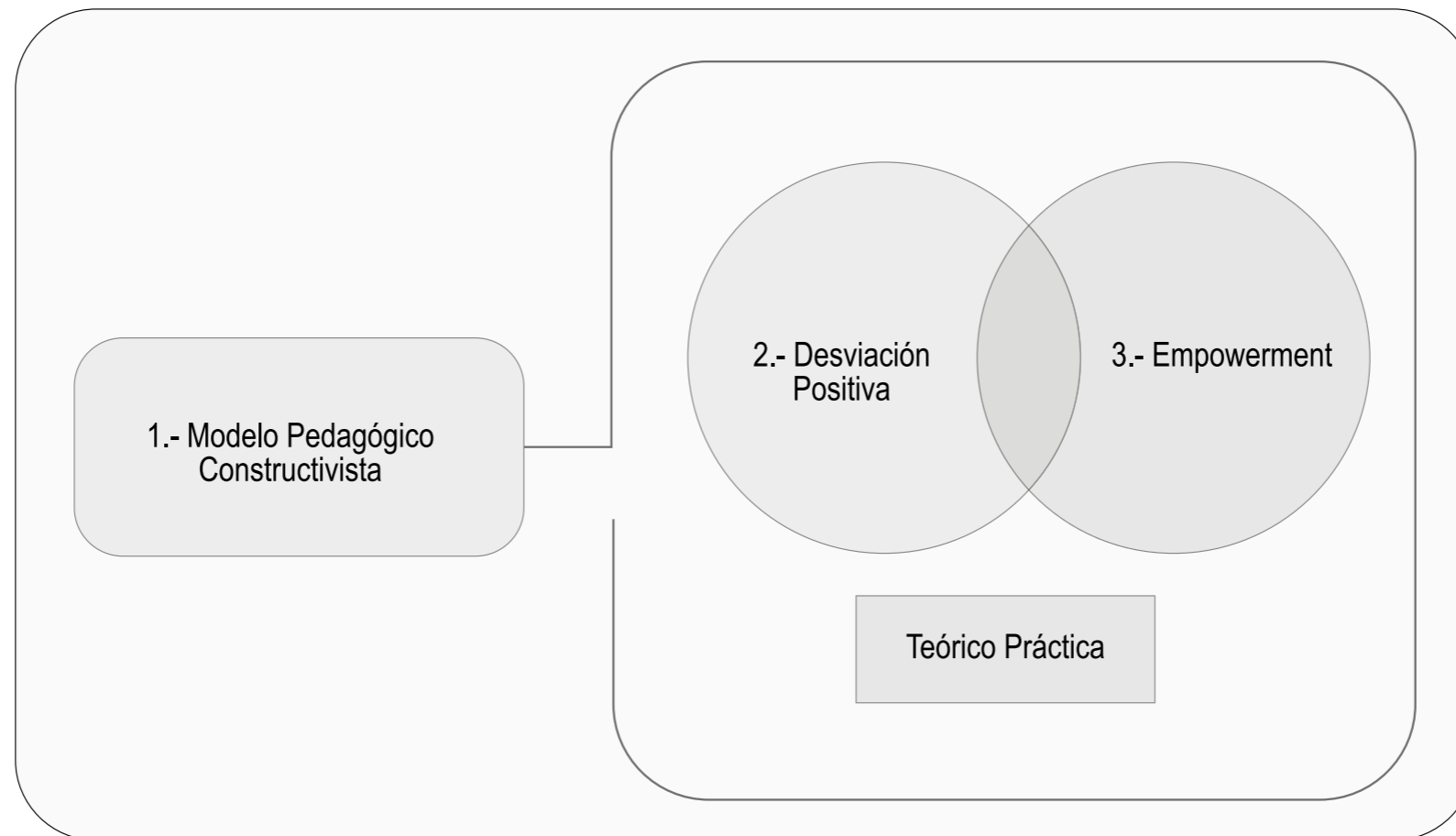
Benjamin Franklin

La estructura curricular del Plan Integral de Formación para cada tema ha sido articulada según los logros del aprendizaje. Un objetivo de aprendizaje es aquella característica o cualidad que se busca desarrollar en el educando mediante un

proceso de enseñanza-aprendizaje, donde se utilizan técnicas metodológicas adecuadas a las características de la población. Cada logro de aprendizaje descrito en el plan ha sido priorizado y razonado según el diagnóstico de las necesidades de capacitación. Por ende, se espera que cada estudiante alcance los objetivos indicados en cada módulo una vez que se cumplan las actividades sugeridas en el plan.

Un enfoque de este tipo promueve el aprendizaje integral de la persona, en donde el principal objetivo es formar personas que conozcan, apliquen y valoren la información impartida a través de los módulos. Las definiciones de los logros – clasificados por conocimientos, destrezas y actitudes para las mallas se explican en la sesión introductoria de la malla general.

Gráfico N° 1: Estructura metodológica del Plan Integral de Formación



Elaboración propia

3. Metodologías

3.1. Modelo pedagógico constructivista base del Plan Integral de Formación)

El método constructivista concibe el aprendizaje de los adultos como resultado de un proceso de construcción personal de los nuevos conocimientos propuestos, a partir de los ya existentes y en cooperación con los compañeros y el (la) facilitador (a). En ese sentido, se opone totalmente al aprendizaje pasivo que considera a la persona como una pizarra en blanco, donde la principal función de la enseñanza es depositar nuevos conocimientos.

La metodología de capacitación utilizada a lo largo del plan es de tipo constructivista, es decir, genera el proceso de aprendizaje sobre la base de los conocimientos previos de los participantes, de la reflexión y las lecciones resultantes de la confrontación entre lo que ya conoce el participante y la nueva información, así como en la interrelación entre el grupo y el facilitador o tutor, en un ambiente de aprendizaje compartido, donde además se le permita aplicarlo y practicarlo.

3.1.1. Tipos de metodológicas constructivistas

a) Teoría del aprendizaje significativo: la persona que aprende tiene que atribuir un sentido o significado a los contenidos nuevos y esto ocurre únicamente cuando los temas objeto del aprendizaje pueden relacionarse con los conocimientos previos del educando; los contenidos deben adaptarse a su etapa de desarrollo y adecuarse a las estrategias, ritmos o estilos de la persona en su proceso de enseñanza-aprendizaje.

b) Aprendizaje por descubrimiento: antes de dar a los estudiantes las soluciones, los (as) facilitadores (as) deben explorar con ellos diferentes maneras de solucionar el mismo problema, pues no es pertinente enseñar cosas resueltas, sino los métodos para analizarlas y solucionarlas o mejorarlas.

c) El aprendizaje centrado en la persona: la persona interviene en el proceso de aprendizaje con todas sus capacidades, emociones, habilidades, sentimientos y motivaciones; por lo tanto, los contenidos de la enseñanza no deben limitarse al aprendizaje de hechos y conceptos, sino que es necesario atender en la misma medida a los procedimientos, las actitudes, los valores, las costumbres y las tradiciones.

d) Aprender imitando modelos: la persona desarrolla capacidades cuando se le permite la imitación, por lo general inconsciente, de las conductas y actitudes de quienes se convierten en modelos (facilitadores o demás participantes), cuyos patrones de comportamiento se aprenden en un proceso de aprendizaje de tres fases: atención, retención y reproducción. De ese modo, con la práctica, se aprenden generalizaciones más que ejemplos específicos.

e) El aprendizaje cooperativo, dinámico o comunicativo: el aprendizaje debe incluir actividades que propicien la interacción con el medio, con sus pares o con el (la) facilitador (a), privilegiando las dinámicas que pueden ser individuales o en grupos, que permiten al participante la reflexión y la toma de conciencia (meta-cognición).

f) La teoría de las inteligencias múltiples: existen siete diferentes tipos de inteligencia, que nos permiten abordar el mundo de manera diversa y en cada uno algunas de ellas están más o menos desarrolladas que otras. Por lo tanto,

el aprendizaje debe adaptarse a las inteligencias lingüística, lógico-matemática, visual-espacial, musical, kinestésico-corporal y a las inteligencias personales (intrapersonal e interpersonal). Entre estas últimas está la inteligencia emocional, que es la capacidad de sentir, entender y manejar eficazmente las emociones, como fuente de energía y de información para el desarrollo personal y del aprendizaje.

3.1.2. Principios didácticos de enseñanza

Los siguientes principios deben ser considerados por los facilitadores en la planificación y ejecución de los talleres:

- a) Proximidad:** considera que la educación debe estar basada en la realidad local del educando.
- b) Marcha propia y continua:** la educación debe respetar las características individuales de cada persona.
- c) Ordenamiento:** la formación debe seguir un orden para facilitar el proceso de aprendizaje.
- d) Transparencia:** todo conocimiento impartido tendrá que reproducirse en situaciones de la vida diaria del educando.
- e) Evaluación:** se deben establecer técnicas de evaluación para identificar a tiempo las dificultades del aprendizaje.
- f) Responsabilidad:** educar al individuo para que sea responsable de sus comportamientos durante todo el Plan Integral de Formación.

3.2. Empoderamiento

La palabra “empoderamiento” proviene del verbo inglés “empower”, asociado a la idea de que una persona ejerce poder. Algunos sinónimos son: auto-fortalecimiento, control, poder propio, autoconfianza, decisión propia, capacidad para luchar por los derechos, independencia, toma autónoma de decisiones, ser libre, entre otros.

El método educativo del empoderamiento requiere la participación de los actores sociales en los esfuerzos colectivos para detectar y valorar críticamente sus problemas, fijar metas y objetivos y planificar estrategias para conseguirlos. El proceso se realiza en el aprendizaje mediante la práctica y la capacitación para la toma de decisiones propias de la comunidad que beneficien a su desarrollo.

3.3. Desviación positiva

En cada comunidad existen algunos individuos o grupos de personas cuyas prácticas y comportamientos les permiten encontrar mejores soluciones a los problemas que otros que tienen acceso a los mismos recursos y que se desarrollan bajo el mismo sistema social y político. La desviación positiva se basa en la premisa de que alguien, en algún lugar, está haciendo las cosas mejor, a pesar de tener las mismas limitaciones que los otros, de tal modo que, basados en un problema específico, los miembros de la comunidad determinan soluciones que ya existen dentro de ella al identificar a los “desviantes positivos” (individuos o comportamientos).

3.3.1. Las cuatro D de la desviación positiva son:

a) Definir

Definir el problema, sus causas (análisis de la situación) y cómo sería un resultado exitoso si se cambia el comportamiento negativo o inadecuado.

b) Determinar

Determinar si existen personas o entidades en la comunidad que ya exhiben los comportamientos deseados.

c) Descubrir

Descubrir los comportamientos y prácticas que están fuera de lo común y que

permitan a los miembros de la comunidad poner en práctica mejores soluciones para los problemas de la comunidad.

d) Diseñar

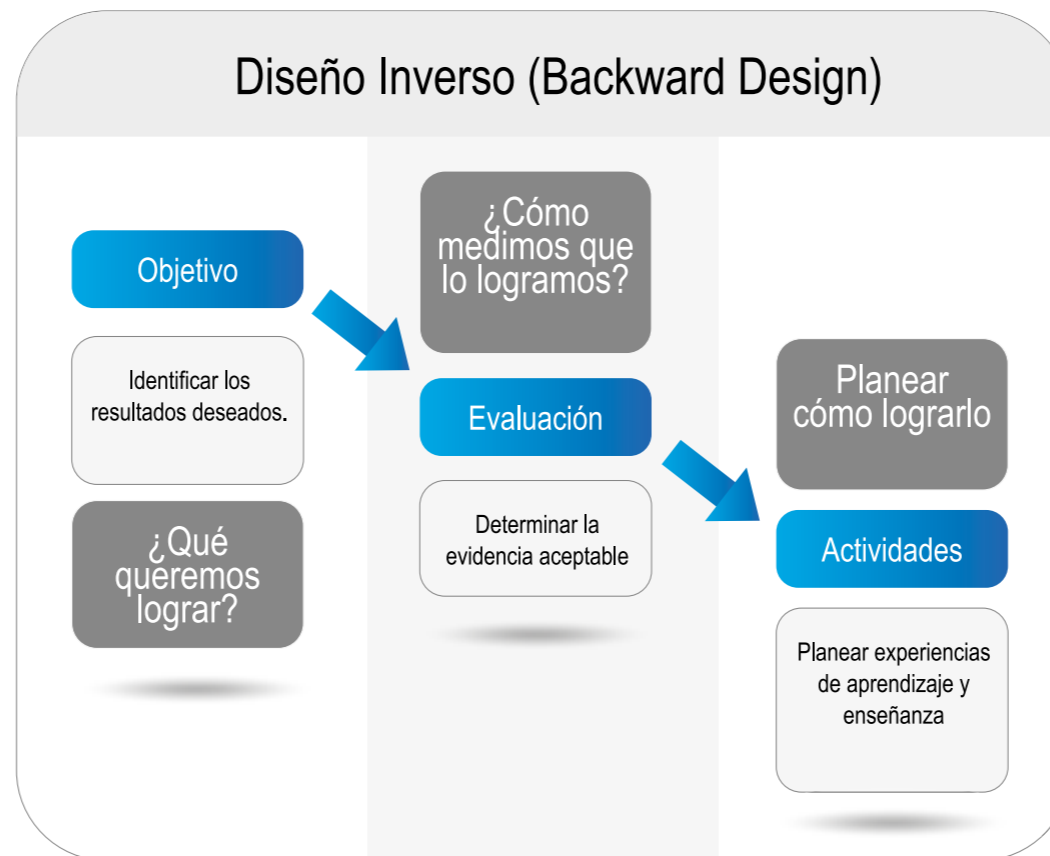
Diseñar e implementar la intervención, permitiendo a otros en la comunidad practicar nuevos comportamientos.

3.4. Diseño inverso

El proceso de diseñar una clase puede estar orientado como parte del uso del

modelo de diseño inverso, propuesto por Wiggins & McTighe (2005). Esto implica que primero se debe definir el objetivo del aprendizaje que deberán alcanzar los participantes. Posteriormente, se determinará el método de evaluación que se usará para alcanzar el objetivo propuesto. Por último, se establecerá la actividad más idónea, mediante la cual se cumple el objetivo delimitado al inicio. Tradicionalmente, se ha empezado de manera opuesta. Esta metodología permite tener el control del aprendizaje desde su evaluación. Si se conoce qué se busca evaluar, se ejecutarán las actividades necesarias para alcanzar el objetivo.

Gráfico No 2



Elaboración propia

CAPÍTULO II

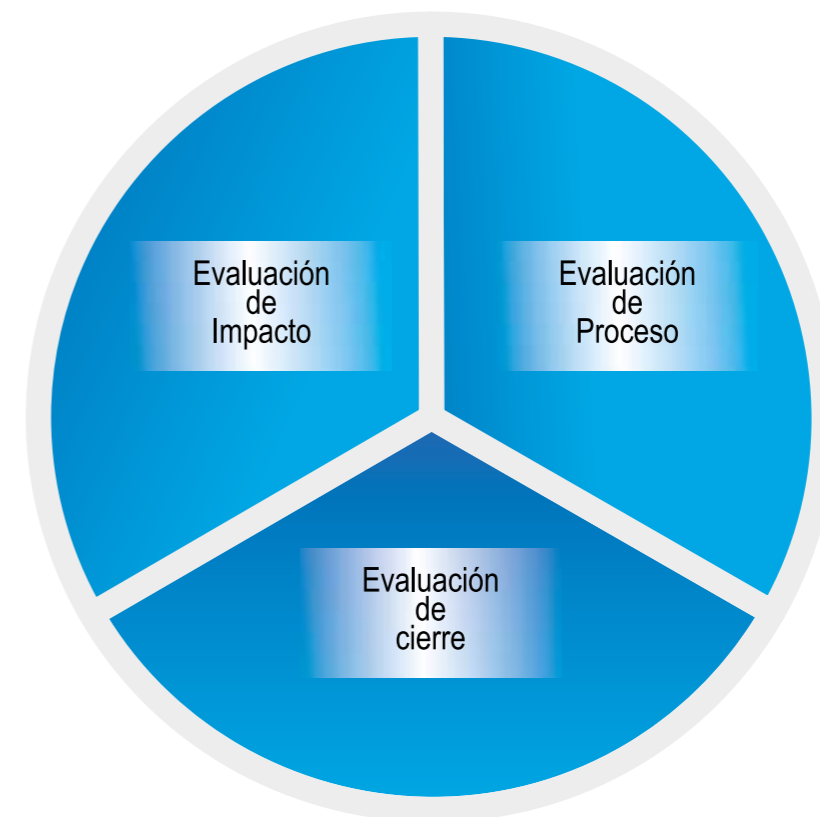
EVALUACIÓN DEL PLAN INTEGRAL DE FORMACIÓN

La evaluación en el Plan Integral de Formación será frecuente, es decir, al finalizar cada taller de formación el facilitador deberá aplicar una estrategia de valoración al grupo meta. La evaluación en cada taller, dentro de los módulos, está indicada en la respectiva malla curricular. Adicionalmente, se recomienda realizar valoraciones generales al finalizar cada módulo. Los resultados serán tomados en cuenta por el facilitador para realizar cambios metodológicos o retomar algunos temas. Los facilitadores deberán informar a los participantes sobre las evaluaciones para que estén preparados. Una vez que la valoración (escrita u oral) se cumpla con éxito, el beneficiario podrá recibir un certificado por cumplimiento del módulo. Es importante recalcar que el método de evaluación por módulo dependerá del facilitador y la audiencia. Se recomienda que este sea sencillo y objetivo.

La evaluación del proceso implica el análisis de las actividades, materiales y facilitadores. La evaluación de cierre comprende el cumplimiento de los objetivos de aprendizaje en la audiencia y la apreciación y calificación de los beneficiarios de cada taller. Finalmente, la evaluación de impacto corresponde a los beneficios que se obtendrán a mediano y largo plazo como fruto del aprendizaje. Un método de evaluación de impacto puede ser aplicar

cuestionarios de conocimientos, actitudes y prácticas pre y pos-intervención, con un lapso de seis meses a uno o dos años.

Gráfico No 3



Elaboración propia

1. Evaluación a los facilitadores

Se deberán crear formularios de evaluación de los beneficiarios hacia los facilitadores. Dichos formularios deben utilizar escalas o imágenes para una valoración objetiva. También deben incluir sugerencias y observaciones al taller. Esto permitirá que se reciba una retroalimentación constante y que

se hagan sugerencias oportunas. Los facilitadores deben ser evaluados con escalas cuantitativas, pero también deben recibir una retroalimentación cualitativa de sus capacitaciones. Es importante evaluar a cada facilitador luego de cada taller. El formulario de evaluación puede ser diseñado por cada entidad ejecutora en base a sus propias necesidades.

Ejemplo de formato de evaluación a los facilitadores

EVALUACIÓN DE LA CAPACITACIÓN

Nombre del (la) facilitador (a) _____ Tema _____ Fecha _____

A continuación, usted encontrará una lista de aspectos que permitirán evaluar la capacitación presentada, con el fin de dar retroalimentación para mejorar los próximos talleres. Esta evaluación es anónima.

¿Se explicaron los objetivos de la capacitación a la audiencia? Sí _____ No _____

Criterios de evaluación	Excelente 4	Bueno 3	Regular 2	Necesita trabajo 1	Observaciones
Lenguaje verbal					
El volumen de la voz es lo suficientemente alto para ser escuchado y modula la voz para transmitir emociones o ideas.					
Fluidez.					
Velocidad.					
Claridad en las explicaciones.					

Contenido					
Se sigue un orden adecuado en la presentación (lógico-secuencial).					
Los materiales y recursos usados cautivan la atención de la audiencia (utilidad, relevancia, calidad).					
Lenguaje corporal					
Transmitió confianza y seguridad.					
Mostró entusiasmo y buena energía.					
Contacto visual.					
Con el público					
Se dieron respuestas claras y oportunas.					
Se creó un vínculo con la audiencia.					
Amabilidad y empatía.					
Adicionalmente:					
Se hizo un uso adecuado del tiempo.					
TOTAL					

Observaciones adicionales:

¿Cuáles son las mayores fortalezas del taller? _____

 _____.

¿Cuáles son los puntos que se deben trabajar y mejorar? _____

2. Estrategia de sostenibilidad del plan de formación

El concepto de sostenibilidad se refiere al hecho de que una actividad o proyecto puede ser mantenido por sí mismo, sin ayuda exterior ni pérdida de recursos propios del lugar. A continuación, se presentan varios aspectos que deben considerarse para que el Plan Integral de Formación sea sostenible.

a) Creación de una red

En la estructuración del Plan Integral de Formación se deben establecer contactos con entidades privadas y gubernamentales que puedan apoyar la ejecución del plan, por lo que es importante que se mantengan los contactos y que se establezcan convenios o compromisos en donde se describan

claramente las actividades y competencias de cada entidad para el logro de los objetivos, con organización, planificación y cumplimiento oportuno.

b) Promoción

Una vez que la red construida se haya establecido, mediante convenios y compromisos, es importante iniciar el Plan Integral de Formación con su promoción en la comunidad y los beneficiarios. Este impulso permite que las personas interesadas o que no lo conocían puedan acercarse al equipo coordinador por más información y, a la vez, tengan la oportunidad de conocer los beneficios de la formación. Se puede aprovechar la oportunidad para repartir información en trípticos o volantes y permitir que las personas interesadas se inscriban en el plan. Se recomienda el uso de trípticos, folletos, carteles y eventos.

c) Motivación e incentivos

A medida que el Plan Integral de Formación siga su curso, los facilitadores y el equipo coordinador deben motivar e incentivar a los participantes para que continúen asistiendo a los talleres. Ejemplos de estrategias de motivación, con las que se han logrado efectos positivos, son el simple aprendizaje, los beneficios familiares y personales, así como las utilidades comunitarias o laborales (entrega de certificados). Muchas veces, solo el hecho de sentirse perteneciente a un grupo social puede ser un gran incentivo para asistir a las sesiones educativas. Es importante que cada taller sea interactivo, dinámico e interesante, de tal manera que la mera idea de estar presentes en las sesiones motive a los participantes.

d) Facilitadores y metodología

Las técnicas educativas recomendadas en cada taller, así como la metodología sugerida como eje transversal del Plan Integral de Formación, han tenido resultados en varios proyectos comunitarios y sociales de formación en los ámbitos nacional e internacional. De este modo, se recomienda que los facilitadores se familiaricen con dichas técnicas y den su toque personal para que cada sesión educativa obtenga los resultados esperados. Aunque las metodologías y técnicas sean las más apropiadas para ciertos temas, siempre es importante el aporte que el (la) facilitador (a) da a la sesión educativa con su dinamismo, alegría, cooperación, empatía y calidez humana. El personal coordinador deberá supervisar a los facilitadores para retroalimentar su desempeño en el aula, corrigiendo errores o mejorando algunas situaciones a tiempo.

e) Diversidad de técnicas

La participación y el desenvolvimiento de las sesiones educativas dependen de la diversidad de las técnicas que el facilitador aplique en el aula. Por tal razón, se han propuesto varias alternativas. Sin embargo, con la debida aceptación del equipo coordinador, el (la) facilitador (a) podrá incorporar métodos con los que haya tenido buenas experiencias en el pasado.

f) Resultados observables por parte de los participantes

Los voluntarios (as) y promotores (as) comunitarias del Plan Integral de Formación esperan resultados o cambios en su diario vivir. Por ese motivo, el (la) facilitador (a) deberá cerciorarse de que los participantes sienten un cambio, ya sea emocional, físico o interpersonal desde que asisten a las capacitaciones. Una forma adecuada de demostrar beneficios es la práctica o aplicación de lo aprendido en su vida diaria, de tal manera que las necesidades de los participantes se vean abordadas. Al mostrar resultados tangibles del proceso, se refuerza su continuidad y se incide sobre la motivación y participación de los asistentes.

g) Manejo de autoridades (sostenibilidad política y social)

Las autoridades locales deben estar al tanto de las actividades del Plan Integral de Formación, ya que su colaboración en la ejecución de estas hará que sea un proyecto sostenible en el tiempo. Las autoridades tienen responsabilidades con su pueblo y las acciones que se ejecutan por el desarrollo de la comunidad entran en sus competencias. Las actividades de convocatoria comunitaria, el

presupuesto y la movilización, entre otros aspectos, pueden ser coordinados a través de las autoridades provinciales y/o parroquiales.

h) Organización y cumplimiento de las contrapartes

El Plan Integral de Formación debe organizarse de tal forma que los beneficiarios estén al tanto por adelantado de las actividades, fechas y temas que se van a tratar en los talleres. El cumplimiento y la puntualidad en las sesiones educativas construirán vínculos de confianza de los grupos con el plan. Adicionalmente, los facilitadores provenientes de entidades privadas, educativas o gubernamentales deben comprometerse con la planificación en la formación para demostrar respeto hacia la comunidad. Algunos programas con enorme financiamiento han fracasado en el cumplimiento de sus metas solo por la pérdida de la confianza de sus grupos objetivo.

El equipo coordinador debe formar parte de todo el proceso educativo y administrativo, que comprende el inicio, la ejecución y la evaluación. La capacidad del equipo en la organización, planificación y coordinación con los beneficiarios y facilitadores se verá reflejada en el éxito del programa y en la participación de los beneficiarios de la formación. Se sugiere:

- 1) Crear convenios y compromisos.
 - 2) Planificar las fechas de los talleres por adelantado.
 - 3) Promocionar el Plan Integral de Formación.
 - 4) Realizar convocatorias oportunas.
 - 5) Mantener una actitud positiva frente a las autoridades y los beneficiarios.
- i) Sostenibilidad financiera

Si bien el Plan Integral de Formación ha sido estructurado para que los recursos económicos para su ejecución sean los mínimos, es necesario que se gestione el apoyo financiero con las entidades nacionales o internacionales que compartan los mismos intereses y objetivos. De igual manera, las entidades del gobierno tienen la responsabilidad de apoyar los proyectos comunitarios de desarrollo social, ya sea en la parte logística, educativa o financiera.

j) Evaluación del proceso

El equipo coordinador debe evaluar mensualmente:

- A los facilitadores.
- La aceptación del plan.
- La ejecución de técnicas y la aplicación de metodologías pedagógicas.

Como producto de la evaluación continua, se harán cambios, arreglos y mejoras al Plan Integral de Formación.

k) Capacitación continua

La tecnología y los conceptos están en constante evolución, por lo que la capacitación dentro de un proyecto de desarrollo debe ser continua tanto para los beneficiarios (reforzando los conceptos y prácticas) como para los facilitadores y el equipo coordinador. Para ello:

- Es necesario que todo facilitador que se inicie en la ejecución del Plan Integral de Formación reciba un manual del facilitador y las instrucciones de

manejo del plan, así como de las metodologías sugeridas para su aplicación.

- Cada facilitador y técnico coordinador deberá mantenerse actualizado sobre las prácticas o conceptos novedosos, a través de la investigación y el contacto permanente con entidades rectoras gubernamentales o privadas.

Los voluntarios (as) en la seguridad alimentaria deberán estar al tanto de toda actividad relacionada con el Plan integral de Formación; por tanto, se sugiere que una vez que se hayan formado, se los promocióne con las entidades del gobierno para que puedan recibir el apoyo para las acciones coordinadas en beneficio de la comunidad.

3. Pasos preliminares para ejecutar el plan de formación

La propuesta metodológica, así como los talleres de formación presentados en este documento, fueron elaborados tras una serie de procedimientos. Por lo tanto, para que este pueda replicarse en otras ciudades, e incluso países, se presentan los pasos que deben seguirse antes de la aplicación, permitiendo al interesado reorganizar los temas, aumentar o modificar los módulos y definir las situaciones particulares que se necesiten en el área investigada:

- a) Determinar la (as) zonas de intervención (priorizar según los datos estadísticos y las necesidades).
- b) Contar con un equipo técnico que será el encargado de la formación en las zonas seleccionadas (nutricionistas, médicos y demás profesionales de la salud y la sociedad).
- c) El equipo técnico tendrá que preparar los instrumentos de diagnóstico y evaluación general para la comunidad, así como otros específicos (diagnóstico

de la realidad local y de las necesidades de formación y capacitación). Algunas herramientas sugeridas de diagnóstico son la observación, la entrevista, la encuesta y los grupos focales.

d) El equipo técnico establecerá contacto con las autoridades de las entidades privadas, fundaciones y del gobierno en las áreas de salud, microempresas, desarrollo social, liderazgo, agronomía, agroecología, piscicultura, entre otros temas de interés del Plan Integral de Formación en los ámbitos provincial y nacional.

e) Las autoridades locales (parroquiales y de recintos) deberán contactarse de igual forma.

f) Realizar un diagnóstico del apoyo que brindarán las autoridades para la ejecución del programa.

g) Socializar el proyecto con todas las autoridades y beneficiarios.

h) Analizar la información recolectada.

i) Priorizar los temas de formación para el grupo, según los intereses y necesidades.

j) Establecer contactos con los facilitadores de cada malla para definir los recursos, temas y metodologías.

k) Cada facilitador deberá estar familiarizado con la metodología del Plan Integral de Formación.

l) Realizar un cronograma de trabajo.

m) Organizar un evento de inauguración del programa.

4. Uso efectivo de este documento

A continuación, se presentan una serie de sugerencias para optimizar el uso del contenido del Plan de Formación:

- a) Planificar las actividades en función de los aprendizajes que se van a lograr en los estudiantes.
- b) Aplicar técnicas de educación acordes con la metodología pedagógica propuesta, de tal manera que se puedan alcanzar los objetivos de cada módulo.
- c) Utilizar las recomendaciones y procedimientos detallados en las sesiones educativas, según el objetivo y el tema de la clase.
- d) Usar los recursos que se encuentren dentro de la comunidad o que sean accesibles fuera de ella para contextualizar las prácticas y hacerlas sostenibles.
- e) Incluir actividades prácticas en cada taller y una de aplicación al finalizar cada módulo.
- f) Utilizar en todo momento la metodología del empoderamiento, evitando el paternalismo y el asistencialismo.
- g) Socializar el contenido del plan con las autoridades locales, del gobierno y la comunidad.

En cuanto al **impacto del Plan de Formación**, se espera tener una población mejor alimentada y niños menores de tres años con un mejor estado nutricional.

El Plan Integral de Formación contempla, en cada uno de sus módulos, temáticas relacionadas con los componentes de la seguridad alimentaria: disponibilidad, acceso, utilización y consumo. Además, como ejes transversales de la formación, se incluyen mensajes clave de género, interculturalidad y derechos. A continuación, a través del siguiente gráfico se explica el proceso recomendado para la ejecución del plan.

Gráfico No 4



CAPÍTULO III

SESIONES EDUCATIVAS PARA EL FACILITADOR

1. Características generales del formador o facilitador de la malla

El contenido de la malla ayuda al facilitador a contestar las siguientes interrogantes:

- ¿Qué deben saber y saber hacer los beneficiarios?
- ¿Cómo y con qué herramientas y metodología van a adquirir el saber y el saber hacer los beneficiarios?
- ¿Cómo evaluar el conocimiento de los beneficiarios?

El (la) facilitador (a) juega un papel muy importante en el éxito de la capacitación. Su forma de conducir la sesión educativa es vital para el logro de los objetivos del aprendizaje. Debe familiarizarse con la metodología del Plan Integral de Formación y ejecutarla en todo sentido. Además, la persona encargada de formar a los grupos meta debe:

Antes de la capacitación:

- Conocer la realidad del lugar donde interviene.
- Familiarizarse con las necesidades de capacitación del grupo meta.
- Conocer la metodología de educación para adultos.

Durante la capacitación:

- Establecer una buena comunicación con los participantes para crear un ambiente de familiaridad.
- Crear un vínculo de respeto y diálogo con los participantes.
- Llamar a los participantes por su nombre y hacer que ellos también lo llamen por su nombre y que ellos mismos se traten de esa manera.
- Ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades esenciales, necesarias para adoptar, practicar y mantener una conducta saludable.
- Aplicar técnicas de educación y desarrollar materiales apropiados según la edad y las necesidades de los participantes.
- Escuchar con atención a los participantes, sin interrumpirlos innecesariamente.
- Desplazarse de un lado a otro, evitando permanecer en un mismo sitio.
- Evitar dar la espalda a los participantes por mucho tiempo, ya que pueden distraerse.
- Dar las instrucciones en forma clara y precisa.
- Usar términos sencillos, adecuados a la zona.
- Usar una voz fuerte y clara; hablar de manera pausada, variando frecuentemente el volumen y la velocidad de la voz para captar mejor la atención.
- Felicitar y agradecer oportunamente a los asistentes por su participación activa.
- Promover la participación y la comunicación del grupo.
- Construir confianza y seguridad entre los participantes.

- Calmar tensiones ante un conflicto, creando una atmósfera relajada.
- Planificar y estructurar la capacitación y materiales.

Después del taller:

- Aplicar las estrategias de evaluación del aprendizaje.
- Obtener retroalimentación de la motivación y aplicabilidad del aprendizaje en su entorno, a manera de conversatorio.

2. Sesiones educativas

En el Plan Integral de Formación se ha sugerido la aplicación de tres sesiones

educativas para que el desarrollo de los talleres logre el cumplimiento de los objetivos del aprendizaje en los participantes. A continuación, se describe el contenido de cada sesión educativa. El (la) facilitador (a) y los técnicos deben seguir las instrucciones aquí descritas para garantizar la efectividad de cualquier sesión.

2.1. Sesión educativa 1: Introducción a un nuevo tema



Gráfico No 5

a) Apertura del taller

¿Qué queremos conseguir? (planteamiento de los logros de aprendizaje).

- El (la) facilitador (a) abre el taller con la presentación de los participantes y agradece su asistencia; debe esforzarse por memorizar los nombres de los participantes.
- Se comunican los objetivos (logros de aprendizajes) que el participante adquiere al finalizar el módulo, junto con el contenido del taller: “¿Qué esperamos de esta reunión?”.
- El (la) facilitador (a) escoge una técnica de apertura, especialmente al inicio de un módulo.

b) Sensibilización y motivación

- ¿Qué sucede en la actualidad? ¿Qué lo causa y qué consecuencias tiene? ¿Qué puedo hacer al respecto? ¿Dónde estamos y a dónde queremos llegar?

Es importante crear un vínculo entre el (la) facilitador (a) y los participantes para que estos se abran al diálogo y compartan experiencias. Del mismo modo, los participantes deben ser sensibilizados mediante el uso de herramientas que creen vínculos emocionales con el tema de la formación. El (la) facilitador (a) debe planificar la toma de conciencia utilizando como base el tema de la sesión educativa que se va a tratar, por ejemplo, si este es “la importancia de la alimentación en los niños”, se puede hacer la sensibilización en los temas de la anemia o la desnutrición, utilizando videos, problemática actual o testimonios. Se recomienda que cada taller tenga un mensaje clave para la concienciación; el mensaje se refiere al concepto o definición que deseamos que el aprendiz se lleve consigo después de un taller, puesto que le será útil para aplicar lo aprendido. Muchas veces es la respuesta al qué y al cómo de la solución de

un problema. Un ejemplo es “Las frutas y verduras aportan vitaminas” o “cinco al día”. Como se puede observar en los ejemplos, el mensaje es un hecho o una acción que el participante recordará fácilmente y que le llevará a realizar cambios positivos en su vida.

Se debe motivar a los participantes, de tal manera que comprendan la utilidad del tema y cómo los conocimientos nuevos serán aplicados para su beneficio y el de la comunidad. Al mismo tiempo, esta fase permite que los beneficiarios se comprometan e involucren en el trabajo y crezca en ellos el deseo de asistir y cumplir con la formación. Es necesario continuar la motivación durante todos los pasos de la sesión educativa. El (la) facilitador (a) debe usar videos, historias, testimonios o dinámicas para sensibilizar y motivar a la audiencia.

c) Recuperación de saberes (construcción de capacidades)

La audiencia debe sentir que sus experiencias, costumbres y conocimientos se toman en cuenta y se valoran durante el taller. En esta etapa, el (la) facilitador (a) debe receptar todos los aportes que los participantes tengan en cuanto a un tema específico que permita dirigir y reforzar la capacitación, basándose en sus inquietudes y necesidades. Se puede aplicar la lluvia de ideas o, a modo de conversatorio, utilizar preguntas generadoras que abran el diálogo.

d) Aprendiendo juntos: contenido del taller**(el tiempo depende de la sesión y tema)**

El (la) facilitador (a) deberá estar completamente informado sobre el tema y tendrá que utilizar las técnicas descritas en la malla curricular para dictar cada taller de formación. Para ello, es importante que el dueño, gerente o director de la entidad

que dirige el proyecto de formación contrate a profesionales en el área de la salud y la nutrición y promulgue la actualización de los conocimientos y metodologías. Los contenidos deben actualizarse y ser adecuados a las características de los participantes. Además, los subtemas deben seguir una secuencia.

e) Actividades prácticas (el tiempo depende de la sesión y tema)

En este paso, el (la) facilitador (a) utiliza actividades que permitan a la audiencia profundizar los temas en la práctica.

Los participantes observarán cómo él (ella) realiza paso a paso el proceso de la práctica. Este es un momento crucial para responder dudas, corregir técnicas y detectar errores para solucionarlos a tiempo.

El (la) facilitador (a) debe preparar con anticipación y organizadamente todos los materiales necesarios para la demostración, así como para la práctica de los participantes. Se recomienda realizar una demostración correcta de la práctica y preguntar a la audiencia sobre los pasos que se siguieron. Posteriormente, debe planificar una demostración incorrecta para comprobar que la técnica e instrucciones fueron entendidas.

Los participantes, uno a uno, deben demostrar frente al instructor el dominio de la técnica y de los pasos por seguir (aprender haciendo). Tanto la audiencia como el (la) facilitador (a) observan detenidamente la práctica de cada estudiante, para poder brindar la retroalimentación en forma oportuna. Otra estrategia es reunir a los participantes en grupo bajo la supervisión del facilitador (a).

f) Cierre: resumen del taller, evaluación, establecimiento de compromisos y acciones que se van a seguir (ocho minutos)

El (la) facilitador (a) resume el contenido del taller. Se debe aprovechar el espacio

para que los asistentes formulen preguntas. Se recomienda usar las técnicas de evaluación descritas en la malla curricular. Es muy importante que durante la evaluación los participantes no se sientan juzgados o criticados porque esto provoca tensión y disminuye su motivación.

Diálogo:

- ¿Qué utilidad puede tener para nuestro hogar la aplicación de lo aprendido el día de hoy?
 - ¿Qué beneficios tendrá nuestra comunidad si aplicamos lo aprendido el día de hoy?
- Finalmente, el (la) facilitador (a) recoge los compromisos de la audiencia con respecto a la aplicación de lo aprendido en el taller. Adicionalmente, se dan a conocer las próximas fechas de reunión y las acciones generales que se van a seguir.

2.2. Sesión educativa 2: problemas y soluciones (proyectos)

a) Apertura del taller

¿Qué queremos conseguir? (planteamiento del problema y objetivos)

- El (la) facilitador (a) da apertura al taller, presentándose con los participantes y agradece su asistencia; además, deberá esforzarse por memorizar los nombres de los participantes.
- Se comunica el problema que se va a tratar, los objetivos y el contenido del taller: “¿qué esperamos de esta reunión?”.

b) Sensibilización y motivación

Es importante crear un vínculo entre el (la) facilitador (a) y los participantes para

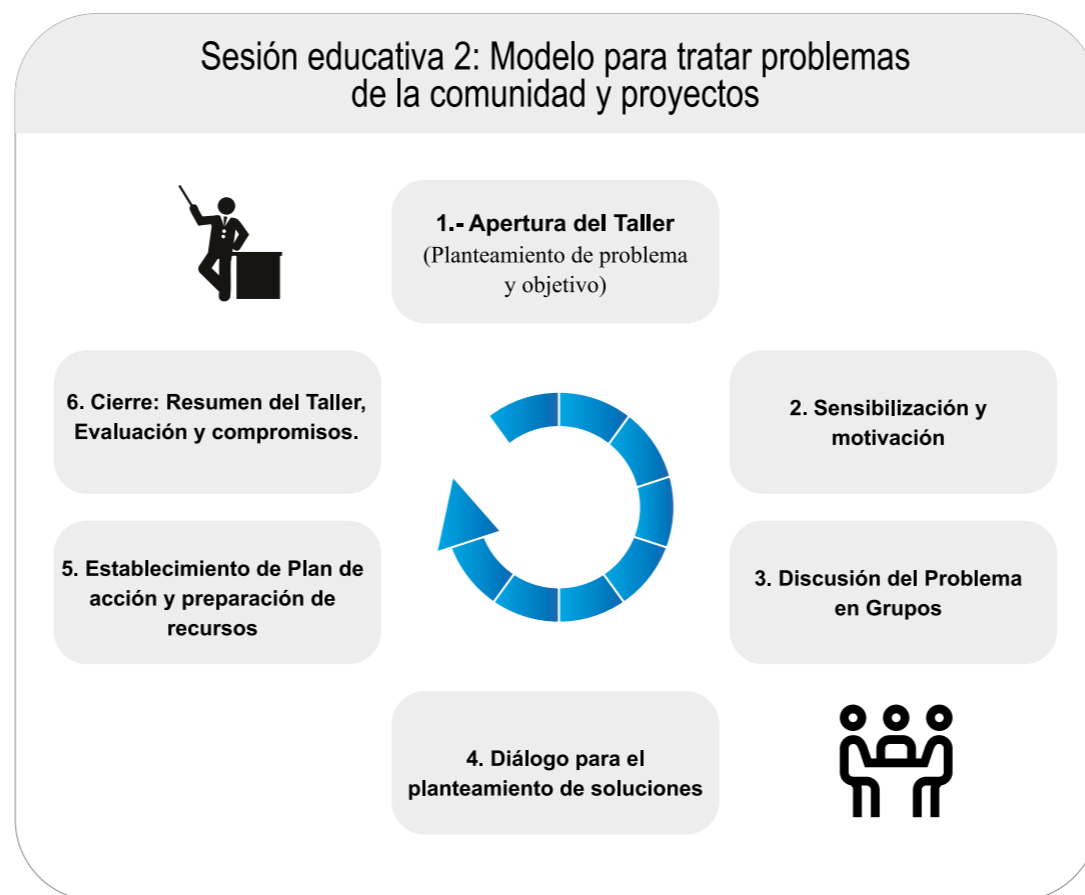


Gráfico No 6

que estos se abran al diálogo y compartan experiencias. Del mismo modo, los participantes deben ser sensibilizados mediante el uso de herramientas que creen vínculos emocionales con el tema de formación.

Se debe motivar a los participantes, de tal manera que comprendan la utilidad del tema y cómo los conocimientos nuevos serán aplicados para su beneficio y el de la comunidad. Al mismo tiempo, esta fase permite que los beneficiarios se comprometan e involucren con el trabajo y crezca en ellos el deseo de asistir y cumplir con la formación. Es necesario continuar la motivación durante todos los pasos de la sesión educativa. El (la) facilitador (a) debe usar videos, historias, testimonios o dinámicas para sensibilizar y motivar a la audiencia.

c) Discusión del problema en grupos

El (la) facilitador (a) desarrolla y analiza el problema que se va a tratar, usando un árbol de problemas, debates o discusión en grupos.

d) Diálogo para el planteamiento de soluciones

Todo el grupo aplica la técnica de la desviación positiva para encontrar a las personas de su comunidad que tengan comportamientos positivos en cuanto al problema. En grupos elaboran un árbol de soluciones (revisar capítulo 4) que luego comparten con los demás para priorizar aquellas alternativas que la comunidad puede realizar y aquellas en las que necesitará el apoyo de las autoridades.

e) Establecimiento del plan de acción (45 minutos)

Los participantes, con dirección del (la) facilitador (a), crean su propio plan de acción. Un modelo de plan de acción se describe en la siguiente tabla:

Objetivo

Actividades	Responsables	Recursos (físicos, económicos y materiales)	Fechas	Lugar

f) Cierre: resumen del taller, evaluación y compromisos (10 minutos)

El (la) facilitador (a) resume el contenido del taller. Se aprovecha el espacio para que los asistentes formulen preguntas. Se usan las técnicas de evaluación descritas en la malla curricular. Es muy importante que durante la evaluación los participantes no se sientan juzgados o criticados porque esto provoca tensión y disminuye su motivación.

Diálogo:

- ¿Qué utilidad puede tener para nuestro hogar la aplicación de lo aprendido el día de hoy?
- ¿Qué beneficios tendrá nuestra comunidad si aplicamos lo aprendido el día de hoy?

Finalmente, el (la) facilitador (a) recoge los compromisos de la audiencia con respecto a la aplicación de lo aprendido en el taller. Adicionalmente, se dan a conocer las próximas fechas de reunión y las acciones generales que se van a seguir.

2.3. Sesión educativa 3: preparación para la práctica

Práctica

a) Instrucciones generales previas a la práctica

Los participantes y el (la) facilitador (a) fijan la fecha, hora y lugar de encuentro. Todos deben asistir con puntualidad y con los materiales necesarios para la ejecución de la práctica. El (la) facilitador (a) explica detenidamente los objetivos de la práctica y de aprendizaje junto con la estrategia para su desarrollo.

b) Ejecución de la práctica

El (la) facilitador (a) orienta la ejecución de la práctica guiando a los participantes paso a paso. Los participantes son responsables de la ejecución, por lo que deben estar conscientes de la importancia del profesionalismo en el trabajo que desempeñen.

c) Retroalimentación

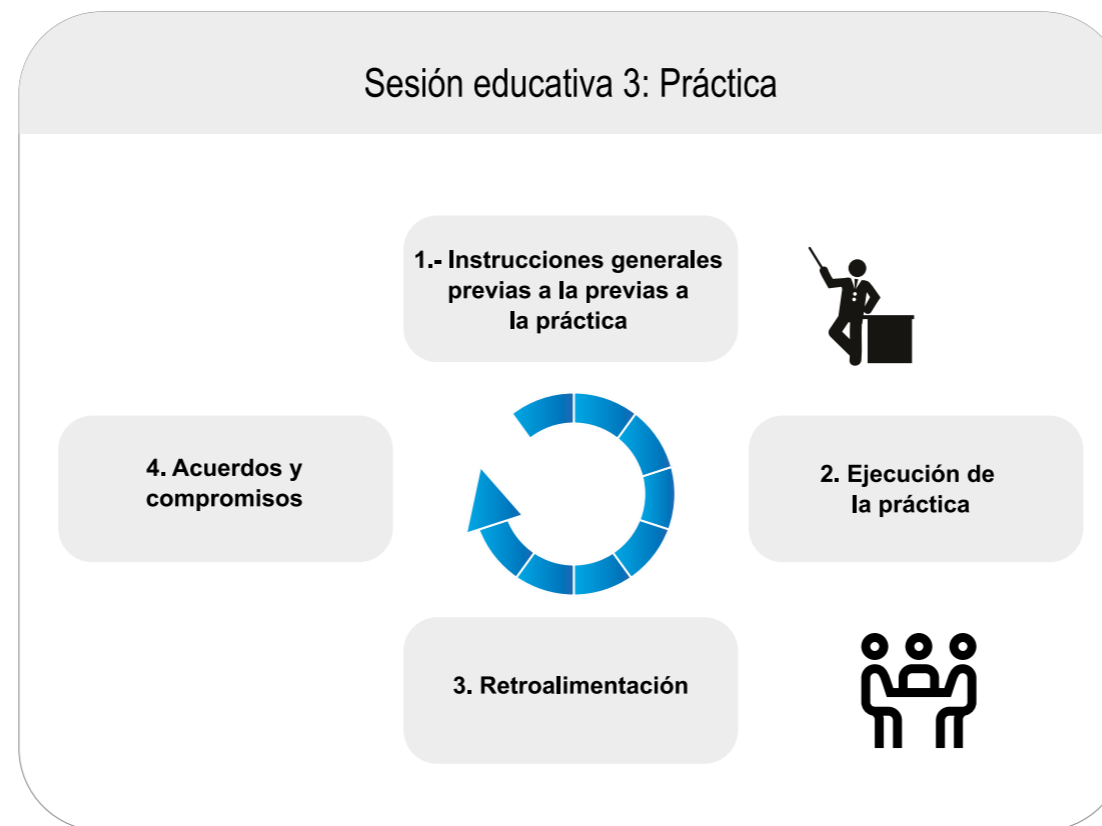
En este paso el (la) facilitador (a) informa a cada participante sobre su desempeño (felicitarlos por el trabajo) y aprovecha para resaltar (con delicadeza y prudencia, sin herir susceptibilidades) los errores cometidos. Si es necesario, el (la)

facilitador (a) se reúne individualmente con aquellas personas que necesiten guía adicional.

d) Acuerdos y compromisos

Los participantes reciben instrucciones del (la) facilitador (a) acerca de las actividades que van a desarrollar después de la práctica (por ejemplo, análisis de material recopilado o seguimiento). Cada participante se compromete en una actividad concreta. El facilitador, por su parte, recopila de manera escrita todos los acuerdos y compromisos.

Gráfico No 7



CAPÍTULO IV

TÉCNICAS DE EDUCACIÓN

El Plan Integral de Formación incluye en cada taller metodologías participativas, que se han seleccionado con el objetivo de hacer del educando el principal beneficiario de la educación no solo en la adquisición de conocimientos, sino de destrezas, habilidades y actitudes relacionadas con el tema de estudio. La vivencia y la participación permiten a los individuos ser parte de un proceso educativo basado en la recreación del conocimiento, en donde la gente aplica los conocimientos según sus experiencias, condiciones de vida y lo que siente. Las técnicas participativas ayudan a:

- Desarrollar la reflexión y el pensamiento crítico.
- Intercambiar el conocimiento individual para enriquecer el conocimiento grupal.
- La creación colectiva de conocimientos, habilidades y soluciones.

El (la) facilitador (a) debe estar consciente, para que una técnica funcione como herramienta educativa, de que se la debe utilizar en función de un objetivo específico y estar encaminada a las potencialidades y características del grupo meta (conocimientos, nivel educativo, tiempo disponible y número de participantes).

1. Tipos de técnicas

De manera general, este manual describe los siguientes tipos de técnicas:

- a) Visuales (gráficas y escritas).
- b) Audiovisuales y auditivas.
- c) Técnicas con actuación.
- d) Técnicas dinámicas vivenciales.

2. Técnicas de apertura

a) Conociéndonos mejor (para grupos de máximo diez personas)

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) recibe a todos los asistentes al taller.
- A cada persona se le entrega una tarjeta y un marcador. En la tarjeta el participante escribe su nombre y tres cualidades que tenga. Luego uno a uno explicarán sus fortalezas frente a los demás.

b) La comunidad y yo

Procedimiento:

El (la) facilitador (a) agrupa a los participantes en equipos de tres. Los

participantes deben tratar tres dificultades relacionadas con la seguridad alimentaria que vivieron en su entorno familiar, de trabajo o comunitario en la última semana. Posteriormente, cada grupo expone la dificultad más importante y los demás exponen las posibles soluciones.

c) Conociendo a mis compañeros

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) prepara en parejas tarjetas que contengan el mismo nombre de frutas o verduras.
- Reparte las tarjetas indistintamente entre los participantes.
- Posteriormente, invita a los participantes a que busquen su pareja.
- Cada pareja tiene cinco minutos para conocer acerca de su trabajo o gustos alimenticios.
- Finalmente, todas las parejas presentarán a sus respectivos compañeros con la información obtenida.

3. Técnicas educativas

A continuación, se describen las técnicas de educación que se van a utilizar para la ejecución de la malla curricular.

3.1. Árbol de problemas y soluciones

Objetivo: determinar las causas de un problema y las soluciones que propone la comunidad.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) indica a los participantes que el proceso se asemeja

al desarrollo de un árbol. El tronco del árbol se denomina problema central y refleja la situación de carencia o necesidad que se quiere solucionar en la comunidad. Las raíces del árbol son similares a las causas del problema, es decir, a los hechos o factores que dan origen al problema central. Las ramas y las hojas del árbol representan los efectos del problema, esto es, las consecuencias que tiene en la vida de la gente el problema central.

- Uno a uno los participantes deben levantar su mano para aportar ideas, que son recogidas por el (la) facilitador (a).

3.2. Desviación positiva

Objetivo: reconocer y reproducir comportamientos y actitudes que aplican las demás personas en la comunidad y que les han permitido resolver problemas o tener una buena salud, a pesar de la situación económica o social que les rodea.

Procedimiento:

- **Definir** qué hace la comunidad con respecto a un problema, a sus prácticas actuales y causas y a los comportamientos o resultados deseados que ya manifiestan ciertas personas en su entorno.
- **Determinar** en la misma comunidad quiénes son aquellos individuos o grupos (desviados positivos) que actualmente muestran el estado o comportamiento deseado.
- **Descubrir** los comportamientos o prácticas no comunes (desviadas) que ayudan y permiten a los “desviados positivos” encontrar mejores soluciones al problema y tener un mejor desempeño que el resto del grupo o comunidad.
- **Diseñar** una intervención que permita a los otros miembros de la comunidad el acceso y la práctica de los nuevos comportamientos y las prácticas descubiertas. Se enfoca en aprender haciendo y no en transferir conocimiento.

3.3. Taller hogareño

Objetivo: transmitir conductas y prácticas adecuadas en cuanto a alimentación, consumo, salud, higiene y cuidado de los niños, desde personas con comportamientos saludables que se desenvuelvan en la misma comunidad con recursos económicos escasos y la misma condición social.

Procedimiento:

- Identificar a las personas de la comunidad que tengan prácticas positivas con respecto al tema que se va a tratar.
- Diseñar una intervención en el hogar de la (las) persona (s) que desea (n) adquirir conductas positivas.
- Acudir puntualmente al hogar de la (s) persona (s) seleccionadas para implementar el taller (generalmente el lugar será la cocina o alguna otra habitación).
- El objetivo final es que la mayor cantidad de hogares hayan recibido esta formación y que luego sea un modelo de hogar saludable.

Ejemplos de actividades por desarrollar en un taller hogareño:

- Selección de recetas que utilicen alimentos nutritivos disponibles en la comunidad.
- Adecuación del lugar para preparar los alimentos.
- Aplicación de técnicas saludables de cocción.
- Preparación de alimentos saludables y de agrado para los miembros del hogar.
- Lavado de las manos a los niños (as).
- Alimentación a los niños (as) asistentes (mensajes y prácticas sobre educación en salud, nutrición y saneamiento).

3.4. Lluvia de ideas

Objetivo: recoger las ideas de los participantes con respecto a un tema o problema (útil para grupos de máximo veinte participantes).

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) expresa la importancia de la intervención de los asistentes para la expresión de ideas en un tema determinado.
- Los participantes, de manera organizada, levantan la mano y expresan sus ideas. Todas las ideas serán recolectadas en un paleógrafo o en el pizarrón. Para esto, se pueden usar marcadores y pequeños papeles autoadhesivos ("post it"). El moderador determina el tiempo de duración de la actividad y procura que todos expresen sus criterios.
- En conjunto el facilitador y los participantes analizan las ideas y crean consensos.

3.5. Juego de roles

Objetivos: practicar técnicas, aclarar comportamientos.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) explica la técnica o el comportamiento utilizando a dos personas voluntarias; luego, designa los roles y evalúa el procedimiento.
- Finalmente, se recoge la opinión y sugerencias de los asistentes.

3.6. Socio-drama

Objetivo: Debatir problemas en la comunidad.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) previamente escribe una situación.
- Se discute el problema con los participantes.
- El (la) facilitador (a) designa algunos personajes y explica sus roles y características; luego describe la situación que se va a interpretar; el (la) facilitador (a) tendrá como objetivo instruir a la audiencia sobre las prácticas correctas o incorrectas en el tema que se está tratando.
- Se realiza un ensayo de la presentación y la selección del escenario.
- Los asistentes hacen comentarios y observaciones.

3.7. Charla

Objetivo: Transmitir conocimientos, ideas, temas nuevos, decisiones y técnicas, de manera sencilla y acorde al grupo meta.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) fija la hora y fecha de la charla.
- Se les notifica la hora y lugar a los asistentes.
- Se debe llegar con puntualidad y llevar los materiales necesarios para la charla.
- El (la) facilitador (a) podrá presentar el tema con diapositivas, carteles, gráficos, etc.
- Durante todo el tiempo, el (la) facilitador (a) deberá utilizar un lenguaje claro y sencillo, explicar conceptos nuevos y evaluar la comprensión del público.

3.8. Demostración práctica

Objetivo: desarrollar destrezas y habilidades en los asistentes, mediante la

ejecución de actividades bajo la supervisión del (la) facilitador (a).

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) debe dominar la técnica que va a desarrollar.
- Se muestra la técnica frente a todos los asistentes.
- El (la) facilitador (a) divide a los participantes en grupos y ellos desarrollan la práctica entre ellos. Uno a uno deben ser evaluados.

3.9. Estudio de caso

Objetivo: permite a los asistentes entender situaciones o plantear soluciones frente a una situación específica.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) prepara una situación o problema relacionado con el tema que se va a tratar.
- Se expone el caso de manera oral.
- El (la) facilitador (a) cuestiona la situación: ¿qué ha pasado?, ¿por qué?, ¿qué está mal?, ¿qué está bien?, ¿qué se debe mejorar? y ¿cómo?
- Todas las sugerencias deben ser recogidas de forma escrita.
- Finalmente, se llega a un acuerdo respecto de la solución que se debe seguir.

3.10. Visitas domiciliarias

Objetivos: observar el ambiente social y familiar en que está inserta la familia; evaluar nutricionalmente a los niños del hogar; proporcionar información a la familia sobre alimentación saludable.

Procedimiento:

- Planificar las visitas (fecha, hora y hogares seleccionados).
- El (la) facilitador (a) indica a los participantes los objetivos de la visita y las instrucciones.
- Organizar el material necesario para la visita.
- Se recomienda asistir a la visita en equipos de dos personas.
- Saludo y presentación con la familia: ser cordial, informar la razón de la visita y preguntar si se puede ingresar al domicilio y su disponibilidad de tiempo para la visita.
- Se debe actuar de manera confiable y con respeto a la privacidad.
- Ejecutar las preguntas de las encuestas en caso de que la visita lo amerite.
- Observar el ambiente físico y ecológico de la familia.
- Tomar las medidas antropométricas.
- Dar consejos en cuanto a alimentación e higiene únicamente si la familia lo solicita.
- Explicar qué se hará con los datos tomados y cuáles serán los pasos que se van a seguir.

3.11. Audiovisuales

Objetivo: proyectar a los asistentes, técnicas y situaciones que llamen su atención y que les permitan comprender casos especiales y comportamientos, así como evaluar y plantear soluciones a diferentes realidades.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) deberá buscar un material audiovisual de calidad, que pueda ser proyectado en el lugar predeterminado y en los equipos disponibles.

- El video debe ser revisado en cuanto a su contenido, idioma, formas de expresión e ideas que va a transmitir.
- Una vez autorizado el uso, se lo presenta a los asistentes con una explicación previa del objetivo del video (el tiempo no debe exceder una hora para no perder la concentración de la audiencia).
- Una vez finalizado el video, el (la) facilitador (a) guiará una discusión con respecto al tema: ¿qué llamó su atención?, ¿qué estuvo bien?, ¿qué estuvo mal?, ¿qué se puede hacer para evitar o tratar el problema?, etc.

3.12. Promoción de salud en el sub-centro de salud

Objetivos: fortalecer la destreza en la capacitación de las voluntarias en salud para comunicar o tratar temas de salud y prevención en la comunidad asistente al sub-centro de salud; ayudar a las personas, mediante una conversación, a mejorar su comportamiento con respecto a un tema específico en salud.

Procedimiento:

- La promoción de la salud debe ser planificada con anterioridad, incluyendo los materiales (obligatorios, como el apoyo visual), el lugar y el horario.
- Los participantes asistirán al sub-centro de salud de manera puntual, según designe el (la) facilitador (a).
- Cada participante tendrá un tema a su cargo, para lo cual deberá llegar preparado y listo para dar respuestas.
- Una vez en el área de espera del sub-centro de salud, se deberá proceder a dar consejería sobre el tema, ya sea de manera individual o grupal, dependiendo del número de personas.

Recomendaciones generales:

- La persona que esté a cargo debe presentarse de manera oral o con una identificación.
- Se preguntará al paciente sobre su interés en recibir consejería sobre el tema.
- El encargado debe consultar y escuchar el comportamiento de la persona para luego proceder a dar recomendaciones.
- Durante la conversación, es importante mantener al paciente motivado e interesado.
- Finalmente, se negociarán las soluciones y se llegará a los compromisos.

3.13. Pasantías de estilo rotativo (colegios, sub-centros de salud, entidades del gobierno, sector privado y fundaciones)

Objetivos: mejorar las técnicas y destrezas sobre los temas relacionados con la salud; ser un apoyo en la educación de la comunidad en diferentes de temas de salud y nutrición, tanto en su promoción como en la prevención.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) realiza los contactos previos con las autoridades pertinentes para las pasantías.
- Las pasantías se ejecutan de manera rotativa durante el periodo de autorización de la entidad pertinente (mínimo un mes y máximo dos).
- Los horarios de pasantía se designan de acuerdo con la entidad y la disponibilidad de los voluntarios (as).
- Cada voluntario (a) debe recibir instrucciones sobre su manejo dentro de la institución (puntualidad, respeto, honestidad, organización y cumplimiento).

- La autoridad emitirá un documento en el que indique el desempeño del voluntario (a) en la institución.

3.14. Intercambios para capacitaciones

(familias, escuelas, profesores, jóvenes, etc.)

Objetivos: potencializar los saberes, destrezas y prácticas que les permitan realizar acciones y tomar decisiones en su comunidad; ser un apoyo en la educación de la comunidad en diferentes de temas de salud y nutrición, tanto en su promoción como en la prevención.

Procedimiento:

- Los voluntarios (as) capacitan a un grupo seleccionado de una comunidad diferente a la que pertenecen.
- Los temas como metodologías y materiales son tratados y organizados con el (la) facilitador (a).
- Se convoca a la capacitación con al menos dos semanas de anticipación y se realizan al menos dos recordatorios, ya sea de manera oral, escrita o telefónica.
- El día de la capacitación se asiste con puntualidad y con los materiales necesarios.
- El (la) facilitador (a) deber estar presente durante todo el proceso.

3.15. Perfil de un líder constructivo

Objetivo: elaborar, con la participación de la comunidad, un perfil de cómo son realmente los líderes de la comunidad y cómo desearía la población que sea este líder.

Procedimiento:

- Para elaborar el perfil real, se debe hacer una entrevista corta y preguntar en la comunidad al menos a veinte pobladores de diversas edades, sexo, condición social y ocupación su opinión respecto a sus líderes.
- Las preguntas podrían ser:
 - ¿Qué cualidades ves en los líderes de la comunidad?
 - ¿Qué dificultades identificas en los líderes de la comunidad?
 - ¿Cómo aportan los líderes al desarrollo de la comunidad?
 - ¿Qué deberían mejorar los líderes de la comunidad en su forma de ser y de trabajar?
 - ¿Cómo aporta la población al buen trabajo de los líderes?
- Organizar la información en cuadros, por preguntas, donde se colocan las opiniones de todos de la siguiente forma:

<i>Cualidades de los (as) líderes</i>	<i>Dificultades de los (as) líderes</i>	<i>Aportes de los (as) líderes al desarrollo</i>	<i>¿Qué deben mejorar los (as) líderes?</i>	<i>¿Cómo aporta la comunidad al trabajo de los (as) líderes?</i>

- Realizar una reunión donde se presenten las opiniones recogidas y pedir a los participantes que expongan todas sus ideas como si fuera una lluvia, para definir las características que debe tener todo líder:

- Para ello, entregarles tarjetas donde puedan escribir de forma corta, en no más de siete palabras, esas características; si hay personas que no saben escribir, estas deben trabajar en pareja con quienes saben escribir, aportando sus ideas.
- Pedir que peguen sus tarjetas en una pared para que todos las puedan leer.
- Ordenar las tarjetas, identificando las opiniones que aparecen; en esta tarea puede ayudar la población asistente a la reunión, indicando qué tarjetas tienen ideas similares.
- Luego, se leen las características que se agruparon y que quedaron solas.
- Pedir que formen grupos donde los pobladores acuerden formas de apoyar a sus líderes para que sean buenos guías, con las características que mencionaron en la etapa anterior y que comenten sus conclusiones cantando una canción, cuya letra dé a entender el compromiso que los grupos asumen para apoyar a los líderes a llegar hacia ese perfil.

3.16. Mejorando mi condición de líder

Objetivo: elaborar una propuesta de actividades con las que el (la) líder se comprometen para mejorar su rol.

Procedimiento:

- Revisa lo trabajado en la etapa “aprendiendo juntos”, respecto a la forma de organizar un plan de acción.
- Utiliza la matriz sugerida en este apartado u otra que se crea conveniente para escribir las actividades que desarrollarás para mejorar tu condición de líder tanto en el nivel personal como familiar y comunitario.
- Puedes tomar en cuenta esta matriz:

Responsabilidades	Tiempo	Dom.	Lun.	Mar.	Mier.	Jue.	Vier.	Sab.
Con mi comunidad	Madrugada							
	Día							
	Noche							
Con mi familia	Madrugada							
	Día							
	Noche							
Con mi trabajo	Madrugada							
	Día							
	Noche							
Otros	Madrugada							
	Día							
	Noche							

3.17. La negociación en el manejo de conflictos

• El (la) facilitador (a) explica la dinámica “dibujando el concepto” al grupo, que deberá dibujar qué entiende por negociación. Cada grupo presentará su dibujo y observará las presentaciones de los demás. El (la) facilitador (a) presentará sus conclusiones.

Uno de los principios básicos de la negociación es que para que esta sea efectiva las partes deben:

- Actuar de buena fe con la otra parte y buscar un resultado que lo ponga lejos de una situación desfavorable.

- Respetar a la otra parte, tener una actitud justa, equilibrada y sin violencia.
- Plantear las contradicciones que la otra parte señala para que se dé cuenta y reflexione sobre su propia lógica.
- Descubrir la manera de aprovechar las debilidades y convertirlas en oportunidades para superar el conflicto.
- Proponer una estrategia que permita economizar recursos, tiempo y energía.
- Comunicarse de manera precisa, de tal manera que permita una buena comprensión.
- Llevar la conversación en lo posible con confianza mutua.

Pasos para la negociación: hay que tener en cuenta las siguientes recomendaciones para que una negociación tenga buenos resultados:

- ✓ **Definición del conflicto:** es el ejercicio mental y verbal que realizan las partes para reconocer y expresar qué tipo de conflicto tienen y cuáles son sus características. De este modo, se tendrá claro de qué se trata el problema durante la discusión y la toma de decisiones para resolverlo.
- ✓ **Análisis del conflicto:** el conocimiento más profundo del conflicto permite llegar a establecer lo que este significa en la vida de cada una de las partes. Otros elementos que se deben tener en cuenta son las expectativas, las capacidades, las voluntades y los intereses opuestos que tienen las partes. Esto facilita que se tome conciencia de las causas del conflicto, de sus posibles consecuencias en caso de que no se resuelva y de qué ventajas habría si se resuelve.

- ✓ **Generación de opciones:** es un paso que se debe seguir luego de que se conocen el conflicto y sus consecuencias. En este momento se identifican diversas opciones para poder solucionarlo, porque puede haber más de una elección que se puede aplicar.
 - ✓ **Selección de opción:** de todas las opciones que pueden ayudar a resolver el conflicto, es necesario seleccionar una. Esa selección se hace considerando los aspectos positivos y negativos que tiene cada opción sugerida, descartando las que tienen mayores aspectos negativos.
 - ✓ **Seguimiento:** es un paso muy importante. La resolución de un conflicto no asegura su cumplimiento. Es necesario asignar tareas y responsables para asegurar que se den los pasos necesarios para que la solución del conflicto sea definitiva.
 - ✓ **Evaluación:** es el control que se hace para comprobar si los pasos necesarios para resolver el conflicto están siendo ejecutados por las personas comprometidas, con los recursos asignados, en la forma acordada y en el tiempo establecido.
- El (la) facilitador (a) crea el caso de un conflicto que pudiera presentarse en la comunidad en el tema de su elección (según los asistentes). Los asistentes se reunirán en grupos y analizarán el caso utilizando la siguiente matriz:

<i>Actores involucrados en el conflicto</i>	<i>Acuerdos y compromisos</i>	<i>Beneficios para ambas comunidades</i>	<i>¿Cómo se da seguimiento a las decisiones tomadas?</i>

- El (la) facilitador (a) pregunta qué otra forma de negociar podrían proponer en relación con este caso

3.18. Planificación participativa

Objetivo: crear planes de desarrollo en temas de interés para la familia, el trabajo o la comunidad.

Procedimiento

- Se definirá un tema de interés para el grupo.
- Se completa el siguiente cuadro en grupo. Es importante que el (la) facilitador (a) recalque la importancia de cada punto para el logro de objetivos, así como los principales problemas que suceden por falta de cumplimiento.

Objetivos				
<i>Actividades</i>	<i>Fecha</i>	<i>Responsabilidad</i>	<i>Participantes</i>	<i>Recursos</i>

3.19. Manejo de presupuesto

Objetivo: practicar las herramientas de manejo del presupuesto para el hogar o el trabajo.

Procedimiento

- El (la) facilitador (a) invita a los asistentes a participar en la dinámica “preparando nuestra comida” al analizar el cuadro siguiente:

Objetivo _____
 Tiempo _____
 Responsable (s) _____

<i>¿Qué necesitamos para hacer la comida?</i>	<i>¿En qué cantidad?</i>	<i>Cuánto nos cuesta?</i>
Materiales, como alimentos e instrumentos		
Pago a la persona que cocina		
Servicios (luz, agua, gas)		

- Cada grupo presenta su matriz a los otros grupos.
- Cuando terminen las presentaciones, se escucha la explicación del (la) facilitador (a) en torno a la importancia de hacer presupuestos para la ejecución de las acciones cotidianas, indicando que sin presupuesto no se puede ejecutar ninguna actividad, menos aún una iniciativa comunitaria.

3.20. Ficha familiar (modelo)

Objetivos: evaluar las condiciones de salud de las familias de la comunidad; mantener un registro de los avances; obtener información útil para la toma de decisiones oportunas que beneficien a la comunidad.

A continuación, se presenta un modelo de ficha familiar que podrá ser aplicado por los voluntarios (as) en salud.

N° de ficha: _____			
Dirección de la vivienda			
Nombre del jefe del hogar		Ocupación:	Edad:
¿Hay mujeres embarazadas?	Si/no:	Nombre y edad de la mujer embarazada	Nombre: Edad:
¿La mujer embarazada ha recibido controles de salud? ¿cada qué tiempo?			
Número de miembros de la familia		Número de niños menores de cinco años	
Nombres y apellidos	Enfermedades conocidas	Nombre	Enfermedades conocidas
<i>¿Han sido vacunados los niños menores de cinco años?</i>			
<i>¿Han recibido controles periódicos de salud los niños menores de cinco años?</i>			
<i>Datos de la vivienda y el entorno (condiciones e higiene)</i>			

3.21. Afiche

Objetivo: Participación del grupo asistente para profundizar un tema aprendido a través de la práctica.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) divide a los presentes en grupos.
- Se solicita a los participantes que, en base al tema por tratar o analizar, emitan sus opiniones en forma de afiche, de tal forma que aporten positivamente al tema.
- Cuando se hayan elaborado los afiches, un integrante de cada grupo procede a presentar los elementos o puntos importantes a todos los asistentes.
- El (la) facilitador (a) pregunta a los asistentes qué interpretan o qué conclusiones sacan de cada uno de los afiches.
- Finalmente, el grupo explica a todos los presentes la interpretación de los símbolos, elementos, dibujos, etc., que contiene el afiche.

3.22. Refranes

Objetivo: conocerse entre los asistentes y reforzar un tema específico.

Procedimiento:

- Entregar a todos los asistentes frases cortadas y colocarlas en una bolsa.
- Todos los asistentes deben buscar la parte de la frase que calce para completarla.
- Una vez completada la frase, comenzarán a presentar a su pareja y mencionar la frase que escogieron; emitirán su opinión sobre la oración elegida y así se sigue hasta terminar con todos los asistentes.

3.23. Hallar la otra mitad

Objetivo: apertura de un taller para relacionar los conocimientos previos que tienen los participantes de un tema que se va a tratar.

Procedimiento:

- Según el tema por tratar se elabora el material previamente.
- Cada símbolo, papel, tela, etc., se recorta en dos partes irregulares (similar a un rompecabezas).
- Se divide en dos grupos a todos los presentes.
- Posteriormente, los participantes se mezclan y deben encontrar la mitad correcta para completar la figura.
- Cuando los participantes encuentren su mitad, dialogan sobre el significado que tiene la figura o símbolo.
- El (la) facilitador (a) explica la relación que tiene cada figura con el tema que se tratará en el taller.

3.24. La caja de sorpresas

Objetivo: reconocer la importancia de un tema específico.

Procedimiento:

- Elaborar una caja o una bolsa y colocar tarjetas informativas sobre el tema.
- Pueden usarse símbolos, frases, preguntas, recortes, etc.
- Los participantes tienen que hacer circular la caja entre todos.
- Cuando el (la) facilitador (a) haga sonar el pito, la persona que tiene la caja sacará una tarjeta, la lee en voz alta y responde o explica lo expuesto en la tarjeta.

- El juego debe continuar hasta que se terminen las tarjetas.
- El (la) facilitador (a) refuerza las respuestas de los participantes para aclarar el tema.

3.25. Mensajes importantes

Objetivo: socializar y complementar un tema observado a través de mensajes clave que se hayan comprendido en la clase.

Procedimiento:

- Organizar los grupos de trabajo.
- Entregar a cada grupo un pliego de papel y un marcador.
- Cada grupo elabora mensajes clave e importantes en base al tema tratado en la clase.
- Un representante de cada grupo expone los mensajes importantes anotados.
- Se colocan los mensajes clave en el aula para recordarlos a lo largo de las capacitaciones.
- Finalmente, todos los grupos analizan los mensajes clave y el (la) facilitador (a) refuerza las preguntas que puedan aparecer al culminar la actividad.

3.26. Reconociendo al líder

Objetivos: reconocer al líder como una persona de confianza que es capaz de solventar problemas en la comunidad; valorar la importancia del trabajo en equipo para la obtención de resultados.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) debe asegurarse de que cerca hay un espacio amplio

para la movilidad de los participantes.

- Dependiendo del número de participantes, el (la) facilitador (a) los divide en grupos de máximo seis personas.
- El objetivo de la dinámica es que se trasladen de un punto a otro con los ojos cerrados. En el camino se colocan obstáculos y se designará a una persona por grupo para ser quien guíe al resto.
- La persona seleccionada es la única que puede permanecer con los ojos abiertos; sin embargo, no puede hablar.
- El grupo debe formar un tren, es decir, ubicar sus manos en los hombros de la persona que está frente a él (ella) y caminar según se mueva la persona del frente.
- Cuando cada grupo haya llegado a la meta, se comparte la experiencia en grupo. La dinámica se enfoca en la responsabilidad, la confianza, el trabajo en equipo, los miedos y la colaboración.

3.27. Escenarios

Objetivo: comparar diferentes situaciones en donde en diversos escenarios, con o sin características específicas, se presenten variadas circunstancias a favor o en contra de la comunidad.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) describe dos diferentes escenarios: a) el primero debe representar a la comunidad y sus logros con la característica estudiada; b) el segundo debe representar a la comunidad con la característica estudiada y con las debidas consecuencias.

- El (la) facilitador (a) tiene la opción de presentar el escenario completo o de dar la oportunidad a los participantes para que lo creen y discutan en grupo.
- Se debe realizar un análisis profundo de la importancia de la característica tratada en la comunidad.

3.28. Yo también fui niño (a)

Objetivo: sensibilizar a los participantes sobre la niñez, como una parte de la sociedad que merece respeto y ser escuchada.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) prepara una carta sobre un niño de siete años y las dificultades que vive en el entorno familiar y escolar (aproximadamente tres minutos).
- Los participantes opinan sobre los sentimientos que surgieron al escuchar el texto.
- Se comparten las principales alegrías y tristezas vividas durante la niñez y cómo se sintieron frente a los adultos.

3.29. Estereotipos

Objetivo: establecer los estereotipos de género existentes en la comunidad y cómo estos afectan e influyen en la vida de los participantes.

Procedimiento:

- Dividir al grupo en dos partes, preferiblemente en hombres y mujeres.
- Cada grupo escribe las cinco principales actividades que realizan los hombres y las mujeres en la comunidad.

- Un representante de cada grupo expone frente a los demás.
- Por turnos, el grupo opuesto expone si está de acuerdo con las características descritas.
- El (la) facilitador (a) inicia el análisis respondiendo a las siguientes preguntas:
 - ¿Las características señaladas son naturales o adquiridas?
 - ¿Hay discriminación frente a las características descritas?
 - ¿Qué cambiaría si se invirtieran los papeles?

3.30. Canasta nutritiva

Objetivo: aplicar y socializar los conocimientos sobre un tema específico.

Procedimiento:

- Organizar grupos de trabajo; cada uno debe contar su experiencia frente al tema que se tratará en el taller.
- Cada grupo emite un listado de alimentos básicos y frecuentes que consumen los participantes.
- El grupo puede dibujar en un papelógrafo, de acuerdo con el tema por tratar, el listado de alimentos que cada participante mencionó.
- Cada grupo socializa cómo son los hábitos de alimentación que tienen sus integrantes.
- El facilitador presentará la combinación correcta en base al tema que se esté tratando, aclarará las dudas que presente en el grupo y motivará para mejorar la alimentación.
- El facilitador puede abordar todos los puntos necesarios para aclarar el tema que se esté tratando.

3.31. Juego de alimentos

Objetivo: analizar visualmente las equivalencias de porciones con alimentos plásticos.

Procedimiento:

- Dividir al grupo en equipos de tres personas.
- El facilitador explicará previamente las porciones de alimentos con la ayuda de muestras plásticas a todos los asistentes.
- En grupos, los integrantes analizan las porciones que consumen a diario de cada uno de los alimentos que se repartan y determinarán la importancia que tienen en su alimentación diaria.
- Un representante de cada grupo menciona al pleno cuántas porciones consumen a diario de cada uno de los alimentos.
- Finalmente, el facilitador refuerza la importancia de cubrir las porciones recomendadas que establece la pirámide de alimentos y los beneficios que tiene incluirlos en la dieta diaria.

3.32. Rompecabezas

Objetivo: Abordar conceptos nuevos e incrementar conocimientos.

Procedimiento:

- Dividir en grupos a todos los asistentes y dejar un espacio en el centro para poder realizar la dinámica.
- Se entrega a cada grupo un pliego de cartulina o papel periódico con el dibujo de una mujer embarazada.

- Una vez colocado el dibujo en el piso, el facilitador ubica en el centro de todos los grupos cartulinas o piezas con mensajes o palabras clave sobre un tema específico que se tratará. Adicionalmente, se mezclan los mensajes con piezas que no corresponden al tema para distraer a los asistentes.
- El grupo que complete de manera correcta el perfil de la mujer embarazada ganará.
- Es importante que el facilitador establezca un tema específico para cada grupo; de esa manera no hablan todos de lo mismo, sino que comparten la información que tenían que completar.

3.33. Juego de la cadena alimentaria

Objetivo: identificar el proceso de la cadena alimentaria.

Procedimiento:

- Dividir en grupos a los asistentes.
- El (la) facilitador (a) reparte a cada grupo las tarjetas de cartulinas con los puntos que intervienen en la cadena alimentaria (productores de materias primas, agroindustria, distribución y consumidores).
- Cada grupo debe representar en una dramatización a los personajes que se les asignó, de acuerdo con las tarjetas repartidas en el orden correcto de cada punto de la cadena alimentaria.
- El (la) facilitador (a) refuerza, al finalizar las presentaciones, mediante una descripción, los pasos necesarios y su importancia para asegurar la cadena alimentaria.

3.34. Juego de nutrientes y alimentos

Objetivo: identificar los nutrientes que tiene cada grupo de alimentos.

Procedimiento:

- El facilitador previamente elabora cartillas con dibujos de los alimentos, de acuerdo con cada grupo de nutrientes, por ejemplo, grupo de lácteos: leche, yogurt, queso.
- Posteriormente, en el pizarrón se colocan los nombres de los macronutrientes: carbohidratos, proteínas, grasas, fibra y agua; en el caso del agua, es importante identificar sus funciones y sus recomendaciones diarias.
- Los voluntarios (as) reciben por lo menos tres tarjetas para que puedan colocarlas de acuerdo con los nutrientes que consideren que tienen los alimentos y sus funciones.
- Finalmente, el facilitador pasa a la pizarra para verificar que se hayan colocado correctamente los alimentos en cada nutriente y dará un refuerzo del tema para aclararlo a todos los asistentes.

3.35. Creando tu plato de colores

Objetivo: analizar e identificar los micronutrientes que aportan los alimentos cuando diversificamos los colores en un plato.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) prepara con anticipación dibujos de alimentos en cartulinas y en la parte posterior ubica los micronutrientes que aportan y el fito-químico que contienen, por ejemplo, los huevos contienen vitamina D, K, E, fósforo, cloro y hierro.

- Los voluntarios (as) deben formar grupos, a los cuales se les reparten las tarjetas para que puedan observar primero los alimentos, sus nutrientes y fito-químicos; luego, deben formar el plato que normalmente ellos consumen en sus casas.
- Los participantes evalúan qué nutrientes están comiendo y si son platos nutritivos.
- Después, el facilitador refuerza e indica cómo debe estar armado un plato de acuerdo con los nutrientes y sus colores.
- Los voluntarios (as) tienen otra oportunidad para crear un plato colorido con varios nutrientes.
- Cada integrante de los grupos debe mencionar cómo es su plato colorido y justificar por qué está correcto ese plato.
- El facilitador refuerza el tema al finalizar el juego.

3.36. Movimientos dinámicos

Objetivo: practicar actividad física para observar el estado actual de las personas y resaltar la importancia que tiene para fomentar una actitud positiva y la sensación de bienestar.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) organiza al grupo de tal forma que pueda observar la ejecución de la actividad de todos.
- Se puede contar con música de fondo; de esta manera el facilitador empieza a ejecutar movimientos corporales suaves al inicio (como mover la cadera en forma circular, estirar los brazos y piernas y realizar movimientos del cuello).
- Posteriormente, los movimientos son mucho más rápidos en relación con la música; se puede hacer correr en su propio sitio a las personas, pedir que

realicen movimientos parecidos a estar saltando la sogu mientras aplauden hacia arriba y abajo; también se pueden realizar pasos de una canción de preferencia rápida para continuar con el movimiento cardiovascular.

- Finalmente, el facilitador termina la actividad con un estiramiento de las articulaciones y evalúa cómo se sienten los voluntarios (as) tras la actividad.

3.37. Dado de colores

Objetivo: identificar los beneficios y la fuente alimentaria de acuerdo con los diferentes colores de las verduras y frutas y reforzar las funciones de los micronutrientes.

Procedimiento:

- Elaborar un dado grande y colocar los colores analizados que proveen los fito-químicos y otro con los nombres de las vitaminas y minerales más importantes.
- El facilitador organiza al grupo en un círculo, de forma que se observe un espacio grande en el centro.
- El facilitador lanza un dado a los participantes por el lado derecho y otro por la izquierda; ambos deberán circular en forma de reloj. Cuando el facilitador toque el pito, la persona que se quedó con el dado de colores debe mencionar qué beneficios brinda el color que se observa en la parte superior y su fuente alimentaria, por ejemplo, el color rojo protege el corazón y se encuentra en el tomate de riñón.
- La otra persona que se quedó con el dado de palabras debe mencionar la función de la vitamina o mineral que se observe en la parte superior y una

fuentes alimentarias; por ejemplo, el calcio ayuda a fortalecer los huesos y se encuentra en la leche.

- Cada vez que se repita un color o micronutriente, la persona menciona otra función y una fuente alimentaria distinta.
- De esta forma avanza el dado en forma circular, hasta que todos hayan participado en el juego.

3.38. Philip 6-6

Objetivo: obtener información de los asistentes en corto tiempo.

Procedimiento:

- El (la) facilitador (a) divide a los participantes en grupos de máximo seis personas.
- Se plantea una interrogante o tema por tratar que cada grupo debe analizar durante seis minutos.
- Cada grupo nombra a un portavoz que será quien transmita a la audiencia los principales puntos tratados en el grupo.

3.39. Papelógrafo

Objetivo: Plasmar opiniones o acuerdos de grupo, de manera resumida y ordenada.

Procedimiento:

- La audiencia se divide en cinco o seis grupos.
- El (la) facilitador (a) entrega un tema o pregunta de discusión a cada grupo.

Luego, un representante de cada equipo escribe los acuerdos y opiniones en el papel y finalmente los socializa con el resto de la clase.

3.40. Rotafolio

Se recomienda el uso del rotafolio en las charlas de los facilitadores a los voluntarios (as) y en las de los voluntarios (as) a la comunidad. El rotafolio es un auxiliar visual que permite la capacitación uno a uno o uno a dos como máximo. Consiste en varias páginas de papel sostenidas en un soporte general, de tal manera que el (la) facilitador (a) pueda voltear las láminas a medida que avanza en los temas. En la parte posterior de la lámina el (la) facilitador (a) puede visualizar la explicación de la lámina de enfrente, su uso e importancias. Esto permite que recuerde los puntos importantes que debe mencionar al educando. Es una técnica fácil, barata y se puede adaptar a cualquier tipo de tema.

3.41. “Coaching” educativo

El “coaching” es un término reciente que se usa para definir un diálogo participativo, con la intención de incrementar la motivación de las personas en los ámbitos grupal o individual. En este diálogo se busca entender los factores que influyen en la adquisición de hábitos en los individuos, para encontrar con ellos alternativas de solución para que puedan tomar sus propias decisiones, con el fin de alcanzar sus objetivos. El facilitador con esta estrategia acompaña a los educandos, facilita los recursos, la perspectiva adecuada y la motivación necesaria a su audiencia. Así mismo, ayuda a identificar las barreras que

podrían existir, brindando herramientas oportunas para actuar. La audiencia, fruto de un proceso de “coaching”, crea el entorno adecuado y adopta la actitud y la determinación necesarias para conseguir el cambio en su alimentación. Para lograrlo, existen diversas habilidades que se detallan a continuación:

- **“Rapport”**: esta cualidad implica sintonizar o conectarse con la audiencia. El facilitador puede conectarse mediante su lenguaje corporal, lenguaje emocional, cultura o creencias. El fin de esta cualidad es establecer un vínculo con la audiencia en donde exista confianza. Numerosos estudios definen en este contexto a las neuronas espejo que tienen los humanos para interpretar los contextos e intenciones de los demás. Se dice que en base al lenguaje corporal que manifiesta el facilitador, él y la audiencia están o no sincronizados, cohesionados.

- **Preguntas poderosas**: son herramientas que facilitan la reflexión y el cambio. El objetivo es plantear preguntas que descoloquen al paciente, que lo hagan reflexionar y pensar. No deben usarse preguntas cerradas, sino que es preferible iniciar con preguntas como: ¿dónde?, ¿cómo?, ¿de qué forma?, ¿qué?, ¿cuándo?, ¿con quién?

- **Feedback**: la retroalimentación que recibe la audiencia implica devolverle sus palabras para:

- Validar: confirmar lo que hemos entendido.
- Motivar: reconocer de manera inmediata, felicitar, celebrar, dar la mano.
- Comparar: entre dos opciones.
- Reestructurar: dar otra perspectiva.

Tipos de retroalimentación:

- Cognitiva.
- Emocional.
- Corporal.
- De resumen.

- **Empatía:** del griego ἐμπάθεια, empátheia, significa “desde dentro”. Ponernos en el lugar del otro, es decir, comprender.
- No es necesario estar de acuerdo, a diferencia de la simpatía. Es la estrategia para lidiar con la **resistencia del paciente**. La empatía, para que funcione, debe ser real. Para ello se pueden usar frases como:

- Comprendo tu postura:
- Comprendo cómo te sientes... lo que te pasó a mí también me
causaría molestia.....
- Comprendo tu preocupación y esto es una muestra de responsabilidad;
precisamente por eso.....
- Hablando en general si..., veamos ahora en tu caso en particular
.....
- Comprendo tu esfuerzo.....

CAPÍTULO V

MALLA GENERAL

El Plan Integral de Formación nace de la necesidad de instruir a los voluntarios (as) comunitarios, beneficiarios del proyecto, en temas de interés colectivo para la formación específica en nutrición y seguridad alimentaria. El contenido de esta malla ha sido diseñado basándose en el análisis de las necesidades generales de la capacitación realizada en las provincias de Santo Domingo de los Tsáchilas y Cotopaxi. La malla general constituye una etapa preliminar, esencial para el ingreso del participante a su malla de formación.

MALLA GENERAL

1. Objetivo específico

Formar al grupo de voluntarios (as) en temas generales de conocimiento básico para ejercer el liderazgo en nutrición y seguridad alimentaria en beneficio de su comunidad.

2. Importancia de los voluntarios (as) con conocimientos en la malla general

Los conocimientos en temas como seguridad y soberanía alimentaria, derechos, interculturalidad, género y liderazgo son de gran relevancia y surgen a raíz de la priorización del diagnóstico realizado, donde se evidenciaron las oportunidades

de educación y formación. Este diagnóstico se hizo en cada parroquia donde se ejecutará el proyecto. Todos los temas presentados en la malla general permitirán a los voluntarios (as) identificar su papel particular en el desarrollo de la comunidad y la soberanía alimentaria de su pueblo. Es importante, además, que los beneficiarios conozcan sus derechos, deberes, género y que aprecien su cultura y estén al tanto de las herramientas básicas de liderazgo para facilitar las funciones en el hogar y lugar de trabajo. Por lo tanto, las herramientas y los valores que se fomentarán en esta malla son de extrema importancia para el empoderamiento de la comunidad.

3. Personal formador participante

Cada uno de los módulos de formación podrá estar a cargo de docentes de las universidades de las provincias o cualquier otro profesional voluntario.

a) Instrucciones para el facilitador:

1. Ubicar el taller que se va a ejecutar en el cuadro de cada malla y leer las habilidades que deben desarrollar los voluntarios (as) de acuerdo con el tema tratado.
2. Leer el tipo de sesión educativa que deberá usarse para el taller (se han creado tres tipos de sesiones educativas).

3. Seguir los pasos de la sesión educativa (el *manual del facilitador* explica uno a uno cada paso).
4. En el contenido del taller se especifican los temas que se van a tratar junto con la técnica sugerida de aplicación, así como el tiempo aproximado de ejecución (cada técnica se describe en el manual).
5. El facilitador deberá tomar en cuenta los tiempos propuestos para cumplir con los objetivos del taller.

b) Sesiones educativas (ver capítulo 3)

Se han creado tres tipos de sesiones educativas, tanto para la malla general como para la de nutrición y seguridad alimentaria. Cada sesión está conformada por cinco o seis pasos que se deberán ejecutar en la sesión educativa o taller. Es importante que el facilitador garantice el tiempo adecuado para cada paso, ya que todos los momentos se han incluido como técnicas metodológicas válidas, que pretenden obtener resultados positivos en los beneficiarios. A continuación, se explican los tipos de sesión educativa que se utilizan, junto a un gráfico representativo:

Sesión educativa # 1

1. Apertura del taller.
2. Sensibilización y motivación (con una pregunta o comentario, que debe crear conexión con la audiencia).
3. Recuperando saberes.
4. Contenido del taller.
5. Actividades prácticas (brindar soporte, “coaching” y retroalimentación durante la actividad).
6. Cierre.

Sesión educativa # 2

1. Apertura del taller.
2. Sensibilización y motivación (con una pregunta o comentario, que debe crear conexión con la audiencia).
3. Discusión del problema en grupos.
4. Diálogo para el planteamiento de soluciones (brindar “coaching” para que el grupo establezca la respuesta).
5. Establecimiento del plan de acción.
6. Cierre

Sesión educativa # 3

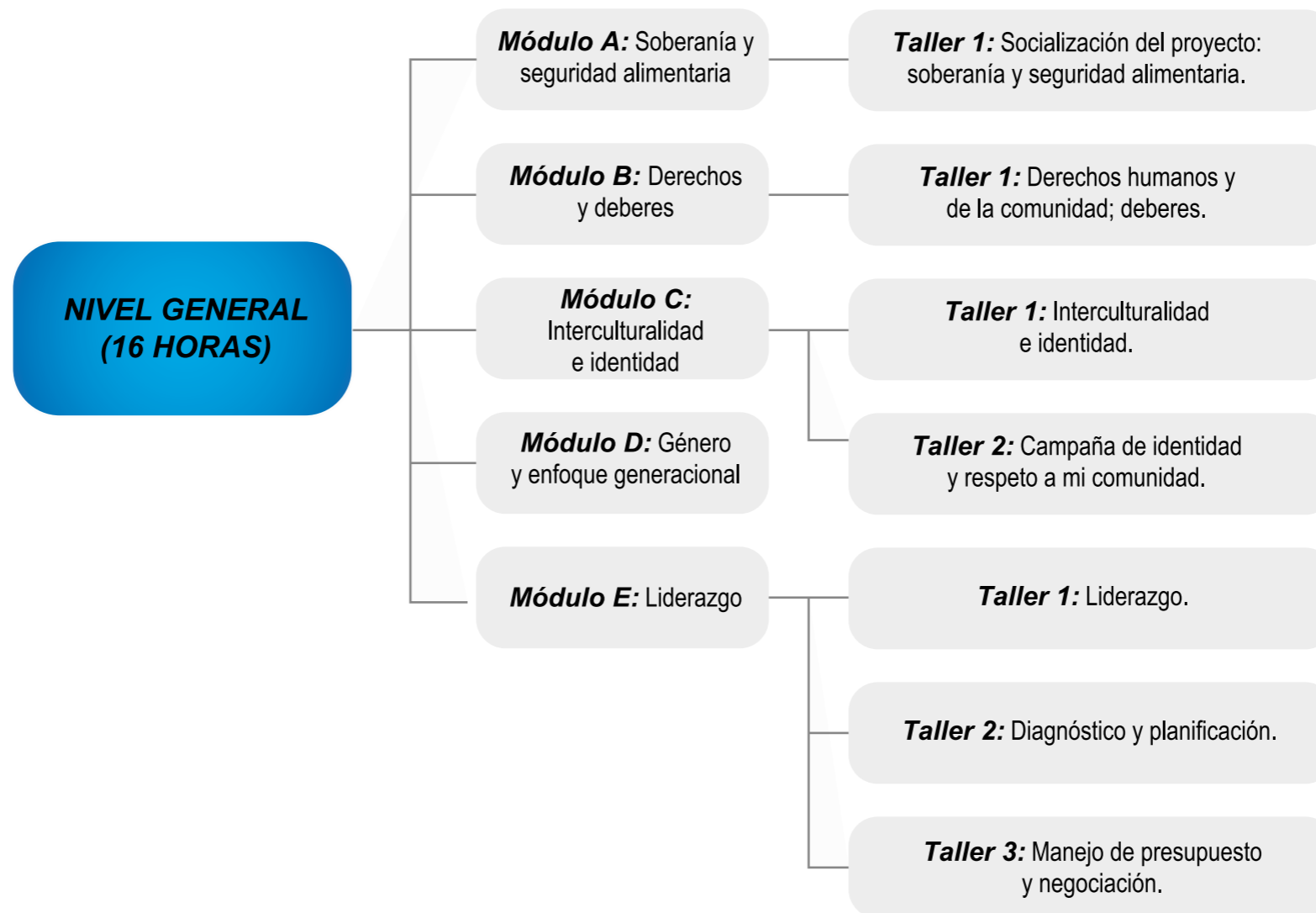
1. Instrucciones generales previas a la práctica (incluir la entrega de una guía impresa para mejorar la comprensión de la práctica).
2. Ejecución de la práctica.
3. “Coaching” y retroalimentación durante la práctica.
4. Retroalimentación después de la práctica.
5. Acuerdos y compromisos.

4. Requisitos para ingresar al programa de formación

Cada participante que se inscribe en el Plan Integral de Formación deberá cumplir con los módulos correspondientes de la malla general, para luego iniciar

la formación en la malla de nutrición y seguridad alimentaria.

5. Diseño de la malla general



6. Recursos para la ejecución del programa

<i>Recursos materiales</i>	<i>Recursos humanos</i>	<i>Recursos físicos</i>
Papelógrafos. Marcadores. Esferográficos. Pizarra líquida. Material adicional para ejecutar las técnicas educativas recomendadas para cada taller.	Facilitadores. Participantes.	Aulas o salas (espacio amplio, alejado de ruidos). Se pueden reservar con asociaciones comunitarias, gubernamentales, fundaciones o instituciones educativas que presten el espacio.

7. Estructura programática de la malla curricular

A continuación, se describe el Plan Integral de Formación para la malla general. Los módulos que se presentan han sido determinados como básicos para que los voluntarios (as) inicien su capacitación en el Plan Integral de Formación. La malla general está formada por cinco módulos y cada uno está compuesto por talleres o sesiones educativas con dos horas de duración por taller y dieciséis horas para completar la malla general.

Para la ejecución de la malla es importante que los facilitadores investiguen y se preparen en temas de actualidad, con lo cual podrán incrementar o reducir los logros de aprendizaje que se van a desarrollar en la comunidad, según sus

características y necesidades particulares. Por esta razón, se sugiere obtener información de conocimientos, actitudes y destrezas antes de cada taller, mediante un cuestionario con preguntas cerradas o de opción múltiple.

El conocimiento se refiere a lo que la comunidad entiende sobre un tema específico. Resulta de la instrucción y la experiencia. Es personal, ya que reside en las personas que lo asimilan como propio (responde a la pregunta ¿qué saben?); la destreza se refiere a la forma en la que una persona demuestra sus conocimientos y actitudes a través de sus acciones (responde a la pregunta ¿qué hace?); la actitud tiene que ver con lo que una persona siente sobre un

tema específico. Es el conjunto de creencias, sentimientos y tendencias de una persona, que dan lugar a un determinado comportamiento y que depende de sus experiencias y conocimientos previos, aunque estas no lo determinen (responde a la interrogante ¿qué sienten?).

MALLA GENERAL (DURACIÓN: 16 horas)
Objetivo: formar a los voluntarios (as) en temas generales de interés social, que les permitirá conocer el proyecto, identificar su rol en la comunidad, respetar las actividades de los demás y empoderarse para ejecutar proyectos para el desarrollo de su familia y su gente
MÓDULOS
MÓDULO A: SEGURIDAD Y SOBERANÍA ALIMENTARIA
<p>Logros de aprendizaje al finalizar el módulo A Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:</p> <p>Conocimientos</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Dar ejemplos de actividades que pueden desempeñar en favor de la seguridad y la soberanía alimentaria en su comunidad. ■ Describir los derechos individuales y de la comunidad. <p>Destrezas</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Comparar definiciones y estrategias de la seguridad y la soberanía alimentaria. ■ Diseñar estrategias que sean favorecedoras para la soberanía alimentaria en su hogar y comunidad. ■ Analizar los problemas de su comunidad mediante la construcción de un árbol de problemas o IVPH (ir, ver, pensar y hacer). ■ Determinar las estrategias que se van a utilizar para hacer cumplir los derechos de la comunidad y sus miembros. ■ Elaborar rutinas estándar en temas donde se necesite establecer un proceso de paso a paso para su ejecución, el cual deberá ser revisado según la periodicidad establecida por el autor de la rutina estándar. <p>Actitudes</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Valorar el trabajo de los técnicos y autoridades gubernamentales en favor de la soberanía alimentaria. ■ Apreciar el trabajo de las autoridades y entidades no gubernamentales en el cumplimiento de los derechos de la comunidad. ■ Ser parte gestora del cambio para asegurar la seguridad y la soberanía alimentaria desde su comunidad.

Contenido e importancia del módulo A

Este módulo pretende socializar la importancia del Plan Integral de Formación y dar a conocer los ejes y factores que diferencian a la seguridad de la soberanía alimentaria. Además, en el contenido se tratan los problemas asociados a la soberanía alimentaria de la comunidad para identificar el papel del individuo en el cambio y desarrollo de su pueblo. La información que se imparta en este módulo es la base para comprometer a los participantes con el desarrollo de su comunidad y la ejecución del plan.

Mensaje clave de género: responsabilidad equitativa en el logro de la seguridad alimentaria de los pueblos.

Mensaje clave de interculturalidad: todas las culturas se benefician de la seguridad y la soberanía alimentaria.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Socialización del proyecto “Seguridad y soberanía alimentaria”.</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la seguridad alimentaria en otras comunidades, beneficios y ejemplo).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Socialización y definiciones. Comparación entre seguridad y soberanía alimentaria.</p> <p>Práctica: principales problemas en la comunidad, relacionados con la soberanía alimentaria.</p> <p>Plasmar cinco compromisos que desde su gestión pueden contribuir a la seguridad y soberanía alimentaria de su comunidad.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>10 minutos</p> <p>Video sobre la seguridad alimentaria (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Charla (25 minutos).</p> <p>Árbol de problemas (50 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (15 minutos).</p> <p>(5 minutos)</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa este taller de manera oral a todos los asistentes.</p>

Recomendaciones generales: es importante que los participantes conozcan las herramientas con las que cuenta su comunidad y las necesidades para lograr la seguridad alimentaria. El facilitador deberá asociar cada aspecto de la seguridad y soberanía alimentaria con la realidad de la comunidad, encaminando la búsqueda de soluciones y acciones de los participantes.

MÓDULO B: DERECHOS Y DEBERES

Logros de aprendizaje al finalizar el módulo B

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Enumerar los derechos humanos y de la comunidad.
- Describir los deberes para con su familia y comunidad.

Destrezas

- Expresar su interés en el cumplimiento de los derechos de la comunidad.
- Exigir sus derechos y los de su familia frente a los demás y a las autoridades

Actitudes

- Ser la clave en la promoción de los derechos y obligaciones que tiene su comunidad para lograr un desarrollo integral y sostenible.

Contenido e importancia del módulo B

En este módulo se tratará el enfoque de los derechos desde una perspectiva de conocimiento-acción, de tal manera que los participantes logren comprender y exigir sus derechos y los de la comunidad (derechos civiles y políticos, económicos, sociales, culturales y colectivos) ante los demás y las autoridades.

Mediante el conocimiento de sus derechos y deberes, la comunidad será capaz de actuar para su propio desarrollo.

Mensaje clave de género: los hombres y las mujeres tienen similares derechos y deberes sin estereotipos ni desigualdades físicas, políticas o económicas y es responsabilidad de cada uno saber exigirlos.

Mensaje clave de interculturalidad: todas las culturas tienen los mismos derechos y obligaciones con su comunidad.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Derechos humanos y de la comunidad, estrategias para exigir y reclamar. Deberes.</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la comunidad que exige el cumplimiento de sus derechos prospera)</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Definición de los derechos y deberes humanos (ejemplos) e importancia del cumplimiento.</p> <p>Estrategias para exigir los derechos humanos y entidades de apoyo</p> <p>Establecer los compromisos personales para el cumplimiento de los derechos y deberes en la comunidad.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>10 minutos</p> <p>Charla con preguntas de alto impacto y video (30 minutos).</p> <p>Preguntas al foro (10 min.)</p> <p>Charla (20 minutos): utilizar cartulinas y ejemplos de derechos con gráficos.</p> <p>Lluvia de ideas con retro-alimentación de la actividad (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas con "coaching" en las respuestas (25 minutos).</p> <p>(10 minutos)</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se dividirá a los participantes en grupos de máximo cuatro personas. Cada grupo recibirá un caso en el cual se les pedirá:</p> <p>a. Describir la situación de derechos y deberes en el caso.</p> <p>b. Indicar las estrategias que pueden aplicar los involucrados para exigir sus derechos.</p> <p>Finalmente compartirán sus criterios con toda la audiencia.</p>
<p>Recomendaciones generales: los participantes deben tener la oportunidad de palpar cómo se vive cada derecho en su comunidad y deben, al mismo tiempo, adquirir las destrezas para hacer cumplir sus derechos frente a la autoridad pertinente.</p> <p>Durante la charla, el facilitador utiliza ejemplos del cumplimiento o incumplimiento de los derechos en la comunidad, de tal manera que se trabaje con situaciones reales. Se debe priorizar el derecho a vivir sin violencia, así como el derecho a las relaciones justas y solidarias, al trabajo digno, a la educación, a la participación política y a vivir en bienestar.</p> <p>Se recomienda revisar el Manual de educación popular en derechos humanos, elaborado por el Instituto Interamericano de Derechos Humanos.</p>				

MÓDULO C: INTERCULTURALIDAD E IDENTIDAD (APRECIAR LO NUESTRO)**Logros de aprendizaje al finalizar el módulo C**

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Clasificar y definir las etapas del proceso intercultural.

Destrezas

- Priorizar el trabajo en su comunidad y en su propia realidad.
- Contribuir a la construcción de nuevas metodologías y técnicas de desarrollo en su área de trabajo.

Actitudes

- Valorar la riqueza cultural de su pueblo, entorno y tierra.
- Respetar las costumbres de su comunidad

Contenido e importancia del módulo C

En este módulo se trabaja en la importancia y definición de la interculturalidad para la comunidad. Se describen los beneficios de apreciar sus recursos y cultura como identidad de su pueblo.

Es necesario que los miembros de la comunidad reconozcan las características valiosas que hacen de un pueblo algo único e importante para que se valore su riqueza y la comunidad sea capaz de trabajar por conservarla, apreciando el convivir en un lugar privilegiado con integración y sana convivencia.

Mensaje clave de género: la equidad, el acceso a la educación, las responsabilidades y el respeto deben ser equitativos en todas las culturas.

Mensaje clave de interculturalidad: mi comunidad tiene riquezas, diversas culturas y características que la hacen única y valiosa.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Interculturalidad e identidad.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: respeto a la diversidad cultural y enriquecimiento mutuo).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Importancia de la cultura y su riqueza.</p> <p>Proceso y construcción intercultural (etapas).</p> <p>Comunicación intercultural</p> <p>Diversidad cultural.</p> <p>Receso</p> <p>Identidad</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>10 minutos</p> <p>Video: diferentes culturas (20 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (15 minutos).</p> <p>Charla y socio drama (30 minutos).</p> <p>Cinco minutos.</p> <p>Lluvia de ideas (25 minutos)</p> <p>Preparando el material para fortalecer mi comunidad (8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador realizará dos grupos de tarjetas. En el primero se describirán las situaciones adecuadas para el proceso intercultural; en el otro, las situaciones inadecuadas o incorrectas.</p> <p>Se divide a los participantes en dos grupos y se premia al grupo que coloque correctamente las tarjetas, bajo la categoría adecuada e inadecuada.</p>
<p>Recomendaciones generales: el facilitador debe basar su explicación, sensibilización y estudios de caso en las culturas de la comunidad y sus alrededores. En la última técnica el facilitador recoge las ideas y sugerencias de los participantes para una campaña de identidad comunitaria. Posteriormente, entrega el material impreso que será utilizado en el próximo taller práctico.</p>				
<p>Taller 2: Campaña de identidad en la comunidad.</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica (incluir la entrega de una guía impresa para una mejor comprensión de la práctica).</p> <p>Ejecución de la práctica.</p>	<p>Pancartas, afiches y folletos sobre las riquezas de la comunidad y lo que la comunidad necesita para mejorar.</p>	<p>Depende de la disponibilidad de los voluntarios (as).</p>	<p>Evaluación de la comunicación de los voluntarios (as) en su medio.</p>

	<p>“Coaching” y retro-alimentación durante la práctica.</p> <p>Retroalimentación una vez finalizada la práctica.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p>			
--	---	--	--	--

Recomendaciones generales: Recomendaciones generales: los participantes se dividirán en grupos con actividades pre-asignadas según la identidad cultural de su comunidad.

MÓDULO D: ENFOQUE DE GÉNERO Y GENERACIONAL

Logros de aprendizaje al finalizar el módulo D

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Explicar el rol del hombre y la mujer en la comunidad.
- Describir la importancia de las diferentes generaciones (especialmente de los niños) en el desarrollo de su comunidad.

Destrezas

- Resolver los conflictos de género en su comunidad.

Actitudes

- Ayudar en las actividades de equidad entre mujeres y hombres en los ámbitos laboral, familiar y social.
- Valorar la importancia de los niños, sus criterios y opiniones en su desarrollo y en el progreso de la comunidad

Contenido e importancia del módulo D

En este módulo se tratará el tema de género desde una visión práctica, en donde se analicen las situaciones reales que suceden en la comunidad y su entorno con respecto al tema. Así mismo, se examinará el tema generacional desde la perspectiva del conflicto que se puede crear entre padres e hijos o entre hermanos, dando especial importancia al niño como el ser que se desarrolla en la comunidad, aprende de ella, opina y crece aprendiendo de sus costumbres (futuro de la comunidad).

El enfoque de género en salud permite visualizar las inquietudes entre mujeres y hombres y, por tanto, realizar intervenciones en relación a las necesidades de cada individuo, considerando sus ideas, los prejuicios, los valores, las interpretaciones, las normas, los deberes y las prohibiciones sobre la vida de las mujeres y los hombres en la comunidad. Si bien el tema del género se trata con más detalle en este módulo, es un tema de análisis constante para cada módulo dentro de todas las mallas.

Mensaje clave de interculturalidad: la visión de género difiere en las distintas culturas; entendamos y ayudemos al cambio positivo que respete los derechos humanos.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Género y enfoque generacional</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: características naturales que diferencian a los hombres de las mujeres).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Definiciones y desigualdad</p> <p>Roles y obstáculos</p> <p>Receso</p> <p>Estereotipos.</p> <p>Enfoque generacional.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa (Cinco minutos).</p> <p>Cuadro comparativo e inclusivo (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Charla (15 min.) Iniciar con la pregunta ¿qué es género?"</p> <p>Lluvia de ideas (20 minutos) (5 minutos).</p> <p>Estereotipos (25 minutos).</p> <p>Yo también fui niño/niña (15 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa este taller de manera oral a todos los asistentes.</p>

Recomendaciones generales: trabajar en el taller, partiendo de las experiencias de los (as) participantes y de las realidades locales, estimulando su participación.

Mensajes clave:

- Equidad de género en la familia.
- Género y trabajo.
- Género y niñez.

MÓDULO E: LIDERAZGO (EMPODERAMIENTO, ESTRATEGIAS)

Logros de aprendizaje al finalizar el módulo E

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Resumir las características de un líder, sus capacidades y responsabilidades.
- Explicar las técnicas del diagnóstico y la planificación participativa.

Destrezas

- Priorizar las acciones para el manejo de los conflictos a través de la negociación.
- Planear los proyectos para el desarrollo de su comunidad.
- Calcular el presupuesto para el desarrollo de los proyectos comunitarios.

Actitudes

- Apreciar y apoyar la labor de los líderes comunitarios.
- Valorar el trabajo de un buen líder para el desarrollo de su comunidad, mediante el trabajo en equipo y la inclusión de las alternativas que el pueblo ofrece.

Contenido e importancia del módulo E

Mediante el desarrollo del módulo se definirán las características de los líderes, de tal manera que los voluntarios (as) puedan aprender técnicas que mejoren su actuar en el medio en donde se desarrollan. Se recomienda al facilitador leer los tres módulos de formación de líderes comunitarios de USAID.

Mensaje de género: los hombres y las mujeres tienen distintas formas de liderar; eso no los hace mejores o peores líderes.

Mensaje de interculturalidad: el liderazgo se valora de maneras diferentes en las culturas (conozcamos, respetemos y mejoremos).

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Liderazgo</p> <div style="border: 1px solid gray; border-radius: 15px; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>Sesión Educativa 1</p> </div>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: no se requiere un título para ser un líder). Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Definiciones generales y tipos de liderazgo. Características y empoderamiento. Valores y ética. Capacidades Responsabilidades.</p> <p>Práctica</p> <p>Definir qué características tiene un líder al que siguen voluntariamente (dividir al grupo en dos partes; trabajar un tema en cada grupo. Brindar soporte, “coaching” y retro-alimentación).</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa (Cinco minutos). Reconociendo al líder (15 minutos). Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Estudio comparativo de casos (30 minutos). Lluvia de ideas (15 minutos)</p> <p>a.Elaboración del perfil de un líder constructivo (35 minutos). b.Mejorando mi condición de líder (35 minutos). (10 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador prepara una evaluación escrita. Se recomienda utilizar máximo una carilla con preguntas sencillas, si es necesario y dependiendo de la audiencia, se utilizan gráficos en las preguntas para facilitar la respuesta de la audiencia.</p>

Recomendaciones generales: utilizar técnicas apropiadas de acuerdo con los intereses y características del grupo.				
<p>Taller 2: Diagnóstico y planificación participativa, manejo de presupuesto y manejo de conflictos</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Diagnóstico participativo</p> <p>Planificación participativa</p> <p>Manejo de conflictos (resistencia al cambio, conformismo, intolerancia, falta de comunicación)</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>(5 minutos)</p> <p>Charla (10 minutos)</p> <p>Pregunta generadora: ¿qué líderes tiene la comunidad, ¿qué han hecho por ella? (10 minutos).</p> <p>Dibujo de la comunidad actual y soñada (15 minutos).</p> <p>Ejercicio de planificación participativa (20 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (15 minutos).</p> <p>Estudio de caso (35 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>Se utiliza el estudio de caso para evaluar el taller.</p>
Recomendaciones generales: se recomienda basar el taller en problemas reales de la comunidad.				
<p>Taller 3: Negociación y manejo de presupuesto</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Negociación (principios, pasos, ejercicio).</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>(5 minutos)</p> <p>Charla (10 minutos)</p> <p>(10 minutos)</p> <p>Charla (15 minutos)</p>	<p>Dos horas</p>	<p>El facilitador evalúa los ejercicios de los participantes.</p>

	<p>La negociación en el manejo de conflictos.</p> <p>Manejo de presupuesto.</p> <p>Cierre</p>	<p>Charla y lluvia de ideas (25 minutos).</p> <p>Ejercicio de manejo del presupuesto (35 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p>		
<p>Recomendaciones generales: el facilitador puede adaptar los ejercicios propuestos a las realidades o intereses de los participantes.</p>				

CAPÍTULO VI

MALLA CURRICULAR PARA VOLUNTARIOS (AS) COMUNITARIOS (AS)

Plan integral de formación en seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene

En este documento se presentan los lineamientos generales del proceso de formación de voluntarios (as) comunitarios (as). Ha sido diseñado basándose en el diagnóstico de las necesidades de formación de la parroquia de Puerto Limón, en la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas, así como de Guasaganda y Pucayacu, en Cotopaxi. Se ha diseñado esta malla basándose en la realidad social y en las necesidades de las comunidades beneficiarias y podrá replicarse o adaptarse a otras realidades similares.

1. Meta

Lograr comunidades con voluntarios (as) comunitarios (as) formados (as) en seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene, con el aval de entidades comprometidas en el trabajo comunitario y en el desarrollo de su gente, con el fin de mejorar la calidad de vida de las familias beneficiadas.

2. Objetivo general

Establecer un programa de formación para voluntarios (as) de las comunidades beneficiadas, sobre seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene, para

mejorar la capacidad de gestión local en el ejercicio del derecho alimentario bajo los principios de equidad.

3. Objetivos específicos

- Consolidar un equipo de voluntarios (as) comunitarios (as), capaz de promover las intervenciones comunitarias junto con los profesionales de la salud y el emprendimiento comunitario.
- Formar voluntarios (as) capaces de promover la salud, la nutrición y la seguridad alimentaria entre sus vecinos y generar proyectos de intervención en sus comunidades, desde un marco que fortalezca la construcción de ciudadanos de derecho con la inclusión de las autoridades locales.

4. Justificación

Un programa de formación para voluntarios (as) constituye un paso elemental en el desarrollo de una comunidad. Los voluntarios (as) comunitarios (as), al contar con los conocimientos y las herramientas necesarias en nutrición y seguridad alimentaria, podrán abogar por sus derechos y ser un nexo muy importante entre

la comunidad y las autoridades locales para el fomento del trabajo en equipo y la consecución de los proyectos que beneficien a los grupos más vulnerables.

En el contexto social, las zonas rurales y urbano-marginales del Ecuador sufren pobreza y falta de acceso a los servicios básicos, como el agua potable; también tienen problemas de transporte y vías, enfermedades infecciosas, respiratorias y desnutrición, entre otros. Las entidades gubernamentales e internacionales han unido esfuerzos para solventar uno a uno estos problemas y lo mismo han hecho otras organizaciones sin fines de lucro que, año tras año, apoyan las gestiones de las entidades del gobierno en el cumplimiento de sus metas. Las comunidades del Ecuador necesitan acciones sostenibles que empoderen a los individuos y no estrategias asistencialistas que hagan que la participación de la ciudadanía sea casi inexistente, sin lograr el desarrollo local ni la mejora en su calidad de vida.

Al formar voluntarios (as) comunitarios (as) de la salud, con conocimientos en seguridad alimentaria y prevención de enfermedades a través de la nutrición, se espera que la ciudadanía se vuelva activa en el ejercicio de sus derechos y se transparenten los procesos de gestión de la salud; también se busca que las mujeres embarazadas y las amas de casa propicien mejores hábitos de consumo de alimentos y que se intervenga en los problemas de salud más importantes para llegar al círculo ejemplar del desarrollo y la salud.

5. Características de la población evaluada

El 93 % del grupo de voluntarios (as) encuestados (as) en la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas fueron mujeres; las edades, en su mayoría, estuvieron entre los 31 y los 48 años; el 57 % de voluntarios (as) contaban con estudios

básicos incompletos, es decir, no aprobaron la secundaria completa y, por tanto, no obtuvieron títulos de bachiller. Sin embargo, esto no es un obstáculo para que los voluntarios (as) puedan seguir la formación de dos años, ya que cumplen el requisito indispensable de saber leer y escribir. No obstante, sería importante contar posteriormente con un curso básico de ortografía y redacción, ya que las encuestas tabuladas revelaron varios errores de este tipo.

Se evidenció el interés por una formación de dos años, en donde la mayoría de voluntarios (as) mencionó estar dispuestos a dedicar dos días a la semana, con un promedio de dos horas por día para las capacitaciones establecidas. En cuanto a los conocimientos previos de los conceptos básicos de seguridad alimentaria y temas de nutrición, se observó una escasa preparación, por lo que se vuelven importantes estos temas en la malla curricular. Pocos voluntarios (as) dijeron tener dominio en temas de valoración antropométrica, lactancia, alimentación en el embarazo y alimentación infantil. Vale la pena recalcar que este grupo mostró una actitud positiva ante las encuestas realizadas, lo cual tiene una relación coherente con sus respuestas, ya que el 100 % observó un impacto beneficioso al iniciar una formación de dos años. En términos generales, tienen prácticas moderadamente saludables en su alimentación y estilos de vida.

Tomando en cuenta la práctica que los voluntarios (as) pueden tener en el campo, se observó que pocos han realizado prácticas sobre evaluación nutricional y la mitad de los encuestados han utilizado las tablas de crecimiento. Adicionalmente, falta iniciativa y una mejor relación con las autoridades locales para gestionar actividades de mejora en beneficio de sus familias y de la comunidad.

Cerca de la mitad de los voluntarios (as) han participado previamente en proyectos comunitarios y han observado buenos resultados, lo cual demuestra interés y perseverancia para alcanzar objetivos positivos que generan valor agregado no solo para su familia, sino para la comunidad en la que residen.

Los voluntarios (as) indicaron que necesitan técnicas de capacitación, material didáctico e información para llegar a su comunidad, ya que la población hace caso omiso de las recomendaciones que ellos (as) emiten, es decir, las sugerencias brindadas no tienen mayor influencia dentro de la comunidad, por lo que se vuelve importante buscar estrategias y dinámicas que involucren a toda la población.

Su alimentación en general fue abundante en carbohidratos; además, existía un fraccionamiento de las comidas y tenían prácticas básicas de cocción, como asar o freír. Otras características de los voluntarios (as) en Santo Domingo de los Tsáchilas fue la presencia moderada de machismo en las comunidades, se practicaban relativamente pocas actividades deportivas, tenían una actitud positiva para desempeñar el rol de voluntario (a) en salud, se mostraron preocupados por el alto índice de embarazo en las adolescentes y requieren mayor asistencia en temas de higiene para disminuir los riesgos de contaminación. Es necesario señalar que los voluntarios (as) solicitaron un horario establecido para las capacitaciones, de preferencia a partir de las tres de la tarde, ya que muchos tenían trabajos adicionales por la mañana, lo que dificultaría su asistencia.

Por otro lado, en relación con el grupo de voluntarios (as) encuestados en la provincia de Cotopaxi, se observó que el 85 % fueron mujeres, con edades comprendidas entre 20 y 40 años en su mayoría. En lo referente al nivel de

escolaridad, encontramos que el 32 % de los voluntarios (as) tenían una instrucción incompleta, es decir, no alcanzaron a culminar la secundaria y, por lo tanto, no obtuvieron el título de bachiller; sin embargo, al igual que en la provincia de Santo Domingo, este punto no es un obstáculo para la formación de los dos años, ya que todos los voluntarios (as) saben leer y escribir. Este grupo mostró claramente un nivel bajo de conocimientos en conceptos básicos de seguridad alimentaria y nutrición, lo que puede estar influido porque al final se integraron nuevas personas al grupo de voluntarios (as), por lo cual los conocimientos reflejaron resultados deficientes. En lo que tiene que ver con los temas que dominan, un alto porcentaje mencionó la medición antropométrica. Adicionalmente, todos mostraron una actitud positiva y motivación en lo relativo al Plan Integral de Formación.

Al evaluar la práctica alimentaria, encontramos que los voluntarios (as) tenían malos hábitos de alimentación. Los alimentos que consumían, en su mayoría, fueron carnes; el resto de grupos de alimentos se ingerían con muy poca frecuencia. Más de la mitad de los voluntarios (as) no habían formado parte anteriormente de proyectos comunitarios, lo cual está relacionado con la integración de los nuevos voluntarios (as) al grupo.

La práctica en el ámbito nutricional en el campo antropométrico es pobre, ya que no han usado anteriormente tablas de crecimiento y muchos tampoco han evaluado el peso y la estatura. En promedio, la población encuestada manifestó que disponía de cuatro horas durante un día a la semana para la formación de voluntarios (as).

Por otra parte, se observa un distanciamiento con las autoridades locales; algunos voluntarios (as) refirieron que no han tenido respuesta alguna cuando han solicitado ayuda; por esta razón, se vuelve imprescindible aligerar las relaciones entre estas dos partes para alcanzar objetivos en común.

Según el diagnóstico aplicado en los grupos focales, observamos que existía inconformidad con los programas de salud aplicados en las parroquias de Guasaganda y Pucayacu; no hay conocimiento de los temas de lactancia, especialmente entre las madres adolescentes y existen bastantes problemas de higiene, nutrición y alcoholismo. Entre los hábitos de alimentación se advierte un mayor consumo de carbohidratos, proteínas y frituras, así como el fraccionamiento de las comidas.

Se observó también un desconocimiento del rol que desempeña un voluntario en salud, lo cual tiene relación con las personas que se integraron recientemente al grupo; ellos manifestaron que los voluntarios (as) ya existentes tienen un impacto positivo en las comunidades. Por último, los problemas de higiene son realmente graves, ya que desconocen las técnicas de limpieza del agua y los alimentos. Al igual que en la provincia de Santo Domingo, los temas por reforzar serían la seguridad alimentaria, los grupos de riesgo, la anemia, el consumo de ácido fólico, la desnutrición y el beneficio de los grupos de alimentos.

6. Importancia de los voluntarios (as) con conocimientos en nutrición y seguridad alimentaria

La formación de voluntarios (as) comunitarios con metodologías constructivistas y de empoderamiento ha sido parte del desarrollo de las comunidades a lo largo

de la historia. Los voluntarios (as) comunitarios son aceptados por la comunidad, tienen disponibilidad de tiempo y están conscientes de las necesidades, problemas, recursos y limitaciones. Los voluntarios (as) se capacitan para promover conductas de auto-cuidado, promoción y prevención, para ofrecer la información necesaria sobre temas vinculados a la nutrición y la seguridad alimentaria y para liderar los procesos de multiplicación de conductas saludables. Al mismo tiempo, al conocer técnicas de trabajo comunitario y gestión para el desarrollo local, se convierten en el nexo entre la comunidad y las autoridades locales, desempeñándose como agentes multiplicadores.

Objetivos de los voluntarios (as) comunitarios:

- Ayudar a que la comunidad tome conciencia de su situación de salud, mediante la organización y participación comunitaria.
- Incentivar la organización para la creación de proyectos comunitarios y la respectiva solución de sus problemas.
- Planificar y preparar ferias o talleres de promoción de la salud, nutrición y seguridad alimentaria en distintos escenarios tales como escuelas, colegios, fincas, etc.
- Buscar las mejores estrategias, junto con los miembros de la comunidad, para garantizar el logro de los objetivos que se propongan.
- Facilitar los espacios de participación local, abiertos a las diferentes expresiones, buscando y aportando lo mejor junto a la gente, tomando siempre la alimentación como un derecho de todos.
- Realizar visitas domiciliarias para detectar los problemas de salud y nutrición, así como los grupos vulnerables y a, la vez, dirigir los casos que lo ameriten a la

unidad de salud cercana.

- Liderar y negociar los procesos de desarrollo comunitario.
- Participar en los procesos de negociación y mediación de conflictos comunitarios.
- Apoyar a la comunidad en la exigencia de sus derechos y en el cumplimiento de sus deberes.
- Participar en los procesos de veeduría y exigibilidad social junto a su comunidad.
- Convocar a la comunidad para eventos y actividades.

7. Beneficios de la formación de voluntarios (as) en seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene

Los miembros de la comunidad se benefician de muchos aspectos cuando los voluntarios (as) comunitarios aplican lo aprendido durante su formación y se responsabilizan de sus acciones. A continuación, se enumeran los posibles beneficios de la comunidad que cuenta con voluntarios (as) en seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene, capacitados e interesados en el desarrollo de su gente:

- Las familias de los voluntarios (as) comunitarios (as) adoptan hábitos saludables en relación con la seguridad alimentaria, la prevención de enfermedades y la nutrición.
- La comunidad adquiere conocimientos sobre el consumo de los alimentos adecuados para la alimentación de los niños en las distintas edades y grupos de población.
- Las embarazadas adquieren hábitos saludables de alimentación, control prenatal y salud general.
- Las mujeres aplican técnicas adecuadas de lactancia materna y la hacen exclusiva hasta los seis meses de edad.

- Las mujeres aprenden y aplican técnicas de alimentación complementaria en sus niños.
- Los miembros de la comunidad conocen la prevención de parasitosis y saben cómo combatirla.
- Las madres conocen sobre el tratamiento de rehidratación oral en los niños afectados con diarrea.
- Los voluntarios (as) apoyan a su comunidad con conocimientos sobre primeros auxilios.
- Se reducen los problemas de parasitosis y de enfermedades infecto-contagiosas por la prevención e higiene personal y de los alimentos.
- Distintos grupos de profesores, niños, madres, colegios, adolescentes, etc., reciben capacitaciones en alimentación saludable y prevención de enfermedades.
- La comunidad conoce el beneficio de sus productos mediante ferias de alimentos.
- Se emprenden en la comunidad proyectos de desarrollo, campañas y se crean vínculos con las autoridades locales.
- La comunidad cuenta con un mapa parlante de identificación de los problemas de salud e higiene más importantes.
- Los miembros de la comunidad desarrollan sus actividades con un espíritu de cooperación, interés, responsabilidad y solidaridad, gracias a la formación recibida por los voluntarios (as) comunitarios.
- La comunidad cuenta con un plan anual de salud integral.
- La comunidad se beneficia de las ferias de salud y brigadas médicas.

Los valores de confianza mutua, respeto, trabajo en equipo, honestidad y solidaridad entre los (as) facilitadores (as) y voluntarios (as), incluso entre los mismos voluntarios, son los únicos que pueden garantizar un trabajo duradero.

A largo plazo se espera:

- Mejorar la calidad de vida de las familias de la comunidad.
- Mejorar la salud en los niños, adolescentes, madres embarazadas y ancianos.
- Reducir la desnutrición infantil.
- Mejorar el consumo y el aprovechamiento de los alimentos autóctonos.
- Mejorar las prácticas relacionadas con la nutrición y la seguridad alimentaria.

8. Personal formador participante

Los formadores pueden ser personas que se contraten para el proyecto o que colaboren activamente y sin interés económico, que generalmente forman parte de las agencias, gobierno, universidades y ONG. Por ejemplo, puede gestionarse el apoyo:

- Del personal de la Dirección Provincial de salud, del gobierno autónomo descentralizado, de las aéreas y sub-centros de salud.
- De los pasantes que estudian Nutrición o Medicina.
- Del personal docente de las universidades.
- De los profesionales voluntarios (as).

9. Características del formador o facilitador de la malla

El facilitador de los voluntarios (as) comunitarios (as) debe estar capacitado en temas de nutrición y seguridad alimentaria, tener habilidades de liderazgo, planificación, motivación y trabajo en equipo. Además de dominar las recomendaciones generales para los facilitadores (capítulos 3 y 4), debe:

- Motivar a los (as) voluntarios (as) para valorar un estilo de vida saludable.
- Ayudar a los (as) voluntarios (as) a determinar los valores personales que refuercen los comportamientos saludables.

- Enfocarse en la promoción de la salud y en la reducción de los riesgos de salud.
- Acompañar a los voluntarios (as) en las tareas prácticas.

10. Requisitos para ingresar al programa de formación

a. Requisitos: este es un programa de formación que pretende ser inclusivo, equitativo, organizado, flexible y participativo. Por lo tanto, es importante que el voluntario (a) comunitario (a) cumpla con los siguientes requisitos:

- Reconocimiento y respaldo comunitario.
- Saber leer y escribir (no se requiere ningún grado académico específico para participar en el plan).
- Tener vocación, compromiso y disponibilidad de tiempo.
- Ser mayor de 15 años.
- Vivir en la comunidad a la que representa y conocer sus necesidades.
- Disponer de tiempo para asistir a los módulos de capacitación con puntualidad y en las fechas que se lo requiera.
- Disponer de tiempo para el trabajo comunitario, las capacitaciones y las pasantías que se organicen como complemento de los módulos de formación.

b. La persona que se forme como facilitador será reconocida como un voluntario (a) comunitario en seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene cuando:

- El porcentaje de asistencia sea como mínimo del 70 %.
- Su nivel de conocimientos se haya comprobado mediante una evaluación cualitativa.
- Haya demostrado en las prácticas y pasantías un adecuado uso de las técnicas y materiales de capacitación.

- La actitud durante la participación de los talleres haya sido positiva y participativa.
- Haya ejecutado con éxito todas las actividades y proyectos.

Este proceso de evaluación se sustenta en informes del (los) facilitador (es) responsable (s), donde se evidencia su trabajo mediante registros fotográficos y una descripción detallada de las actividades realizadas por los voluntarios (as) comunitarios.

c. Pasos que debe seguir el (la) interesado (a):

Este procedimiento permitirá que el beneficiario sea responsable y consciente de su ingreso al Plan Integral de Formación y lo demuestre con puntualidad, asistencia y cumplimiento de las tareas. Para esto debe:

- Presentar una solicitud de ingreso al programa o interés explícito de participar en él, junto con una copia de la cédula y la indicación de sus datos generales y de contacto, así como el papel del voluntario (a) para con su comunidad y los objetivos propuestos. Las personas se seleccionan de acuerdo con el perfil y los objetivos formulados.
- Una vez que sea aceptado en el programa de formación, debe inscribirse con el equipo coordinador.
- El personal coordinador indica la fecha de inicio del taller de la formación, el lugar de encuentro y las horas. Es responsabilidad de los voluntarios (as) asistir puntualmente y con el material necesario para la toma de apuntes.
- El voluntario debe firmar una carta de compromiso con el programa de formación.

11. Tipos de actividades para la formación de voluntarios (as) comunitarios

Es importante utilizar en cada taller de formación las técnicas de enseñanza dinámica, por ejemplo, socio-dramas, lluvias de ideas, ayudas audiovisuales,

trabajos grupales, discusiones, etc., para garantizar el cumplimiento de los objetivos y logros de aprendizaje. Las actividades de capacitación propiamente dichas se realizan, básicamente, mediante la organización y realización de cursos, talleres y eventos orientados a recrear los conocimientos, destrezas y actitudes específicas, relacionados con cada uno de los ejes longitudinales definidos en este programa.

Ejemplos de actividades educativas que se utilizarán en los talleres son:

- Charlas.
- Actividades prácticas en la comunidad.
- Visitas domiciliarias.
- Capacitación a la comunidad (personas, familias, grupos).
- Capacitación en escuelas y colegios.
- Ferias de salud y alimentos.
- Discusiones.
- Medios audiovisuales.
- Talleres hogareños.
- Promoción de salud en el sub-centro de salud.
- Debates.
- Proyectos.
- Pasantías de estilo rotativo (áreas de salud o de atención a niños).

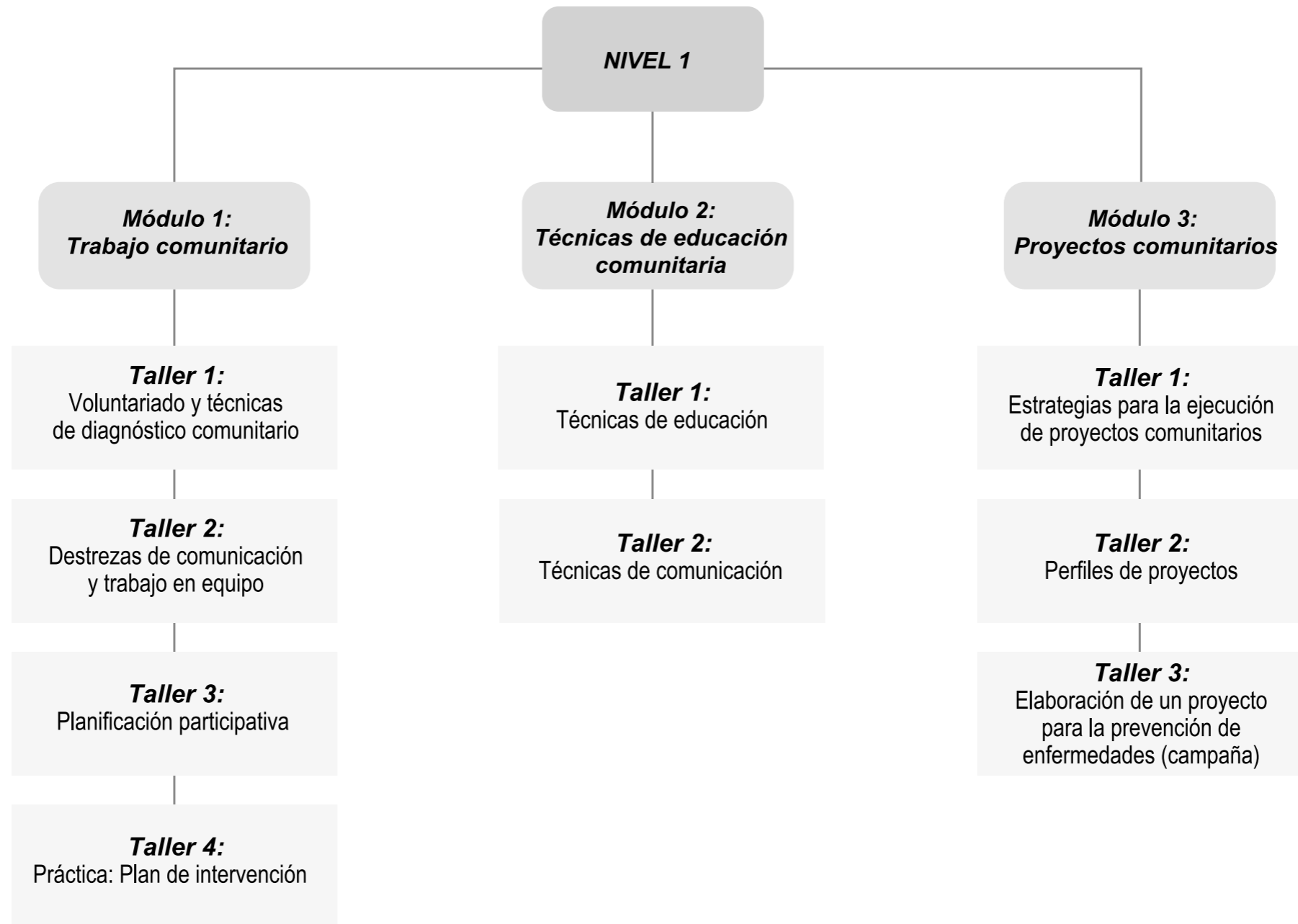
Intercambios para capacitaciones: permiten potencializar saberes, destrezas, actitudes y prácticas, que les ayuden a actuar y a tomar decisiones en su comunidad. Todas las actividades de terreno serán dirigidas y supervisadas

por el facilitador para consolidar, afianzar e incrementar sus conocimientos y habilidades en la promoción de salud.

12. Recursos para la ejecución del programa

Infraestructura física:	Aulas adecuadas en espacio y ubicación y alejadas del ruido. Espacios libres para ferias y promoción de la salud y campañas.
Infraestructura técnica	Retroproyector, pizarras, papelógrafos, computador (dependiendo del taller).
Equipo técnico:	Capacitadores y facilitadores formados y capaces de emprender el proceso de acuerdo con los enunciados pedagógicos, metodológicos y estratégicos del Plan Integral de Formación. Autoridades interesadas en la ejecución del plan.

13. Diseño de la malla





14. Estructura programática de la malla curricular

El proyecto tiene un enfoque de creación de espacios locales de coordinación intersectorial sobre el tema de la seguridad y la soberanía alimentaria, así como la nutrición e higiene en diferentes niveles, desde el provincial hasta el parroquial, en los cuales los diferentes actores puedan aportar con materiales, formación o experiencia.

La ejecución de los talleres de la malla curricular debe realizarse en la modalidad presencial, ya sea en el aula o fuera ella en actividades prácticas. Se espera que una vez capacitados los voluntarios (as) comunitarios (as), puedan aplicar la modalidad de cascada en la cual replican el conocimiento adquirido a los demás miembros de la comunidad. Así mismo, deben promocionarse en los gobiernos

parroquial y provincial para que reciban su apoyo y colaboren en las actividades del Estado en relación con la niñez, la adolescencia y el embarazo. El Plan Integral de Formación para voluntarios (as) en salud está estructurado en dos niveles: el de las herramientas de trabajo comunitario y el de la soberanía y seguridad alimentarias, nutrición e higiene.

Niveles didácticos para la malla curricular dirigida a los voluntarios (as) comunitarios (as)

Nivel 1: Herramientas de trabajo comunitario.

Nivel 2: Seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene.

NIVELES	CRÉDITOS / HORAS	
	Fase presencial	Fase fuera del aula
NIVEL 1	12 horas	6 horas
NIVEL 2	71 horas 35 min.	20 horas
TOTAL	83 horas 35 min.	26 horas

NIVEL 1: Herramientas de trabajo comunitario (duración: 18 horas)

Objetivo: Objetivo: brindar a los voluntarios (as) los conocimientos y práctica en herramientas de trabajo comunitario que les permitan identificar y actuar frente a los problemas de salud de su comunidad.

MÓDULOS**MÓDULO 1: HERRAMIENTAS DE TRABAJO COMUNITARIO****Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 1**

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Describir la importancia y las responsabilidades de los voluntarios (as) en su comunidad.
- Seleccionar técnicas de comunicación y de organización comunitaria acordes a la situación y temas por desarrollar.

Destrezas

- Emplear las herramientas y pasos adecuados para la visita domiciliaria, ficha familiar y calificación del riesgo comunal.
- Aplicar técnicas de diagnóstico comunitario para la detección de problemas y necesidades.
- Planificar intervenciones con y para la comunidad.

Actitudes

- Valorar la utilización de técnicas de trabajo comunitario para el desarrollo de la comunidad.
- Apreciar la labor e importancia de los voluntarios (as) en la comunidad.

Contenido e importancia del módulo 1

El módulo 1 para voluntarios (as) comunitarios (as) ha sido diseñado de tal forma que los participantes adquieran las destrezas necesarias para el trabajo comunitario en salud. Una vez que los voluntarios (as) tengan práctica en los talleres, podrán ejecutar actividades de diagnóstico en seguridad alimentaria y nutrición, así como capacitación y planificación de proyectos ante las necesidades identificadas. El trabajo de los voluntarios (as) es importante con estas herramientas, ya que —como parte de sus tareas en la comunidad— deben ser capaces de trabajar con las autoridades locales y gubernamentales en el apoyo y gestión de los proyectos comunitarios.

Mensaje clave de género: equidad de género en el trabajo para el desarrollo comunitario.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Voluntariado y técnicas de diagnóstico comunitario.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: el voluntario (a) comunitario (a) es un nexo entre la comunidad y las autoridades para el logro de los objetivos comunes).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Voluntariado comunitario (definiciones y responsabilidades).</p> <p>Salud integral (prevención y promoción).</p> <p>Práctica</p> <p>Diagnóstico nutricional de la comunidad (técnicas).</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>10 minutos</p> <p>Testimonio (15 minutos)</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos)</p> <p>Charla (10 minutos).</p> <p>Charla (15 minutos).</p> <p>Árbol de problemas (55 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa el taller de manera escrita, utilizando gráficos (máximo diez preguntas escritas de forma clara, sencilla y gráfica).</p>
<p>Recomendaciones generales: el facilitador debe motivar a los participantes en el trabajo comunitario y dar a conocer los beneficios de su labor en la comunidad.</p>				
<p>Taller 2: Destrezas de comunicación y trabajo en equipo</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la comunicación con la comunidad permite llegar a ella y lograr cambios).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Destrezas de comunicación.</p> <p>Importancia del trabajo en equipo.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>(5 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿cuáles son las dificultades de comunicación con la comunidad? (10 minutos).</p> <p>Charla (25 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa a los voluntarios (as) en forma continua durante la práctica. En este momento se corrigen errores y se felicitará por el trabajo bien realizado</p>

	<p>Práctica</p> <p>Llenado de la ficha familiar (ver manual). Calificación de riesgo familiar.</p> <p>Cierre</p>	<p>Charla (10 minutos) + ejercicios (45 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>		
<p>Recomendaciones generales: es importante que los voluntarios (as) practiquen las técnicas de comunicación con la comunidad y sean evaluados por sus compañeros y por el facilitador.</p>				
<p>Taller 3: Planificación participativa</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: los proyectos comunitarios tienen éxito cuando la comunidad los planifica y apoya la ejecución de actividades). Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Planificación participativa</p> <p>Práctica</p> <p>Estrategias de organización comunitaria y convocatoria (planificar un ejercicio en el cual en grupos puedan establecer estrategias para organizar, unir y convocar a la comunidad).</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>(5 minutos). Ejemplo (15 minutos). Lluvia de ideas (10 minutos). Charla (15 minutos). Práctica (50 minutos). (8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Durante toda la sesión, el facilitador responde a las preguntas y guía a los participantes en la elaboración del plan.</p>
<p>Recomendaciones generales: los participantes deben considerar las estrategias que tendrán resultados positivos en la comunidad bajo la guía del facilitador.</p>				

<p>Taller 4: Práctica: plan de intervención</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización Discusión del problema Diálogo Plan de acción</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Ejecución de la sesión educativa 2 (120 minutos).</p> <p>El facilitador planteará tres problemas que ocurren en la comunidad. Posteriormente, divide a la clase en tres grupos. Cada grupo recibe un problema y planifica el plan de intervención. Las intervenciones deben provenir de los participantes y se les puede plantear sugerencias, como capacitaciones, campañas, etc.</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa el plan de acción en cada grupo.</p>
--	---	---	----------------	---

Recomendaciones generales: el facilitador guía a los participantes, de tal modo que cada grupo tenga diferentes planes.

MÓDULO 2: TÉCNICAS DE EDUCACIÓN COMUNITARIA

Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 2

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Definir técnicas de educación y comunicación.

Destrezas

- Desarrollar estrategias de educación para diferentes grupos comunitarios, utilizando adecuados métodos de comunicación.

Actitudes

- Valorar la utilización de técnicas de trabajo comunitario para el desarrollo de la comunidad.
- Apreciar la labor e importancia de los voluntarios (as) en la comunidad.

Contenido e importancia del módulo 2

El módulo de técnicas en educación comunitaria proporcionará diferentes herramientas para que los voluntarios (as) puedan utilizarlas en la capacitación a su comunidad en temas de seguridad alimentaria y nutrición. Se ha visto esto como una necesidad que debe cubrirse, ya que los voluntarios (as) sienten que las técnicas pueden ayudar a la creación de vínculos con la comunidad para lograr grandes cambios que mejoren sus conductas para una buena salud.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Técnicas de educación</p> <div style="border: 1px solid gray; border-radius: 15px; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>Sesión Educativa 1</p> </div>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la metodología de educación hace la diferencia para el que grupo aprenda y aplique los conocimientos adquiridos).</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Técnicas para el trabajo con grupos comunitarios (charlas demostrativas, panel, lluvia de ideas, entrevista, socio-drama, etc.).</p> <p>Práctica</p> <p>El facilitador divide al grupo en tres partes y sortea dos técnicas de educación a cada uno. Cada grupo preparará la técnica con el tema de interés en salud y lo presentará a sus compañeros.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa (5 minutos).</p> <p>Charla (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Charla demostrativa (30 minutos).</p> <p>Práctica (60 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa el trabajo de los grupos durante su exposición y corrige errores.</p>

<p>Recomendaciones generales: la presentación de cada técnica debe ir acompañada de un ejemplo físico o en video. El facilitador debe tener material, como hojas, papelotes, marcadores y esferos a la mano.</p>				
<p>Taller 2: Técnicas de comunicación</p> <p>Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización</p> <p>Discusión</p> <p>Diálogo</p> <p>Plan de acción y recursos.</p> <p>Técnicas básicas de comunicación (empatía, vínculo, claridad, diálogo).</p> <p>Práctica</p> <p>Preparando el material educativo y de comunicación.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa (5 minutos).</p> <p>Charla (10 minutos).</p> <p>Charla (25 minutos).</p> <p>Estudios de caso y análisis de experiencias/testimonios (70 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa el trabajo de los grupos durante su exposición y corrige errores.</p>
<p>Recomendaciones generales: el facilitador adquiere lo necesario para la preparación del material educativo y de comunicación.</p>				
<p>MÓDULO 3: PROYECTOS COMUNITARIOS</p>				
<p>Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 3</p> <p>Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:</p> <p>Conocimientos</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Describir los pasos para la formulación y ejecución de proyectos comunitarios. <p>Destrezas</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Elaborar y aplicar proyectos de beneficio comunitario. 				

- Trabajar con entidades gubernamentales para la ejecución de proyectos.

Actitudes

- Valorar la importancia de la organización para la eficacia de los proyectos y la obtención de resultados

Contenido e importancia del módulo 3

Este módulo es de gran importancia, ya que con los talleres se pretende capacitar al voluntario (a) comunitario (a) en cuanto al diseño, planificación, gestión y ejecución de proyectos en la comunidad. Los voluntarios (as) adquirirán la práctica necesaria para ser capaces de crear proyectos que propicien el desarrollo de su comunidad junto al apoyo de las autoridades. Tanto hombres como mujeres realizan por igual las preparaciones.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
Taller 1: Estrategias para la ejecución de proyectos comunitarios <div style="border: 1px solid gray; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> Sesión Educativa 1 </div>	Sesión: Apertura Sensibilización (mensaje clave: los proyectos comunitarios funcionan cuando se sigue un plan y existe colaboración). Recuperando de saberes. Contenido Proyecto comunitario (definiciones). Estrategias para la ejecución de proyectos comunitarios. Socialización de experiencias exitosas de trabajo comunitario. Cierre	Metodología y técnica educativa (5 minutos). Charla (10 minutos). Lluvia de ideas (15 minutos). Charla y trabajo grupal (25 minutos). Charla y videos (45 minutos) (8 minutos).	2 Horas	El facilitador prepara las preguntas que va a plantear. Después de la etapa de socialización, escoge al azar a los participantes para que las respondan.

Recomendaciones generales: utilizar videos que ejemplifiquen los trabajos comunitarios en los temas relacionados con la soberanía alimentaria. En el trabajo grupal, el facilitador puede repartir algunos temas comunitarios de interés en los cuales se discuten estrategias sugeridas por cada grupo.

<p>Taller 2: Perfiles de los proyectos</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: el perfil de un proyecto guía la ejecución y garantiza que se cumplirán los objetivos)</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Pasos para elaborar un proyecto (entregar una guía a los participantes).</p> <p>Objetivos, cronograma, presupuesto, alianzas, actividades).</p> <p>Análisis de los contenidos de un proyecto (distribución de casos).</p> <p>Redacción de informes y solicitudes</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>(5 minutos).</p> <p>(15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Charla demostrativa (30 minutos).</p> <p>Estudio de caso (20 minutos).</p> <p>Ejemplo y práctica (35 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa el aprendizaje de los participantes durante el análisis de casos.</p> <p>Posteriormente, cada voluntario presenta en una hoja una solicitud escrita sobre un problema de la comunidad a una autoridad local (el facilitador hará observaciones y dará sugerencias).</p>
<p>Recomendaciones generales: se sugiere ejemplificar un proyecto real y simple en donde se cumplan todos los pasos básicos para ejecutarlo.</p>				
<p>Taller 3: Práctica: elaboración de un proyecto para la prevención de enfermedades. (CAMPAÑA)</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización.</p> <p>Discusión.</p> <p>Diálogo.</p> <p>Plan de acción y recursos.</p> <p>Práctica</p> <p>elaboración de un proyecto para la prevención de enfermedades en la comunidad (campaña). El facilitador dividirá al grupo en dos partes. Posteriormente, distribuirá a cada uno el tema de un proyecto que los voluntarios (as)</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Desarrollo del proyecto (120 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se evalúa la creatividad, iniciativa y pasos de cada uno de los grupos.</p>

	<p>puedan ejecutar en los próximos meses con respecto a los temas de formación del nivel 2. El objetivo es desarrollar una campaña sobre el tema (perfil del proyecto, técnicas educativas y de comunicación).</p>			
<p>Recomendaciones generales: : el facilitador organiza todo el material necesario para la práctica.</p>				
<p>NIVEL 2: (duración: 91 horas 35 minutos)</p>				
<p>Objetivo: formar al grupo de voluntarios (as) comunitarios (as) en técnicas y temas específicos en el área de seguridad y soberanía alimentaria, nutrición e higiene, lo cual les permitirá profundizar los conocimientos y reconocer las acciones que deben ejecutarse dentro de su comunidad para desarrollarse de forma integral, con la participación en conjunto de</p>				
<p>MÓDULOS</p>				
<p>MÓDULO 4: SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN</p>				
<p>Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 4 Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:</p> <p>Conocimientos</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Comprender la importancia e influencia de la seguridad alimentaria para garantizar el acceso, disponibilidad y utilización de los alimentos en la comunidad. ■ Reconocer los parámetros de una alimentación equilibrada para la prevención de enfermedades. ■ Describir las funciones y ventajas que tienen los alimentos en la dieta diaria para concienciar a la comunidad en cuanto a su consumo. ■ Organizar los conocimientos adquiridos en beneficio de su comunidad mediante prácticas que promuevan una alimentación saludable. ■ Exponer recetas saludables de fácil aplicación a la comunidad que mejoren la utilización de los productos tradicionales de la zona. <p>Destrezas</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Agrupar la seguridad alimentaria y la nutrición como piezas fundamentales para asegurar la calidad de vida del ser humano. ■ Identificar los puntos críticos en los hábitos de alimentación de la comunidad. 				

- Analizar los problemas alimentarios más frecuentes que presenta la comunidad y buscar soluciones como parte de la promoción de la salud.
- Integrar estilos de vida saludable a la familia y la comunidad, como base de una mejor calidad de vida.
- Replicar los conocimientos adquiridos a través de las capacitaciones impartidas a grupos objetivo.
- Practicar la elaboración de recetas saludables, crearlas, adaptarlas y transformarlas de acuerdo con los gustos y preferencias de las familias y la comunidad.

Actitudes

- Compartir los conocimientos con la comunidad, mediante capacitaciones, campañas, ferias o talleres que promuevan la salud.
- Cambiar los hábitos de alimentación como parte vivencial de lo aprendido.
- Practicar recetas saludables entre los voluntarios (as) y la comunidad.
- Demostrar interés por reducir los problemas alimentarios presentes en la comunidad.

Contenido e importancia del módulo 4

Con este módulo se resalta la importancia que tiene la seguridad alimentaria para garantizar una alimentación adecuada en todas las personas y en todo momento. Mediante el análisis de cada uno de los pilares de la seguridad alimentaria, se visualizará claramente la relación que existe entre este tema y la alimentación; adicionalmente, se hará hincapié en los pilares cuando se traten los temas relacionados con el acceso, la disponibilidad, la estabilidad, la utilización y el consumo de los alimentos.

Finalmente, el módulo comprende puntos relevantes relacionados con los hábitos alimentarios, en los cuales los voluntarios (as) sistematizarán la importancia que tiene la correcta alimentación para prevenir problemas posteriores y, de esta forma, generar campañas de promoción de la salud.

Mensaje clave de género: generar la participación igualitaria de hombres y mujeres en la elaboración de recetas, capacitaciones y prácticas, así como adquirir responsabilidad para mejorar los hábitos alimentarios de todos los integrantes de las familias.

Mensaje clave de interculturalidad: el marco de la seguridad alimentaria se fundamenta en los saberes de las diversas culturas del país en temas relacionados con la alimentación, la identidad de los alimentos tradicionales de la zona y del Ecuador, su conexión armónica con el medio ambiente y la interrelación con los diferentes actores sociales, para satisfacer las necesidades alimenticias y alcanzar una vida activa y sana.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Seguridad alimentaria</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la seguridad alimentaria se basa en el buen vivir, originado en nuestras propias culturas, que asegura una correcta forma de vida y de convivencia).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Definiciones y pilares de la seguridad alimentaria.</p> <p>Cadena de producción alimentaria.</p> <p>Elementos que influyen: factores ambientales, pobreza, desigualdad social, cambio social con la educación.</p> <p>Práctica:</p> <p>fortalecimiento de los pilares de la seguridad alimentaria y el buen vivir.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Presentación del facilitador y de los contenidos (3 a 4 minutos).</p> <p>Video (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (15 minutos).</p> <p>Papelógrafo (30 minutos)</p> <p>Juego de la cadena alimentaria (20 minutos).</p> <p>Charla (20 minutos).</p> <p>Afiche (20 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas, 8 minutos</p>	<p>El facilitador evalúa este taller de manera oral a todos los asistentes.</p>
<p>Recomendaciones: es importante que la problemática del país se analice en la sensibilización de cada taller, para dar a conocer a los voluntarios (as) de la salud en dónde nos encontramos y a dónde queremos llegar con el tema; de esta forma, los motivaremos para una mejor participación, con resultados enfocados en los problemas básicos de la comunidad y el país. En este primer taller se sensibilizará a los participantes en los temas relacionados con la seguridad alimentaria y el buen vivir, es decir, se enfatiza en la importancia del cuidado de la tierra, del medio ambiente, del agua, de la alimentación y de la cultura, como parte fundamental para alcanzar una buena calidad de vida. Se debe optar por un enfoque profundo en la variedad de alimentos que tenemos en nuestro país, pero que por desconocimiento o</p>				

falta de identidad no se consumen, lo cual –sumado al aumento de costos en los insumos—redunda en un aumento de precios. Adicionalmente, se debe reforzar el tema de los huertos familiares para la auto-sostenibilidad y consumo de la familia, mediante una pregunta generadora que amplíe la visión de los voluntarios (as), así como la relación del buen vivir con el marco de la seguridad alimentaria, con el fin de que los asistentes comprendan la importancia del cuidado de la tierra, el acceso al agua y el incremento de la producción interna de alimentos.

Las sesiones educativas que contengan charlas deben realizarse de forma más participativa, planteando preguntas sobre el tema a los voluntarios (as) y tomando en cuenta sus comentarios para dirigirlos a la realidad de la comunidad.

<p>Taller 2: Soberanía alimentaria</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura del taller reforzar el tema del taller 1.</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la soberanía alimentaria se alinea a la propia identidad alimentaria de cada país, considerando el respeto, conocimientos y prácticas ancestrales.</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Definiciones y pilares o elementos de la soberanía alimentaria.</p> <p>Derecho a la alimentación y políticas públicas de soberanía alimentaria</p> <p>Práctica:</p> <p>Diferencias entre la seguridad y la soberanía alimentaria (cadena alimentaria y derecho a la alimentación).</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Actividad de los refranes (20 minutos).</p> <p>Video sobre la soberanía alimentaria (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Afiche (25 minutos).</p> <p>Philips 6 -6 (20 minutos).</p> <p>Socio-drama (25 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa los conocimientos adquiridos mediante la práctica del socio-drama</p>
--	---	--	----------------	--

Recomendaciones: al abordar el tema de la soberanía alimentaria se brindará soporte a los asuntos relacionados con la identidad alimentaria, el respeto al medio ambiente y la práctica de los conocimientos ancestrales, aceptando que –de acuerdo con la realidad de cada comunidad local—se pueden desarrollar estrategias productivas que no afecten su entorno y que promuevan una agricultura y consumo sostenible de los recursos no renovables. Adicionalmente, es fundamental tratar el tema del derecho a la alimentación, como parte integral de la soberanía alimentaria, que todos tenemos la obligación de exigir y acceder, tomando en cuenta los puntos anteriores.

<p>Taller 3: Definiciones y fundamentos de la alimentación.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: los patrones alimentarios del país indican un alto consumo de carbohidratos en la dieta).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Conceptos básicos.</p> <p>Bases de una alimentación saludable.</p> <p>Relación entre salud y alimentación</p> <p>Práctica: analizar los hábitos alimentarios de la comunidad y buscar puntos de acción.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa (5 minutos).</p> <p>Hallar la otra mitad (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Charla (10 minutos).</p> <p>Mensajes claves (45 minutos).</p> <p>Desviación positiva (20 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador (a) realiza la evaluación mediante preguntas orales dirigidas a los voluntarios (as).</p>
--	---	---	----------------	---

Recomendaciones: la problemática del país sobre los patrones alimentarios establecidos se debe abordar de forma clara para que los voluntarios (as) puedan tomar conciencia de los malos hábitos de alimentación. Adicionalmente, este tema ayudará a establecer los puntos de acción en los hábitos alimentarios que tienen las familias y la comunidad. Se recomienda en la actividad de los mensajes clave analizar la alimentación habitual de los voluntarios (as), ya que —a raíz de esa evaluación— se pueden establecer parámetros de cambios y sugerencias.

Es importante tomar en cuenta las formas de alimentación de la comunidad. El facilitador puede visitar los sitios en los cuales se proveen los alimentos (ferias, mercado, huertos) para analizar con los asistentes cómo se alimentaban en la antigüedad las familias y la comunidad y así tener un mayor acercamiento con los participantes.

<p>Taller 4: Macro-nutrientes, fibra y agua.</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: una alimentación variada asegura todos los nutrientes que el cuerpo necesita para su correcto funcionamiento).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Conceptos, clasificación, requerimiento diario, funciones y fuente alimentaria.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de contenidos del taller y objetivos (3 a 4 minutos).</p> <p>Caja de sorpresas (10 minutos).</p> <p>Lección oral del taller anterior (15 minutos).</p> <p>Alimentos en vivo: cantidades de nutrientes por alimento y juego de nutrientes y alimentos (1 hora 30 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador (a) realiza la evaluación mediante preguntas orales dirigidas a los voluntarios (as).</p>
<p>Recomendaciones: en relación con este tema se debe dar relevancia a la ingesta equilibrada de los nutrientes: carbohidratos, proteínas, grasas y fibra. Para el juego de la caja de sorpresas, el facilitador debe preparar previamente tarjetas con dibujos de los alimentos; se elegirán al menos cinco alimentos que representen cada uno de los nutrientes; los participantes sacarán de la caja una tarjeta y deberán mencionar a qué nutriente corresponde. Se recomienda al facilitador aclarar las combinaciones incorrectas y correctas que comúnmente se realizan, como el arroz con papas o arroz con menestra (que sustituye a las carnes), etc. Adicionalmente, en los temas del contenido se aplicará un juego interactivo que pondrá a participar a todos los asistentes para aclarar conceptos, clasificación, requerimiento diario, funciones y fuente alimentaria.</p>				
<p>Taller 5: Micronutrientes y fitoquímicos.</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la deficiencia en la ingesta de ácido fólico durante la gestación produce malformaciones genéticas en el bebé).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Conceptos, clasificación, funciones fuente alimentaria y deficiencias de vitamina A, D, K, E, de complejo B, C; de minerales como calcio, fósforo, sodio, potasio, cloro, hierro, zinc, yodo; y de fito-químicos de color: café, rojo, naranja, verde, morado y blanco.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de contenidos del taller y objetivos (3 a 4 minutos).</p> <p>Video: malformaciones genéticas por la deficiencia de ácido fólico (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Creando tu plato de colores (una hora).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>La evaluación se realizará a través de la actividad práctica donde los voluntarios (as) tendrán que exponer la importancia del tema.</p>

	<p>Práctica: reconocer la importancia de los micronutrientes y fito-químicos.</p> <p>Cierre</p>	<p>Dado de colores (20 minutos).</p> <p>8 minutos</p>		
<p>Recomendaciones: este taller pretende demostrar la importancia que tienen las vitaminas, los minerales y los fito-químicos en la alimentación diaria. Es necesario enmarcar la vulnerabilidad que conlleva un bajo consumo de ácido fólico, hierro y calcio por las consecuencias que provoca, como la anemia, las malformaciones genéticas y la osteoporosis. Adicionalmente, los colores de las frutas y verduras se asocian con los fito-químicos que poseen y sus funciones, señalando también que una alimentación con diversos colores asegura una variedad de nutrientes en el plato.</p>				
<p>Taller 6: Pirámide de alimentos vs Plato saludable</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: los alimentos tradicionales del país y de la zona son valiosos para la cultura y el aporte nutricional).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Pirámide, grupos de alimentos, funciones.</p> <p>Porciones, recomendaciones diarias, alimentos de la zona y sus propiedades.</p> <p>Práctica: Importancia de los grupos de alimentos en la dieta diaria.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Introducción (5 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿cuáles son los alimentos tradicionales de la zona? (10 minutos).</p> <p>Actividad: papelógrafo (30 minutos).</p> <p>Actividad: juego de alimentos (40 minutos).</p> <p>Mensajes importantes (20 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>La evaluación se realizará a través de la actividad práctica donde los voluntarios (as) tendrán que exponer la importancia del tema.</p>
<p>Recomendaciones: el facilitador aprovechará la oportunidad para evaluar los conocimientos que tienen los participantes sobre la pirámide de alimentos; además, se debe entregar previamente el material base a los voluntarios (as) para que puedan realizar los papelógrafos con los temas establecidos (tomar en cuenta esto para el resto de los talleres). Se debe resaltar la importancia del consumo de los alimentos de la zona y aquellos que son tradicionales del país; hacer hincapié en la identidad de apreciar nuestros alimentos que por muchos años nutrieron a nuestros antepasados y crearon una conexión entre la salud, la fortaleza física y la mental.</p>				

<p>Taller 7: Dieta saludable y actividad física.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la actividad física fomenta una actitud positiva, una sensación de bienestar, y mejora la salud y la calidad de vida).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Fraccionamiento de comidas y distribución de alimentos en un día, combinación ideal de alimentos, desayuno, lonchera saludable, plato equilibrado, sopas; actividad física, beneficios y tipos de ejercicios.</p> <p>Prácticas</p> <p>elaboración de ejemplos de loncheras saludables.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de contenidos del taller y objetivos (5 minutos).</p> <p>Movimientos dinámicos (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Canasta nutritiva (1 hora 10 minutos).</p> <p>Afiche (20 minutos).</p> <p>(8 minutos)</p>	<p>2 Horas</p>	<p>La evaluación se realizará mediante la elaboración de ejemplos de loncheras saludables que los voluntarios (as) crearán de acuerdo con la actividad ejecutada.</p>
<p>Recomendaciones: en este taller daremos importancia al fraccionamiento de las comidas, al desayuno, a la lonchera escolar y a la actividad física, que son los temas problemáticos para la mayor parte de la población. Sensibilizaremos a los voluntarios (as) en el tema de la actividad física porque hoy los estilos de vida son muy sedentarios y la falta de promoción de la actividad física desde la casa aumenta los casos de niños que pasan frente a la televisión varias horas al día en lugar de ejercitarse.</p>				
<p>Taller 8: Problemas alimentarios crónicos.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: las principales causas de morbilidad en el Ecuador por una mala alimentación son la diabetes y la hipertensión arterial).</p> <p>Recuperación de saberes.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de contenidos del taller y objetivos (5 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿cuáles son los problemas de salud más comunes de salud en su comunidad? (10 minutos).</p> <p>Preguntas sobre la importancia de la alimentación saludable (10 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se evalúa lo aprendido mediante las recomendaciones que emitan los voluntarios (as) para el caso propuesto de análisis</p>

	<p>Contenido</p> <p>Conceptos, causas, consecuencias, síntomas y tratamiento de la obesidad, sobrepeso, desnutrición crónica, deficiencia de ácido fólico, caries, diabetes, hipertensión arterial.</p> <p>Elaboración de recetas para disminuir el riesgo de hipertensión, diabetes y obesidad.</p> <p>Prácticas</p> <p>Estudiar un caso de los problemas expuestos en la charla</p> <p>Cierre</p>	<p>Video (40 minutos).</p> <p>Demostración práctica (20 minutos).</p> <p>Estudio de caso (30 minutos aproximadamente).</p> <p>8 minutos</p>		
<p>Recomendaciones: en este taller se tratarán los problemas de salud más relevantes del Ecuador relacionados con la alimentación; de esta forma, los voluntarios (as) tomarán conciencia de la importancia que tiene la alimentación para prevenirlos y evaluarán cuáles son las dificultades más frecuentes presentes en su comunidad. El video es un estímulo visual, de forma que los asistentes relacionen las patologías con la realidad; de igual forma, se aplicarán los conocimientos impartidos mediante un estudio de caso en donde los asistentes podrán abordar las soluciones frente a un problema supuesto.</p> <p>Se realizará una demostración práctica de las recetas que pueden disminuir el nivel de colesterol en la sangre: limonada con avena y preparación de zumos. Es importante que previamente el facilitador determine los ingredientes que va a utilizar para que pueda realizar la práctica con los voluntarios (as); además, deberá interactuar con los asistentes mientras elabora las recetas, resaltando la importancia de una alimentación balanceada para prevenir las enfermedades así como de la utilidad que tienen algunos alimentos al incluirlos con mayor frecuencia en nuestra alimentación.</p>				
<p>Taller 9: Preparación para la práctica de capacitación a los niños en las escuelas.</p> <p>Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización</p> <p>Recuperación de saberes.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>(5 minutos).</p> <p>Concienciar acerca de los beneficios de la práctica (10 minutos).</p> <p>Preguntas orales sobre los puntos clave de la alimentación (10 minutos).</p>	<p>Tres horas aproximadamente</p>	<p>Se evalúa mediante la práctica de las capacitaciones, que tendrán calificación de acuerdo con la iniciativa, la creatividad y el enfoque del tema.</p>

	<p>Contenido</p> <p>Discusión de problemas: temas principales por abordar durante las capacitaciones.</p> <p>Diálogo para el planteamiento de soluciones y detalles que deben tomarse en cuenta.</p> <p>Establecimiento del plan de acción.</p> <p>Elaboración de material para capacitar.</p> <p>Cierre</p>	<p>Discusión (15 minutos).</p> <p>(15 minutos).</p> <p>Material a elección de los voluntarios (as) (2 horas aprox.)</p> <p>8 minutos</p>		
<p>Recomendaciones: la preparación para la práctica ayudará a la elaboración del material de apoyo para que los voluntarios (as) puedan capacitar en temas importantes que la comunidad estudiantil requiere. A través de los talleres brindados anteriormente, se pueden determinar los temas críticos para la capacitación, entre ellos, la pirámide de alimentos, los grupos de alimentos, los colores de los alimentos, el desayuno, la lonchera escolar y la actividad física. Tomar en cuenta que las capacitaciones deben ser lo más prácticas e interactivas posibles, en especial cuando involucran a niños; de lo contrario, no habrá mayor impacto en el grupo objetivo. Adicionalmente, se pueden incorporar actividades lúdicas a las capacitaciones, como canciones con los alimentos o títeres, entre otros.</p>				
<p>Taller 10: Práctica de capacitación a los niños en las escuelas.</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucción (10 minutos).</p> <p>Técnica a elección de los voluntarios (as) (1h 20' aprox.)</p> <p>(20 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>(5 minutos).</p>	<p>2 horas aproximadamente</p>	<p>Evaluar el dinamismo, la creatividad y la iniciativa de cada grupo para llegar al grupo meta de forma cuantitativa (calificación).</p>
<p>Recomendaciones: es importante que el facilitador coordine con la institución educativa seleccionada el día, la hora, el grupo y el lugar de las capacitaciones. Se recomienda dividir al grupo en parejas o en equipos de máximo tres personas para que puedan pasar de aula en aula capacitando a los niños en un tiempo aproximado de 30 minutos; para captar la atención, usar material didáctico y lúdico para causar impacto, ya que visualmente es la forma en la que la mayoría de los niños aprenden mejor. La técnica que se utilizará será escogida por los voluntarios (as); entre las propuestas están: juegos de alimentos, pirámide nutricional interactiva, dibuja tu plato equilibrado, canciones de alimentos, títeres y obra de teatro. Es recomendable practicar con recetas de ingredientes ocultos, es decir, aquellas preparaciones en las que se ocultan los vegetales, cereales integrales o granos, entre otros ingredientes que los niños no perciben a simple vista en los platos y, por lo tanto, es más fácil que los consuman.</p>				

<p>Taller 11: Preparación para elaborar recetas saludables.</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: es posible elaborar recetas saludables de bajo costo con alimentos nutritivos).</p> <p>Discusión del problema en grupos para seleccionar las mejores recetas.</p> <p>Diálogo para el planteamiento de soluciones.</p> <p>Establecimiento del plan de acción: Elaboración del listado de alimentos para las recetas y material.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Discusión (10 minutos).</p> <p>Phillips 6-6 (40 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>Material y recetas a elección de los voluntarios (as) (1 hora)..</p> <p>(8 minutos)</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa la participación de los voluntarios (as) para la elaboración de las recetas y la colaboración.</p>
<p>Recomendaciones: es necesario que los voluntarios (as) previamente lleven ideas de recetas que puedan preparar en el aula en un tiempo no tan prolongado, con materiales de fácil acceso y especialmente con alimentos de la zona para promocionar su consumo. Realizar un listado de los ingredientes que se requieren para la receta y dividirse en grupos para que exista variedad de preparaciones. Según esa práctica se estandarizarán y escogerán las mejores recetas para la feria de la alimentación. Se debe estimular la participación de todos los voluntarios (as), resaltando que la cocina no es un lugar únicamente para las mujeres, ya que los dos padres de familia son los responsables de crear correctos hábitos de alimentación y fomentar estilos de vida saludables.</p>				
<p>Taller 12: Recetas saludables: taller hogareño.</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 3</p>	<p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica y selección de recetas.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos para la feria de alimentos</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucción (10 minutos).</p> <p>Taller hogareño (1 hora 20 min. aprox.)</p> <p>Evaluación, selección y estandarización de las recetas para la feria de alimentos (15 minutos).</p> <p>(15 minutos).</p>	<p>2 Horas aprox.</p>	<p>Se evalúa la participación de los voluntarios (as) durante el taller.</p>

Recomendaciones: se sugiere al facilitador que coordine los hogares, la hora y el día donde se realizarán los talleres, antes de la ejecución de la práctica. Además, se deben revisar los materiales e ingredientes que requiere cada preparación para tenerlos listos a tiempo.

En base al taller 11, se seleccionan las recetas que tengan buena presentación, que sean divertidas o variadas, con textura adecuada, que sean saludables y donde se hayan aprovechado al máximo los alimentos de la zona y aquellos que son tradicionales del país; de esta forma, se dará a conocer a la comunidad que es posible realizar comidas saludables con un sabor y aspecto agradable, a bajo precio y de fácil preparación. El facilitador debe tener conocimiento previo de los alimentos tradicionales perdidos y de los de la zona para estimular a los voluntarios (as) para que seleccionen recetas que los contengan.

<p>Taller 13: Feria de la alimentación.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos para la feria de alimentos.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Introducción (10 minutos).</p> <p>Exposición de recetas saludables a la comunidad (tiempo estimado: 1 hora 30 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p>	<p>2 Horas aprox.</p>	<p>El facilitador evalúa las recetas de acuerdo con la creatividad, calidad, diversidad y capacidad para llegar a la comunidad.</p>
--	---	--	-----------------------	---

Recomendaciones: una feria de alimentos es un espacio en donde podemos dar a conocer las diversas preparaciones que se pueden realizar en base a una alimentación saludable. El término saludable no implica que un alimento sea desagradable, desabrido y sin color; podemos lograr recetas de bajo costo, de fácil preparación y deliciosas. Por tanto, es importante que se escojan las recetas de acuerdo con la variedad, el sabor, la creatividad y, sobre todo, los alimentos propios de la zona y aquellos que son tradicionales del país y cuyo consumo por alguna razón ha disminuido.

La feria debe ser lo más llamativa posible para involucrar a la comunidad y lograr un impacto que genere la apropiación de las recetas y su réplica. Se recomienda ubicar “stands” o puestos en base a las recetas, por ejemplo, un espacio para recetas de sal, otro para postres, para bebidas, para loncheras saludables, para desayunos, etc. La organización será iniciativa de los voluntarios (as), quienes proyectarán un espíritu positivo y entusiasta en la feria de alimentos; de esa forma, captar la atención de la población.

Se recomienda al facilitador coordinar previamente con las autoridades locales el lugar (de preferencia que sea un espacio grande, céntrico por donde circule la comunidad y de fácil visibilidad), el día y la hora para realizar la feria.

MÓDULO 5: SALUD MATERNO-INFANTIL**Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 5**

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Orientar las acciones de salud relativas a la alimentación y nutrición de la población, con énfasis en los grupos de riesgo: embarazadas, lactantes y niños menores de cinco años.
- Identificar los cambios fisiológicos que sufren las mujeres durante el embarazo y las necesidades nutricionales para un correcto crecimiento del bebé.
- Reconocer los beneficios que tiene la lactancia materna para el crecimiento, desarrollo y fortalecimiento del sistema inmunológico de los niños.
- Explicar las buenas prácticas de la lactancia materna y las recomendaciones nutricionales para la madre que está en esta etapa.
- Identificar la introducción adecuada de alimentos a partir de los seis meses de edad, como parte complementaria de la lactancia.
- Asociar las enfermedades a la mala selección de los alimentos en los grupos de riesgo como prevención primaria de la salud.
- Reconocer la importancia de la alimentación y el aporte de los macro y micronutrientes necesarios para los niños menores de cinco años.

Destrezas

- Organizar prácticas en la comunidad, promoviendo una alimentación saludable mediante la elaboración de recetas nutritivas de acuerdo con la adaptabilidad de la zona.
- Promocionar la práctica de la lactancia materna con consejos prácticos enfocados en la realidad de la comunidad.
- Aplicar técnicas antropométricas para evaluar el estado nutricional de la población.
- Incentivar el cuidado durante la etapa de gestación para prevenir futuras consecuencias negativas en la salud de la madre y del hijo.
- Realizar prácticas de prevención y tratamiento, dirigidas a los problemas de salud más frecuentes encontrados en la población, como anemia, desnutrición, embarazo en adolescentes, problemas metabólicos, problemas respiratorios y digestivos.

Actitudes

- Compartir la información recibida con la población de la comunidad para mejorar los estilos de vida y el estado nutricional de las personas.
- Practicar técnicas de evaluación antropométrica con las familias y la comunidad para determinar el estado nutricional y generar sugerencias según el diagnóstico encontrado.
- Demostrar con la práctica los cambios significativos que se pueden realizar en la alimentación para mejorar las condiciones de vida y prevenir enfermedades críticas, especialmente de los grupos de riesgo.

Contenido e importancia del módulo 5

En este módulo el enfoque estará fundamentado en la alimentación materno-infantil, la prevención y tratamiento de enfermedades, la importancia de la alimentación, las prácticas saludables, la evaluación antropométrica y el diagnóstico. Como objetivo final, se organizará una feria de salud que refleje todo lo tratado en el módulo 5, difundiendo de esa forma los conocimientos adquiridos con la población, para generar la apropiación de las prácticas saludables e iniciar un proceso de concienciación frente a las prácticas actuales que tiene la comunidad.

En este módulo también se resaltarán la relación de los pilares de la seguridad alimentaria: acceso, disponibilidad, consumo y utilización de los alimentos, especialmente en la preparación de recetas o demostraciones prácticas, en las cuales se destacan la funcionalidad de los alimentos.

Mensaje clave de género: involucrar a los hombres y mujeres en la participación conjunta de las prácticas y en la elaboración de preparaciones, capacitaciones, visitas domiciliarias y ferias de salud. Resaltar que el aporte equitativo de género es importante para estimular a la población para que adopte las sugerencias, creando un vínculo de confianza con los voluntarios (as) por su capacidad de transmitir los conocimientos, indistintamente de su sexo.

Mensaje clave de interculturalidad: fundamentar la identidad que tienen los alimentos del país y la zona, no solo por su funcionalidad, sino también por su valor cultural, lo que refleja una comunidad orgullosa de sus ancestros, de sus productos y de la connotación que tiene en el marco de la alimentación.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Embarazo: aspectos fisiológicos</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: el embarazo en adolescentes conlleva varios riesgos de salud para la madre y el niño)</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Aspectos fisiológicos e incremento de peso (curvas de crecimiento, carnet prenatal).</p> <p>Requerimientos nutricionales.</p> <p>Embarazo en adolescentes: riesgos, consecuencias, puntos críticos de la alimentación</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Actividad del rompecabezas (15 minutos).</p> <p>Canasta nutritiva (30 minutos).</p> <p>Charla y preguntas en base al video (30 minutos).</p>	<p>Dos horas, 12 minutos aprox.</p>	<p>Se establecerán dos casos: uno de una mujer embarazada normal y otro, de una adolescente en estado de gestación.</p> <p>-Se puede dividir en parejas a los voluntarios (as) para que puedan resolver los casos.</p> <p>-Los asistentes tienen que evaluar su estado fisiológico y dar recomendaciones nutricionales de acuerdo con su incremento de peso.</p>

	<p>Práctica</p> <p>estudio de caso sobre el embarazo en las adolescentes (curva de ganancia de peso).</p> <p>Cierre</p>	<p>Estudio de caso (25 minutos)</p> <p>(8 minutos).</p>		
<p>Recomendaciones: para realizar la actividad del rompecabezas, se sugiere al facilitador dividir a los grupos y asignar al menos dos cambios fisiológicos por mesa; por ejemplo: aumento de peso en el embarazo, producción de leche, incremento de la frecuencia urinaria, dificultad en la respiración, hinchazón y retención de líquidos, entre otros; de esta forma, evitaremos repetir los temas y brindaremos dinamismo a la actividad; además, esta se reforzará una vez que se haya completado la actividad para aclarar las dudas de los asistentes.</p> <p>En la actividad de la canasta nutritiva, para tratar el tema de los requerimientos nutricionales, es importante tomar en cuenta los grupos de alimentos indispensables durante este período, los cuales se pueden clasificar de la siguiente forma: alimentos que brindan grasas, alimentos que proporcionan carbohidratos, alimentos formadores (proteínas), alimentos que proporcionan ácido fólico, vitamina C y vitamina A; y alimentos que proporcionan minerales importantes, como hierro, calcio y zinc; una vez ubicados los grupos de alimentos, cada grupo deberá enlistar los nutrientes que una embarazada necesita en su dieta diaria.</p>				
<p>Taller 2: Alimentación durante el embarazo</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la alimentación durante el embarazo es indispensable para el crecimiento y desarrollo del bebé).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Alimentación durante el embarazo, mitos y consejos comunes.</p> <p>Aversiones y picas: suplementos durante el embarazo y actividad física.</p> <p>Práctica: estudio de caso de embarazo</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Consejos comunes de la familia, charla, debate (15 minutos).</p> <p>Preguntas del taller anterior (10 minutos).</p> <p>Socio-drama (30 minutos)</p> <p>Lluvia de ideas (30 minutos)</p> <p>Estudio de caso (30 minutos)</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>Dos horas, ocho minutos</p>	<p>Se establecerá un caso de una mujer embarazada con aversiones y vómitos frecuentes.</p> <p>-Se puede dividir en parejas a los voluntarios (as) para que puedan resolver los casos.</p> <p>-Los asistentes tienen que realizar recomendaciones para mejorar su estado nutricional, de acuerdo con los gustos y preferencias de la embarazada.</p>

Recomendaciones: en la sensibilización de este taller es importante enmarcar la importancia que tiene la alimentación durante el embarazo para el crecimiento y ganancia de peso del bebé. En muchos casos la madre tiene una alimentación muy escasa, lo que ocasiona problemas de desnutrición crónica o anemia al recién nacido. Luego de cada una de las actividades, el facilitador realizará un refuerzo de la información con los asistentes para que posteriormente puedan resolver el caso propuesto.

<p>Taller 3: Problemas durante el embarazo.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: una alimentación deficiente de hierro puede traer como consecuencia la anemia, que puede poner en riesgo la vida de la madre y del bebé).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Concepto, causas, consecuencias, síntomas, tratamiento alimentario de la anemia gestacional, diabetes, pre eclampsia y eclampsia.</p> <p>Práctica: estudio de caso de problemas en el embarazo.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Consecuencias de la anemia en los bebés: video (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Video y discusión (1h)</p> <p>Estudio de caso (30 minutos).</p> <p>(8 minutos)</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se establecerá un caso: de una mujer embarazada con anemia, otra con diabetes y otra con pre eclampsia.</p> <p>Se puede dividir en parejas a los voluntarios (as) para que puedan resolver los casos.</p> <p>Los asistentes tienen que realizar recomendaciones de acuerdo al tipo de patología que tenga el caso expuesto.</p>
--	---	--	----------------	--

Recomendaciones: en este taller se sensibilizará sobre la anemia en la gestación, basándose en los altos porcentajes de anemia en el país, por lo que se vuelve importante dar a conocer a los voluntarios (as) la situación actual de esta enfermedad y sus consecuencias en la madre y el bebé. Adicionalmente, luego de la lluvia de ideas para tratar los problemas de salud más comunes en el embarazo, el facilitador debe reforzar los temas, de tal forma que este se aborde con claridad y los participantes puedan resolver los casos propuestos durante la práctica.

Se recomienda guiar la lluvia de ideas a través de los conocimientos previos que tengan los voluntarios (as) mediante preguntas como: ¿qué es la anemia?, ¿qué consecuencias produce en la madre y el bebé?, ¿qué alimentos debería consumir la madre para evitar esta enfermedad?, ¿qué es la diabetes y por qué se origina?, ¿qué nutriente cree usted que al ingerir en exceso produce la diabetes?, ¿qué sugerencias ha escuchado que se deben dar para esta enfermedad?, ¿alguien ha escuchado sobre la pre eclampsia y la eclampsia?, ¿qué consecuencias pueden traer a la madre?

<p>Taller 4: Preparación para la práctica de la visita domiciliaria</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: capacitar a las embarazadas en temas básicos de alimentación para asegurar un correcto crecimiento del bebé).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Discusión de problemas:</p> <p>temas y puntos principales para la elaboración del formato y del tríptico relativo al embarazo.</p> <p>Diálogo para establecer el proceso de la visita domiciliaria.</p> <p>Establecimiento del plan de acción.</p> <p>Elaboración de material para capacitar y repaso de las preguntas que se plantearán.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de la actividad que se va a realizar (5 minutos). (10 minutos).</p> <p>Preguntas orales sobre la alimentación en el embarazo (10 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos). (15 minutos).</p> <p>Elaboración del formato.</p> <p>Material para entregar (tríptico o mensajes claves) (1 hora). (8 minutos)</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se establecerá un caso: de una mujer embarazada con anemia, otra con diabetes y otra con pre eclampsia.</p> <p>Se puede dividir en parejas a los voluntarios (as) para que puedan resolver los casos.</p> <p>Los asistentes tienen que realizar recomendaciones de acuerdo al tipo de patología que tenga el caso expuesto.</p>
<p>Recomendaciones: tanto el facilitador como los voluntarios (as) deberán identificar las viviendas donde residen mujeres embarazadas y acordarán con las madres el día y hora aproximada en la que se realizará la visita. Se deben tomar en cuenta para la elaboración del formato los puntos importantes que se considerarán durante el embarazo para darles soporte en la visita: edad, peso promedio de las embarazadas, número de revisiones médicas en el centro de salud, problemas frecuentes observados durante el embarazo, embarazos en adolescentes, riesgos de embarazo en adolescentes, consumo de suplementos alimenticios, entre otros.</p> <p>De igual forma, para la elaboración del material de apoyo, es importante hacer hincapié en la alimentación que debe tener una embarazada, los nutrientes más importantes, la fuente alimentaria, la actividad física y el incremento de peso. Se recomienda que el facilitador previamente tenga listos los materiales para que los voluntarios (as) puedan empezar con el diseño del material para entregar, por ejemplo, cartulinas, hojas en blanco y de colores, marcadores, pinturas, esferos, revistas para recortar y otros materiales adicionales que de acuerdo con la creatividad se pueden utilizar.</p>				

<p>Taller 5: Visita domiciliaria</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucciones antes de realizar la visita (15 minutos).</p> <p>Visita domiciliaria para evidenciar casos de embarazo (1 hora 15 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos).</p> <p>Discusión de un plan de acción para dar soporte a las embarazadas de la comunidad (15 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>De acuerdo con la visita realizada, los voluntarios (as) establecerán un plan de acción para continuar con las embarazos de la comunidad, con el fin de reducir los índices de embarazo en adolescentes.</p>
<p>Recomendaciones: durante esta práctica es necesario que los voluntarios (as) se dividan en parejas para visitar varios hogares. En la visita domiciliaria se debe aprovechar la oportunidad para abordar los temas del embarazo que las familias necesitan reforzar, especialmente el embarazo en las adolescentes. Con esta práctica, los voluntarios (as) determinarán los temas que se deben reforzar en la comunidad mediante un plan de acción que puede ser continuar con las visitas domiciliarias, hasta abarcar todo el grupo de embarazadas de la comunidad o establecer charlas de embarazo que se pueden planificar en el centro de salud.</p>				
<p>Taller 6: Lactancia materna</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la lactancia materna exclusiva es esencial durante los seis primeros meses de vida).</p> <p>Recuperación de saberes: ¿Conoce los beneficios de la lactancia materna?</p> <p>Contenido</p> <p>Concepto de calostro y leche materna, beneficios para el niño y la madre.</p> <p>Lactancia exclusiva, composición nutricional, recomendaciones para dar de lactar y factores que influyen en la producción de leche.</p> <p>Práctica: estudio de caso de problemas en la lactancia.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video sobre lactancia materna (doce minutos)</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Afiche (30 minutos).</p> <p>Video técnicas de amamantamiento (15 minutos); papelógrafo (20 minutos) y charla (20 minutos).</p> <p>Estudio de caso (30 minutos). (8 minutos).</p>	<p>Dos horas 30 minutos.</p>	<p>Se establecerá un caso de una mujer que tiene problemas para dar de lactar a su bebé porque no tiene afluencia de leche materna.</p> <p>-Se puede dividir en parejas a los voluntarios (as) para que puedan resolver los casos.</p> <p>-Los asistentes tienen que realizar recomendaciones para que la madre pueda producir suficiente leche materna.</p>

<p>Recomendaciones: sensibilizaremos, mediante un video, la importancia que tiene la lactancia exclusiva durante los seis primeros meses de vida; así mismo, se abordarán los beneficios de la leche materna, su composición nutricional y los factores principales que pueden afectar la correcta producción de leche. Se requiere que el facilitador motive a los asistentes para difundir la información recibida con las madres de la comunidad.</p>				
<p>Taller 7: Alimentación durante la lactancia</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: los abusos y restricciones de la alimentación en la madre durante la lactancia influyen en la producción de leche materna).</p> <p>Recuperación de saberes</p> <p>Contenido</p> <p>Alimentación durante la lactancia y cuidados de la madre. Cólico de gases, actividad física.</p> <p>Práctica</p> <p>Elaboración de preparaciones fáciles para mejorar la producción de leche.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos)</p> <p>Discusión (10 minutos).</p> <p>Preguntas del taller anterior (10 minutos).</p> <p>Rompecabezas (30 minutos)</p> <p>Charla (15 minutos) y socio-drama (15 minutos).</p> <p>Demostración práctica (40 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>Dos horas 30 minutos.</p>	<p>Se establecerá un caso de una mujer que tiene problemas para dar de lactar a su bebé porque no tiene afluencia de leche materna.</p> <p>-Se puede dividir en parejas a los voluntarios (as) para que puedan resolver los casos.</p> <p>-Los asistentes tienen que realizar recomendaciones para que la madre pueda producir suficiente leche materna.</p>
<p>Recomendaciones: en este taller se explicará la importancia de la alimentación en la etapa de la lactancia, se determinarán los alimentos que favorecen la producción de leche y los cuidados que requiere una madre. Se debe recalcar que existen estudios que establecen que la producción de leche materna en una madre desnutrida y en otra con un estado nutricional normal es exactamente igual, ya que el cuerpo es capaz de extraer los nutrientes necesarios para la elaboración de una buena leche materna; sin embargo, es indispensable tener una correcta alimentación para evitar posteriores problemas de salud en la madre.</p> <p>Motivar a los voluntarios (as) para participar en la creación de recetas, haciendo relevancia en la igualdad de género para la preparación de los alimentos. Los conocimientos adquiridos durante el taller son la fuente de difusión para que las madres puedan adoptar consejos prácticos con sus hijos.</p>				

<p>Taller 8: Taller hogareño</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucción previa a la visita (15 minutos).</p> <p>Taller hogareño para realizar recetas que ayuden a la producción de leche materna (1 hora 20 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Mediante las preparaciones realizadas y la experiencia adquirida a través del taller hogareño, los voluntarios (as) pueden continuar con la réplica de la información con todas las madres en etapa de lactancia que vivan en su comunidad.</p>
<p>Recomendaciones: el facilitador y los voluntarios (as) seleccionarán previamente los hogares que visitarán para la ejecución del taller hogareño. Es importante que los voluntarios (as) realicen por lo menos dos preparaciones en los hogares de las madres, para que se pueda visualizar la facilidad de elaboración y detallar los beneficios de su aplicación en la producción correcta de leche materna, lo que generará la apropiación de las recetas por parte de las madres y mejorará el estado nutricional de los bebés. Los voluntarios (as) pueden continuar replicando la información con todas las madres de su comunidad para alcanzar resultados mayores.</p>				
<p>Taller 9: Alimentación complementaria</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la incorrecta introducción de alimentos durante el primer año de vida desarrolla alergias o intolerancias alimentarias).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Conceptos, requerimientos nutricionales, introducción de alimentos, cantidades, preferencias alimentarias e higiene.</p> <p>Alimentos alergénicos, problemas en la alimentación.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video sobre las alergias e intolerancias alimentarias (10 minutos).</p> <p>Preguntas sobre el tema que se va a tratar (10 minutos).</p> <p>Mensajes claves (30 minutos).</p> <p>Charla (20 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se analizará la participación de los voluntarios (as) y la creatividad para realizar preparaciones de introducción de alimentos con sabor y aspecto agradable.</p>

	<p>Práctica: preparaciones para la introducción de alimentos.</p> <p>Cierre</p>	<p>Demostración práctica en el aula (40 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>		
<p>Recomendaciones: sensibilizar acerca de la importancia de la higiene en la preparación de los alimentos para el bebé, ya que muchas madres no tienen conciencia de los problemas gastrointestinales que pueden ocasionar al bebé, al no seguir normas básicas de higiene, como lavar sus manos, utensilios y alimentos. El facilitador previamente preparará los ingredientes necesarios para realizar la práctica con los voluntarios (as); se recomienda realizar tres preparaciones sencillas, con buen sabor y apariencia para que los asistentes puedan replicar los conocimientos.</p> <p>Se aconseja motivar a la participación de mujeres y hombres en la elaboración de las recetas.</p>				
<p>Taller 10: Alimentación Infantil</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: una correcta alimentación infantil produce crecimiento, desarrollo, aprendizaje y productividad).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido Requerimientos nutricionales, alimentación; importancia para el desarrollo cerebral; agua, actividad física.</p> <p>Problemas de rechazo alimentario.</p> <p>Práctica: resolver un caso propuesto de un niño que tiene problemas en la alimentación.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Discusión (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Caja de sorpresas (40 minutos).</p> <p>Juego de los roles (20 minutos).</p> <p>Estudio de caso (30 minutos)</p> <p>(8 minutos)</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se establecerá un caso de un niño que tiene rechazo a la alimentación, consume muchos dulces y no tiene horarios de comidas.</p> <p>-Se resolverá el caso de forma individual y cada asistente dará sugerencias para resolver el problema de la mejor forma.</p> <p>-El facilitador llegará a un consenso con los voluntarios (as).</p>
<p>Recomendaciones: en este taller se sensibilizará acerca de la importancia que tiene la alimentación para el crecimiento, desarrollo cerebral y captación de la información durante el aprendizaje. Cuando un niño (a) está mal alimentado, sus conexiones nerviosas funcionan con lentitud y, por tanto, la actividad cerebral será menor, por lo que el niño tendrá dificultad en el aprendizaje y, consecuentemente, será un adulto menos productivo para la sociedad.</p>				

Con las dinámicas propuestas se brindará practicidad al taller y motivación para cambiar los hábitos incorrectos que se practican en las familias.

Finalmente, mediante el caso de estudio los voluntarios (as) podrán emitir sugerencias en base a lo aprendido; de esa forma, se abordará los problemas actuales de la comunidad.

<p>Taller 11: El niño y las enfermedades</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: las enfermedades diarreicas agudas y casos de parasitosis son enfermedades comúnmente producidas por falta de higiene).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Concepto, causas, consecuencias, síntomas, prevención y tratamiento de EDAS - IRAS, parasitosis, gripe, fiebre, dolores de estómago y deshidratación.</p> <p>Práctica: elaboración de suero casero, horchata de arroz, escoba de limpieza, zumo antiparasitario, receta para la tos seca y expectorantes naturales; preparaciones para la gripe</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video de EDAS (5 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Papelógrafo (50 minutos). Video de alimentación y problemas respiratorios (8 minutos).</p> <p>Demostración práctica (1 hora).</p> <p>(8 minutos)</p>	<p>Dos horas 23 minutos aprox</p>	<p>Mediante la elaboración de sueros hidratantes y remedios naturales para desparasitar, para tratar la diarrea y la parasitosis se pondrá en práctica la información recibida de los talleres.</p> <p>Es importante que, durante la ejecución, participen todos los voluntarios (as); se puede dividir en grupos a los asistentes.</p>
---	--	---	---------------------------------------	---

Recomendaciones: para que la demostración práctica sea exitosa se necesita que el facilitador tenga listo previamente los ingredientes necesarios para realizar las preparaciones. Adicionalmente, para elaborar un laxante natural se puede tomar en cuenta la disponibilidad de plantas medicinales de la zona y optar por recetas de fácil elaboración.

<p>Taller 12: Preparación para la práctica de capacitación a madres en CIBV.</p> <p style="text-align: center;">Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: concientizar a las madres sobre la importancia de la alimentación complementaria e infantil y las enfermedades del niño).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Discusión de problemas.</p> <p>Temas y puntos principales para la elaboración de material que se entregará a las madres durante las capacitaciones.</p> <p>Diálogo para establecer el proceso de la capacitación.</p> <p>Establecimiento del plan de acción.</p> <p>Elaboración de material para capacitar.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de la actividad que se va a realizar (5 minutos). (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos). (15 minutos).</p> <p>Elaboración de material para entregar (1 hora 30 minutos). (8 minutos).</p>	<p>Dos horas 23 minutos aprox</p>	<p>Mediante la elaboración de sueros hidratantes y remedios naturales para desparasitar, para tratar la diarrea y la parasitosis se pondrá en práctica la información recibida de los talleres.</p> <p>Es importante que, durante la ejecución, participen todos los voluntarios (as); se puede dividir en grupos a los asistentes.</p>
---	---	---	---------------------------------------	---

Recomendaciones: los voluntarios (as) pueden realizar prácticas demostrativas con las madres para que sea una capacitación interactiva; se pueden realizar preparaciones fáciles de bajo costo, como papillas o sueros hidratantes, dependiendo del tema que los ellos (as) vayan a abordar. Se sugiere dividir en grupos a los voluntarios (as) para que cada uno tenga un tema diferente y se complemente durante las capacitaciones, al final de las cuales se debe entregar un material informativo del tema tratado.

Se recomienda realizar intercambio de prácticas con los voluntarios (as) comunitarios de las provincias de Cotopaxi y Santo Domingo, de acuerdo con la disponibilidad de cada grupo. El facilitador previamente deberá acordar con los ellos (as) y los CIBV el día, la hora y el lugar donde se realizarán las capacitaciones, de preferencia un espacio libre de ruido.

<p>Taller 13: Capacitación a las madres del centro infantil.</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucciones previas a realizar las capacitaciones (15 minutos).</p> <p>Capacitaciones (1 hora 20 min. aproximadamente).</p> <p>Discusión (15 minutos). (10 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>La capacitación se evalúa de acuerdo con la participación de los voluntarios (as), el dinamismo y la practicidad que se emplee. De igual forma, el material entregado al finalizar las capacitaciones debe ser lo más ilustrativo posible, con consejos aplicados a los problemas más frecuentes de la comunidad.</p>
<p>Recomendaciones: de la misma forma que el resto de prácticas, es indispensable que las capacitaciones sean ilustrativas, lúdicas y dinámicas para llamar la atención de las madres. Para ello, se aconseja dividir a los voluntarios (as) en equipos de no más de cuatro personas para que aborden a grupos diferentes de madres.</p> <p>Se recomienda tratar los temas de alimentación complementaria, alimentación infantil y enfermedades del niño más comunes en la zona. El material que se entrega al final de las capacitaciones puede ser un mensaje clave o un tríptico con los puntos más importantes tratados en las capacitaciones.</p>				
<p>Taller 14: Anemia</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización: mensaje clave: las consecuencias de la anemia en los niños por una mala alimentación conducen a la disminución de la capacidad de respuesta a los procesos de comprensión, memorización y atención.</p> <p>Recuperación de saberes</p> <p>Contenido Concepto, causas, consecuencias, síntomas, fuente alimentaria, absorción, prevención y tratamiento.</p> <p>Nivel de hemoglobina en niños y embarazadas.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video sobre la anemia (10 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>Video (20 minutos).</p> <p>Afiche (30 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>Se presenta el caso de un niño que tiene anemia y se interpretarán los valores de hemoglobina del caso.</p> <p>Se resuelve el caso de forma individual y cada asistente dará sugerencias para resolver el problema de la mejor forma. El facilitador llega a un consenso con los voluntarios (as).</p>

	<p>Práctica: resolver un caso propuesto de un niño con anemia e interpretación de valores de hemoglobina.</p> <p>Cierre</p>	<p>Estudio de caso (30 minutos)</p> <p>(8 minutos).</p>		
<p>Recomendaciones: este módulo toma en cuenta los efectos de la anemia en los niños; la sensibilización se realiza mediante un video que concientice las consecuencias de la enfermedad. En la parte del contenido del taller, se utilizarán técnicas de video y afiche para involucrar a los voluntarios (as) en una dinámica relacional. Adicionalmente, se agregará una charla para explicar los valores de la hemoglobina en los niños y embarazadas para detectar la anemia. Mediante el caso propuesto se pretende que los voluntarios (as) puedan resolver un problema real con sugerencias visibles y claras dirigido al grupo objetivo de los niños.</p>				
<p>Taller 15: Evaluación nutricional I</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la desnutrición crónica ocasiona grandes daños en el cerebro). Recuperación de saberes</p> <p>Contenido</p> <p>Desnutrición, conceptos, clasificación, causas, consecuencias. Técnicas de valoración nutricional y desarrollo de acuerdo a los grupos de riesgo. Práctica: identificar las técnicas que se aplican de acuerdo a los grupos de riesgo.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos). Video alimentación y desnutrición crónica (15 minutos). Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Video sobre antropometría (20 minutos). Papelógrafo (30 minutos). Demostración práctica (20 min. aprox.) Caja de sorpresas (20 minutos) (8 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>Se evalúa a los voluntarios (as) mediante la actividad de la caja de sorpresas, en la cual tendrán que mencionar las técnicas de valoración nutricional que se utilizan de acuerdo con los grupos de riesgo.</p>

Recomendaciones: en la sensibilización se enfatizarán los efectos de la desnutrición crónica por una mala alimentación. En el contenido se dará realce a la demostración práctica de las técnicas de valoración nutricional, de acuerdo con los grupos de riesgo, por ejemplo, el índice de masa corporal, área abdominal, peso ideal, peso, estatura, perímetro cefálico y requerimiento calórico por grupos de riesgo.

<p>Taller 16: Evaluación nutricional II</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: las tablas de crecimiento son una herramienta fundamental para diagnosticar el estado nutricional de los niños).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Toma de medidas antropométricas: toma de peso y estatura, índice de masa corporal, peso ideal, área abdominal.</p> <p>Identificación de las tablas de crecimiento, vigilancia del crecimiento de los niños, evaluación del estado nutricional.</p> <p>Práctica: resolver un caso de un niño con desnutrición crónica y de otro con sobrepeso mediante la utilización de las tablas antropométricas.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿Ha utilizado anteriormente las tablas de crecimiento? (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Demostración práctica (40 minutos).</p> <p>Charla (15 minutos) y demostración práctica (20 minutos).</p> <p>Estudio de caso (20 minutos)</p> <p>(8 minutos)</p>	<p>Dos horas 23 minutos aprox</p>	<p>Mediante la elaboración de sueros hidratantes y remedios naturales para desparasitar, para tratar la diarrea y la parasitosis se pondrá en práctica la información recibida de los talleres.</p> <p>Es importante que, durante la ejecución, participen todos los voluntarios (as); se puede dividir en grupos a los asistentes.</p>
--	--	---	---------------------------------------	---

Recomendaciones: se sensibilizará en este taller sobre la utilidad de las tablas antropométricas para el diagnóstico del estado nutricional de los niños. Es preferible realizar una pregunta abierta para los asistentes, de forma que todos emitan su opinión acerca del tema.

En la demostración práctica de las medidas antropométricas se sugiere que el facilitador tenga todos los implementos necesarios: balanza, cinta métrica y calculadora para que los voluntarios (as) puedan utilizar estas técnicas entre ellos en el tiempo estimado.

Posteriormente se explicará la utilización de las tablas antropométricas para que los voluntarios (as), a través del caso propuesto, puedan dar soluciones y evaluar el estado nutricional, por lo que es necesario que el facilitador tenga impresas previamente las tablas.

<p>Taller 17: Preparación para la visita domiciliaria</p> <p>Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: el estado nutricional de los grupos de riesgo se evalúa con una correcta aplicación de las técnicas antropométricas).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Discusión de problemas: temas y puntos principales que se deben tomar en cuenta para la elaboración de los instrumentos de la visita domiciliaria.</p> <p>Diálogo para establecer el proceso de la visita domiciliaria.</p> <p>Establecimiento del plan de acción.</p> <p>Elaboración del material para la visita domiciliaria.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de la actividad que se va a realizar (5 minutos). (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos). (15 minutos).</p> <p>Elaboración del material para entregar donde se identifique el diagnóstico de la persona (1 hora). (8 minutos).</p>	<p>Dos horas 23 minutos aprox</p>	<p>Mediante la elaboración de sueros hidratantes y remedios naturales para desparasitar, para tratar la diarrea y la parasitosis se pondrá en práctica la información recibida de los talleres.</p> <p>Es importante que, durante la ejecución, participen todos los voluntarios (as); se puede dividir en grupos a los asistentes.</p>
<p>Recomendaciones: para la preparación de la visita domiciliaria se deben establecer los temas que se van a tratar durante la visita, especialmente todo lo que incluya desnutrición crónica y los problemas más observados en la comunidad. Además, es necesario contar con un instrumento o formato para realizar la visita domiciliaria, en donde se registren los datos generales de la persona y las preguntas para determinar el estado nutricional. Este formato debe ser creado por los facilitadores, investigadores o representantes de la entidad que dirige el proyecto en base a sus necesidades y tiempos.</p> <p>El facilitador debe entregar las herramientas de evaluación a los voluntarios (as), como las tablas antropométricas. Se puede trabajar en conjunto con el centro de salud para usar los implementos faltantes, como una balanza o cinta métrica.</p> <p>Se recomienda al facilitador coordinar previamente las viviendas que se visitarán con los voluntarios (as), así como la hora y el día.</p>				

<p>Taller 18: Visita domiciliaria</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucción previa a la visita domiciliaria (15 minutos).</p> <p>Visita domiciliaria (1 hora 20 minutos aprox.)</p> <p>Discusión (15 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>La visita domiciliaria se evalúa de acuerdo con los resultados obtenidos.</p> <p>Una vez registrados los datos en el formato establecido por todos los voluntarios (as), se presenta un informe de las personas a las que se evaluó a todos los asistentes para discutir el estado nutricional promedio de la comunidad.</p>
<p>Recomendaciones: se recomienda que los voluntarios (as) visiten individualmente las viviendas para abarcar la mayor cantidad de población. Los instrumentos deben ser claros y precisos para completarlos. De igual forma, se debe utilizar un lenguaje sencillo para explicar a los visitantes cuál es su estado nutricional. Los voluntarios (as) entregan un informe de todas las personas a las que se evalúa y se discute esa información en un pleno, con todos los voluntarios (as).</p>				
<p>Taller 19: Preparación para la feria de salud.</p> <p>Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: los estilos de vida saludables se fundamentan en una correcta alimentación que genera un estado de salud integral).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Discusión de problemas.</p> <p>Temas y puntos principales por tomar en cuenta para la elaboración de los instrumentos y materiales para la feria de salud.</p> <p>Diálogo para establecer el proceso de la feria de salud.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de la actividad que se va a realizar (5 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿cómo cree usted que puede promocionar estilos de vida saludable en su comunidad? (10 minutos).</p> <p>Preguntas de la visita domiciliaria anterior (10 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos).</p> <p>(15 minutos).</p>	<p>Dos horas aprox.</p>	<p>Se evalúa a través de la visita domiciliaria realizada, en donde los voluntarios (as) tendrán que aplicar de forma correcta las técnicas aprendidas y determinar el estado nutricional de las personas.</p>

	<p>Establecimiento del plan de acción.</p> <p>Elaboración del material e instrumentos para la feria de salud.</p> <p>Cierre</p>	<p>Elaboración del material para entregar donde se identifique el diagnóstico de la persona y consejos prácticos de alimentación (1 hora).</p> <p>(8 minutos)</p>		
<p>Recomendaciones: según el estado nutricional que se observe en las personas se realizarán sugerencias relativas a los hábitos alimentarios para mejorar su estado de salud. Se recomienda brindar consejos cortos de alimentación para estimular a las personas a realizar cambios en sus prácticas de alimentación, por ejemplo, incluir en sus jugos una cucharada de quinua cocida para brindarle más espesor y fibra. De igual forma, es importante entregar un registro del peso, talla y estado nutricional al visitante.</p>				
<p>Taller 20: Feria de salud</p> <p>Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucción previa a la feria de la salud (15 minutos).</p> <p>Feria de la salud (1 hora 20 minutos aprox.)</p> <p>Discusión (15 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p>	<p>Dos horas aprox.</p>	<p>La feria de la salud debe ser la oportunidad para promocionar mejores estilos de vida, por lo que se evalúa de acuerdo con la calidad de interacción que se obtenga con la gente.</p>
<p>Recomendaciones: los estilos de vida y los hábitos de alimentación no se cambian con facilidad, en especial cuando somos adultos; sin embargo, parte de ese proceso son las ferias y las visitas domiciliarias, que son la oportunidad para fomentar cambios en la alimentación y en el estilo de vida sedentario que es tan común. Por esta razón, es importante provocar un contacto gentil y certero con las personas de la comunidad, generando confianza y aceptación de los consejos que brindan los voluntarios (as). Se recomienda realizar varios puestos de salud para poder atender a la mayor cantidad de personas que se acerquen a la feria; de igual forma, se puede colocar material relacionado con la alimentación, como la pirámide de alimentos, y otro relativo a los temas críticos dentro de la comunidad, como el concepto de la desnutrición crónica y sus efectos, el concepto de la anemia, la diabetes e hipertensión arterial, entre otros asuntos de elección.</p>				

MÓDULO 6: SANEAMIENTO E HIGIENE BÁSICA

Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 5

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Orientar acciones de salud ambiental para beneficio de la comunidad.
- Definir normas básicas de higiene personal y de los alimentos.
- Identificar los métodos de cocción saludables y de fácil aplicación.

Destrezas

- Desarrollar campañas de higiene con el apoyo de las autoridades locales.
- Contribuir a mermar la contaminación ambiental y sus efectos en la salud, mediante prácticas correctas del manejo de desperdicios y pesticidas.
- Practicar métodos más saludables de cocción.

Actitudes

- Valorar al ambiente como objeto de transformación por parte del voluntario (a) con la participación comunitaria e intersectorial.
- Respetar al medio ambiente y la salud mediante prácticas correctas.
- Adoptar normas básicas de higiene desde sus hogares.

Contenido e importancia del módulo 6

En este módulo se describirá la importancia que tienen el ambiente y la salud, la higiene y las prácticas saludables de cocción. Mediante los temas abordados en esta sección se concientizará a la comunidad acerca de los daños ambientales y de la salud que ocasionan las prácticas desmedidas como utilizar plaguicidas cada vez más fuertes, que no solo dañan el ecosistema y la tierra, sino que producen daños letales en la salud de la comunidad cercana y de las personas que consumen esos productos.

De igual manera, la clasificación de la basura es parte del proceso que se debe trabajar con la comunidad para reducir los focos de contaminación que pueden traer problemas, principalmente respiratorios y digestivos.

Finalmente, las normas básicas de higiene y los métodos de cocción son parte fundamental de la prevención de enfermedades digestivas, como diarreas, gastritis, dolor abdominal, parasitosis y vómito.

La influencia de la seguridad alimentaria en este módulo se abordará mediante el acceso a los alimentos libres de contaminantes, la utilización y el consumo de productos higiénicos con la práctica de normas responsables de higiene que garanticen la salud de las familias y la comunidad.

Mensaje clave de género: asegurar, promover y mantener la higiene en el hogar es una responsabilidad compartida del hombre y la mujer, ya que son los dos quienes están generando prácticas conscientes y adecuadas de limpieza en beneficio del hogar.

Mensaje clave de interculturalidad: parte de la cultura e identidad es reflejar comportamientos coherentes con el medio ambiente, por lo que influir en los comportamientos y prácticas indiscriminadas relacionadas con la higiene y la contaminación es un punto esencial que se debe abordar.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Ambiente y salud.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la exposición a pesticidas y contaminantes afectan a la salud integral y reproductiva)</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Contenido Cambios demográficos, contaminación y amenazas a la salud; exposición a contaminantes orgánicos persistentes.</p> <p>Práctica: elaborar puntos de acción para trabajar en la comunidad.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video sobre las consecuencias de los pesticidas en la salud (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (15 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (15 minutos).</p> <p>Papelógrafo (45 minutos). Afiche (25 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa a los voluntarios (as) mediante la práctica en la cual deberán establecer los puntos de acción según los contaminantes a los que está expuesta la comunidad.</p> <p>El grupo que determine de forma más clara sus metas recibirá un premio y deberá ejecutar su plan en un tiempo determinado establecido en conjunto con el facilitador.</p>

Recomendaciones: en este taller se evalúan los contaminantes a los que está expuesta la comunidad para elaborar un plan de acción en conjunto con los voluntarios (as) en favor de la promoción de la salud. Es importante que el facilitador guíe el taller, de tal forma que los voluntarios (as) se sientan motivados a realizar cambios en beneficio de la salud de todos, por lo que al tratar los temas es necesario brindar oportunidades de mejora o soluciones en donde participen todos los asistentes.

De ninguna manera el taller se transformará en un espacio muerto, sin claridad de los objetivos, por lo que se recomienda al facilitador establecer previamente los puntos de mejora en relación con los temas que se tratarán, basados en la realidad de la población.

Mediante la práctica se establecerán los puntos de acción con los voluntarios (as); el grupo que elabore el plan con mayor claridad recibirá un premio; además, todos los asistentes deberán participar para poner en práctica ese plan de acción. El tiempo para ejecutarlo se establecerá con el facilitador.

Se recomienda al facilitador establecer una visita de campo a los cultivos de la comunidad para evaluar el uso de los plaguicidas, para lo cual se coordinará la hora, el día y el lugar.

<p>Taller 2: Higiene de alimentos.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: la falta de acceso al agua potable influye en las perspectivas de salud y vida).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Normas de higiene y manipulación de alimentos.</p> <p>Almacenamiento de los alimentos.</p> <p>Control para mantener la calidad del agua; efectos de la basura.</p> <p>Control de aguas residuales y vectores.</p> <p>Práctica</p> <p>Preparación de agua clorada.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video sobre la contaminación del agua (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Caja de sorpresas (30 minutos).</p> <p>Charla (20 minutos).</p> <p>Mensajes claves (25 minutos)</p> <p>Video (10 minutos).</p> <p>Demostración práctica (10 minutos)</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>Dos horas 13 minutos aprox</p>	<p>El facilitador evalúa a los asistentes a través de preguntas orales al terminar el taller. Tomar en cuenta las normas de higiene y el almacenamiento de los alimentos.</p>
---	---	--	---------------------------------------	---

Recomendaciones: en el taller 2 sensibilizaremos acerca de la importancia de la calidad del agua para asegurar la salud e higiene de los alimentos. En un video se observará la contaminación del agua y sus efectos en la salud.

Se recomienda al facilitador tomar en cuenta y tratar del almacenamiento de los alimentos no perecibles y de los perecibles, el almacenamiento en la refrigeradora, en el congelador y el tipo de envases en los que se pueden almacenar los alimentos preparados. Así mismo, muchas personas dejan los sobrantes de arroz en las ollas de metal en las que cocinan, por lo que se debe aclarar el tipo de contaminación que se produce al almacenar los alimentos en este tipo de ollas.

Para mejorar la manipulación de los alimentos en el hogar, se enfatizará en la importancia de la higiene de las manos. Finalmente, en la práctica se recomienda al facilitador alistar previamente los implementos para la práctica: agua, cloro y un envase medidor.

<p>Taller 3 : Higiene personal.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: la manipulación de los alimentos exige una higiene personal integral).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Normas de higiene personal, de los equipos y del local para manipular los alimentos.</p> <p>Higiene de la comunidad: los patios y solares yermos, las aceras y calles.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video de higiene en el hogar (6 minutos).</p> <p>(10 minutos).</p> <p>Video sobre la higiene y la diarrea (5 minutos).</p> <p>Mensajes clave (35 minutos).</p> <p>Desviación positiva (25 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>Mediante la desviación positiva se adoptan acciones apropiadas para replicarlas en la comunidad, por lo que es importante que el facilitador determine correctamente esos comportamientos con los voluntarios (as) comunitarios.</p> <p>Se toman en cuenta los resultados de la actividad para elaborar la campaña de higiene.</p>
--	---	---	------------------	---

Recomendaciones: de acuerdo con el taller, se enmarcará la importancia de la higiene personal para manipular los alimentos: lavado de las manos y limpieza de las uñas (tamaño, esmaltes, brillo o uñas postizas), del cabello, del cuerpo, de los ojos, ropa apropiada, limpieza buco-dental, uso de joyas y anillos. Se enfocará el tema en hombres y mujeres.

Mediante la demostración práctica se desea expresar de forma visual la higiene personal que una persona debe presentar previamente para la manipulación de los alimentos. Se recomienda al facilitador tomar en cuenta la demostración práctica de la higiene personal anteriormente descrita, el uso de mandil, el cabello recogido, el uso de gorro, así como lo relativo al maquillaje, al uso de zapatos apropiados, los utensilios que no se deben usar, el tipo de equipos y ollas que requieren cuidado para evitar la contaminación en los alimentos y las adecuaciones en las áreas de procesamiento de los alimentos para asegurar la asepsia.

Según el comportamiento de la comunidad, del cual previamente debe tener conocimiento el facilitador, este se enfocará en el tipo de utensilios que utiliza la mayoría de las personas, entre los cuales están las tablas de madera, que son un foco de contaminación, ya que se agrietan y en ellas se reproducen más rápidamente las bacterias. Además, se observará la higiene que tiene la comunidad para determinar otros factores de contaminación adicionales, que interactúan con los problemas digestivos más comunes en la población, como enfermedades diarreicas o parasitosis.

<p>Taller 4 : Métodos de cocción de los alimentos.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: el tipo y tiempo de cocción que se aplique a un alimento determina la calidad del contenido nutricional final).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Contenido Métodos de cocción, concepto, procedimiento, ventajas y desventajas.</p> <p>Cocción en seco: al horno, a la plancha, a la parrilla, a la brasa, al baño maría, gratinar, rostizar.</p> <p>Cocción en medio húmedo: hervir, blanquear, escalfar, cocción al vapor, cocción en caldo.</p> <p>Cocción en medio graso: freír, rehogar y sofreír, saltear, dorar.</p> <p>Cocción mixta: guisar, estofar y brasear.</p> <p>Práctica: elaboración de al menos una forma de cocción: en seco, en un medio húmedo, en un medio graso o mixta</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿una sopa de verduras que ha hervido por una hora tiene el mismo contenido nutricional que una ensalada cruda? (10 minutos). (10 minutos).</p> <p>Afiche: grupo 1 (30 minutos).</p> <p>Afiche: grupo 2.</p> <p>Afiche: grupo 3.</p> <p>Afiche: grupo 4.</p> <p>Pleno de afiches para compartir (20 minutos).</p> <p>Demostración práctica en el aula (1 hora). (8 minutos).</p>	<p>Dos horas 23 minutos</p>	<p>El facilitador evalúa mediante preguntas a los voluntarios (as) para determinar cuáles son las formas de cocción más saludables de acuerdo con el medio.</p> <p>La práctica ayuda a aclarar los conceptos y su aplicación en la comunidad.</p>
---	---	--	---------------------------------	---

Recomendaciones: al tratar los métodos de cocción se espera que los voluntarios (as) distingan cuáles son las más saludables para promocionarlos en las familias y la comunidad. Con los afiches los asistentes podrán mencionar el concepto, el procedimiento, las ventajas y desventajas de los tipos de cocción para presentarlas a toda la audiencia después del tiempo estimado. Se recomienda en la práctica que el facilitador aliste los ingredientes y materiales necesarios para realizar las preparaciones. Se pueden escoger preparaciones con medios fáciles de cocción, como el baño maría, hervir, saltear y guisar. Se sugiere escoger un tipo de alimento para aplicar las cuatro técnicas de cocción y observar así los cambios en las propiedades de los alimentos; podrían ser una buena opción las verduras

<p>Taller 5 : Preparación para la campaña de higiene.</p> <p>Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensajes claves: las normas de higiene son la clave para disminuir los problemas digestivos de la comunidad).</p> <p>Recuperación de saberes.</p> <p>Discusión de problemas:</p> <p>Temas y puntos principales que se deben tomar en cuenta para la elaboración de materiales para la campaña de higiene.</p> <p>Diálogo para establecer el proceso de la campaña de higiene.</p> <p>Establecimiento del plan de acción.</p> <p>Elaboración del material para la feria de la salud.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de la actividad que se va a realizar (5 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿Cómo cree usted que se pueden difundir las normas básicas de higiene en su comunidad? (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas: (10 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos).</p> <p>(15 minutos).</p> <p>Elaboración del material para difundir las normas de higiene personal y de los alimentos, manejo de residuos, basura y calidad de agua (1 hora aprox.).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>La evaluación se realiza tomando en cuenta la creatividad y el dinamismo de los grupos para desempeñar la campaña de higiene.</p> <p>Es importante que los voluntarios (as) se esfuercen por construir campañas llamativas que involucren a la comunidad y que la ayuden a participar.</p>
<p>Recomendaciones: una campaña requiere creatividad y sentido de concienciación, especialmente en lo relativo a los problemas de la contaminación, que son los puntos críticos de la comunidad. Este proceso estará supervisado por el facilitador y, de igual forma, los voluntarios (as) serán los protagonistas en la elaboración de propuestas basadas en la realidad de la comunidad y en los conceptos que desean difundir.</p> <p>Entre las opciones que se tomarán en cuenta para elaborar la campaña están: crear personajes que tomen conciencia sobre cómo cuidar cada gota de agua durante el aseo personal, la preparación de alimentos y la limpieza del hogar; realizar afiches o pancartas con consejos claves para los niños y difundirlos en las escuelas; crear un grupo que describa los métodos de cocción más saludables que se pueden aplicar en los hogares e ir mencionando consejos sobre los desperdicios de basura, el cuidado del agua, la higiene de los alimentos e implementos necesarios para cocinar.</p> <p>Un trabajo en conjunto con las autoridades locales ayuda a magnificar la campaña para que la comunidad adopte cambios en los comportamientos habituales relacionados con la higiene.</p>				

<p>Taller 6 : Campaña de higiene</p> <p>Sesión Educativa 3</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucciones previas a la realización de la campaña de higiene (15 minutos).</p> <p>Campaña de higiene (una hora 20 min. aprox.)</p> <p>Discusión (15 minutos). (10 minutos).</p>	<p>Dos horas</p>	<p>La campaña de la higiene se evalúa de acuerdo con los resultados obtenidos. Una vez culminada la campaña de la higiene, se realizará una reunión con todos los voluntarios (as) para acoger las opiniones sobre su ejecución.</p>
---	---	---	------------------	--

Recomendaciones: el facilitador debe promocionar la importancia de una campaña de higiene en la comunidad, promoviendo una actitud positiva para alcanzar objetivos claros. Los voluntarios (as) requieren visualizar esta práctica como influencia directa en las prácticas erróneas que tiene la comunidad y que por falta de promoción continúan con sus malos hábitos.

MÓDULO 7: PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES

Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 7

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Comprender las técnicas de prevención de enfermedades los primeros auxilios y atenciones básicas de salud.
- Describir las formas de prevención de la salud.

Destrezas

- Aplicar las técnicas de primeros auxilios para solventar los casos de emergencia que se presenten en su comunidad.
- Identificar los pasos básicos del diagnóstico del paciente mediante la práctica de la toma de signos vitales.
- Reconocer los puntos críticos de prevención que requiere la realidad de la comunidad.

Actitudes

- Participar en campañas de promoción de la salud en la comunidad.
- Valorar el trabajo de las áreas de salud y participar en un trabajo multidisciplinario con el centro de salud.

Contenido e importancia del módulo 7

En este módulo se pretende enfatizar la prevención de las enfermedades, como medio para promocionar la salud en la comunidad a través de conocimientos en primeros auxilios, enfermedades críticas que pueden prevenirse, lectura del carné de vacunación y promoción de la salud en la población.

Mediante la práctica de una campaña para promocionar la salud en el centro de salud, se iniciará un proceso de cambio en la población, el cual necesita una intervención frecuente para lograr resultados positivos a corto plazo.

De acuerdo con la seguridad alimentaria, en este módulo se fortalece el pilar de la utilización de alimentos seguros para disminuir el riesgo de enfermedades en la comunidad.

Mensaje clave de género: involucrar la participación de hombres y mujeres durante todo el módulo, sin señalar o realizar comentarios impropios o machistas al tratar temas como la prevención de las enfermedades de transmisión sexual.

Mensaje clave de interculturalidad: cada cultura tiene costumbres diferentes, relacionadas con la prevención de las enfermedades, por lo que es importante respetarlas y adaptarlas según su funcionalidad con el diario vivir.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: Primeros auxilios</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: evaluar los signos vitales de una persona ayuda a evaluar su condición de salud y prevenir enfermedades).</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Contenido Principios generales, control de signos vitales, pérdida de la conciencia, obstrucción de las vías respiratorias, reanimación cardiopulmonar.</p> <p>Hemorragias, traumatismos, quemaduras, intoxicación, mordeduras y picaduras.</p> <p>Práctica: los participantes simularán un problema de salud con un voluntario (a); deberán practicar en parejas para solventar el caso mediante lo expuesto anteriormente.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video de toma de signos vitales (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Video (20 minutos).</p> <p>Charla (20 minutos).</p> <p>Demostración práctica en el aula (45 minutos)</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Se evalúa a los voluntarios (as) a través de una demostración práctica:</p> <p>Los voluntarios (as) se dividen en parejas para practicar el caso supuesto.</p> <p>El facilitador expone las indicaciones previas a solventar el caso y demuestra los pasos que se van a seguir con un voluntario (a).</p> <p>Posteriormente, los voluntarios (as) repiten el proceso con su pareja, realizando los puntos explicados.</p>

Recomendaciones: se recomienda dividir en parejas a los voluntarios (as) para que cada uno practique un caso supuesto que el facilitador va a dirigir. El facilitador empieza la práctica indicando cómo deben tomar los signos vitales y el proceso que deben aplicar de acuerdo con el caso propuesto; posteriormente, los voluntarios (as) continúan la práctica, imitando lo que el facilitador indicó al inicio.

Se resuelven por lo menos dos casos supuestos; se sugiere tratar desmayos, pérdida de conciencia, mordedura de perro, quemaduras, fracturas e intoxicación por alimentos o pastillas.

<p>Taller 2: Promoción de la Salud</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: la promoción de la salud es un proceso que busca incrementar el control de la salud de las personas para mejorarla, mediante la modificación de las condiciones sociales, ambientales y económicas).</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Carné de vacunación, prevención del dengue y cólera, importancia del Papanicolaou; prevención de enfermedades de transmisión sexual.</p> <p>Promoción de la salud en los adultos mayores.</p> <p>Práctica: establecer los puntos de acción de acuerdo con la realidad de la comunidad.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Testimonio del facilitador. (10 minutos).</p> <p>Charla (20 minutos) más la utilización del carné de vacunación para la interpretación.</p> <p>Video sobre las enfermedades de transmisión sexual; prevención (25 minutos).</p> <p>Papelógrafo (20 minutos).</p> <p>Mensajes claves (25 minutos).</p> <p>Charla (20 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>Los voluntarios (as) tienen que establecer puntos de acción que la comunidad requiera en base a su conocimiento para ejecutarlo a mismo tiempo en el taller 4.</p>
---	---	---	----------------	---

Recomendaciones: parte de la promoción de la salud es conocer los puntos de acción que la comunidad requiere; por tal razón, se sensibiliza en relación con este tema al inicio del taller. Para tratar los temas del contenido se sugiere utilizar el carné de vacunación para que los voluntarios (as) relacionen los conocimientos con la lectura del carné. Los adultos mayores son un grupo de riesgo importante que se debe tomar en cuenta, por lo que se deben establecer los puntos de acción con ellos, especialmente en el cuidado fisiológico, de higiene y actividades de desarrollo físico y mental, por ejemplo, abordar los cambios gastrointestinales, entre ellos está la reducción de la saliva porque dificulta la deglución y puede ocasionar una asfixia.

<p>Taller 3: Preparación para la promoción de la salud en la comunidad.</p> <p>Sesión Educativa 2</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave:: prevenir enfermedades en la comunidad requiere un trabajo multidisciplinario con acción participativa).</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Discusión de problemas: temas y puntos principales que se deben tomar en cuenta para la elaboración de los materiales para la promoción de salud.</p> <p>Diálogo para establecer el proceso de la promoción de la salud.</p> <p>Establecimiento del plan de acción.</p> <p>Elaboración del material para entregar en el centro de salud.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de la actividad que se va a realizar (5 minutos).</p> <p>Pregunta generadora: ¿qué importancia tiene para usted promover la salud en su comunidad? (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Discusión (15 minutos).</p> <p>(15 minutos).</p> <p>Elaboración del material para difundir a las personas que acudan al centro de salud (1 hora aprox.).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas aprox.</p>	<p>Se evalúa mediante la práctica realizada en el centro de salud, donde los voluntarios (as) deberán tratar los temas críticos de la comunidad.</p>
--	---	--	-----------------------	--

Recomendaciones: se sugiere utilizar un material llamativo, con lenguaje sencillo dirigido a la realidad de la comunidad para mayor impacto de la promoción de la salud. Tomar en cuenta los puntos críticos que requiere la intervención de la población para tratarlos durante la promoción de la salud en el centro de salud.

<p>Taller 4: Promoción de la salud en el centro de salud.</p>	<p>Sesión:</p> <p>Instrucciones generales previas a la práctica.</p> <p>Ejecución de la práctica.</p> <p>Retroalimentación.</p> <p>Acuerdos y compromisos.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Instrucciones previas a la promoción de la salud (15 minutos).</p> <p>Promoción de la salud (1 hora 20 minutos aprox.)</p> <p>Discusión (15 minutos). (10 minutos).</p>	<p>2 Horas aprox.</p>	<p>La evaluación se realizará durante la ejecución de la promoción de la salud, en donde los voluntarios (as) deben generar un impacto en la población.</p>
---	--	--	-----------------------	---

Sesión Educativa 3

Recomendaciones: la promoción de la salud estará dirigida principalmente a los grupos de riesgo identificados previamente, tomando en cuenta los puntos críticos de la comunidad, mediante un material ilustrativo que cause impacto en la población. Es importante el uso de un lenguaje sencillo y basado en la realidad de la población para generar impacto y concienciación. Explicar a los voluntarios (as) que los cambios en la población son un proceso, pero es indispensable continuar con este tipo de actividades para conseguir resultados positivos.

MÓDULO 8: AFECTO, EMOCIÓN Y ESTRUCTURA FAMILIAR

Logros de aprendizaje al finalizar el módulo 8

Al finalizar este módulo los participantes serán capaces de:

Conocimientos

- Identificar el rol de los padres en el hogar.
- Describir las consecuencias del maltrato infantil en el desarrollo físico y mental.
- Explicar el desarrollo psicosocial del niño.
- Exponer los factores influyentes para desencadenar una adicción.

Destrezas

- Analizar el rol que ejecutan ambos padres en el hogar y establecer cambios en los comportamientos.
- Establecer reglas equitativas en el hogar para beneficio de todos los integrantes.
- Precisar los factores relacionadas con las adicciones.

Actitudes

- Demostrar los cambios de la cultura machista en la sociedad.
- Valorar el trabajo mutuo de los padres en la responsabilidad de cultivar los valores en los niños.

Contenido e importancia del módulo 8

En el presente módulo, los voluntarios (as) comunitarios (as) identifican las oportunidades de mejora, evaluando el papel que desempeñan los padres en el hogar. De igual manera, se trata el tema de la cultura machista en la sociedad, la cual requiere cambios, así como las consecuencias del maltrato infantil que provocan los adultos inseguros y los factores que influyen en las adicciones.

Mensaje clave de género: el padre y la madre comparten la misma responsabilidad en la crianza del niño en el hogar; ambos deben cultivar valores y trabajar en la formación positiva; además, tienen la misma autoridad en la casa.

Mensaje clave de interculturalidad: la cultura machista generada por hombres y mujeres se debe abordar durante este módulo de forma que se observe un equilibrio entre los padres, indistintamente del rol productivo que puede corresponder al padre o a la madre.

TALLERES	ESTRATEGIA DIDÁCTICA		DURACIÓN EN HORAS	EVALUACIÓN
<p>Taller 1: El niño, sociedad y afecto</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: los niños que han recibido amor y comprensión en el hogar tienen más probabilidades de un mejor desarrollo físico y mental, además de que incrementa su nivel productivo en la sociedad).</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Contenido Desarrollo psicosocial del niño y rol de los padres en el hogar.</p> <p>Identificación de las emociones, cariño, afecto y consecuencias.</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Video de maltrato infantil (10 minutos).</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Juego de los roles (30 minutos).</p> <p>Afiche (25 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa a los voluntarios (as) mediante la práctica en la cual deberán establecer los puntos de acción según los contaminantes a los que está expuesta la comunidad.</p> <p>El grupo que determine de forma más clara sus metas recibirá un premio y deberá ejecutar su plan en un tiempo determinado establecido en conjunto con el facilitador.</p>

	<p>Cuidados apropiados del niño en el hogar y reglas que deben establecerse.</p> <p>Cierre</p>	<p>Socio-drama (25 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>		
<p>Recomendaciones: el facilitador tiene que abordar, por una parte, las consecuencias irreparables que conlleva el maltrato infantil y, por otro lado, criar a un niño sin límites. Los roles del padre y de la madre deben estar claros, sin realizar distinción de género, ya que los dos tienen autoridad en el hogar y, por tanto, comparten la misma responsabilidad de cultivar los valores en su hijo y crear un adulto productivo.</p>				
<p>Taller 2: Alcohol, tabaco y drogas.</p> <p>Sesión Educativa 1</p>	<p>Sesión:</p> <p>Apertura</p> <p>Sensibilización (mensaje clave: un descuido de los padres en la formación de los hijos desencadena la falta de identidad y las adicciones).</p> <p>Recuperando de saberes.</p> <p>Contenido</p> <p>Adicción a las drogas, al alcohol y al tabaco.</p> <p>Factores que generan una adicción.</p> <p>Cierre</p>	<p>Metodología y técnica educativa</p> <p>Explicación de los contenidos y objetivos del taller (5 minutos).</p> <p>Discusión del mensaje clave (10 minutos)</p> <p>Lluvia de ideas (10 minutos).</p> <p>Video (1 hora 10 minutos).</p> <p>Debate (20 minutos).</p> <p>(8 minutos).</p>	<p>2 Horas</p>	<p>El facilitador evalúa a los voluntarios (as) mediante la práctica en la cual deberán establecer los puntos de acción según los contaminantes a los que está expuesta la comunidad.</p> <p>El grupo que determine de forma más clara sus metas recibirá un premio y deberá ejecutar su plan en un tiempo determinado establecido en conjunto con el facilitador.</p>
<p>Recomendaciones: Recomendaciones: el video tratado en este taller tiene el objetivo de aclarar los comportamientos de una adicción y explicar qué tipo de intervención se puede hacer para tratar esta clase de problemas. Durante el debate posterior al video, el facilitador debe permitir la participación de los asistentes para evaluar lo comprendido en la actividad visual.</p>				

15. Evaluación

Los voluntarios (as) comunitarios (as) reciben un certificado que reconoce su participación en cada módulo, una vez que el facilitador emita un informe favorable y el participante haya completado una evaluación final (escrita u oral) del módulo en cuestión. Para la respectiva revisión, los participantes recibirán material físico de los temas tratados en cada taller. Algunas alternativas para evaluar a los estudiantes son:

- Interrogantes de verdadero y falso.
- Preguntas de selección de gráficos.
- Evaluación oral.
- Estudios de caso.
- Actividad práctica.

16. Estrategia de sostenibilidad

Además de las recomendaciones generales de sostenibilidad del Plan Integral de Formación, se sugiere que se consideren los siguientes puntos para sostener el proyecto:

- a) Promocionar a los voluntarios (as) en la comunidad para que sean reconocidos como agentes de cambio y la comunidad confíe en ellos y en sus acciones.
- b) Realizar intercambios para las capacitaciones de los voluntarios (as). De esta manera los ellos tienen nuevas experiencias, conocen nuevas realidades y son recibidos como agentes externos por la comunidad.
- c) Crear anualmente esquemas organizados de la planificación de los talleres, de tal manera que se pueda coordinar su ejecución con los facilitadores.
- d) Entregar material impreso (autorizado para la réplica) a los participantes de manera paulatina; de este modo, ellos reciben este incentivo en los talleres para su aprendizaje y asistencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

APRISABAC, Ministerio de Salud, Dirección Regional de Salud Cajamarca (1997). Capacitación a promotores de salud. Atención de las enfermedades a nivel comunal, unidad IV. Perú

Ministerio de Salud, Dirección Regional de Salud Cajamarca (1997). Capacitación a promotores de salud. El Promotor de salud y la organización de su trabajo, unidad I. Perú

Carrazón, Alocén. J. (2009). Propuesta de líneas de acción para el eje de seguridad alimentaria de la nueva línea de cooperación sobre agricultura, desarrollo rural y seguridad alimentaria del Fondo España-SICA 2009-2012.

“Cátedra libre de salud comunitaria y equidad”, Programa de Desarrollo de Promotores de Salud, La Plata, 2010.

Chamorro, S. (2015). Técnicas de coaching para motivar al equipo: <https://www.deustoformacion.com/blog/gestion-empresas/tecnicas-coaching-para-motivar-tu-equipo>.

CORE (Grupo de Colaboración y Recursos para la Supervivencia Infantil / Grupo de Trabajo de Nutrición) (2003). Desviación positiva, talleres hogareños: Una guía de recursos para la rehabilitación sostenible de niñas (os) desnutridas (os).

Delaware Health and Social Services (2017). Development and Deployment of

Community Health Workers in Delaware. Establishing a Certification Program and Reimbursement Mechanism. Recuperado de <http://www.dhss.delaware.gov/dph/hsm/files/dechwreport.pdf>.

Delgado, Segundo. (2010). Escenarios vivos de aprendizaje: EVA, una metodología de enseñanza para abordar la realidad, (tesis de maestría en Medio Ambiente y Desarrollo). Bogotá.

Díaz Barriga. F., Hernández Rojas, G. (1999). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. 2ª. Edición, Mc Graw Hill, México.

Empoderamiento como herramienta educativa. Recuperado el 6 de mayo del 2012 de <http://www.paradigmaeducacion.com/blog/empoderamiento-como-herramienta-educativa/>.

Equipo del Programa de Capacitación de Promotores Comunitarios de Salud, “Algunos aportes para el desarrollo de proyectos de capacitación comunitaria en salud” (2007). Ministerio de Salud, provincia de Buenos Aires.

FAO, AECID, CENTA, Ministerio de Agricultura y Ganadería de El Salvador (2011). Programa especial para la seguridad alimentaria. Experiencia de la implementación. “Desviación positiva, taller hogareño con familias demostradoras en las comunidades PESA en El Salvador”.

Galarza, Mariana (Asociación Vivir) (2008), "Cultura de crianza. Módulo: Lactancia materna y alimentación". Mujica TPM.

IICA-PRODAR, FAO (2006). "Gestión de agro-negocios en empresas asociativas rurales". Diseño Curricular. Perú

Iranzo, Consol (2007), "Feedback: técnica esencial para el desarrollo" en Equipos&talentos.com. Recuperado de <http://www.equiposytalento.com/tribunas/karisma/feedback-tecnica-esencial-para-el-desarrollo/2016-04-04/>

Irazola, J., Merino, G., Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá, OPS/OMS. (2004). "Proyecto de seguridad alimentaria y nutricional en comunidades vulnerables de El Salvador. Análisis de tres experiencias rurales".

Jaskiewicz W. & Deussom R. (2013), "Bulletin of the World Health Organization", USAID / CHIP. Recuperado de http://www.mchip.net/sites/default/files/mchipfiles/07_CHW_Recruitment.pdf

Minnesota Department of Health. Community Health Worker (CHW) Toolkit A Guide for Employers. (2013). Wellshare International. Recuperado de: <http://www.health.state.mn.us/divs/orhpc/workforce/emerging/chw/2016chwtool.pdf>.

Ministerio de Salud, Dirección General de Promoción de la Salud Perú. (2009). "Preparando al agente comunitario de salud para el cuidado integral de la salud y nutrición de las gestantes y de las niñas y niños menores de 5 años". Editorial Supergráfica, Perú.

Ministerio de Coordinación de Desarrollo Social (2010). "Iniciativa sin hambre América Latina y el Caribe", en Seguridad Alimentaria y Seguridad en el Ecuador, AECID, FAO, Editorial Aries, Quito.

Morán, A., Cáritas del Perú, Wiñay (2001). "Metodología de capacitación en salud, nutrición y saneamiento". Perú.

Ochoa-Alencastre, M., Arnao-Farfán, C., Sanabria-Rojas, H. (2009). "Conocimiento sobre metodología educativa para la capacitación de adultos del personal de salud del primer nivel de atención: Perú, 2005", en Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública, vol. 26, n.o 1. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342009000100006.

OMS (2007). "Community health workers: What do we know about them?" Recuperado de http://www.who.int/hrh/documents/community_health_workers.pdf

Naciones Unidas, "Objetivos de desarrollo sostenible". Recuperado en <http://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>.

Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo (2013). "Plan nacional del buen vivir 2013-2017". Recuperado en <http://www.buenvivir.gob.ec/>

Olivares, Sonia, Intervenciones educativas en alimentación y nutrición: Un enfoque municipal, capítulo VI. Recuperado de <https://www.google.com/search?client=firefox-b-ab&ei=mX5jW6zgH8XXzwKoo6iwAw&q=Olivares>

OMS/OPS, UNICEF (1998). Consejería en Lactancia Materna: Curso de Capacitación. Guía del Capacitador, Estados Unidos.

(1998). Consejería en Lactancia Materna: Curso de Capacitación. Manual del Participante, Estados Unidos.

Programa Mundial de Alimentos (2007). Proyecto Piloto Nutricional Educativo Integral Huancavelica, Perú.

(2011). Módulos de seguridad alimentaria y nutrición, Ecuador.

(2011). Guía del facilitador, Ecuador.

Rimoli, María Daniela, Curso de Formación de Promotores Comunitarios de Salud: Núcleo de Acceso al Conocimiento. Recuperado de <http://scripts.minplan.gob.ar/octopus/archivos.php?file=362>

Singh, P. y Sullivan S. (Columbia Institute. The Erath Institute). One Million Community Health Workers (2015). Recuperado de http://www.millenniumvillages.org/uploads/ReportPaper/1mCHW_TechnicalTaskForceReport.pdf

Sistema de Soberanía Alimentaria y Nutrición (SISAN): <http://www.siise.gob.ec/siiseweb/siiseweb.html?sistema=9#>

USAID, Ministerio de Salud de Nicaragua, (2007). Programa Comunitario de

Salud y Nutrición: Manual Técnico Operativo.

USAID-Perú, MASAL, APODER, PRODES (2006). Programa de Formación de Líderes Comunitarios, fortalecimiento de la identidad, diagnóstico y planificación comunitaria y manejo de conflictos. Neva Studio. Perú

UNICEF-Ecuador (2012). Manual de lactancia materna.

Villón Machco, Manrique (Cáritas del Perú: 2009). Estudio de caso: Una experiencia por replicar. Proyecto de Nutrición y salud en Pasco.

Washington State Department of Health (2015). Training Curriculum for Community Health Workers. Recuperado de https://www.doh.wa.gov/Portals/1/Documents/Pubs/140-043-CHWT_ParticipantManual.pdf

UIDE

Universidad Internacional del Ecuador



ISBN : 978-9942-923-51-6

Nancy Alexandra Jaramillo Feijoo- Docente de la Escuela de Nutriología
Universidad Internacional del Ecuador.