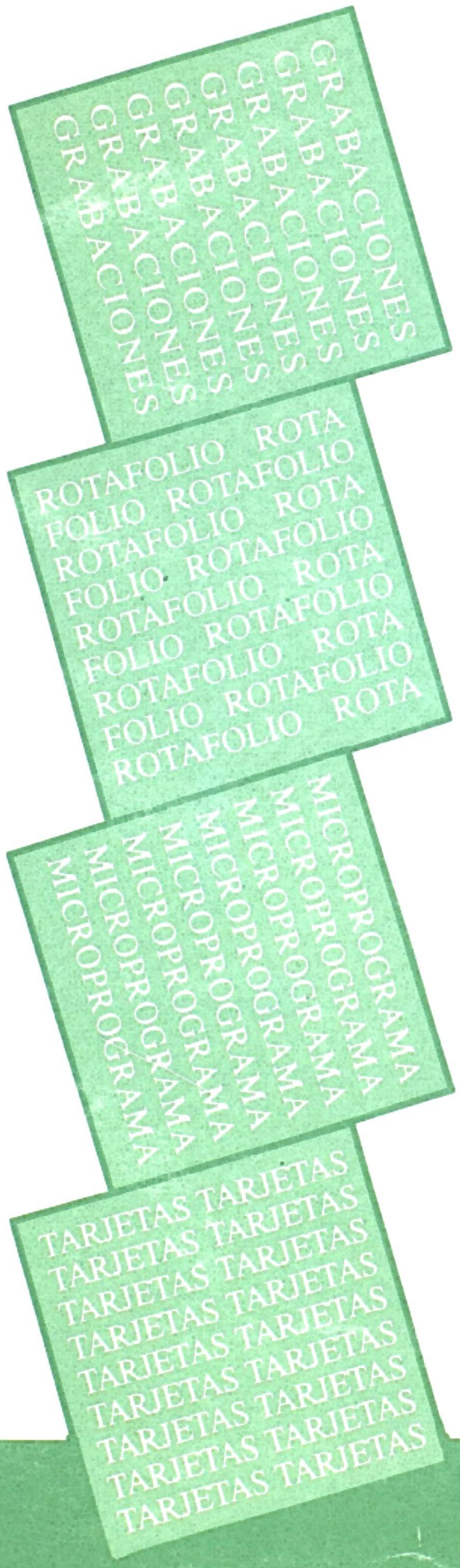
Esp
INCAP
DCE
025

Guía para capacitar en el uso del material sobre vitamina A



COMO COMPLEMENTO DEL MANUAL

El diseño de actividades contra la deficiencia de la vitamina A en Guatemala

GUIA PARA CAPACITAR EN EL USO DEL MATERIAL GRAFICO (ROTAFOLIO Y TARJETAS) Y GRABADO (CUÑAS Y MICROPROGRAMAS) SOBRE VITAMINA A

COMO COMPLEMENTO DEL MANUAL

EL DISEÑO DE ACTIVIDADES CONTRA LA DEFICIENCIA DE LA VITAMINA A EN GUATEMALA

Instituciones: ***The International Eye Foundation, Guatemala***

VITAP, Helen Keller International, Nueva York

Autoras: ***Elena Hurtado***
Eugenia Sáenz de Tejada
Christa de Valverde

Publicación producida bajo el Acuerdo de Cooperación

DAN-5516-A-00-0067-00

Oficina de Nutrición
Dependencia de Investigaciones y Desarrollo
Agencia Internacional para el Desarrollo
Washington, DC

Publicación INCAP DCE/025

Autoras: ***Elena Hurtado**, Consultora del Grupo Manoff, Inc. en apoyo a los programas de Promoción de Vitamina A de organizaciones no gubernamentales en Guatemala y a la Unidad Pro-Vita-A*

***Eugenia Sáenz de Tejada**, Coordinadora de la Unidad-Pro-Vita-A, un proyecto de la Fundación Internacional del Ojo*

***Christa de Valverde**, Programa de Micronutrientes, Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, INCAP, PN 293*

Asistencia Técnica: ***Marcia Griffiths**, Grupo Manoff, Inc.*

Creación artística: ***Mario Velásquez***

Creación radiofónica: ***Claudia María Flores**, Radio Internacional, Guatemala*

Diseño carátula: ***Noemí García**, Consultora, Unidad Pro-Vita-A*

Producción: *Unidad-Pro-Vita-A, IEF, 1995*

The International Eye Foundation

17 Avenida 5-39 Zona 14, 01014 Guatemala, Guatemala.
Teléfono y fax: 637422

Instituciones que participaron en el Proyecto de Materiales en Vitamina A "Una comida con vitamina A cada día, a su niño da salud y alegría" y la revisión de esta guía

NOMBRE	INSTITUCION	UBICACION
María Elena Claros	Grupo Técnico Básico/INCAP	San Salvador, El Salvador
Alma Carballo	CESTA	San Salvador, El Salvador
Elsa Victoria López	Grupo Técnico Básico/INCAP	Tegucigalpa, Honduras
Blanca Iris Rivera	Grupo Técnico Básico/INCAP	Santa Bárbara, Honduras
Marylena Arita	International Eye Foundation	Tegucigalpa, Honduras
Tranquilino Zelaya	Ministerio de Salud Pública	Tegucigalpa, Honduras
Nelson Orlando Cortés	La Independencia	Santa Bárbara, Honduras
Marcia Griffiths	Manoff Group, Inc.	Washington, DC, Estados Unidos
Alice Emery	Helen Keller International/VITAP	Nueva York, Estados Unidos
John Barrows	International Eye Foundation	Maryland, Estados Unidos
Laine Isaacson	International Eye Foundation	Maryland, Estados Unidos
Angélica Bixcul	Project Concern International	Santiago Atitlán, Guatemala
	Ministerio de Salud Pública	Guatemala, Guatemala
Leticia Toj	Project Concern International	Santiago Atitlán, Guatemala
Francisco Méndez	Project Concern International	Santiago Atitlán, Guatemala
John Kepner	Project Concern International	Santiago Atitlán, Guatemala
Oscar Cordón	Project Concern International	Santiago Atitlán, Guatemala
Dora Tecún Mogollón	Project Concern International	Santiago Atitlán, Guatemala
Víctor Calderón	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Rafael Lainez	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Manglio Ruano	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Felix Coronado	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Karin Nineth Alvarado	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Ana Pryscila Godínez	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Sandra Roxana Rivas	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Esdras Noé Barrios	Proyecto Hope	Quetzaltenango, Guatemala
Gustavo Tapia	Plan Internacional	Guatemala, Guatemala
Brenda Letona	Plan Internacional	Amatitlán, Guatemala
Mirna Montenegro	Plan Internacional	El Progreso, Guatemala
Erick Alfonso Castillo	Plan Internacional	Amatitlán, Guatemala
Guillermo Segura	International Eye Foundation	Alta Verapaz, Guatemala
Yaneth de Bedoya	International Eye Foundation	Alta Verapaz, Guatemala
Jeffrey Brown	International Eye Foundation	Alta Verapaz, Guatemala
Erica Fetzer de López	International Eye Foundation	Alta Verapaz, Guatemala
Sylvia de Ponce	International Eye Foundation	Guatemala, Guatemala
Noemí García	International Eye Foundation	Guatemala, Guatemala
Jesús Bulux	CeSSIAM	Guatemala, Guatemala
Carmen Yolanda López	CeSSIAM	Guatemala, Guatemala

Servio Tulio Ordóñez	Visión Mundial	Guatemala, Guatemala
	ASINDES-ONG	Guatemala, Guatemala
Dora Ileana Romero	INCAP	Guatemala, Guatemala
Nicté de Hernández	UNICEF	Guatemala, Guatemala
Isabel Rivera	UNICEF	Guatemala, Guatemala
Albino Ixcot	ADRA	Guatemala, Guatemala
Alfredo Ixchajchal	ADRA	Momostenango, Guatemala
Francisco Batres	Christian Children's Fund, Inc.	Guatemala, Guatemala

PREFACIO

Esta guía es un complemento del manual **El diseño de actividades contra la deficiencia de la vitamina A en Guatemala** y orienta en el uso del material de comunicación sobre vitamina A (rotafolio, tarjetas demostrativas o de consejos y grabaciones) elaborado en el **Proyecto de Materiales en Vitamina A:**

"UNA COMIDA CON VITAMINA A CADA DIA,
A SU NIÑO DA SALUD Y ALEGRIA".

- **Rotafolio:** consta de los siguientes once dibujos:

1. Lactancia materna
2. Madre lactante consumiendo alimentos ricos en vitamina A
3. Zanahoria a partir de los seis meses
4. Plato con porción real de zanahoria para llenar requisito de vitamina A
5. Huevo a partir de los seis meses
6. Hierbas a partir de los nueve meses
7. Plato con porción real de hierbas para llenar requisito de vitamina A
8. Hígado de res o de pollo a partir de los 12 meses
9. Plato con porción real de hígado para llenar requisito de vitamina A
10. Abuela aprobando
11. Padre colaborando

- **Tarjetas demostrativas o de consejo:** tienen los mismos dibujos del rotafolio, pero en tamaño pequeño.

- **Grabaciones:** contienen seis cuñas de radio, cada una con algunos de los mensajes básicos; y seis microprogramas, basados en las cuñas, pero expandidos.

La guía nos orienta sobre cómo usar cada uno de los materiales. Por eso, está dividida en tres secciones:

- **Rotafolio** Página 1
- **Tarjetas** Página 22
- **Grabaciones** Página 37

La guía está especialmente dedicada a los capacitadores de promotores y voluntarios de las comunidades que trabajan con grupos de madres y padres y hacen visitas a sus familias.

PLAN DE CAPACITACION EN EL USO DEL MATERIAL EDUCATIVO SOBRE VITAMINA A

"Una comida con vitamina A cada día, a su niño da salud y alegría"

Se deberá llevar a cabo un proceso sistemático de capacitación en el uso del material producido por el **Proyecto de Materiales en Vitamina A, "una comida con vitamina A cada día, a su niño da salud y alegría"**, en apoyo a las organizaciones no gubernamentales (ONGs). Este proceso deberá orientar e involucrar a todas las partes que tendrán un rol educativo. Los capacitadores deberán elaborar el plan de capacitación. Un ejemplo de un esquema de un plan de capacitación es el siguiente:

A. **Objetivos**

Al final de la capacitación, los participantes deberán poder:

1. Expresar los contenidos básicos y su relación con el problema de avitaminosis A y su solución.

2. Manipular sin problemas ni vacilaciones los materiales y sus mensajes.

B. **Para quiénes**

1. Técnicos de cada ONG.

2. Técnicos institucionales:

   - SALUD
     Médicos, enfermeras, técnicos
   - EDUCACION
     Maestros, CONALFA
   - AGRICULTURA
     DIGESA, DIGESEPE

3. Personal a nivel local y voluntarios

4. Personas de la comunidad (madres u otras)

C. **Cómo**

- Capacitación en cascada:
  - Talleres de tres o cuatro días de duración para capacitadores
  - Talleres para promotores y voluntarios
  - Talleres de madres líderes y otras personas de la comunidad
- Usando técnicas participativas

D. **Contenidos**

- Vitamina A
  - Funciones de la vitamina A
  - El problema y sus soluciones
- Seis temas principales:
  1. Lactancia materna exclusiva de cero a seis meses de edad
  2. Puré de zanahoria a los seis meses de edad
  3. Huevo a los seis meses de edad
  4. Hierbas a los nueve meses de edad
  5. Hígado de res o de pollo a los 12 meses de edad
  6. Ayuda a la mamá de parte de cuidadores y papá
- Técnicas educativas participativas
- Aplicación de esas técnicas al hacer uso de cada uno de los materiales:
  - Ejercicios en aula
  - Prácticas para destrezas/demostraciones
- Desarrollo de la creatividad -- otros usos del material y otras técnicas (láminas reflexivas, consejos individuales, audio debate, historia a cuadros, etc.)
- Monitoreo y evaluación

E. **Materiales**

1. **Manual** "El diseño de actividades contra la deficiencia de la vitamina A en Guatemala"
2. **Guía** para capacitar en el uso del material en vitamina A producido
3. **Rotafolio**
4. **Tarjetas demostrativas**
5. **Grabaciones** (cassette)
6. **Materiales para la demostración de preparaciones**
   - Ingredientes para la preparación de recetas
   - Utensilios
   - Combustible

F. **Capacitadores**

- Técnicos especializados como facilitadores.

G. **Cuándo**

- 1994-1995

H. **Programa**

Un ejemplo de un programa de tres días de capacitación es el siguiente:

Día 1

8:30 Presentación de los participantes
9:30 Objetivos de la capacitación
10:15 Receso
10:45 Resumen del proceso de investigación formativa. Manual: **El diseño de actividades contra la deficiencia de la vitamina A en Guatemala**
11:45 Presentación de los materiales: rotafolio, tarjetas, grabaciones

12:30 Almuerzo
14:00 Cómo utilizar el rotafolio (Guía, página 1)
15:15 Receso
15:45 Prácticas en el aula

Día 2

8:30 Cómo utilizar las tarjetas demostrativas (Guía, página 22)
9:30 Ver el video **Comuniquémonos ya** (Ref: Bolivia, NCP, AED, INCAP, PROCOSI, 1991)
10:15 Receso
10:45 Prácticas en el aula
12:30 Almuerzo
14:00 Hacer preparaciones de alimentos
- Atol de Incaparina
- Atol de plátano
- Puré de zanahoria
- Puré de yema de huevo
- Puré de hierbas
- Huevo con hierbas
- Hígado de pollo cocido/frito

15:15 Receso
15:45 Continuar

Día 3

8:30 Cómo utilizar las grabaciones (Guía, página 37)
10:15 Receso
10:45 Prácticas en el aula
12:30 Almuerzo
14:00 Plan de implementación
15:15 Receso
15:45 Plan de monitoreo y evaluación

INTRODUCCION

¿POR QUE LE PONEMOS ATENCION A LA VITAMINA A?

- Porque cuando estudiamos lo que comen los niños pequeños en Guatemala nos damos cuenta que comen pocas comidas con vitamina A.

- Porque la vitamina A ayuda al crecimiento y desarrollo del niño y a proteger su vista. También ayuda a que cuando le dé diarrea, enfermedades respiratorias o sarampión, la duración y severidad de estas enfermedades sean menos graves. Es decir, es una protección para la salud.

Aquí vamos a aprender cómo dar al niño lactancia materna desde que nace, hasta los seis meses de edad y una comida con vitamina A cada día hasta que tiene tres años de edad. Porque,

"UNA COMIDA CON VITAMINA A CADA DIA,
A SU NIÑO DA SALUD Y ALEGRIA"

En el Apéndice 1 encontrarán información adicional sobre la vitamina A, tal como alimentos ricos en esta vitamina, signos de avitaminosis A y causas de la misma. En el Apéndice 2 encontrarán información sobre el proceso de comunicación social y en el Apéndice 3, información sobre monitoreo y evaluación.

Portfolio

INSTRUCCIONES PARA USO DEL ROTAFOLIO

Esta sección de la guía presenta seis temas para discutir en seis **reuniones participativas** con personas de la comunidad. Para hacerlo, debe establecer con anterioridad el día, la hora y el lugar. Las reuniones pueden hacerse en el orden en que aparecen o puede escogerse alguno de los temas, dependiendo, por ejemplo, de la edad de los niños. De todas maneras, comience cada reunión explicando por qué es importante la vitamina A.

Los grupos deben ser homogéneos, de 15-20 personas. Si la asistencia es mayor, las personas deben dividirse en dos grupos.

Hay cuatro pasos que debe seguir en el uso del rotafolio en reuniones con personas de la comunidad. Estos pasos ayudan a las personas a aprender y a poner en práctica las recomendaciones.

PASO 1. PREGUNTAS MOTIVADORAS

Son preguntas por medio de las cuales se invita a las participantes a reflexionar en voz alta sobre el tema. También le permiten al promotor o voluntario aprender lo que las participantes ya saben sobre el tema. Estas preguntas se hacen al principio de la reunión.

PASO 2. MENSAJES CLAVES

Son los mensajes principales sobre el tema. El promotor o voluntario los debe reforzar, construyendo sobre lo que las participantes ya saben y sobre las ideas que tienen.

PASO 3. PRACTICA O DEMOSTRACION

Es un ejercicio práctico o demostración de las acciones que las participantes deben hacer para cumplir con los mensajes. El promotor o voluntario debe preparar con anticipación los materiales que necesita para hacer la práctica.

PASO 4. EVALUACION

Este paso sirve para reforzar lo aprendido. Se repiten las preguntas iniciales. El promotor escucha las respuestas y las compara con las respuestas correctas, así se da cuenta de lo que las participantes han aprendido y le sirve para corregir y retroalimentar.

Cada reunión tiene una duración de aproximadamente una hora y media. La distribución del tiempo para cada paso es aproximadamente la siguiente:

- Paso 1 y 2 — 20-30 minutos
- Paso 3 — 30-45 minutos
- Paso 4 — 15 minutos

TEMA 1

LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA PARA EL NIÑO DE 0-6 MESES DE EDAD

(Mostrar lámina 1 y 2 del rotafolio)

PASO 1. PREGUNTAS MOTIVADORAS
MOSTRAR LAMINA 1

Lámina 1 (Versión maya)

- ¿Qué ven en este dibujo?
- ¿Cómo fue la alimentación de las madres durante el embarazo?
- Después de nacer, ¿en qué momento se debe comenzar a dar de mamar al niño?
- ¿Qué hacen las madres con la primera leche que le sale de los pechos? ¿Cómo es esta leche? ¿Cómo se le llama?
- ¿Qué debe hacer una mamá para tener buena leche? ¿para tener bastante leche con vitamina A?
- ¿Hasta qué edad se le da sólo pecho al niño?
- ¿Se le dan agüitas?

PASO 2. MENSAJES CLAVES

- Cuando un niño nace se le debe poner al pecho <u>inmediatamente</u>. No se debe esperar uno, dos ó tres días hasta que la leche baje. La leche baja más rápido cuando se da de mamar inmediatamente después del parto.

- La primera leche, la leche amarillenta que sale de los pechos primero es una leche especial (se llama calostro). Esa leche protege al niño en contra de enfermedades. Esa leche es de mucho alimento y tiene vitamina A.

- Para tener leche buena y suficiente, la mamá debe dar de mamar seguido, muchas veces en el día y en la noche, tomar bastantes líquidos y comer de todo lo que pueda. Para que su leche tenga vitamina A debe de comer comidas que tengan vitamina A como hierbas color verde oscuro, zanahoria, güicoy sazón, camote, huevo, hígado de pollo o res.

- Hasta los seis meses de edad, es bueno que el niño sólo mame. La leche materna sola es suficiente para un niño desde que nace hasta los seis meses de edad. No es necesario darle agüitas, chupones, pacha o biberón.

PASO 3. DEMOSTRACION

Se puede hablar sobre las comidas con vitamina A que hay en la comunidad y que debe comer una madre que da de mamar; por ejemplo: güicoy sazón o ayote, hierbas color verde oscuro, plátano maduro, camote anaranjado, zanahoria, hígado de pollo o res, huevos, Incaparina. Cada día, la madre que da de mamar debe comer comidas con vitamina A. Puede llevar a la sesión alimentos ricos en vitamina A que se consigan localmente.

Para preparar ATOL DE INCAPARINA:

- 8 litros de agua
- 1 bolsa de INCAPARINA (cada bolsa grande tiene 32 cucharadas bien llenas de Incaparina)
- 1/2 (media) libra de azúcar
- Canela al gusto

- Revolver en el agua la Incaparina, el azúcar y la canela.
- Poner a cocer hasta que hierva.
- Dejar hervir por 15 minutos.
- Servir caliente.

Esta receta alcanza para un grupo grande de 20-30 participantes. El educador puede llevar la Incaparina hecha y hacer la demostración únicamente para un vaso, si así lo prefiere. La madre que da de mamar debe tomar de uno a tres vasos de Incaparina cada día.

Para preparar ATOL DE PLATANO:

- 3 tazas de agua
- 1 plátano maduro
- Azúcar y canela al gusto

- Cocer el plátano maduro en el agua.
- Cuando ya está cocido, colarlo y agregarlo al agua donde se coció.
- Agregar azúcar y canela al gusto.
- Dejar hervir nuevamente.

Esta receta alcanza para unas cuatro tazas de atol. Si lo desea más espeso para que alimente más, agrégue menos agua.

PASO 4. EVALUACION

- Después de nacer, ¿en qué momento se debe comenzar a dar de mamar al niño? INMEDIATAMENTE

- ¿Se le debe dar al niño la primera leche que le sale a la mamá de los pechos? SI. ¿Cómo es esta leche? TIENE MUCHO ALIMENTO, TIENE VITAMINA A.

MOSTRAR LAMINA 2

- ¿Qué debe hacer una mamá para tener bastante leche? ¿para tener leche con vitamina A? DAR DE MAMAR SEGUIDO DIA Y NOCHE. COMER DE TODO; COMER COMIDAS QUE TIENEN VITAMINA A.

- ¿Hasta qué edad es bueno darle sólo pecho al niño? HASTA LOS SEIS MESES.

- ¿Qué harán ustedes para seguir estos consejos?

TEMA 2

PURE DE ZANAHORIA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD
(Láminas 3 y 4 del rotafolio)

PASO 1. PREGUNTAS MOTIVADORAS

Lámina 3 (versión no maya)

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño?
- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño?

MOSTRAR LAMINA 3

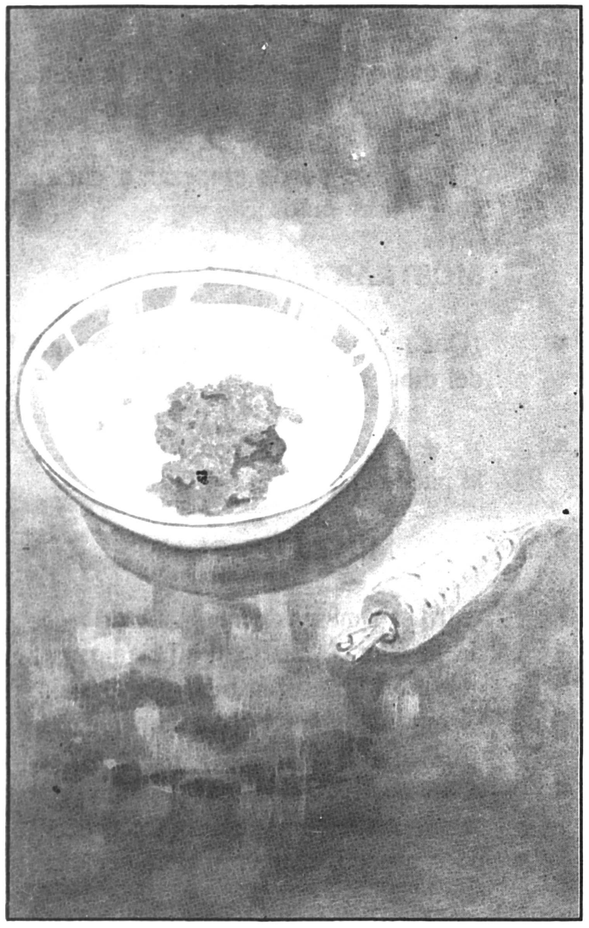
- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?
- ¿Qué otras comidas con vitamina A se le puede empezar a dar?

PASO 2. MENSAJES CLAVES

- A los seis meses de edad, sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para que un niño crezca bien y ésté sano. El niño debe aprender a comer.
- A los seis meses de edad, el niño debe seguir mamando, pero también debe, poco a poco, comenzar a comer otras comidas.
- El niño puede comenzar a comer tortilla suave deshecha con frijoles molidos en piedra o colados, arroz deshecho con frijoles molidos o colados, pan remojado.
- Además, el niño de seis meses debe empezar a comer otras comidas con vitamina A cada día, como puré de zanahoria, de güicoy sazón o ayote, de camóte anaranjado, de plátano maduro.

- Cuando el niño empieza a comer, poco a poco debe agregársele grasa (aceite, margarina) a su comida.

PASO 3. DEMOSTRACION
MOSTRAR LAMINA 4



Para preparar el PURE DE ZANAHORIA:

- 1 zanahoria pequeña

- Lavar bien, raspar con cuchillo (no pelar) y poner a cocer bien una zanahoria pequeña.
- Deshacer la zanahoria cocida con servidora o tenedor hasta hacer un puré.

SUGERENCIAS:

- El dibujo muestra la cantidad de zanahoria que debe comer un niño de seis meses de edad.
- Al puré de zanahoria se le puede echar un poquito de aceite o margarina para que sea más alimento para el niño.

  La zanahoria se puede cocer en la olla de los frijoles para ahorrar leña.
- La zanahoria se puede cocer con las hierbas para ahorrar leña. Al hacer el puré, se le puede echar un poquito del caldo de las hierbas para que se deshaga bien.

Lámina 4 (ambas versiones)

- El mismo puré se puede hacer de güicoy sazón o ayote, de camote anaranjado o de plátano maduro.
- Al principio, al niño pequeño se le puede dar a probar poquito, la puntita de una cucharada.

- Al niño más grandecito se le puede dar la zanahoria en pedacitos.

PASO 4. EVALUACION

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño? A LOS SEIS MESES.
- ¿A qué edad debe comenzar a comer un niño? A LOS SEIS MESES.
- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño? PAN DESHECHO CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, TORTILLA DESHECHA CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, ARROZ CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, PAN REMOJADO.
- ¿Qué comida con vitamina A se le puede empezar a dar cada día al niño de seis meses? PURE DE ZANAHORIA, PURE DE GUICOY SAZON O AYOTE, PURE DE CAMOTE ANARANJADO O PURE DE PLATANO MADURO.
- ¿Cómo podemos preparar un puré de zanahoria? VER RECETA.
- ¿Cómo pueden poner en práctica este consejo?

TEMA 3

YEMA DE HUEVO PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD

(Mostrar lámina 5 del rotafolio)

PASO 1. PREGUNTAS MOTIVADORAS

Lámina 5 (versión maya)

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño?
- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño?

MOSTRAR LAMINA 5

- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?
- ¿Qué comida con vitamina A se le puede empezar a dar?

PASO 2. MENSAJES CLAVES

- A los seis meses de edad, sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para que un niño crezca bien y esté sano.
- A los seis meses de edad, el niño debe seguir mamando, pero también debe de comenzar a comer otras comidas.
- El niño puede comenzar a comer tortilla suave deshecha con frijoles molidos o colados, arroz deshecho con frijoles molidos o colados, pan remojado.
- Como el niño está creciendo, se le debe de dar cada vez un poco más de comida.
- El niño de seis meses debe empezar a comer otras comidas con vitamina A cada día. Además del puré de zanahoria, de güicoy sazón o ayote, de camote anaranjado y de plátano maduro, puede empezar a comer yema de huevo. Primero le puede dar sólo la

yema y luego el huevo entero.

PASO 3. DEMOSTRACION

Para preparar el PURE DE YEMA DE HUEVO:

- 1 huevo

- Poner a cocer un huevo hasta que se endurezca.
- Pelar el huevo cocido.
- Deshacer la yema del huevo con servidora o tenedor hasta hacer un puré.

SUGERENCIAS Y MOTIVACIONES:

- Empezar haciendo puré de yema de huevo. Al niño de nueve meses ya se le puede dar todo el huevo.

- Al puré de huevo se le puede echar un poquito de leche materna, aceite o margarina para que quede más suave y sea más alimento para el niño.

- El huevo se puede cocer en la olla de los frijoles para ahorrar leña.

- El huevo se puede cocer con las hierbas para ahorrar leña. Para deshacerlo bien se le puede echar un poquito de caldo de las hierbas o de frijoles colados.

- Cuando el niño esté más grandecito, el huevo se puede preparar en otras formas: duro, frito (estrellado), revuelto. El huevo se puede preparar al gusto del niño y según su edad. El huevo es fácil de preparar y a los niños les gusta.

- En el área rural hay huevos en casa. Si no los hay, el papá puede ayudar a que no falten.

PASO 4. EVALUACION

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño? A LOS SEIS MESES.

- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño? PAN DESHECHO CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, TORTILLA DESHECHA CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, ARROZ CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, PAN REMOJADO.

- ¿Cómo debe de ir aprendiendo a comer un niño a medida que crece? DEBE COMER CADA VEZ MAS CANTIDAD Y VARIEDAD DE COMIDAS.

- ¿Qué comidas con vitamina A se le puede empezar a dar cada día al niño de seis meses? PURE DE ZANAHORIA, DE GUICOY SAZON O AYOTE, DE CAMOTE ANARANJADO, DE PLATANO MADURO Y DE YEMA DE HUEVO.

- ¿Cómo podemos preparar el huevo? VER RECETA (depende de la edad del niño).

- ¿Cómo pueden ustedes poner en práctica este consejo?

TEMA 4

HIERBA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS NUEVE MESES DE EDAD
(Láminas 6 y 7 del rotafolio)

PASO 1. PREGUNTAS MOTIVADORAS

Lámina 6 (versión no maya)

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño?
- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño?

MOSTRAR LAMINAS 6 O 7

- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?
- ¿Qué comidas con vitamina A se le pueden dar?
- ¿Qué clase de hierbas se comen aquí?

PASO 2. MENSAJES CLAVES

- A los seis meses de edad, sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para que un niño crezca bien y esté sano.
- A los seis meses de edad, el niño debe seguir mamando, pero comenzar a comer otras comidas.
- El niño puede comenzar a comer tortilla suave deshecha con frijoles molidos o colados, arroz deshecho con frijoles molidos o colados, pan remojado.
- El niño de seis meses necesita comer una comida con vitamina A cada día, como puré de zanahoria, de güicoy sazón o ayote, de camote anaranjado, de plátano maduro y de

yema de huevo.

- A los nueve meses, el niño ya puede empezar a comer hierbas de las que comen los adultos, como el macuy o hierbamora, el chipilín, el bledo y otras. Debe comer las hierbas y no sólo tomar el caldo.

PASO 3. DEMOSTRACION

Para preparar PURE DE HIERBAS:

- 1 manojo de hierbas
- Sal al gusto

- Lavar las hierbas, arrancar las hojas y quitarles las venas, si fuera necesario. Las hojas se pueden cortar.
- Poner a hervir poca agua.
- Echar las hierbas (macuy, hierbamora, bledo, etc.) a que den un sólo hervor.
- Separar las hierbas del caldo y deshacerlas con servidora hasta hacer un puré.
- Sazonar con sal.

Para preparar torta de HUEVO CON HIERBAS:

- 1 manojo de hierbas
- 1 huevo
- Sal al gusto
- Aceite o margarina

- Lavar las hierbas, arrancar las hojas y quitarles las venas. Las hojas se pueden cortar.
- Poner a hervir poca agua.
- Echar las hierbas (macuy, hierbamora, bledo, etc.) a que den un sólo hervor.
- Separar las hierbas del caldo y deshacerlas o cortarlas según la edad del niño.
- Batir un huevo.
- Revolver las hierbas en el huevo y sazonar con sal.
- Calentar aceite o margarina en un sartén.
- Dejar caer la mezcla de huevo con hierbas para que se fría.

SUGERENCIAS Y MOTIVACIONES:
MOSTRAR LAMINA 7

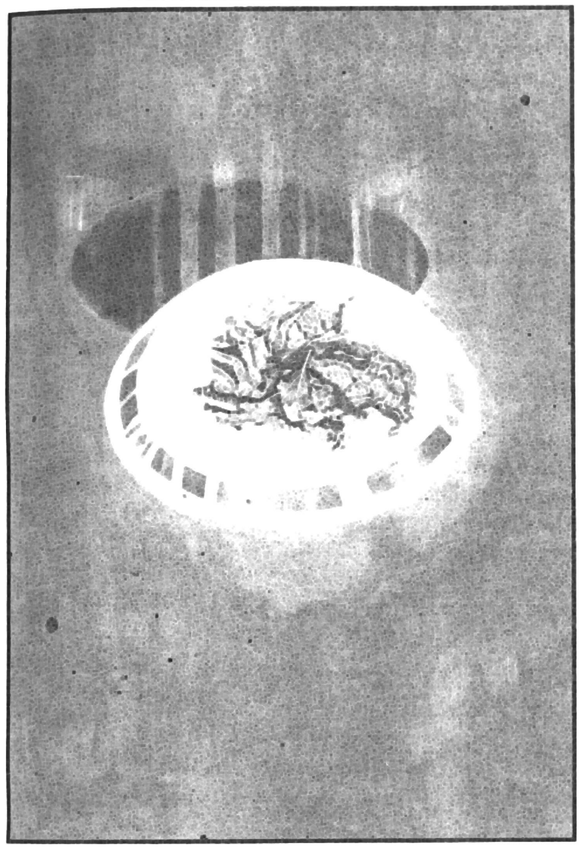


Lámina 7 (ambas versiones)

- El dibujo muestra la cantidad de hierbas que debe comer un niño de nueve meses de edad.
- La hierbas se pueden dar sólo cocidas o se les puede agregar margarina o aceite. El niño puede comerlas deshechas o picaditas. El puré se puede dar mezclado con arroz o papa.
- A la torta de hierbas con huevo se le puede echar encima salsa o ahogar en recado o chirmol de tomate.
- Las hierbas son conocidas por todas las madres. Muchas se consiguen en el monte o se pueden cultivar. Las madres saben cómo prepararlas.
- Deben dárselas no sólo a los niños más grandes de dos ó tres años, sino también a los más chiquitos, desde los nueve meses. Como están deshechas, los niños pequeños se las pueden comer.
- Las hierbas tienen mucha vitamina.

PASO 4. EVALUACION

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño? A LOS SEIS MESES.
- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño? PAN DESHECHO CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, TORTILLA DESHECHA CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, ARROZ CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, PAN REMOJADO.

- ¿Qué comida con vitamina A se le puede empezar a dar cada día al niño de seis meses? PURE DE ZANAHORIA, DE GUICOY SAZON O AYOTE, DE CAMOTE ANARANJADO, DE PLATANO MADURO, DE YEMA DE HUEVO.
- ¿A qué edad se le puede empezar a dar hierbas a un niño? A LOS NUEVE MESES.
- ¿El niño debe tomar sólo el caldo o debe comer la hierba? COMER LA HIERBA.
- ¿Cómo podemos preparar las hierbas? VER RECETAS (depende de la edad del niño).
- ¿Qué pueden hacer ustedes para poner en práctica estos consejos?

TEMA 5

HIGADO DE POLLO O RES PARA EL NIÑO DE 12 MESES DE EDAD
(Láminas 8 y 9 del rotafolio)

PASO 1. PREGUNTAS MOTIVADORAS

- ¿A qué edad el niño debe comer de todo lo que come el resto de su familia?

MOSTRAR LAMINA 8

- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?
- ¿A veces comen las familias hígado de res o de pollo?
- ¿Qué comidas con vitamina A se le pueden dar al niño?

PASO 2. MENSAJES CLAVES

- A los 12 meses de edad o sea un año, el niño debe seguir mamando, pero ya debe comer de todo lo que preparen en su casa.
- A los 12 meses de edad, el niño ya debe haber aprendido a comer de todo para crecer bien, estar sano y caminar rápido.

Lámina 8 (versión no maya)

- El niño debe comer cinco veces al día: en el desayuno, almuerzo y cena y dos refacciones, una a media mañana y otra a media tarde. Siempre debe mamar.
- Además de otras comidas, el niño de 12 meses debe comer una comida con vitamina A cada día, como zanahoria, güicoy sazón o ayote, camote anaranjado, plátano maduro,

huevo o hierbas.

- El niño de 12 meses puede comer hígado de res o de pollo que tienen vitamina A. Una vez a la semana es suficiente.

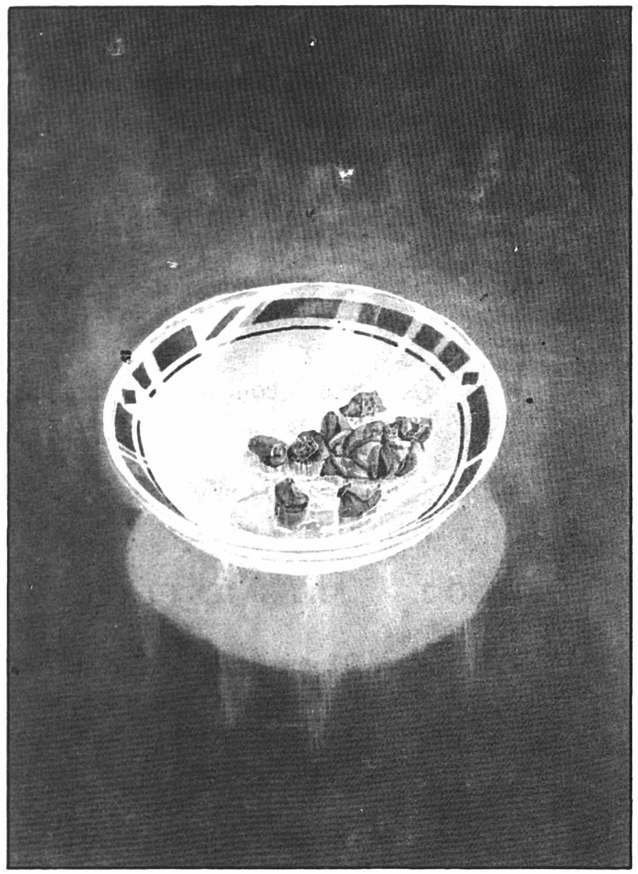


Lámina 9 (ambas versiones)

PASO 3. DEMOSTRACION
MOSTRAR LAMINA 9

Para preparar HIGADO DE POLLO COCIDO:

- 1 hígado de pollo
- Sal al gusto

- Lavar un hígado de pollo.
- Poner a cocer en un poquito de agua.
- Agregar sal.
- Cortar en pedacitos.

Para preparar HIGADO DE POLLO FRITO:

- 1 hígado de pollo
- Aceite o margarina
- Sal al gusto

- Calentar aceite o margarina en un sartén.
- Echar el hígado de pollo y freir hasta que se dore bien.
- Agregar sal.
- Cortar en pedacitos.

SUGERENCIAS Y MOTIVACIONES:

- El dibujo muestra la cantidad de hígado que debe comer un niño de 12 meses de edad. Como se ve, el niño no necesita comer una gran cantidad. Puede comer un higadito de pollo o un pedacito de hígado de res una vez a la semana. Ocho o nueve hígados de pollo hacen una libra.

- Si al niño le gusta, se le puede echar cebolla o tomate picado al hígado de res o de pollo.
- El hígado se puede preparar de otras formas, asado en el comal o cocido, con limón, en pulique.
- Al niño pequeño (menor de un año), se le da el hígado deshecho. Al niño de un año, se le da picado en pedacitos. El hígado es suave para comer.
- Cuando en casa maten y preparen el pollo completo, siempre debe dársele el hígado al niño pequeño o a la madre lactante.

PASO 4. EVALUACION

- ¿A qué edad el niño debe comer de todo lo que come el resto de su familia? A LOS 12 MESES, O SEA AL AÑO.
- ¿Qué comidas con vitamina A se le pueden dar al niño cada día? ZANAHORIA, GUICOY SAZON O AYOTE, CAMOTE ANARANJADO, PLATANO MADURO, HUEVO, HIERBAS E HIGADO DE RES O DE POLLO.
- ¿Cómo podemos preparar el hígado? VER RECETAS.
- ¿Qué pueden hacer ustedes para poner en práctica este consejo?

TEMA 6

LA MADRE NECESITA AYUDA
(Láminas 10 y 11 del rotafolio)

Es bueno invitar a mujeres grandes (abuelas) y a padres de familia a esta reunión.

PASO 1. PREGUNTAS MOTIVADORAS

Lámina 10 (versión no maya)

- ¿Quiénes pueden ayudar a la madre en la alimentación del niño pequeño?
- ¿Cómo pueden ayudar?

MOSTRAR LAMINA 10

- ¿Qué ven en este dibujo?
- ¿Quién le está ayudando a la madre? ¿Como le está ayudando?
- Lo que se ve en el dibujo ¿a veces pasa aquí?

PASO 2. MENSAJES CLAVES

- A veces a los niños los cuidan sus abuelas, hermanas mayores u otras personas. Ellas deben ayudar a la madre a que el niño coma bien.
- Además de otras comidas, el niño de seis a doce meses debe comer una comida con vitamina A cada día, como zanahoria, güicoy sazón o ayote, camote anaranjado, plátano maduro, huevo, hierbas o hígado de pollo o res.
- Las madres y otras personas encargadas de la alimentación del niño deben procurar darle una comida con vitamina A cada día.

MOSTRAR LAMINA 11

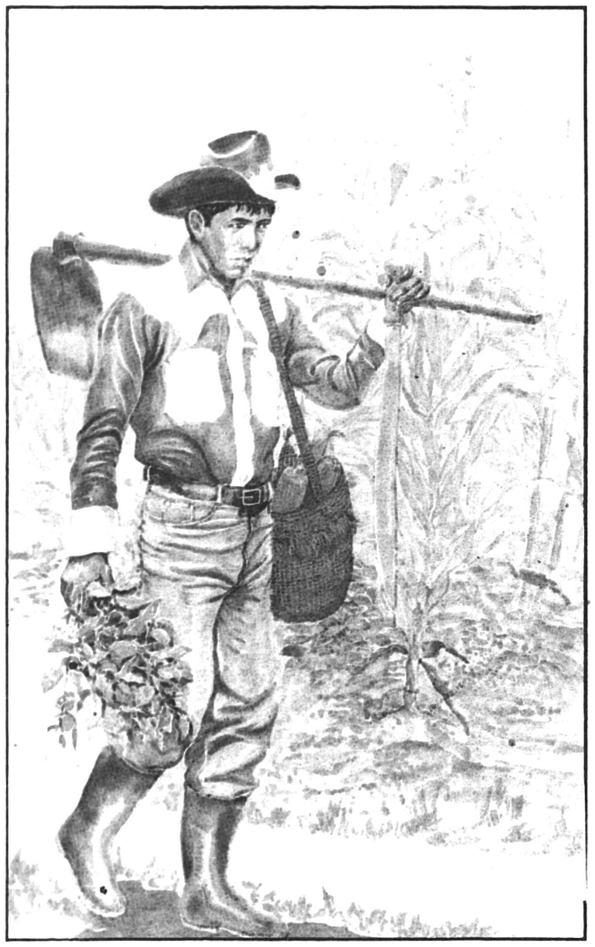


Lámina 11 (ambas versiones)

- El padre de familia también debe ayudar, cultivando hierbas en su milpa. Cuando sale al monte puede traer hierbas para que coma el niño y el resto de la familia. A veces puede comprar huevos o hígado de pollo o res.

- Los miembros de la familia también pueden ayudar en el cultivo de huertos familiares, escolares y comunales con productos ricos en vitamina A.

- Los miembros de la familia pueden ayudar, promoviendo el consumo de alimentos ricos en vitamina A.

- El padre también puede darle de comer al niño con paciencia y cariño.

PASO 3. DEMOSTRACION

Haga un repaso de alguna de las recetas anteriores, como por ejemplo la de hierba revuelta con huevo.

Para preparar HIERBA REVUELTA CON HUEVO:

- 1 manojo de hierbas
- Sal al gusto
- 1 huevo
- Aceite o margarina

- Lavar las hierbas, arrancar las hojas y quitar las venas. Las hojas se pueden cortar.
- Poner a hervir poca agua.
- Echar las hierbas (macuy, hierbamora, bledo, etc.) a que den un sólo hervor.
- Separar las hierbas del caldo y deshacerlas o cortarlas según la edad del niño.
- Batir un huevo.

- Revolver las hierbas en el huevo y sazonar con sal.
- Calentar aceite o margarina en un sartén.
- Dejar caer la mezcla de huevo con hierbas para que se fría.

Además, puede hacer un concurso entre las madres y premiar a aquella que recuerde más recetas de comidas con vitamina A. También puede pedir a una de las mujeres de mayor edad (abuela) que prepare otra receta (una preparación tradicional de hierbas, por ejemplo) o preparar una nueva receta, como tortitas de zanahoria.

Lo que vaya a hacer prepárelo con anticipación. No improvise.

Para preparar TORTITAS DE ZANAHORIA:

- 2 zanahorias pequeñas
- 1/2 (media) cucharadita de sal
- Aceite, margarina o manteca para freir (más o menos 4 cucharadas)
- 1 huevo
- 1/2 (media) cebolla pequeña

- Lavar bien las zanahorias con agua limpia; limpiar y dejar que escurran (no se pelan, solo se limpia la cáscara con un cuchillo)
- Rallarlas con rallador fino o cortarlas finamente
- Batir el huevo a punto de nieve en un plato hondo
- Agregar la zanahoria rallada, la cebolla picada y sal y revolver bien
- Poner a calentar la manteca o aceite
- Cuando está caliente, se fríe la mezcla por cucharadas, dándole forma de tortita a cada parte que se va cocinando
- Dejar que se doren las tortitas por cada lado, sin que se quemen
- Ponerlas a escurrir antes de servirlas

(Fuente: **Recetas a base de alimentos fuente de vitamina A.** Tegucigalpa, MSP, OPS, INCAP, 1994).

PASO 4. EVALUACION

- ¿Quiénes pueden ayudar a las madres en la alimentación del niño pequeño? EL PADRE, LAS ABUELAS, HERMANOS, OTROS.

- ¿Cómo pueden ayudar estas personas? PREPARANDO COMIDAS CON VITAMINA A, LLEVANDO A LA CASA COMIDAS CON VITAMINA A.

- ¿Qué van a hacer ustedes para poder seguir este consejo? ¿A quién le pedirán ayuda? ¿Qué ayuda le pedirán?

Tarjetas

INSTRUCCIONES PARA USO DE LAS TARJETAS

Esta sección de la guía presenta seis temas para discutir en **visitas domiciliarias** a hogares de la comunidad o en **consejo individual** en puestos de salud o en casa del promotor (a) u otro voluntario.

Las visitas domiciliarias permiten la comunicación de persona a persona. Este tipo de comunicación "cara a cara" es muy efectiva, pero requiere más tiempo que las reuniones de grupo. En la visita domiciliaria, el promotor u otro voluntario tiene la oportunidad de dar mensajes específicos a la situación que encuentra; por ejemplo, a la edad del niño, al estado de salud del niño, a las preocupaciones de la madre.

Para que la visita domiciliaria logre su objetivo, el promotor o voluntario debe prestar atención a los siguientes aspectos:

- Crear un ambiente cómodo y personal
- Preguntar a la madre
- Compartir la información con la madre
- Escuchar a la madre y repetir lo que ella dice
- Observar
- Hacer prácticas

(Fuente: **Guía para manejar el video: "Comuniquemonos ya". Bolivia, NCP, AED,** INCAP, PROCOSI, 1991). *Se aconseja ver este video.*

- Considerar las actividades que esté haciendo la madre para no hacer la visita en un momento inoportuno. Tampoco debe hacer una visita muy larga; las investigaciones han mostrado que éstas deben de ser de 10-15 minutos.

Antes de salir a sus visitas, asegúrese que lleva las tarjetas demostrativas y cualquier otro material necesario (cuaderno y lápiz, por ejemplo). Hay seis pasos principales que se deben seguir en las visitas domiciliarias y el uso de las tarjetas demostrativas:

PASO 1. SALUDO A LA MADRE

Al llegar a la casa, salude a la madre con amabilidad y respeto. Sonría. Como parte del saludo pregúntele a la madre por la salud de los niños. Averigüe la edad del niño menor.

PASO 2. ESCUCHE A LA MADRE

Es muy importante escuchar lo que la madre diga sobre la salud del niño y lo que come para saber cuáles son los consejos o recomendaciones más apropiados para ella y su niño.

PASO 3. PREGUNTAS MOTIVADORAS

Son preguntas por medio de las cuales se invita a la madre a reflexionar. Estas se hacen en relación a las tarjetas demostrativas o de consejos.

PASO 4. MENSAJES CLAVES

Son los mensajes principales que el promotor quiere dar. El promotor o voluntario los debe ir construyendo a partir de lo que la madre ha dicho o preguntado.

PASO 4a. PRACTICA

Si en ese momento la madre estuviera cocinando alguno de los alimentos ricos en vitamina A, puede preparar alguna receta.

PASO 5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Se debe entablar un diálogo que le permita a la madre aclarar sus dudas y al promotor responder y verificar si la madre ha comprendido los mensajes.

PASO 6. REFORZAMIENTO Y DESPEDIDA

El promotor o voluntario debe procurar hacer un resumen de la comunicación, reforzando los principales mensajes dados y lo que la madre **va a hacer**. En la despedida, el promotor le avisará a la madre cuándo la visitará de nuevo para darle seguimiento.

Se pueden dar consejos de vitamina A cuando se platica de otros temas, por ejemplo:

- Enfermedad
- Apetito
- Vacunación
- Higiene
- Alimentación en general
- Huertos

Las tarjetas también pueden utilizarse con grupos pequeños. Para ello, puede tomar en cuenta las sugerencias para uso del rotafolio (página 1 de esta guía).

TEMA 1

LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA PARA EL NIÑO DE CERO A SEIS MESES DE EDAD

(Mostrar lámina 1 y 2 de las tarjetas)

PASO 1. SALUDO A LA MADRE

Al llegar a la casa, salude a la madre con amabilidad y respeto. Sonría. Como parte del saludo pregúntele a la madre por la salud de los niños. Averigüe la edad del niño menor. Las láminas 1 y 2 y estos mensajes son especialmente apropiados para la mujer embarazada y la madre lactante, si el niño tiene de cero a cinco meses de edad.

PASO 2. ESCUCHE A LA MADRE

Averigüe cuál es la alimentación del niño, o de la mujer embarazada o de la madre lactante. Es muy importante escuchar lo que la madre diga sobre la salud del niño y su alimentación para saber cuáles son los consejos o recomendaciones más apropiados para ella y su niño.

PASO 3. PREGUNTAS MOTIVADORAS

MOSTRAR LAMINAS 1 Y 2

- ¿Qué ve en este dibujo?
- ¿Cómo debe ser la alimentación de la madre durante el embarazo?
- Después de nacer, ¿en qué momento se debe comenzar a dar de mamar al niño?
- ¿Qué se hace con la primera leche que sale de los pechos? ¿Cómo es esta leche? ¿Cómo se le llama?

PASO 4. MENSAJES CLAVES

- Cuando un niño nace se le debe poner al pecho inmediatamente. No se debe esperar uno, dos ó tres días hasta que la leche baje. La leche baja más rápido cuando se da de mamar inmediatamente después del parto.
- La primera leche, la leche amarillenta que sale de los pechos primero es una leche especial (se llama calostro). Esa leche protege al niño en contra de enfermedades. Esa leche es de mucho alimento y tiene vitamina A.

- Para tener leche buena y suficiente, la mamá debe dar de mamar seguido, muchas veces en el día y en la noche, tomar bastantes líquidos y comer de todo lo que pueda. Para que su leche tenga vitamina A debe de comer comidas que tengan vitamina A como hierbas color verde oscuro, zanahoria, güicoy sazón o ayote, camote anaranjado, huevo, hígado de pollo o res; o tomar Incaparina o atol de plátano maduro. (Explicar recetas de atol de Incaparina y/o de plátano, página 5 de esta guía).

- Hasta los seis meses de edad, es bueno que el niño sólo mame. La leche materna sola es suficiente para un niño desde que nace hasta los seis meses de edad. No es necesario darle agüitas, chupones, pacha o biberón.

PASO 4o. DEMOSTRACION

- Si en ese momento la madre estuviera cocinando alguno de los alimentos ricos en vitamina A, puede preparar alguna de las recetas incluidas en la sección del rotafolio. La receta debe ser apropiada para la mujer embarazada o la madre lactante con un niño de cero a cinco meses de edad.

PASO 5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

- Después de nacer, ¿en qué momento se debe comenzar a dar de mamar al niño? INMEDIATAMENTE.

- ¿Se le debe dar al niño la primera leche que le sale a la mamá de los pechos? SI. ¿Cómo es esta leche? TIENE MUCHO ALIMENTO, TIENE VITAMINA A.

- ¿Qué debe hacer una mamá para tener bastante leche? ¿para tener leche con vitamina A? DAR DE MAMAR SEGUIDO DIA Y NOCHE. COMER DE TODO; COMER COMIDAS QUE TIENEN VITAMINA A.

- ¿Hasta qué edad es bueno darle sólo pecho al niño? HASTA LOS SEIS MESES

- ¿Qué hará usted para seguir estos consejos?

PASO 6 REFORZAMIENTO Y DESPEDIDA

El promotor o voluntario debe procurar hacer un resumen de la comunicación, reforzando los principales mensajes dados y lo que la madre va a hacer. En la despedida, el promotor le avisará a la madre cuándo la visitará de nuevo para darle seguimiento.

TEMA 2

PURE DE ZANAHORIA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD

(Láminas 3 y 4 de las tarjetas)

PASO 1. SALUDO A LA MADRE

Al llegar a la casa, salude a la madre con amabilidad y respeto. Sonría. Como parte del saludo pregúntele a la madre por la salud de los niños. Averigüe la edad del niño menor. Las láminas 3 y 4 y sus mensajes son especialmente apropiados si el niño tiene de seis a 11 meses de edad.

PASO 2. ESCUCHE A LA MADRE

Es muy importante escuchar lo que la madre diga sobre la salud del niño y lo que come para saber cuáles son los consejos o recomendaciones más apropiados para ella y su niño.

PASO 3. PREGUNTAS MOTIVADORAS

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño?

- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño?

MOSTRAR LAMINAS 3 Y 4

- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?

- ¿Qué otras comidas con vitamina A se le puede empezar a dar?

PASO 4. MENSAJES CLAVES

- A los seis meses de edad, sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para que un niño crezca bien y esté sano. Debe aprender a comer.

- A los seis meses de edad, el niño debe seguir mamando, pero también debe, poco a poco, comenzar a comer otras comidas.

- El niño puede comenzar a comer tortilla suave deshecha con frijoles molidos en piedra o colados, arroz deshecho con frijoles molidos o colados, pan remojado.

- Además, el niño de seis meses debe empezar a comer otras comidas con vitamina A cada día, como puré de zanahoria, de güicoy sazón o ayote, de camote anaranjado, de plátano maduro. (Explicar receta de puré de zanahoria, página 7 de esta guía).

- Cuando el niño empieza a comer, poco a poco debe agregarsele grasa a su comida.

PASO 4o. DEMOSTRACION

- Si en ese momento la madre estuviera cocinando alguno de los alimentos ricos en vitamina A (zanahoria, güicoy sazón o ayote, camote anaranjado, plátano maduro), puede preparar alguna de las recetas incluidas en la sección del rotafolio para niños a partir de los seis meses de edad.

PASO 5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño? A LOS SEIS MESES.

- ¿A qué edad debe comenzar a comer un niño? A LOS SEIS MESES.

- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño? PAN DESHECHO CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, TORTILLA DESHECHA CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, ARROZ CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, PAN REMOJADO.

- ¿Qué comida con vitamina A se le puede empezar a dar cada día al niño de seis meses? PURE DE ZANAHORIA, PURE DE GUICOY SAZON O AYOTE, PURE DE CAMOTE ANARANJADO O PURE DE PLATANO MADURO.

- ¿Cómo podemos preparar un puré de zanahoria? VER RECETA (página 7 de esta guía).

- ¿Cómo puede poner en práctica este consejo?

PASO 6 REFORZAMIENTO Y DESPEDIDA

El promotor o voluntario debe procurar hacer un resumen de la comunicación, reforzando los principales mensajes dados y lo que la madre va a hacer. En la despedida, el promotor le avisará a la madre cuándo la visitará de nuevo para darle seguimiento.

TEMA 3

YEMA DE HUEVO PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD

(Mostrar lámina 5 de las tarjetas)

PASO 1. SALUDO A LA MADRE

Al llegar a la casa, salude a la madre con amabilidad y respeto. Sonría. Como parte del saludo pregúntele a la madre por la salud de los niños. Averigüe la edad del niño menor. La lámina 5 y estos mensajes son particularmente apropiados si el niño tiene de seis a 11 meses de edad.

PASO 2. ESCUCHE A LA MADRE

Es muy importante escuchar lo que la madre diga sobre la salud del niño y lo que come para saber cuáles son los consejos o recomendaciones más apropiados para ella y su niño.

PASO 3. PREGUNTAS MOTIVADORAS

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño?

- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño?

MOSTRAR LAMINA 5

- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?

- ¿Qué comida con vitamina A se le puede empezar a dar?

PASO 4. MENSAJES CLAVES

- A los seis meses de edad, sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para que un niño crezca bien y esté sano.

- A los seis meses de edad, el niño debe seguir mamando, pero también debe de comenzar a comer otras comidas.

- El niño puede comenzar a comer tortilla suave deshecha con frijoles molidos o colados, arroz deshecho con frijoles molidos o colados, pan remojado.

- Como el niño está creciendo, se le debe de dar cada vez un poco más de comida.

- El niño de seis meses debe empezar a comer otras comidas con vitamina A cada día. Además del puré de zanahoria, de güicoy sazón o ayote, de camote anaranjado y de plátano maduro, puede empezar a comer yema de huevo. Primero le puede dar sólo la yema en puré y luego el huevo entero. (Explicar receta de puré de yema de huevo, página 10 de esta guía).

PASO 4o. DEMOSTRACION

- Si en ese momento la madre estuviera cocinando alguno de los alimentos ricos en vitamina A (zanahoria, güicoy sazón o ayote, camote anaranjado, plátano maduro, huevo), puede preparar alguna de las recetas incluidas en la sección del rotafolio para niños a partir de los seis meses de edad. (Ver receta, página 10 de esta guía).

PASO 5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño? A LOS SEIS MESES.

- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño? PAN DESHECHO CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, TORTILLA DESHECHA CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, ARROZ CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, PAN REMOJADO.

- ¿Cómo debe de ir aprendiendo a comer un niño a medida que crece? DEBE COMER CADA VEZ MAS CANTIDAD Y VARIEDAD DE COMIDAS.

- ¿Qué comidas con vitamina A se le puede empezar a dar cada día al niño de seis meses? PURE DE ZANAHORIA, DE GUICOY SAZON O AYOTE, DE CAMOTE ANARANJADO, DE PLATANO MADURO Y DE YEMA DE HUEVO.

- ¿Cómo podemos preparar el huevo? VER RECETA (página 10 de esta guía) recomendadas según la edad del niño.

- ¿Cómo puede usted poner en práctica este consejo?

PASO 6 REFORZAMIENTO Y DESPEDIDA

El promotor o voluntario debe procurar hacer un resumen de la comunicación, reforzando los principales mensajes dados y lo que la madre va a hacer. En la despedida, el promotor le avisará a la madre cuándo la visitará de nuevo para darle seguimiento.

TEMA 4

HIERBA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS NUEVE MESES DE EDAD
(Láminas 6 y 7 de las tarjetas)

PASO 1. SALUDO A LA MADRE

Al llegar a la casa, salude a la madre con amabilidad y respeto. Sonría. Como parte del saludo pregúntele a la madre por la salud de los niños. Averigüe la edad del niño menor. Las láminas 6 y 7 y estos mensajes son particularmente apropiados si el niño tiene de nueve a 12 meses de edad.

PASO 2. ESCUCHE A LA MADRE

Es muy importante escuchar lo que la madre diga sobre la salud del niño y lo que come para saber cuáles son los consejos o recomendaciones más apropiados para ella y su niño.

PASO 3. PREGUNTAS MOTIVADORAS

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño?

- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño?

MOSTRAR LAMINA 6

- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?

- ¿Qué comidas con vitamina A se le pueden dar?

- ¿Qué clase de hierbas se comen aquí?

PASO 4. MENSAJES CLAVES

- A los seis meses de edad, sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para que un niño crezca bien y esté sano.

- A los seis meses de edad, el niño debe seguir mamando, pero comenzar a comer otras comidas.

- El niño puede comenzar a comer tortilla suave deshecha con frijoles molidos o colados, arroz deshecho con frijoles molidos o colados, pan remojado.

- El niño de seis meses necesita comer una comida con vitamina A cada día, como puré de zanahoria, de güicoy sazón o ayote, de camote anaranjado, de plátano maduro y de yema de huevo.

MOSTRAR LAMINA 7

- A los nueve meses, el niño ya puede empezar a comer hierbas de las que comen los adultos, como el macuy o hierbamora, el chipilín, el bledo y otras. Debe comer las hierbas y no sólo tomar el caldo. (Explicar recetas de puré de hierbas o huevo con hierbas, página 13 de esta guía).

PASO 4o. DEMOSTRACION

- Si en ese momento la madre estuviera cocinando alguno de los alimentos ricos en vitamina A (hierbas), puede preparar alguna de las recetas incluidas en la sección del rotafolio para niños a partir de los nueve meses de edad. (Ver recetas, página 13 de esta guía).

PASO 5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

- ¿A qué edad sólo la leche de la mamá ya no es suficiente para el niño? A LOS SEIS MESES.
- ¿Qué se le puede empezar a dar de comer a un niño? PAN DESHECHO CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, TORTILLA DESHECHA CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, ARROZ CON FRIJOLES MOLIDOS O COLADOS, PAN REMOJADO.
- ¿Qué comida con vitamina A se le puede empezar a dar cada día al niño de seis meses? PURE DE ZANAHORIA, DE GUICOY SAZON O AYOTE, DE CAMOTE ANARANJADO, DE PLATANO MADURO, DE YEMA DE HUEVO.
- ¿A qué edad se le puede empezar a dar hierbas a un niño? A LOS NUEVE MESES.
- ¿El niño debe tomar sólo el caldo o debe comer la hierba? COMER LA HIERBA.
- ¿Cómo podemos preparar las hierbas? VER RECETAS (páginas 13 de esta guía), recomendadas según la edad del niño.
- ¿Qué puede hacer usted para poner en práctica estos consejos?

PASO 6 REFORZAMIENTO Y DESPEDIDA

El promotor o voluntario debe procurar hacer un resumen de la comunicación, reforzando los principales mensajes dados y lo que la madre va a hacer. En la despedida, el promotor le avisará a la madre cuándo la visitará de nuevo para darle seguimiento.

TEMA 5

HIGADO DE POLLO O RES PARA EL NIÑO DE 12 MESES DE EDAD
(Láminas 8 y 9 de las tarjetas)

PASO 1. SALUDO A LA MADRE

Al llegar a la casa, salude a la madre con amabilidad y respeto. Sonría. Como parte del saludo pregúntele a la madre por la salud de los niños. Averigüe la edad del niño menor. Las láminas 8 y 9 y estos consejos son especialmente apropiados si el niño tiene 12 meses o más.

PASO 2. ESCUCHE A LA MADRE

Es muy importante escuchar lo que la madre diga sobre la salud del niño y lo que come para saber cuáles son los consejos o recomendaciones más apropiados para ella y su niño.

PASO 3. PREGUNTAS MOTIVADORAS

- ¿A qué edad el niño debe comer de todo lo que come el resto de su familia?

MOSTRAR LAMINA 8

- ¿Qué le está dando de comer la madre del dibujo al niño?
- ¿A veces come su familia hígado de res o de pollo?
- ¿Qué comidas con vitamina A se le pueden dar al niño?

PASO 4. MENSAJES CLAVES

- A los 12 meses de edad o sea un año, el niño debe seguir mamando, pero ya debe comer de todo lo que preparen en su casa.
- A los 12 meses de edad, el niño ya debe haber aprendido a comer de todo para crecer bien, estar sano y caminar rápido.
- El niño debe comer cinco veces al día: en el desayuno, almuerzo y cena y dos refacciones, una a media mañana y otra a media tarde. Siempre debe mamar.

- Además de otras comidas, el niño de 12 meses debe comer una comida con vitamina A cada día, como zanahoria, güicoy sazón o ayote, camote anaranjado, plátano maduro, huevo o hierbas.

MOSTRAR LAMINA 9

- El niño de 12 meses puede comer hígado de res o de pollo que tienen vitamina A. Una vez a la semana es suficiente. El hígado se puede preparar cocido, frito con aceite o manteca, asado sobre el comal o cocido con limón. (Explicar recetas, página 17 de esta guía).

PASO 4o. DEMOSTRACION

- Si en ese momento la madre estuviera cocinando alguno de los alimentos ricos en vitamina A (hígado de res o de pollo), puede preparar alguna de las recetas incluidas en la sección del rotafolio para niños a partir del año de edad. (Ver recetas, página 17).

PASO 5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

- ¿A qué edad el niño debe comer de todo lo que come el resto de su familia? A LOS 12 MESES, O SEA AL AÑO.

- ¿Qué comidas con vitamina A se le pueden dar al niño cada día? ZANAHORIA, GUICOY SAZÓN O AYOTE, CAMOTE ANARANJADO, PLATANO MADURO, HUEVO, HIERBAS E HIGADO DE RES O DE POLLO.

- ¿Cómo podemos preparar el hígado? **VER RECETAS EN LA SECCION DEL ROTAFOLIO** (página 17).

- ¿Qué puede hacer usted para poner en práctica este consejo?

PASO 6 REFORZAMIENTO Y DESPEDIDA

El promotor o voluntario debe procurar hacer un resumen de la comunicación, reforzando los principales mensajes dados y lo que la madre va a hacer. En la despedida, el promotor le avisará a la madre cuándo la visitará de nuevo para darle seguimiento.

TEMA 6

LA MADRE NECESITA AYUDA
(Láminas 10 y 11 de las tarjetas)

Es bueno que participen las mujeres grandes (abuelas) y los padres de familia, si están en casa cuando se haga la visita.

PASO 1. SALUDO A LA MADRE

Al llegar a la casa, salude a la madre con amabilidad y respeto. Sonría. Como parte del saludo pregúntele a la madre por la salud de los niños. Averigüe quién, además de la madre, cuida al niño menor y diríjale estos consejos.

PASO 2. ESCUCHE A LA MADRE

Es muy importante escuchar lo que la madre diga sobre el cuidado del niño y lo que come para saber cuáles son los consejos o recomendaciones más apropiados para ella y su niño.

PASO 3. PREGUNTAS MOTIVADORAS

- ¿Quiénes pueden ayudar a la madre en la alimentación del niño pequeño?

- ¿Cómo pueden ayudar?

MOSTRAR LAMINA 10

- ¿Qué ve en este dibujo?

- ¿Quién le está ayudando a la madre? ¿Como le está ayudando?

- Lo que se ve en el dibujo ¿a veces pasa aquí?

PASO 4. MENSAJES CLAVES

- A veces a los niños los cuidan sus abuelas, hermanas mayores u otras personas. Ellas deben ayudar a la madre a que el niño coma bien.

- Además de otras comidas, el niño de seis a 12 meses debe comer una comida con

vitamina A cada día, como zanahoria, güicoy sazón o ayote, camote anaranjado, plátano maduro, huevo, hierbas o hígado de pollo o res.

- Las madres y otras personas encargadas de la alimentación del niño deben procurar darle una comida con vitamina A cada día.

MOSTRAR LAMINA 11

- El padre de familia también debe ayudar, cultivando hierbas en su milpa. Cuando sale al monte puede traer hierbas para que coma el niño y el resto de la familia. A veces puede comprar huevos o hígado de pollo o res.

- Los miembros de la familia también pueden ayudar en el cultivo de huertos familiares, escolares y comunales con productos ricos en vitamina A.

- Los miembros de la familia pueden ayudar, promoviendo el consumo de alimentos ricos en vitamina A.

- El padre puede darle de comer al niño con cariño y paciencia.

PASO 4o. DEMOSTRACION

- Si en ese momento la madre estuviera cocinando alguno de los alimentos ricos en vitamina A, puede preparar alguna de las recetas incluidas en la sección del rotafolio.

PASO 5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

- ¿Quiénes pueden ayudar a las madres en la alimentación del niño pequeño? EL PADRE, LAS ABUELAS, HERMANOS, OTROS.

- ¿Cómo pueden ayudar estas personas? PREPARANDO COMIDAS CON VITAMINA A, LLEVANDO A LA CASA COMIDAS CON VITAMINA A.

- ¿Qué va a hacer usted para poder seguir este consejo? ¿A quién le pedirá ayuda? ¿Qué ayuda le pedirá?

PASO 6 REFORZAMIENTO Y DESPEDIDA

El promotor o voluntario debe procurar hacer un resumen de la comunicación, reforzando los principales mensajes dados y lo que la madre va a hacer. En la despedida, el promotor le avisará a la madre cuándo la visitará de nuevo para darle seguimiento.

Grabaciones

INSTRUCCIONES PARA USO DE LAS GRABACIONES

Esta sección de la guía contiene el libreto del material grabado en seis cuñas y seis microprogramas con los siguientes mensajes básicos:

■ Lactancia materna	0-6 meses	Cuña No. 1/Microprograma No. 1
■ Zanahoria	6 meses	Cuña No. 2/Microprograma No. 2
■ Huevo	6 meses	Cuña No. 3/Microprograma No. 3
■ Hierbas	9 meses	Cuña No. 4/Microprograma No. 4
■ Hígado	12 meses	Cuña No. 5/Microprograma No. 5
■ Papá colaborando		Cuña No. 6/Microprograma No. 6

El contenido de estas cuñas y microprogramas es el mismo que el de los seis temas que acompañan al rotafolio y a las tarjetas demostrativas o de consejos sobre vitamina A. Cada uno de los temas se puede transmitir individualmente, en el orden que aparecen. Este material puede facilitar la traducción de los mensajes a los idiomas mayas.

Como las cuñas son más cortas, deben usarse de preferencia en:

- Radio
- Mercados
- Carros con altoparlante
- Ferias de pueblo, ferias de salud

Como los microprogramas son más largos, deben utilizarse de preferencia en:

- Charlas educativas con grupos o audio debate
- Salas de espera
- Dramatizaciones (en sociodrama)
- Con títeres

Cuando las cuñas se utilicen para la radio, puede introducirse una cuña diferente cada dos meses, hasta cumplir los 12 meses. Para que las cuñas de radio sean efectivas, deben pasarse varias veces (5-10) al día y en los momentos en que las madres oyen esa estación de radio. Además, se debe monitorear y evaluar este proceso para asegurarse que los mensajes están siendo transmitidos y que las madres los están escuchando. En el Apéndice 2 se incluye información adicional sobre monitoreo y evaluación.

Cuando las grabaciones se utilicen durante charlas educativas, las secciones de la guía sobre el uso del rotafolio y las tarjetas demostrativas pueden servirle para obtener más ideas sobre cómo usar el material grabado.

TEMA 1

LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA PARA EL NIÑO DE CERO A SEIS MESES DE EDAD
(Cuña 1)

■ CONTROL: (Introduce jingle, baja y desaparece. Introduce efectos, risas y gorgogeos de bebé y madre respondiéndole).

- **ROSA:** Su niño si que está hermoso y bien alentado, Carmen.

- **CARMEN:** Gracias Rosa, es que **yo como todos los días algo que tenga vitamina "A"**: huevo, zanahoria, plátano, hígado o hierbas, por eso es que lo ven tan sano.

- **ROSA:** ¿Y qué tiene que ver con el niño que usted coma todo eso?

- **CARMEN:** Es que le doy de mamar y el doctor me dijo que **la vitamina que yo como le pasa al niño en la leche.**

  Por mi niño y también por mí, yo como todos los días alguna comida con vitamina "A".

■ CONTROL: (Introduce jingle, baja y desaparece)

Tiempo: **34" (sin jingle)**

TEMA 2

PURE DE ZANAHORIA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD
(Cuña 2)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece. Introduce efecto de voces de bebé y cubiertos sonando sobre un plato).

- **PAPA:** ¿Y qué estás haciendo, mujer? ¿Eso le vas a dar de comer al bebé?

- **MAMA:** Claro que sí, **puré de zanahoria es lo que necesita ahora que ya tiene seis meses**, además de panito y frijoles.

- **PAPA:** ¿Y como sabés eso?

- **MAMA:** Me lo dijo la seño del centro de salud, dice que **la zanahoria tiene vitamina "A"**, que es buena para que no se enferme y si se enferma para que no le dé tan duro.

- **PAPA:** ¡Ah! Entonces vamos a darle zanahoria y mejor me fijo como se prepara, así te puedo ayudar.

- **MAMA:** Yo te enseño, porque me dijeron que debemos darle una comida con vitamina "A" cada día.

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

Tiempo: 36"

TEMA 3

YEMA DE HUEVO PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD
(Cuña 3)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

- **MAMA:** ¿Y qué más le puedo dar de comer a mi hijita doctor?

- **DOCTOR:** Como ya tiene seis meses, además del pecho y otras comidas, debe comer comidas que tengan vitamina "A".

- **MAMA:** ¿Cómo cuáles doctor?

- **DOCTOR:** Pues como el puré de zanahoria y **el huevo, al menos tres veces por semana. El huevo tiene mucha vitamina "A".**

- **MAMA:** ¿Y para qué sirve la vitamina "A", Doctor?

- **DOCTOR:** Es buena para la salud del niño chiquito. Evita que el niño se enferme gravemente. Las enfermedades le dan más suaves a los niños que comen comidas con vitamina "A".

- **MAMA:** Ya va a ver doctor como se va a poner de chula mi niña, desde hoy le voy a dar huevo y otras comidas que tengan vitamina "A".

- **DOCTOR:** ¡La felicito porque la salud de sus hijos es lo más importante!

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

Tiempo: 44"

TEMA 4

HIERBA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS NUEVE MESES DE EDAD
(Cuña 4)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece. Introduce efecto de cubiertos sonando sobre un plato).

(Sirve y da recomendaciones a los niños)

- **MAMA:** Manuel, Manuelito, comete el chipilín que te va a caer bien.

- **MANUEL:** Si mamá, horita me lo como.

- **MAMA:** Rosita, tu también.

- **ROSITA:** Si mamá, yo también me lo voy a comer.

- **ABUELA:** ¿Y al bebé también le vas a dar hierbas? Eso es muy pesado para él, dale sólo el caldito.

- **MAMA:** No, el doctor me dijo que **desde los nueve meses, además del pecho se le debe dar hierbas** siempre que hagamos en la casa.

- **ABUELA:** ¿Así? ¿Y si le caen mal?

- **MAMA:** Dice el doctor que no le van a caer mal, al contrario, dice que **las hierbas tienen mucha vitamina "A"** y que son muy buenas para los niños.

- **ABUELA:** Bien dicen que cada día se aprende algo nuevo. Yo les voy a dar hierbas a los niños cuando se queden conmigo, ya que son tan buenas y no cuestan mucho.

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

Tiempo: 1.05"

TEMA 5

HIGADO DE POLLO O RES PARA EL NIÑO DE 12 MESES DE EDAD
(Cuña 5)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

- **PAPA:** ¿Qué estás cocinando?

- **MAMA:** Hígado de pollo.

- **PAPA:** ¿Eso vamos a comer?

- **MAMA:** Sí, pero éste lo estoy haciendo para el bebé.

- **PAPA:** ¿Y será que se lo puede comer?

- **MAMA:** Claro que sí, **los niños después de un año ya deben comer de todo. Pero lo más importante es que el hígado de res o de pollo, tiene mucha vitamina "A"** que ellos necesitan para estar sanos.

- **PAPA:** Yo no sabía que fuera tan bueno. La próxima vez que vea hígado, te voy a traer para los niños.

  Y... que bien huele el hígado que estás cocinando.

- **MAMA:** Mmm. (saboreándose)

  Quedó riquísimo... Ya lo vas a probar tú también.

■ CONTROL: (Jingle en fade in).

■ CONTROL: (Jingle sube, baja y desaparece).

Tiempo: 37"

TEMA 6

LA MADRE NECESITA AYUDA
(Cuña 6)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece. Efecto de puerta que se abre y cierra de golpe, pasos fuertes).

(Descargando lo que trae en su mochila)

- **PAPA:** Ya vine, Juana.

- **MAMA:** (Cariñosa) ¿Qué tal? ¿Cómo te fue?

- **PAPA:** Muy bien, traje unas hierbas que encontré en el monte cuando venía para acá.

- **MAMA:** A ver... qué alegre, **el macuy o hierbamora** es muy buena para los niños, **tiene mucha vitamina "A".**

- **PAPA:** Yo me acordé que el otro día me lo dijiste. Así que ahora **cada vez que salgo al monte busco alguna hierba** que pueda traer a la casa, a veces hay chipilín, otras veces encuentro bledo.

- **MAMA:** ¡Qué bueno! Todas son buenas para nuestros hijos pequeños y para mi también.

- **PAPA:** Yo siempre pienso en la salud de todos.

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

Tiempo: 38"

TEMA 1

LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA PARA EL NIÑO DE CERO A SEIS MESES DE EDAD
(Microprograma 1)

■ CONTROL: (Introduce característica, sube, baja y desaparece. Introduce música de ambientación, sube, baja y desaparece).

- **LOCUTOR:** Las madres que le dan el pecho a sus niños saben que les ayudará a crecer con seguridad, cariño y también con salud.

- **LOCUTORA:** **La leche materna es el mejor alimento que puede darse a un niño desde que nace hasta los cuatro o seis meses.**

- **LOCUTOR:** **La leche materna tiene toda la vitamina "A"** que necesita un niño pequeño. Cuando la madre está bien alimentada, **toda la vitamina que ella come pasa a su niño en la leche.**

- **LOCUTORA:** Por eso **las madres que están dando de mamar, deben comer cada día alguna comida que tenga vitamina "A".**

- **LOCUTOR:** Las hierbas, los huevos, el hígado de res o de pollo y las zanahorias tienen mucha vitamina "A".

- **LOCUTORA:** Es importante que desde el embarazo las madres coman comidas con vitamina "A" porque la primera leche que baja al nacer el niño, una que se ve algo amarillenta tiene mucha vitamina "A". Por eso es bueno que el niño mame inmediatamente después de nacer.

- **LOCUTOR:** Vamos a escuchar lo que sabe una madre sobre la vitamina "A".

■ CONTROL: Introduce Spot No. 1 (Lactancia).

■ CONTROL: (Introduce jingle, baja y desaparece. Introduce efectos, risas y gorgogeos de bebé y madre respondiéndole).

- **ROSA:** Su niño si que está hermoso y bien alentado, Carmen.

- **CARMEN:** Gracias Rosa, es que **yo como todos los días algo que tenga vitamina "A"**: huevo, zanahoria, plátano, hígado o hierbas, por eso es que lo ven tan sano.

- **ROSA:** ¿Y qué tiene que ver con el niño que usted coma todo eso?

- **CARMEN:** Es que le doy de mamar y el doctor me dijo que **la vitamina que yo como le pasa al niño en la leche.**

  Por mi niño y también por mí, yo como todos los días alguna comida con vitamina "A".

■ CONTROL: (Introduce jingle, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:** **Nuestra leche con vitamina "A"**, ayuda a nuestros hijos, a que no se enfermen tan fuerte ni tan seguido con asientos y enfermedades respiratorias. Les ayuda a tener buena vista.

- **LOCUTOR:** También les ayuda a que les dé hambre y coman bien. Les ayuda a crecer sanos y felices!

- **LOCUTORA:** Vamos a **comer cada día alguna comida que tenga vitamina "A"**, como las hierbas, los huevos.

- **LOCUTOR:** Como el plátano maduro, el hígado de res o de pollo, la papaya y el mango maduro.

- **LOCUTORA:** Por nosotras y nuestros niños, vamos a comer bien para que **nuestra leche tenga vitamina "A".**

- **LOCUTOR:** Y recuerde, con vitamina "A" cada día, su niño tendrá salud y alegría.

■ CONTROL: (Introduce característica final, sube, baja y desaparece)

Tiempo: 3'16"

TEMA 2

PURE DE ZANAHORIA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD

(Microprograma 2)

■ CONTROL: (Introduce característica, sube, baja y desaparece. Introduce música de ambientación, sube, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:** Cuantas veces hemos visto a nuestros niños sin hambre, que no tiene ganas de comer, que se enferman fácilmente.

- **LOCUTOR:** Muchos niños en nuestro país sufren de enfermedades del estómago y los pulmones. Con mucha facilidad les da diarrea o bronquitis varias veces en un año y además, les da muy fuerte, apenas si logran sobrevivir.

- **LOCUTORA:** ¿Por qué nos pasa esto? ¿Qué hace que nuestros niños se enfermen tanto?

- **LOCUTOR:** Muchas de las enfermedades de los niños pequeños son más fuertes, cuando les falta vitamina "A".

- **LOCUTORA:** La vitamina "A" viene en las comidas que damos a nuestros hijos y es muy importante para la buena salud y su crecimiento.

- **LOCUTOR:** Las comidas que tienen vitamina "A" son fáciles de conseguir. Por ejemplo, **la zanahoria tiene mucha vitamina "A".** Vamos a escuchar lo que dice una madre sobre la zanahoria.

■ CONTROL: Introduce Spot No. 2 (Zanahoria)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece. Introduce efecto de voces de bebé y cubiertos sonando sobre un plato).

- **PAPA:** ¿Y qué estás haciendo, mujer? ¿Eso le vas a dar de comer al bebé?

- **MAMA:** Claro que sí, **puré de zanahoria es lo que necesita ahora que ya tiene seis meses**, además de panito y frijoles.

- **PAPA:** ¿Y como sabés eso?

- **MAMA:** Me lo dijo la seño del centro de salud, dice que **la zanahoria tiene vitamina "A"**, que es buena para que no se enferme y si se enferma para que no le dé tan duro.

- **PAPA:** ¡Ah! Entonces vamos a darle zanahoria y mejor me fijo como se prepara, así te puedo ayudar.

- **MAMA:** Yo te enseño, porque me dijeron que debemos darle una comida con vitamina "A" cada día.

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:** Para preparar la zanahoria del bebé, no tiene que gastar más fuego, oiga estos consejos: Puede cocerla dentro de la olla de los frijoles. Si su niño es pequeño, se machuca para hacer un puré y si su niño es un poco más grande, puede dársela en pedacitos.

- **LOCUTOR:** Un niño pequeño, de unos seis meses de edad, necesita menos de una zanahoria y conforme va creciendo, usted puede aumentar la cantidad.

- **LOCUTORA:** Procure dar a su niño alguna comida con vitamina "A" cada día, de ese modo se enfermará menos y si se enferma, no le va a dar tan fuerte.

- **LOCUTOR:** Algo de vitamina "A" cada día, a sus niños les da salud y alegría.

■ CONTROL: (Introduce característica final, sube, baja y desaparece).

Tiempo: 3.14"

TEMA 3

YEMA DE HUEVO PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS SEIS MESES DE EDAD
(Microprograma 3)

■ CONTROL: (Introduce característica de presentación, sube, baja y desaparece. Introduce música de ambientación TEX MEX suave).

- **LOCUTOR:** La falta de vitamina "A" es un problema muy serio para los niños.

- **LOCUTORA:** A los niños a quienes les falta vitamina "A" se enferman fácilmente de asientos, de tos y si les da el sarampión, les da más fuerte.

- **LOCUTOR:** El sarampión puede causar la muerte de niños que no se hayan vacunado ni alimentado bien.

■ CONTROL: (Introduce cortina musical, fragmento TEX MEX agil).

- **LOCUTORA:** Desde los seis meses de edad, además del pecho, un niño necesita comer. Puede comer pan, tortilla, frijoles colados y alimentos que tengan vitamina "A".

- **LOCUTOR:** Escuchemos ahora las recomendaciones del médico.

■ CONTROL: Introduce Spot No.3 (Huevo)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

- **MAMA:** ¿Y qué más le puedo dar de comer a mi hijita doctor?

- **DOCTOR:** Como ya tiene seis meses, además del pecho y otras comidas, debe comer comidas que tengan vitamina "A".

- **MAMA:** ¿Cómo cuáles doctor?

- **DOCTOR:** Pues como el puré de zanahoria y **el huevo, al menos tres veces por semana. El huevo tiene mucha vitamina "A".**

- **MAMA:** ¿Y para qué sirve la vitamina "A", Doctor?

- **DOCTOR:** Es buena para la salud del niño chiquito. Evita que el niño se enferme gravemente. Las enfermedades le dan más suaves a los niños que comen comidas con vitamina "A".

- **MAMA:** Ya va a ver doctor como se va a poner de chula mi niña, desde hoy le voy a dar huevo y otras comidas que tengan vitamina "A".

- **DOCTOR:** ¡La felicito porque la salud de sus hijos es lo más importante!

■ CONTROL: Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

■ CONTROL: (Introduce música de ambientación).

- **LOCUTORA:** **A los seis meses de edad, además de la leche materna y de otras comidas, los niños deben comer huevo, al menos tres veces por semana.**

- **LOCUTOR:** **El huevo tiene mucha vitamina "A"** y hay que aprovechar que a los niños les gusta.

- **LOCUTORA:** El huevo se les puede dar duro y para no gastar más fuego, puede cocerse en la olla del caldo o de los frijoles. También se les puede dar revuelto, estrellado, con chirmol...

- **LOCUTOR:** En fin, las madres saben muchas formas de cocinar el huevo y que quede sabroso, según la edad del niño.

- **LOCUTORA:** **Las abuelas también pueden ayudar a preparar el huevo** en forma sabrosa para los niños pequeños, aprovechando toda su experiencia como madres y ahora como abuelas.

- LOCUTOR: **Los papás, pueden ayudar trayendo a casa huevos** siempre que puedan.

- **LOCUTORA:** Es importante que todos ayudemos a que nuestros niños crezcan sanos y felices.

- **LOCUTOR:** Usted puede evitar que sus niños enfermen gravemente.

- **LOCUTORA:** Recuerde: Algo de vitamina "A" cada día a sus niños dará salud y alegría.

■ CONTROL: (Introduce característica final, sube, baja y desaparece).

Tiempo: 3.40"

TEMA 4

HIERBA PARA EL NIÑO A PARTIR DE LOS NUEVE MESES DE EDAD
(Microprograma 4)

■ CONTROL: (Introduce característica de presentación, sube, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:** La vitamina "A" es muy importante para la buena salud de los niños pequeños.

- **LOCUTOR:** Ayuda a que los niños pequeños no se enfermen y si se enferman, a que no sea tan grave.

- **LOCUTORA:** Es verdad, si los niños enferman gravemente pueden morir. Pero si su cuerpo tiene suficiente vitamina "A", pueden resistir mejor la enfermedad.

- **LOCUTOR:** Pero lo mejor de la vitamina "A" es que no hace falta comprarla en la farmacia, todos los días puede usted tenerla en su cocina.

- **LOCUTORA:** Escuchemos por ejemplo:

■ CONTROL: Introduce Spot No. 4 (Hierbas)

■ CONTROL: (Introduce jingle. sube, baja y desaparece. Introduce efecto de cubiertos sonando sobre un plato).

(Sirve y da recomendaciones a los niños)

- **MAMA:** Manuel, Manuelito, comete el chipilín que te va a caer bién.

- MANUEL: Si mamá, horita me lo como.

- MAMA: Rosita, tu también.

- **ROSITA:** Si mamá, yo también me lo voy a comer.

- **ABUELA:** ¿Y al bebé también le vas a dar hierbas? Eso es muy pesado para él, dale sólo el caldito.

- **MAMA:** No, el doctor me dijo que **desde los nueve meses, además del pecho se le debe dar hierbas** siempre que hagamos en la casa.

- **ABUELA:** ¿Así? ¿Y si le caen mal?

- **MAMA:** Dice el doctor que no le van a caer mal, al contrario, dice que **las hierbas tienen mucha vitamina "A"** y que son muy buenas para los niños.

- **ABUELA:** Bien dicen que cada día se aprende algo nuevo. Yo les voy a dar hierbas a los niños cuando se queden conmigo, ya que son tan buenas y no cuestan mucho.

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:**	Como nos dijeron en esta historia, podemos dar **vitamina "A" a los niños si les damos a comer hierbas.**
- **LOCUTOR:**	**Las hierbas de hojas verde oscuro** como el macuy o hierbamora, el quilete, el chipilín, el bledo y otras, **tienen mucha vitamina "A".**
- **LOCUTORA:**	**Pasaditos los seis meses de edad, además de la leche materna y otras comidas, el niño debe comer hierbas** desechas, siempre que hayan en la casa.
- **LOCUTOR:**	Muchas personas piensan que en el caldo en que se cocen las hierbas es donde está todo el alimento. Se puede tomar el caldo, pero hay que comer también las hierbas para que nos den toda su vitamina.
- **LOCUTORA:**	A los niños chiquitos se les deben deshacer las hierbas con un tenedor o con un machucador o hasta en la piedra de moler. A los niños más grandecitos se les pueden dar picadas.
- **LOCUTOR:**	Muchos de nosotros comemos hierbas pero no siempre les damos a los niños pequeños.
- **LOCUTORA:**	Si los niños comen hierbas u otra comida con vitamina "A" como zanahoria, plátano maduro, mango maduro, van a crecer más sanos y felices.
- **LOCUTOR:**	Sí, la vitamina "A" ayuda a proteger a los niños de las enfermedades y a su buen crecimiento.
- **LOCUTORA:**	**Cada vez que el papá o alguien de la familia vaya al monte, debe tratar de conseguir alguna hierba.**
- **LOCUTOR:**	**Todos podemos ayudar a que los niños coman más comidas con vitamina "A": los papás, las abuelas y los hijos más grandes,** consiguiendo hierbas, aprendiendo a prepararlas y dándoselas a los pequeños.
- **LOCUTORA:**	Porque la salud de los niños es lo más importante. Algo de vitamina "A" cada día, nos da salud y alegría.

■ CONTROL: (Introduce característica final, fade in, fade out). Tiempo: 4'09"

TEMA 5

HIGADO DE POLLO O RES PARA EL NIÑO DE 12 MESES DE EDAD
(Microprograma 5)

■ CONTROL: (Introduce característica, sube, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:**	La vitamina "A" es algo que tienen algunas comidas.
- **LOCUTOR:**	Muchas veces creemos que las vitaminas solo las venden en las farmacias y que son muy caras. Pero la verdad es que se encuentran en la comida de todos los días.
- **LOCUTORA:**	La vitamina "A", por ejemplo, se encuentra en comidas como el huevo, el hígado de res o de pollo.
- **LOCUTOR:**	También en las zanahorias, el plátano maduro, el mango maduro y el güicoy sazón.
- **LOCUTORA:**	Es muy importante dar comidas con vitamina "A" a los niños pequeños porque les ayuda a crecer sanos, sin enfermedades graves.
- **LOCUTOR:**	A algunos niños les da tos o asientos muy seguido. También, les dan otras enfermedades, como el sarampión, tan fuertes que no resisten y mueren.
- **LOCUTORA:**	Hay niños que no ven bien de noche por falta de vitamina "A" y alguno podría quedar ciego.
- **LOCUTOR:**	A los niños que sufren tantas enfermedades, les hace falta comer comidas con vitamina "A".
- **LOCUTORA:**	Oigamos el siguiente ejemplo:

■ CONTROL: Introduce Spot No. 5 (Hígado)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

- **PAPA:** ¿Qué estás cocinando?

- **MAMA:** Hígado de pollo.

- **PAPA:** ¿Eso vamos a comer?

- **MAMA:** Sí, pero éste lo estoy haciendo para el bebé.

- **PAPA:** ¿Y será que se lo puede comer?

- **MAMA:** Claro que sí, **los niños después de un año ya deben comer de todo.** Pero lo más importante es que **el hígado de res o de pollo, tiene mucha vitamina "A"** que ellos necesitan para estar sanos.

- **PAPA:** Yo no sabía que fuera tan bueno. La próxima vez que vea **hígado, te voy** a traer para los niños.

  Y... que bien huele el hígado que estás cocinando.

- **MAMA:** Mmm. (saboreándose)

  Quedó riquísimo... Ya lo vas a probar tú también.

■ CONTROL: (Jingle en fade in).

■ CONTROL: (Jingle sube, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:** Así que **cuando el niño cumple un año, además de la leche materna, ya debe comer de todo lo que come la familia.**

- **LOCUTOR:** **Una vez por semana, al niño de un año debemos darle a comer hígado de res o de pollo. Estas comidas tienen mucha vitamina "A".**

- **LOCUTORA:** Otras comidas que tienen mucha vitamina "A" y que ayudan a mantener la salud de nuestros niños son el huevo, la zanahoria, el plátano maduro.

- **LOCUTOR:** El hígado queda sabroso cuando se prepara con cariño para los niños.

- **LOCUTORA:** Puede prepararse asado en el comal, frito en aceite, en caldo, en arroz, en fin ..., con seguridad usted sabe alguna forma sabrosa de cocinar el hígado de pollo o res.

- **LOCUTOR:** **Toda la familia puede colaborar en preparar o servir estos alimentos.** La salud de los niños les interesa al papá y a la mamá por igual.

- **LOCUTORA:** También pueden ayudar las abuelas, las tías o tíos, las hermanas o hermanos mayores.

- **LOCUTOR:** Recuerde que si quiere que a sus hijos pequeños no les dé una enfermedad grave, debe darles algo de vitamina "A" cada día.

■ CONTROL: (Introduce característica final).

Tiempo: 3'46"

TEMA 6

LA MADRE NECESITA AYUDA
(Microprograma 6)

■ CONTROL: (Introduce característica fade in, fade out, en fade entra canción TEX MEX que habla de amor, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:**	Es cierto, el amor da sentido a nuestra vida. Ahora mismo pienso en que amo tanto a mis hijos que me interesa su salud y bienestar.
- **LOCUTOR:**	Yo creo que a todos los padres y madres nos pasa lo mismo. Pero aún así, hay muchos niños que se enferman gravemente del estómago y de los pulmones.
- **LOCUTORA:**	Lo que pasa es que muchos padres y madres no saben que si sus hijos comen una comida con vitamina "A" cada día, pueden evitar que se enfermen de gravedad.
- **LOCUTOR:**	Por eso hoy vamos a hablar de la vitamina "A" y para qué sirve. También vamos a decir donde la encontramos.

■ CONTROL: (Introduce un pequeño puente musical).

- **LOCUTORA:**	La vitamina "A" es algo que tienen algunas comidas. Por ejemplo: la zanahoria, el güicoy sazón, las hierbas y el hígado de res o pollo tienen mucha vitamina "A".
- **LOCUTOR:**	La vitamina "A" sirve para que los niños no se enfermen tan fuerte, porque ayuda a que todo el cuerpo funcione bien. Especialmente ayuda a que el estómago y los pulmones se mantengan sanos.
- **LOCUTORA:**	Por eso escuche bien qué alimentos con vitamina "A" puede darle a sus hijos.
- **LOCUTOR:**	**Por lo menos tres veces a la semana, los niños más pequeños deben comer huevo. El huevo tiene vitamina "A".**
- **LOCUTORA:**	**Por lo menos una vez a la semana los niños de un año deben comer hígado de res o de pollo que tienen mucha vitamina "A".** Además, tienen vitamina "A" algunas frutas como el plátano maduro y el mango maduro.
- **LOCUTOR:**	Cada día, usted papá, mamá, abuela, tía o tío, deben asegurarse que los niños pequeños coman alguna comida con vitamina "A". Escuchemos cómo podemos ayudar:

■ CONTROL: Introduce spot No. 6 (Papá colaborando)

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece. Efecto de puerta que se abre y cierra de golpe, pasos fuertes).

(Descargando lo que trae en su mochila)

- **PAPA:** Ya vine, Juana.

- **MAMA:** (Cariñosa) ¿Qué tal? ¿Cómo te fue?

- **PAPA:** Muy bien, traje unas hierbas que encontré en el monte cuando venía para acá.

- **MAMA:** A ver... qué alegre, **el macuy o hierbamora** es muy buena para los niños, **tiene mucha vitamina "A".**

- **PAPA:** Yo me acordé que el otro día me lo dijiste. **Así que ahora cada vez que salgo al monte busco alguna hierba** que pueda traer a la casa, a veces hay chipilín, otras veces encuentro bledo.

- **MAMA:** ¡Qué bueno! Todas son buenas para nuestros hijos pequeños y para mi también.

- **PAPA:** Yo siempre pienso en la salud de todos.

■ CONTROL: (Introduce jingle, sube, baja y desaparece).

- **LOCUTORA:** Con el amor de la mamá y el papá, nuestros niños pueden crecer más sanos y felices.

- **LOCUTOR:** Debemos tener mucho amor y cuidado por nuestra familia.

■ CONTROL: (Introduce característica final)

Tiempo: 3'26"

Apoyo a los medios

APENDICE 1

ALIMENTOS QUE TIENEN VITAMINA A

- **Hierbas verde obscuro** como el quilete, el chipilín, la acelga, el bledo, el berro y la espinaca.
- **Hojas** de rábano, remolacha y güicoy o ayote.
- **Verduras amarillas y anaranjadas** como el güicoy sazón o ayote y la zanahoria.
- **Otros alimentos** como el camote anaranjado y el plátano maduro.
- **Frutas amarillas y anaranjadas** como el mango maduro, el melón amarillo y la papaya.
- **Productos lácteos** como la leche, la crema y el queso duro.
- **Productos animales** como el huevo, el hígado de res y de pollo.
- **Productos fortificados** con vitamina A como el azúcar, la margarina y la Incaparina.

SINTOMAS Y SIGNOS DE DEFICIENCIA 0 FALTA DE VITAMINA A EN LOS NIÑOS

Signos en el ojo

- **Ceguera nocturna:** disminición de la visión y adaptación a la obscuridad
- **Xerosis conjuntival:** resequedad de una o varias secciones de la conjuntiva (parte blanca del ojo)
- **Manchas de "Bitot":** aparecimiento de material espumoso que cubre la parte seca de la conjuntiva (parte blanca del ojo) en forma parcial o total
- **Xerosis corneal:** lesión de la córnea (parte de color del ojo), que le da un aspecto brumoso y seco
- **Queratomalacia:** ulceración parcial o total de la córnea (parte de color del ojo)
- **Ceguera total** e irreversible

Otros síntomas

- Bajo **crecimiento** en los niños
- Alteraciones en el **desarrollo** de los niños
- Debilitamiento de las barreras que protegen el sistema digestivo, respiratorio y genital contra **infecciones**
- Debilitamiento de la capacidad de diversas células del cuerpo para combatir **infecciones**
- Aumento en la duración y severidad de las **complicaciones por sarampión**
- Afecta negativamente la adecuada **absorción de hierro**
- **Acné** (barros) en adolescentes y adultos
- Posibles alteraciones en el **equilibrio**, el **tacto** y el **olfato**

CAUSAS DE LA DEFICIENCIA 0 FALTA DE VITAMINA A

Falta de vitamina A en la dieta

- Los alimentos ricos en vitamina A pueden ser estacionales o caros
- Los alimentos ricos en vitamina A no se los dan a los niños chiquitos
- Los niños no reciben lactancia materna o les empiezan a dar otros alimentos antes de los cuatro a seis meses

Dieta inadecuada

- Dietas pobres en grasa, proteína, zinc o nutrientes esenciales necesarios para la absorción y utilización de la vitamina A

Enfermedades

- Diarrea prolongada
- Desnutrición proteínico-calórica
- Sarampión
- Infecciones respiratorias agudas
- Infecciones parasitarias

APENDICE 2

COMUNICACION SOCIAL

Comunicación

La comunicación en este tipo de proyectos está enfocada hacia el cambio en las conductas de las madres y de las personas que tienen influencia sobre ellas. Su propósito es lograr que más madres alimenten a los niños adecuadamente, con énfasis en la ingesta de alimentos de alto contenido en vitamina A.

La comunicación en este contexto se refiere a la información planificada, las actividades de motivación y educación, junto con la investigación y las actividades de capacitación, vigilancia y evaluación.

La comunicación también es el método a seguir para decidir cómo hacer llegar nuestros mensajes de manera más efectiva y debe incluir las decisiones de lo que se dirá, a quién y a través de qué canales de comunicación (interpersonales, impresos, trasmisión de radio o los medios de comunicación tradicionales).

¿Qué es la comunicación?

La comunicación se define como un **proceso** mediante el cual hay un intercambio de información entre dos personas o más para llegar a una comprensión y entendimiento mutuo. Las actividades de comunicación en un proyecto como el de consumo de vitamina A, dentro de este contexto, están dirigidas a enviar mensajes claros y convincentes a las madres y otras personas que cuidan a los niños. También pueden dirigir mensajes al personal de salud, escuelas y otros miembros de la comunidad, que pueden influir en las madres.

Estas actividades de comunicación son el resultado de una planificación cuidadosa, basada en **investigaciones en comunicación**. Esta es la clave para aplicar con éxito la comunicación. Esta guía proporciona información acerca de los productos y conductas que deberán fomentarse.

Sólo con esta información pueden realizarse las actividades de comunicación, los mensajes y los materiales que toman en cuenta las creencias y necesidades de las personas a las que este proyecto quiere llegar.

El diseño de un componente de comunicación efectivo para cualquier programa social, requiere que se sigan seis pasos básicos. Estos son interdependientes y deberán seguirse unos a otros en ciclos a lo largo de la vida del proyecto.

- **Investigación**
- **Planificación de las actividades de comunicación**
  - Objetivos de la comunicación
    - Acceso (al material o a un medio)
    - Exposición (a un mensaje)
    - Conocimiento (de un producto o de una habilidad)
    - Prueba (de una conducta)
    - Adopción (práctica continua de un comportamiento)
  - Utilización de varios canales de comunicación (diferentes medios)
- **Preparación de los materiales**
- **Prueba y revisión**
- **Ejecución del plan (diseño del mensaje)**
- **Monitoreo, evaluación y revisión**

A continuación se resumen los puntos principales del componente de comunicación:

- **El componente de comunicación debe estar coordinado con los demás elementos del programa.** No deberá crearse la demanda por los servicios o productos antes de tener la capacidad de ofrecer una distribución adecuada y operacional del servicio. Los diferentes puntos de la comunicación deberán planearse por anticipado y espaciarse adecuadamente en relación a cada uno y a los otros aspectos del programa.
- La comunicación depende, en gran medida, del **análisis de la audiencia.** La información de y sobre las audiencias meta, sus características, creencias y conductas actuales son necesarias para ayudar a modelar el programa global, así como el componente de comunicación. La investigación puede usar una variedad de métodos cualitativos y cuantitativos.
- Comunicarse significa compartir ideas y participar. Los medios a usarse deberán elegirse cuidadosamente, de acuerdo a sus funciones y fuerza y la audiencia a quien se dirigirán. Si ha de haber una verdadera comunicación, la **combinación de los medios** deberá permitir que la audiencia también pueda responder.
- Hay muchas maneras de diseñar un componente de comunicación. No todos los programas dependerán principalmente de la radio; no todos los programas tendrán un afiche o papelógrafo. Cada programa tendrá que analizar cuidadosamente su propia audiencia, establecer metas de comunicación que estén de acuerdo con el programa global y trabajar con los recursos locales.

(Fuente: Comunicación. Una guía para los responsables de los programas nacionales de control de las enfermedades diarreicas. **Planificación, administración y evaluación de las actividades de comunicación.** Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1987).

APENDICE 3

MONITOREO Y EVALUACION DEL PROYECTO

Introducción

Muchas veces, las personas involucradas en un proyecto (beneficiarios, personal implementador, supervisores y administradores) no tienen una comprensión clara de la naturaleza y alcances del proyecto. Sin embargo, esta información es crucial para llevar a cabo el monitoreo y la evaluación del proyecto.

Un cuadro "Hippopoc" (Beghin et al., 1991) es un instrumento descriptivo útil que proporciona una visión completa de los componentes principales de una intervención. Antes de iniciar actividades de monitoreo y evaluación es importante resumir todos los componentes de la intervención en un cuadro como el Hippopoc.

El Cuadro 1 es un cuadro Hippopoc que presenta un resumen de los componentes del proyecto de Materiales de Comunicación en Vitamina A "Una comida con vitamina A cada día, a su hijo da salud y alegría". El cuadro tiene cuatro columnas que contienen respectivamente la siguiente información:

- **Insumos:** Son los elementos que serán transformados por los procesos. Pueden ser humanos (beneficiarios, personal de la institución, etc.) institucionales, financieros, técnicos, materiales.

- **Procesos:** Son las transformaciones de los insumos en productos. Aquí se han considerado los procesos principalmente como la serie de actividades de capacitación que realizará el proyecto.

- **Productos:** Son los resultados inmediatos de las operaciones del proyecto, es decir, de las actividades de capacitación.

- **Resultados:** Son los cambios inducidos por las acciones del proyecto (capacitación) sobre la situación inicial. Nosotros hemos dividido estos resultados en: a) sociales y culturales que corresponden a los objetivos de cambio de conocimientos y prácticas esperados y b) epidemiológicos o biológicos que corresponderían a objetivos de mejoramiento del estado nutricional de vitamina A en los niños de 0-36 meses de edad.

CUADRO 1

RESUMEN DEL PROYECTO
"Una comida con vitamina A cada día, a su niño da salud y alegría"

INSUMOS	PROCESOS	PRODUCTOS	RESULTADOS SOCIAL/CULTURAL	RESULTADOS EPIDEMIOLOGICOS
<u>Humanos</u> ■ Beneficiarios: madres (especialmente embarazadas y lactantes con niños de cero a tres años) ■ niños < 3 años ■ Personal de salud y otros sectores ■ Personal ONG's <u>Institucionales</u> ■ Centros/puestos de salud ■ ONG's <u>Técnicos</u> ■ Manual "El diseño de actividades contra la deficiencia de la vitamina A en Guatemala" ■ Guía para capacitar en el uso del material gráfico (rotafolio y tarjetas) y grabado (cuñas y microprogramas) sobre vitamina A. <u>Financieros</u> ■ ONG's <u>Materiales</u> ■ Calendario ■ Rotafolio ■ Tarjetas demostrativas ■ Cassettes	■ Capacitación de multiplicadores (de los centros/puestos de salud y ONG's) ■ Capacitación de promotores y otros voluntarios ■ Capacitación de madres, abuelas, padres, niños en edad escolar	■ Personal multiplicador capacitado ■ Personal voluntario capacitado ■ Madres reciben consejos sobre aumento consumo alimentos ricos en vitamina A en niños, madres embarazadas y lactantes, en forma grupal e individual ■ Abuelas, padres y niños en edad escolar reciben consejos	■ Aumento en los conocimientos de personal y madres sobre importancia vitamina A, alimentos ricos en vitamina A, prácticas de alimentación y consumo de alimentos ricos en vitamina A en niños de cero a seis meses, seis a nueve meses, nueve a 12 meses, 12 meses y mayores ■ Aumento en el consumo de alimentos ricos en vitamina A: cero a seis meses lactancia exclusiva, seis a nueve meses zanahoria, plátano, yema de huevo, nueve a 12 meses hierba y huevo, 12 meses hígado de res o pollo	■ Mejoramiento en el estado nutricional de vitamina A en niños de seis a 36 meses de edad ■ Reducción en la severidad y duración de las enfermedades

Fuente: Beghin I. et al. (1991). **Guide to comprehensive evaluation of the nutritional aspects of projects and programs.** Working Paper No. 27. Anvers, Instituto de Medicina Tropical "Príncipe Leopoldo".

Monitoreo

El monitoreo en la comunicación social es un proceso de seguimiento del proyecto para saber si el mismo está involucrando a las personas indicadas, si está cumpliendo con las actividades planificadas y si éstas están teniendo los productos esperados. Por lo tanto, el monitoreo tiene que ver con las columnas de insumos, procesos y productos del Cuadro 1.

El monitoreo puede considerarse como un ciclo de cuatro pasos:

- **Recoger la información:** Esto incluye actividades de preguntar, observar y discutir en grupo para obtener información sobre las personas y otros recursos involucrados, las actividades desarrolladas, la forma en que se han desarrollado y los productos de las mismas.

- **Analizar la información:** Luego de recoger la información se debe analizar para descubrir qué aspectos del proyecto se están realizando como estaban planificados, cuáles no y la razón, estimar los logros o fracasos del proyecto a la fecha y listar opciones para corregir los problemas encontrados o para modificar la planificación futura.

- **Toma de decisiones:** Entre las opciones para corregir los problemas se debe escoger aquéllas más apropiadas y factibles de implementar.

- **Mejorar la intervención:** De la toma de decisiones se debe pasar a la acción implementando las medidas para corregir los problemas encontrados.

Evaluación

La evaluación de una intervención es una forma sistemática de determinar si la intervención ha alcanzado los objetivos fijados. Pueden haber evaluaciones formativas en distintas etapas del proyecto y evaluación final o sumativa al terminar el proyecto. Nos estaremos refiriendo a la evaluación final del Proyecto de Materiales en Vitamina A "Una comida con vitamina A cada día, a su hijo da salud y alegría".

La evaluación de una intervención de comunicación social se enfoca en el logro de los objetivos de comunicación establecidos en el plan operativo. Como la comunicación social está enfocada hacia el cambio en las conductas, los objetivos tienen que ver con los conocimientos y, especialmente, las prácticas que el proyecto espera influenciar en el grupo objetivo (Resultados A, en la tabla Hippopoc). Por lo general, en proyectos de comunicación social **no** se evalúan objetivos epidemiológicos o biológicos (Resultado B, en la tabla Hippopoc).

Los objetivos específicos de este proyecto los define cada ONG participante. Sin embargo, como se menciona en el Apéndice 2, habrán objetivos de:

- **Acceso o exposición** a los mensajes del proyecto,
- **Conocimiento** de los mensajes del proyecto,
- **Prueba** de las conductas que promueve el proyecto y
- **Práctica** continuada de las mismas conductas.

Los objetivos deben indicar claramente en cuánto tiempo se espera lograr qué. Los siguientes son algunos ejemplos de los objetivos establecidos por las ONGs participantes:

Después de 12 meses del programa:

- **Exposición**
  - 90% de las familias con un niño menor de tres años del área del proyecto tiene un calendario 1994 de la vitamina A en su casa.
  - 80% de las madres con niño menor de tres años que tienen radio ha escuchado algún mensaje sobre vitamina A en el radio.
  - 80% de la madres con niño menor de tres años del área del programa ha asistido a una sesión sobre vitamina A en el último mes.
- **Conocimientos**
  - 80% de las madres con un niño menor de tres años dice que un niño debe mamar exclusivamente hasta los cuatro a seis meses de edad.
  - 80% de las madres con un niño menor de tres años dice que un niño desde seis meses a tres años deberá comer una comida con vitamina A todos los días.
  - 80% de las madres con un niño menor de tres años menciona correctamente un alimento con vitamina A que le puede dar a su hijo menor de tres años.
  - 80% de las madres con un niño menor de tres años menciona correctamente dos funciones/para qué sirve la vitamina A.

- Prueba
  - 70% de los niños menores de tres años ya comen un alimento con vitamina A recomendado para su edad.
  - 70% de las madres han preparado una receta de comida rica en vitamina A recomendada para su niño menor de tres años.
- **Práctica continuada**
  - 60% de los niños menores de tres años comen todos los días un alimento con vitamina A.

Para evaluar los objetivos de la comunicación, lo más recomendable es llevar a cabo una encuesta de línea de base antes de iniciar la intervención y otra encuesta final 12 meses después de iniciada la intervención. Sin embargo, este ideal no es siempre factible de implementar. La opción discutida con las ONGs participantes fue la de incluir algunas preguntas relacionadas con la intervención de comunicación social en otras encuestas de evaluación de otros componentes de sus programas.

Los objetivos de práctica continuada son los más difíciles de evaluar. Sin embargo, algunas preguntas sobre frecuencia de consumo de alimentos en la semana anterior a la encuesta podrían ayudar. En todo caso, los datos recolectados como parte del monitoreo pueden ayudar a comprender mejor y complementan los datos de la evaluación.

En el Cuadro 2 se presenta un plan de monitoreo (seguimiento) del **Proyecto Materiales en Vitamina A, "una comida con vitamina A cada día, a su niño da salud y alegría"**. En el Cuadro 3 se presentan algunos indicadores de evaluación del mismo proyecto.

Monitoreo para la radio

Es importante asegurarse que los mensajes están siendo transmitidos en una forma en que las madres puedan oirlos y probar lo que se les está sugiriendo. Debe asegurarse que los mensajes están siendo transmitidos con la frecuencia que desea y durante las horas en que las madres los están escuchando. Para monitorear la transmisión de las cuñas, una persona debe oir la estación o estaciones de radio durante las horas en que se le ha solicitado a la estación que las pase. Esta persona debe tomar nota del número de veces que oye la cuña durante esas horas. Al final de este Apéndice se incluye un ejemplo de una guía de monitoreo.

Después de un período de tiempo, generalmente de tres a seis meses, se recomienda averiguar sobre lo que han escuchado y aprendido las madres de los mensajes para poder comprender qué cambios necesita hacer para mejorar la comunicación. Algunos se los aspectos que se deben tomar en cuenta son:

- ¿Las madres han **oido** las cuñas? ¿En qué estaciones las oyeron?
- ¿Qué **recuerdan** de lo que escucharon? ¿Qué han aprendido de las cuñas?
- ¿Están **haciendo** las madres lo que se les sugirió? ¿Por qué si o por qué no?

Evaluación para la radio

Estas son algunas de las preguntas que les podrían hacer en la encuesta de evaluación:

- ¿Tiene un radio que funcione en su hogar? Si no tiene, ¿escucha radio en algún otro lugar?
- ¿Ha oido algún mensaje sobre vitamina A en el radio? ¿Qué ha oido? ¿Qué decía el mensaje? ¿Qué le decía el mensaje que hiciera?
- ¿Ha escuchado algún mensaje en el radio sobre la alimentación del niño chiquito? ¿Qué ha escuchado? ¿Qué le decía el mensaje que hiciera?
- ¿Quién hablaba en el mensaje?
- ¿Ha seguido usted los consejos de los mensajes?
- ¿Puede completar esta frase? Lea parte del slogan o la canción y espere que la entrevistado la complete.

El tipo de evaluación que se lleve a cabo dependerá de los recursos humanos y económicos con que se cuente. Lo más importante de recordar es que se debe investigar sobre lo que piensa la comunidad para poder hacer los cambios necesarios a las cuñas y otras actividades, basándose en sus reacciones.

La forma más simple y menos costosa para obtener esta información es agregando las preguntas a otras investigaciones que ya se estén realizando. Sin embargo, si se cuenta con los recursos, es mejor que, además de una encuesta cuantitativa, se realice una evaluación cualtitativa, utilizando las técnicas de grupos focales y entrevistas individuales con madres.

CUADRO 2

PLAN DE MONITOREO (SEGUIMIENTO) DEL PROYECTO MATERIALES EN VITAMINA A EJEMPLO DEL PROYECTO PCI

MATERIAL	PREGUNTAS DE MONITOREO DE PROCESOS Y PRODUCTOS	RESPONSABLE
CALENDARIO ■ Para distribuidoras de suero SRO activas ■ Para supervisores de PAI	■ ¿Quién lo tiene? ■ ¿Dónde lo puso? ■ ¿Cómo está? (estado) ■ ¿Cómo se usa en la orientación sobre SRO? ■ ¿Cómo se usa en la orientación sobre PAI y crecimiento del niño?	Supervisores de CED
ROTAFOLIO ■ Para supervisores	■ ¿Quiénes han sido capacitados en su uso? ■ ¿Cuántas personas han sido capacitadas en forma grupal? ■ ¿Cómo están haciendo uso del material?	Coordinadora
TARJETAS ■ Para distribuidores	■ ¿Quiénes han sido capacitados en su uso? ■ ¿Cuántas personas han recibido la orientación con tarjetas? ■ ¿Cómo están haciendo uso del material?	Supervisores
CUÑAS Y MICROPROGRAMAS GRABADOS	■ ¿Quiénes han sido capacitados en su uso? ■ ¿Cuántas personas han escuchado? ■ ¿Cómo se está usando el material? ■ ¿Las madres han oído las cuñas? ¿En qué estaciones las oyeron? ■ ¿Qué recuerdan de lo que escucharon? ¿Qué han aprendido de las cuñas? ■ ¿Están haciendo las madres lo que se les sugirió? ¿Por qué si o por qué no?	Coordinadora

TECNICAS:

- Revisión documental y registros que lleva el personal
- Observación directa
- Entrevista informal o discusión de grupo

CUADRO 3

PLAN DE EVALUACION DEL PROYECTO DE MATERIALES EN VITAMINA A

"Una comida con vitamina A cada día, a su niño da salud y alegría"

EJEMPLO DE INDICADORES

EXPOSICION	CONOCIMIENTOS	PRUEBA
■ No. de promotores y voluntarios capacitados ■ No. de madres que han recibido mensajes básicos en charlas ■ No. de madres que han recibido mensajes básicos en visita domiciliaria ■ No. de madres que tienen un calendario	■ No. de madres que identifican vitamina A como importante para la salud del niño ■ No. de madres que dicen que un niño menor de 3 tres años debe comer una comida con vitamina A cada día ■ No. de madres que dicen que un niño de 6 a 9 meses puede empezar a comer zanahoria, plátano, huevo ■ No. de madres que dicen que un niño de 9 a 12 meses ya puede comer alguna hierba verde obscuro Etc.	■ No. de niños de 0-4 meses que están mamando exclusivamente ■ No. de niños de 6-9 meses que ya comen zanahoria ■ No. de niños de 6-9 meses que ya comen yema de huevo/huevo ■ No. de niños de 9-12 meses que ya comen alguna hierba verde obscuro ■ No. de niños de 12 meses a 3 años que ya comen hígado de res o pollo ■ No. de niños de 6 meses a 3 años que el día anterior comieron un alimento rico en vitamina A Etc.

EJEMPLO
HOJA DE MONITOREO DE CUÑAS DE RADIO

NOMBRE DEL MONITOR: _____

ESTACION MONITOREADA: _____

FECHA EN QUE ESCUCHO: _____

HORAS EN QUE ESCUCHO: _____

HORA	CUÑA 1	2	3	4