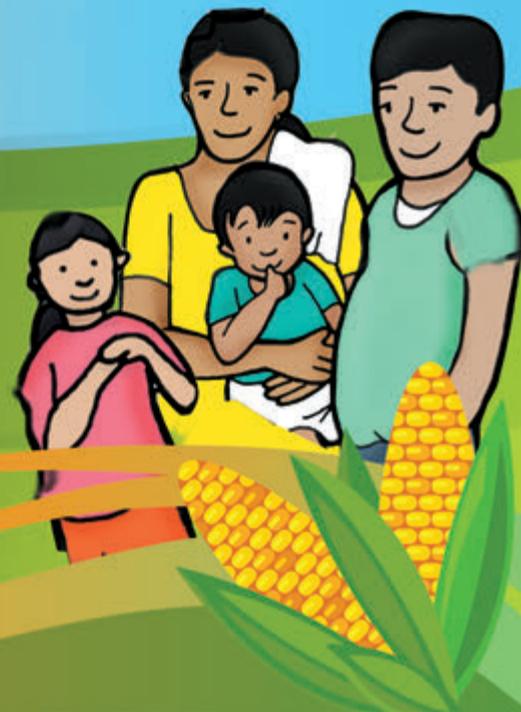




# Atendiendo la Nutrición en Situaciones de Emergencia Fortalecimiento del Liderazgo Comunitario



*Dirigido a líderes y lideresas comunitarios de  
Municipios del Corredor Seco de Guatemala*



# Atendiendo la Nutrición en Situaciones de Emergencia

## Fortalecimiento del Liderazgo Comunitario



*Dirigido a líderes y lideresas comunitarios de  
Municipios del Corredor Seco de Guatemala*

MDE/194

SESAN/UNICEF/INCAP. Atendiendo la nutrición en situaciones de emergencia. Fortalecimiento del liderazgo comunitario. Guatemala. 2015.

Ilus, tab, 124 p.

I. NUTRICIÓN 2. FORMACIÓN RECURSOS HUMANOS 3. GUÍAS Y MANUALES  
4. LIDERAZGO 5. GESTIÓN DE RIESGO 6. EMERGENCIAS

ISBN: 978-9929-701-01-4

El contenido de este material puede ser reproducido sin autorización de los autores, citando la fuente.



SESAN unicef



# Créditos

El material educativo y el proceso de capacitación se desarrolló con el apoyo técnico y financiero de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SESAN) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF).

El material educativo ha sido elaborado por el equipo de la Unidad Técnica de Formación y Desarrollo de Recursos Humanos en SAN del Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá -INCAP-, con el apoyo de UNICEF y validado por personal institucional y facilitadores.

## **INCAP**

Norma Alfaro  
Ana Isabel Rosal  
Gustavo Arroyo  
Mario Alberto Estrada  
Andrea Sandoval

## **UNICEF**

María Claudia Santizo

## **SESAN**

Erick Orellana  
Sonia Barrera  
Abelardo Villafuerte  
Edgar Wosbeli Escobar  
Carlos Heer  
Gabriela Rosas

## **Facilitadores**

Reyna Isabel Alvarado Tum  
María Antonieta García Cuja  
Lester Antonio García León  
Edgar Amílcar García Muñoz  
Julio Enrique Peralta Portillo  
Cecilia María Archila Monroy  
Blanca Patricia Ramírez Arredondo  
Marcia Ebelia Franco Tiam  
Elssy Liseth Santiago y Santiago  
Ana Silvia Escobar Montenegro



# Presentación del curso

Guatemala es un país altamente vulnerable a fenómenos geológicos y climáticos, siendo la recurrencia de los mismos, un factor que impacta de forma negativa la capacidad de recuperación del país. En el año 2009 se manifestó una crisis alimentaria debido a los efectos del fenómeno de “El niño” que provocaron sequías, pérdidas de las cosechas y escasez de alimentos en lo que ahora se conoce como “Corredor Seco”, por lo que se declaró estado de calamidad pública, la cual, mediante el apoyo de ayuda externa y las acciones realizadas por el Gobierno, se estabilizó en diciembre del mismo año.

Este fenómeno que se agudizó en el 2009, tiene un patrón cíclico anual, por lo que la población que habita en el “Corredor Seco” se considera con una alta vulnerabilidad. En 2014, la canícula prolongada agravó la situación poniendo en riesgo la vida de niños menores de 5 años, mujeres embarazadas y madres lactantes, debido a la inseguridad alimentaria que afecta a las familias.

El Gobierno de Guatemala a través de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SESAN) está implementando el Plan de Respuesta a la Canícula Prolongada que incluye las acciones de nutrición para contribuir a la reducción del riesgo de desnutrición y salvar vidas.

Entre los objetivos está capacitar a los líderes comunitarios que tienen un papel activo en una emergencia, que identifican y refieren oportunamente los casos de desnutrición aguda. Este proyecto está enfocado en 4 departamentos del corredor seco Chiquimula (4 municipios), Jalapa (2 municipios), Santa Rosa (2 municipios) y Baja Verapaz (2 municipios); cubriendo un total de 10 municipios.

Por lo mencionado anteriormente, la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SESAN), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP), han establecido una alianza para fortalecer las capacidades locales de las comunidades y contribuir a la reducción de riesgos a nivel comunitario, para lo cual se diseñó e implementó el curso “Atendiendo la Nutrición en situaciones de emergencia. Fortalecimiento del Liderazgo Comunitario”.

El contenido del curso tiene como propósito fortalecer la capacidad de los líderes y lideresas comunitarias para coordinar e implementar acciones de salud y nutrición priorizando a la

Ventana de oportunidad de los primeros 1,000 días de vida, en situaciones de emergencia. Durante el desarrollo del curso, además de los contenidos teóricos, se aplican técnicas e instrumentos que facilitan las intervenciones en la comunidad. El curso se implementa a través de la lectura de unidades didácticas y sesiones presenciales conducidas por un Facilitador orientando el aprendizaje en el contexto comunitario de los líderes. Adicionalmente, durante las sesiones se desarrollan ejercicios de reflexión encaminados a fortalecer la resiliencia y reconocer su importancia para adaptarse y reponerse ante los efectos de un evento adverso que afecten a las familias y a la comunidad.

### **Unidades didácticas del Curso:**

**Unidad 1.** Conceptos básicos. Gestión del riesgo, situaciones de emergencia, salud y nutrición

**Unidad 2.** Seguridad Alimentaria y Nutricional en situaciones de emergencia

**Unidad 3.** Evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional

**Unidad 4.** Acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia

**Unidad 5.** Gestión del riesgo y acciones de salud y nutrición. El proceso de planificación

Se espera que este material sea un recurso útil para fortalecer el liderazgo y la participación comunitaria que permita desarrollar la gestión del riesgo y estar preparados ante una emergencia y su rehabilitación.

# Contenidos

Pág.



## Unidad 1

Conceptos básicos. Gestión del riesgo, situaciones de emergencia, salud y nutrición

9



## Unidad 2

Seguridad Alimentaria y Nutricional en situaciones de emergencia

27



## Unidad 3

Evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional

47



## Unidad 4

Acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia

67



## Unidad 5

Gestión del riesgo y acciones de salud y nutrición. El proceso de planificación

95



Conceptos básicos. Gestión del riesgo, situaciones de emergencia, salud y nutrición

# Unidad 1



# Presentación



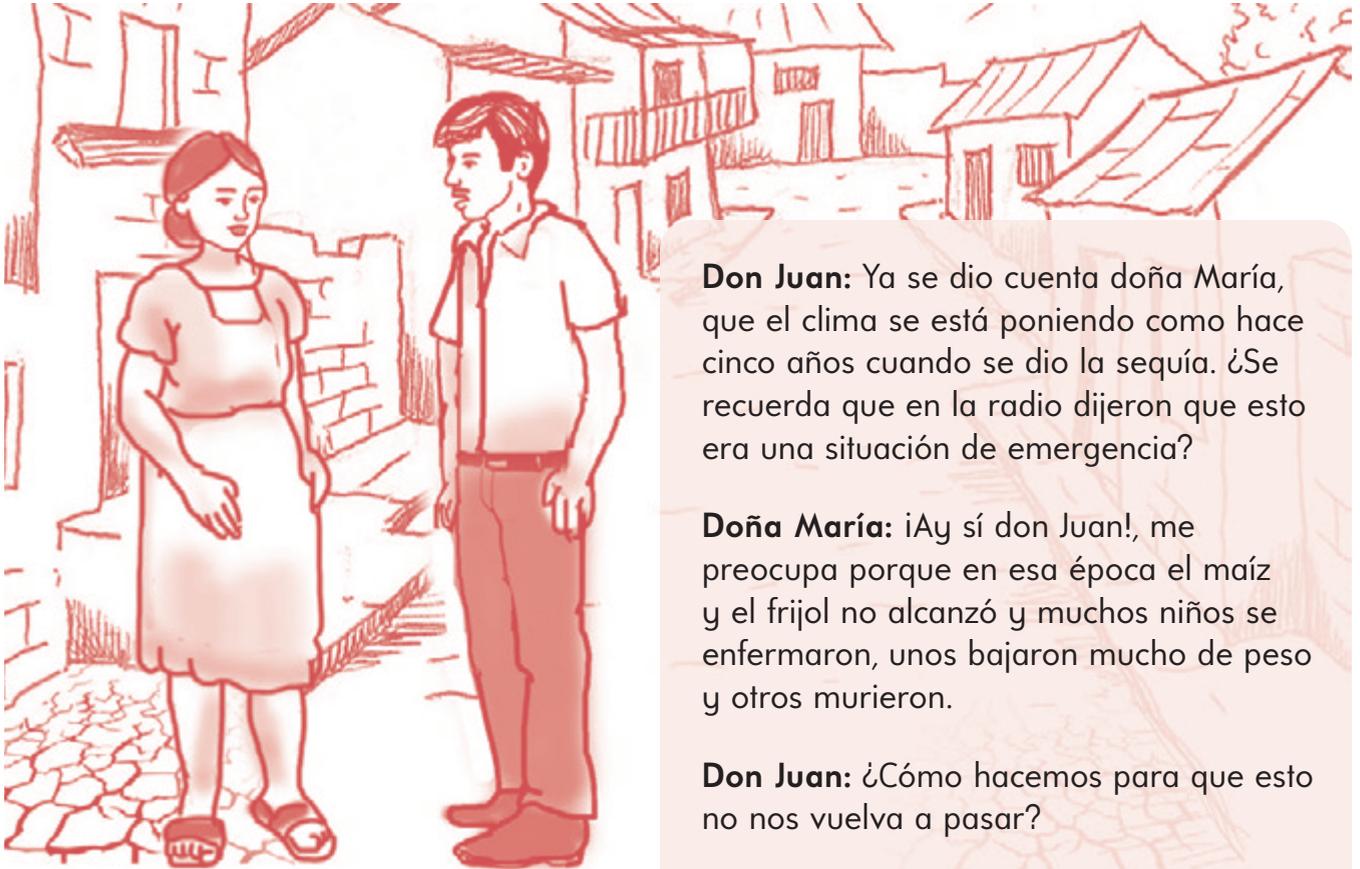
En la presente Unidad “Conceptos básicos. Gestión del riesgo, situaciones de emergencia, salud y nutrición”, el líder y lideresa comunitarios podrán aprender sobre temas relacionados a la gestión de riesgo, los tipos de emergencia comunitarios y los principios que rigen la asistencia humanitaria. Estos conceptos servirán de base para el desarrollo de las siguientes unidades del curso.

Se desarrolla el concepto de resiliencia que permite al participante entender la importancia de fortalecer las capacidades de adaptación y resolución ante los efectos de un evento adverso a su organización y condiciones de vida de su comunidad. Se resaltan las funciones que los líderes y lideresas comunitarios pueden desarrollar, partiendo del conocimiento de sus fortalezas y las estrategias para superar las debilidades, para conducir procesos de gestión de riesgos y emergencias.

Durante el estudio de la Unidad, se utilizará la herramienta de identificación de actores locales, el papel que juega cada uno en la dinámica comunitaria, así como la importancia de la participación de cada uno en los procesos de gestión y planificación de intervenciones a favor de la nutrición.

# Unidad 1

## Conceptos básicos. Gestión del riesgo, situaciones de emergencia, salud y nutrición



**Don Juan:** Ya se dio cuenta doña María, que el clima se está poniendo como hace cinco años cuando se dio la sequía. ¿Se recuerda que en la radio dijeron que esto era una situación de emergencia?

**Doña María:** ¡Ay sí don Juan!, me preocupa porque en esa época el maíz y el frijol no alcanzó y muchos niños se enfermaron, unos bajaron mucho de peso y otros murieron.

**Don Juan:** ¿Cómo hacemos para que esto no nos vuelva a pasar?

**Doña María:** Fíjese que están organizando una capacitación para estar preparados cuando suceden las emergencias y evitar la desnutrición.

**Don Juan:** Sería bueno que nosotros como líderes de la comunidad participemos en la capacitación y así apoyar a nuestra comunidad.

Y usted como líder o lideresa comunitario ¿está preparado para las emergencias?



## ¿Qué aprenderemos en la primera unidad?

En esta unidad aprenderemos a:

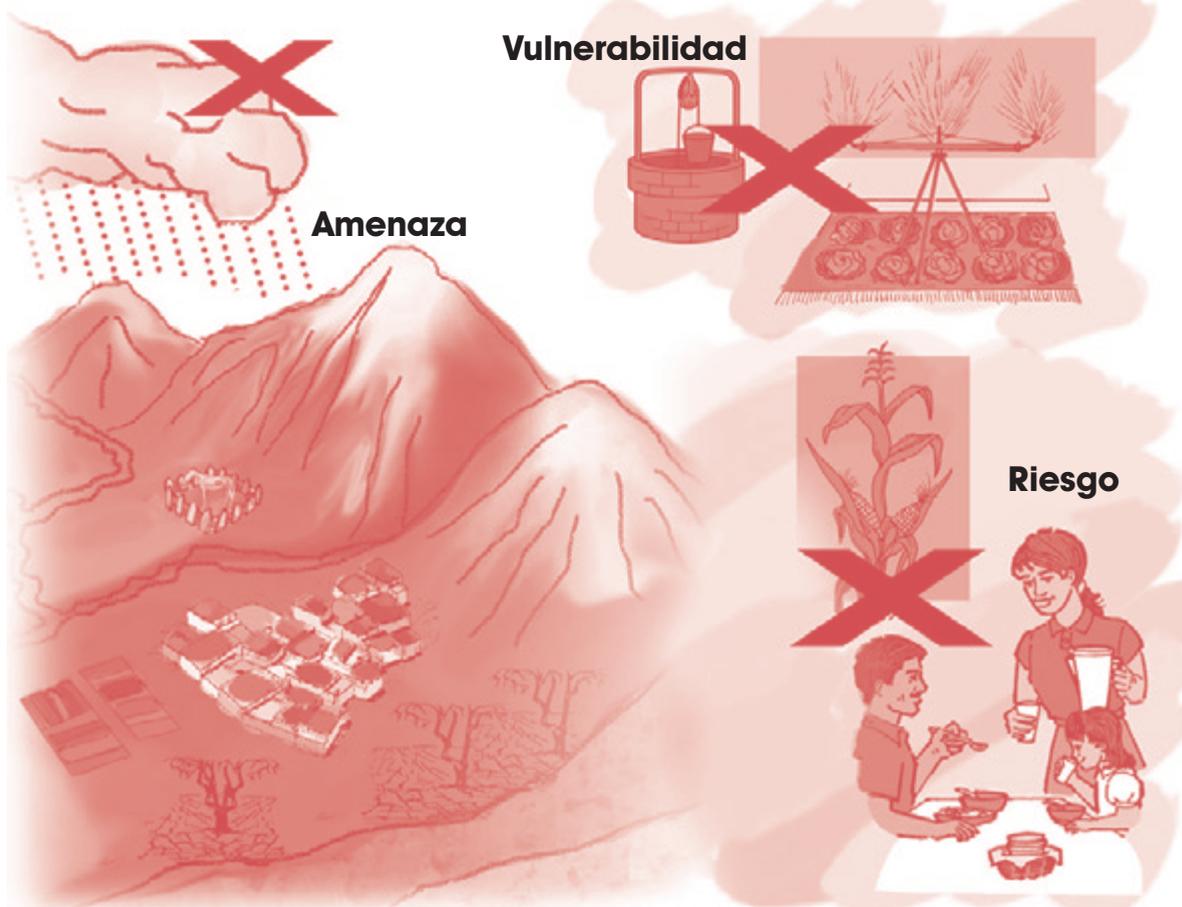
1. Diferenciar entre riesgo, amenaza y vulnerabilidad.
2. Definir la emergencia alimentaria y nutricional y situaciones de emergencia.
3. Conocer los principios de la asistencia humanitaria a través de la carta humanitaria y las normas mínimas de asistencia humanitaria.
4. Reconocer las funciones del líder o lideresa comunitario ante situaciones de emergencia.
5. Identificar a los actores locales y su función ante situaciones de emergencia.



1

## ¿Por qué es importante saber identificar qué es riesgo, amenaza y vulnerabilidad?

Puede reconocer en su entorno los grupos más vulnerables a sufrir emergencias.



### Vulnerabilidad

Debilidad que se tiene en caso que se presente un desastre.

Por ejemplo: el no contar con otras fuentes de abastecimiento de agua para riego.

### Riesgo

Es la probabilidad que ocurra una emergencia o un desastre, tomando en cuenta las amenazas a las que estamos expuestos, las vulnerabilidades y las capacidades.

Por ejemplo: el riesgo es la falta de alimentos para cubrir las necesidades de la población.

### Amenaza

Fenómeno natural externo a la sociedad, con la capacidad de causar pérdidas y daños en la vida, a casas, edificios y a la naturaleza.

Por ejemplo: la amenaza es la sequía debido a la falta de lluvia.



## Ejercicio 1:

A continuación se le presenta una imagen en la cual tiene que identificar la amenaza, la vulnerabilidad y el riesgo.

Observe la imagen y marque con una X si el enunciado corresponde a amenaza, vulnerabilidad o riesgo.



	Amenaza	Vulnerabilidad	Riesgo
La sequía se considera.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
El ganado no tiene qué comer, está perdiendo peso y puede morir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La población no está organizada para responder ante la sequía.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



## Sabías que...

Fenómeno del niño: es un fenómeno del clima que es responsable de inundaciones, tormentas, tornados o huracanes que provocan deslizamientos y pérdida de cosechas. La sequía causada por el fenómeno de El Niño en el 2009, provocó pérdidas de más de la mitad de los cultivos de maíz, frijol y maicillo, sobre todo en el Corredor Seco.



## 2

## ¿Qué tipos de emergencia hay?

Las emergencias son situaciones urgentes que causan sufrimiento o amenazan vidas humanas o medios de conseguir alimento, y que el gobierno no tiene los medios para remediar lo que produce cambios negativos en la vida de una comunidad.

Tipos de emergencias:

### De evolución lenta o crónica:

Como su nombre lo indica es aquella que su desarrollo es largo, desde varias semanas a meses.

Es necesaria la vigilancia continua para evitar que aumente el riesgo.



### Agudas:

Son aquellas que se presentan de forma repentina.



### Complejas:

Se tratan de crisis humanitarias importantes generadas por: la violencia, problemas políticos o militares que pueden afectar a una población, país o al mundo entero.

Por ejemplo: la inseguridad alimentaria y nutricional puede ser provocada por sequía o exceso de lluvias, falta de empleo, migraciones, falta de medicamentos, falta de educación, aspectos socioeconómicos, etc.





### Nutricionales:

Son aquellas en las que aumenta la desnutrición aguda.

Las causas pueden ser la pobreza, escasez de alimentos; casas o construcciones inadecuadas, malas condiciones de higiene y cambios en el medio ambiente que pueden causar enfermedades en la población.

La desnutrición aguda puede aumentar cuando ocurre un desastre natural, o bien, conflictos o problemas económicos en un país.

El tema de las causas de la desnutrición se ampliará en la unidad 2



### Ejercicio 2:

A continuación se le presentan algunos tipos de emergencia y seguidamente una lista de conceptos.

Escriba la letra de la opción correcta en la columna “Opción”.

a. De evolución crónica o lentas    b. Agudas    c. Complejas    d. Nutricionales

#### Concepto

#### Opción

1. Si la emergencia es de desarrollo largo desde semanas a meses, se le llama:
2. A las emergencias que se presentan de forma repentina se les llama:
3. A una crisis humanitaria que es provocada por distintas causas se le llama:
4. A las emergencias que provocan un aumento en la desnutrición aguda se les llaman:



## 3

## ¿Cuáles son los efectos de una emergencia?

Las emergencias pueden provocar la destrucción a gran escala de viviendas y construcciones, la interrupción de servicios esenciales (incluidos los servicios de salud, el suministro de agua y la higiene) y la migración de gran número de personas. El acceso a los alimentos en los hogares puede estar limitado, causando desplazamiento de personas. Estos trastornos pueden causar la pérdida de ingresos y del acceso a agua limpia y segura para consumo humano, higiene y servicios de salud. Las consecuencias en las personas es que los riesgos de desnutrirse o enfermarse aumentan, con mayor probabilidad de muerte.

La emergencia nutricional puede empeorar si ocurren desastres naturales que pueden tener los siguientes efectos:



### Las inundaciones, los huracanes y las erupciones volcánicas

- Pérdida repentina de cultivos y ganado
- Destrucción de carreteras
- Aumento de enfermedades
- Pérdida de vidas humanas (muerte)



### Las sequías

- Baja producción de los cultivos
- Pérdida de ganado
- Aumento de precio en los alimentos
- Escasez de alimentos
- La falta de agua afecta la higiene en general, aumentando así el riesgo de enfermedad



### Los terremotos

- Provocan la muerte de gran cantidad de personas al mismo tiempo
- Destrucción de cultivos y de las reservas de alimentos
- Escasez de alimentos
- Destrucción de carreteras y puentes
- Pueden destruir puestos de salud y sistemas de agua e higiene.



## 4

### ¿Qué es un plan de gestión de riesgo y atención a emergencia?

Para proteger a la población y disminuir los efectos y consecuencias de las emergencias todos debemos tener un plan de prevención y acción para atender las situaciones que se presenten.

#### Gestión de riesgo

Es planificar el desarrollo de las comunidades tomando en cuenta las amenazas que las ponen en riesgo. Agrega un enfoque de gestión que combina la prevención, mitigación y preparación como respuesta ante una emergencia. El ciclo de la gestión del riesgo consta de tres fases: pre-desastre, respuesta y post-desastre.



#### Ejercicio 3:

En el espacio en blanco escriba la respuesta correcta.

A la planificación del desarrollo de las comunidades tomando en cuenta las amenazas que las hacen vulnerables se le llama:

#### Planes de Gestión de riesgo y atención a emergencia:

El plan de gestión de riesgo es toda acción programada a realizar durante las diferentes etapas de una emergencia:



### Fase predesastre

También se le llama período de calma, donde se evalúa el riesgo de una comunidad a sufrir daños ante una situación de emergencia. Es en esta fase donde la población se prepara ante las amenazas y es el momento oportuno para capacitar a la población, se planifican acciones y se guardan recursos o alimentos para mejorar la respuesta ante la situación.



### Fase de respuesta

Las comunidades y organizaciones de socorro se concentran en salvar vidas y propiedades, y en proporcionar alivio.



### Fase postdesastre

El objetivo está en la recuperación y rehabilitación.



## Ejercicio 4:

En la sesión presencial, comparta con sus compañeros qué acciones se hacen en su comunidad en las diferentes fases.

### Acciones propuestas

Fase predesastre

Fase de respuesta

Fase postdesastre



## Sabías que...

El plan de gestión de riesgo incluye: descripción de las características de la población, seguido de un análisis de riesgos, identificación de los grupos en riesgo, para luego definir un plan de acción para disminuir los riesgos, asignando responsables para realizar las diferentes actividades en las tres fases de la emergencia.



## ¿Cuáles son los principios de la asistencia humanitaria?

Si una emergencia ocurre y la comunidad no tiene los recursos para responder a la misma, se necesita contar con asistencia humanitaria. Los principios de asistencia humanitaria son un conjunto de acciones que ayudan a las víctimas de desastres para aliviar el sufrimiento, garantizar su sobrevivencia, proteger sus derechos y su dignidad.

La asistencia humanitaria la realizan diferentes actores que pueden ser a nivel nacional o internacional. Por ejemplo: Organizaciones no gubernamentales –ONG’s–, grupos religiosos y organizaciones de ayuda humanitaria.

Las intervenciones deben realizarse cumpliendo los siguientes principios del Derecho Internacional Humanitario (DIH):

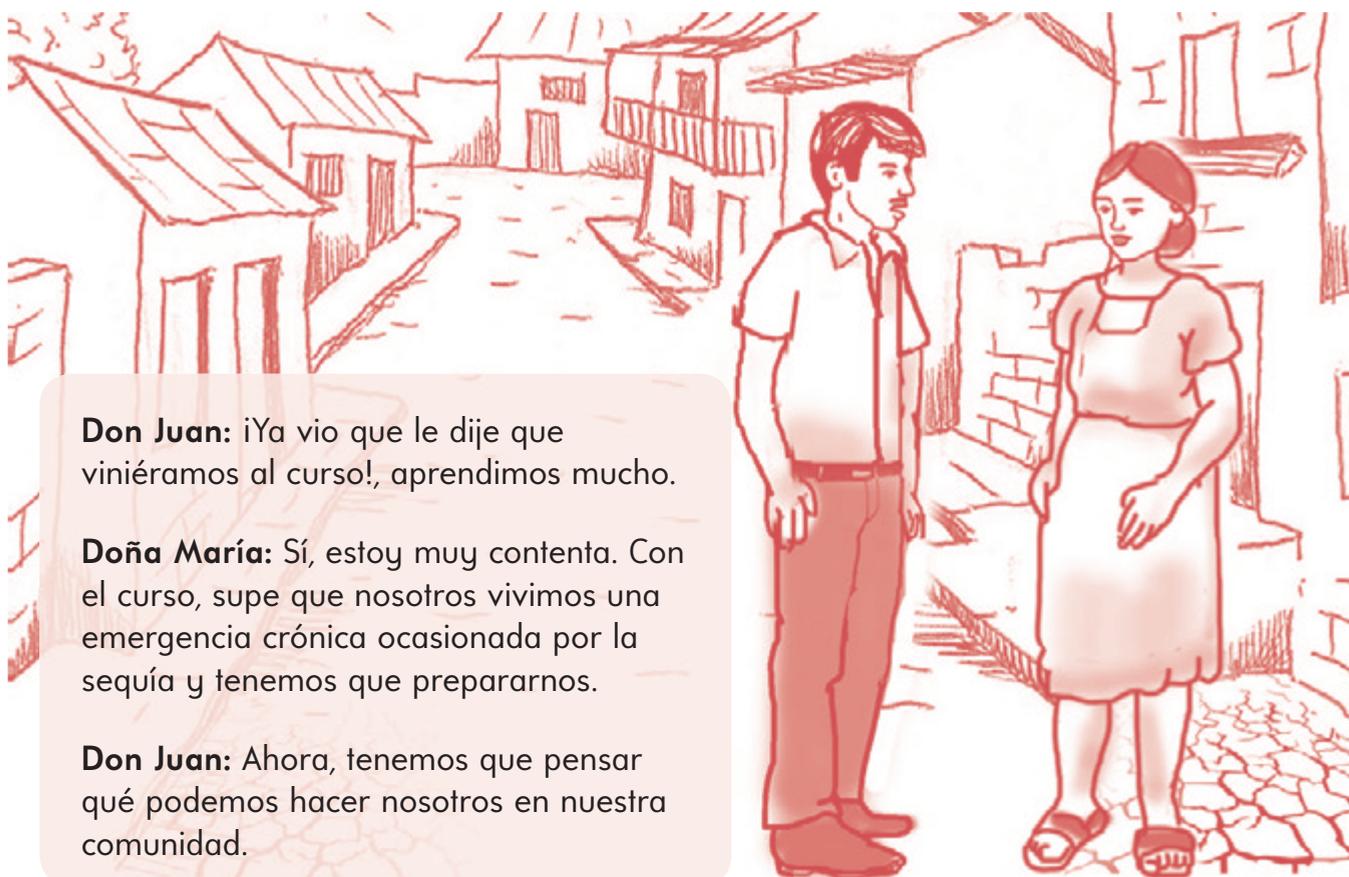
Principio	Descripción
<b>Humanidad</b>	El derecho a recibir asistencia humanitaria, y a ofrecerla, es un principio humanitario fundamental del cual deben gozar todos los ciudadanos de los países.
<b>Imparcialidad</b>	La ayuda se presta sin importar la raza, religión o nacionalidad de quienes reciben y sin ningún tipo de distinción desfavorable. Las prioridades de ayuda se calculan basándose únicamente en la necesidad.
<b>Independencia</b>	La ayuda humanitaria no es un acto partidario o político, ni debe considerarse como tal. La ayuda no debe utilizarse para promover un punto de vista político o religioso en particular. Las ONG's son organismos humanitarios que actúan independientemente de los gobiernos.
<b>Neutralidad</b>	La asistencia humanitaria debe prestarse sin tomar partido en situaciones de hostilidad o involucrarse en controversias políticas, religiosas o ideológicas.



## Ejercicio 5:

Escriba en los espacios los principios de la ayuda humanitaria.



**Don Juan:** ¡Ya vio que le dije que viniéramos al curso!, aprendimos mucho.

**Doña María:** Sí, estoy muy contenta. Con el curso, supe que nosotros vivimos una emergencia crónica ocasionada por la sequía y tenemos que prepararnos.

**Don Juan:** Ahora, tenemos que pensar qué podemos hacer nosotros en nuestra comunidad.

Y usted como líder o lideresa comunitario ¿cómo puede apoyar a su comunidad?

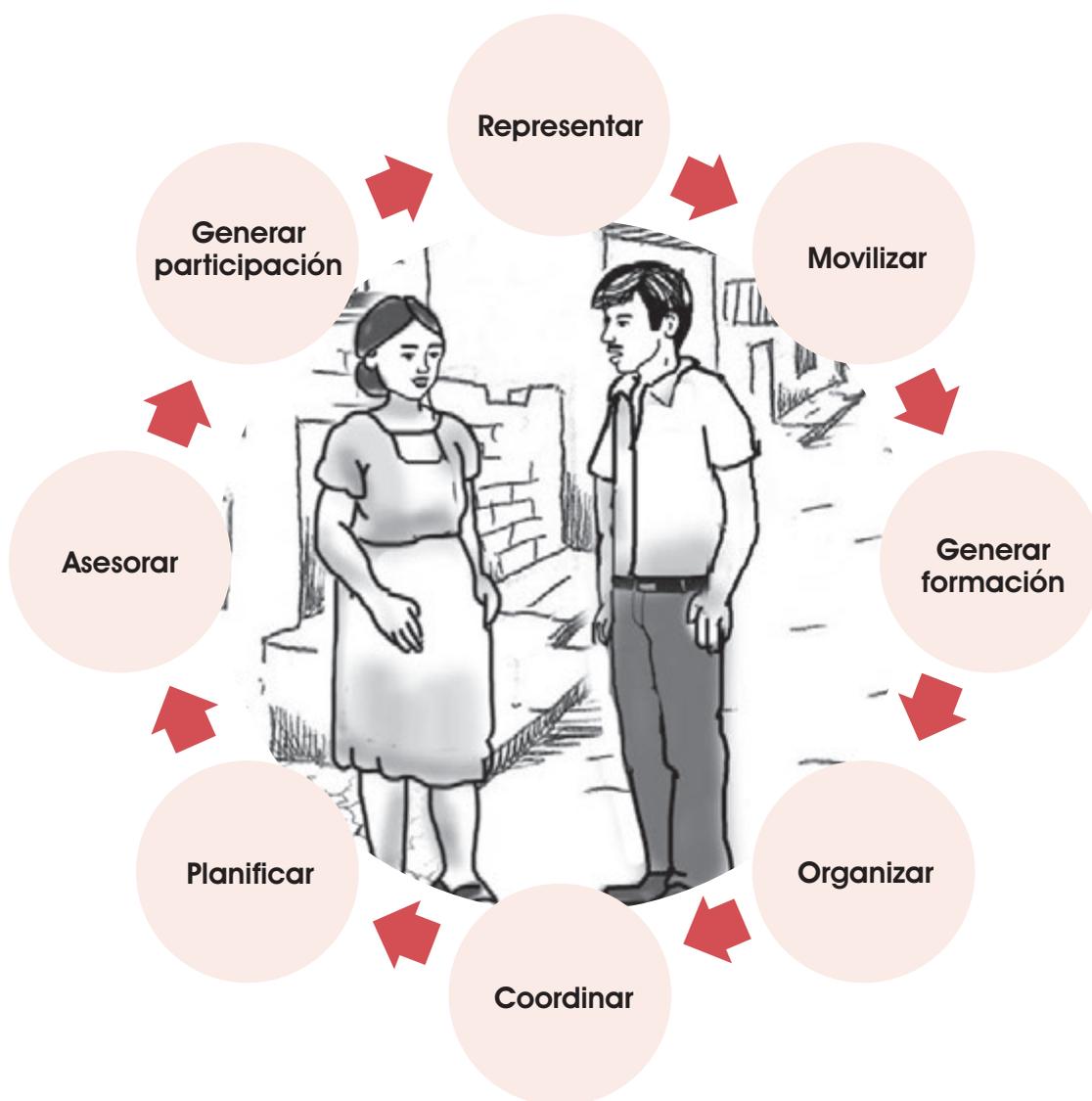


## 6

### ¿Cuáles son las funciones del líder o lideresa comunitaria y actores locales?

El líder o lideresa comunitaria es la persona que dirige a los miembros de una comunidad, de manera que se logren metas propuestas a través de la organización del trabajo. El rol de liderazgo es otorgado por los miembros de la comunidad, siendo designado quien se considere con más capacidades para coordinar las acciones del grupo. El líder o lideresa debe tener la capacidad de dirigir, guiar, apoyar y delegar. (FAO, 2008)

Las funciones de un líder o lideresa comunitaria pueden ser:





<b>Representar</b>	Es la capacidad del líder o lideresa para transmitir el sentir de su comunidad, frente a las decisiones y en las tareas o trabajos que se llevan a cabo.
<b>Movilizar</b>	Es la habilidad que tiene un líder o lideresa para que la comunidad responda de forma activa en cualquier circunstancia.
<b>Generar formación</b>	Se trata de impulsar procesos de toma de conciencia, de manera que el líder o lideresa comunitaria ayude al grupo a reflexionar, analizar e investigar.
<b>Organizar</b>	Es la acción de unificar las tareas diversas de modo comunitario.
<b>Coordinar</b>	Consiste en poner en orden las diferentes acciones y actividades para lograr los objetivos, de acuerdo a los intereses de la comunidad.
<b>Planificar</b>	Es definir los pasos a seguir y los momentos (fechas) para realizarlos, así como decidir cuáles acciones son las más necesarias para lograr objetivos.
<b>Asesorar</b>	Es aportar sobre la propia experiencia, es dar y sugerir ideas.
<b>Generar participación</b>	Consiste en lograr que los miembros de la comunidad se involucren en las acciones y en las actividades.

### Identificación de actores locales:

La identificación de actores locales se refiere a elaborar un listado con todas aquellas personas que realizan alguna labor dentro de la comunidad o municipio y que pueden pertenecer a una organización, como los que se mencionan en el cuadro.

#### Información de actores locales

- Representación del Gobierno central
- Gobierno local
- Organizaciones no gubernamentales
- Iglesia
- Representantes de la comunidad
- Otros



## Ejercicio 6:

Con la información de los actores locales que hay en su comunidad, debe completar el cuadro siguiente:

Actores <sup>a</sup>	Acciones o áreas de trabajo	Descripción de las acciones que desarrollan <sup>b</sup>	Contacto de cada actor
<b>Representación del Gobierno central</b>			
<b>Gobierno local</b>			
<b>Organizaciones no gubernamentales</b>			
<b>Iglesia</b>			
<b>Representantes de la comunidad</b>			

Continúa...



Actores <sup>a</sup>	Acciones o áreas de trabajo	Descripción de las acciones que desarrollan <sup>b</sup>	Contacto de cada actor
Otros			

<sup>a</sup> En los actores considerar:

1. Representación del Gobierno central en el municipio (CONRED, SESAN, MSPAS, MAGA, MINEDUC, MARN, MIDES).
2. Gobierno local: Alcalde, Concejo Municipal, Comités de Desarrollo, de Seguridad Alimentaria y Nutricional y de Emergencias.
3. Organizaciones no gubernamentales.
4. Iglesia.
5. Representantes de la comunidad.
6. Otros (ejemplo: Organizaciones comunitarias y cooperativas).

<sup>b</sup> Identificar el tipo de intervención que realizan. Por ejemplo: asistencia técnica, capacitación, suministro de insumos, consejería, asistencia alimentaria, coordinación y monitoreo.



## Resiliencia: Concepto

Lea la siguiente definición y comente con todo el grupo.

### Resiliencia es:

La capacidad de una familia, una comunidad o una nación de adaptarse y recuperarse de los efectos de las emergencias. Para ello necesita fomentar y practicar valores como: la solidaridad, trabajo en equipo, tolerancia, respeto, confianza, identidad, buena comunicación y transparencia. Esto le permite afrontar de forma positiva los cambios y la incertidumbre a mediano y largo plazo.



**Doña María:** Ya terminamos el día de hoy. ¡Quiero aprender más!

**Don Juan:** Yo también doña María. Dicen que en la siguiente sesión aprenderemos sobre nutrición.

# Seguridad Alimentaria y Nutricional en situaciones de emergencia

## Unidad 2



# Presentación



En esta Unidad “Seguridad Alimentaria y Nutricional en situaciones de emergencia”, se conocerá la interrelación entre los factores que determinan el estado nutricional de las personas o grupos de población, aplicando los conceptos a cada comunidad y reconociendo los grupos a quienes más se afecta en condiciones de inseguridad alimentaria y nutricional.

Se estudiarán los distintos tipos de desnutrición y los signos visibles de la misma, especialmente en los grupos materno infantil, identificar los casos que pueden resolverse en la comunidad y aquellos que por sus complicaciones requieren atención en los servicios de salud.

Se revisarán acciones que el líder y lideresa pueden desarrollar para prepararse y preparar a la comunidad ante las situaciones adversas, utilizando herramientas que proporcionen información que contribuya a tomar decisiones con la participación comunitaria.

## Unidad 2

# Seguridad Alimentaria y Nutricional en situaciones de emergencia



**Doña María:** Que tal don Juan, ¿cómo está?, ¿ha escuchado eso que está de moda de Seguridad Alimentaria y Nutricional?

**Don Juan:** Bien doña María, gusto de verla otra vez. Pues, sí lo he escuchado pero no muy le entiendo a eso.

**Doña María:** Qué bueno entonces que venimos hoy, porque dicen que vamos a aprender sobre eso y lo de los niños desnutridos.

**Don Juan:** ¡Ah!, mire pues, vamos a poner atención para aprender todo eso.

Y usted como líder o lideresa comunitaria  
¿sabe si en su comunidad hay niños  
o niñas con desnutrición?



## ¿Qué aprenderemos en la segunda unidad?

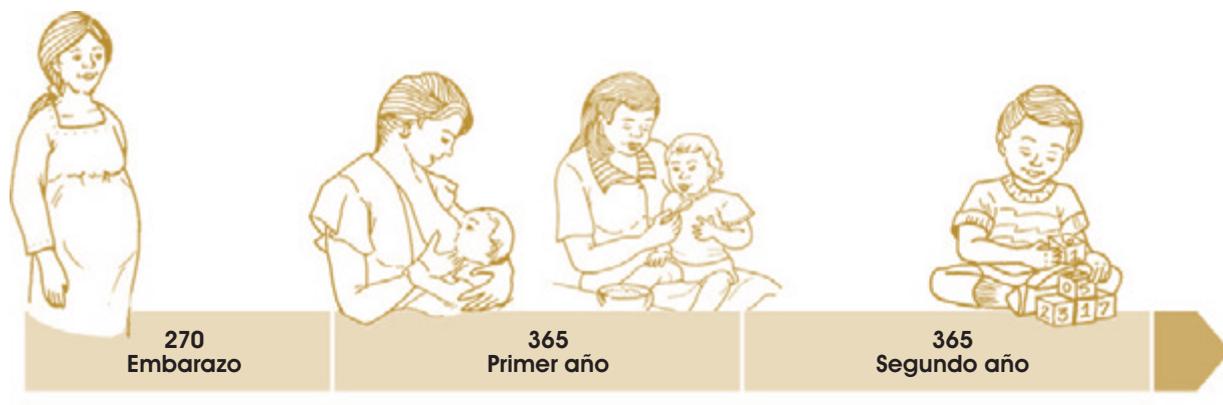
En esta unidad aprenderemos a:

1. Valorar la importancia de la nutrición y cuidados durante los primeros 1,000 días de vida.
2. Describir qué es el estado nutricional de las personas.
3. Diferenciar la desnutrición crónica de la aguda y los signos clínicos de cada una.
4. Explicar la falta de vitaminas y minerales (micronutrientes) y las enfermedades que producen cuando hacen falta.
5. Conocer qué es la Seguridad Alimentaria y Nutricional y su relación con el estado nutricional.
6. Identificar los grupos en riesgo a la desnutrición.

## 1

## ¿Por qué es importante la nutrición en los primeros 1,000 días de vida?

Los primeros 1,000 días de vida es el periodo que inicia con el embarazo y termina cuando el niño cumple dos años. Este período es importante porque la madre y el niño necesitan más nutrientes para la formación de órganos, tejidos y desarrollo del cerebro. En situaciones de emergencia las madres y niños son un grupo en riesgo a sufrir desnutrición.



### 1,000 días

Desde que inicia el embarazo los cuidados y alimentación adecuada a la madre, así como la atención y alimentación adecuadas al niño en su etapa temprana, ayudan a un mejor crecimiento y desarrollo para que durante las diferentes etapas de su vida tenga mejor capacidad intelectual y productiva.

Este período de vida se conoce como la Ventana de oportunidad de los 1,000 días y es el tiempo en el que las acciones en nutrición dan los mejores resultados. Por ello, estas acciones son incluidas en programas de atención a la niñez.

Entre estas acciones se promueve:

1. Cuidar a la mujer embarazada y madre que está dando de mamar.
2. Dar solo pecho en los primeros seis meses de vida y continuar dando hasta los dos años.
3. Iniciar con otros alimentos adecuados a partir de los seis meses.
4. Suplementación con vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc).
5. Atender al niño y niña enfermos.



## Ejercicio 1:

A continuación se le presentan distintas imágenes, encierre en un círculo las imágenes que corresponden a la ventana de los 1,000 días de vida.



### Sabías que...

Una buena nutrición y cuidados en los primeros 1,000 días de vida, brindan beneficios para toda la vida.



## ¿Por qué es importante poder describir qué es el estado nutricional de las personas?

El estado nutricional es el que indica si las personas están cubriendo sus necesidades de nutrientes y de energía a través de los alimentos. Tanto si se ingieren cantidades menores o mayores a los requerimientos se generará un estado de malnutrición.

Cuando hay un desequilibrio entre las necesidades y la cantidad de energía y nutrientes ingeridos, y esta situación se mantiene durante un período largo, se producen enfermedades.

Para conocer el estado nutricional se necesita contar con información básica como la edad y sexo del niño o niña. Además se deben evaluar los signos clínicos, datos antropométricos (como el peso, la estatura, la medición del brazo), la alimentación y se pueden hacer también exámenes de laboratorio para saber si un niño o niña tiene un estado nutricional normal o padece de desnutrición.



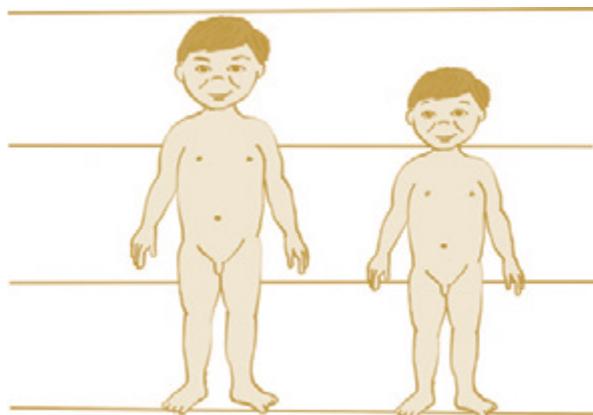
## Desnutrición

Es una condición producida porque no se consume suficientes alimentos que proporcionan energía y nutrientes y también porque ocurren enfermedades que afectan su utilización en el organismo. Las personas desnutridas tienen un bajo peso y en los niños, la desnutrición produce un retraso del crecimiento y desarrollo. La desnutrición produce disminución de la capacidad para defenderse de las enfermedades infecciosas y aumenta el riesgo de muerte. Además de esos efectos, se produce retraso en el desarrollo intelectual y en la capacidad de aprendizaje; en los adultos en falta de energía para trabajar y realizar las actividades diarias. Hay dos tipos de desnutrición: crónica y aguda.

### 3

#### ¿Qué es la desnutrición crónica?

Es una condición que no se puede curar y se manifiesta por baja estatura según la edad. Es causada por no consumir suficientes nutrientes durante un tiempo largo y el padecer enfermedades frecuentemente.



### 4

#### ¿Qué es la desnutrición aguda?

Es una condición que se puede curar y se manifiesta por el bajo peso según la estatura. Se instala en un tiempo corto y se caracteriza por la pérdida rápida de peso, reducción de la respuesta a enfermedades y si no se da tratamiento oportuno y adecuado, puede convertirse en un cuadro severo y llevar a la muerte.



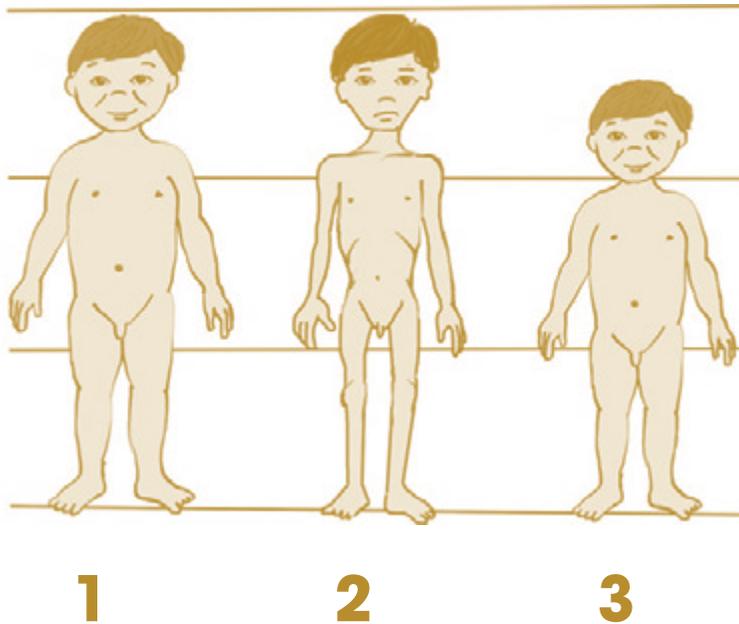
En situaciones de emergencia la principal preocupación es la desnutrición aguda, ya que se instala en poco tiempo por falta de alimentos y salud. El signo más visible de la desnutrición aguda es la pérdida de peso. En los niños y niñas a menudo se combina con desnutrición crónica, particularmente durante los primeros cinco años de vida. Las mujeres embarazadas con desnutrición aguda pueden no ganar peso durante el embarazo y afectan el peso y crecimiento del niño por nacer.



### Ejercicio 2:

A continuación se le presentan unas imágenes. En el espacio en blanco escriba la letra de la opción correcta respecto al estado nutricional de los tres niños:

LA LÍNEA SUPERIOR REPRESENTA LA ESTATURA NORMAL DE UN NIÑO DE DOS AÑOS



- Niño 1
- Niño 2
- Niño 3

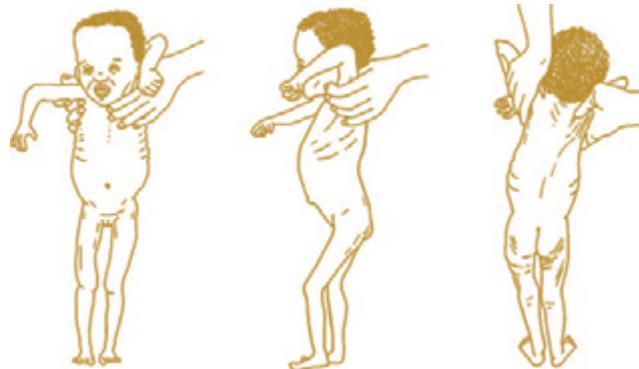
- a. Niño con estado nutricional normal (peso y estatura normal)
- b. Niño con desnutrición aguda (bajo peso según su estatura)
- c. Niño con desnutrición crónica (bajo peso según su edad)

## 5

## ¿Cuáles son los signos clínicos de la desnutrición aguda severa?

### Marasmo

En este tipo de desnutrición aguda severa, el niño ha perdido los músculos y grasa al extremo y se ve como que solo es de piel y huesos. La cara del niño o niña luce como la de un anciano con pérdida de interés. Las costillas pueden verse fácilmente. Puede haber pliegues en la piel en las nalgas y piernas, que lo hacen ver como si el niño o niña llevara puesto un pantalón flojo. Por lo regular el peso según la edad y peso según la altura de estos niños y niñas están muy bajos. En las imágenes se observa un niño con marasmo.



**Fuente:** OMS. 2008. Midiendo el crecimiento de un niño. Curso de Capacitación sobre la Evaluación del Crecimiento del Niño.

### Kwashiorkor



**Fuente:** WHO. 2000. *Management of the child with a serious infection or severe malnutrition.*

En este tipo de desnutrición aguda severa, los músculos del niño o niña se han perdido, pero esto no es notorio debido a la hinchazón presente en el cuerpo. El niño o niña está retraído, llorón, notoriamente enfermo y se niega a comer. La cara luce redonda debido a la hinchazón y se le llama cara de luna y presenta pelo fino, escaso, fácilmente desprendible y a veces decolorado. La piel tiene manchas decoloradas donde después la piel se agrieta y se descama. En un niño o niña con kwashiorkor la evaluación del estado nutricional se hace solo con signos clínicos (ver sección 6), ya que la hinchazón aumenta el peso y pareciera que está normal cuando en realidad está desnutrido.

La hinchazón del cuerpo se detecta y se confirma al presionar los pies o las piernas, justo por arriba del tobillo alrededor de tres segundos, luego de lo cual queda la marca del dedo. Esta condición debe estar presente en ambos lados del cuerpo para considerarlo hinchazón por desnutrición.



**Fuente:** OMS. Midiendo el crecimiento de un niño. Curso de Capacitación sobre la Evaluación del Crecimiento del Niño. 2008

### Kwashiorkor marasmático

Kwashiorkor y marasmo son condiciones distintas, pero en situaciones donde ocurren ambas, los casos de desnutrición aguda severa a menudo presentan características de ambas. Por ejemplo, un niño puede presentar pérdida severa de músculo como se observa en el marasmo y al mismo tiempo tener alteraciones en la piel y el pelo o la hinchazón normal del kwashiorkor. Puede ocurrir el caso de un niño con la parte superior del cuerpo con poco músculo, pero los miembros inferiores están hinchados a causa de la retención de líquidos.



### Ejercicio 3:

Subraye el enunciado correcto respecto a desnutrición tipo Kwashiorkor:

1. Es un tipo de desnutrición en el que predomina el bajo peso para la edad.
2. Hinchazón en la cara y en piernas es uno de los signos más sobresalientes.
3. Hay niños con Kwashiorkor que no tienen hinchazón en ninguna parte del cuerpo.



## 6

## ¿Cuáles son los signos clínicos de la desnutrición aguda?

Los signos clínicos son señales visibles que pueden ser observadas por una persona, en el caso de la desnutrición aguda infantil se pueden observar los siguientes signos:

Marasmo	Kwashiorkor
Extremadamente delgado.	Manos y pies hinchados, comenzando en los pies y la parte de abajo de las piernas; puede estar en todo el cuerpo (manos y brazos, “cara de luna”).
Grasa y músculos muy reducidos.	Músculos reducidos, lo cual puede ser ocultado por la hinchazón.
Piel delgada, flácida, que cuelga en pliegues sueltos; “apariencia de anciano”.	Lesiones de la piel, lastimada, agrietada y frágil, propensa a infección.
Cabello normal.	El cabello cambia de color (amarillo/rojizo) y se vuelve ralo, seco y quebradizo; es fácilmente desprendible dejando áreas calvas.
Infecciones frecuentes.	Infecciones frecuentes.
Problemas causados por la pérdida de líquidos por una diarrea no tratada a tiempo y vómitos, fiebre alta o alimentación inadecuada.	Problemas causados por la pérdida de líquidos, por un tiempo largo con vómitos, diarrea, fiebre alta o alimentación inadecuada.
Frecuente asociación con la deshidratación.	Frecuente asociación con deshidratación, la cual puede ser enmascarada por la hinchazón.
Está llorón.	Generalmente apático y adormecido cuando se encuentra solo, e irritable cuando se manipula.



## Ejercicio 4:

A continuación se le presentan algunos conceptos y a la par las opciones de respuesta, escriba la letra que identifica cada uno de los conceptos en la columna de respuestas.

- |                          |  |                                |
|--------------------------|--|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Es el resultado de ingerir pocos alimentos y sufrir enfermedades de forma continua.  |                                |
| <input type="checkbox"/> | Condición que no se cura manifestada por baja estatura para la edad.   | a. <b>Marasmo</b>              |
| <input type="checkbox"/> | Condición que se cura con el tratamiento adecuado y oportuno y se caracteriza por la pérdida rápida de peso y pérdida de músculos. | b. <b>Desnutrición</b>         |
| <input type="checkbox"/> | Se le llama así a la desnutrición aguda severa que se caracteriza por hinchazón en las piernas.                                    | c. <b>Desnutrición crónica</b> |
| <input type="checkbox"/> | Tipo de desnutrición aguda severa en la que se presenta el “signo de pantalón”.  | d. <b>Kwashiorkor</b>          |
|                          |  | e. <b>Desnutrición aguda</b>   |

## 7

### ¿Qué es la deficiencia de vitaminas y minerales (micronutrientes)?

A las vitaminas y minerales se les llama “micronutrientes”. Estos son necesarios para mantener la salud humana. Aunque se requieren en cantidades muy pequeñas, son necesarios para la vida por participar en varias funciones y procesos del cuerpo.

La deficiencia de vitaminas y minerales en particular es más común cuando la alimentación no es suficientemente variada o algunos alimentos no están disponibles para toda la población como en el caso de las emergencias.

La falta o deficiencia de vitaminas y minerales da como resultado enfermedades que pueden afectar la capacidad del cuerpo. Por ejemplo: para enfrentar otras enfermedades, el crecimiento, las funciones del cuerpo y la hidratación. Los minerales que comúnmente faltan en la alimentación y pueden ser deficientes son el hierro y el yodo.



## 8

## ¿Cuáles son los signos de la falta de hierro y yodo?

### Deficiencia de hierro

La enfermedad ocasionada por la deficiencia de hierro es la anemia. El principal síntoma de esta enfermedad es el cansancio. También causa sensación de falta de aliento, especialmente al ponerse de pie; uñas quebradizas, grietas en las esquinas de la boca.

La deficiencia de hierro puede disminuir la capacidad de aprendizaje, el desarrollo del niño y niña, además de aumentar el riesgo a sufrir infecciones, por lo que es importante su prevención.



### Ejercicio 5:

A continuación se le presentan algunos síntomas, encierre en un círculo aquellos que corresponden a la anemia por falta de hierro.

**Pies hinchados**

**Cansancio**

**Ojos rojos**

**Dolor en el estómago**

**Dolor de pies**

**Uñas quebradizas**

### Deficiencia de yodo

Las principales manifestaciones de la falta de yodo es el bocio o crecimiento anormal de la tiroides (güegüecho).

La falta de yodo en una mujer durante el embarazo puede llevar al nacimiento de un niño con cretinismo, que es una enfermedad; es decir, el bebé al nacer se ve normal, pero al crecer se desarrolla con lentitud, es de tamaño pequeño, débil mentalmente y lento en el aprendizaje. La falta de yodo es más común en lugares que están lejos del mar.

## 9

## ¿Qué es la Seguridad Alimentaria y Nutricional?

La Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) significa el acceso de todas las personas en todo momento, a alimentos suficientes, seguros y nutritivos, para tener una vida saludable y activa. Tiene cuatro componentes.

### Disponibilidad:

Cantidad suficiente de alimentos adecuados para comerlos.



### Acceso:

Ingresos o dinero suficientes para obtener alimentos apropiados, También representa contar con carreteras adecuadas que permitan obtener los alimentos provenientes de otros mercados o pueblos.



### Consumo:

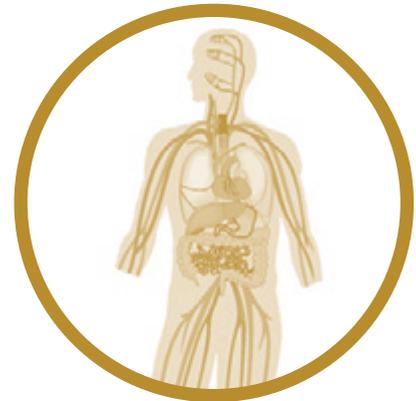
Es como se comen los alimentos, incluye la forma de seleccionar, guardar, preparar, distribuir y consumir los alimentos en la familia.





### Utilización:

Es cómo el cuerpo aprovecha los alimentos. Está influenciado por el estado de salud y acceso a los servicios básicos de salud e higiene.



### Ejercicio 6:

Los cuatro componentes de la Seguridad Alimentaria y Nutricional son:





10

## ¿Cuál es la relación entre el estado nutricional y la Seguridad Alimentaria y Nutricional?

Cuando los componentes de la Seguridad Alimentaria, no están presentes, es decir que no hay suficiente disponibilidad de alimentos, no hay suficiente dinero para comprarlos, no se preparan, no se consumen y no se distribuyen adecuadamente; y además no existen condiciones de higiene y salud adecuadas se afecta el estado nutricional a mediano o largo plazo.

Las acciones que se realizan para mejorar la nutrición de la mujer durante el embarazo y lactancia y en los menores de dos años, contribuyen al desarrollo de las personas y tienen como objetivo la mejora en la calidad de vida.

El mejoramiento de la nutrición en los primeros años de vida, muestran mejoras en su crecimiento, desarrollo, rendimiento escolar y mejoramiento del ingreso y productividad en la edad adulta.

Es importante definir un calendario estacional para mostrar la variación de esta por factores que afectan el estado nutricional. La disponibilidad de los alimentos normalmente es menor antes de la cosecha o antes de las lluvias, cuando el agricultor tiene más carga de trabajo. La salud también cambia según la temperatura y las lluvias. Contar con esta información ayudará a reconocer los factores que afectan la nutrición en una comunidad y diseñar acciones apropiadas y respuestas ante la emergencia. En la unidad 5 se explica cómo hacer un calendario estacional.



### Ejercicio 7:

Escriba en las casillas correspondientes algunos aspectos que identifiquen cuando las personas viven con Seguridad Alimentaria y Nutricional o cuando existen condiciones para la Inseguridad Alimentaria y Nutricional.



**Seguridad Alimentaria  
y Nutricional**



**Inseguridad Alimentaria  
y Nutricional**



11

## ¿Cuáles son los grupos más vulnerables a la desnutrición durante una emergencia?

Algunos grupos de la población tienen más riesgo de desnutrición que otros, debido a las necesidades de su cuerpo, dependiendo de su edad, sexo y estado de salud.

Dentro de los grupos en más riesgo se encuentran las mujeres, niños y niñas menores de dos años. A continuación se describen las características de estos grupos:

1. **0-24 meses de edad:** un niño o niña tiene necesidades de alimento, salud y cuidado que deben ser cumplidas para que crezca normalmente, sin embargo cuando el cuidado es inadecuado y existe falta de nutrientes, puede afectar su crecimiento.

La mayor parte de la falla en el crecimiento ocurre entre 6 y 24 meses, cuando ya no está protegido por la lactancia materna exclusiva. La desnutrición crónica aparece y el crecimiento y los centímetros perdidos durante esta edad ya no se recuperan.

El bajo peso al nacer: cuando el niño o niña nace con poco peso, se pone en riesgo la vida del niño o niña, lo cual afecta su crecimiento y desarrollo, si no recibe los cuidados y la alimentación adecuada, incluyendo Lactancia Materna.

Los bebés que nacen con bajo peso (menos de 5.5 libras) enfrentan muchos riesgos:

- Más riesgo de muerte durante sus primeros meses y años.
- Menos resistencia a enfermedades.
- Pueden tener más problemas en el tiempo como por ejemplo: diabetes y enfermedades del corazón.

**2. Mujeres embarazadas y que dan de mamar:** Tienen más necesidades nutricionales para asegurar el crecimiento del bebé y preparar el cuerpo para la lactancia materna. La cantidad y calidad de comida inadecuadas durante el embarazo puede aumentar el riesgo de dar a luz un niño de bajo peso. Cuando las madres están amamantando, requieren energía adicional, por lo que es necesaria una alimentación suficiente y adecuada.

Otro grupo de personas vulnerables a padecer desnutrición en emergencias son los adultos mayores, personas con discapacidad o enfermedades crónicas.

Los adultos que no tienen ganas de comer debido a una enfermedad o la vejez, normalmente tienen muchos riesgos nutricionales que pueden verse agravados por una emergencia. La pérdida de apetito y las dificultades para comer también pueden ser comunes en pacientes que padecen una enfermedad crónica. Dificultades para masticar y tragar hacen que disminuya la cantidad de alimento consumido. Esto puede llevar a una ingesta insuficiente de energía y nutrientes en el momento en que el cuerpo más los necesita.



### Ejercicio 8:

A continuación marque con una “X” la casilla junto a las consecuencias en la vida adulta que tiene la desnutrición crónica, según considere correcto.

- Baja estatura y poca capacidad de trabajo.
- Baja talla, riesgo de diabetes y enfermedades del corazón
- Todas son correctas



## Resiliencia: Viajando con todo lo necesario

Imaginen que sucedió una emergencia, ha llovido por varios días y el río que pasa por la comunidad está por desbordarse, por lo que es necesario que preparen sus maletas, empacando las cosas más importantes para resolver los problemas que se les puedan presentar.

### Instrucciones:

del listado que se muestra a continuación solamente pueden elegir seis elementos.

Amor	Tijeras	Reglas sociales	Celular	Cigarros
Ropa cómoda	Linterna	Comida rápida	Sábanas	Toallas
Medicinas	Libros	Traje de baño	Comunicación	Confianza
Comida sana	Respeto	Tolerancia	Agua potable	Bebidas alcohólicas

### Reflexione acerca de las siguientes preguntas:

- ¿Considera que estos seis elementos que se eligieron, permiten hacer frente a la emergencia?
- Si tuviera la oportunidad de agregar un elemento más a la lista, ¿cual sería?
- Usted, como líder o lideresa, ¿cómo aseguraría que su comunidad se prepare para afrontar una emergencia de este tipo?



**Doña María:** don Juan, ahora ya sabemos cómo reconocer los signos que presentan los niños con desnutrición aguda.

**Don Juan:** Sí doña María, qué importante es eso para poder llevarlos al centro de salud cuando sea necesario.

**Doña María:** Dicen que en la próxima unidad vamos a aprender a usar una cinta que se usa en el brazo de los niños para saber si están desnutridos.

**Don Juan:** Qué interesante, eso nos va a servir mucho.

# Evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional

## Unidad 3



# Presentación de la unidad



El conocimiento sobre cómo llevar a cabo la evaluación alimentaria y nutricional que se puede aplicar a una población, permite desarrollar capacidades para la prevención y atención nutricional en emergencias.

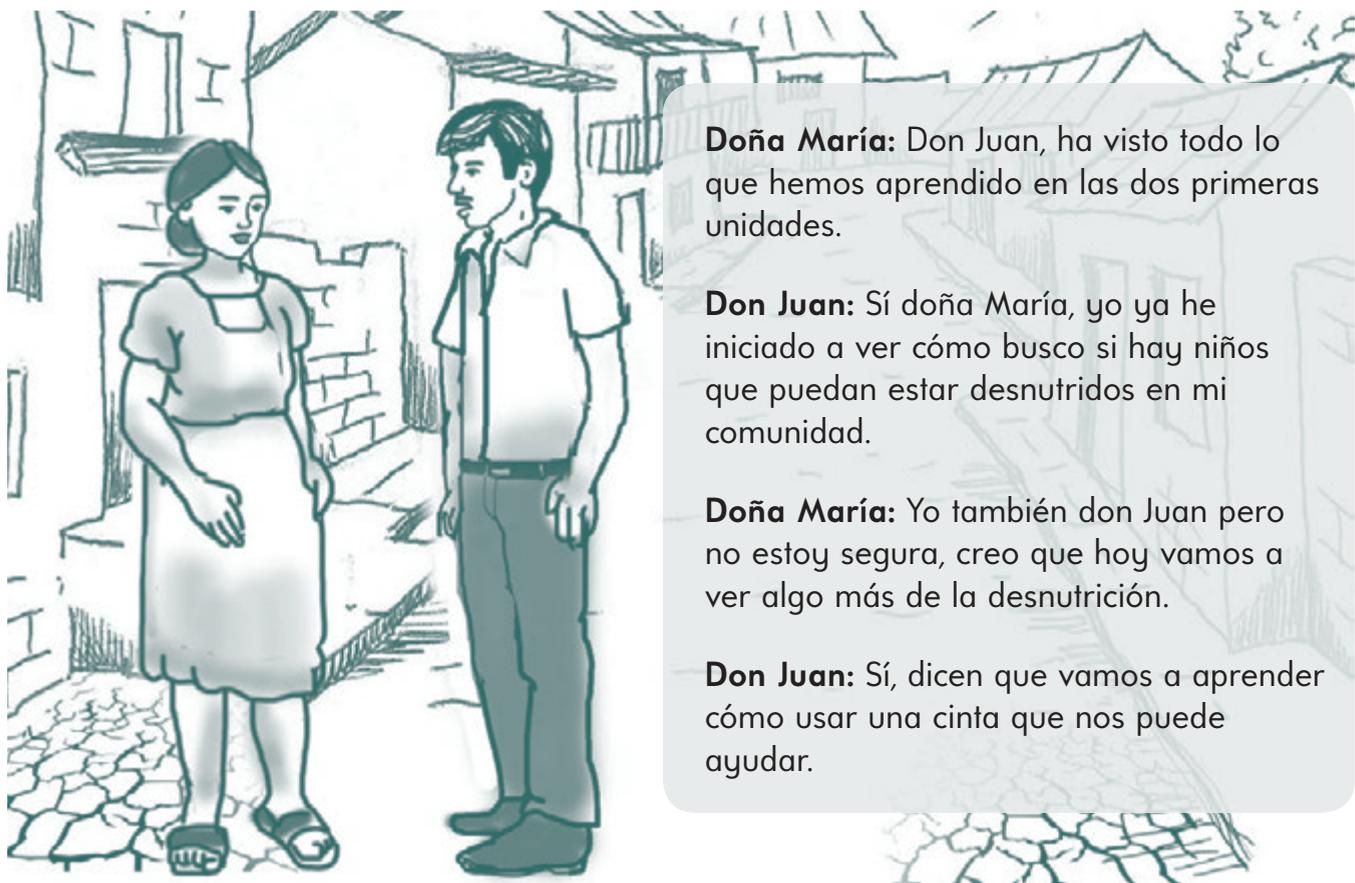
En la presente unidad “Evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional”, se conocerán y aplicarán las técnicas para realizar la evaluación nutricional individual en madres y niños, la evaluación de la población y los componentes de seguridad alimentaria y nutricional.

Se recalca la importancia de que el líder o lideresa establezca en el plan de acciones, la evaluación alimentaria y nutricional como una función periódica para vigilar el estado nutricional de la población y detectar los casos de desnutrición, diarrea o infección respiratoria que ameriten una acción local o una referencia.

Se hace notar, la importancia de realizar las acciones participativamente con la familia y la comunidad.

## Unidad 3

# Evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional



**Doña María:** Don Juan, ha visto todo lo que hemos aprendido en las dos primeras unidades.

**Don Juan:** Sí doña María, yo ya he iniciado a ver cómo busco si hay niños que puedan estar desnutridos en mi comunidad.

**Doña María:** Yo también don Juan pero no estoy segura, creo que hoy vamos a ver algo más de la desnutrición.

**Don Juan:** Sí, dicen que vamos a aprender cómo usar una cinta que nos puede ayudar.

Y usted como líder o lideresa comunitario  
¿Ha identificado algún niño o niña  
con signos de desnutrición?



## ¿Qué aprenderemos en la tercera unidad?

En esta unidad aprenderemos a:

1. Reconocer la importancia de realizar la evaluación nutricional, evaluación de salud y de la SAN.
2. Explicar los tipos de evaluación que se deben realizar en situaciones de emergencia.
3. Conocer cómo realizar los diferentes tipos de evaluación.
4. Definir el rol del líder y lideresa comunitario en la evaluación nutricional.
5. Identificar a los actores que realizan los diferentes tipos de evaluación.



## 1

## ¿Qué es una evaluación nutricional en las personas?

El propósito de la evaluación nutricional es identificar los signos de alerta y señales de peligro que puedan decir que un niño está desnutrido o no. Es importante para orientar que hacer ante una situación de emergencia.

Para realizar una evaluación nutricional se hace uso de las medidas del cuerpo tales como el peso, la estatura y la medición del brazo, en combinación con la edad y el sexo. En los niños y niñas se utiliza para llevar un registro de crecimiento y evaluar si existe desnutrición. En situaciones de emergencia se mide el peso según la estatura, lo que indica si hay desnutrición aguda o no. Los adultos también pueden sufrir pérdida de peso durante una emergencia, pero los niños generalmente son los más afectados.



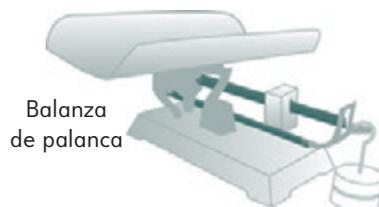
Cinta para medición del brazo



Infantómetro para medir la estatura



Balanza tipo "Salter"



Balanza de palanca



Balanza digital

### Herramientas para evaluar el estado nutricional

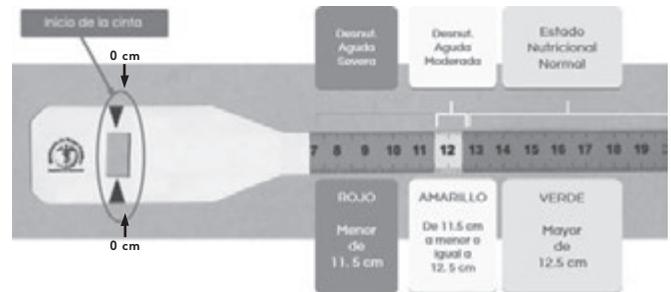
En situaciones de emergencia la evaluación nutricional se enfoca en niños y niñas de 6 meses a 5 años debido a que tienen más riesgo a desnutrirse.

La función del líder o lideresa comunitario es tener la capacidad de identificar dentro de su comunidad los signos de alerta en los grupos en mayor riesgo: Niñas y niños, mujeres embarazadas, madres que están dando de mamar, adulto mayor y casos especiales. En el caso de los niños y niñas desde los seis meses, el líder o lideresa puede detectar posibles casos de desnutrición aguda realizando la clasificación del estado nutricional con la medición del brazo y reconociendo los signos aprendidos en la unidad 2 para referir a los niños al centro de salud. En el caso de los menores de seis meses se deben identificar los signos clínicos de desnutrición y si los presenta, debe ser llevado con urgencia al servicio de salud.



## Medición del brazo

La medición debe hacerse en niños a partir de los 6 meses hasta los 5 años usando una cinta aprobada por el Ministerio de Salud, esta es flexible pero no elástica. Estas cintas tienen colores que permiten distinguir los casos de niños y niñas que necesitan ser referidos a los servicios de salud.



## Sabías que...

Si el color que tiene la cinta de medición de circunferencia media de brazo es rojo, se debe referir inmediatamente al niño o niña al servicio de salud.

## Técnica de medición

Esta medida se realiza en el brazo no dominante (generalmente el brazo izquierdo) y sin ropa.

El niño/niña estará sentado(a) sobre las piernas de su madre o puede estar parado(a).

1. Brazo con el codo flexionado con los dedos apuntando hacia al frente.

La palma de la mano hacia arriba.

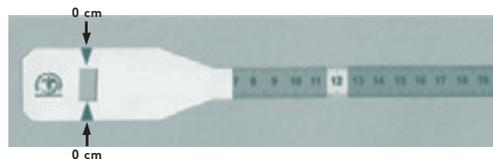


2. Marque con una línea la parte más externa del hombro.

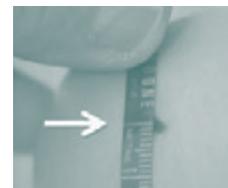




**3.** Utilice una cinta de medición del brazo.



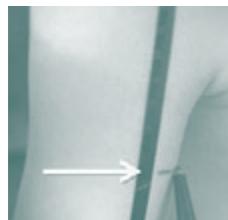
**4.** Sobre el punto que marcó, la cinta en cero centímetros (donde están las flechas).



**5.** Extender la cinta por debajo del codo.



**6.** Calcule la distancia y ubique la mitad o el punto medio.



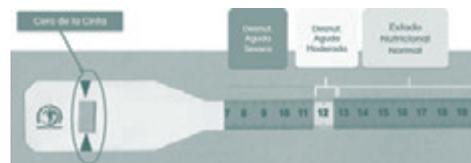
**7.** Hacer una marca horizontal en el sitio donde se calculó el punto medio.

**8.** Pida al niño/niña que relaje su brazo con la palma de la mano hacia el cuerpo.



**9.** Sobre la línea que marcó de la mitad del brazo, coloque la cinta de medición del brazo para realizar la medida de la circunferencia media de brazo. Introduzca el extremo en la abertura de la cinta.

**10.** Anote y vea el color y estado nutricional al que corresponde.





### Interpretación de la medición del brazo

Color	Clasificación
Rojo	Desnutrición Aguda Severa
Amarillo	Desnutrición Aguda Moderada
Verde	Normal

### Errores comunes en la medición del brazo

ERROR	SOLUCIÓN
Brazo incorrecto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar brazo que el niño no utiliza normalmente</li> </ul>
Usar otro tipo de cintas métricas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar la cinta de medición del brazo</li> </ul>
Sujeto parado en la posición incorrecta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitación</li> <li>• Supervisión</li> <li>• Corregir posición</li> </ul>
Contracción del brazo mientras se hace la medida, el niño hace fuerza o tiene su puño cerrado	
Posición inadecuada del examinador	
Punto medio del brazo incorrectamente marcado	
Colocación inadecuada de la cinta: muy ajustada o muy floja, o no está recta	
En el momento de toma de la medida se deja el dedo entre la cinta y el brazo	



### Ejercicio 1:

Se le entregará una cinta para medir circunferencia de brazo, con uno de los niños presentes se solicita se tome la medida.

Anote los datos de la medición en los espacios correspondientes:

**Color de la Cinta:**

**Clasificación del estado nutricional:**



?

## Sabías que...

La medición de la circunferencia media del brazo puede dar un resultado incorrecto si el niño tiene hinchado el brazo.

2

## ¿Qué es una evaluación nutricional a nivel poblacional?

La evaluación de una comunidad es esencial para orientar la respuesta ante una situación de emergencia.





## Indicadores de evaluación y detección de signos de alerta y señales de peligro

Grupo de población	Signos y señales	Acciones del líder o lideresa
General	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aumento de casos de desnutrición aguda</li><li>- Disminución o pérdida de las cosechas</li><li>- Muerte de personas por desnutrición</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinar con instituciones de gobierno responsables de salud, nutrición y alimentación (MSPAS, MAGA, SESAN)</li><li>- Solicitar apoyo de organismos internacionales para contar con ayuda alimentaria.</li></ul>
Niños y niñas	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aumento de casos de desnutrición aguda</li><li>- Muertes relacionadas con la desnutrición</li><li>- Detectar bajo peso al nacer</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Referencia al centro de salud de niños con signos de desnutrición</li><li>- Solicitar apoyo del MSPAS, MAGA, SESAN y organismos internacionales para contar con ayuda alimentaria especialmente para familias con niños desnutridos</li></ul>
Mujeres embarazadas y que están dando de mamar	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bajo peso en las mujeres</li><li>- Muerte materna</li><li>- Bajo peso de los niños al nacer</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Referencia al centro de salud de mujeres embarazadas con bajo peso</li><li>- Solicitar apoyo del MSPAS, MAGA, SESAN y organismos internacionales para contar con ayuda alimentaria</li></ul>
Personas de la tercera edad	<ul style="list-style-type: none"><li>- Personas con bajo peso</li><li>- Muerte de personas por falta de alimentos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Referencia de personas con bajo peso al centro de salud</li><li>- Solicitar apoyo del MSPAS, MAGA, SESAN y organismos internacionales para contar con ayuda alimentaria</li></ul>



## Ejercicio 2:

Marcando con una “X” en la casilla correspondiente, seleccione los signos y señales de alerta que se pueden obtener a través de una evaluación nutricional a nivel poblacional

### Signos y señales de alerta en la evaluación nutricional

- Aumento de los casos de desnutrición.
- Muerte de niños relacionadas a la desnutrición.
- Bajo peso en las mujeres.
- Peso al nacer menor a 5.5 libras.
- Pérdida de las cosechas.

### Acciones de seguimiento que debe hacer un líder o lideresa después de una evaluación de la comunidad

El líder o lideresa comunitario después de una evaluación comunitaria puede dar seguimiento en los siguientes aspectos:

- Si se identificaron casos de desnutrición aguda el líder o lideresa pueden dar seguimiento si el niño fue llevado al centro de salud y si fue así, cuál fue el diagnóstico.
- Visitar al niño o niña desnutrido cada 15 días cuando regrese a su casa.
- Sobre los casos de desnutrición que se hayan recuperado, después de tres meses se puede realizar una medida con cinta adecuada para medir el brazo.
- Si se solicitó apoyo de ayuda alimentaria, puede evaluar el uso de la misma y si se considera que fue una respuesta adecuada a la situación.
- Si se gestionaron capacitaciones o proyectos de algún tipo se puede determinar si se necesita seguimiento a los mismos y si estos alcanzaron su objetivo.
- Aplicación del procedimiento de intervención, para los casos de niños y niñas con desnutrición aguda con falta de consentimiento para tratamiento médico y nutricional.



### 3

## ¿Cuál es el procedimiento de intervención? En casos de niños y niñas con desnutrición aguda con falta de consentimiento para tratamiento médico y nutricional

Los niños y niñas menores de cinco años que sufren de desnutrición aguda moderada o desnutrición aguda severa sin complicaciones, es decir, sin diarrea o fiebre o respiración rápida, pueden ser atendidos a nivel local a través de tratamiento en casa o centro de salud. Cuando el niño o niña presenta complicaciones por la desnutrición, por ejemplo: diarrea o neumonía, se requiere que el niño o niña sea referido a un hospital.

Algunas veces, en los casos de desnutrición aguda que deben ser trasladados al hospital hay problemas para el traslado de los niños, este atraso representa un riesgo para la vida de los niños y niñas. Para atender los casos en los que los papás o responsables del niño o niña no dan la autorización para que se brinden los servicios de salud necesarios, existe un procedimiento para ayudar a que estos niños y niñas puedan recibir dicha atención.

El primer paso del procedimiento es identificar el caso del niño o niña con desnutrición aguda que debe ser trasladado, este diagnóstico lo debe de hacer un representante del Ministerio de Salud, luego debe conversar con los padres o responsables del niño o niña para que den el consentimiento para realizar el traslado al hospital.

En caso no exista consentimiento de los padres o encargados, la persona del Ministerio de Salud y un representante de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional SESAN deben llenar la ficha donde se determinan las causas por las que se está negando la autorización.

- Si es por causas materiales distancias largas, falta de transporte, o falta de recursos se hace la coordinación con las entidades correspondientes.
- Si es por creencias religiosas, desconfianza, falta de información, desacuerdo entre los padres o responsables, etcétera, se debe realizar una reunión con los padres y se les debe dar la información acerca de la desnutrición y las consecuencias que tiene no dar tratamiento y se trata de convencer para solucionar la situación.

Si con este procedimiento se logra el consentimiento se deben seguir los pasos establecidos por el Ministerio de Salud para llevar al niño al hospital.



Si después de esto no se tiene consentimiento de los padres o responsables del niño o niña, se debe proceder por vía judicial y los responsables son: La procuraduría General de la Nación en coordinación con una autoridad municipal y con el apoyo de las instituciones que conforman la COMUSAN.

## ?

### Sabías que...

Existe el documento “Protocolo de intervención para garantizar el derecho a la salud, la integridad y la vida de niños y niñas con desnutrición aguda, en casos de falta de consentimiento para tratamiento médico y nutricional” en donde se encuentra el procedimiento para intervención en los casos de desnutrición.

## 4

### ¿Cuál es el vínculo entre la evaluación de salud y la nutrición?

La evaluación de la salud es una tarea que implica la recolección de información para medir el daño y determinar las necesidades básicas de la población afectada.

Es importante saber si existen problemas de salud, si hay riesgo que aumente la cantidad de muertes y las enfermedades, cuáles son las necesidades en salud y cómo organizar mejor las prioridades de respuesta.



La identificación de las causas de la desnutrición es el punto de partida para la evaluación de salud, pues esto indica que la desnutrición no es solo por la falta de alimentos sino que tiene relación con la presencia de enfermedades producidas por un lugar poco saludable, servicios de salud inadecuados y deficientes.

La exposición a enfermedades infecciosas aumenta los casos de enfermedad y puede llevar a un aumento en la desnutrición y muerte. Por ejemplo, la diarrea y el dengue suelen ser más prevalentes en las estaciones lluviosas.

En las situaciones de emergencia, es muy frecuente que los servicios de salud se vean afectados por la falta de medicamentos y de personal calificado, además, se debe tomar en cuenta que las mujeres, los niños y niñas están en mayor riesgo en momentos de emergencia y necesitan apoyo especial.



### Ejercicio 3:

Marcando con una “X” en la casilla correspondiente, seleccione la respuesta que considere correcta para el enunciado.

**La evaluación de salud es una tarea que implica:**

- Enviar a todas las personas al centro de salud.
- La recolección de información para medir el daño y determinar las necesidades básicas de la población afectada.
- Saber qué es lo que comen las personas.
- Ninguna es correcta.

### Enfermedades comunes que pueden propagarse en situaciones de emergencia

Enfermedades	Principales factores de contribución	Medidas de prevención
<b>Enfermedades diarreicas (ETAS)</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hacinamiento o conjunto numeroso de personas en un lugar reducido</li> <li>• Contaminación del agua y los alimentos</li> <li>• Falta de higiene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio suficiente</li> <li>• Educación sobre la salud</li> <li>• Distribución de jabón</li> <li>• Buena higiene personal y de los alimentos</li> <li>• Suministro de agua potable y saneamiento</li> </ul>
<b>Infecciones respiratorias agudas (IRAS)</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivienda inadecuada</li> <li>• Escasez de mantas y ropa</li> <li>• Humo en el espacio vital</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio vital suficiente y vivienda adecuada</li> <li>• Evitar el humo</li> <li>• Ropa adecuada, mantas en cantidad suficiente</li> </ul>

Continúa...



Enfermedades	Principales factores de contribución	Medidas de prevención
<p style="text-align: center;"><b>Dengue</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agua estancada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Destrucción de los lugares donde se reproduce el mosquito, eliminación de las larvas y los mosquitos adultos mediante fumigación</li> <li>• Entrega de mosquiteros</li> <li>• Distribución de medicamentos (por ejemplo, a las embarazadas y los niños pequeños de acuerdo con los protocolos nacionales)</li> </ul>



### Ejercicio 4:

A continuación se le presentan algunas enfermedades, encierre en un círculo aquellas que se propagan comúnmente en situaciones de emergencia.

Infecciones respiratorias

Enfermedades diarreicas

Dengue

Obesidad

Cansancio

Empacho

### Importancia de reportar casos de enfermedad: IRAS y ETAS

Las infecciones respiratorias son enfermedades causadas por microbios que pueden atacar el aparato respiratorio. Suelen ocasionar complicaciones que afectan el estado de salud del niño y que deben ser atendidas con urgencia por el personal de salud.





Las enfermedades transmitidas por los alimentos generalmente diarrea, resultan del consumo de un alimento o una bebida contaminados por microorganismos y/o químicos tóxicos que pueden causar hasta la muerte.

Las enfermedades por causas alimentarias se atribuyen al manejo inadecuado de los alimentos, especialmente en las prácticas relacionadas a:

- Mala salud o hábitos de higiene deficientes en la preparación de alimentos.
- Contaminación de alimentos cocidos con alimentos crudos o superficies contaminadas.
- Insuficiente tiempo de cocimiento de los alimentos que no permiten la destrucción total de los gérmenes.



### Sabías que...

La importancia de reportar los casos de infecciones respiratorias y transmitidas por alimentos permite tener la capacidad de identificar si se presentan aumento de las mismas e implementar acciones preventivas y correctivas, según sea el caso.



## Ejercicio 5:

Escriba las respuestas que considere correctas.

1. Son enfermedades que pueden atacar el aparato respiratorio:

2. Son infecciones que resultan del consumo de un alimento o una bebida contaminados:

## 5

### ¿Qué es la evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional?

La evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) se realiza normalmente en países expuestos a emergencias como el nuestro.

Los enfoques para la evaluación de la SAN en emergencias pueden ser de la siguiente forma.

#### Enfoques basados en la alerta temprana y la vigilancia

La alerta temprana consiste en recolectar y analizar información que permita predecir la crisis, ver que las cosas se están poniendo mal y tomar medidas para prevenirlas o limitar sus efectos. Está relacionada, tanto con la preparación y la planificación de respuesta, como con la prevención.

La mayoría de los sistemas de vigilancia de la SAN recogen datos de las siguientes fuentes:

- Producción agrícola y ganadera.
- Mercados como el comercio nacional e internacional, precios de artículos de primera necesidad y del ganado.
- Grupos en riesgo.
- Estado nutricional y de salud de la población.



## Enfoques basados en la economía y los medios de vida

### - Enfoques basados en la economía familiar

Este enfoque reconoce que la economía de una población depende de los ingresos familiares (tanto en dinero como en producción de alimentos), los gastos familiares (alimentarios y no alimentarios) y otros factores, incluidos los ahorros, el ganado y otras pertenencias, la disponibilidad de alimentos silvestres y el acceso a mercados.



Si la población no tiene suficientes ingresos se deben buscar acciones que ayuden a los hogares a tenerlos. Entre estas acciones se incluyen:

- Coordinar con los actores locales como instituciones de gobierno, organismos internacionales y ONG's para solicitar asistencia técnica e identificar cómo mejorar la producción de alimentos a nivel comunitario y mejorar las prácticas agrícolas con técnicas que no dañen el ambiente.
- Identificar organizaciones que puedan apoyar y capacitar a la población en la elaboración de artesanías, manualidades y otros productos que puedan venderse.
- Producir alimentos y otros insumos de tipo orgánico o que no requieran mucha agua: abono orgánico o producidas por lombrices, propagación de hierbas y plantas comestibles o para barreras vivas propias del área.



### Enfoques basados en el estado nutricional

Tienen como interés principal prevenir o tratar la desnutrición, y consideran que las condiciones de los diferentes componentes de Seguridad Alimentaria y Nutricional, son elementos que determinan el estado nutricional.





## **Resiliencia:** ¿Tengo características que me ayudan a enfrentar una situación de emergencia y ayudar a mi comunidad?

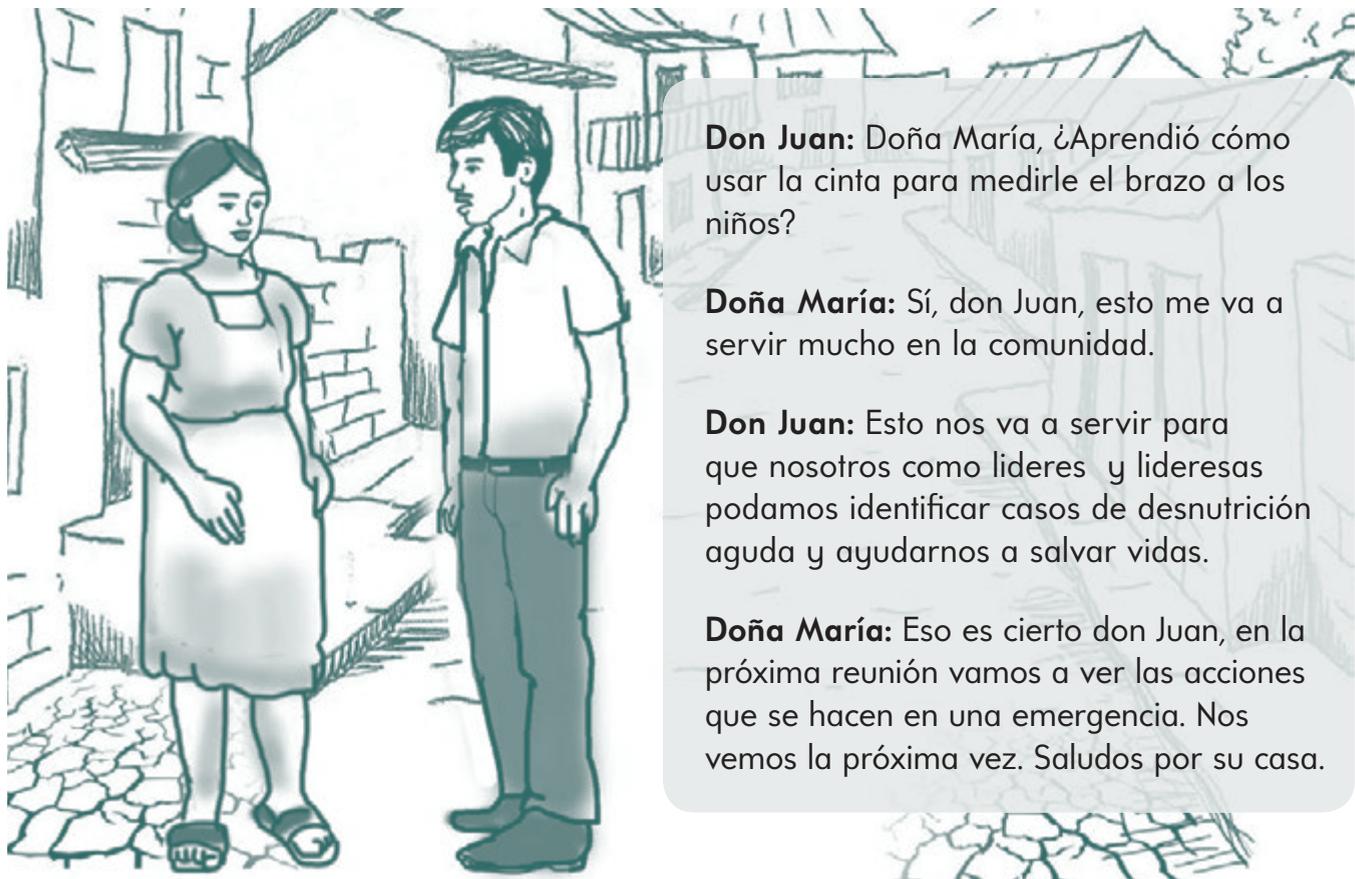
La capacidad para enfrentar diferentes situaciones de la vida o una situación de emergencia requiere de tener algunas características o valores como persona. Si tenemos estas características o valores y los ponemos al servicio de la comunidad, se podrá recuperar más fácilmente de la situación difícil que se enfrente. Como vimos en las unidades anteriores, a esta capacidad se le llama resiliencia que tiene como resultado el tener una comunidad fortalecida para enfrentar situaciones difíciles.

Ahora que ya sabe lo que es la resiliencia, cierre los ojos y piense en alguna situación difícil que le haya pasado hace poco, dentro o fuera de su familia. Esto puede ser desde un problema familiar, personal o de la comunidad. Por ejemplo: problemas con un vecino, escasez de alimentos, falta de empleo o un problema personal. Simplemente recuerde una situación que le resultó complicada.

Una vez que tengan la imagen de esa situación recuerde.

- ¿Qué hizo en esa situación?
- ¿Cómo se sentía?
- ¿Había alguien en especial que le ayudó?
- ¿Quién era esa persona... y qué hizo que le ayudó?
- ¿Cuál fue el final...y cómo están las cosas ahora?

Luego, piense si la situación se resolvió de forma adecuada y se tuvo la capacidad para afrontarla de una forma positiva. Si su respuesta es positiva, diga cómo puede apoyar en su comunidad si logra tener esa capacidad a nivel personal



**Don Juan:** Doña María, ¿Aprendió cómo usar la cinta para medirle el brazo a los niños?

**Doña María:** Sí, don Juan, esto me va a servir mucho en la comunidad.

**Don Juan:** Esto nos va a servir para que nosotros como líderes y lideresas podamos identificar casos de desnutrición aguda y ayudarnos a salvar vidas.

**Doña María:** Eso es cierto don Juan, en la próxima reunión vamos a ver las acciones que se hacen en una emergencia. Nos vemos la próxima vez. Saludos por su casa.

# Acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia

## Unidad 4



# Presentación de la unidad



En la Unidad “Acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia”, se presentan acciones que se deben implementar, en las cuales los líderes y lideresas pueden intervenir y realizar algunas acciones en beneficio de la comunidad.

Las acciones que se revisarán, están relacionadas con la ayuda alimentaria, el aprovechamiento de los alimentos localmente disponibles, las acciones con micronutrientes, enfatizando el uso adecuado de los micronutrientes espolvoreados con el propósito de evitar deficiencias en el grupo infantil. Se destacan también, las principales acciones en salud y nutrición, entre las que se encuentran la atención adecuada de la madre en período de embarazo y lactancia, la protección de la lactancia materna y la adecuada práctica de alimentación complementaria.

Se promoverá que los líderes y lideresas lleven a cabo el monitoreo para el cumplimiento de las acciones, la promoción y difusión de mensajes clave, la identificación de casos que ameriten referencia a los servicios de salud, entre otras.

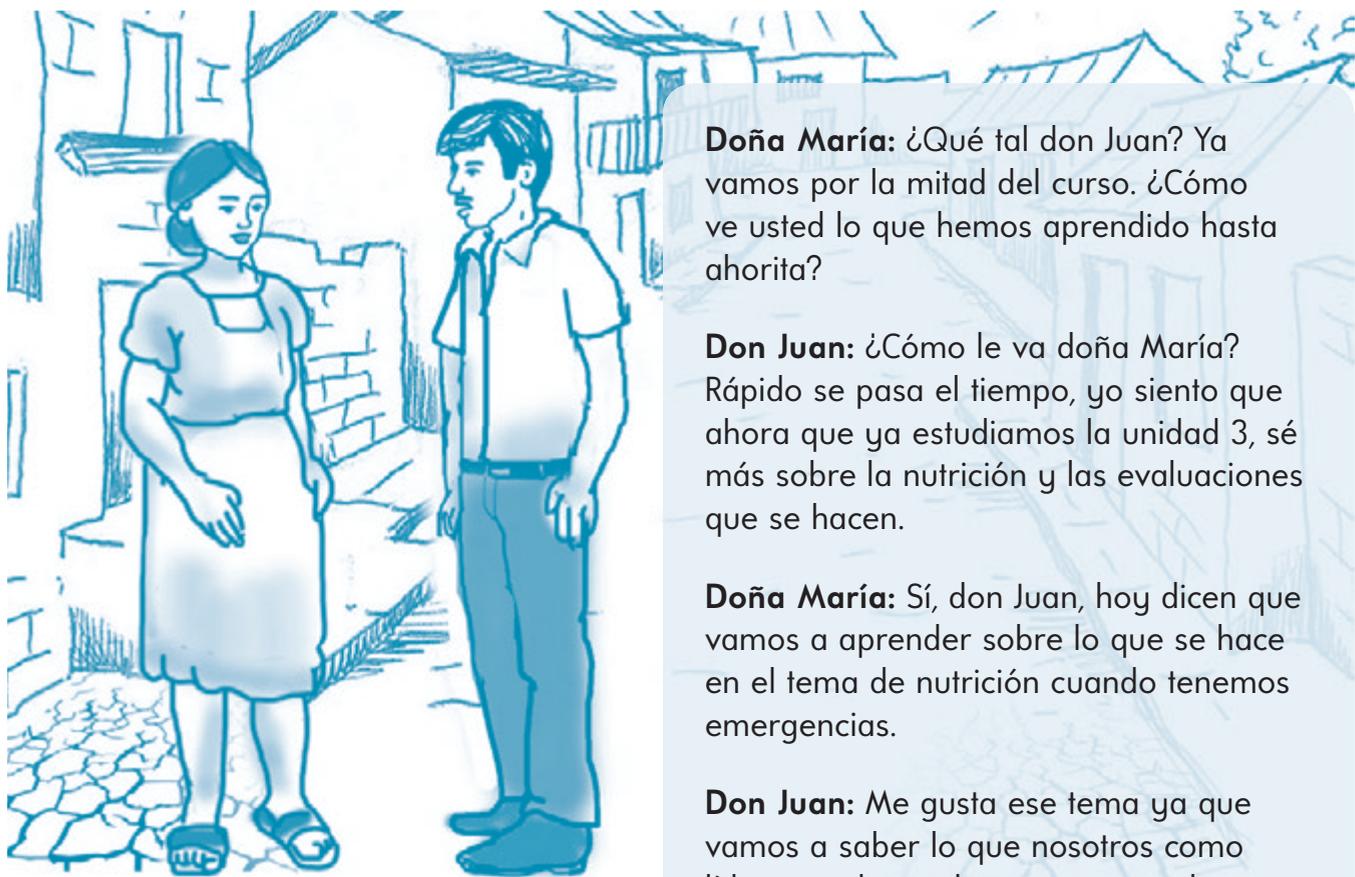
En complemento para alcanzar el desarrollo y la sostenibilidad se enfocan acciones con el objetivo de mantener los medios de subsistencia y algunas orientaciones que la comunidad puede considerar para iniciar proyectos sostenibles que permitan la rehabilitación.

Además, se insiste en la caracterización de la vulnerabilidad del grupo materno infantil, adultos de la tercera edad y población afectada por enfermedades crónicas y las acciones más efectivas y oportunas para reducir los riesgos en la salud.

Para finalizar, se promueven acciones con el fin de fortalecer las capacidades de resiliencia, partiendo de la actividad para reconocer las características que cada persona debe fortalecer como responsable de su cambio frente a los desastres y emergencias.

## Unidad 4

### Acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia



**Doña María:** ¿Qué tal don Juan? Ya vamos por la mitad del curso. ¿Cómo ve usted lo que hemos aprendido hasta ahorita?

**Don Juan:** ¿Cómo le va doña María? Rápido se pasa el tiempo, yo siento que ahora que ya estudiamos la unidad 3, sé más sobre la nutrición y las evaluaciones que se hacen.

**Doña María:** Sí, don Juan, hoy dicen que vamos a aprender sobre lo que se hace en el tema de nutrición cuando tenemos emergencias.

**Don Juan:** Me gusta ese tema ya que vamos a saber lo que nosotros como líderes podemos hacer para ayudar a nuestra comunidad

Y usted como líder o lideresa comunitario  
¿Sabe lo que se debe hacer durante  
situaciones de emergencia?



## ¿Qué aprenderemos en la cuarta unidad?

En esta unidad aprenderemos a:

1. Describir las acciones en salud y nutrición que debemos realizar en una emergencia.
2. Reconocer el propósito de las acciones de salud y nutrición en una emergencia.
3. Utilizar alimentos localmente disponibles para la elaboración de preparaciones nutritivas.
4. Identificar los criterios que debe cumplir la ayuda alimentaria.
5. Elaborar mezclas nutritivas con alimentos de donación.
6. Identificar el papel del líder comunitario en las intervenciones de salud y nutrición que deben realizarse en situaciones de emergencia.



## 1

## ¿Qué acciones de salud y alimentación se deben realizar para prevenir la desnutrición en situaciones de emergencia?

Entre las acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia, se incluye la alimentación a la población afectada con el fin de prevenir la desnutrición. Para esto se puede hacer uso de alimentos localmente disponibles o recibir ayuda alimentaria a través de la distribución de alimentos ya sea en el hogar o a nivel de albergues. A continuación se describen las intervenciones:

### a. Uso de alimentos localmente disponibles.

Se debe dar prioridad a consumir alimentos localmente disponibles, aunque se debe considerar que la disponibilidad de los mismos depende de los daños que sufrió la producción de alimentos en la comunidad. La ventaja de utilizar alimentos locales es evitar la dependencia de la ayuda alimentaria externa y que son alimentos que la población ya conoce y forman parte de su alimentación diaria.

El líder o lideresa comunitarios pueden apoyar en la elaboración de un listado de alimentos disponibles a nivel local y promover su consumo a través de la demostración de preparaciones nutritivas.

### b. Ayuda alimentaria.

Es una forma de distribución de alimentos y consiste en raciones de alimentos que se proveen a familias afectadas en situaciones de emergencia. El propósito de la ayuda alimentaria puede variar desde salvar vidas, proteger el estado nutricional de la población y prevenir la desnutrición, hasta rehabilitar los medios de vida\*.



\*Los medios de vida son los diferentes tipos de recursos que utilizan los hogares de una zona geográfica para vivir. Estos pueden ser financieros, humanos, naturales, físicos, sociales y políticos, así como el uso de las distintas estrategias que se tienen por ejemplo, agricultura, trabajo, comercio y migración.



La ración de alimentos está compuesta por diversos productos, en los cuales se incluye como mínimo tres cereales como arroz, fideo, atol, maíz, además de incluir frijol y aceite. En las raciones también se puede añadir sal, azúcar, verduras frescas y carne o pescado enlatado, respetando siempre la cultura alimentaria del lugar afectado. La ración también puede incluir agua segura que es adecuada para el consumo humano.

La distribución general de alimentos a menudo se implementa como respuesta frente a una crisis de Inseguridad Alimentaria y Nutricional, reportes de altos niveles de desnutrición y mortalidad en una población. La entrega de alimentos debe dirigirse a todas las personas afectadas que necesitan alimentos, pero si no es posible, se tendrán como grupos prioritarios a los menores de cinco años, las mujeres embarazadas y en período de lactancia y luego encontrar la manera de asistir al resto de la población, especialmente a las personas que presenten desnutrición o se encuentren en riesgo.

El líder y lideresa comunitarios podrían apoyar en la revisión de los alimentos que forman parte de la ayuda alimentaria. Es importante revisarlos para asegurarse que no están en mal estado o vencidos para evitar enfermedades en la población.

En el siguiente cuadro se presentan las características que pueden evaluarse de los alimentos de ayuda alimentaria y localmente disponibles.

Es importante darles un uso adecuado a los alimentos tanto locales como aquellos que se reciben como parte de la ayuda alimentaria. Por tal razón el líder o lideresa puede realizar una evaluación de los alimentos que se tienen disponibles para asegurar su calidad, prevenir enfermedades y promover las demostraciones de preparaciones o mezclas nutritivas utilizando los alimentos disponibles.



### Características a evaluar en los alimentos

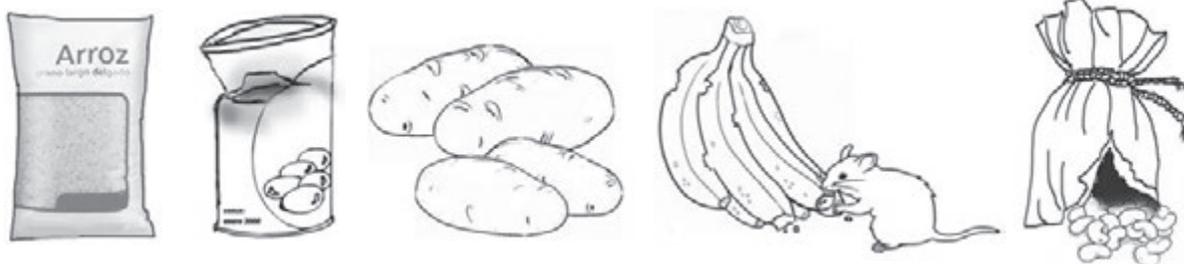
Alimento	Aspectos a evaluar	Aspectos que ameritan el rechazo
<b>Alimentos secos:</b> frijol, maíz, trigo, arroz, cebada, avena, Incaparina, mezcla CSB, sal, atoles, azúcar, etc.	<b>Calidad del producto:</b> Tamaño uniforme, grano limpio, sin basura y libre de gorgojos, moho o plagas.  El empaque debe contar con instrucciones de cómo utilizarlos, fecha de vencimiento y en español.	Empaques rotos, alimentos tirados en el piso, comidos por ratones insectos, húmedos, con moho, con basura o que su contenido sea diferente a lo que dice la etiqueta.
<b>Alimentos frescos:</b> frutas y verduras	Color uniforme, textura firme, libre de insectos, sin magulladura, fresca.	Olor desagradable, sabor extraño, magulladuras o golpes, tienen moho, mordedura de animales o presencia de insectos o si está podrido.
<b>Huevos</b>	Observar que la cáscara esté en buen estado y limpia. Una vez abiertos los huevos, yema abultada y no aplanada, clara viscosa y firme	Cáscara rota y mal olor.
<b>Enlatados y envasados</b>	Sin golpes, etiqueta en buen estado, que indique fecha de vencimiento y que no esté vencido.	Latas que estén oxidadas, picadas, golpeadas o infladas, si tienen contenido diferente al que indica la etiqueta, y si al abrir el alimento huele mal.
<b>Agua o bebidas embotelladas</b>	En envases cerrados y que tenga el seguro en la tapadera, que se vea el agua transparente.	Sello de la tapadera abierto, envase en mal estado, agua turbia.

En el anexo 1 se incluye un listado para evaluar la calidad de los alimentos localmente disponibles y los que se entregan como parte de la ayuda alimentaria y en el anexo 2 se presentan ejemplos de preparaciones nutritivas utilizando alimentos locales y que son recibidos en la ayuda alimentaria.



## Ejercicio 1:

En la Comunidad “Amanecer” se está realizando la distribución de alimentos como parte de las intervenciones en la situación de emergencia que está viviendo la población. Marque con una “X” aquellos alimentos que son adecuados para su consumo.



## Sabías que...

La ayuda alimentaria es la forma más común de respuesta, a los problemas relacionados con la nutrición durante las emergencias. Pero solo dar ayuda alimentaria no tiene éxito en tratar la desnutrición, esta debe estar ligada a otras acciones que se presentan a continuación.



## ¿A qué llamamos acciones con vitaminas y minerales (micronutrientes)?

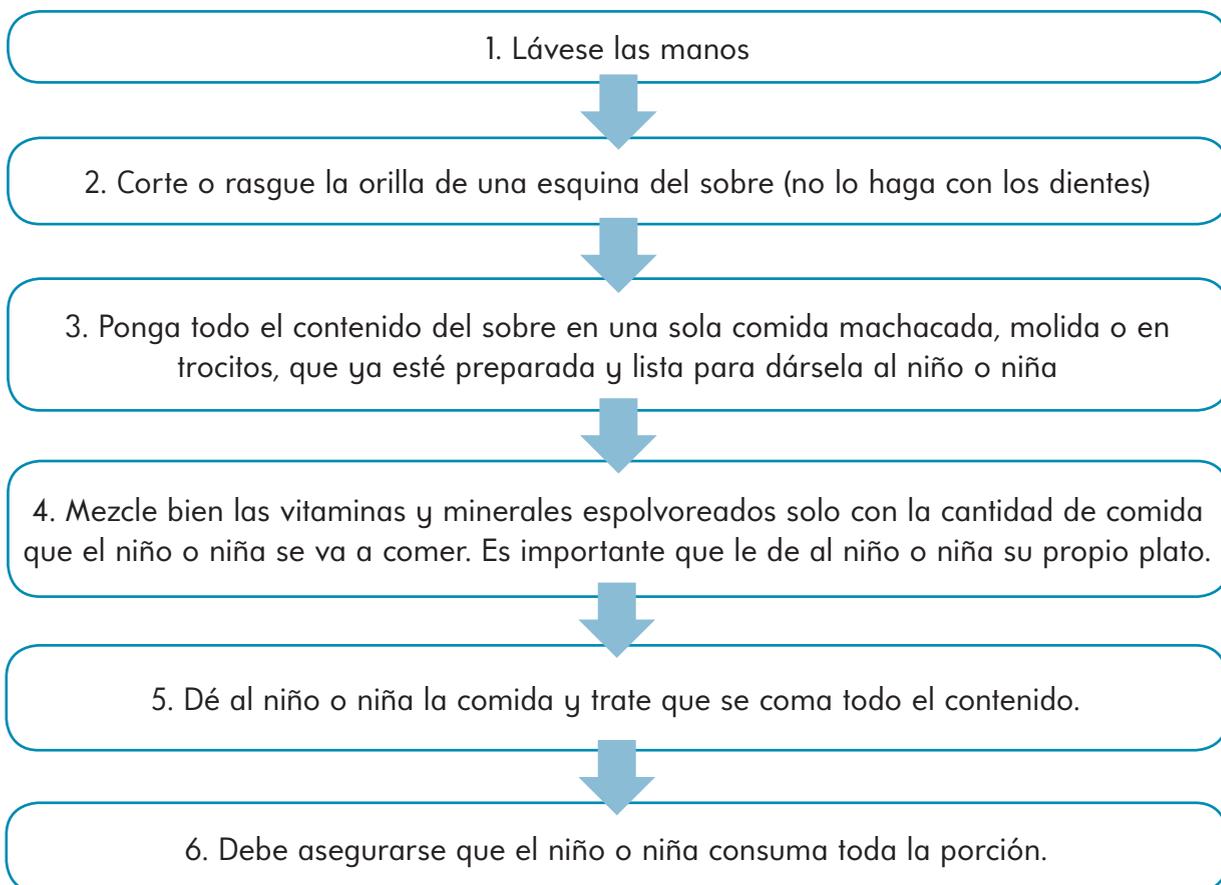
Es la acción de asegurar que la población recibe vitaminas y minerales (micronutrientes) para prevenir enfermedades por falta de ellos, por ejemplo, como el hierro y yodo. Para ello se pueden incluir en la ayuda alimentaria, alimentos que tienen estos nutrientes en su forma natural o que están fortificados con ellos, o aumentar el tamaño de la ración que se entrega a la población. Es necesario revisar que los alimentos que se reciben como parte de la ayuda alimentaria cumplan con las leyes de fortificación del país, por ejemplo, que el azúcar tenga Vitamina A y que la sal tenga Yodo.

Otra acción que se realiza por parte del Ministerio de Salud es la entrega de vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc) para niños y niñas los cuales deben darse una vez al día en su comida. Dicha acción se realiza de forma rutinaria en los servicios de salud, pero debe mantenerse cuando ocurre una situación de emergencia.



A continuación se describe el procedimiento para uso de las vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc).

### Pasos



### ¿Que no se debe hacer con las vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc)?

- El contenido de los sobres nunca se debe agregar durante la preparación o cuando los alimentos estén muy calientes.
- El contenido de los sobres no debe ser agregado a alimentos y bebidas líquidas.
- No debe recalentar comida a la que se le han agregado las vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc).
- No reparta un sobre con más niños, el contenido sirve sólo para uno solo.
- No deje pasar más de media hora después de agregar el sobre de vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc) a la comida, después de ese tiempo la comida puede ponerse oscura y cambiar un poco de sabor.



## Ejercicio 2:

Lea el siguiente caso e indique en donde están los errores al agregar las vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc) en la comida para Luisito.

El personal de salud le entregó a doña Juana treinta sobres de vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc) para que le dé a su niño uno cada día, hasta la próxima consulta que será dentro de un mes. Al llegar a su casa doña Juana los guardó en un lugar fresco y seco, en donde los demás niños no los pueden alcanzar. Ella decidió que se lo daría a la hora del almuerzo, ya que es cuando ella considera que mejor come Luisito. Este día ella le va a dar frijoles molidos con un poco de tortilla desecha con los frijoles, ella calentó los frijoles y agregó el sobre en la olla de frijoles. A continuación le sirvió a toda la familia su porción y le dio de comer a Luisito.

Respuesta:

## 3

### Otras acciones en salud y nutrición

Hay otras acciones de salud y nutrición que se realizan en situaciones normales y de emergencia con el propósito de prevenir la desnutrición aguda y el aumento de casos o deterioro de la salud de la población debido a enfermedades contagiosas.

Durante las emergencias, hay mayor riesgo de sufrir de enfermedades que pueden afectar a muchas personas. Las enfermedades más comunes son las diarreas, sarampión, disentería, dengue y meningitis.

Entre las intervenciones de salud y nutrición se consideran las siguientes:

- Promoción de la lactancia materna\* exclusiva durante los primeros seis meses de vida y continuada hasta los 2 años de edad.
- Promoción de la alimentación complementaria\*\* oportuna y adecuada.

\* La lactancia materna es "cuando el niño recibe solamente leche de pecho de su madre o de otra persona y no recibe ningún tipo de líquidos o sólidos, ni siquiera agua" (OMS) . Esta debe darse los primeros seis meses de vida.

\*\*La alimentación complementaria es "cuando se le empiezan a dar al niño que cumplió seis meses alimentos diferentes a la leche materna" (OMS).



- Suplementación con vitamina A.
- Control de plagas: uso de mosquiteros o fumigación.
- Vacunación contra sarampión y meningitis.
- Provisión de agua segura para consumo.
- Atención médica para tratar a personas enfermas.

Es recomendable que los programas de salud y de nutrición estén integrados para reunir la salud reproductiva, la salud materna, infantil y del neonato, y la atención en salud para los adultos.

El líder o lideresa comunitarios podrían apoyar verificando el cumplimiento de acciones de salud y si la comunidad o albergue se encuentran en condiciones higiénicas, si se cuenta con agua segura, si las personas que preparan alimentos tienen una adecuada higiene de manos y alimentos, si se cuenta con mosquiteros o se fumigan las instalaciones y si personal del Ministerio de Salud llega a atender a la población.



### Ejercicio 3:

Comente con sus compañeros las acciones de salud que se pueden realizar en situaciones de emergencia y anote en el siguiente espacio al menos cuatro funciones o acciones en las que puede apoyar como líder o lideresa comunitarios.



# 4

## ¿Cuál es la importancia de la lactancia materna y la alimentación complementaria en situaciones de emergencias?

La alimentación de lactantes y niños pequeños en emergencias tiene la finalidad de proteger y apoyar la lactancia materna y la alimentación adecuada de lactantes y niños menores de 2 años de edad en situaciones de emergencia.

Esto ayudará a evitar o prevenir enfermedades, prevenir la desnutrición y la muerte debido a que en ocasiones la familia se tiene que mover de su hogar a un albergue, las condiciones de higiene y saneamiento son pobres, la disponibilidad de alimentos es deficiente o no se pueden comprar y el sistema de salud no puede atender a toda la población de forma oportuna.

Se pueden implementar varias medidas simples para apoyar a la alimentación de los menores de dos años como las que se presentan a continuación:

- Brindar educación alimentaria y nutricional sobre los beneficios de la lactancia materna para evitar que se suspenda la práctica en situaciones de emergencia y la adecuada introducción de alimentos.
- Contar con un espacio adecuado para dar lactancia materna en los albergues donde las madres se puedan reunir, descansar y recuperarse.
- Demostraciones de mezclas nutritivas para los menores de seis a 24 meses.
- Asegurar que la madre que está dando lactancia se alimente bien y consuma agua segura.
- Revisar que se cumplan las medidas de higiene en la preparación de alimentos.
- Coordinar con voluntarias y voluntarios de la comunidad el apoyo a las madres que tienen niñas y niños que están mamando o que están en la etapa de introducción de alimentos. Si hay personas que pueden apoyar en las actividades que debe realizar la madre, ella se sentirá con mas tiempo para ocuparse de la alimentación de los menores.
- Formar grupos de madres para apoyar a las que están dando de mamar porque la tensión por la misma situación pueden afectar la producción de leche en un inicio.



Los mensajes clave que debe promover el líder o lideresa comunitarios pueden ser:

- Durante las emergencias lo más importante es que las madres sigan dando de mamar a sus hijas e hijos, ya que los nutre y protege de la deshidratación y desnutrición.
- Apoyar a las madres que están dando de mamar y darles una refacción en la mañana y una en la tarde.
- Niñas y niños de 6 a 8 meses de edad: además de la leche materna, deben consumir alimentos en forma de papilla (comida bien machacada).
- Niñas y niños de 9 a 11 meses de edad: además de la leche materna, deben consumir alimentos en trocitos como yema de huevo, pollo, hígado o carne de res. Al menos debe hacer tres tiempos de comida al día.
- Al cumplir un año de edad la niña o niño puede comer los alimentos que come la familia y hacer cinco tiempos de comida (desayuno, almuerzo y cena y dos refacciones, una en la mañana y otra en la tarde).
- Se recomienda dar de mamar de forma exclusiva por seis meses y continuar la lactancia hasta que la niña o niño cumpla dos años.

Existen sustitutos de la leche materna que son las fórmulas comerciales o preparaciones que se hacen en el hogar, las cuales se dan al lactante cuando por alguna razón la madre no puede dar de mamar en situaciones como: la muerte o ausencia inevitable de la madre, la madre está muy enferma, la madre está iniciando a dar pecho otra vez, la madre es paciente con VIH o rechaza a su hija o hijo.

Como líder o lideresa comunitarios, si encuentra casos en los que la lactancia materna no es posible, debe informar inmediatamente al representante del Ministerio de Salud y representantes de organizaciones que trabajan en la situación de emergencia que se vive para que tomen acciones al respecto.

También puede apoyar a revisar que en la ayuda alimentaria no se distribuyan fórmulas infantiles o “leche de bote” o pachas. Si se encuentra que se incluyen en la ayuda alimentaria, se debe notificar a las autoridades gubernamentales y al Ministerio de Salud quienes pueden alertar sobre el peligro de consumir estos productos.

La donación de sustitutos de leche materna puede promover que las madres que sí pueden dar de mamar reduzcan o suspendan la leche materna por tener tanta disponibilidad de fórmulas o leches de bote.



### Sabías que...

Los peligros de usar pachas se refieren a que la higiene de las mismas no sea adecuada, lo cual puede producir enfermedades que pueden empeorar la desnutrición.

El uso de fórmulas infantiles o “leche de bote” puede aumentar el riesgo de infecciones, diarrea y desnutrición.



### Sabías que...

Continuar con la lactancia materna y la alimentación complementaria de forma adecuada en situaciones de emergencia puede salvar vidas y prevenir la desnutrición. Por tal razón, es necesario contar con un lugar protegido para dar de mamar, apoyar a las madres para que sigan con dicha práctica y asegurar que ellas cuentan con ayuda alimentaria.



### Ejercicio 4:

Lea detenidamente las oraciones que se presentan a continuación y responda Falso o verdadero según corresponda. Marque con una “X”.

	Falso	Verdadero
La lactancia materna debe ser exclusiva durante los primeros seis meses del lactante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Las fórmulas infantiles o leche de bote debe incluirse como parte de la ayuda alimentaria	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mantener la práctica de lactancia materna en situaciones de emergencia ayuda a evitar o prevenir enfermedades y la desnutrición	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La madre que está dando de mamar necesita comer dos refacciones adicionales al día	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La niña o niño que cumple seis meses ya debe consumir otros alimentos diferentes a la leche materna	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



## 5

## ¿Qué son las acciones en medios de subsistencia?



Este tipo de acciones se están utilizando cada vez más durante las emergencias. Se han implementado acciones en dinero (dinero por trabajo, bonos de dinero y microfinanciación). Estas acciones tienen ciertas ventajas frente a la entrega de ayuda alimentaria. Se pueden implementar de manera más rápida y permiten a los participantes elegir cómo satisfacer sus necesidades inmediatas. Los programas de dinero sólo se pueden implementar si hay disponibilidad local de alimentos o donde los mercados de alimentos estén funcionando.

Alimentos por trabajo y dinero por trabajo son programas en donde los hogares reciben una ración de alimentos o dinero a cambio del trabajo, en algunos casos se pueden emitir vales para ser canjeados por alimentos en ciertos comercios, con una gama de productos definida (alimentos básicos). Este tipo de programas busca crear o mejorar carreteras, escuelas o sistemas de irrigación que son de beneficio a la comunidad. Estos programas se perciben como una manera de asegurar que sólo los necesitados reciban ayuda, una desventaja de este tipo de programa es de un hogar que no tenga un miembro físicamente activo no puede participar.

Existen programas de apoyo a la agricultura, que dan asistencia técnica, entrega de semillas y diversificación de cultivos. Estos programas buscan asegurar la disponibilidad y acceso a algunos alimentos a nivel familiar.



## 6

### ¿Cómo iniciar de nuevo después de una emergencia?

Después de una emergencia las actividades normales de una comunidad, por lo general, han sido afectadas. Dependiendo de la magnitud de la emergencia se deben proponer distintos tipos de acciones. De esta manera se debe buscar que las comunidades tengan la capacidad de afrontar la situación y sobreponerse al establecer proyectos sostenibles que permitan la disponibilidad y el acceso a los alimentos. A este tipo de intervenciones se les llama “rehabilitación de los medios de vida”.

Para esto se debe partir del reconocimiento de las actividades tradicionales a través de las que los miembros de la comunidad obtienen su sustento. A partir de esto se pueden proponer distintos proyectos o acciones en tres áreas como lo son: Producción primaria, la generación de ingresos y el empleo, y el acceso a los mercados.

## 7

### ¿Cuáles son los aspectos importantes de la nutrición de grupos vulnerables en situaciones de emergencia?

Las mujeres embarazadas y que están dando de mamar necesitan energía extra por día, por lo tanto una mujer en estas condiciones necesita ingerir de una a dos refacciones extra en comparación a una mujer no embarazada, no lactante. Se debe tomar en cuenta que las raciones de alimentos que se entregan durante emergencias no contienen esta ración extra de energía, por lo que debe tratar de cubrir estas refacciones con alimentos localmente disponibles.



#### **Madres embarazadas y que están dando de mamar.**

Para que la madre tenga suficiente leche para dar de mamar, es importante que se ponga al pecho al niño con frecuencia, ya que la succión del pecho aumenta la producción de leche. Además es importante que tome suficientes líquidos para mantenerse hidratada. En promedio, se recomienda que se ingieran de 10 a 12 vasos de agua, refrescos naturales o sopa.



A todas las mujeres que estén amamantando se les debe proveer apoyo, especialmente en situaciones de emergencia donde las madres pueden sentirse inseguras, lo cual puede afectar de forma temporal la producción de leche materna. Para facilitar la lactancia en estas circunstancias difíciles es necesario contar con “esquinas seguras”. Las esquinas seguras son un espacio que debe existir en los albergues, para que la madre que da de mamar pueda descansar, alimentar a su bebé, recibir consejería y darse apoyo entre ellas, ya que hay algunas madres que pueden estar deprimidas y requerir apoyo mental y emocional. El líder o lideresa comunitarios pueden revisar que exista este espacio y que cuente con privacidad, ventilación, higiene, iluminación y espacios en donde la madre pueda sentarse cómodamente para dar de mamar al niño o niña; además el líder o lideresa pueden coordinar con personal de salud, madres guías o voluntarias de la comunidad para que lleguen a dar apoyo y educación a las madres y buscar apoyo con estudiantes de Psicología si es posible para que las madres deprimidas reciban atención. Es ideal que en estos lugares se promuevan los mensajes claves que se mencionan en esta unidad.



Las “esquinas seguras” también se pueden crear en una comunidad, la cual puede instalarse en el servicio de salud o en un espacio que se logre coordinar con autoridades locales u otras organizaciones presentes en la comunidad que protejan la lactancia materna.

### Madres desnutridas

Si se observa que en las familias hay madres embarazadas o que dan de mamar que se ven muy delgadas, o que ha perdido peso, de piel pálida, que está débil y que en su hogar no hay alimentos disponibles para que se alimente bien, son signos de alerta y es posible que esta desnutrida.

Si se identifica a una madre con estos signos, debe referirse inmediatamente al personal del Ministerio de Salud para dar un tratamiento oportuno, evitar que se deteriore su salud y siga produciendo leche para alimentar a su niña o niño.



## Niñas y niños menores de cinco años de edad

En este período, las niñas y niños se encuentran en crecimiento por lo que requieren una alimentación adecuada para su edad, además de la suplementación con vitaminas y minerales que permite satisfacer sus necesidades nutricionales. Este grupo tiene mayor riesgo a perder peso, enfermarse con mayor frecuencia y sufrir de desnutrición. Los líderes y lideresas pueden apoyar favoreciendo la creación de “esquinas seguras” donde se proteja la lactancia materna y la alimentación complementaria adecuada, identificando los casos



de desnutrición aguda para dar tratamiento oportuno: si es desnutrición aguda moderada asegurar que las familias reciban ayuda alimentaria y consejería sobre cómo alimentar al menor y si es desnutrición aguda severa referir inmediatamente al servicio de salud. También pueden revisar que se entreguen por parte del Ministerio de Salud las vitaminas y minerales en polvo (por ejemplo, Chispitas, Macro vital) y promover la higiene en la comunidad.

## Otros grupos en riesgo

Se debe prestar atención a otros grupos que por su condición de salud pueden verse afectados como los son: personas con capacidades especiales, enfermedades crónicas como problemas de los riñones, diabetes, hipertensión ya que cada grupo tiene requerimientos nutricionales diferentes que necesitan atención especial en estas situaciones.

El líder o lideresa pueden identificar en la población quienes son parte de estos grupos en riesgo y coordinar con personal de salud y otras organizaciones para asegurar que tengan la atención adecuada a sus necesidades.



## Adultos de la tercera edad

El estado nutricional de estas personas en condiciones normales es afectado por los problemas que pueden desarrollar que les impide comer como una mala dentadura, la pobreza, dieta deficiente, enfermedades, sufrimiento, depresión y dolor crónico. En situaciones de emergencia estos problemas pueden empeorar y provocar desnutrición.

Es importante que este grupo de población no sea rezagado de los programas de ayuda social y de salud, así como en las acciones de atención en salud y nutrición durante las emergencias.





## Ejercicio 5:

Lea detenidamente algunas características de los grupos vulnerables en situaciones de emergencia y coloque en la siguiente columna la letra que corresponde al grupo correcto.

### Grupo vulnerable

Es un grupo vulnerable porque se encuentra en pleno crecimiento.

Es un grupo en el cual la pobreza, depresión y dificultad para comer puede afectar su estado nutricional

Se debe atender oportunamente a la madre en estas condiciones porque su salud y la producción de leche materna se pueden afectar en estas situaciones.

Es el grupo que necesita mayor cantidad de nutrientes y líquidos para producir suficiente leche y mantenerse saludable.

a. Madre lactante

b. Adultos de la tercera edad

c. Madre desnutrida

d. Niñas y niños menores de cinco años.



## Sabías que...

No se deben incluir fórmulas infantiles (leche de bote) u otros productos lácteos, ni pachas como parte de la ayuda alimentaria.

El líder o lideresa comunitarios podrían apoyar en la revisión del cumplimiento de dichas acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia. Para esto, se incluye en el Anexo 3 un instrumento que será de utilidad para verificar las condiciones de la comunidad y albergues comunitarios en situaciones de emergencia y si se están cumpliendo los objetivos de las acciones de salud y nutrición, que permita identificar algunas debilidades y resolverlas a tiempo.



## Resiliencia: ¿Soy una persona con capacidad de afrontar situaciones de emergencia?

Recordemos que la resiliencia es la capacidad para enfrentar diferentes situaciones de la vida o una situación de emergencia, la cual requiere de tener algunas características o valores como persona. Si tenemos estas características o valores y los ponemos al servicio de la comunidad, se podrá recuperar más fácilmente de la situación difícil que se enfrente.

El objetivo de este ejercicio es evaluar esa capacidad personal que se tiene para afrontar las situaciones difíciles.

Se le solicita que lea las siguientes características y que marque con una X en la columna SI o NO según crea que tiene o no la característica indicada. Luego cuente cuantos SI y cuantos No tiene.

Característica	Si	No
Soy una persona que le gusta ayudar a los demás cuando tienen un problema		
Me gusta y puedo trabajar con otras personas		
Puedo aceptar sin enojarme o molestarme cuando hay una persona diferente a mí o que tiene otra forma de pensar o es de otra religión o partido político		
Respeto a los demás		
Tengo confianza en mí mismo en que las cosas que pienso que voy a hacer las hago bien		
Me siento identificada con mi comunidad y mi familia de tal forma que formo parte activa de los comités o grupos que trabajan por mejorarla.		
Puedo comunicar lo que siento o pienso de una forma adecuada sin ofender a los demás		
Afronto los problemas de frente y no los evito.		
Trato de ver de forma positiva los problemas y me ocupo del mismo.		

Si la mayoría de sus respuestas fueron SÍ, FELICITACIONES, va en buen camino para ser una persona que tiene resiliencia y esto le ayudará a afrontar la vida y los problemas de una forma exitosa. En caso que la mayoría de respuestas fueron NO, aún es tiempo de trabajar para ser una persona con esa capacidad o resiliencia, lo que tiene que hacer primero es sentir que usted es capaz de desarrollar esas capacidades, buscar apoyo de su familia y comunidad, no escapar de los problemas y tratar de ver que todo problema tiene solución.

Lo bueno es que si usted tiene esas características a nivel personal puede apoyar a su comunidad para que luego de una situación de emergencia se recupere y se superen los efectos negativos.



**Doña María:** don Juan, yo sabía que la lactancia materna es importante pero hoy me doy cuenta del valor que tiene la lactancia materna exclusiva y la alimentación complementaria.

**Don Juan:** Si doña María como líderes tenemos la responsabilidad de llevar esta información a la comunidad.

# Anexo 1

## Formulario para la evaluación de la ayuda alimentaria y alimentos localmente disponibles

A continuación se le presenta una lista con las características que deben cumplir tanto los alimentos que se reciben en la ayuda alimentaria como los que son localmente disponibles, con el propósito de evaluar si son aptos para consumo humano y prevenir enfermedades en la población por consumir alimentos contaminados o en mal estado.

Se le solicita leer cada característica a evaluar y revisar el alimento para ver si cumple con los criterios que se están evaluando marcando con una X según considere. En la siguiente columna indique qué acciones puede realizar en caso que el alimento no se considere apto para consumo humano.

Fecha de la evaluación:		Fecha en que ocurrió la emergencia:	
Departamento:		Municipio:	
Nombre de la comunidad, caserío:		Ubicación y nombre del albergue (si aplica):	
Verificado por:		Organización a la que pertenece (si aplica):	

### Sección 1: Ayuda alimentaria (por ración)

No. de personas incluidas en la ración:		Tiempo que se espera dure la ración:	
---	--	--------------------------------------	--

No.	Alimento	Presentación <sup>a</sup>	Estado del alimento <sup>b</sup>	Es apto para consumo		Se sabe cómo prepararlo		Observaciones y acciones a realizar
				SI	NO	SI	NO	
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								

<sup>a</sup>Se refiere al tipo de envase y el peso del mismo. <sup>b</sup>Refiere a las características de los alimentos que se pueden evaluar



## Sección 2: Alimentos localmente disponibles

No. de personas incluidas en la ración:		Tiempo que se espera dure la ración:	
---	--	--------------------------------------	--

No.	Alimento	Presentación <sup>a</sup>	Estado del alimento <sup>b</sup>	Es apto para consumo		Se sabe cómo prepararlo		Observaciones y acciones a realizar
				SI	NO	SI	NO	
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								

<sup>a</sup>Unidades, docenas, manajo, libras, etc. <sup>b</sup>Refiere a las características de los alimentos que se pueden evaluar

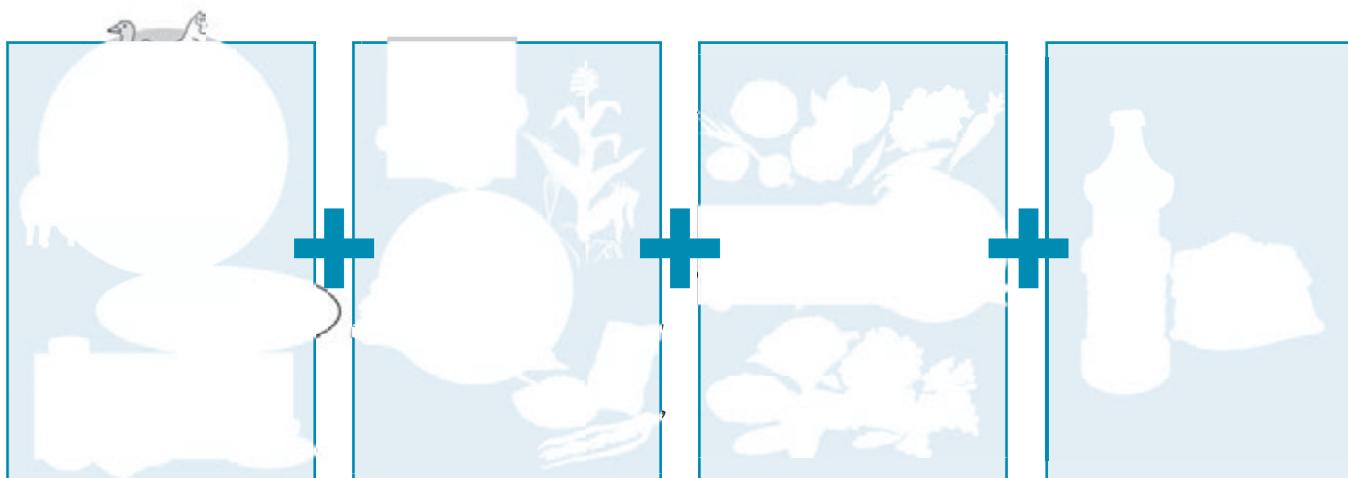
## Anexo 2

### Cómo preparar mezclas nutritivas

Las preparaciones nutritivas son la mejor opción que la población puede consumir para prevenir un deterioro en su estado nutricional.

A continuación se presentan mezclas de alimentos que al combinarse son opciones nutritivas para toda la familia pero que son aún más valiosas para la alimentación de niños pequeños.

#### Combinación de alimentos para preparar mezclas nutritivas.



Frijol, yema de huevo, hígado, pollo u otro tipo de carnes, queso o Incaparina

Tortilla, arroz, pan, fideos, papa, camote yuca, plátano

Hojas verdes, verduras o frutas

Aceite vegetal o azúcar\*

\*Evitar el consumo de “chucherías” o comida chatarra. Debe utilizarse azúcar fortificada con vitamina A.

# Anexo 3

## Lista de verificación de condiciones de la comunidad y albergues comunitarios en situaciones de emergencia

### Instrucciones:

A continuación se le presenta un listado de verificación de algunos aspectos que usted como líder o lideresa comunitarios pueden revisar cuando se presenta una situación de emergencia.

En este listado se incluye la revisión de la calidad de la ayuda alimentaria y las condiciones mínimas que debe reunir un albergue para asegurar que la población materno-infantil cuente con condiciones adecuadas para prevenir enfermedades y la desnutrición.

Se le solicita que lea cada aspecto a evaluar e indique si cumple con los criterios a valorar. En caso no cumpla, se le pide que como líder o lideresa indique que acciones puede realizar para que la situación mejore.

No:

Fecha de la evaluación:

Fecha en que ocurrió la emergencia:

Departamento:

Municipio:

Nombre de la comunidad, caserío:

Ubicación y nombre del albergue (si aplica):

Verificado por:

Organización a la que pertenece (si aplica):

Número de personas en el albergue:

Masculino:

Femenino:

Número de mujeres embarazadas:

Número de niños y niñas lactantes:

Masculino:

Femenino:

Número de madres que están dando de mamar:

Número de personas de la tercera edad:

Masculino:

Femenino:

Número de personas con necesidades especiales (discapacidad/VIH, diabetes, insuficiencia renal):



Aspecto a evaluar	Cumple		Descripción	Acciones
	SI	NO		
<b>Acciones en alimentación y nutrición</b>				
1. Existe un programa de asistencia alimentaria				
2. Los alimentos entregados se encuentran en condiciones aptas para consumo humano				
3. La ayuda alimentaria no incluye leche en bote o pachas				
4. Se entregan alimentos fortificados como parte de la asistencia alimentaria				
5. En la comunidad hay disponibilidad de alimentos producidos localmente				
<b>Acciones con micronutrientes</b>				
1. Se entregan vitaminas y minerales (micronutrientes) en polvo a los menores de cinco años.				
2. Se conoce como utilizar los micronutrientes en polvo				



Aspecto a evaluar	Cumple		Descripción	Acciones
	SI	NO		
<b>Acciones en salud</b>				
1. Se cuenta con agua segura para consumo humano.				
2. Hay disponibilidad de letrinas				
3. Se cuenta con áreas específicas para higiene personal				
4. Existe un espacio para preparar alimentos				
5. Hay utensilios para preparar alimentos				
6. Hay combustible para preparar alimentos				
<b>Alimentación del lactante y niño pequeño</b>				
7. Hay un espacio reservado para dar lactancia materna				
8. Se cuenta con un programa especial para brindar alimentación al grupo infantil (0 a 5 años)				
9. Existen voluntarias o voluntarios que apoyen a la madre que está dando de mamar y alimentación complementaria				

Gestión del riesgo y acciones de salud y nutrición. El proceso de planificación

## Unidad 5



# Presentación de la unidad



En esta Unidad “Gestión del riesgo y acciones de salud y nutrición. El proceso de planificación”, los líderes y lideresas tendrán la oportunidad de aplicar el proceso de planificación para la definición de las acciones que se pueden realizar en la comunidad para prevenir riesgos y atender las emergencias relacionadas con salud y nutrición dirigidas en su mayoría al grupo materno-infantil.

Se revisarán los pasos que se deben seguir, los cuales inician con la recopilación de información importante sobre el territorio, la identificación y clasificación de actores, el reconocimiento de las capacidades, los recursos con que se cuentan y la organización comunitaria. Esto permitirá priorizar los problemas y riesgos que presenta la comunidad para definir acciones que puedan realizarse.

Se espera que todos participen asuman la responsabilidad y compromiso para que lo planificado se pueda llevar a la práctica.

Al final del documento se presenta el instrumento para la recolección de la información del territorio, la cual debe actualizarse cada cierto tiempo para conocer los cambios y orientar nuevas acciones.

## Unidad 5

Gestión del riesgo y acciones de salud y nutrición. El proceso de planificación



**Doña María:** Buen día don Juan, ya listo para las últimas sesiones del curso.

**Don Juan:** Sí, doña María, según nos dijeron ahora es cuando vamos a planificar acciones que se pueden hacer en la comunidad.

**Doña María:** Sí, es mejor estar preparados y así evitar que la salud y nutrición de la población empeore si esto ocurre.

**Don Juan:** Estoy de acuerdo, necesitamos estar preparados y poder coordinar con las organizaciones y autoridades de la comunidad y lograr mejores resultados.

Y usted como líder o lideresa comunitario ¿ya tiene una planificación de qué hacer en situaciones de emergencia?



## ¿Qué aprenderemos en la quinta unidad?

En esta unidad aprenderemos a:

1. Valorar la importancia de conocer las características propias del territorio.
2. Aplicar el proceso de planificación en situaciones de emergencia (quién lo va a hacer, cómo lo van a hacer, con cuánta frecuencia)
3. Identificar quiénes pueden ser aliados.
4. Contribuir con la organización comunitaria para realizar intervenciones y prevenir el riesgo para atender emergencias.
5. Establecer funciones de líderes.



## 1

## ¿Por qué es importante conocer mi territorio?\*

Al hablar de territorio se hace referencia al espacio físico geográfico donde:

1. Conviven y se relacionan las personas.
2. Los miembros de la comunidad conviven con el medio ambiente y se dan las relaciones productivas para generar ingresos (dinero).
3. Se comparte un mismo idioma, costumbres e historia.
4. Se cuenta con recursos naturales, infraestructura e instituciones que laboran en este espacio.



Como líder o lideresa comunitarios es importante conocer el territorio donde viven, lo cual no debe ser sólo cuando ocurre una emergencia, sino que en todo momento para poder saber qué acciones se deben realizar cuando ocurre una situación que puede afectar a la comunidad.

El conocer el territorio es importante porque permite:

1. Conocer el contexto en el que vive la comunidad.
2. Identificar problemas prioritarios en relación con la Seguridad Alimentaria y Nutricional de la población, tanto en condiciones normales como en situaciones de emergencia.
3. Facilitar la toma de decisiones con relación a qué problemas prioritarios se van a atender.
4. Conocer los diferentes actores institucionales y locales para realizar la organización comunitaria y distribuir funciones.

Cuando se tiene conocimiento sobre el territorio y ocurre una emergencia se pueden hacer acciones de forma inmediata para prevenir o reducir los casos de enfermedades y desnutrición aguda en la población, principalmente en grupos en mayor riesgo.

\* Tomado y adaptado de: Documento elaborado por SESAN. Algunas ideas...Conociendo mi territorio. 2013.



Para esto, se van a realizar una serie de pasos que nos permitan conocer el territorio, identificar cuáles son los problemas en la situación de emergencia, qué recursos se necesitan para solucionarlos, en qué orden se van a atender los problemas identificados, elaborar un plan de trabajo y evaluar las acciones realizadas. Por último, en esta unidad se tiene como objetivo que se identifiquen todas las funciones que un líder o lideresa comunitarios pueden realizar en situaciones de emergencia, que contribuyan al bienestar de la comunidad.



## 2

### ¿Cómo podemos planificar las acciones que se pueden realizar en situaciones de emergencia?

A continuación se presentan los pasos que se deben realizar para organizar mejor las funciones que puede realizar el líder o lideresa comunitarios en situaciones de emergencia. En el Anexo 1 se incluye un instrumento que puede utilizarse para actualizar la información.

#### Paso 1. Conociendo mi territorio

Como su nombre lo indica, este paso tiene como propósito reunir información importante de la comunidad para poder tomar decisiones sobre qué acciones se pueden realizar cuando una situación de emergencia se presenta.

Esta información debe estar disponible antes de la emergencia, por lo que el líder debe estar pendiente de contar con esta información y actualizarla con frecuencia, ya que es útil en todo momento. Para contar con la información usted puede buscarla en los centros de salud, oficinas municipales o con los distintos actores que trabajan a nivel comunitario.

**1. Información de la población:** nos permite conocer la población total y por edades, número de familias e identificar a los grupos con mayor riesgo a sufrir enfermedades y desnutrición. Es recomendable actualizar esta información dos veces al año. La información en números que se solicita es la siguiente (recuerde anotar la fuente o el lugar de donde obtuvo la información):



- |  |   |
|--|---|
| a. Población general (número de personas)  | g. Mujeres dando de mamar                           |
| b. Población por sexo (dividir por sexo, femenino y masculino)                             | h. Niñas y niños de 0 a 6 meses (dividir por sexo)  |
| c. Número de familias  | i. Niñas y niños de 6 a 24 meses (dividir por sexo) |
| d. Mujeres en edad fértil (de 10 a 54 años)  | j. Niñas y niños de 0 a 5 años (dividir por sexo)   |
| e. Mujeres embarazadas   | k. Adultos mayores de 60 años                       |
| f. Mujeres en periodo post parto (mujer que se encuentre en los 40 días después del parto) |   |

**2. Información social y económica:** con esta información se puede conocer qué población está en riesgo a sufrir desnutrición y enfermedades en situaciones de emergencia porque no cuentan con dinero para comprar los alimentos, o que otros grupos están en riesgo por falta de educación, cuando solo hay un miembro de la familia como jefe de hogar o son población migrante. Es recomendable actualizar esta información dos veces al año. La información que se solicita en números es la siguiente (recuerde anotar la fuente o el lugar de donde obtuvo la información):

- |   |   |
|---|---|
| a. Número de viviendas  | g. Población migrante todo el tiempo    |
| b. Número de familias que tienen problemas para comprar alimentos por falta de dinero | h. Población migrante por temporadas    |
| c. Número de familias que no producen maíz y frijol                                   | i. Número de casas que tienen letrina   |
| d. Personas que no saben leer, ni escribir  | j. Número de casas con luz              |
| e. Familias donde hace falta el padre   | k. Número de casas con agua entubada    |
| f. Familias donde hace falta la madre   | l. Número de niños que van a la escuela |



**3. Información de nutrición y salud:** esta información nos ayudará a saber cómo está la situación de salud y nutrición de la población antes de la emergencia y a conocer la población que está en riesgo a que su situación de salud y nutrición empeore. Es recomendable actualizar esta información cada mes. Para contar con la información que se necesita, puede solicitar ayuda del servicio de salud más cercano:

- |  |   |
|--|---|
| a. Número de casos de desnutrición aguda.            | e. Número de muertes infantiles relacionadas con la desnutrición.                       |
| b. Número de niñas y niños nacidos muertos.          | f. Número de muertes maternas.  |
| c. Número de muertes de recién nacidos.              | g. Número de casos de diarrea en niñas y niños menores de 5 años.                       |
| d. Número de muertes de niñas y niños de 0 a 5 años. | h. Número de casos de infecciones respiratorias en niñas y niños menores de cinco años. |
|  | i. Otras enfermedades   |

**4. Información sobre organización:** nos ayudará a conocer lugares que en algún momento pueden ser de utilidad para albergues o centros de entrega de alimentos o de atención a la población en caso de una emergencia. Es necesario incluir un croquis o mapa de la comunidad que incluya las viviendas que se consideran que tienen mayor riesgo. Es recomendable actualizar esta información una vez al año. La información de existencia (SÍ o NO) que se solicita es la siguiente (recuerde anotar la fuente o el lugar de donde obtuvo la información):

- |   |                                |
|---|--------------------------------|
| a. Hay escuelas en la comunidad (si no hay escuelas en la comunidad indique el nombre de la comunidad o caserío donde está la escuela más cercana). | b. Hay salón comunal           |
|   | c. Hay iglesia en la comunidad |



## Paso 2. Identificación y clasificación de actores.

**5. Información de actores locales:** Esta información identifica a los actores locales y sus principales acciones, los recursos con los que cuenta, en qué trabajan, y si son organizaciones gubernamentales o no gubernamentales, iglesia o incluso si son personas que por su liderazgo o iniciativa son reconocidos en la comunidad y participan de forma voluntaria en ciertas actividades. Esto permitirá organizarse en comisiones o comités que se pueden activar cuando sea necesario, y no esperar mucho tiempo para organizarse. La información de cada grupo de actores debe incluir: acciones o áreas de trabajo, descripción de las acciones que desarrollan y el contacto de cada actor.

En los grupos de actores considerar:

1. Representación de Gobierno central en el municipio. COMUSAN.
2. Gobierno local: Alcalde, Concejo Municipal, Comités de Desarrollo, de Seguridad Alimentaria y Nutricional y de Emergencias. COCOSAN.
3. Organizaciones no gubernamentales.
4. Iglesia.
5. Representantes de la comunidad.
6. Otros (ej.: organizaciones comunitaria y cooperativas)

Se debe identificar el tipo de acción que realizan: asistencia técnica, capacitación, dan insumos, consejería, dan alimentos, coordinación y monitoreo.

## Paso 3. Reconocimiento de capacidades y organización comunitaria

Para poder realizar acciones en las situaciones de emergencia es necesario reconocer que se debe contar con el apoyo de otras organizaciones y personas, ya que una sola persona no lo puede hacer todo. Por tal razón se debe organizar a la comunidad para dicho propósito, por lo que es recomendable reunirse todos los actores y dividir las actividades que pueden realizar de forma voluntaria de acuerdo con sus capacidades.



**6. Formación y funciones de comités:** la organización consiste en tener una serie de actividades que se deben realizar en una situación de emergencia y distribuirlas entre diferentes actores, estableciendo cuándo hacerlas. Es importante contar con una persona o institución que sea el coordinador o responsable del comité que se va a formar para organizar las funciones que se van a desarrollar. Cabe mencionar que no es necesario formar comités nuevos, sino que se puede apoyar en el comité o grupos organizados que entre sus funciones se encuentren las intervenciones en emergencias y mantener una comunicación constante para atender otras situaciones de la comunidad. Esto se puede realizar antes de planificar las acciones, ya que para hacerlo es necesario indicar que personas van a participar en la acción y esto va depender de qué funciones tienen establecidas.

Para hacer este ejercicio se recomienda que se convoque a una reunión para organizar a la comunidad y poder así asignar responsabilidades al comité, definir cada cuánto se reunirán para planificar y la forma en la que se dará seguimiento. Es recomendable que esta reunión la convoque una autoridad responsable. Las funciones que pueden realizar no solo tienen que planificarse cuando la emergencia se presenta, sino que pueden ser funciones que el comité puede realizar incluso antes como una forma de prevenir mayores daños. Algunas funciones se describen a continuación:

Funciones	Descripción
<b>Educación</b>	<p><b>Antes de la emergencia:</b> Se encarga de informar y educar a la población para la prevención de la desnutrición y enfermedades. Entre sus actividades se encuentran la capacitación y educación sobre la prevención de la desnutrición y su tratamiento, consumo de alimentos localmente disponibles, higiene personal, de alimentos y saneamiento, prevención y tratamiento de diarreas e infecciones respiratorias, etc.</p> <p><b>Durante la emergencia:</b> Puede organizar demostraciones de preparaciones utilizando los alimentos que se entregan en la ayuda alimentaria y con los alimentos localmente disponibles, cómo se utilizan las vitaminas y minerales en polvo para suplementar a los menores de cinco años y sobre la técnica de lavado de manos y tratamiento del agua.</p> <p>Además puede brindar apoyo a la madre que está dando de mamar y a las familias que tienen niñas y niños pequeños que ya comen.</p>

Continúa...



Funciones	Descripción
<b>Salud y Nutrición</b>	<p><b>Antes de la emergencia:</b>                      Velar porque las acciones de salud y nutrición se realicen en los servicios de salud o visitas domiciliarias y mantener una supervisión para la identificación de casos de desnutrición aguda en la comunidad.</p> <p><b>Durante la emergencia:</b>                      Tiene como responsabilidad la coordinación de la evaluación de salud, detección y referencia de casos de desnutrición, supervisión de que las intervenciones en salud y nutrición se están realizando ya sea en albergues, servicios de salud o en los hogares.</p> <p>Entre las intervenciones que debe asegurar que se están cumpliendo se encuentran:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Velar porque se realice la evaluación de salud.</li> <li>• Referir casos de desnutrición aguda cuando lo amerita.</li> <li>• Revisar que se continúe con los programas de vacunación y suplementación con con vitaminas y minerales en polvo (Chispitas, Macro vital, etc) y vitamina A.</li> <li>• Apoyar al comité de educación a la promoción de la lactancia materna, alimentación complementaria adecuada y establecimiento de esquinas seguras.</li> <li>• Velar porque se fumiguen los albergues o la comunidad para controlar las plagas.</li> <li>• Supervisar que se cuenta con agua segura para consumo humano.</li> <li>• Monitorear que se está dando tratamiento médico a la población que lo requiere.</li> </ul>
<b>Coordinación</b>	<p><b>Antes de la emergencia:</b>                      Prever una situación de emergencia para informar a la población, lo cual puede hacer revisando el calendario estacional, estar pendiente de los datos de salud para conocer si en algún momento los casos de desnutrición aguda y enfermedades aumentan, o se presenta escasez de alimentos, etc.</p> <p>Tener la información de la comunidad actualizada porque puede suceder un evento inesperado como por ejemplo: un terremoto.</p> <p><b>Durante la emergencia:</b>                      Se encarga de revisar la situación de los albergues, la calidad de los alimentos provenientes de la ayuda alimentaria, la disponibilidad de alimentos localmente disponibles, el traslado de personas a los albergues, traslado de casos de desnutrición aguda identificados o de madres embarazadas o post parto con señales de peligro que requieren atención médica inmediata.</p>



Los comités que se incluyen son aquellos que pueden tener una función directa con la salud y nutrición, lo que no significa que no puedan existir otros comités.

Por ejemplo: en las funciones de educación pueden participar un representante del Ministerio de Educación como coordinador, otras organizaciones que tengan entre sus actividades principales la educación, o voluntarias y voluntarios para apoyar a las madres que están dando de mamar y hacer demostraciones de preparaciones de alimentos ya sea en el albergue o en otros espacios donde se pueda reunir a un grupo de personas.

#### **Paso 4. Identificar con qué recursos cuenta la comunidad y que tiene que mejorar**

**7. Recursos de la comunidad y aspectos a mejorar:** es necesario conocer con qué recursos cuenta la comunidad para enfrentar un evento o situación de emergencia y qué le hace falta para estar preparados.

Para identificar esto, se debe hacer un listado con la siguiente información:

Qué se evalúa	Ejemplos	Qué se puede hacer
<b>Aspectos positivos que la comunidad tiene (fortalezas)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Líderes y lideresas activos en la comunidad</li> <li>• Comités organizados que ya trabajan el tema de emergencias</li> <li>• Personas que ya han recibido capacitación sobre como actuar en una emergencia</li> <li>• Se cuenta con un plan de gestión de riesgo.</li> </ul>	Las fortalezas y oportunidades hay que utilizarlas en todas las fases de la emergencia y ponerlas al servicio de la comunidad para reponerse ante los efectos de la situación que sufrió la población y continuar con su recuperación
<b>Apoyo que tiene la comunidad para responder ante la emergencia (oportunidades)</b>	<p>Organizaciones que estan en la comunidad que tienen entre sus funciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar alimentos en una situación de emergencia.</li> <li>• Dar información y apoyo a las madres que estan dando de mamar o tienen niñas y niños pequeños a quienes se les empieza a dar alimentos.</li> <li>• Ayudar a reconstruir a la comunidad luego de una emergencia. Por ejemplo: un terremoto, la pérdida de cosecha por sequía.</li> <li>• Dar capacitacion y asesoría a la comunidad para que en el mediano y largo plazo puedan formar microempresas para tener dinero.</li> </ul>	

Continúa...



Qué se evalúa	Ejemplos	Qué se puede hacer
<p><b>Llimitaciones o falta de recursos que tiene la comunidad que impiden actuar de forma rápida y adecuada (debilidades)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se tiene apoyo de las autoridades para el tema de salud y nutrición.</li> <li>• Hay poco personal que puede ser voluntario para dar información sobre la lactancia materna y enseñar prácticas adecuadas de higiene.</li> <li>• Las carreteras están en mal estado.</li> <li>• La tierra para siembra no es fértil.</li> </ul>	<p>Las debilidades y amenazas que impiden o atrasan que se realicen acciones oportunas deben tomarse en cuenta antes que ocurra una emergencia para que no tengan efectos negativos en la población. Por ejemplo: si se sabe que la sequía es una emergencia crónica se puede pedir apoyo de una organización o institución que este trabajando en la comunidad para enseñar otro tipo de cultivos que requieran poca agua o ver que otras formas se tienen para que la población gane dinero y tenga acceso a los alimentos.</p>
<p><b>Situaciones o cambios en el ambiente que pueden ser negativos para la situación de emergencia. (amenazas)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La sequía en la comunidad es una emergencia crónica lo que provoca escasez de agua.</li> </ul>	

### Paso 5. Preparación y diagnóstico de la comunidad.

Luego de organizar a los diferentes actores de la comunidad, se debe contar con una etapa de identificación de problemas que pueden ocurrir durante una emergencia.

Para esto se debe contar con los datos actualizados de los pasos 1 al 4 de esta unidad y la participación de los diferentes actores para que el diagnóstico sea participativo.

**8. Calendario estacional:** Calendario estacional. Una herramienta de diagnóstico y que se puede utilizar para establecer acciones efectivas en una comunidad es el calendario estacional (ver Anexo 2)



**9. Identificación de problemas:** primero se debe recolectar la información del territorio que se mencionó en los pasos 1 a 4 de esta unidad y hacer una evaluación de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de la comunidad como la que se estudió en la unidad 2, donde se evalúa cómo está la situación de salud, la disponibilidad de alimentos, la capacidad de compra de alimentos por parte de la población, el acceso a servicios de salud, etc.

Al revisar la información obtenida se hace un listado de los problemas de salud y nutrición encontrados y se identifican aquellos sobre los cuales se pueden hacer acciones.

Por ejemplo:

**Los problemas encontrados fueron:**

- a. Aumentaron los casos de desnutrición aguda severa en las niñas y niños menores de dos años.
- b. Muchas casas no cuentan con letrina lo cual aumenta el riesgo de sufrir enfermedades.
- c. Los niños y niñas con diarrea no son referidos al servicio de salud y no reciben tratamiento lo que aumenta el riesgo de muerte.
- d. La pérdida de la cosecha disminuyó la cantidad de alimentos disponibles en la comunidad.
- e. No hay suficientes fuentes de empleo y las familias no tienen dinero para comprar alimentos lo que aumenta el riesgo de desnutrición.

Del listado anterior se seleccionan aquellos problemas sobre los cuales se pueden hacer acciones por parte de los comités: en este caso serían los problemas a, c y d. En el caso de los problemas b y e, los comités o grupos no pueden tener una acción directa como proveer letrinas o crear fuentes de trabajo, pero pueden gestionar las acciones.

**Paso 6. Planificación de actividades**

**10. Definición de metas a alcanzar:** luego de identificar los principales problemas que pueden aparecer y los recursos o limitaciones que tiene una comunidad, se empiezan a planificar las acciones que se pueden realizar.

Para esto se debe establecer que metas se desean lograr y luego ordenar qué se va a hacer, qué se cómo se va hacer, en qué momento, quienes van a participar y de qué forma se va a medir si se cumplió o no la meta.



Para cada problema identificado sobre el cuál se va a trabajar, se pueden hacer las siguientes preguntas para definir las metas.

- ¿Sería positivo si...?
- ¿Sería bueno que...?
- ¿Sería ideal si...?

Para definir las metas, vamos a tomar los ejemplos del paso anterior.

Problema	Metas
a. Aumentaron los casos de desnutrición aguda severa en las niñas y niños menores de dos años.	Sería positivo si el número de casos de desnutrición aguda severa disminuye.
b. Los niños y niñas con diarrea no son referidos al servicio de salud y no reciben tratamiento lo que aumenta el riesgo de muerte.	Sería ideal que los padres lleven a sus hijos al servicio de salud cuando sus hijos tienen diarrea para recibir tratamiento.
c. La pérdida de la cosecha disminuyó la cantidad de alimentos disponibles en la comunidad, lo que puede afectar la cantidad de alimentos que come la población	Sería bueno contar con alimentos disponibles para la población para evitar la desnutrición aguda.

**11. Planteamiento de actividades:** cuando ya los objetivos están establecidos, se continúa con la planificación y organización de las actividades a realizar. Para esto se debe considerar a los actores locales, las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas de la comunidad, qué objetivos se establecieron y se identifica qué tiene que hacer para saber si se logrará.

Por ejemplo: A continuación se va a realizar la planificación de la actividad “Identificación de casos de desnutrición aguda” (el problema es el aumento de casos de desnutrición aguda).

<b>Meta</b>	Sería positivo si el número de casos de desnutrición aguda severa disminuye.
<b>¿Cómo lo vamos a hacer?</b>	<p>Durante las visitas o monitoreos en la comunidad se identificarán a los niñas y niños menores de cinco años que sufren de desnutrición aguda severa: si presentan signos clínicos y si la medición del brazo esta en color rojo o anaranjado.</p> <p>Todo niño o niña con desnutrición aguda severa (resultado de la medición es de color rojo) se va a referir al servicio de salud para recibir tratamiento.</p> <p>Los niños que luego de la medición da un color amarillo serán referidos al servicio de salud para que los padres reciban información para alimentarlo y evitar que su estado empeore.</p>



<b>¿Qué recursos vamos a utilizar?</b>	Cinta de medición del brazo
<b>¿Quiénes van a participar?</b>	- Líderes o lideresas comunitarios. - Voluntarios de la comunidad - Personal de salud del MSPAS
<b>¿Con qué frecuencia se van a realizar las actividades?</b>	- Quincenal
<b>¿Cómo sabemos que se cumplió el objetivo?</b>	- ¿Se realizaron las visitas o monitoreos en la comunidad? - ¿Se identificaron casos de desnutrición aguda? - ¿Cuántos casos se identificaron? - ¿Cuántos casos se refirieron al personal de salud?

Antes de implementar las acciones se debe informar a la comunidad y buscar el apoyo de las autoridades y la población. Otra cosa importante es contar con el compromiso de todos los actores.

### **Paso 7. Monitoreo y registro de actividades.**

Después de implementar las acciones se debe dar seguimiento y verificar si se cumplieron y si se lograron los resultados esperados.

La comunidad cambia con el tiempo, dependiendo de los factores a los que se encuentre expuesta, por esta razón se debe programar, hacer un proceso como el que se ha descrito en forma periódica, según lo establecido en el paso 3 de esta unidad. De esta manera se podrá dar seguimiento a las actividades propuestas y cuáles han sido los resultados, establecer las nuevas actividades a desarrollar y lograr que la comunidad se sienta fortalecida y que sea capaz de sobreponerse a una situación de emergencia.



## Resiliencia: ¿Mi comunidad está preparada para afrontar una situación de emergencia?

En la unidad anterior se hizo una evaluación a nivel personal para identificar si se tienen características para afrontar situaciones difíciles.

En esta actividad se tiene como objetivo identificar si la comunidad está preparada para afrontar una situación de emergencia.

Para hacerlo se le solicita que lea las características que debe tener la comunidad y marque una X en SI o NO según corresponda.

Características	Si	No
1. Existe un plan de gestión de riesgo		
2. Existen comités o grupos que ya tienen entre sus funciones realizar acciones antes, durante y después de una situación de emergencia.		
3. Existe un sistema de alerta temprana en la comunidad.		
4. Existe personal capacitado para realizar acciones de salud y nutrición si ocurre una emergencia.		
5. Se cuenta con un fondo comunitario para responder ante los efectos de las emergencias.		
6. Se cuenta con buena comunicación y relaciones con autoridades locales, organizaciones y agencias humanitarias que están presentes en la comunidad.		
7. La población está consciente de la situación que viven de emergencia crónica		
8. Acceso a recursos para afrontar cada fase de la gestión del riesgo.		
9. La población identifica los grupos vulnerables y está sensibilizada de los problemas		

Si la mayoría de sus respuestas fueron SI, FELICITACIONES, ya que van en buen camino como comunidad para reunir las condiciones y estar preparados para afrontar la situación de emergencia que se presente.

Recuerde que para lograrlo se requiere de la participación de toda la población y que si cada persona tiene y va desarrollando características para afrontar las situaciones, como vimos en la unidad 4 y las utiliza para mejorar la comunidad, se lograrán resultados más rápidos y efectivos.

Si la mayoría de respuestas fue NO, se considera un llamado a la acción y empezar a organizarse para que poco a poco se vaya haciendo lo que sea necesario para estar preparados.

Al final, se contesta la siguiente pregunta:

1. ¿Qué puedo hacer para apoyar a que mi comunidad esté preparada para afrontar una emergencia?

**Una comunidad fortalecida se va a recuperar más rápido luego de una emergencia**



**Doña María:** Bueno don Juan, ahora hay que ir a la comunidad a compartir lo que aprendimos y a organizarnos.

**Don Juan:** Si doña María como líderes tenemos la responsabilidad de llevar esta información a la comunidad y lograr mejores resultados.

# Anexo 1

Formulario para la planificación de acciones de salud y nutrición en situaciones de emergencia

Departamento:		Municipio:		Lugar:	
Nombre de persona que llena el formulario.				Fecha:	

## INFORMACIÓN TERRITORIAL

### Sección 1. Información de la población

Información solicitada	Número		Dónde obtuvo la información
	M	F	
a. Población general.			
b. Población por sexo.	M	F	
c. Número de familias.			
d. Mujeres en edad fértil.			
e. Mujeres embarazadas.			
f. Mujeres en periodo postparto.			
g. Mujeres en período de lactancia.			
h. Niñas y niños de 0 a 6 meses.	M	F	
i. Niñas y niños 6 a 24 meses.	M	F	
j. Niñas y niños 0 a 5 años.	M	F	
k. Adultos mayores de 60 años.	M	F	

## Sección 2. Información social y económica:

Información solicitada		Número o porcentaje	Dónde obtuvo la información
a.	Número de viviendas.		
b.	Número de familias que tienen problemas para comprar alimentos por falta de dinero.		
c.	Número de familias que no producen maíz y frijol.		
d.	Personas que no saben leer, ni escribir.		
e.	Familias donde hace falta el padre.		
f.	Familias donde hace falta la madre.		
g.	Población migrante todo el tiempo.		
h.	Población migrante por temporada.		
i.	Número de casas que tienen letrina.		
j.	Número de casas con luz.		
k.	Número de casas con agua entubada.		
l.	Número de niños que van a la escuela primaria.		

## Sección 3. Información de nutrición y salud:

Información solicitada		Número	Dónde obtuvo la información
a.	Número de casos niños y niñas con desnutrición aguda.		
b.	Número de niñas y niños nacidos muertos.		
c.	Número de muertes de recién nacidos.		
d.	Número de muertes de niñas y niños de 0 a 5 años.		
e.	Número de muertes infantiles relacionadas con la desnutrición.		
f.	Número de muertes maternas.		

g.	Número de casos de diarrea en niñas y niños menores de 5 años.		
h.	Número de casos de infecciones respiratorias en niñas y niños menores de cinco años.		
<b>Otras enfermedades</b>			
i.			
j.			
k.			
l.			

<b>Sección 4. Información sobre organización:</b>				
<b>Información solicitada</b>		<b>Número o respuesta</b>		<b>Dónde obtuvo la información</b>
a.	Número de viviendas			
b.	Hay escuelas en la comunidad (si no hay escuelas en la comunidad indique el nombre de la comunidad o caserío donde está la escuela más cercana).	Sí	No	
c.	Hay salón comunal	Sí	No	
d.	Hay iglesia en la comunidad	Sí	No	
<b>Otros</b>				
e.				

## IDENTIFICACIÓN Y CLASIFICACIÓN DE ACTORES

### Sección 5. Información de actores locales:

Actores <sup>a</sup>	Acciones o áreas de trabajo	Descripción de las acciones que desarrollan <sup>b</sup>	Comunidades de intervención
<b>a. Representación de Gobierno central</b>			
<b>b. Gobierno local</b>			
<b>c. Organizaciones no gubernamentales</b>			
<b>d. Iglesia</b>			
<b>e. Representantes de la comunidad</b>			

Continúa...

<b>f. Otros</b>			
-----------------	--	--	--

- a. En los actores considerar:
1. Representación de Gobierno central en el municipio (CONRED, SESAN, MSPAS, MAGA, MINEDUC, MARN, MIDES)
  2. Gobierno local: Alcalde, Concejo Municipal, Comités de Desarrollo, de Seguridad alimentaria y nutricional y de Emergencias.
  3. Organizaciones no gubernamentales.
  4. Iglesia.
  5. Representantes de la comunidad.
  6. Otros (ej.: Organizaciones comunitaria y cooperativas)
- b. Identificar el tipo de intervención que realizan: asistencia técnica, capacitación, suministro de insumos, consejería, asistencia alimentaria, coordinación y monitoreo.

## CAPACIDADES Y ORGANIZACIÓN COMUNITARIA

### Sección 6. Formación y funciones de comités

Comité	Instituciones o personas que pueden formar parte del comité	Responsable o responsables
a. Educación		
b. Salud y nutrición		
c. Coordinación de acciones		



**Sección 9. Identificación de problemas.**

**Problemas encontrados**

a.

b.

c.

d.

e.

**Priorización de problemas**

## PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES

### Sección 10. Planteamiento de objetivos:

Problema	Metas
a.	
b.	
c.	
d.	
e.	

Para establecer las metas  
recuerde que puede utilizar:

- Sería positivo si...
- Sería ideal que...
- Sería bueno si ....

**Sección 11. Planteamiento de actividades:**

Meta	¿Cómo lo vamos a hacer?	¿Qué recursos vamos a utilizar?	¿Quiénes van a participar?	¿Con qué frecuencia se van a realizar las actividades?	¿Cómo sabemos si se cumplió la meta?
a.					
b.					
c.					
d.					
e.					

- a. Debe escribir los pasos que se van a realizar para planificar
- b. Establecer en qué fecha se va a tener la reunión para planificar
- c. Incluir el listado con las personas que van a participar.

El calendario estacional se utiliza para definir de forma grafica los ciclos que se presentan en la comunidad como los siguientes:

- Períodos de sequía y de lluvia.
- Épocas de siembra y cosecha de alimentos que representan una fuente importante de acceso a los alimentos (maíz, frijol, maicillo, café, frutas, hortalizas, entre otros).
- Enfermedades que se presentan comúnmente como diarreas, infecciones respiratorias agudas, desnutrición, dengue, entre otras.

El calendario se puede hacer por día, semana o mes. En la sección 8 del anexo 1 se presenta por mes de cuatro semanas y en la descripción se puede colocar cual es el evento que se va a graficar y se marca la semana del mes en que ocurre cosecha. Si se están trabajando el número de casos de enfermedades o casos de desnutrición aguda, se puede colocar por semana la cantidad de casos reportados (ver Ejemplo de calendario estacional).

Cuando ya esta completo una vez elaborado el calendario se pueden hacer asociaciones entre los factores graficados, como por ejemplo: se puede observar el momento de la cosecha y el mes en donde aumentan los casos de desnutrición en la comunidad. Se sabe que cuando se acerca la cosecha los alimentos a nivel familiar son escasos lo que puede llevar a un aumento en el número de casos de desnutrición aguda. A través del calendario estacional se puede definir el momento en el que se deben pedir ayuda para contar con entrega de alimentos para aquellas familias que se consideren vulnerables a nivel comunitario y evitar que el número de casos de desnutrición aumente.



## Ejemplo de calendario estacional

PREPARACIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA COMUNIDAD												
Sección 8. Calendario Estacional:												
Descripción	Meses											
	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
a. Llovió en la comunidad.												
b. Períodos de sequía o canícula												
Cultivo de maíz												
Cultivo de frijol												
c. Aumento de casos de diarrea												
Cosecha de frijol												
d. Aumentan los casos de desnutrición												
e. Se terminan las reservas de alimentos												
f. Aumento de enfermedades respiratorias												

**Diseño e impresión:**



3a. avenida 14-62, zona 1  
PBX: (502) 2245-8888  
[www.serviprensa.com](http://www.serviprensa.com)  
Guatemala, C.A.

Diagramación: Maite Sánchez  
Portada e Ilustraciones: Andrea Sandoval -INCAP-  
Revisión textos: Iris Rueda

