



BOLETIN CAMINO AL DESARROLLO

Boletín FUNDESYRAM, edición N° 72 | Febrero, 2017

EDITORIAL, 25 AÑOS DE FUNDESYRAM Y FALTA MUCHO POR HACER, HÁBITOS HIGIÉNICOS



Roberto Rodríguez Sandoval, Director de FUNDESYRAM

Con mucha alegría les compartimos que este año cumplimos 25 años de vida institucional, pues FUNDESYRAM, se constituyó el 23 de enero de 1992 y sus estatutos fueron aprobados y publicados en el Diario Oficial número 189, tomo 317 del 14 de octubre de 1992, en dicha publicación se le confirió la Personería Jurídica a partir del 06 de julio de 1992.

Según las evaluaciones internas y externas de nuestro trabajo, estamos en la ruta correcta, pues hemos facilitado muchos procesos participativos de desarrollo personal, familiar, comunitario o microregional, y este año 2017 estamos iniciando nuestra apuesta nacional de promoción de la agricultura orgánica; todo esto ha sido posible por la apropiación y desempeño de todos y todas, así como por el acompañamiento y apoyo de las instituciones nacionales e internacionales comprometidas con la gente y sus territorios.

La Fundación para el Desarrollo Socioeconómico y Restauración Ambiental, FUNDESYRAM, dentro del proceso de desarrollo de la gente y su territorio con solidaridad entre las personas, fortalece las capacidades para: la

organización e incidencia local, la lucha por el goce de los derechos, lograr la soberanía alimentaria con seguridad alimentaria y económica, la conservación del medio ambiente, la biodiversidad y enfrentar el cambio climático, todo esto para que las gente logre el ecodesarrollo con buen vivir, es decir que vivan en Ecomunidad.

Para lograrlo, FUNDESYRAM promueve la autogestión y la cooperación horizontal, además, trabaja en el fortalecimiento de redes como las Juveniles, mujeres, gestión del conocimiento, que focalizan el emprendedurismo, la cultura y la comunicación participativa, cuyo enfoque promueve prioritariamente que la niñez, adolescencia y juventud se convierta en verdaderos protagonistas de su propio desarrollo y del desarrollo de su familia y comunidad. Para este quinquenio de su 25 aniversario, FUNDESYRAM ha actualizado su Visión, Misión, Propósito, Valores, Ejes Estratégicos, y Asocios.

Visión, Ser la institución líder en la promoción y establecimiento del ecodesarrollo en los territorios que rescata la identidad cultural y promueve valores sociales e individuales que los vuelve resilientes y sostenibles en su entorno.

Misión, Somos una institución que promueve procesos metodológicos y tecnológicos para el establecimiento del ecodesarrollo en los territorios, fundamentado en el goce pleno de los derechos sociales, económicos y ambientales, con la participación activa de las familias, organizaciones comunitarias y socios locales para que se conviertan en gestores del desarrollo.

Propósito, Fortalecido y establecido el ecodesarrollo en los territorios para la superación de la pobreza, restauración ambiental, seguridad y soberanía alimentaria, con un enfoque de identidad cultural, derechos, inclusión, equidad de género y agroecología a través del fortalecimiento de los actores claves de los territorios en los que FUNDESYRAM tiene presencia.

Valores, Solidaridad social, económica, ambiental y cultural: FUNDESYRAM promueve a través de sus acciones en los territorios la unidad, cohesión, respeto, equidad, colaboración y compromiso por un desarrollo compartido en la Ecomunidad. Practica de los derechos humanos: FUNDESYRAM trabaja de manera permanente por crear la cultura de derechos humanos desde las Ecomunidades. Mejoramiento continuo: Compromiso del personal que labora en FUNDESYRAM en la búsqueda permanente de la excelencia en todo lo que contribuye al establecimiento del ecodesarrollo de los territorios y su gente. Transparencia: El accionar de FUNDESYRAM se sujeta a los mecanismos de rendición de cuentas y contraloría social de los recursos que son confiados por las diferentes fuentes de cooperación.

Ejes Estratégicos, Eje Estratégico 1. Género e incidencia con identidad cultural y construcción de ciudadanía, Eje Estratégico 2. Desarrollo económico local sustentable fundamentado en la agroecología y la solidaridad, Eje Estratégico 3. Gestión ambiental, Eje Estratégico 4. Desarrollo de la mujer, niñez, adolescencia y juventud, Eje Estratégico 5. Gestión para la sostenibilidad de FUNDESYRAM.

Asocios estratégicos. Hasta la fecha FUNDESYRAM ha logrado desarrollar relaciones de asocio con HORIZONT3000, DKA Austria, BSI Diócesis de Innsbruck, Ayuda en Acción, FIA, CRS, FIDA, SPF y FIAES; con ellos ha ejecutado proyectos que ha administrado directamente o en conjunto. Por medio de los socios ha estado

vinculado con: la Unión Europea, Cooperación Austriaca para el Desarrollo, Gobierno de Francia, , MedicorFoundation, entre otros.

Ha realizado acciones con: Plan Trifinio, OIT, Cooperación Alemana, GIZ, ACSUR Las Segovias, Gobierno de Cantabria, ACRA, Manos Unidas, COSUDE, La Embajada de Australia en México, el Gobierno del Gran Ducado de Luxemburg.

Mantiene **relaciones de cooperación** con diferentes instituciones, entre ellas, el Centro de Restauración Integral SHALOM de México, Agencias para el Desarrollo Económico Local de Chalatenango, Movimiento de Agricultura Orgánica de El Salvador (MAOES), Movimiento de ONGD para El Desarrollo Solidario de El Salvador (MODES), Plataforma de Económica Solidaria (PECOSOL), Comité Nacional de Agricultura Familiar (CNAF), Médicos por el Derecho a la Salud (MDS), Casa de la Cultura de Tacuba, Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno de Tacuba, Asociaciones de productores de Tacuba, San Pedro Puxtla y Ahuachapán sur, Asociaciones de mujeres de Tacuba, Ahuachapán y Santo Domingo de Guzmán, Red de Mujeres Organizadas del Occidente de El Salvador (RAMOES), Asociaciones de jóvenes de Tacuba, Jujutla – Guaymango, Ahuachapán, Coordinadora Intersectorial de Juventudes del occidente de El Salvador, CIJOES, Comité de la Reserva de Biosfera Apaneca Ilamatepec, Consejo de pueblos originarios de Nahuizalco, entre otros.

En esta oportunidad, celebramos nuestros 25 años, compartiéndoles un poco de lo que se hace para promover los Hábitos higiénicos en el buen vivir de las familias y la comunidad; sabemos de la tremenda importancia que tienen para una mejor calidad de vida por eso hemos querido compartir estos testimonio o experiencias, para que conozcan parte de lo que se viene facilitando en las personas de las comunidades. Especialmente queremos agradecer a HORIZONT3000, DKA y Medicorfoundation por permitirnos avanzar en la promoción de los hábitos higiénicos y el manejo del agua, por medio del proyecto “Mejoramiento del abastecimiento de agua potable y del saneamiento básico en seis comunidades del municipio de Tacuba, El Salvador” así como a CRS, BSI y Ayuda en Acción por complementar esta experiencia.

EL SANEAMIENTO BÁSICO Y LOS PROYECTOS DE DESARROLLO EN COMUNIDADES RURALES



Nelson Roberto Flores, FUNDESYRAM

El Saneamiento Básico es el conjunto de acciones técnicas y socioeconómicas de salud pública para alcanzar niveles crecientes de salubridad, orientados a mejorar las condiciones de salud y vida de la población. Comprende el manejo sanitario del agua potable, las aguas residuales y excretas, residuos sólidos y el comportamiento higiénico que reduce los riesgos para la salud y previene la contaminación. Tiene por finalidad la promoción y el mejoramiento de condiciones de vida urbana y rural.

Según la Organización Mundial de la Salud, el agua contaminada produce el 80% de los cuadros patológicos que se atienden en los servicios de salud. (UNESCO, 1999). Considerando el concepto íntegro de la salud, Álvarez, 1991, se refiere a la misma como el completo bienestar físico, mental y emocional del individuo que le permite interaccionar de forma productiva con su comunidad. Es evidente que el manejo adecuado del agua, o la carencia de ella influyen en su calidad de vida, las relaciones interpersonales, su productividad, las prácticas básicas de higiene, la incidencia de enfermedades transmisibles por el agua y aquellas transmitidas por vectores, así como las condiciones de saneamiento ambiental.

Según datos de la Unidad Comunitaria de Salud Familiar Básica de Tacuba, a finales de octubre de 2016, en cuanto a los procesos patológicos que afectaron a la población del municipio, las primeras causas de morbilidad de niños entre 1 a 9 años de edad fueron por procesos de índole infecciosa; las infecciones respiratorias agudas ocuparon el primer lugar con 4537 casos atendidos. Las enfermedades gastrointestinales ocuparon la segunda causa con 648 casos atendidos en el mismo periodo y fueron seguidas por el parasitismo intestinal con 145 casos. Enfermedades de índole dermatológica también constituyen un importante porcentaje de los procesos patológicos del municipio, principalmente las dermatomicosis y los procesos de escabiosis. Todas estas enfermedades son resultados de la falta de prácticas higiénicas adecuadas.

La alta prevalencia de este tipo de cuadro patológico se explica en parte por los cambios bruscos de temperatura que se registran en el municipio, principalmente las caídas de temperatura por las noches y el calor extenuante

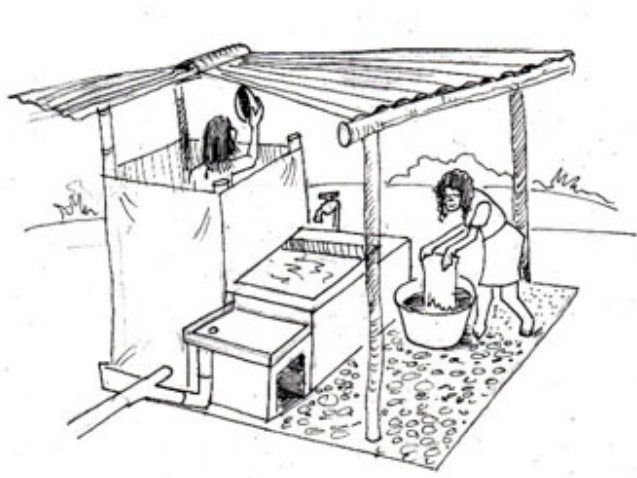
durante el día, especialmente en los primeros meses del año, según lo revelan los índices y corredores endémicos consultados. A esta alta prevalencia se añade también el factor constituido por el polvo excesivo debido a la falta de pisos de cemento o ladrillo, paredes sin repello inclusive al hacinamiento en los hogares rurales.

Si bien el estado a través del Ministerio de Salud (MINSAL) es el encargado de impulsar los procesos de Salud Integral por medio del Sistema Nacional de Salud y en especial instituir el marco regulatorio para la aplicación de la educación sanitaria relacionada al agua, saneamiento básico y promoción de la higiene; FUNDESIRAM comprometida con el desarrollo social, dentro de su modelo de desarrollo territorial, incluye el abordaje de los lineamientos técnicos operativos de educación sanitaria a través de un proceso de capacitación y formación dirigido a familias voluntarias, docentes, promotores, madres de familia y otros agentes. A este proceso se añaden promotores/as de salud para que, al constituirse en una Red de promoción del saneamiento básico, se conviertan en interlocutores válidos y actores con peso para incidir en las comunidades para que fomenten un clima copartícipe para mejorar las condiciones de salud de las familias.

La puesta en marcha y desarrollo del modelo educativo previsto en las acciones de la intervención, ha sido forjada considerando la problemática particular de cada familia, de sus gustos y preferencias. El proceso educativo está facilitando la internalización de la problemática del saneamiento básico, como una norma social, que posibilita a las familias considerarla como un componente de su idiosincrasia, en todo esto nos sentimos respaldados por HORIZONT3000, DKA Austria, Medicorfoundation y Ayuda en Acción.

“La agroecología o agricultura orgánica complementa los procesos de desarrollo para el buen vivir”

HÁBITOS HIGIÉNICOS QUE CAMBIAN LA VIDA EN LAS COMUNIDADES



Juan Antonio Ruíz Benítez, FUNDESYRAM

Recientemente, en el marco del proyecto “Mejoramiento del abastecimiento de agua potable y del saneamiento básico en seis comunidades del municipio de Tacuba, El Salvador”, que es ejecutado por FUNDESYRAM con el apoyo de HORIZONT3000, DKA y Medicorfoundation, se visitó una de las comunidades involucradas en el proyecto, “Retiro Abajo”, del Cantón El Jícaro, Tacuba, en la que estaban reunidas un grupo de más de veinte mujeres, quienes reflexionaban sobre los cambios que se estaban dando a nivel personal, familiar y de la comunidad, con la implementación de las buenas prácticas de hábitos higiénicos. Prácticas que cada vez están siendo parte de la vida cotidiana de las personas, estos se están logrando a partir de los procesos de capacitación y de sensibilización, que les ha motivado para trabajar por mejorar y lograr estilos de vida saludables.

Los hábitos higiénicos que se promueven en las comunidades del área rural están relacionados en primer lugar con la higiene individual, que comprende el aseo de su cuerpo, vestuario, consumo de alimentos saludables preparados con buenas prácticas de manipulación de alimentos. En segundo lugar con la higiene del hogar y su entorno, en el que se promueven los espacios saludables a través del buen manejo de los desechos sólidos, aguas residuales, suministro de agua de calidad, uso adecuado de los servicios sanitarios y el arreglo de la vivienda. La ausencia de estas prácticas por parte de la población y de la carencia de los medios para garantizar el agua de calidad y saneamiento básico, contribuye en el aumento de la contaminación ambiental, que da como resultado mayores índices de padecimientos de las enfermedades diarreicas, principalmente en los niños y niñas menores de cinco años.

Se ha evidenciado, que la transmisión de los conocimientos sobre los hábitos higiénicos adquiridos través de las capacitaciones, intercambios de experiencias y la puesta en práctica de los conocimientos con el acompañamiento de la asistencia técnica oportuna, ha motivado a las mujeres y demás miembros del hogar, para asegurar cambios en los estilos de vida de las personas, que se evidencia en el mejoramiento del estado de salud de niños y niñas, y

de la población en general. Resultados que mejoran la autoestima de las mujeres y asumen compromisos para continuar avanzando en el mejoramiento de la comunidad a través del fortalecimiento de los comités comunitario del agua. Clave de este proceso ha sido el contar con el abastecimiento de agua de calidad en la comunidad y en los hogares; y el conocimiento adquirido para el aprovechamiento de las aguas residuales que se generan en los hogares haciendo uso de ecotecnologías, lo que les ha permitido, el establecimiento de huertos familiares y el mejoramiento del ornato de la vivienda.

“Para la adopción de los hábitos higiénicos por parte de las personas en las comunidades rurales, se requiere de la implementación de procesos de cambio que se generan a través de facilitar estilos de vida por medio de la enseñanza / aprendizaje en forma horizontal, hábitos que se adquieren participando activamente en las actividades de capacitación y las giras de intercambio de experiencias entre comunidades, para luego poner en practica lo aprendido y capacitar a la familia y vecinos o vecinas; para esto, lo más importante es el convencimiento por parte de las personas de que la práctica de hábitos higiénicos mejora la calidad de vida de todos y todas en la comunidad”

YO PUEDO MEJORAR MI VIDA A PARTIR DE MIS HÁBITOS HIGIÉNICOS



Berta Alicia Jiménez de Díaz, Júcaro Retiro, Tacuba y Flor Quintanilla, FUNDESYRAM

Más de cinco millones de niños y niñas con edades entre 0 y 14 años mueren anualmente de enfermedades y otras afecciones causadas por los ambientes insalubres en los que viven, estudian y juegan.

Esto es una de las problemáticas que en las diferentes comunidades se ha vivido por largo tiempo, sin embargo, a partir del trabajo que se ha realizado sobre saneamiento básico, las condiciones de vida de las familias se han mejorado porque han comprendido que los hábitos higiénicos son importantes y han aprendido diferentes formas, como el aseo del hogar, limpieza de los utensilios de cocina, el agua de consumo, lavar las frutas y verduras, lavarse las manos antes y después de comer, lavarse las manos antes y después de ir al baño. Son diferentes acciones que han contribuido en la mejor calidad de vida, como nos cuenta en su testimonio la compañera Berta Alicia.

Soy Berta Alicia Jiménez de Díaz, tengo 6 hijos y vivo en el Caserío Júcaro Retiro participo en el proyecto de agua y saneamiento y fui beneficiada con un filtro, he aprendido a mantener más cuidados a mis hijos y eso es bueno para todos, porque ya casi no se enferman, ahora les digo que deben bañarse todos los días, lavarse las manos a cada rato principalmente cuando van a comer, cortarse las uñas para que anden limpios, pero también lavar bien los trastes de cocina, reciclar productos, separar la basura para convertirlas en abonos orgánicos y producir alimentos en nuestro huerto, lavar frutas y verduras antes de consumir, todo esto yo antes no lo hacía me descuidaba y nos enfermábamos.

Yo he comprendido que los hábitos higiénicos son parte de nuestro diario vivir, muchas veces una tiene las cosas tiradas por cualquier lado y no las coloca en un lugar determinado, esto muchas veces contribuye a las enfermedades en la familia y hacernos más vulnerables a que nos de cualquier enfermedad.

“Yo estoy muy feliz porque mi casa ya no es la misma de antes, ahora está muy limpia, mi familia y yo hemos aprendido hábitos que antes no teníamos y agradezco la oportunidad de mejorar mi vida, porque todo esto sé que es por nuestro beneficio y nuestra salud”

HABITOS HIGIENICOS Y EL BUEN VIVIR DE LA COMUNIDAD



NOmbre

Los hábitos higiénicos son necesarios promoverlos, de esto depende el desarrollo adecuado del ser humano, para lograr un buen vivir, se requiere no solo que las personas reconozcan la importancia de la higiene sino la practiquen en sus vidas (a través del auto cuidado), así como el cuidado de la familia y la comunidad.

¿Qué es un hábito y como se logra? "Es la forma de actuar de las personas que se repite siempre, todos los días. Los hábitos se forman practicando todos los días las mismas acciones o actividades.", por ejemplo, si me lavo y enseño a mis hijos a lavarse las manos todos los días antes de comer; pronto lo haremos sin darnos cuenta, porque se ha convertido en un hábito. Lo mismo pasa al cepillarnos los dientes, si enseño a mi hijo el hábito de lavarse los dientes todos los días después de comer, lo aprenderá, la práctica y el tiempo que le dediquemos hará la diferencia. Esto es valioso para adultos y niños.

Que hábitos de higiene debemos practicar para tratar de alcanzar el buen vivir?

1. **PRACTIQUEMOS LA HIGIENE PERSONAL:** aseo personal, bañarnos todos los días, lavarnos las manos con agua y jabón antes de comer, después de ir al baño, antes de preparar los alimentos, después de cambiar los pañales, lavar nuestra ropa y cambiarla con frecuencia, etc.
2. **HIGIENE DE LA VIVIENDA.** Hay que mantener nuestra casa limpia, barrer todos los días, ordenar y sacudir las camas, asear las sábanas, buen aseo de las letrinas, la cocina debe estar siempre limpia, y los animales en su corral.
3. **HIGIENE DE LOS ALIMENTOS.** Debemos lavar con agua limpia las frutas y las verduras que vamos a comer, cocinarlas muy bien e ingerirlas calientes, cocinar las porciones que se van ocupar para que no haya desperdicios, y no se contaminen los alimentos, si no tenemos un refrigerador donde guardarlos. Mantengamos limpios y tapados nuestros utensilios de cocina. Asegurarnos que el agua que ocuparemos para beber esta guardada en recipientes limpios y tapados, si hay chorro hay que limpiarlo.
4. **CUIDAR EL MEDIO AMBIENTE:** este punto también es muy importante, vivir en armonía con el entorno que nos

rodea, ¿cómo? No quemando la tierra que servirá para cultivar ya que se contamina el medio ambiente y la tierra no se nutre, no echar basura al río o lagos ni manantiales. Separar la basura en orgánica y no orgánica, con la basura orgánica se pueden hacer composteras y obtener abono para los cultivos y las plantas; no quemar la basura.

En el municipio de Comasagua en los centros escolares (Área urbana) a nivel de kínder (niños y niñas menores de 6 años) y primer grado, en este mes de febrero se inician capacitaciones educativas con los alumnos/as para fomentar estos hábitos higiénicos. La Unidad de Salud coordina con la intersectorial, para que los alumnos del centro escolar tengan espacios y entornos seguros, limpios, saludables y sean amigos/as con el medio ambiente.

“El propósito de promocionar los buenos hábitos es para aprender, practicar y replicar esta práctica en cualquier escenario que se encuentre cada habitante de la comunidad”

LOS HÁBITOS HIGIÉNICOS, BASE PARA DESARROLLAR LA ECOCOMUNIDAD



Mabel Antonia Cortez, Tacuba y Eliseo López, FUNDESYRAM

¿Qué son hábitos higiénicos? Ser limpio, cepillarse los dientes, y bañarse, contestó un adolescente de dieciséis años; también se le preguntó **¿dónde escuchó de eso de esos hábitos?** dijo que en la escuela, en la casa y otros lugares. Se hizo la misma pregunta a una niña de ocho años de edad, pero se quedó pensando! queriendo recordar, luego la mamá le ayudó con una respuesta y le dijo <>b¿qué es bañarse hija?, eso es dijo la niña, luego agregó diciendo, también lavarse las manos; después se le preguntó, ¿dónde escucho hablar de hábitos higiénicos? inmediatamente contestó, en FUNDESYRAM; yo a la verdad me sorprendí al oír su respuesta, pero me contesté que se debe a que su mamá participa en las capacitaciones y talleres que imparte FUNDESYRAM, y cuando va, lleva a la niña.

En la comunidad San Rafael que pertenece al municipio de Tacuba; se nombró un Comité de Agua y Saneamiento (CAS), son hombres y mujeres comprometidos, ese comité ha logrado que en la comunidad se hagan algunas acciones como: separar los desechos sólidos, rehusar, no quemar las hojarascas, lavarnos las manos antes de comer y después de ir al baño, no hacer mal uso del agua, mantener ordenada y limpia la vivienda, que las y los niños estén limpios para que no se enfermen.

¡Ha costado! dice la señora Mabel Antonia Cortez, porque la gente está acostumbrada a solo tirar la basura, hoy siento que hasta gasto menos dinero y ahorro tiempo porque los niños ya no se enferman; antes de recibir las capacitaciones, gastábamos tiempo y dinero en curarnos, no sabíamos que lo podíamos prevenir, porque también desconocíamos porqué nos enfermábamos, ahora sentimos bonito pues tenemos un filtro que purifica el agua de bebida, ya no nos da tronazón de tripas (en el estómago) y los niños no se enferman de diarrea. Puedo decir que vale la pena estar bien organizados, así vamos a lograr más desarrollo de las familias y la comunidad.

“La falta de educación sobre la higiene, permitió que las familias de la comunidad no se desarrollaran más luego, ya que les causaba problemas de salud y para curarse gastaban mucho dinero, con los buenos hábitos, la agricultura orgánica y el apoyo de las instituciones como HORIZONT3000 y Medicor dan a FUNDESYRAM considero y he experimentado que el bienestar de las familias ha llegado”

HÁBITOS HIGIÉNICOS Y LA IMPORTANCIA DE CONSUMIR AGUA FILTRADA



Alma Yaneth Soriano, Carrizal, Tacuba y Exequias Méndez, FUNDESYRAM

Mi nombre es: Alma Yaneth Soriano soy del caserío Carrizal, cantón Jícaro y soy la coordinadora del Comité Comunitario de Agua y Saneamiento. Comencé a participar en el proyecto casi desde que inicio, entendí la importancia de los hábitos higiénicos y de consumir agua sana, y luego recibí el filtro para purificar el agua; esto después de haber completado 4 asistencias a capacitaciones en las que nos enseñaban varias cosas que no sabíamos antes.

Ya capacitada en la comunidad me eligieron como coordinadora del comité de agua y saneamiento básico, el trabajo que realizo es voluntario de motivar, ser ejemplo y darles seguimiento a las demás familias que han sido beneficiadas con filtro purificador de agua.

“En mi caso personal desde que usamos el filtro en mi familia ya nadie se enferma de diarrea en la casa, sé que ahora tomamos agua limpia y sin contaminación. Gracias HORIZONT3000, Medicor y FUNDESYRAM”

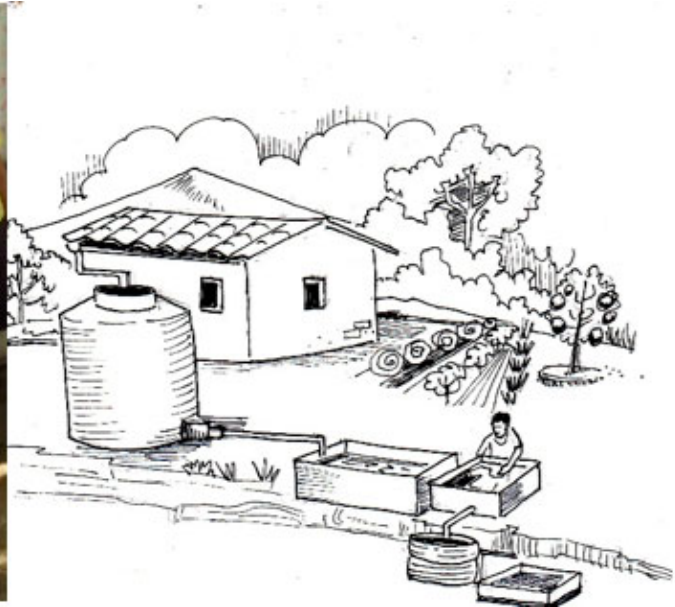
Conjuntamente con el técnico, realizamos las pruebas para saber el estado del agua. **Se realizó un análisis de agua, tomada directamente de la fuente**, para conocer la calidad de agua que consumimos, como resultado se puede evidenciar en el análisis que se presenta en la foto de color negro, es el nivel de contaminación que tiene el agua. Este pequeño análisis nos ha servido para demostrarles a las familias de la comunidad, el porqué nuestros niños y niñas se enfermaban con frecuencia con enfermedades del estómago, como retorcijón y diarreas. Rápidamente tenemos el resultado y nos damos cuenta que tan importante es darle un buen manejo al filtro, estos resultados nos ayudan a la sensibilización de las personas de la comunidad para que le den un buen uso al filtro. **También se realizó un análisis de agua, después de pasar el agua al proceso de filtrado**, obteniendo como resultado el tubo con agua color ambar que es la sustancia que detecta las contaminaciones, así nos damos cuenta que el agua es óptima para el consumo humano.

"Ahora nuestros niños y niñas ya casi no se enferman, me siento muy contenta con el apoyo recibido de parte de FUNDESYRAM que nos capacitaron y enseñaron como darle el manejo adecuado al filtro purificador"

Como coordinadora del comité promovemos la protección de fuentes de agua de la comunidad, aquí trabajamos todas las familias de la comunidad en limpieza de pozos y realizamos obras de protección para que no la manoseen los animales silvestres o que sean contaminadas con químicos o hagan uso indebido como como lavarse las manos; promovemos cómo darle el manejo y mantenimiento al filtro.

"Me siento contenta porque yo he aprendido muchas cosas, principalmente de cómo mantener el orden y aseo del hogar y a practicar los hábitos higiénicos"

HÁBITOS HIGIÉNICOS EL BUEN VIVIR DE LAS FAMILIAS Y LA COMUNIDAD



José Luis Hernández, El Rosario, Tacuba, y Boris Andrade, FUNDESYRAM

En la comunidad Rosario Centro, a don José Luis Hernández lo eligieron como el coordinador del Comité de Agua. Don Luis expresa estar agradecido con Dios y con FUNDESYRAM, HORIZONT3000, DKA y MedicorFoundation por la formación recibida en las capacitaciones recibidas y los intercambios. "Cada uno de la comunidad tenemos responsabilidad para poner en práctica lo aprendido, hemos logrado sensibilizar a nuestra comunidad, enseñándoles la importancia de darle un buen manejo al filtro para purificar el agua que consumimos; la lucha en nuestra familia el poner en práctica lo aprendido".

Entre otras actividades que realizo son las visitas domiciliarias, esto para ver si se está poniendo en práctica lo enseñado, y verificar el buen uso recurso agua como familia, para buscar soluciones a dichas necesidades y esto nos permite ser más solidarios.

Además el Comité, trabaja en algunas mejoras de viviendas como grupo organizado en nuestra comunidad. Hacer mejoras de algunas fuentes de agua para evitar que el agua se desperdicie y poder tener más agua recolectada en tiempo de escasez. Reutilizar el agua servidas mediante un filtro de tratamiento de aguas grises para poder ocuparlas en huertos familiares de producción de algunas verduras. Gestionar bidones o recipientes para almacenar agua lluvias del techo de las casas para usarla en tiempo de escases y poder aliviar a las familias. Mantener el aseo dentro del hogar, enseñando a la familia la práctica buenos hábitos higiénicos como lavado de manos, aseo personal, y mantener ordenado nuestro hogar. Hacer pruebas de agua de algunos nacimientos, y los resultados obtenidos compartirlos, así sabemos cuándo el agua está contaminada, con mucho orgullo les

demostramos que el agua del filtro del agua para beber sale la prueba libre de bacterias. Tambien recibimos y damos capacitaciones para el desarrollo personal y como grupo de auto ahorro.

“Es importante para tomar agua de calidad mejora nuestra calidad de vida”

LA BUENA INFLUENCIA DE LOS FILTROS DE AGUAS GRISES EN LAS COMUNIDADES



Blanca Estela Castaneda, El Durazno, San Pedro Puxtla, y Efraín Cerritos, FUNDESYRAM

FUNDESYRAM dentro de su enfoque de desarrollo territorial integrado y sustentable, implementa la estrategia para facilitar el proceso de reconversión de comunidades convencionales a Ecomunidades entendidas como "Agrupamientos humanos establecidos en una comunidad en relación intensa y solidaria entre ellos/as y la naturaleza para lograr el desarrollo territorial sostenible inclusivo y democrático y proveer servicios ecosistémicos para la comunidad," un componente determinante es el establecimiento de las Ecomunidades son las casas ecológicas debido a que "El hogar como espacio vital de la familia es el que les permite una vida digna y la convivencia con la naturaleza".

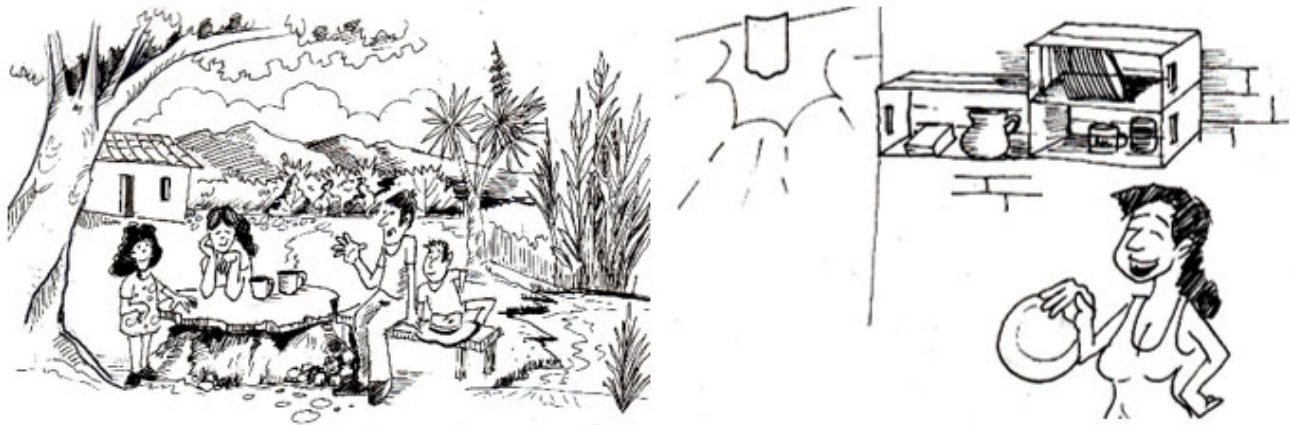
El diseño de la casa ecológica no sigue un patrón, sino que consiste ajustar y apropiar un concepto de buen vivir con convivencia y las tecnologías socialmente apropiadas a cada condición particular de las familias. Uno de los aspectos que son tomados muy en cuenta en las casas ecológicas, es el saneamiento básico y dentro de esto las tecnologías apropiadas como el establecimiento de **"Filtros de Aguas Grises"** una tecnología muy importante para la reutilización del agua y para facilitar el buen vivir de las familias y la comunidad.

Blanca Estela Castaneda considera que en su familia, el establecimiento del filtro de aguas grises les ha ayudado enormemente no solo a resolver tanto la necesidad de agua para su huerto, sino también, a cuidar su salud; Antes, cuando no contaba con el filtro tenía más bien un foco de proliferación de zancudos, gusanos, moscas y malos olores que fomentaban la transmisión de enfermedades a los miembros de mi familia.

Dice doña Blanca Estela, que desde el 2013 tiene un filtro artesanal para las aguas grises, construido de dos partes, una capta las aguas grises de la cocina y del baño y está formado por llantas que tiene una capa de piedra cuarta y otra de arena y una de cascajo que filtran las grasas, el jabón y otras impurezas que tiene el agua después de lavar la ropa o los trastos de cocina; luego el agua es enviada a otro deposito que la recoge en este último deposito tiene ninfas que purifican más el agua.

“El agua filtrada, posteriormente utilizo en mi huerto que junto a mis hijos logramos mantener y nos dan alimentos saludables, alimentos que también consumimos y vendemos a la escuela de la comunidad y a otras familias, entonces el filtro de aguas es un gran bendición para nuestra familia”

NO TENER TODO LO QUE TIENEN EN LA CIUDAD NO SIGNIFICA QUE NO PODAMOS VIVIR BIEN



María de Hernández, El Rosario, Tacuba, Edgardo Erazo, FUNDESYRAM

Ser pobre no significa ser sucio. Así comienza su narración doña María de Hernández del caserío los Hernández del cantón el Rosario en el municipio de Tacuba, quien ya tiene casi más de dos años de estar practicando hábitos higiénicos , con el proyecto de agua y saneamiento , que impulsa FUNDESYRAM.

Todos en la casa estamos obligados a mantenerla aseado, expresa nuevamente, yo les digo a mis nueras que aunque la ropita sea viejita pero lo importante es que estemos aseados, bien lavadita (mis nietos); la casa siempre la mantengo bien barridita aunque sea de tierra el piso, los trastes tapados porque así no los juegan las moscas y nadie se enferma de diarrea.

Más de 200 madres de familia se estan empoderadas con las practicas de buenos habitos higienicos en sus hogares, en las 6 comunidades en las que interviene **el proyecto agua y saneamiento** con el apoyo de HORIZONT3000, DKA Austria y Medicorfoundation. Hoy, estamos concientes que estos cambios de habitos, han mejorado la salud de toda la familia y los lleva a tener una mejor calidad de vida.

La comunidad manifiesta el importante cambios de salud que se ha logrado con la implementacion de filtros ,bidones y capacitaciones; por tal razon ven la necesidad de ampliar a mas familias de las comunidades los beneficios del proyecto, esto se esta logrando poco a poco.

Madres beneficiadas, y familia en general, manifiestan ver disminuidas las diarreas significativamente en sus hijos menores de cinco años y debido a este aspecto positivo la familia en general ahora tambien manifiestan tener mucho mas tiempo para la atencion de sus hijas e hijos. Con el uso de los bidones las familias manifiestan que ya no recorren grandes distancias para el acarreo del agua en epoca seca, reduciendo el riesgo social que se manifiesta

en muchos sectores de la comunidad. Además aquellas familias que tienen agua por cañería no reciben el servicio o es bastante irregular (5 a 8 días sin agua) por tal razón aprovechan al máximo el agua cosechada en invierno.

“Algo, significativo, es que también se ve de manifiesto la solidaridad por parte de las familias que poseen bidones de captación, pues comparten el agua con las que no lo tienen”

LOS HÁBITOS HIGIÉNICOS INICIAN DESDE LA NIÑEZ



Francisco Elvir Rodríguez, FUNDESYRAM

Una frase popular asegura “higiene es salud”. De hecho, se trata de un principio básico en la prevención de salud, es posible reducir el riesgo de contagio de numerosas enfermedades transmisibles con la aplicación de algunas medidas de aseo básicas. Sin embargo, un informe publicado por la Organización de las Naciones Unidas para la Infancia reveló que **una tercera parte de la población mundial no implementa las medidas de higiene básicas**, siendo los niños el colectivo más vulnerable.

En las comunidades donde FUNDESYRAM, tiene su accionar es común conocer que desde temprana edad, los niños y niñas al asistir a la escuela y también sus padres que participan en las acciones con FUNDESYRAM, se les induce o se les modela a seguir hábitos de higiene.

Cinco hábitos de aseo diario:

Según manifiestan algunas de las madres de familia abordadas en el tema, en las jornadas de capacitación a las que son sometidas en los centros escolares, como manera de concientizarlas en el tema de higiene se refiere y como apoyo en el proceso de la buena salud en el hogar, hay cinco hábitos de aseo diario y que de manera obligatoria deben involucrarse son:

1. Peinarse y mantener limpio el cabello

Se trata de unos de los hábitos de aseo diarios más elementales que el niño deberá aprender tan pronto como adquiera las habilidades motoras básicas.

2. Cepillarse los dientes

Lo ideal es que a partir de los 3 años ellos solos sean capaces de cepillarse los dientes, aunque durante los primeros meses necesitarán la revisión constante del adulto.

3. Lavarse las manos

Se trata de unos de los hábitos de higiene diarios más importantes pues basta para prevenir enfermedades como la tuberculosis, la neumonía, el cólera, la influenza y las infecciones gripales.

4. Limpiarse y cortarse las uñas

Mantener las uñas bien cortas y limpias es una garantía de salud. Básicamente, debajo de las uñas se acumulan las bacterias y virus procedentes de las superficies que los niños tocan constantemente.

5. Bañarse

Probablemente se trata del hábito de higiene diario más importante ya que mientras el niño se ducha, elimina de su piel los restos de suciedad e infección.

“Al hacer consciencia a temprana edad de la importancia de realizar estas actividades, conlleva al final de todo el buen vivir de las familias y la comunidad”

LA PRÁCTICA DE HÁBITOS HIGIÉNICOS FORTALECE LA ARMONÍA FAMILIAR



Sonia Elizabeth Galicia, Tacuba y Celia Yanes, FUNDESYRAM ADT Tacuba

La vivienda es el lugar donde la familia desarrolla gran parte de sus actividades, ya que es el lugar donde niños y niñas pasan sus primeros años de vida, de ahí viene la importancia de que el entorno ofrezca las mejores condiciones de higiene, para evitar la propagación de enfermedades principalmente de tipo gastrointestinales y respiratorias o permita la convivencia familiar armónica; esta condición puede lograrse con la adopción de hábitos higiénicos en el día a día que a su vez propicia salud física y mental. La práctica cotidiana de hábitos higiénicos es un compromiso que cada persona adquiere si quiere vivir mejor, la cual se logra al cambiar malas costumbres arraigadas.

La práctica de hábitos higiénicos, no es seguir una serie de reglas que indican como lavarse las manos o cepillarse los dientes, los hábitos higiénicos comprenden un conjunto de prácticas cotidianas y en forma continua; para esto, hay que estar consiente que es necesario tomar la decisión de transformar la vida lo cual incluye la viviendas. Cuando la familia observa que es posible vivir con hábitos higiénicos así como en una casa limpia y ordenada, esto incrementa la autoestima de las personas y fortalece la armonía familiar es decir, cuando cada individuo de la familia se interesa por el bien común y comparten ese sentir involucrándose en la realización de las tareas del hogar, todo esto permite tener buena salud como resultado de todas las prácticas de hábitos higiénicos e involucrarse como familia fortalece lazos afectivos.

"Soy Sonia Elizabeth Galicia madre de una adolescente, vivo en la comunidad Rosario, Santa Teresa, Tacuba, desde hace más de un año me involucré en los procesos de desarrollo comunitarios, a través de eso, he aprendido nuevas cosas que ayudan a mi familia a vivir mejor y haciendo cambios paulatinos, ellos ya se interesan por participar también. Lo primero para cambiar, es querer cambiar, así comencé a practicar hábitos higiénicos porque además de ayudarme a mantener una buena salud, también mejora la armonía de la familia al compartir las actividades en la casa, hoy se involucran para mantener la casa limpia y ordenada.

Iniciamos como familia reorganizando la casa, luego diseñar la cocina de manera que tengamos espacio y no contaminarnos con el humo, a darle tratamiento al agua que utilizamos así evitamos la contaminación, todo esto

aunque parezcan cosas pequeñas, ha sido grande para nosotros porque vemos la casa más bonita, separamos los espacios de la cocina y el comedor.

“Los cambios en la casa y la práctica cotidiana de hábitos higiénicos han provocado cambios en mi familia somos más unidos todos nos involucramos, compartimos en armonía cada día”

HÁBITOS HIGIÉNICOS MEJORAN LA CALIDAD DEL AGUA



Rafael Antonio Huezo, FUNDESYRAM/COSECHA AZUL, Cordillera del Bálsamo, Comasagua

La comunidad 3 de mayo, ubicada en la entrada de Comasagua, forma parte de la Cooperativa San Adelaida. La componen un total de 150 hogares, y se estima una población de 700 personas aproximadamente.

La actividad más importante de la población es la agricultura, anteriormente dependía exclusivamente de la producción de café, pero ante las bajas de producción y poca inversión en los cafetales, derivada de las crisis de precios y la roya, origino que las oportunidades de trabajo locales disminuyeran. La población principalmente la joven ha optado por la búsqueda de trabajo fuera de la comunidad.

La comunidad cuenta con los servicios como: energía eléctrica, agua potable domiciliar, recolección de desechos sólidos, centro de estudio a nivel básico, centro de salud y promotor de salud.

Uno de los aspectos importantes a resaltar de la comunidad es el grado de organización y participación en las actividades de bienestar comunitario. Por ejemplo el sistema de agua potable, administrado por la Junta de agua es unas de las más organizadas y de la zona. El sistema cuenta con la fuente de agua ubicada en la finca Germania, en el sector de la Teodora, que actualmente es administrada por un convenio de comodato a 50 años con los propietarios de la finca. La fuente se encuentra delimitada en un área de recarga de 2 MZ, y protegida por una cerca perimetral. En la mencionada área no se desarrollan actividades agrícolas, solo de protección. En el mes de noviembre de 2014, con apoyo de PLAN INTERNACIONAL y asistencia de FUNDESYRAM, la comunidad construyo obras de protección de la fuente de agua, en la área de recarga de la fuente, al construir acequias de ladera y establecimiento de barreras vivas, con ello han logrado mantener el caudal de agua, aun en los años de sequías.

La Junta es la responsable de administrar el sistema de agua. La cuota de pago de servicio de agua es de US \$

5.00 por 10 mts³ de agua por mes. A mayor consumo el cobro es escalonado según el volumen. Los ingresos superan los gastos de operación del sistema: energía eléctrica, salarios, insumos y materiales, según el último cierre en un año calendario hubo importante excedente de los ingresos sobre los egresos.

La Junta de Agua cuenta con un Plan de Seguridad del Agua, el cual fue elaborado en el 2015 y revisado en el 2016. Cada año realizan dos limpiezas de las cajas recolectoras de agua y de los tanques de captación y de distribución. Todos los días realizan cloración del agua y monitorean el cloro residual. Como producto de las buenas prácticas de operación, y en los dos últimas tomas de muestras de agua en la red, han resultado apta para consumo humano. Con ello se ha logrado disminuir en gran medida las enfermedades infecciosas diarreicas agudas.

“El trabajo comunitario, anima a la comunidad y Junta de agua a continuar trabajando por el bienestar de la población beneficiaria del sistema”

CUIDANDO LOS RECURSOS HÍDRICOS MEJORAMOS LAS CONDICIONES DE VIDA



Israel Morales, FUNDESYRAM

La mayoría de los asentamientos humanos en nuestro país, se establecen en función de la disponibilidad de una fuente de agua, con la finalidad de disponer de este recurso para los diferentes usos en la vida de las personas, así como para la crianza de animales domésticos.

La población rural reconoce como fuente primaria, los ríos y quebradas, estas fuentes se usan para lavado de ropa, aseo personal y para abreviar las diferentes especies animales. Las fuentes secundarias son consideradas los pequeños nacimientos, por lo general estas fuentes se utilizan para consumo humano.

Conociendo esta realidad en este artículo, quiero proponer algunas ideas y recomendaciones, para que las comunidades rurales con la ayuda de las organizaciones que facilitan el desarrollo rural y las organizaciones locales, le pongamos atención al cuidado de los recursos hídricos:

1. Desarrollar campañas educativas para sensibilizar a la población, sobre el valor del agua en función de los hábitos higiénicos y para una vida saludable.
2. Planificar las actividades agrícolas en función de la ubicación geográfica de las fuentes de agua
3. Disponer de un sistema de información sobre disponibilidad de fuentes de agua
4. Definir opciones o alternativas de protección a partir de recursos locales
5. Hacer un inventario de plantas y árboles que ayudan a conservar las fuentes de agua y multiplicarlas
6. Aprobar ordenanzas locales para proteger fuentes de agua

Con la apropiación y puesta en práctica, de algunas de estas recomendaciones, podemos mejorar las condiciones de higiene básica, que permita a la población de las comunidades rurales, tener un buen nivel de vida en armonía con los recursos hídricos.

“FUNDESYRAM, ya ha iniciado a trabajar en diferentes acciones en las que la población rural y sus organizaciones comunitarias, son la principal ejecutora de las diferentes prácticas en el hogar, las áreas productiva y en los espacios de interés común como son fuentes hídricas comunales”

FINCA GERMANIA UN EJEMPLO DE PROCESO DE CAMBIO EN EL USO EFICIENTE DEL AGUA



Carlos Mendoza, FUNDESYRAM-Cosecha Azul

Finca Germania cambia al disminuir el uso del agua para despulpar el café de su finca, al reciclar el agua usada en el proceso de beneficiado del café. Comasagua ha sido y es una población mayoritariamente de agricultores, su principal actividad económica el cultivo del Café, el que sustituyó al bálsamo que era el producto ancestral de la zona. La actividad del café requiere de un área para la receptación de la cosecha llamados Recibideros, posteriormente viene el procesamiento básico o agroindustria en los Beneficios de Café.

En los alrededores de la cabecera municipal de la Villa de Comasagua, se ubica la finca y beneficio Germania. Con el apoyo de FUNDESYRAM en la Iniciativa COSECHA AZUL, la finca Germania ha participado en Capacitaciones y Asistencia Técnica, como la elaboración de insumos orgánicos para café, protección de fuentes de agua.

Un ejemplo es el manantial ubicado en el sector la Teodora, que abastece de agua a la comunidad tres de mayo de la cooperativa Santa Adelaida. A raíz de la firma de convenio de comodato con la comunidad para el uso del manantial para abastecer el sistema del 3 de Mayo, la administración de la finca Germania, no realiza actividad productiva en un área de 2 mz. área que forma parte del área de recarga del manantial, además en el proceso de beneficiado de café, se comprometió a realizar cambios en disminuir el uso del agua para despulpar el café de su finca y evitar la contaminación, se propuso también con el ing. Rene Rolando Ruiz técnico de la finca y beneficio Germania el tratamiento de las aguas residuales y subproductos del proceso.

Las principales acciones se resumen en:

- Reciclado del agua, según testimonio de los encargados anteriormente usaban 80 galones por qq/oro y hoy usan 35 galones por qq/oro, tienen un ahorro de 45 galones por qq. de café procesado.
- El uso de máquinas centrifugas para quitar el mucilago del café. (Elaborado en el taller del beneficio de Germania para la obtención de menos uso de agua.)
- Uso de digestores de pulpa y aguas mieles, mediante un proceso de degradación. Cada digestor de 200 cc, requiere de un galón de agua y 0.5 tonelada pulpa-aguas mieles.

- Impermeabilización de las estructuras donde se capta agua.

Entre los resultados de las acciones se mencionan:

- Reducción del consumo de agua mediante el reciclaje del agua para el beneficiado del café. Con la reducción de agua por QQ/oro , en la temporada 2015-2016 el ahorro fue por todo el café procesado de 42,075 galones por 935 qq. Esta reducción de volumen de agua, significa menos agua que contiene mucilago o mieles del café.
- Con la implementación de la desmuciladora mecánica, se ha reducido el consumo de agua al eliminar las pilas de fermentación del café.
- El uso de digestor de aguas mieles y tratamiento de la pulpa, se reduce el grado de contaminación de las aguas mieles y pulpa, evitando la contaminación de los suelos y mantos acuíferos de la zona.
- Impermeabilización de las obras de captación de agua para el proceso de beneficiado, evita las pérdidas de agua por infiltración, con ello les permite el uso del 100% de las aguas recolectadas.

“Tomando la decisión de no afectar el medio ambiente y contribuir al desarrollo de las comunidades y su gente; se considera que los resultados obtenidos con el establecimiento de las acciones de tecnologías de bajo costo, dan como resultado un mejor aprovechamiento y mejora de la calidad del agua. Con ello la finca y beneficio Germania, es un referente en el uso eficiente de agua en el proceso de beneficiado y la disminución de la contaminación al suelo y mantos acuíferos mediante el tratamiento de las aguas mieles y la pulpa, lo cual beneficia a las comunidades y el planeta”

EN MI FAMILIA Y COMUNIDAD SE HACEN ESFUERZOS PARA ESTAR SALUDABLES



Raúl Antonio Mendoza, FUNDESYRAM

La salud de mi familia y mi salud no depende de mis vecinos, cada persona es la responsable de su salud, los hábitos higiénicos deben practicarse en todo momento, la educación empieza desde el hogar, los padres son responsables de dar la educación correspondiente, de lo contrario los pequeños crecen con el ejemplo que ven en sus propios hogares.

FUNDESYRAM impulsa metodologías de participación comunitaria con tecnologías socialmente apropiadas, en coordinación con las Unidades de salud, que tienen como objetivo una vida sana por medio de la salud familiar y comunitaria. Se promueve, disminuir o evitar el consumo de bebidas gaseosas, que además de ser un producto contaminante hacia nuestro cuerpo contamina el medio ambiente, se calcula que el plástico tarda entre 100 y 1.000 años en descomponerse.

Por eso, se busca la manera, de promover lo que son campañas de limpieza, en donde participan desde los más chiquitos del hogar hasta los más ancianos, esto se hace con el fin de ir creando el hábito de vivir en lo limpio, pasando por la recolección de desechos, el enfoque son los niños y por consiguiente los padres y madres de familia, y así poder crear cada día una comunidad más limpia y ordenada.

En las comunidades existen personas que tienen dificultades en el acceso al agua para satisfacer la demanda del hogar, en donde la única opción es obtenerla, ya sea, en un pozo, río o vertiente, teniendo en cuenta que la calidad de agua obtenida no es 100% confiable y la mayoría de veces hay desechos esto sin mencionar la contaminación por heces fecales. Por esa razón en Tacuba, también se promueve el uso de un filtro para la purificación de agua, con esta práctica, se ha logrado observar una disminución de enfermedades infecciosas causadas por ingerir agua con partículas contaminantes, en donde los más afectados siempre son los niños de entre 0 a 6 años de edad.

“La salud de mi familia y mi salud no depende de mis vecinos, cada persona es la responsable de su salud”

TECNOLOGÍAS FAVORABLES AL AMBIENTE Y PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS SANOS



Kelvin Enrique Mendoza García, FUNDESYRAM

La Fundación para el Desarrollo Socioeconómico y Restauración Ambiental, FUNDESYRAM, implementa en sus ejes de trabajo motiva a hacer educación en las comunidades con respecto a tener medio ambiente apropiado, entre ellos, por medio del ornato, orden y mantener aseado el hogar.

En las comunidades rurales trabajamos con proyectos en donde se promueven las casas ecológicas, cuyas características son la convivencia familiar, los hábitos higiénicos y el uso eficiente de los recursos naturales. Es decir, facilitar que las familias vivan en una ambiente armónico entre las personas y el entorno, con espacios saludables. Así también se fortalece a través la gestión y ejecución de proyectos de agricultura orgánica en zonas urbanas y periurbanas, implementándola con objetos, reciclados tales como botellas, llantas y envases de gaseosas.

En las reflexiones de los miembros de la comunidad concluyen que:

-El ser pobre no quiere decir que no puedes tener ordenada tu casa; coinciden en esto los habitantes de la comunidad el Carrizal en Santo Domingo de Guzmán. "Hemos aprendido a reutilizar lo que para nosotros parecía basura, se han implementado filtros de aguas residuales hechos con llantas para el buen uso del agua, estas tecnologías son eficientes e importantes. También hemos aprendido a darle una segunda oportunidad a desechos que solo ocasionaban desorden y mal aspecto en mi parcela".

-Hoy en día en las comunidades en las que trabaja FUNDESYRAM se están teniendo cambios, que se observan en el aprovechamiento de botellas plásticas y llantas de vehículos, que se tenían arrojados ahora las han manufacturado y desarrollado artesanías con botellas y llantas.

-El buen salvadoreño hasta de la basura, saca provecho, el reciclaje es un buen elemento para avanzar al desarrollo de las personas y se ha potenciado a tener cambios en las comunidades y las familias.

“La educación Perfecta de una persona, empieza desde que se es pequeño”

FOMENTO DE HÁBITOS HIGIÉNICOS EN LA PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS



Pedro Alberto Santana Matamoras, FUNDESYRAM

FUNDESYRAM en su afán de fortalecer los buenos Hábitos higiénicos en el buen vivir de las familias y la comunidad, realiza diversos talleres en las comunidades de San Pedro Puxtla, donde se fomenta la adecuada manipulación de los alimentos y el aporte nutritivo que estos tienen en la dieta de las familias.

Enfocado en esto se imparte temáticas como:

- Lavado adecuado de manos: consiste en lavar con suficiente agua y jabón las manos entrelazando los dedos y frotando las palmas contra las muñecas de arriba hacia abajo hasta los codos y secar con toalla limpia.
- Manipulación higiénica en la preparación de los alimentos: consiste en el lavado adecuado de manos, la no utilización de joyas, esmaltes, perfumes o algún otro cosmético que pueda contaminar los alimentos; el uso de gorro o redcilla, delantales o gabachas, zapatos cerrados sin tacones para no causar accidentes y el lavado adecuado de los alimentos y su adecuada cocción .
- Limpieza y desinfección de utensilios y equipos de cocinas. Para esta práctica es recomendable el uso de jabones o desinfectantes destinados para este fin y evitar otros productos con fragancias, después del uso de los utensilios deben pasar a este proceso y guardarlos en lugares donde puedan estar secos o ubicados de manera que no guarden residuos líquidos
- Enfermedades transmitidas por los alimentos. Para poder evitarse de la contaminación es recomendable que la persona que realiza esta labor, cumpla con lo mínimo necesario de los incisivos anteriores, además es una recomendación apropiada asegurarse de que los alimentos que almacenados, estén libre de la presencia de insectos o roedores, si son refrigerados evitar que sean descongelados y luego congelados para no permitir la llegada de bacterias, y de preferencia si se consumen productos envasados, debe revisarse su fecha de vencimiento.

“Con estas prácticas de la buena preparación de alimentos, las familias se han fortalecido para poder contar con las condiciones necesarias de preparar alimentos confiables y adecuados para el consumo familiar”

CAMBIANDO HÁBITOS ATRAVÉS DE ACTIVIDADES DE CONCIENTIZACIÓN



Por Bianca Wulz, HORIZONT3000 / FUNDESYRAM

Mi nombre es Reyna Marilú Sambrano, estoy en el proyecto de agua y saneamiento que nos ha ayudado a tener más salud y más agua de buena calidad, yo no tengo agua de tubería y siempre voy a la vertiente de la comunidad a traer agua para los oficios de la casa, y a lavar ropa allá, me tardo 15 minutos en llegar, antes el agua era poca y no alcanzaba y cuando pasaban carros se ensuciaba y tenía que esperar más tiempo hasta que aclaraba el agua, ahora como se protegió el pozo este agarra más agua, pero también he aprendido otras cosas que antes no las hacía como lavar las frutas y verduras con puri-agua para que queden más limpias, mantener limpio todo lo que es la casa y separar la basura, así no nos enfermamos.

El agua es un elemento básico para la vida. No sólo es necesaria en cantidad suficiente para tomar o crear y mantener hábitos de higiene, sino, también es importante su calidad para evitar enfermedades como diarreas, parasitosis, fiebre tifoidea y epidemias como el cólera. La mayor parte de la población de El Salvador no tiene acceso al agua potable. Por eso, es necesario que cada persona, cada familia y cada comunidad tome las medidas necesarias para evitar la contaminación del agua que consume.

Muchas personas, como Reyna Marilu Sambrano, usan el agua del río para lavar su ropa, limpiar la casa, bañarse, cocinar y tomar. Lastimosamente, la mayoría de los ríos del país son contaminados. Los químicos que usamos en la agricultura y ganadería, el detergente de polvo que usamos para lavar la ropa, la basura que botamos a la calle, la ceniza cuando quemamos basura, a un punto todo llega al río.

Por esta misma razón, no solamente hay que cambiar hábitos en nuestros hogares, como por ejemplo, siempre lavarse los manos antes de comer, después de ir al baño, después de tocar basura etc. sino, también tenemos que generar cambios en las personas de nuestros alrededores en la concientización de que la contaminación del medio ambiente es para evitar enfermedades causadas por el agua contaminado de los ríos.

En varias comunidades se han realizado actividades de limpiezas de los ríos organizados de grupos juveniles de las comunidades, con apoyo de la CIJOES (Coordinadora Intersectorial de la Juventud del Occidente de El Salvador) y

con participación de los y las miembros/as de todas edades de las comunidades. Eso no solamente tiene el efecto de disminuir la basura, sino, también de concientizar las personas desde temprana edad, en lo que es cuidar nuestros recursos naturales, cuidar la salud de los y las habitantes de la comunidad y del país, crear hábitos diferentes en el manejo de la basura.

“La juventud tanto como en higiene personal y con acciones comunitarias está demostrando a la comunidad que está aportando a los procesos de un desarrollo positivo de la comunidad”

HÁBITOS HIGIÉNICOS COMO PARTE DEL CAMBIO DEL SER HUMANO



José Jesús Córdova Miranda, FUNDESYRAM

La agricultura orgánica destaca la integración de los sistemas, la integración perfecta de las acciones que llevan al desarrollo humano como sujeto pensante. Tal como resalta CORMI, 2017, en su reflexión diaria, en relación a la agricultura orgánica: "Porque los cambios no se producen en la parcela; se producen primero en el ser humano".

Los primeros cambios deben ser producidos en el ser humano, eso implica que el hogar debe brindar las condiciones adecuadas de higiene, ornato para que la familia viva bien; esto a su vez irradiará el desarrollo de la comunidad.

Los hábitos higiénicos deben ser parte del sistema de producción y de bienestar humano. Debemos alimentarnos bien, no consumir alimentos producidos con agro tóxicos. Pero por el otro lado producimos alimentos sanos, pero por la manipulación o falta de higiene

Se pierde la optimización de las bondades del producto orgánico.

Muchas veces se ha llegado a pensar que hacer agricultura orgánica es ser sucio, no practicar hábitos higiénicos, sobre todo porque en los procesos se utilizan estiércoles de animales, los cuales según investigaciones a través de la fermentación eliminan cualquier patógeno que nos pueda enfermar.

Indiscutiblemente todos estamos obligados para nuestro bien a mejorar la higiene. Entre algunas acciones simples, se destacan: Manejo de desechos sólidos orgánicos e inorgánicos, limpieza de la casa, orden en la casa, reutilización de aguas grises, caleado de casas, ornato, reutilización de desechos inorgánicos como botellas plásticas para siembra de flores o plantas.

"Se puede vivir bien, gastando poco, es cuestión de aptitud"

MANEJO INTEGRAL DE DESECHOS SOLIDOS COMUNITARIOS EN ISLA DE MENDEZ



Alvaro Alberto Garciaguirre, FUNDESYRAM

Les quiero contar una experiencia que tuve cuando trabajé en otra institución, en la Isla de Méndez, que es una comunidad ubicada en la bahía de Jiquilisco, específicamente en la península de San Juan del Gozo, municipio de Jiquilisco, Usulután, al momento de iniciarse el proyecto la cantidad de población que habitaba era de 350 familias que incluyen los caseríos cercanos El Llano y El Aguacate.

Debido al hacinamiento de la población y los malos hábitos, uno de los más grandes problemas que afrontaba era el mal manejo de la gran cantidad de basura que genera dicha población, se podían observar promontorios de basura por todos lados de las calles sobre todo en el sector a orillas de la bahía o área con más turismo, algunas familias lo que hacían es quemar los desechos, esto generaba insalubridad, generación de enfermedades gastrointestinales y respiratorias las cuales se veían reflejadas en las estadísticas que llevaba la Unidad de salud y además por ser Isla de Méndez, un lugar con muchos atractivos turísticos y muy visitado, habría que trabajar este tema con la comunidad, de esta forma fue como se formó un comité entre ADESCOIM (Asociación de desarrollo comunal Isla de Méndez), Asociación Mangle, Unidad de salud y el Centro escolar, para buscar solución a este grave problema.

Con el comité se trabajó la idea y se incluyó como un componente en una propuesta presentada a FIAES, la cual tuvo mucho éxito durante la ejecución del proyecto y continuó después siendo auto sostenible. Los componentes de la propuesta y como se ejecutó el proyecto fue:

- Realización de un proceso de concientización a través de programa de capacitaciones a la población, mensajes con material divulgativo, charlas a pacientes de la clínica por parte del doctor o enfermera, charlas a alumnos en centro escolar, visitas a los hogares para sensibilizar y promover la separación y apoyo económico a la iniciativa en equipo con médico, un maestro, representante de ADESCO y Asociación Mangle.

- Dotación de basureros 2 por familia uno para desechos orgánicos y otros para inorgánicos para la separación familiar a cada familia que se comprometió a ser parte del proyecto.
- Designación de un lugar fuera de la comunidad un terreno de la ADESCO, donde realizar el compostaje.
- Diseño de un sistema de recolección de basura, que no requiera mayor gasto de combustible, consistente en un coche de hierro jalado por un caballo, el cual se diseñó con dos depósitos para separar orgánicos e inorgánicos.
- Ordenamiento de la población en sectores y recolección calendarizada con días fijos por sector 2 días por semana.
- Contratación de un recolector de basura y uno que realiza el compostaje.
- Pago de una cuota a las familias que se les da el servicio.
- Reuniones periódicas de comité ampliadas con los trabajadores quienes dan un informe de cómo se está dando el proceso cuales son los problemas del sistema y las familias que no están realizando bien el manejo para luego programar visitas del comité a estas familias.
- La ADESCO lleva la administración del fondo, y presenta informes al comité y a la asamblea e invierte en lo que se requiere.
- Sostenibilidad por Ingresos venta de abono y pago por el servicio y una base de inversión por el fondo obtenido como basureros, equipo de recolección, subsidio por un tiempo de los trabajadores, basureros públicos, papelería y equipo de oficina por el proyecto.
- Realización de campañas de limpieza 3 veces al año (finales de julio, antes de semana santa y antes de fiestas navideñas) con la integración de escolares, unidad de salud y población en general
- Separación domiciliar de los desechos sólidos por parte de las familias.

“Cuando la comunidad tiene una visión de desarrollo, se le orienta bien y se apropia de los procesos, se pueden lograr los cambios”

COMERCIALIZACIÓN DE HORTALIZAS SANAS, A TRAVÉS DE LA MANIPULACIÓN ADECUADA.



Manuel Vega, FUNDESYRAM

La buena comercialización de los alimentos es lo que toda/o productor busca, esta es posible, si se parte de una buena planificación de la producción, manejo de la cosecha y comercialización; después de consumir lo que necesita la familia, se debe buscar satisfacer las necesidades del mercado en cuanto a la demanda, calidad, y en cuanto a la presentación de los productos.

En el Canton Pushtan del municipio de Nahuizalco departamento de Sonsonate, es una comunidad donde las familias viven de la producción y comercialización de las hortalizas, productos que obtienen durante las actividades agrícolas, que realizan durante todo el año pues tienen riego.

Por ahora, se satisface una demanda del mercado haciendo la comercialización directa o proporcionando productos a comerciantes intermediarios que se dedican a esto, pero todos los/as productores están haciendo prácticas no adecuadas que limitan la calidad del producto, al hacer la limpieza y preparación de sus hortalizas utilizando el agua no adecuada (de las canaletas del agua para el riego). Con esta práctica se tiene un riesgo mayor de contaminación, ya que no existe la posibilidad de asegurar que es una agua confiable, además de no dar una buena presentación a su producto, es decir que la utilización de aguas contaminadas para la limpieza de las hortalizas. Por aspectos de salud, tampoco es lo adecuado para poder preparar los productos comestibles. Esta es una limitante que tienen los agricultores ya que es muy común ver personas haciendo esta práctica utilizando el agua de riego para preparar sus productos. Ya FUNDESYRAM también está promoviendo la agricultura orgánica para sacar hortalizas no contaminadas con agroquímicos lo cual vendrá a darle más valor al producto.

En este sentido y consciente de la necesidad de poder mejorar y ofrecer un producto con mayor calidad **Cesar Ezequiel Sanchez**, es un joven productor y Extensionista Comunitario, que se dedica a la agricultura, pero

además con su familia hacen las labores de comercialización. Han descubierto la oportunidad de dar un valor agregado a los productos hortícolas de la comunidad, en este sentido se cuenta con una planificación de la construcción de un centro para el acopio, preparación y embalaje de productos hortícolas, para llevarlos a la venta al mercado más conveniente.

El centro de acopio, se ha planificado para que tenga las condiciones de bodega, limpieza y sanitación de productos, sala de embalaje y sala de despensa, además de la preparación en manipulación de alimentos por parte de las personas que se dedican al manejo de este centro.

"La idea es dar un paso importante y diferente en el rubro de la comercialización, ya que pensamos en un local con las condiciones adecuadas para garantizar la calidad de las frutas y verduras que vamos a comercializar, por ahora ya lo estamos haciendo utilizando agua potable, pero con la construcción del local adecuado para esto sabemos que vamos a crecer tanto en venta como en dar credibilidad a la comercialización que hacemos, satisfaciendo las necesidades y demandas de las personas y clientes que para nosotros representa el mercado" Cesar Sánchez



Fundación para el Desarrollo y Restauración Ambiental

CopyRight 2017 www.fundesynam.info

Redes Sociales



Información sobre cursos

fundesynamdireccion@gmail.com

Teléfono

(503) 2273-3406

Recomendaciones

[Biblioteca-](#) [videos](#) - [Boletines-](#) [capacitaciones](#)