

# GUÍAS METODOLÓGICAS PARA PROMOVER LOS COMPORTAMIENTOS ESPERADOS EN LA ESTRATEGIA DE CCSyC DE LA GCNN



# Guía No. 1:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

*1.1.1 Atención durante el embarazo y parto.*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las mujeres embarazadas acuden a sus controles prenatales de forma oportuna.
- Las mujeres embarazadas siguen las recomendaciones de protección, cuidado y alimentación, con el apoyo de su familia, personal de salud y comunidad.

### DIRIGIDO A:

- Mujeres en edad fértil, mujeres embarazadas.
- Parejas, madres y suegras de mujeres en edad fértil y de mujeres embarazadas.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE NUTRICIÓN





### ACTITUDES:

- Siente confianza en acudir al servicio de salud.
- (Pareja de la mujer embarazada y su familia) rechaza cualquier tipo de machismo que limite que una mujer acuda al servicio de salud durante su embarazo.



### CONOCIMIENTOS:

- Conoce la importancia del control prenatal para ella y su bebé por nacer.
- Conoce la importancia de acudir a su primer control prenatal antes de las 12 semanas de embarazo.



### PRÁCTICAS:

- Lleva a cabo, como mínimo, 4 controles prenatales en el servicio de salud.
- El primer control prenatal lo realiza antes de las 12 semanas del embarazo; el segundo, alrededor de las 26 semanas; el tercero, a las 32 semanas, y el cuarto, entre las 36 y 38 semanas.
- Acude al servicio de salud, aún en tiempos de COVID-19, para recibir control de embarazado, parto o post-parto.





### **ENTRADA:** **PARTIR DE LA EXPERIENCIA**

- Ejercicio de discusión a partir de imágenes generadoras: 2 historias de mujeres embarazadas, una que no acude al servicio de salud durante su embarazo y no recibe respaldo de su pareja y familia para ello; la otra, sí acude y recibe el apoyo y respaldo de su pareja y familia (análisis de causas y consecuencias).



### **DESARROLLO:** **APRENDIZAJES**

- Narrativa del proceso de formación del bebé durante las semanas: Imágenes de cómo se va desarrollando el bebé en el vientre de la madre desde las primeras semanas (puede retomar al personaje positivo de la historia inicial). Insista en la importancia de acudir al servicio de salud desde las primeras 12 semanas del embarazo, comparándolo con las imágenes de cómo se va desarrollando el bebé desde esas primeras semanas. Insista que, además, deben llevarse a cabo, al menos 4 visitas al servicio de salud para su control prenatal (compárelo con las imágenes del desarrollo del bebé en el vientre de la madre). Pida que le planteen recomendaciones al personaje negativo con base en lo aprendido.
- Simulación de visita a control prenatal (de preferencia con la pareja): Observación de la atención esperada por parte del personal de salud.



### **CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN**

- **Dominó de la Embarazada:** A partir de las imágenes, establece compromiso de acudir a control prenatal para un embarazo exitoso (planificar la visita junto con su pareja). Establece el apoyo de su familia y comadrona.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





**ACTITUDES:**

- Tiene la intención de alimentarse saludablemente (alimentos nutritivos).



**CONOCIMIENTOS:**

- Conoce los cuidados que debe tener para protección personal en tiempos de pandemia COVID -19.
- Reconoce signos y síntomas de peligro durante el embarazo.
- Conoce la importancia de una dieta saludable durante el embarazo: Conoce los alimentos que debe consumir en la etapa del embarazo y las cantidades recomendadas.



**PRÁCTICAS:**

- Toma la suplementación de Hierro (Sulfato Ferroso) 2 tabletas de 300 mgs. y 1 tableta de 5 mgs. de Ácido Fólico una vez a la semana.
- Guarda las medidas de higiene y protección personal en tiempos de pandemia.
- Se alimenta saludablemente y selecciona alimentos nutritivos, en lo posible.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





### **ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA**

- Ejercicio “visita a mi amiga que está embarazada y su pareja”: Se pide que las/os participantes se formen en tríos. En cada grupo habrá una persona que representará a la mujer embarazada (está iniciando su embarazo, va por su primer mes), otra persona representará a su pareja (esposo) o alguien cercano/a de su familia (madre).
- Mientras que la tercera persona será su amiga/o, quien llega a visitar a la embarazada y su pareja a su casa. Deben representar (actuar) cómo sería esa visita, tomando en cuenta: ¿Qué le diría la amiga a la mujer que está iniciando su embarazo y a su pareja o familiar para felicitarles y animarlos? ¿Qué recomendaciones les daría para que tengan un buen embarazo y que todo salga bien?
- Luego que hicieron el ejercicio en tríos, se pide que pase un trío a representar frente al resto de participantes lo que actuaron.



### **DESARROLLO: APRENDIZAJES**

- Mientras ve la actuación de cómo orientarían a su amiga que está embarazada y a su pareja o familiar cercano, puede ir anotando en un cartel las recomendaciones que van diciendo. Al finalizar la representación, puede pedir que las demás personas participantes agreguen otras recomendaciones que le daría a la mujer embarazada y su pareja.
- ¿Qué debemos tener presente al momento del embarazo? Coloque la imagen de la mujer embarazada en el centro de la pared, puede usar la misma imagen positiva de la embarazada de la actividad 1.1.1.A (y vaya colocando las imágenes que se mencionan a continuación alrededor de la misma). Puede usar las láminas del juego del “Dominó de la Embarazada” que representan las acciones que debería llevar a cabo la mujer embarazada.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE NUTRICIÓN



**DESARROLLO:  
APRENDIZAJES**

Retomando lo que se conversó antes:

- ◆ Comparta las imágenes de las señales de peligro durante el embarazo y pida a las personas participantes que describan lo que ven. Conforme vayan hablando, explíqueles más en qué consiste cada señal y por qué deben actuar pronto y acudir al servicio de salud.
- ◆ Pida que, en hojas de papel y marcadores, cada una/o dibuje un alimento que cree que es importante que la mujer embarazada consuma en este período. Pida que cada persona coloque el alimento que dibujó, explique por qué lo considera importante y luego, lo coloque alrededor de la imagen de la mujer embarazada.
- ◆ Conforme vayan hablando, explíqueles cómo debe ser una dieta adecuada para la mujer embarazada y qué alimentos debe evitar.



**CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN**

- **Dominó de la Embarazada:** A partir de las imágenes, establece compromiso de estar atentas a las señales de peligro durante el embarazo, cuidar la alimentación de la mujer embarazada y consumir el Hierro y Ácido Fólico. Establece el apoyo de su familia y comadrona.





### ACTITUDES:

- Tiene la intención de que su parto sea atendido por personal de salud calificado.
- (Pareja de la mujer embarazada y su familia) Valora la atención a la mujer embarazada por personal de salud calificado.



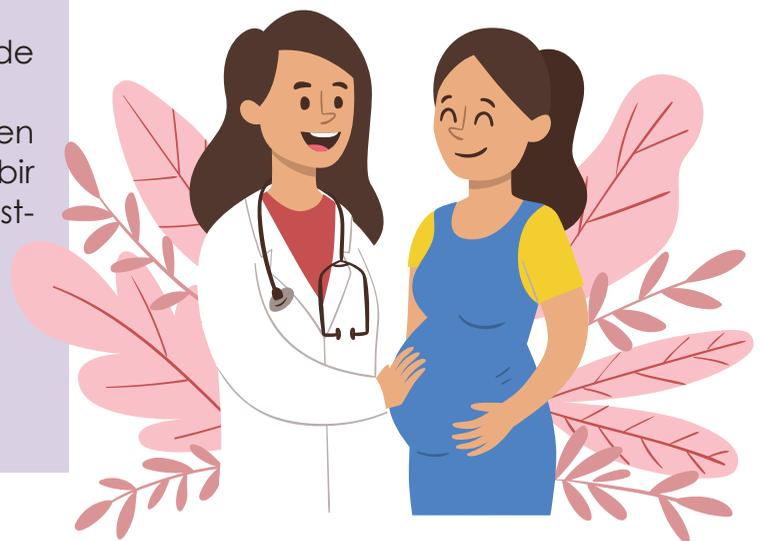
### CONOCIMIENTOS:

- Conoce lo que debe incluirse en un plan de emergencia para el momento del parto.
- Conoce que un embarazo debe ser atendido por personal calificado.
- Conoce la importancia de que su hijo reciba leche materna durante la primera hora de nacido.
- Conoce de los cuidados del recién nacido.



### PRÁCTICAS:

- Cuenta con un plan de emergencia para el momento del parto. Su parto es atendido por personal de salud calificado.
- Acude al servicio de salud, aún en tiempos de COVID-19, para recibir control de embarazado, parto o post-parto.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
POR LA  
NUTRICIÓN



### **ENTRADA:** **PARTIR DE LA EXPERIENCIA**

- **Llegó el día:** Muestre el dibujo de la mujer embarazada, y cuente la siguiente historia: “Son las 6 de la tarde y... ¡Parece que el bebé de Marta ya está listo para nacer!

Déjenme contarles que Marta, junto con Mario, su pareja, tienen otros 3 hijos: Ramón, de 8 años; Teresa, de 5 años, y Julio, de 3 años. En servicio de salud está lejos, hay que ir en bus”.

- Pregúnteles:
  - ◇ ¿Con quién creen que va a dejar Marta a sus hijos e hija ahora que va al servicio de salud?
  - ◇ Ahora que son las 6 de la tarde, ya no sale bus hacia el pueblo donde está el servicio de salud, ¿qué puede hacer para llegar a tiempo?
  - ◇ ¿De dónde puede sacar el dinero para cubrir estos gastos?
- Escuche las respuestas y con base en ellas, pregunte:
  - ◇ ¿Creen que Marta y su pareja estaban bien preparados para el momento del parto? ¿Qué deberían tomar en cuenta para estar bien preparados?



### **DESARROLLO:** **APRENDIZAJES**

- Con base en el ejercicio de entrada, explíqueles la importancia de que el parto sea atendido por personal calificado en el servicio de salud. Y que, para ello, su comadrona es muy importante, porque ella las puede acompañar durante el parto aún en el hospital o en el servicio de salud.
- También presénteles la importancia de contar con un plan de emergencia para el momento del parto y que éste debería contemplar con antelación (coloque en el centro de la pared la imagen de la mujer embarazada y mientras va explicando, coloque las imágenes de cada aspecto alrededor de ella):



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica

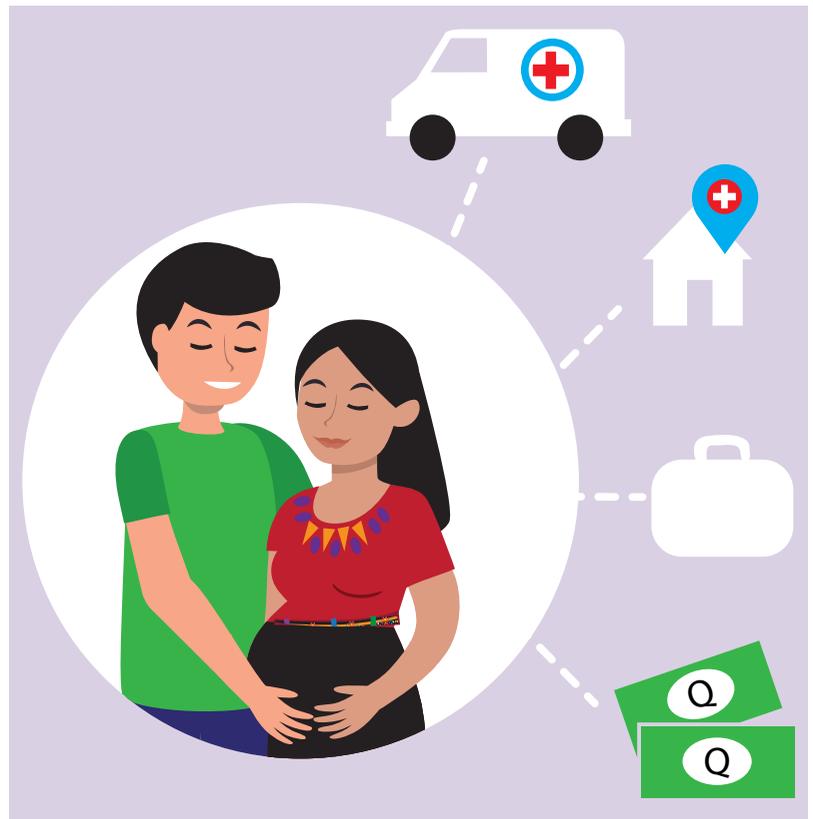


SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



- ◇ Tener claras las señales de peligro para las que hay que actuar rápidamente.
- ◇ Tener claro el transporte que van a usar.
- ◇ Tener bien identificado el servicio de salud a donde van a acudir para la atención del parto.
- ◇ Contar con un ahorro para los gastos de este momento.
- ◇ Saber quién va a tomar las decisiones urgentes.
- ◇ Saber quién va a hacerse cargo de los niños/as mientras que mamá y papá acuden al parto.
- ◇ Preparar lo que van a llevar ese día: ropa, utensilios de aseo, etc.

Insista que, aún en estos tiempos de pandemia por COVID-19, podemos acudir a los servicios de salud, siempre cuidando las medidas de protección (uso de mascarilla, distancia entre las personas y lavado constante de las manos).



### CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- Elaborando nuestro plan de emergencia para el momento del parto: Pida que observen todo lo que colocamos en la pared alrededor de la mujer embarazada y que, con base en ello, elaboren una propuesta de plan de emergencia para el momento del parto. Y que, al llegar a su casa, lo compartan con el resto de los miembros de su familia y con su comadrona, para enriquecerlo y tenerlo listo.



# Guía No. 2:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

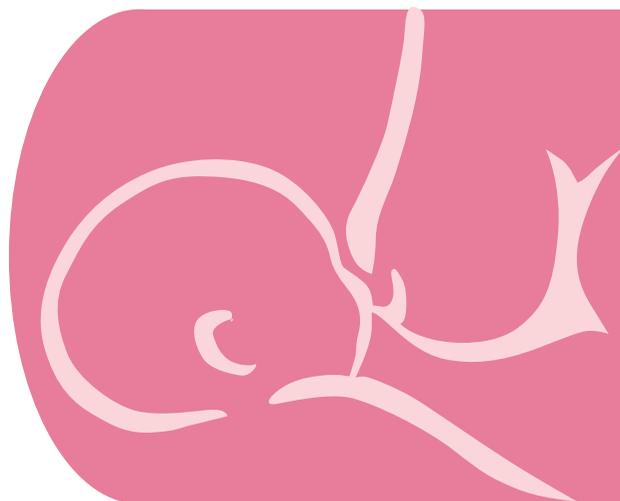
*1.1.2 Lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las madres de niños y niñas de 0 a 6 meses brindan lactancia materna exclusiva a sus hijos e hijas (sin dar ningún otro alimento sólido ni líquido).

### DIRIGIDO A:

- Madres de niños/as entre 0 a 6 meses.
- Parejas, madres, suegras y abuelas de madres de niños/as entre 0 a 6 meses.



# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

- Se siente segura de poder proporcionar a su hijo o hija su leche: poder producirla, que le va a gustar, que va a ser suficiente, etc.



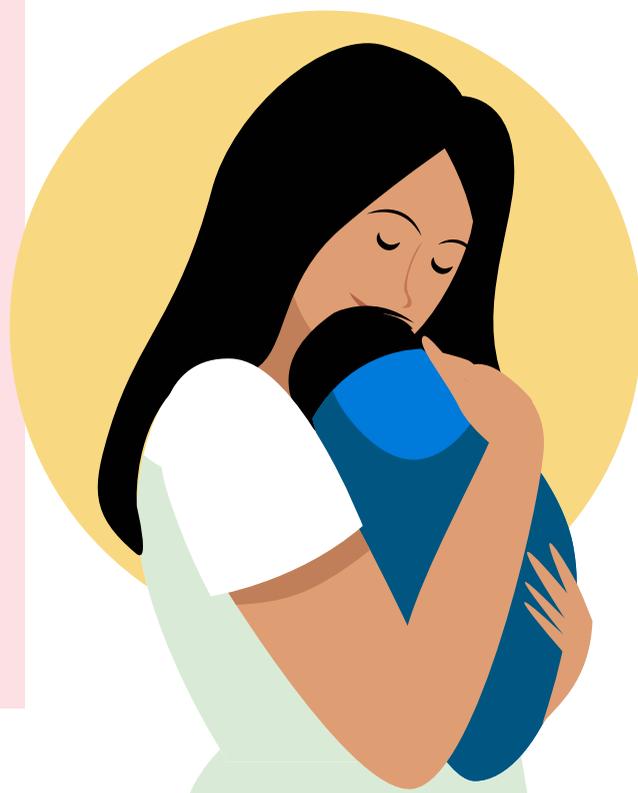
## CONOCIMIENTOS:

- Conoce la importancia de dar leche materna de forma exclusiva durante los primeros 6 meses (sin otros líquidos) porque ayuda a: reforzar las defensas del cuerpo, brinda nutrientes y ayuda al crecimiento y desarrollo del bebé.
- Sabe que lactancia materna exclusiva implica no dar ningún alimento sólido ni líquido durante los primeros 6 meses de vida del bebé.
- Conoce que, si tiene problema para amamantar, puede acudir al servicio de salud para recibir orientación sobre lactancia materna.



## PRÁCTICAS:

- Da pecho a su hijo/a según la cantidad de veces que lo demande (al menos 8 veces en un lapso de 24 horas).
- Sólo alimenta a su hijo/a durante los primeros 6 meses con leche materna, no le da agüitas.
- Cuida que la postura sea la correcta al momento de amamantar al niño/a.
- Continúa dando pecho a pesar de que ella o el niño/a estén enfermos.
- Acude al servicio de salud para recibir orientación sobre lactancia materna, en caso tenga problema para amamantar, aun en tiempos de COVID-19.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE NUTRICIÓN



## ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA

- ¿Qué sabemos de la leche materna?: Pida a las personas participantes que comenten lo que han escuchado sobre la leche materna (darle pecho a su hijo/a en sus primeros meses). Establezca conclusiones, junto con ellos/as, sobre los aspectos positivos que tiene dar pecho al niño/a.
- Pida que también planteen todas sus dudas y anótelas en un cartel, para tenerlo presente en las siguientes sesiones sobre este tema.



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Juego ¿Cuanta leche materna toma mi bebé?: Previamente prepare un líquido que simule leche materna y rellene un set de 6 vasos con el volumen que represente la capacidad gástrica según las edades (1 día, 3 días, 7 días, 1 mes, 6 meses, 12 meses). Guarde estos vasitos para mostrarlos posteriormente en la actividad. Así, en cada vaso, se agregará la siguiente cantidad de líquido:
  - o 1 día = 7 ml
  - o 3 días= 22 a 27 ml
  - o 7 días= 45 a 60 ml
  - o 1 mes= 80 a 150 ml
  - o 6 meses=150 ml
  - o 12 meses= 250 ml
- Para realizar las mediciones puede utilizar una jeringa o una taza medidora con onzas o ml y rellenar con el promedio del volumen indicado. Prepare 6 alimentos que representarán el tamaño del estómago del lactante en las edades:
  - o 1 día = licha
  - o 3 días= limón criollo
  - o 7 días= huevo
  - o 1 mes= pera
  - o 6 meses= manzana mediana
  - o 12 meses= naranja
- Las personas participantes indicarán la capacidad gástrica que consideran correcta. Usted asignará entre los/as participantes a 6 voluntarios/as.



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Cada vaso vacío irá colocado sobre una leyenda con las edades previamente mencionadas. Cada participante deberá indicar la capacidad gástrica que considere de acuerdo con la edad y usted irá agregando al vaso la cantidad de líquido que la persona participante considera representa el volumen que el o la lactante recibe por mamada según el día asignado.

Posteriormente, coloque los alimentos para que todos puedan verlos y solicite la participación de más personas para que indiquen ¿qué alimento representa el tamaño del estómago del bebé? y pida que indiquen el rango de edad en donde consideren que corresponde. Coloquelo sobre la leyenda de la edad y cerca del vaso.

Cuando los/as participantes hayan finalizado, muestre el vaso plástico con líquido que representa la capacidad gástrica real según la edad y haga una comparación entre lo que la persona participante colocará y lo real. Pregunte a las personas participantes sobre ¿qué observan y qué piensan sobre lo colocado por ellas mismas y lo explicado por usted?

Refuerce la importancia y los beneficios de la lactancia materna.

Además, promueva que, entre las personas participantes demuestren la posición y agarre con el pecho educativo, la cual también será reforzada.

### CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- **Compromiso con mi niño/a:** Entregue una hoja a cada participante y pida que, con los marcadores, dibujen a su hijo/a en la hoja, usted puede ayudarles a poner el nombre del niño o la niña en cada hoja. Pida que se lleven esa hoja a su casa y la coloquen en un lugar visible para que recuerden siempre, darles el mejor regalo que pueden: su leche materna. Dígalas que cada vez que vean ese dibujo, recuerden que en los primeros seis meses de edad, solo la leche materna es el único alimento que sus hijos/as necesitan. Recuérdeles que, si tienen dudas sobre cómo dar pecho, pueden consultar en el servicio de salud con toda confianza.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



# Guía No. 3:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

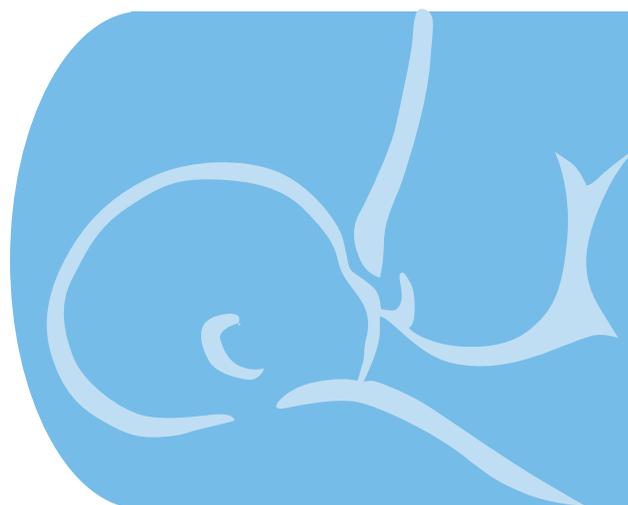
*1.1.2 Lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las madres de niños y niñas de 0 a 6 meses brindan lactancia materna exclusiva a sus hijos e hijas (sin dar ningún otro alimento sólido ni líquido).

### DIRIGIDO A:

- Madres de niños/as entre 0 a 6 meses.
- Parejas, madres, suegras y abuelas de madres de niños/as entre 0 a 6 meses.





# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

- Rechaza el uso de agüitas, infusiones, caldos, atoles, laxantes, etc. durante los primeros 6 meses de vida de su hijo/a.
- Rechaza el uso de pacha o biberón
- Prefiere el uso de leche materna sobre el uso de los sucedáneos de leche materna para alimentar a sus hijos o hijas.
- Se siente segura de poder proporcionar a su hijo o hija su leche: poder producirla, que le va a gustar, que va a ser suficiente, etc.



## CONOCIMIENTOS:

- Conoce la importancia de dar leche materna de forma exclusiva durante los primeros 6 meses (sin otros líquidos) porque ayuda a: reforzar las defensas del cuerpo, brinda nutrientes y ayuda al crecimiento y desarrollo del bebé.
- Sabe que lactancia materna exclusiva implica no dar ningún alimento sólido ni líquido durante los primeros 6 meses de vida del bebé.
- Conoce la importancia de dar leche materna desde la primera hora de nacido su hijo o hija.
- Conoce las ventajas que tiene dar el calostro a su hijo/a.
- Conoce que, si tiene problema para amamantar, puede acudir al servicio de salud para recibir orientación sobre lactancia materna.
- Conoce que, aún enferma ella o su hijo/a, puede seguir amamantándolo/a.
- Sabe que, en tiempos de pandemia COVID 19, puede continuar amamantando siempre que siga las normas de higiene y protección personal (mascarilla, lavado de manos).



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE NUTRICIÓN

# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## PRÁCTICAS:

- Brinda pecho desde la primera hora de nacido a su hijo/a.
- Brinda la primera leche o calostro porque limpia el estómago del niño o niña y le previene de enfermedades.
- Da pecho a su hijo/a según la cantidad de veces que lo demande (al menos 8 veces en un lapso de 24 horas).
- Sólo alimenta a su hijo/a durante los primeros 6 meses con leche materna, no le da agüitas.
- Cuida que la postura sea la correcta al momento de amamantar al niño/a.
- Continúa dando pecho a pesar de que ella o el niño/a estén enfermos.
- Acude al servicio de salud para recibir orientación sobre lactancia materna, en caso tenga problema para amamantar, aun en tiempos de COVID-19.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE LA NUTRICIÓN



## **ENTRADA:** **PARTIR DE LA EXPERIENCIA**

- Mitos y verdades sobre la lactancia materna: Esta dinámica consistirá en utilizar imágenes con algunos mitos y verdades de la lactancia materna. La persona facilitadora generará diálogo con el grupo y obtendrá más información para la comprensión e identificación de las barreras y actitudes para promover, proteger y apoyar la lactancia materna. Preguntará si consideran que el dibujo indica si la afirmación es un mito o una verdad de la lactancia materna y colocará la imagen en el espacio correspondiente para “Mito” o “Verdad”.



## **DESARROLLO:** **APRENDIZAJES**

- Resolviendo mitos y reafirmando las verdades sobre la lactancia materna: En cada uno de los enunciados, retroalimente sobre la temática expuesta.  
Imágenes que representan verdades:
  - o Madre en periodo de lactancia que represente una buena higiene personal. Enunciado: “Madre en periodo de lactancia debe tener una buena higiene”.
  - o Madre preocupada y molesta dando pecho al bebé. Enunciado: “Madre no debe enojarse al momento de dar lactancia materna”.
  - o Diferencia de un bebé alimentado con lactancia materna exclusiva y un bebé alimentado con lactancia mixta o sin lactancia. Enunciado: “Niña o niño menor de 6 meses de edad que no recibe lactancia materna, se desnutre”.
  - o Mujer embarazada con desnutrición y misma mujer con bebé de bajo peso al nacer. Enunciado: “Madre que no tiene una alimentación saludable durante el embarazo, bebé nacerá con bajo peso”.
  - o Mujer dando pecho a un bebé de 0 a 6 meses, con buen agarre y posición. Enunciado “De 0 a 6 meses de edad se debe dar lactancia materna exclusiva”.



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Imágenes que representan mitos
  - “Al darle de tomar agua pura al bebé, se le limpia el estómago”.
  - “La primera leche (calostro) no es buena para mi bebé, hay que desecharla”
  - “Aunque el bebé reciba lactancia materna hay mujeres a las que no les baja la leche”.
  - “La leche de bote es mejor que la leche materna”.
  - “Una madre desnutrida no puede dar de mamar”.
  - “Madre embarazada, ya no puede dar lactancia materna”.
  - “El agüita de anís alivia los cólicos del bebé”.
  - “Una madre enferma o con CODVI-19 no debe darle pecho a su bebé”.



## CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- ¿Cómo lo vamos a explicar a nuestra familia y amigas?: Pida que, ahora que ya conocen ¿cuáles son los mitos y cuáles son las verdades sobre la lactancia materna? Ayuden a otras madres, vecinas, familiares a conocer esta información. Para ello pregúnteles: ¿Qué creen que deberían conocer ellas? ¿Cómo se los puedo comunicar? Pida que elaboren un cartel para comunicar esto que aprendieron y que lo utilicen con sus vecinas, amigas o parientes para orientarles bien



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



# Guía No. 4:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

*1.1.3 Alimentación complementaria a partir del sexto mes y la lactancia materna continuada por lo menos hasta los dos años.*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las madres, padres y/o tutores/as de niños y niñas inician la alimentación complementaria a partir de los 6 meses y de 6 a 24 meses dan alimentos nutritivos y variados, en la cantidad y frecuencia recomendada a sus hijos e hijas, además de la lactancia materna.

### DIRIGIDO A:

- Madres de niños/as entre 6 a 24 meses.
- Parejas, madres, suegras y abuelas de madres de niños/as entre 6 a 24 meses.



# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

- Está atenta y tiene apertura a las recomendaciones que le dan en el servicio de salud para mejorar la alimentación de sus hijos/as.
- Tiene apertura para probar nuevas recetas y productos alimenticios para su hijo/a.
- Siente que tanto niños como niñas tienen igual derecho de alimentarse en el hogar: ambos tienen las mismas necesidades.
- Valora la preparación de alimentos nutritivos para su bebé, para que crezca y se desarrolle bien.



## CONOCIMIENTOS:

- Conoce la importancia de una adecuada alimentación a partir de los 6 meses para su hijo e hija, además de la lactancia materna. Conoce los tipos de alimentos que puede brindar a su hijo/a (y que son accesibles) para que tenga variedad de nutrientes.
- Conoce la cantidad de veces que debe dar alimentos al niño/a cuando empieza a comer (a partir del sexto mes) y cómo debe ir aumentando la frecuencia.
- Conoce la consistencia que debe tener la comida de su hijo/a según la edad: papilla (6 a 8 meses), en trocitos (9 a 11 meses) y como la del resto de la familia (a partir de los 12 meses).



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



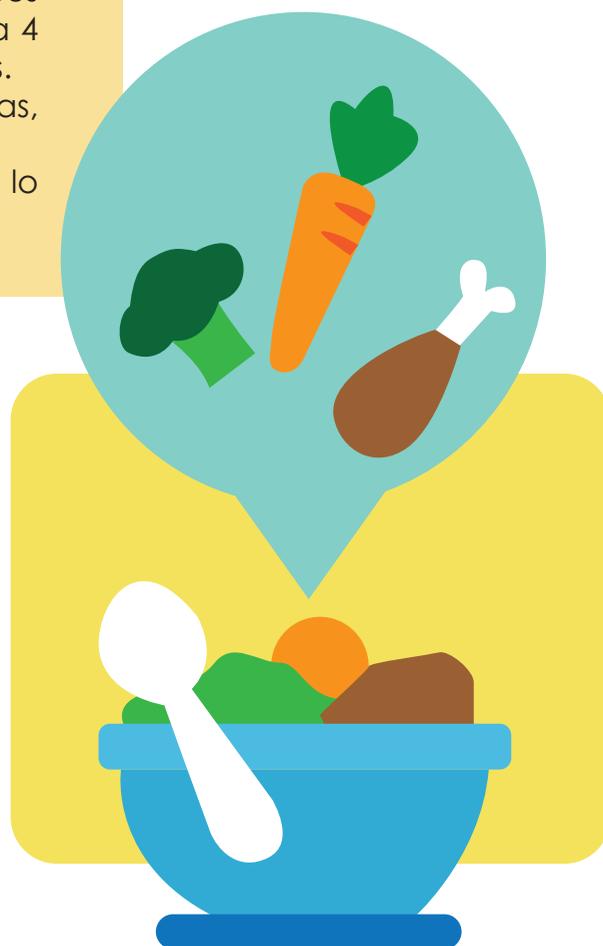
GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE LA  
NUTRICIÓN

# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## PRÁCTICAS:

- Al cumplir los seis meses, el niño o niña inicia la introducción de alimentos adecuados para su edad y desarrollo, además de la leche materna.
- Brinda a su hijo/a una alimentación rica en nutrientes (vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y grasas).
- Brinda a su hijo/a una alimentación en la consistencia adecuada: machacado o puré (de 6 a 8 meses), en trocitos (de 9 a 11 meses) y como al resto de la familia (a partir de los 12 meses).
- Brinda alimentación a su hijo/a: 2 a 3 veces al día para niños/as entre 6 a 8 meses; 3 a 4 veces para niños/as a partir de los 9 meses.
- Evita dar a su hijo/a comida chatarra (frituras, bebidas gaseosas, azucaradas, etc.). Continúa dando lactancia materna, por lo menos, hasta los dos años.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





## ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA

- Ejercicio: ¿Cómo percibimos los alimentos?  
Coloque imágenes de alimentos en una canasta, puede utilizar las imágenes de las láminas de la Lotería de la Nutrición (que presentan diversos alimentos). Luego, con las personas participantes, vayan sacándolas una a una, en el orden que consideren y péguenlas en la pared. Haga las siguientes preguntas (también pueden pedir a los participantes que indiquen qué alimento sacar de la canasta):
  - ◆ ¿Cómo se consume este alimento en la comunidad?
  - ◆ ¿Cómo se lo preparan a un niño que está iniciando a comer?
  - ◆ ¿A qué edad le empezarían a dar este alimento a un niño?
- Motive a que compartan la experiencia que han tenido al incluir o no, dichos alimentos en la alimentación de una niña o niño menor de dos años. Después de la dinámica y diálogo en relación con los alimentos, haga la siguiente pregunta:

¿Cree que es importante iniciar la alimentación a los seis meses?

Escuche todas las respuestas de las personas participantes y genere el diálogo entre ellos.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





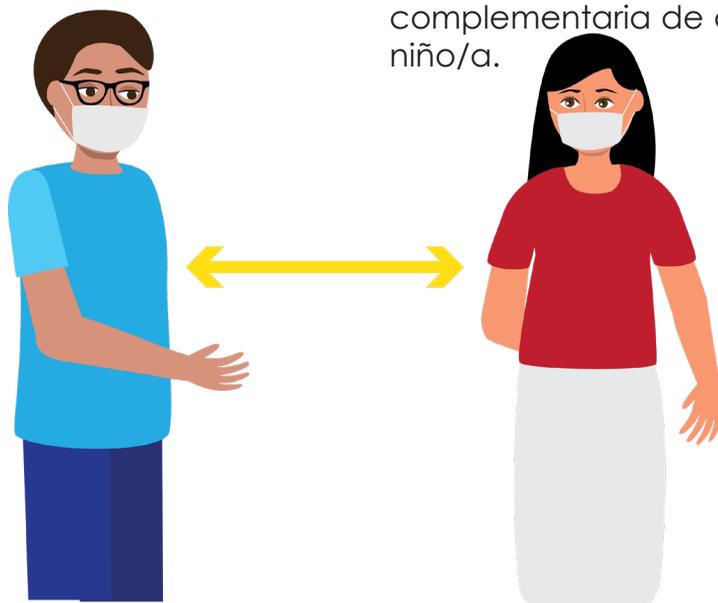
## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Organice a las personas participantes en tres grupos, guardando distanciamiento de 1.5 m. Los grupos se formarán así (para trabajar la alimentación de niños/as según el rango de edad):
  - o Grupo 1: 6 a 8 meses
  - o Grupo 2: 9 a 11 meses
  - o Grupo 3: Mayores de 12 meses

De acuerdo con el rango de edad asignado, cada grupo dibujará en un cartel, los siguientes aspectos de la alimentación complementaria:

- o Tipos de alimentos que se pueden consumir.
- o Frecuencia.
- o Cantidad.
- o Consistencia.
- o Lactancia materna.
- o Forma de alimentar al niño (Alimentación perceptiva).

Al terminar su dibujo, lo presentarán al resto de participantes. Revisarán, discutirán y retroalimentarán sobre las prácticas adecuadas de alimentación complementaria de acuerdo con el rango de edad del niño/a.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





## CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

Organizando la comida de mi niño/a según su edad: Pida que entre todas las personas participantes armen un mural en la pared o en el suelo formado por las imágenes que representan los tiempos de comida utilizando de referencia la posición del sol y la luna, consistencia utilizando un plato de comida y cantidad utilizando cucharadas según rango de edad.

Coloque 4 columnas y a partir de ahí, pida que vayan colocando las imágenes:

| EDAD         | TIEMPOS DE COMIDA | CONSISTENCIA | CANTIDAD |
|--------------|-------------------|--------------|----------|
| 6 A 8 MESES  |                   |              |          |
| 9 A 11 MESES |                   |              |          |
| 12 MESES     |                   |              |          |

- Con base en el mural elaborado, pida que cada uno piense, con base en lo aprendido, ¿qué comida va a preparar a su niño/a esta semana? ¿cómo será la consistencia? ¿cuántas veces le dará de comer al día?



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE LA  
NUTRICIÓN

# Guía No. 5:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición

### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.



### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

*1.1.3 Alimentación complementaria a partir del sexto mes y lactancia materna continuada por lo menos hasta los dos años.*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las madres, padres y/o tutores/as de niños y niñas inician la alimentación complementaria a partir de los 6 meses y de 6 a 24 meses dan alimentos nutritivos y variados, en la cantidad y frecuencia recomendada a sus hijos e hijas, además de la lactancia materna.

### DIRIGIDO A:

- Madres de niños/as entre 6 a 24 meses.
- Parejas, madres, suegras y abuelas de madres de niños/as entre 6 a 24 meses.



# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

- Está atenta y tiene apertura a las recomendaciones que le dan en el servicio de salud para mejorar la alimentación de sus hijos/as.
- Tiene apertura para probar nuevas recetas y productos alimenticios para su hijo/a.
- Siente que tanto niños como niñas tienen igual derecho de alimentarse en el hogar: ambos tienen las mismas necesidades.
- Valora la preparación de alimentos nutritivos para su bebé, para que crezca y se desarrolle bien.



## CONOCIMIENTOS:

- Conoce la importancia de una adecuada alimentación a partir de los 6 meses para su hijo e hija, además de la lactancia materna complementaria.
- Conoce los tipos de alimentos que puede brindar a su hijo/a (y que son accesibles) para que tenga variedad de nutrientes.
- Conoce la cantidad de veces que debe dar alimentos al niño/a cuando empieza a comer (a partir del sexto mes) y cómo debe ir aumentando la frecuencia.
- Conoce la consistencia que debe tener la comida de su hijo/a según la edad: papilla (6 a 8 meses), en trocitos (9 a 11 meses) y como la del resto de la familia (a partir de los 12 meses).



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
por la  
NUTRICIÓN



## PRÁCTICAS:

- Al cumplir los seis meses, el niño o niña inicia la introducción de alimentos adecuados para su edad y desarrollo, además de la leche materna.
- Brinda a su hijo/a una alimentación rica en nutrientes (vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y grasas).
- Brinda a su hijo/a una alimentación en la consistencia adecuada: machacado o puré (de 6 a 8 meses), en trocitos (de 9 a 11 meses) y como al resto de la familia (a partir de los 12 meses).
- Brinda alimentación a su hijo/a: 2 a 3 veces al día para niños/as entre 6 a 8 meses; 3 a 4 veces para niños/as a partir de los 9 meses.
- Evita dar a su hijo/a comida chatarra (frituras, bebidas gaseosas, azucaradas, etc.).
- Continúa dando lactancia materna, por lo menos, hasta los dos años.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
por la  
NUTRICIÓN

# LA IMPORTANCIA DE ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA A PARTIR DEL SEXTO MES DE VIDA



## ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA

- Ejercicio: ¿Cuándo hay que darle huevo al niño/a? Presente las imágenes de una madre y un padre que tienen niño/a entre 6 a 12 meses. Puede ponerle nombre al papá y a la mamá, así como a su hijo/a y contar una historia sobre esta madre y padre y cómo cuidan a su hijo/a. Ahora, indíqueles que esta madre y este padre quiere un consejo de ellas (puede utilizar la imagen del huevo que aparece en las láminas de la Lotería de la Nutrición o un huevo real):  
¿Cuándo me recomiendan que le empiece a dar huevo a mi hijo/a? Vaya anotando las respuestas por número de meses y pida que expliquen las razones por las que recomiendan que se inicie el consumo de huevo a esa edad. Continúe con el ejercicio preguntándoles: ¿qué otros alimentos podemos darle al niño/a a partir de los 6 meses?



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Tragabolas de la nutrición: Explíqueles que existen diferentes grupos de alimentos nutritivos para nuestros niños y niñas, y que los agrupamos en 4 bloques: 1) vitaminas y minerales (frutas, verduras, hierbas), 2) carbohidratos (arroz, tortilla, pan, fideos, etc.), 3) grasas (aceite o mantequilla), 4) proteínas (carne, huevo, etc.). Para ello, puede usar las imágenes que existen en “La Lotería de la Nutrición” y pegarlas en la pared por grupos, mientras hace la explicación. Arme el juego del “Tragabolas de la nutrición” en el salón (lleva una o varias pelotas de plástico sencilla para tirar). Pida a las personas participantes que pasen, una por una, a probar su suerte de intentar meter la pelota o pelotas en los agujeros de la manta vinílica. Cuando alguna de ellas meta una pelota, pida que le explique (de acuerdo al hoyo donde metió la pelota), ¿qué alimentos de este grupo recomienda que le demos a nuestros niños/as y por qué? Indique que no pueden repetir nombres de alimentos entre las personas participantes.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



# LA IMPORTANCIA DE ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA A PARTIR DEL SEXTO MES DE VIDA

- Explique la importancia de que las niñas y los niños empiecen a consumir huevo desde los 6 meses. Para ello, pueden ir abordando mitos que existan y clarificarlos: por ejemplo, que “les hace mal por ser comida fría”. Resalte la importancia del consumo del huevo para que niños y niñas cuenten con las proteínas necesarias para formar músculo y tejidos y así, crecer como todos esperamos.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
por la nutrición

# LA IMPORTANCIA DE ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA A PARTIR DEL SEXTO MES DE VIDA

## CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- Armando platillos nutritivos: Utilice este juego de la “Caja de Herramientas”. Coloque las imágenes del juego en el suelo y pida a las personas participantes, alrededor de las mismas, que elijan los ingredientes para preparar una comida nutritiva con base en lo aprendido en la sesión de hoy. Y que, al contar con los ingredientes que han elegido, expliquen cómo van a preparar esa comida. Así, pueden ir pasando varias personas participantes. Pueden aprovechar para compartir recetas. Finalice, pidiendo que indiquen, como compromiso y con base en lo aprendido, ¿qué platillos van a preparar para su hijo o hija en esta semana?



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
por la  
NUTRICIÓN

# Guía No. 6:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

*1.1.5 Micronutrientes en polvo*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las madres, padres y/o tutores/as de niños y niñas de 6 a 24 meses brindan a sus hijos e hijas los suplementos nutricionales que reciben en los servicios de salud (Micronutrientes en polvo).

### DIRIGIDO A:

- Madres de niños/as entre 6 a 24 meses.
- Parejas, madres, suegras y abuelas de mujeres en edad fértil y de madres de niños/as entre 6 a 24 meses.





# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

- Tiene interés en que el niño/niña reciba los micronutrientes en polvo (Chispitas Nutricionales)



## CONOCIMIENTOS:

- Conoce que los micronutrientes en polvo (Chispitas Nutricionales) son una mezcla de vitaminas y minerales en polvo que ayudan a mejorar la salud, nutrición y crecimiento del niño/niña
- Conoce que se entregan en los servicios de salud de manera gratuita y se le agregan a la comida espesa del niño o niña.



## PRÁCTICAS:

- Solicita en el servicio de salud los micronutrientes en polvo para mezclar con la comida de su hijo/hija.
- Brinda cada seis meses a su hijo/hija los micronutrientes en polvo hasta cumplir 5 años.
- Mezcla un sobre de micronutrientes en polvo con la comida espesa de su hijo/hija, una vez al día, durante 60 días, a partir de los 6 meses de edad.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





## ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA

- Juego de las vitaminas y los minerales. Se pide a las personas participantes que recuerden los alimentos de la comunidad que son nutritivos y se explica el juego. Pida que se coloquen en círculo. Se pasará un objeto entre las personas participantes, cada uno/a debe pasarlo a la siguiente persona mientras se aplaude; al parar los aplausos, la persona que tiene el objeto compartirá:
  - o ¿Un alimento que comen sus hijos/hijas, que se da en la comunidad?
  - o ¿En qué ayuda a su salud?
    - ¿Saben que beneficios le causa al cuerpo y por qué?
  - o ¿Qué cosas tiene ese alimento que brindan esos beneficios?
  - o ¿Han escuchado hablar de las vitaminas y/o minerales?

Apóyese entre todas las personas dando más información, así siga el juego hasta terminar el círculo o haber completado varios alimentos. Comparta entre todos/as, si sienten que, con la comida que le dan a su hijo/a: ¿Es suficiente para que crezca bien y esté sano/a? ¿Está bien con eso? o ¿Necesitarían algo más? Anote los comentarios para retomarlos en la siguiente actividad.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Planifique una preparación de la alimentación complementaria y lleve lo necesario para hacer la demostración. También pida el apoyo de madres que reciben micronutrientes en polvo para que lleven algunos sobres y realizar la demostración de mezclarlos con la comida.
- Apartar un espacio para aclarar dudas y escuchar comentarios. Indicar la importancia que tienen las vitaminas y minerales en polvo, especialmente durante los primeros dos años de vida para prevenir anemia por deficiencia de hierro. Que, en ocasiones, no es suficiente con la comida que les damos para que tengan la cantidad que su cuerpo requiere de minerales y vitaminas. Explíqueles que, para garantizar que niños y niñas tengan la cantidad que requieren de estos nutrientes, existen las “Chispitas Nutricionales” (micronutrientes espolvoreados).
- Recordar que si se agregan los micronutrientes en polvo (Chispitas Nutricionales) a la comida se mejora la alimentación. Las vitaminas y minerales en polvo ayudarán a estar protegidos contra enfermedades como la anemia.
- Demostración de preparación de alimentos. Preparar la comida (Ver recetario de UNICEF) y compartir cómo se hace la mezcla de un sobre de micronutrientes en polvo y la comida espesa preparada. Recordar a los participantes que:
  - o Los micronutrientes en polvo no se mezclan con líquidos porque el hierro se pega al recipiente y se pierde parte de su contenido.
  - o Estas vitaminas y minerales en polvo se brindan desde los 6 meses hasta los cinco años.
  - o Las entregas de micronutrientes en polvo en los servicios de salud se realizan cada seis meses.
  - o Se brindan 60 sobres para preparar al niño/niña un sobre por día.
  - o El servicio de salud las brinda de forma gratuita.

# LA IMPORTANCIA DE MEZCLAR LOS MICRONUTRIENTES EN POLVO CON LA COMIDA ESPESA DE NIÑOS/NIÑAS



## CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- Se pide a las personas participantes hacer una demostración de lo que aprendieron. En la receta que prepararon, mezclar los micronutrientes en polvo y comentar lo que van hacer en su casa para seguir preparando la comida con estas vitaminas y minerales en polvo.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
por la  
NUTRICIÓN

# Guía No. 7:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

*1.1.4 Suplementación con Vitamina A*

*1.1.6 Suministro de Zinc terapéutico.*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las madres, padres y/o tutores/as de niños y niñas de 6 a 12 meses de edad llevan a sus hijos e hijas a los servicios de salud para que les suministren vitamina A.
- Las madres, padres y/o tutores/as de niños y niñas de 6 a 24 meses brindan a sus hijos e hijas los suplementos terapéuticos de zinc que reciben en los servicios de salud.

### DIRIGIDO A:

- Madres de niños/as entre 6 a 24 meses.
- Parejas, madres, suegras y abuelas de madres de niños/as entre 6 a 24 meses.





# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

- Tiene interés en que su hijo/a reciba la dosis de Zinc que le dan en los servicios de salud. Tiene interés en que su hijo/a reciba la Vitamina A en el servicio de salud.



## CONOCIMIENTOS:

- Conoce las enfermedades que pueden afectar a niños y niñas menores de 5 años (especialmente: diarreas, infecciones respiratorias, enfermedades de la piel, enfermedades transmitidas por vectores) y otras.
- Conoce que el Zinc ayuda a disminuir la diarrea, mejora la resistencia del niño o la niña a las infecciones, ayuda a que crezcan sanos y a que mejore su apetito.
- Conoce que la vitamina A es importante para proteger el organismo de infecciones, favorecer la visión del niño/a.



## PRÁCTICAS:

- Acude al servicio de salud para que le brinden Zinc terapéutico a su hijo/a cuando es necesario.
- Lleva a su hijo/a al servicio de salud para que le suministren vitamina A, a partir de los 6 meses de edad.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE  
NUTRICIÓN

# LA IMPORTANCIA QUE NIÑOS/AS RECIBAN LA VITAMINA A Y DEMANDEN EN EL SERVICIO DE SALUD ESTE SERVICIO, ASÍ COMO EL ZINC TERAPÉUTICO



## ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA

- Se hace un círculo con las personas participantes, una persona representará a un niño o una niña, quien estará adentro del círculo y otra persona estará fuera del círculo y representará las enfermedades (diarrea, gripe, neumonía, infecciones, dengue, paludismo, herpes).
- Los/as demás participantes serán unos: el Zinc, otros, la Vitamina A y otros "sin vitaminas", con las manos hacia abajo no dejarán entrar. "sin vitaminas" si dejará entrar. Las "enfermedades" toca a una persona y dice -ton ton-, la persona "Zinc o Vitamina A" dice - ¿quién es? - Soy (escoge una enfermedad) la diarrea, responde, -soy (Zinc o Vitamina A) y no te deajo entrar. Si por casualidad toca a alguien "Sin vitaminas" logrará entrar persigue al niño, si lo atrapa cambian de lugar.
- Conversen en qué creen que ayuda el Zinc y la Vitamina A, a niños menores de 5 años.



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Muestre imágenes de la Vitamina A y Zinc que se brindan en los servicios de salud (perlita de Vitamina A, por ejemplo, puede usar las imágenes de "La Memoria de los Micronutrientes". Retome el juego que hicieron al inicio: ¿A quién se quiere proteger?, ¿De qué enfermedades podemos proteger a niños y niñas?, ¿En qué afectan las enfermedades mencionadas a los niños/as menores de 5 años?, ¿Qué ayuda a prevenir el Zinc y la Vitamina A?, ¿Dónde le pueden dar la Vitamina A y el Zinc de forma gratuita? ¿Cómo se da la Vitamina A y el Zinc? ¿Por qué en el juego la enfermedad atrapó al niño o a la niña? Cuando los niños/as no toman Vitamina A y Zinc dejan de estar protegidos, les afectan las enfermedades.



## CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- Juego de Memoria de los Micronutrientes. Cada vez que juntan una pareja en el juego, deben explicar la importancia del micronutriente representado, especialmente, recuerdan la importancia de la Vitamina A y el Zinc y se comprometen a llevar al servicio de salud a su hijo/a para recibirlas. Dispone del apoyo de su familia.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



# Guía No. 8:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

*1.1.7 Llevar al niño o niña a sus controles al servicio de salud.*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

#### CONTROL DE CRECIMIENTO:

- Las madres, padres y/o tutores/as de niños y niñas de 0 a 24 meses llevan a sus hijos e hijas a su control de peso y talla de forma periódica para monitorear que está sano/a y creciendo adecuadamente.

#### VACUNACIÓN:

- Padres y madres de familia valoran la importancia de inmunizar a sus hijos e hijas y cumplen con el esquema completo de vacunación en el tiempo oportuno.

### DIRIGIDO A:

- Madres y padres de niños/as entre 0 a 24 meses.
- Madres, suegras y abuelas de madres de niños/as entre 0 a 24 meses.







**ACTITUDES:  
VACUNACIÓN**

- Siente confianza de hacer consultas sobre el esquema de vacunación al personal de los servicios de salud.



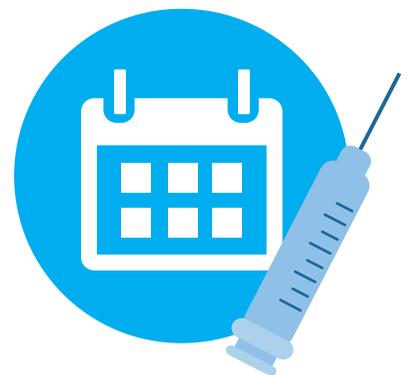
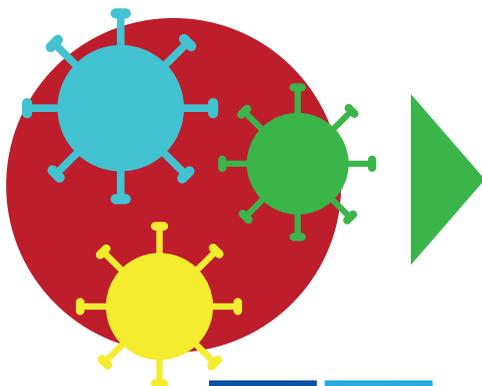
**CONOCIMIENTOS:  
VACUNACIÓN**

- Conoce la importancia de que su hijo complete el esquema de vacunación para la prevención de enfermedades infecto-contagiosas.
- Identifica las principales enfermedades que previenen las vacunas.
- Conoce las reacciones que pueden ocasionar las vacunas.



**PRÁCTICAS:  
VACUNACIÓN**

- Lleva a su hijo/a al servicio de salud para aplicar las vacunas según el esquema a su edad.
- Lleva control de las vacunas recibidas por su niño/a, por medio del carné de vacunación



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





### **ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA**

- Historia: Irma y Luis vacunan a su hijo. Con imágenes se cuenta que la pareja tiene un hijo que está por cumplir 2 meses de edad. Al nacer, el personal de salud les recomendó seguir los controles. Ellos dudan si es bueno llevarlo al servicio de salud a ponerle las vacunas.
- Algunas vecinas y familiares les dijeron que no es bueno ponerle al niño todas las vacunas porque tienen la idea que se enferma. Están preocupados porque Inés, otra vecina tiene a su hijo con polio y le dijeron que fue debido a que no lo vacunó a tiempo. Pregunte a las personas participantes, ¿Qué piensan de la historia?, ¿Han conocido casos como este?, ¿Qué consejos pueden darle a la pareja? ¿Qué creen que decidieron? Anote recomendaciones positivas y las ideas alejadas de la realidad.



### **DESARROLLO: APRENDIZAJES**

- Con base a la historia aclare las ideas, recuerde la importancia de confiar en las recomendaciones del personal de salud y asistir a la consejería que se ofrece para que sus hijos/as se desarrollen bien.
- Comparta el esquema de vacunación y la importancia para prevenir enfermedades.
- Resuelva dudas sobre las enfermedades que se previenen y reacciones que ocasionan las vacunas.
- Muestre un carnet de vacunación, explique en qué consiste y la importancia de llevar un control.



### **CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN**

- **Subidas y resbalones de la vacunación. De acuerdo con las estaciones del juego, las personas participantes establecen el compromiso de llevar vacunar según esquema por edad.**



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
POR LA  
NUTRICIÓN



**ACTITUDES:**  
**MONITOREO DE CRECIMIENTO**

- Atiende las recomendaciones que le dan en el servicio de salud para mejorar el crecimiento y desarrollo de su hijo/hija.



**CONOCIMIENTOS:**  
**MONITOREO DE CRECIMIENTO**

- Conoce que los controles de crecimiento ayudan a saber si su hijo/hija está creciendo bien y, si existe algún problema, se atenderá a tiempo.
- Conoce que su hijo/hija debe pesarse cada mes en los primeros 2 años de vida para saber cómo está creciendo.



**PRÁCTICAS:**  
**MONITOREO DE CRECIMIENTO**

- Lleve a su hijo/hija, al monitoreo de crecimiento en los servicios de salud cada mes durante los dos primeros años de vida, cada tres meses de 2 a menores de 3 años y cada seis meses de 3 a menores de 5 años, ahí les monitorearán su peso y estatura.
- Atiende las recomendaciones que le dan en el servicio de salud para mejorar el crecimiento y desarrollo de su hijo/hija.
- Cuida el carné de crecimiento de su hijo/hija.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combate la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
POR LA  
NUTRICIÓN



**ENTRADA:**  
**PARTIR DE LA EXPERIENCIA**

- Con imágenes mostrar una comparación entre la milpa que crece bien y la milpa mal cuidada. Conversar sobre lo que ven:
  - o ¿Qué creen que es lo que sucede en cada caso?
  - o ¿Qué usos se puede dar a cada milpa?
  - o ¿Creen que cuando una milpa creció dañada se puede hacer algo para que cambie y dé buen maíz?

Se presenta dos imágenes debajo de cada milpa, una de un niño/niña creciendo bien y otra de un niño/niña que no está creciendo bien. Se pregunta:

- o ¿Qué ven en cada imagen?
- o ¿Qué creen que sucedió en cada caso?
- o ¿Cómo se están desarrollando los órganos del niño/niña (mostrar una imagen con su cerebro, estómago, pulmones)?
- o ¿Cómo está creciendo?
- o ¿Cómo ayuda el monitoreo de peso y talla para que los niños/niñas crezcan bien?



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



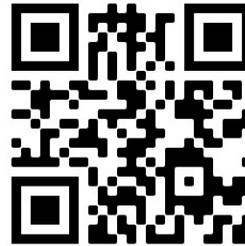
SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA





### DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Video foro “Mi Futuro en mis primeros centímetros” (Caja de Herramientas): El video es corto y está disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=IKc2HzVld10&t=4s>



- Luego de revisar la actividad, se pide que entre todas las personas participantes respondan:
  - ¿Por qué es importante llevar a los niños y niñas al control de peso y talla?
  - ¿Por qué cree que algunos padres y madres no llevan a sus hijos/hijas al control de peso y talla?
  - ¿Saben si las personas de la comunidad conocen a donde llevar a sus hijos/hijas al control de peso y talla?
  - ¿Cada cuánto hay que llevarlos?
  - ¿Qué consejos le daría a los padres y madres para que lleven a sus hijos/hijas al control de peso y talla?

Los grupos comparten con todos los participantes las ideas más importantes, los demás pueden complementar.

### CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- Tomando las imágenes utilizadas, pregunte, ¿qué imagen ejemplifica cómo quieren que crezcan sus hijos/hijas? Se coloca la imagen al centro, las personas participantes establecen el compromiso de llevar al control de peso y talla según edad. Pueden cerrar jugando “La carrera de la nutrición” (ver instrucciones de la Caja de Herramientas).





# Guía No. 9:

## Línea de Acción: Salud y Nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.1 Llevar a cabo las acciones de la ventana de los 1,000 días.*

### SUBTEMA:

*1.1.8 Alimentos fortificados con micronutrientes*

### OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

- Las madres, padres y/o tutores/as de niños y niñas de 6 a 24 meses brindan a sus hijos e hijas alimentos fortificados que adquieren en el mercado.

### DIRIGIDO A:

- Madres de niños/as entre 0 a 5 años de edad.
- Parejas, madres, suegras y abuelas de mujeres en edad fértil y de madres de niños/as entre 0 a 5 años de edad.





# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

- Tiene interés en preferir la compra de alimentos fortificados.



## CONOCIMIENTOS:

- Conoce que un alimento fortificado tiene vitaminas o minerales que ayudan a prevenir alguna deficiencia de este en la población o en un grupo específico.
- Conoce cuáles son los alimentos fortificados.



## PRÁCTICAS:

- Consumen en su familia: azúcar con Vitamina A, sal con Yodo y Flúor, así como las harinas fortificadas con Hierro, Tiamina, Riboflavina, Niacina y Ácido Fólico.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
POR LA  
NUTRICIÓN



## ENTRADA: PARTIR DE LA EXPERIENCIA

- Historia: Contar a través de dibujos que hace muchos años en las comunidades de Guatemala era común encontrar personas con Bocio (comúnmente llamado Güegüecho), esto salía por falta de consumo de yodo, a los niños/niñas les afectaba el cerebro, la inteligencia y su sistema motor, que controla los movimientos.
- También se encontraban niños/niñas con nube en el ojo (xeroftalmia), que se producía por falta de vitamina A. Por esa razón Guatemala empezó a producir alimento fortificado con estos micronutrientes, para que estuviera presente en los productos alimenticios que a diario consumimos, como la sal y el azúcar. Más adelante se respaldó con una Ley.

Converse con las personas participantes: ¿Alguna vez vio o le contaron que esto sucedía? ¿Sucede esto hoy? ¿Sabe de qué maneras afecta hoy la falta de micronutrientes? ¿Qué alimentos fortificados conoce?



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Historia: Tomás va cada mes al mercado a comprar 1 arroba de azúcar para la familia. Él prefiere comprar abundante, la que venden a granel, le venden por peso y sin empaque, entonces no sabe si viene fortificada. ¿Qué puede hacer Tomás para asegurar que el azúcar está fortificada? ¿Cómo se puede saber si otros alimentos, como la sal y la harina están fortificados? Resaltar la importancia de ver el empaque que diga que está fortificada, en el caso de la sal, debe traer un trébol rojo.



## CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- Memoria de los Micronutrientes. Recuerde la importancia de los alimentos fortificados, en especial el azúcar, la sal, las harinas. Establecen el compromiso de compra de alimentos fortificados y deben decir cómo van a comprobar que están fortificados (viendo el empaque del producto).



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA















CENTRO DE SALUD



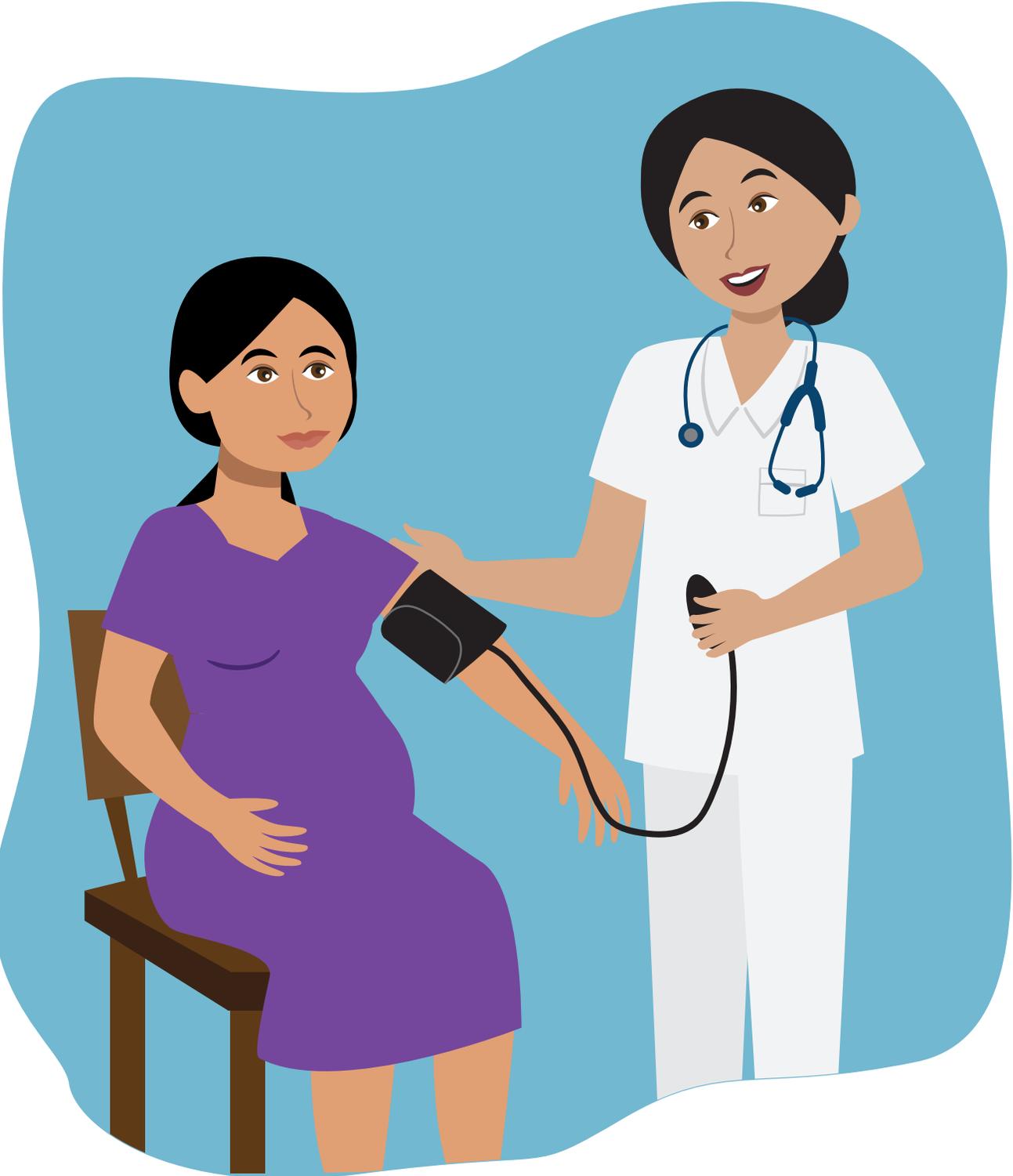






CENTRO DE SALUD







# IMPORTANCIA DE LOS ALIMENTOS FORTIFICADOS

1.1.8.A





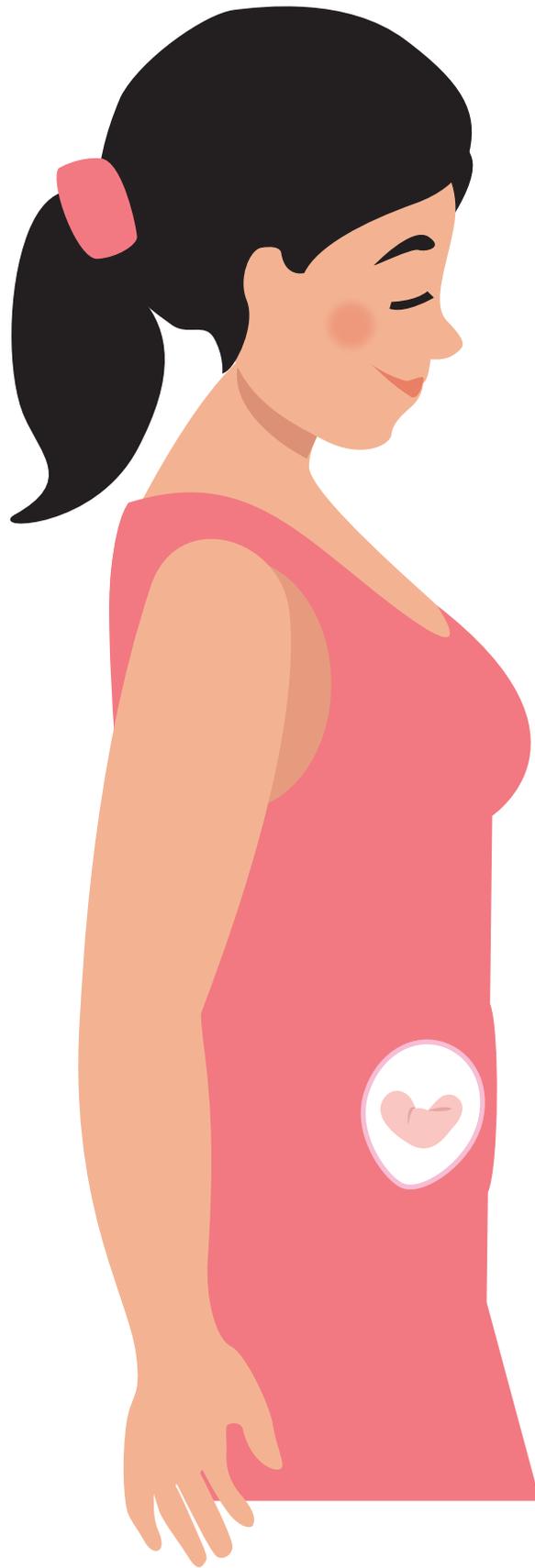






# Desarrollo del niño o niña en el vientre

1.1.1.A



6  
semanas



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica

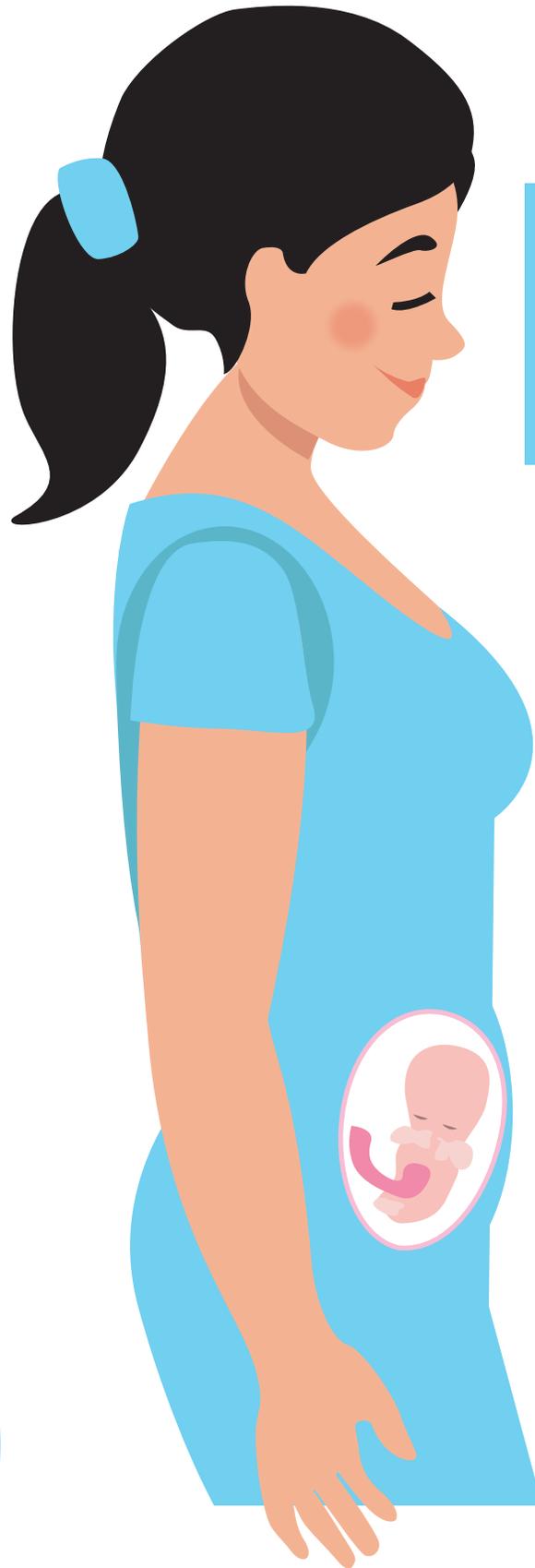


SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



# Desarrollo del niño o niña en el vientre

1.1.1.A



CONTROL  
PRENATAL 1  
Antes de las  
12 semanas

10  
semanas



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



GOBIERNO DE  
GUATEMALA

SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



GRAN CRUZADA  
NACIONAL  
DE LUCHA  
CONTRA LA  
DES  
NUTRICIÓN

# Desarrollo del niño o niña en el vientre

1.1.1.A



14  
semanas

# Desarrollo del niño o niña en el vientre

1.1.1.A

CONTROL  
PRENATAL 2  
Alrededor de  
las 26  
semanas



20  
semanas

# Desarrollo del niño o niña en el vientre

1.1.1.A



CONTROL  
PRENATAL 3  
A las 32  
semanas

28  
semanas



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica



SECRETARÍA DE SEGURIDAD  
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL  
DE LA PRESIDENCIA  
DE LA REPÚBLICA



# Desarrollo del niño o niña en el vientre

1.1.1.A

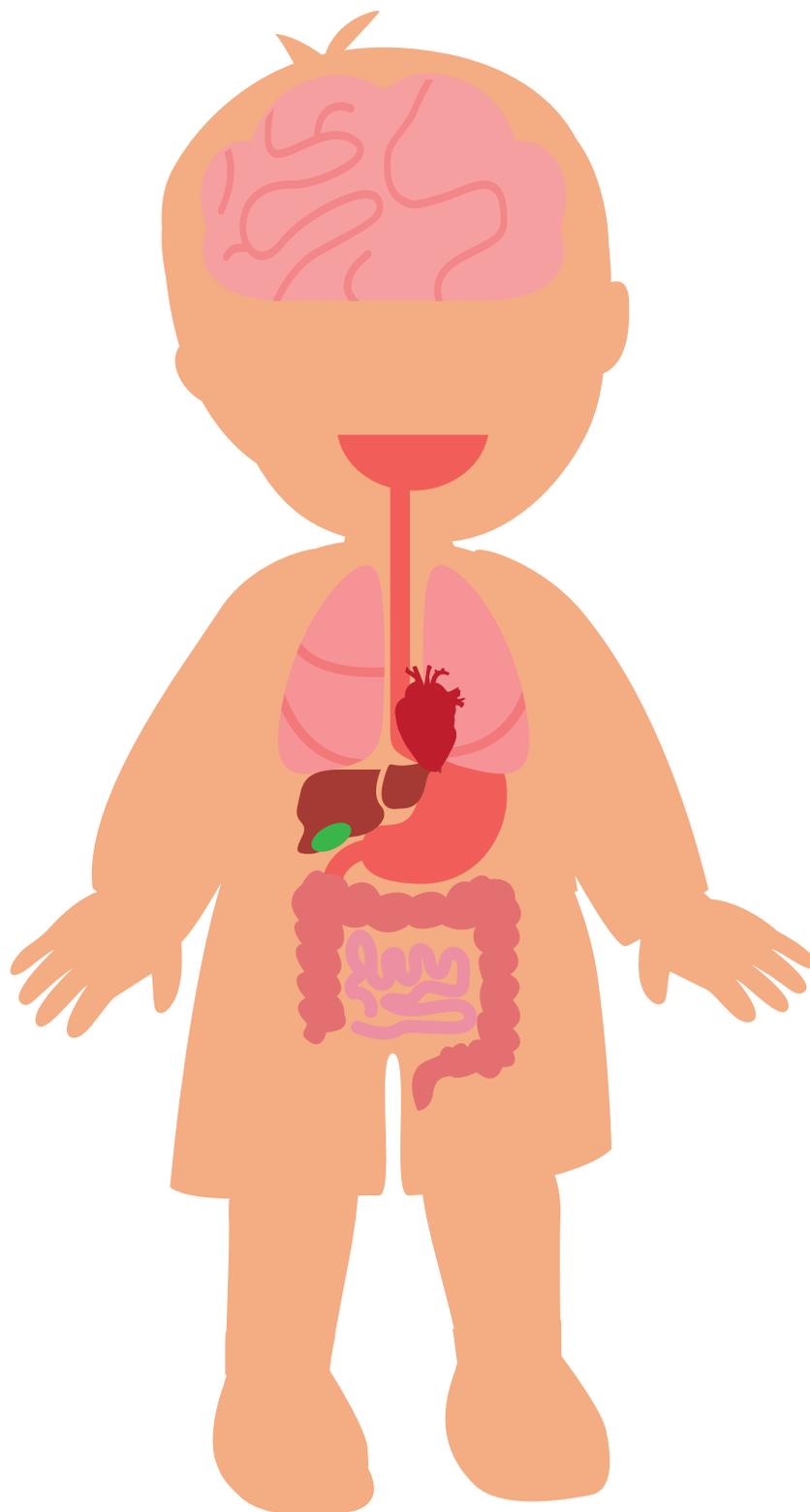


**CONTROL  
PRENATAL 4**  
Entre la 36  
a 38  
semanas

**36**  
semanas











Verdad

Madre en período de lactancia  
debe tener una buena higiene.



Verdad

Madre no debe enojarse  
al momento de dar  
lactancia materna.



Verdad

Niña o niño menor de  
6 meses de edad que  
NO recibe lactancia materna,  
se desnutre.



Verdad

Madre que no tiene una buena alimentación en el embarazo, bebé nacerá con bajo peso.



Verdad

De 0 a 6 meses de edad se debe dar lactancia materna exclusiva.



Mito

Al darle de tomar agua pura al bebé, se le limpia el estómago.



**Mito**

La primera leche (calostro)  
no es buena para mi bebé,  
hay que desecharla.



**Mito**

Aunque el bebé reciba lactancia materna, hay mujeres a las que no le baja la leche.



Mito

Una madre desnutrida no  
puede dar de mamar.



**Mito**

Madre embarazada  
no puede dar de mamar.



Mito

El agüita de anís alivia  
los cólicos del bebé.

COVID-19 +



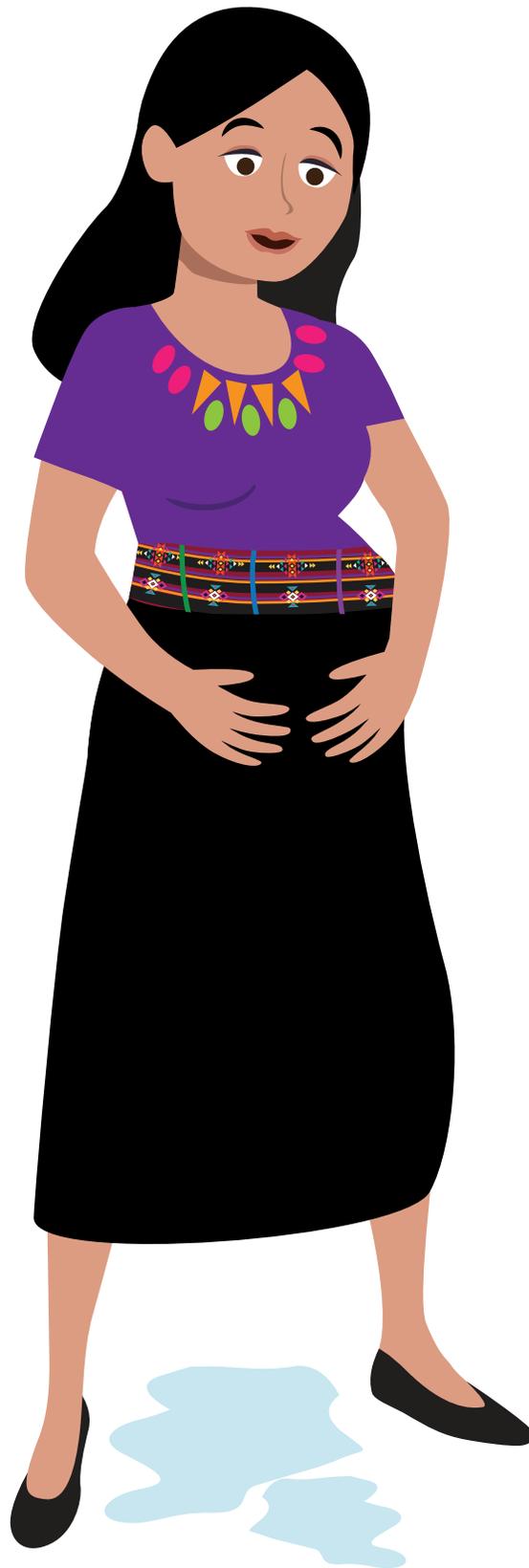
**Mito**

Una madre enferma o con  
COVID-19, no debe darle  
pecho a su bebé.





Dolor de  
cabeza



Salida de líquidos



**Hinchazón  
de cara,  
piernas y  
brazos**



**Dolor en el vientre**



Sangrado



Fiebre

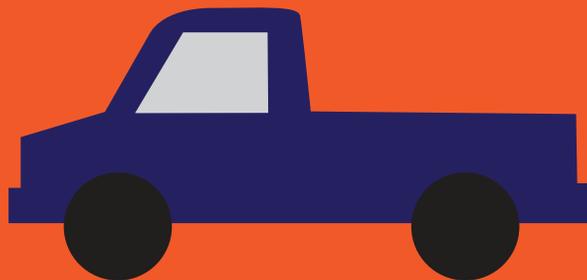


Tener claro  
las señales  
de peligro

Ambulancia



Vehículo  
particular



Tener claro  
el transporte  
a utilizar



Tener claro  
el servicio  
de salud



Contar con  
ahorro para  
los gastos



Saber quién  
tomará las  
decisiones  
urgentes



Saber quién  
se hará cargo  
de los  
niños/as

# PLAN DE EMERGENCIA PARA EL PARTO

1.1.1.C



Preparar  
lo que  
llevará ese  
día

# Guía de cuidado cariñoso y sensible

## Línea de Acción 1: Salud y nutrición



### RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

Promover la salud y nutrición sostenible de la población guatemalteca con énfasis en la niñez menor de 5 años de edad, preescolares y escolares, mujeres, población rural e indígena, en pobreza y pobreza extrema.

### TEMA:

*1.2 Llevar a cabo las acciones de cuidado cariñoso y sensible.*

### SUBTEMA:

*Cuidado cariñoso y sensible.*

### CUIDADO CARIÑOSO Y SENSIBLE:

Las madres, padres y/o cuidadores/as de niños y niñas menores de 5 años establece un entorno familiar atento a las necesidades de sus hijos e hijas incluyendo vinculación afectiva temprana, apego, confianza y comunicación sensible.

### PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA

Las madres, padres y/o cuidadores/as de niños y niñas menores de 5 años protegen a sus hijos e hijas de cualquier tipo de violencia especialmente dentro del ámbito del hogar (violencia física, trato negligente, violencia sexual, prácticas tradicionales perjudiciales y violencia psicológica).

### ESTIMULACIÓN OPORTUNA

Las mujeres embarazadas, sus parejas, las madres, padres y cuidadores/as de niños y niñas menores de 5 años se sensibilizan, conocen y desarrollan actividades de aprendizaje con sus hijos, para potenciar su desarrollo de manera integral (físico, afectivo, intelectual, lenguaje y social), durante los diferentes momentos de la vida diaria de sus hijos.

### DIRIGIDO A

- Embarazadas, madres y padres de niños/as menores de 5 años.
- Abuelas, suegras, cuidadores/as de niños y niñas menores de 5 años.





# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## ACTITUDES:

### *Cuidado cariñoso y sensible*

- Está motivado/a a interactuar de manera afectuosa con su hijo/a.
- Reconoce la importancia de participar de espacios y procesos de diálogo y escucha para interactuar/vincularse mejor a su hijo/a.
- Está motivado/a a interactuar de manera afectuosa con su hijo/a.
- Valora positivamente la importancia de jugar con su hijo/a.
- Reconocen que el cuidado con cariño y afecto hacia los hijos/as le corresponde tanto al padre como a la madre de familia.
- Muestra apertura para modificar roles que puedan ser sexistas, sobre todo cuando se atiende con cariño y ternura a niños de manera diferente y discriminatoria respecto de las niñas o viceversa.



## CONOCIMIENTOS:

### *Cuidado cariñoso y sensible*

- Conoce el concepto básico de cuidado cariñoso y sensible y su importancia y ventajas para la salud y desarrollo de su hijo/hija.
- Conoce la importancia de crear ambientes favorables para sus hijo/a y el efecto positivo que genera para el desarrollo de su hijo/a.
- Reconoce que su hijo/a es un ser humano que necesita de la interacción afectiva positiva con sus padres y/o cuidadores/as.
- Identifica los factores que facilitan el desarrollo pleno de su hijo/a.
- Conoce que niños y niñas tienen los mismos derechos y deben recibir los mismos cuidados y apoyo sin diferencia de género.



Proyecto Estrategia Integral para  
Combatir la Desnutrición Crónica

LLEVAR A CABO LAS ACCIONES DE CUIDADO CARIÑOSO Y SENSIBLE

# ACTITUDES, CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS A PROMOVER



## PRÁCTICAS:

### *Cuidado cariñoso y sensible*

- Busca, provoca o atiende grupos o procesos de apoyo emocional para aliviar estrés o situaciones complejas relativas a su entorno familiar e hijos/as.
- Atiende procesos de apoyo para aprender como mejor vincularse/ interactuar con su hijo/hija.
- Atiende las necesidades de salud y nutrición de su hijo/a.
- Establece un ambiente favorable para su desarrollo.
- Interactúa activamente /responde a las necesidades de su hijo/a: le habla, le escucha, juega con él, le abraza, le estimula, le muestra afecto, etc.
- Observa y estimula cuidadosamente el desarrollo de su hijo/a.
- Es inclusivo/a con niños y niñas con o sin discapacidad y aplica cariño y afecto por igual a niños y niñas.

# CUIDADO CARIÑOSO Y SENSIBLE



## **ENTRADA:** **PARTIR DE LA EXPERIENCIA**

- Iniciaremos esta actividad analizando o pensando en lo que sabemos HOY sobre como se desarrollan los bebés y los niños y niñas pequeños, sobre su salud, bienestar y sobre lo que significa para nosotros ser “buenos padres” al final cada uno pensará en las respuestas a las preguntas para ver si nuestros puntos de vista han cambiado.
- Las preguntas se van a leer en voz alta y las participantes deben anotar sus respuestas de la siguiente manera 1 significa “No, Casi nunca, o nunca” 2 significa “A veces” y 3 significa “Si, Siempre, o casi siempre” solo se debe anotar un número.
- Las respuestas no se comparten solo se anota y analiza de forma personal.

Las preguntas son las siguientes.

1. Registré a mi hijo o hija en el RENAP porque es mi responsabilidad y tiene derecho a un nombre.
2. Llevo a mi hijo/a al servicio de salud para que lo vacunen y para que me digan si esta creciendo bien.
3. Hablo con mi bebé a menudo porque el o ella me entiende.
4. Le dedico tiempo a mi hijo, le hablo, le pongo música, juego con él o ella.
5. Las niñas tienen los mismos derechos que los niños.
6. A menudo le digo a mi hijo/a que lo amo, le abrazo y doy muestras de cariño.
7. Ayudo a mi hijo/a a aprender hablándole y mostrándole cosas nuevas.
8. Miro o leo libros con mi hijo/a.
9. Mi hijo/a necesita mi ayuda para aprender cosas nuevas.
10. La mayoría de las veces me gusta mi hijo/a.





## DESARROLLO: APRENDIZAJES

### ACTIVIDAD 1

#### Desarrollo del Cerebro / importancia de los primeros años

- Esta actividad tiene como objetivo que los cuidadores conozcan la importancia de las interacciones con los bebés para el desarrollo del cerebro .
- Lea en voz alta la siguiente afirmación:  
***¿Sabía que el cerebro de un bebé nace con millones de neuronas? igual al número de estrellas en la Galaxia..!!*** el cerebro crece muy rapido durante los primeros tres años de vida (es la etapa donde ocurre el 80% de desarrollo del cerebro) y con esta actividad hablaremos de como se logra el buen desarrollo del cerebro desde el inicio, desde la concepción, nacimiento y primeros 3 años de vida.
- Solicite a los participantes que se paren en algún espacio vacío de forma aleatoria o desordenada, dejando espacio entre cada uno de aproximadamente 1.5 metros. Explique es cada persona representará una neurona del cerebro de un bebé... para que las neuronas se desarrollen las tenemos que poner a trabajar y cada persona dirá en voz alta alguna actividad que se realiza con los niños desde el nacimiento, es esta forma “trabajan” las neuronas.
- Para esta actividad necesitará un rollo de lana usted iniciará con la actividad, dirá una actividad que ayuda al desarrollo del bebé y lanzará el rollo de lana a otra persona, sin soltar la punta del rollo, la idea es hacer una de tela de araña que representara las conexiones entre neuronas, mientras mas grande son las conexiones, mas grande y mejor será el desarrollo del cerebro del bebé.



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Ejemplo de las actividades que se realizan con los bebés y ayudan a su desarrollo (interacciones positivas)
  1. Desde que nace hay contacto piel con piel, eso ayuda a tranquilizar al bebé, regula la temperatura y lo calma.
  2. Le damos de mamar en la primer hora de nacido.
  3. Damos pecho cada vez que ella o él lo pida, de día y de noche.
  4. Todos los días y a cada rato lo abrazo y le digo que la/lo amo.
  5. Cada vez que el bebé llora, lo atiendo sin que pase mucho tiempo, observo y descubro el motivo de su llanto, eso me permite saber si es por hambre, frio, molestia o necesidad de compañía.
  6. Ponemos musica y bailamos con el bebé de forma delicada.
  7. Cada vez que le damos de mamar, hacemos contacto visual, le hablamos de forma cariñosa y lo abrazamos.
  8. Todos los dias jugamos con el bebé, jugamos con los dedos, con objetos de colores, chinchines, etc.
  9. Leemos cuentos o le contamos historias populares de la comunidad.
  10. Le hablamos y contamos lo que ocurre en la casa y la familia.
  11. Cuando tiene seis meses le ayudamos a sentarse.
  12. A partir del los siete meses le enseñamos a gatear.
  13. Le ayudamos a pararse y a caminar con ayuda.
  14. Toda la familia le platica, nombrando las cosas de la casa, mostrando y diciendo los colores, las sensaciones, etc.





## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- La idea es que cada persona menciones o de ejemplos de actividades positivas que se realiza con el niño/a (cada persona dirá una actividad diferente) se formará una tela de araña grande, cada actividad o interacción positiva ayuda al desarrollo del cerebro. Mientras mas grande, mas interacciones, mas contacto con los niños y eso contribuye al mejor desarrollo del cerebro de los pequeños.

### Refuerce las siguientes ideas.

- Los primeros años (desde el embarazo hasta los 3 años) se consideran el período más importante en la vida de una persona, ya que lo que sucede durante este tiempo influye en el resto de su vida.
- Los cuidadores desempeñan un papel fundamental en la forma en que sus hijos se desarrollan durante este período crítico que son los primeros años de vida. Si los cuidadores tienen habilidades buenas y positivas para apoyar el desarrollo de los niños y niñas pequeños, éstos tendrán un mejor comienzo en la vida, lo que será la base o los cimientos para su futuro.
- Las interacciones positivas construyen un cerebro saludable, las experiencias positivas contribuyen a su desarrollo de forma integral. Los bebés que se mantienen solos, nadie les habla, nadie juega con ellos, no tendrán un desarrollo adecuado.
- La cantidad de neuronas en los primeros años es muy grande, no hay otra etapa en la vida donde se tengan mas neuronas, pero para que haya desarrollo hay que ponerlas a trabajar, eso se logra a través de las interacciones con el/la bebé, si las neuronas no se “usan” se mueren y a partir de los tres años, la cantidad de neuronas disminuye considerablemente, por eso se dice que el 80% del desarrollo del cerebro ocurre en los primeros tres años de vida.





## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Los niños/as que son objeto de abusos, negligencia, abandono, etc (experiencias negativas) se ven afectados en muchos aspectos, emocional, cognitivo, social, físico. A esto se le llama estrés y si llega a ser de forma prolongada, puede causar daño duradero en el cerebro de los pequeños.

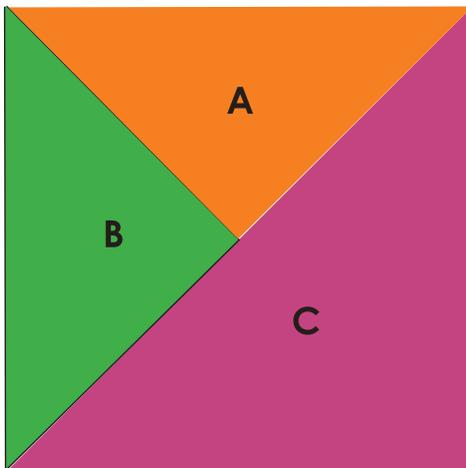
### ACTIVIDAD 2

#### Tipos de desarrollo

##### Rompecabezas

El objetivo de esta actividad es comprender sobre las áreas conectadas del desarrollo infantil e identificar cosas que los cuidadores deben tener en cuenta, para que puedan apoyar un desarrollo saludable y apropiado para la edad y darles a sus bebés el mejor comienzo en la vida.

Haga rompecabezas antes de la sesión, cortando trozos de papel de colores en al menos tres piezas, una o más para cada área de desarrollo, usando diferentes colores para cada área, asegurándose de que cada pieza de diferente color se una para formar un “todo” (ver imagen). Alternativamente, use imágenes de un calendario, revista o periódico.



Antes de comenzar debe explicar brevemente, las tres áreas de desarrollo:

- DESARROLLO FÍSICO** (crecimiento, salud y habilidades motoras)
- DESARROLLO COGNITIVO** (aprendizaje, pensamiento y habilidades comunicacionales)
- DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL** (relaciones, sentimientos)

Para comenzar, divida a los participantes en 2-3 grupos pequeños. (debe tener un rompecabezas para cada grupo).

# CUIDADO CARIÑOSO Y SENSIBLE



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

Explicar que vamos a armar un rompecabezas.

Entregue a cada grupo un conjunto de piezas del rompecabezas preparadas, codificadas por colores para las tres áreas de desarrollo por ejemplo, verde para el crecimiento (físico), naranja para el aprendizaje (cognitivo), azul para las relaciones (socioemocional).

Si es necesario, se pueden dibujar símbolos de identificación en ellos. Para cada grupo, divida un juego completo de piezas de rompecabezas y distribúyalos entre los miembros del grupo pequeño.

Los grupos no deben tocar el rompecabezas hasta que diga diga "¡Adelante!".

Los participantes deben intentar unir las piezas para completar el rompecabezas lo más rápido posible. Esta puede ser una competencia para ver qué grupo puede completar el rompecabezas primero (debe ser divertido y emocionante).

Una vez que todos los grupos hayan completado sus rompecabezas, explique una vez más cómo un niño es como un rompecabezas, compuesto de muchas partes.

Facilite una discusión en grupo sobre las diferentes maneras en que los niños se desarrollan a través de un proceso continuo de cambio.

Anime al grupo a dar ejemplos de las diferentes maneras en que los niños se desarrollan en cada una de estas áreas.

***Finalizar analizando con todos que el desarrollo de los niños y niñas es integral que cuando realizamos actividades del cuerpo también se desarrolla el conocimiento o la inteligencia y también el desarrollo de los sentimientos y emociones, todo está relacionado como el rompecabezas cada parte cada color forma un cuadrado perfecto.***

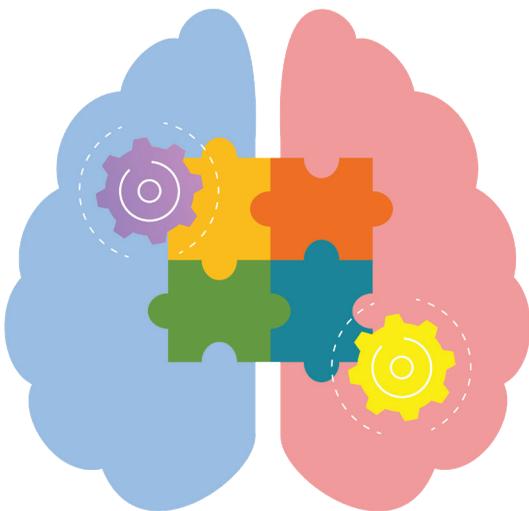




## DESARROLLO: APRENDIZAJES

### Refuerce las siguientes ideas.

- Cada niña y niño nace especial y único, listo para amar y aprender. Las diferentes áreas del desarrollo infantil son como “piezas de rompecabezas” que encajan entre sí (desarrollo físico, cognitivo y social/emocional). Cada pieza es importante y debe encargarse de manera responsable para que no se dañe o se pierda; de lo contrario, el rompecabezas estaría incompleto.
- Todos los niños y niñas se desarrollan a través de un proceso de cambio continuo, a lo largo del mismo camino, pero a diferentes velocidades. El cerebro es la estación central de control donde se juntan todas las piezas del rompecabezas. Las interacciones entre el niño/a y el cuidador ayuda a construir el cerebro y a darle al bebé el mejor comienzo en la vida.
- Desarrollo físico se refiere a la forma en que crecen los cuerpos y los músculos de los niños, lo que aumenta su capacidad para moverse. Este tipo de crecimiento se puede denominar desarrollo motor, el proceso en el cual un niño o niña desarrolla habilidades de movimiento. Hay dos tipos importantes de desarrollo motor:
  - ◇ **MOTOR GRUESO:** el uso de músculos grandes como piernas y brazos.
  - ◇ **MOTOR FINO:** el uso de músculos pequeños como dedos de manos y pies.
- Desarrollo cognitivo se centra en el desarrollo de habilidades de pensamiento y conocimiento general sobre el mundo y cómo funciona. Las experiencias de los niños/as los ayudan a obtener nuevos conocimientos e información, si a los niños/as se les motiva a reconocer las diferencias y similitudes, hacer preguntas y resolver problemas. El desarrollo cognitivo abarca el lenguaje y la escritura, el conocimiento matemático, la ciencia y las artes, la música, la expresión creativa, la resolución de problemas.





## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Desarrollo social afectivo. En los primeros años de vida, los niños/as desarrollan rápidamente habilidades sociales y emocionales que los capacitan para experimentar y expresar emociones, desarrollar relaciones con los demás, explorar y aprender de su entorno. El desarrollo social y emocional de la primera infancia es esencial para el desarrollo del crecimiento físico y cognitivo, así como para las relaciones tempranas de los niños y niñas.
- Los primeros años (desde el embarazo hasta los 3 años) se consideran el período más importante en la vida de una persona, ya que lo que sucede durante este tiempo influye en el resto de su vida. En los primeros tres años se produce el 80% del desarrollo del cerebro de los niños/as.

### ACTIVIDAD 3

#### Elaboración de Juguete

El objetivo de esta actividad es demostrar que no es necesario contar con juguetes sofisticados, de alto valor adquisitivo, los niños y niñas pequeños disfrutan y se desarrollan con juguetes o cosas sencillas. recuerde que un juguete es solo un instrumento, lo importante es la interacción del cuidador con el bebé.

Solicitar a los participantes puedan recolectar y llevar botellas, cajas, objetos que se puedan reciclar, para elaborar juguetes para los niños y niñas recuerde incluir tijeras, lazos, goma, regla, etc.

Dé las instrucciones para la fabricación de juguetes con los objetos que llevaron y con los que el facilitador tiene disponible.

Recuerde que el juguete debe ser acorde a la edad y facilitar el desarrollo de los niños y niñas.

Para esto recuerde dar la siguiente guía:





## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- **0-3 meses y 3-6 meses:** cuando los bebés son tan pequeños, los juguetes son útiles para hacer que su entorno más cercano sea más interesante e instructivo. Por ejemplo, un móvil tiene tres objetos colgando. Dos de los objetos son iguales y uno es diferente. Esto le da a los bebés cosas que mirar y pensar.
- **6-12 meses:** los niños y niñas no están tan interesados en juguetes durante este período. Están más interesados en moverse e interactuar con las personas.
- **12-18 meses y 18-24 meses:** los niños y niñas están más interesados en los juguetes que son útiles en actividades sociales con los cuidadores. Por ejemplo, una madre esconde una pelota detrás de su espalda y dice: “¿Dónde está la pelota?” Ella la saca rápidamente y dice: “¡Aquí está!” El niño o niña se reirá y anticipará la salida y entrada de la pelota, pero está mayormente disfrutando del intercambio social con el cuidador.
- **24-36 meses en adelante:** durante este período, los juguetes comienzan a adquirir una mayor importancia en la vida del niño o niña, disfrutan jugando con objetos que pueden usar de muchas maneras diferentes. Un recipiente lleno de tapas de botellas o una pila de piedras puede usarse para construir, hacer un diseño, un juego o deporte físico.

### **Dar 20 minutos para que realicen su juguete.**

- Algunos ejemplos son: móviles, pelotas de lana o de papel, libros de cuentos usando un periódico o revista, una muñeca, un carrito. Títeres de calcetín, rompecabezas sencillos, bloques de caja, chinchín con botellas de plástico, etc. Evite hacer juguetes como pistolas, espadas o esos que promuevan la violencia.

# CUIDADO CARIÑOSO Y SENSIBLE



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Anímeles a usar su creatividad para hacer cualquier otro juguete que se les ocurra y a divertirse...!!!!

Cuando hayan terminado sus juguetes, solicitar que expliquen sus uso y cómo estos juguetes pueden apoyar a desarrollar alguna área del desarrollo.

Por ejemplo :

- Pelota: hecha de papel u hojas grandes, puede usarse para desarrollar habilidades motoras gruesas mediante de patadas o lanzamientos; desarrollar habilidades de pensamiento al notar los colores y la forma; para enseñar el lenguaje diciendo y lanzando alto, bajo, rápido o lento.
- Muñeca: hecha de material viejo o botella u otros materiales. Se puede usar para desarrollar la imaginación jugando al bebé, al padre o a la madre; vestir a la muñeca puede brindar a los niños y niñas la oportunidad de desarrollar habilidades motrices finas; puede usarse para desarrollar el conocimiento y el lenguaje, mediante el nombre de las partes del cuerpo: cara, piernas, brazos, etc.
- Libro: hecho de revistas o periódicos viejos. Se puede usar para exponer a los niños y niñas al texto y al lenguaje escrito mientras los lee o explica las imágenes de la página. Leer juntos también es una oportunidad para mejorar el desarrollo socioemocional mientras habla sobre lo que ve en la página y pasa tiempo juntos.



Felicite a los padres, madres y cuidadores por participar en la actividad y motivarlos a dejar jugar a sus hijos e hijas, fomente el juego espontáneo, esto les ayuda a su desarrollo completo e integral.

Refuerce las siguientes ideas.

- Para el niño/a pequeño, jugar y aprender es lo mismo. Las oportunidades para el aprendizaje temprano y para el juego van de la mano, ya que el aprendizaje para los más pequeños ocurre mejor a través de una actividad lúdica y parecida a un juego.



## DESARROLLO: APRENDIZAJES

- Los niños y niñas aprenden jugando y probando cosas, observando y copiando lo que otros hacen. Esto desarrolla y fortalece las conexiones de sus cerebros.
- Los bebés aprenden el lenguaje escuchándolo y usándolo. La comunicación entre los cuidadores y sus hijos es esencial para desarrollar las habilidades de lenguaje y comunicación.
- Los niños y niñas pueden aprender el idioma a través de interacciones significativas y sociales con sus cuidadores. Las conversaciones significativas y reflexivas apoyan la capacidad de los niños y niñas, para comprender el lenguaje y también aumentan su vocabulario. Ambos son la base para la alfabetización.
- El juego estimula y establece una base para una variedad de aprendizaje físico, cognitivo, social y emocional temprano y continuo.
- Las actividades de juego no necesitan ser costosas; muchos objetos domésticos o naturales se pueden usar como juguetes, y los cuidadores también pueden producir juguetes sin costo con materiales disponibles localmente.
- Los mejores juguetes del mundo en realidad están siempre con nosotros, ¡y sin costo alguno, los padres mismos, son los juguetes!
- ¡Jugar con los bebés y los niños y niñas, es divertido y contribuye a mejorar el bienestar mental!.



# CUIDADO CARIÑOSO Y SENSIBLE



## CIERRE: COMPROMISO DE ACCIÓN

- Entregue hojas de papel y crayones o marcadores de colores, una hoja por cada hijo o hija. Luego solicite a los participantes que cierren los ojos e imagine a su hijo o hija cuando sea adolescente, mayor de edad o un adulto joven, imagine ¿Como desea verlo? ¿Que clase de persona será? ¿Como espera que sea su hijo/o?. Luego solicite que dibujen o traten de dibujar en el papel lo que imaginaron.
- Al cierre mencione algunos puntos por ejemplo
  - ◇ El futuro de su hijo o hija depende mucho de los primeros mil días de vida, todo lo que se haga en esa edad va a influir en el resto de su vida.
  - ◇ El tiempo más importante en el desarrollo de una persona, son los primeros años por lo tanto como padres o cuidadores todo lo que hagan con sus hijos contribuye a alcanzar el máximo potencial en su desarrollo.
  - ◇ Los padres son los primeros maestros, cuidadores y protectores de los niños y niñas.
- Cada uno tiene un niño o niña pequeño que ama mucho y espera que tenga una mejor vida que la que ahora tiene, pero es importante dejarlos vivir su infancia, ponerlos a estudiar a niñas y niños por igual, dejarlos jugar porque ellos aprenden jugando.
- En Guatemala no hay escuela para ser padres, seguro no es fácil saber que es lo mejor que se puede hacer con su bebé, la buena noticia es que seguro ya estamos haciendo muchas cosas buenas, (recuerde las preguntas que se hicieron al inicio, quizá no en todas tenemos 3 puntos.. pero podemos ir mejorando cada día y podemos poco a poco incluir cosas nuevas cada día.
- Este será su compromiso de acción, todos los días dedicarle tiempo aunque sea 10 minutos a su hijo o hija para realizar alguna actividad “especial” solo con él o ella. Por ejemplo, ver un cuento, leerle o contarle alguna historia, cantar una canción nueva, bailar juntos una canción que le guste, hacerle un juguete con una caja y con cosas reciclables, y siempre decirle cosas positivas “eres muy listo/a” “eres muy inteligente”, “eres muy hábil para todo”, “te amo”, etc.

