

Dimensión No. 1 Vivienda

“Evitemos humo en la cocina con la estufa mejorada: Cocina con cuidado, respira con tranquilidad”

Dotación de estufas mejoradas



RESULTADO AL QUE CONTRIBUYE:

- Reducir la acumulación de humo en la cocina.
- Prevenir y disminuir las enfermedades respiratorias.
- Disminuir la contaminación ambiental.

TEMA:

1.1 Uso de estufas mejoradas.



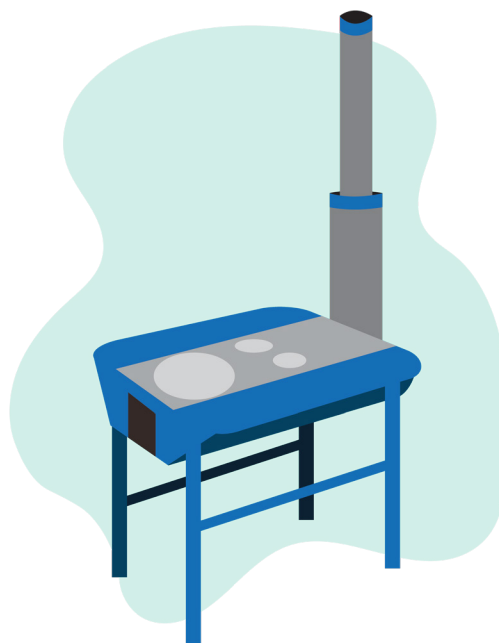
OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN:

Mi familia logrará:

- Conocer los peligros del humo en la cocina y su impacto en la salud respiratoria y el medio ambiente.
- Sentirse motivada a usar la estufa mejorada para tener menos enfermedades respiratorias y cuidar el medio ambiente.
- Utilizar adecuadamente las estufas mejoradas, la chimenea (conducto por donde sale el humo) debe estar bien colocada para evitar que el humo entre nuevamente a la cocina.
- Colocar la estufa mejorada en un espacio seguro dentro de la casa.

DIRIGIDO A

- La familia



¿DE QUÉ MANERA SE PROMUEVE EL CAMBIO DE COMPORTAMIENTO?



CONOCIMIENTOS:

- Mi familia conoce los peligros del humo en el hogar y su impacto en la salud respiratoria y el medio ambiente.



ACTITUDES:

- Mi familia se siente motivada a usar la estufa mejorada, porque sin humo tendremos menos enfermedades respiratorias y cuidamos nuestro medio ambiente.



PRÁCTICAS:

- Mi familia utiliza adecuadamente la estufa mejorada y la coloca en un espacio seguro.



EVITEMOS HUMO EN LA COCINA CON LA ESTUFA MEJORADA: COCINA CON CUIDADO, RESPIRA CON TRANQUILIDAD

ESTRATEGIA METODOLÓGICA

¿Cuáles son los recursos y materiales que se necesitan?



- Imágenes para contar la historia de Clara y la familia López

¿Cuál es el tiempo aproximado de desarrollo?



1 hora en grupo de varias familias.

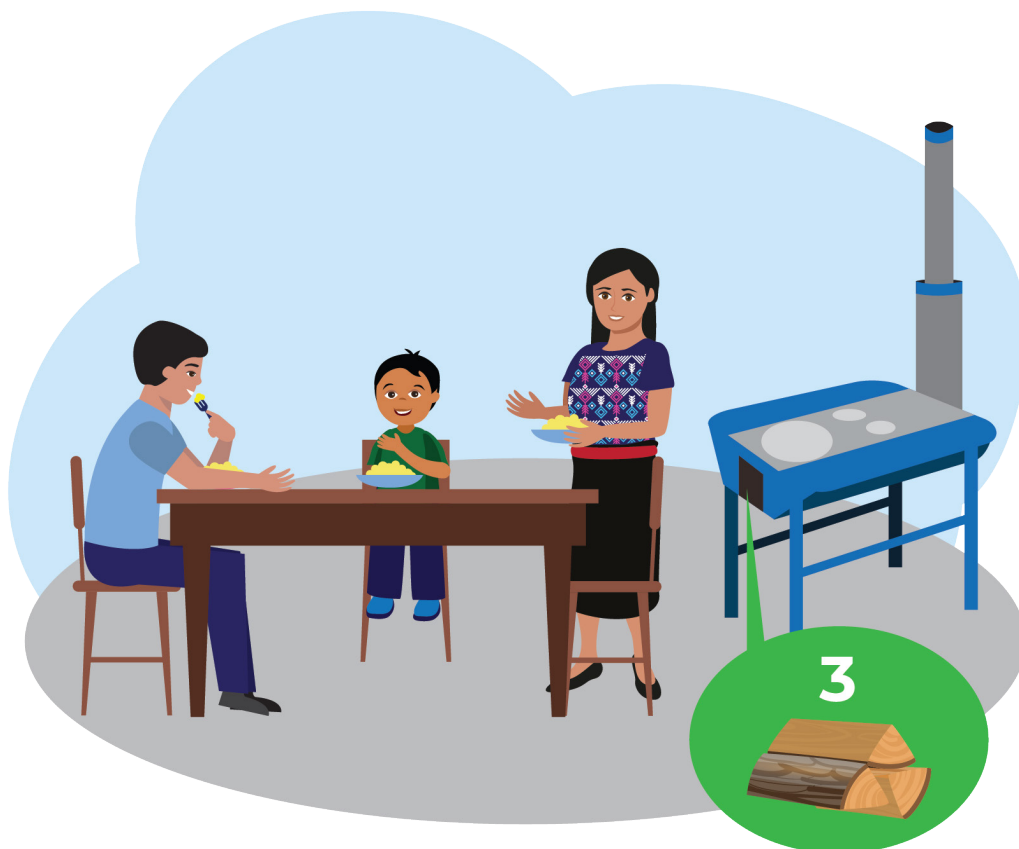
EVITEMOS HUMO EN LA COCINA CON LA ESTUFA MEJORADA: COCINA CON CUIDADO, RESPIRA CON TRAQUILIDAD



ENTRADA: A PARTIR DE LA EXPERIENCIA

Para sensibilizar a la familia y abrir el diálogo sobre el uso de una estufa mejorada, podría hacer preguntas reflexivas que los inviten a pensar en su salud y bienestar:

1. ¿Cree usted que el humo de la leña tiene algún efecto en la salud de su familia?
2. ¿Qué opinan sobre la cantidad de leña que utilizan diariamente?
3. ¿Cómo creen que el humo dentro de la cocina afecta a la familia y sobre todo a los más pequeños y a las personas mayores?
4. ¿Han escuchado sobre las estufas mejoradas?
¿Creen que tiene algún beneficio?
¿Qué les parece la idea de tener una en casa?



EVITEMOS HUMO EN LA COCINA CON LA ESTUFA MEJORADA: COCINA CON CUIDADO, RESPIRA CON TRANQUILIDAD



DESARROLLO: APRENDIZAJES

Explique a los participantes que varias personas han tenido las mismas experiencias que ellos y les contará una historia de cómo algunas decisiones pueden cambiar y mejorar la vida familiar:

Historia de la familia López

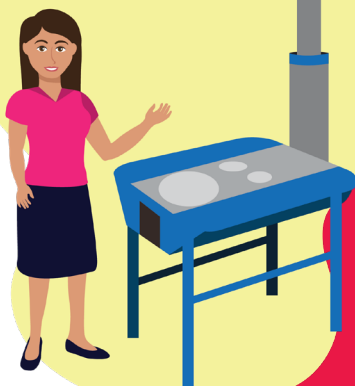
En una pequeña aldea llamada Los Pinos, vivía la familia López. Don Mario y Doña Isabel, junto a sus hijos Ana y Juan, pasaban la mayor parte de su tiempo en la cocina, donde el calor de la estufa tradicional llenaba su hogar de humo y el olor a leña se sentía por todos lados.



Un día, una vecina llamada Clara llegó a la aldea con una noticia: ¡Habían llegado las estufas mejoradas! Explicó que estas estufas eran distintas a las tradicionales y tenían muchas ventajas.

¡Pero eso no es todo!, dijo Clara.

Las estufas mejoradas son más eficientes porque usan menos leña y aprovechan mejor el calor, lo que permite cocinar más rápido. Son una gran ayuda para ahorrar tiempo y energía. Además, al producir menos humo, cuidaremos mejor nuestro medio ambiente, reduciendo la contaminación.



EVITEMOS HUMO EN LA COCINA CON LA ESTUFA MEJORADA: COCINA CON CUIDADO, RESPIRA CON TRAQUILIDAD



Clara le contó a la familia López que con las nuevas estufas también mejorarían su salud, ya que reducían la cantidad de humo en la casa, evitando enfermedades respiratorias. También consumirían menos leña, disminución de la tala de árboles y más tiempo para disfrutar en familia.

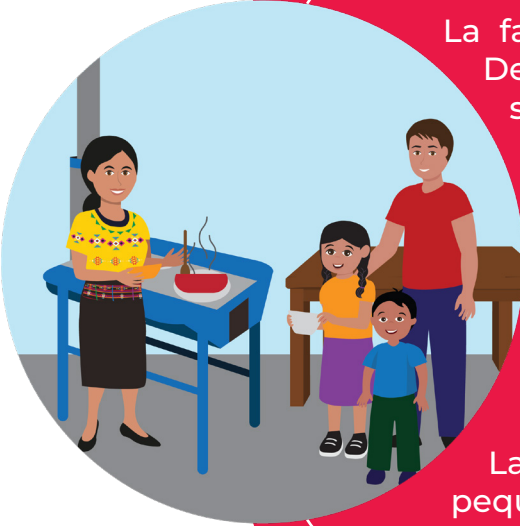
La señora López le dijo a Clara: la verdad es que todo se escucha bien bonito, pero en el mercado yo he escuchado a otras mujeres que tienen dudas sobre si la estufa mejorada aguanta las ollas para cocer maíz o si van a cocer rápido los frijoles.

Entiendo sus dudas, le dijo Clara y les explicó que las estufas mejoradas están hechas para soportar ollas grandes, como las que usamos para cocer maíz y frijoles. Estas estufas cocinan los alimentos más rápido y de manera pareja.

Muchas personas que las han probado están contentas con ellas. Si quieres, podemos hacer una demostración o hablar con alguien que ya la esté usando para que nos cuente su experiencia.



EVITEMOS HUMO EN LA COCINA CON LA ESTUFA MEJORADA: COCINA CON CUIDADO, RESPIRA CON TRAQUILIDAD



La familia López decidió probar la estufa mejorada. Desde el primer uso, notaron la diferencia. La cocina se mantenía sin humo y el aire era más fresco. Juan y Ana podían hacer sus tareas sin la molestia del humo, y Doña Isabel sentía que respiraba mejor.

Con el tiempo, otras familias de la aldea comenzaron a seguir el ejemplo de la familia López. Los beneficios se podían ver: se utilizaba menos leña, la salud de todos mejoraba y el aire se mantenía más limpio.

La aldea Los Pinos se convirtió en un ejemplo de cómo pequeñas decisiones podían traer grandes cambios.

¡Gracias a las estufas mejoradas, las familias disfrutaban de una vida más saludable, demostrando que cuidar del hogar también es cuidar del mundo!



Al terminar la historia haga las siguientes preguntas para reflexionar:

- ¿Cómo cambiaría su día a día con una estufa mejorada?
- ¿Qué beneficios cree que tendría al usar menos leña para cocinar?

EVITEMOS HUMO EN LA COCINA CON LA ESTUFA MEJORADA: COCINA CON CUIDADO, RESPIRA CON TRANQUILIDAD



CIERRE: COMPROMISO GRUPAL / FAMILIAR

Representen o simulen ser una familia que decide cambiar a una estufa mejorada y enfrentan diferentes retos y beneficios en el proceso.

- Pida un grupo de 4-6 personas voluntarias que representarán a una familia.
- Asigne roles específicos como: padre, madre, hijos, hijas, abuelos u otros miembros de la familia. Esto ayudará a que cada participante pueda aportar una perspectiva diferente.
- Explique a los voluntarios que harán una dramatización en donde cada familia actualmente está utilizando un poyo de fuego, hornilla de leña o poyetón. Representarán las situaciones que enfrentan, como el alto consumo de leña, el humo dentro de la casa y los problemas de salud como, por ejemplo: tos, irritación en los ojos y la garganta.
- Después discutirán entre ellos para tomar la decisión como familia si cambian o no a una estufa mejorada. Pídeles que mencionen qué ventajas pueden tener.
- También pueden dramatizar o representar las dudas sobre su funcionamiento y qué resistencia pueden tener al cambio.
- Al finalizar, reflexionar entre todos sobre los retos enfrentados y cómo se sintieron al superarlos juntos.
- De acuerdo con el proceso de entrega de las estufas mejoradas es importante acordar a partir de cuándo adoptarán el uso de estufas mejoradas. Luego, pueden compartir estos compromisos con el grupo para fomentar el sentido de responsabilidad y apoyo comunitario.



Las intervenciones que forman parte de Mano a Mano son completamente gratuitas. Cualquier cobro o solicitud de pago debe ser denunciado.