

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE
MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE ENFERMERÍA**



**PROYECTO DE DESARROLLO LOCAL:
PROMOVIENDO PRÁCTICAS SALUDABLES EN
LAS FAMILIAS DE SALABAMBA - CUTERVO -
CAJAMARCA**

**INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL TÍTULO DE:
SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

AUTORA: Lic. Chanamé Fernández Deysi Rosmery

Chiclayo, 23 de Abril de 2018

**PROYECTO DE DESARROLLO LOCAL:
PROMOVIENDO PRÁCTICAS SALUDABLES EN
LAS FAMILIAS DE SALABAMBA - CUTERVO -
CAJAMARCA**

POR:

Lic. Chanamé Fernández Deysi Rosmery

Presentada a la Facultad de Medicina de la Universidad Católica
Santo Toribio de Mogrovejo, para optar el Título de:

**SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

APROBADO POR:

Mgtr. Julia María Nureña Montenegro
Presidente de Jurado

Mgtr. Angélica Soledad Vega Ramírez
Secretaria de Jurado

Mgtr. Anita del Rosario Zevallos Cotrina
Vocal/Asesor de Jurado

Chiclayo, 23 de Abril de 2018

INDICE

	Pág.
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
INTRODUCCIÓN	9
I. DENOMINACIÓN DEL PROYECTO	15
II. NATURALEZA DEL PROYECTO	15
2.1. Descripción del proyecto	15
2.2. Fundamentación y Justificación	15
2.3. Marco institucional	29
2.4. Finalidad del proyecto	31
2.5. Objetivos	31
2.6. Metas	32
2.7. Beneficiarios	32
2.8. Productos	33
2.9. Localización física y cobertura espacial	33
III. ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DE LAS ACTIVIDADES	37
IV.MÉTODOS Y TÉCNICAS A UTILIZAR	44
V. DETERMINACIÓN DEL CALENDARIO DE ACTIVIDADES	44
VI. DETERMINACIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS	46
VII.CÁLCULO DE COSTOS DE EJECUCIÓN Y PRESUPUESTOS	48
VIII.ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO	50
IX.INDICADORES DE EVALUACIÓN	50
X.FACTORES CONDICIONANTES E IMPACTO DEL PROYECTO	52
XI.SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO	54
XII. SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES	54

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

55

ANEXOS

60

DEDICATORIA

A Dios, por brindarnos la oportunidad y los medios necesarios y la dicha para continuar mi formación profesional.

A mis padres, por ser el pilar fundamental en todo lo que somos, en nuestra educación tanto académica como de la vida, por su incondicional apoyo.

A mis hermanos por ser ejemplo de personas y por que nos brindáron la fuerza necesaria para seguir adelante.

A mis familiares, porque de una forma indirecta me alentaron a seguir luchando.

AGRADECIMIENTO

A Dios por habernos dado la existencia y permitido llegar al final de la especialidad.

A La Universidad Católica Santo
Toribio de Mogrovejo por acogerme y
continuar con sus enseñanzas

A los docentes que nos han acompañado durante el largo camino, brindándonos siempre su orientación con profesionalismo en la adquisición de conocimientos y afianzando nuestra formación.

RESUMEN

El hogar es el espacio central de nuestras vidas, un lugar cómodo y seguro, un refugio del mundo exterior. Pero también puede ser un escenario propicio para la transmisión de infecciones infectocontagiosas y comportamientos que puedan afectar la salud. Motivo por el cual se planteo realizar el proyecto de desarrollo local planteado para Promover prácticas saludables en las familias de Salabamba - Cutervo – Cajamarca, permitirá mejorar la calidad de vida de las familias a través de intervenciones locales, proporcionar conocimiento de tecnologías renovables, implementar una eficiente cultura sanitaria y promover el interés de la comunidad para el desarrollo de las practicas saludables. Para ello se realizarán las coordinaciones pertinentes con los líderes de la comunidad, personal de salud y autoridades de la municipalidad distrital. Los beneficiarios del proyecto serán 50 familias de la comunidad de Salabamba del distrito de Cutervo. Al final del proyecto se habrá desarrollado los conocimientos en las familias a través de un programa de capacitación sobre prácticas sanitarias, desarrollado en las familias adecuadas prácticas de higiene y se habrá fortalecido la organización comunal para la implementación de adecuadas prácticas sanitarias. Para ello se realizarán, actividades como: sesiones educativas, talleres demostrativos a las familias, visitas domiciliarias con la finalidad de evaluar los cambios de comportamientos y adecuadas prácticas saludables de las familias. El Costo total del proyecto asciende a S/. 8.376.80

Palabras claves: Calidad de vida, salud, prácticas saludables, familia y tecnologías renovables.

ABSTRACT

The home is the central space of our lives, a comfortable and safe place, a refuge from the outside world. But it can also be a favorable scenario for the transmission of infectious and contagious infections and behaviors that may affect health. This is the reason why the local development project proposed to promote healthy practices in the families of Salabamba - Cutervo - Cajamarca was proposed. It will improve the quality of life of families through local interventions, provide knowledge of renewable technologies, implement an efficient sanitary culture and promote the interest of the community for the development of healthy practices. To this end, the pertinent coordinations will be carried out with the community leaders, health personnel and authorities of the district municipality. The beneficiaries of the project will be 50 families from the Salabamba community of the Cutervo district. At the end of the project the knowledge in the families will have been developed through a training program on sanitary practices, developed in the appropriate families hygiene practices and the communal organization for the implementation of adequate sanitary practices will have been strengthened. To this end, activities such as: educational sessions, demonstrative workshops for families, home visits in order to assess changes in behavior and appropriate healthy practices of families will be carried out. The total cost of the project amounts to S/. 8.376.80

Key words: Quality of life, health, sanitary practices, renewable technologies and family.

INTRODUCCIÓN

En nuestro país un significativo número de familias habitan en viviendas que presentan factores de riesgos para la salud tales como: la ubicación en zonas inseguras, sin infraestructura de servicios públicos, no tienen acceso al agua potable, con deficiente eliminación de excretas y residuos sólidos; y donde el hacinamiento y los problemas sociales son cosas de todos los días. Viviendas de este tipo no protegen la salud de sus ocupantes y propician enfermedades¹.

Es por ello, que el hogar es el espacio central de nuestras vidas, un lugar cómodo y seguro, un refugio del mundo exterior. Pero la vivienda también, puede ser un escenario propicio para la transmisión de infecciones gastrointestinales, respiratorias, de la piel entre otras.

Otro problema que enfrentan las familias es la contaminación de los alimentos por agentes microbiológicos; dificultad que se ha convertido en un problema de salud pública en todo el mundo. En las últimas décadas esto está evidenciado porque la mayoría de los países han registrado un importante aumento en la incidencia de enfermedades provocadas por la presencia de microorganismos en los alimentos, en particular de agentes patógenos como *Salmonella* o *Escherichia coli* enterohemorrágica, y de parásitos como *Cryptosporidium*, los microorganismos son seres vivos muy pequeños, tanto que son invisibles al ojo humano. ².

Las familias adquieren enfermedades infectocontagiosas debido a diversos factores, uno de ellos es por el consumo de agua insegura, es decir agua no hervida ó agua no clorada. El agua no segura contiene microbios, lombrices o sustancias tóxicas que puede causar enfermedades graves hasta causar la muerte, como por ejemplo el cólera. Otras pueden durar muchos años y producir o empeorar otros problemas de salud. Por eso, es indispensable desinfectar el agua y mantener el agua segura.

El agua segura para consumo humano, debe ser de buena calidad y no debe generar enfermedades. Si el agua ha sido sometida a un proceso de potabilización. Se puede afirmar entonces que el agua segura se encuentra libre de contaminantes. Entre las fuentes de contaminación pueden citarse las aguas residuales no tratadas, los productos químicos, las filtraciones y las contaminadas por petróleo. ³

El agua segura para consumo humano se obtiene de la potabilización del agua; esta requiere cumplir ciertas características definidas por las normas de agua potable. Para tener agua segura en las viviendas se debe: desinfectar el agua con lejía, de acuerdo a la capacidad del recipiente (2 gotas por litro), hirviendo el agua para beber, guardando el agua en recipientes limpios y bien tapados y sobre todo mejorando los hábitos de higiene. ³

Existen 3 métodos de desinfección del agua aprobados por la FAO (Organización de las naciones unidas para la alimentación y la agricultura) para eliminar del agua microorganismos transmisores de enfermedades, las cuales son: Hervido (hervir el agua es la forma más segura de desinfectar el agua), es un método bastante efectivo para desinfectar pequeñas cantidades de agua, el otro es el método Sodis, en la cual el calor combinado con la radiación del sol, sirve para inactivar los microorganismos que provocan enfermedades presentes en el agua. Se recomienda utilizar para este método, botellas de plástico transparente reciclables o botellas de vidrio y por último el tercer método es la cloración del agua. ³

Las enfermedades relacionadas con medidas más adecuadas de protección de alimentos y de saneamiento ambiental constituyen un serio problema para la salud de la población. Todos los días, hay gente que contrae enfermedades debido a los alimentos o el agua que consumen. Dichas enfermedades reciben el nombre de enfermedades transmitidas por los alimentos (ETA) y son causadas por comer un alimento o por utilizar agua o alimentos

contaminados por microorganismos o gérmenes peligrosos y/o químicos tóxicos que pueden causar enfermedades y llegar a causar hasta la muerte. ⁴

Estas enfermedades representan una grave amenaza para la salud, afectando principalmente a los niños y niñas, mujeres embarazadas y personas de la tercera edad. Cada año, millones de niños y niñas mueren por enfermedades diarreicas, en tanto que otros cientos de millones, sufren episodios frecuentes de diarrea afectando de gran forma su estado nutricional. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 70% de los casos de diarrea se deben al consumo de alimentos o agua contaminada. La mayor parte de este tipo de enfermedades pueden atribuirse al mal manejo de los alimentos por: hábitos deficientes de higiene por parte de las personas que manipulan los alimentos, contaminación de alimentos cocidos con alimentos crudos o con superficies contaminadas; y mala cocción de los alimentos que no permite la destrucción total de los microbios. ⁴

Para impedir que los microbios transmitan enfermedades se debe hacer uso de las 5 claves para mantener los alimentos seguros las cuales son: Utilizar agua y alimentos seguros, mantener la limpieza, separar las carnes y pescado crudos del resto de alimentos, cocinar los alimentos completamente y mantener los alimentos a temperaturas seguras, es por ello que se debe mantener los alimentos en condiciones y temperaturas adecuadas para poder consumirse. ⁴

Es de gran importancia que una persona se encuentre bien alimentada, para que tenga oportunidades de desarrollarse, vivir con salud, aprender y trabajar mejor y protegerse de enfermedades. Una alimentación saludable es una alimentación que aporta la energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, lo que permite una mejor calidad de vida en todas las edades. La alimentación variada que aporta la energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana permitiéndole una mejor calidad de vida en todas las edades. Los

nutrientes esenciales son: proteínas, carbohidratos, lípidos, vitaminas, minerales; también se considera al agua. La alimentación saludable previene las enfermedades como: desnutrición, obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, Diabetes, Anemia, la osteoporosis y algunos tipos de cáncer. La malnutrición es un problema de salud pública en el Perú, siendo algunas causas la alimentación inadecuada, anemia, sobrepeso, obesidad, desnutrición materna, entre otros. ³

Anualmente mueren en el mundo 10,5 millones de niños y niñas menores de cinco años; y la mayoría de esas defunciones ocurren en los países en desarrollo. La falta de agua potable, de saneamiento y de una higiene adecuada se relacionan con las principales causas de mortalidad, como las enfermedades diarreicas, la neumonía, los trastornos neonatales y la desnutrición. La práctica del lavado de manos con agua y jabón, se genera un eslabón para reducir la presencia de enfermedades infecciosas y parasitarias que causan muertes en la población infantil. ⁵

Las manos con frecuencia transportan microbios de un lugar a otro, por eso lavarse las manos es una de las acciones más importantes que se puede hacer para que los alimentos sean seguros. Diferentes estudios han mostrado que la técnica de lavado de manos puede reducir la aparición de enfermedades diarreicas de un 42 a 47 %. ⁴

Además las familias tienen las costumbres de no lavarse adecuadamente las manos, práctica esencial, porque el lavado de manos reduce significativamente el número de patógenos potenciales de las manos y previene la transmisión de gérmenes que pueden producir enfermedades infecciosas como diarreas, gripe, neumonía, etc. ⁷

Otras de las costumbres que practican las familias es el consumo de frutas y verduras sin lavar adecuadamente, lo cual pueden contaminarse por bacterias o virus dañinos, a los que también se les conoce como patógenos.

Esta contaminación puede ocurrir en cualquier punto desde el campo hasta su mesa. Ejemplos de patógenos incluyen Salmonella, E. coli y Hepatitis A. Los signos comunes de enfermedades alimenticias incluyen náusea, vómitos, diarrea, dolores de cabeza y fiebre. Estos síntomas usualmente aparecen dentro de 12 a 72 horas después de haber comido los alimentos. Las enfermedades alimenticias pueden ser graves. Para reducir su riesgo, siga estos pasos para lavar las frutas y verduras frescas. 8

Otra forma de contaminación de alimentos es a través de las moscas, cucarachas y ratas pisan los alimentos, en sus patas y cuerpo llevan microbios, y los dejan sobre los alimentos, es por ello que se debe lavar muy bien las vasijas que usa y guardar los alimentos en sitios protegidos de moscas y cucarachas. 9

Otro de los factores que ocasionan las enfermedades infectocontagiosas es el consumo de alimentos recalentados ó alimentos en mal estado. Por ello, la importancia del cuidado y uso responsable del agua y los alimentos. Las enfermedades se transmiten fácilmente cuando no existen las condiciones adecuadas y no se practican hábitos de higiene.

En el hogar también habitan los animales domésticos, que pueden ser portadores de gérmenes patógenos y, por lo tanto, fuentes de enfermedades. Por ejemplo, a través de las heces, pueden transmitir infecciones intestinales. Los microorganismos se encuentran en todas partes, pero sobre todo en: las heces; la tierra y el agua; las ratas, los ratones, los insectos y otros animales; los animales domésticos, marinos y de granja (como perros, cuyes, vacas, gallinas y cerdos); y las personas (manos, uñas, piel, etc) 6.

La vivienda insalubre y las malas condiciones ambientales ejercen su mayor efecto en las infecciones agudas de las vías respiratorias y las enfermedades diarreicas. Los niños constituyen la población más afectada, representando hasta el 36% de todos los trastornos evitables debidos a problemas

ambientales. Las enfermedades diarreicas son la segunda causa de mortalidad entre los niños menores de cinco años. De esas muertes, el 88% son ocasionadas por falta de saneamiento, higiene deficiente y agua de beber contaminada.

Las lombrices intestinales (helminthos) que entran a los pies por medio de materia fecal que se encuentra en el suelo sucios o inadecuados, si bien afectan gravemente la salud de los niños, son menos peligrosas para la vida que las enfermedades diarreicas. A escala mundial, cada año se presentan aproximadamente 133 millones de casos de infestación con áscaris (nematelminto), tricocéfalos y anquilostoma.

La presencia masiva de áscaris produce la pérdida de cerca de la tercera parte de los alimentos que consumen los niños, y la desnutrición es uno de los factores que explican el 50% de las enfermedades infantiles. El anquilostoma es una causa frecuente de anemia. Los niños que viven en entornos pobres suelen tener en sus organismos, a un mismo tiempo, 1.000 lombrices parasitarias. Estos niños tienen dificultades para concentrarse en la escuela y se ven desanimados y adormilados. ¹⁰

El desconocimiento de los factores de riesgo por parte de las familias, las costumbres que se transmiten de generación en generación y los problemas de acceso económico y geográfico hace que se incrementen los índices de enfermedades en sus habitantes, especialmente en la población más vulnerable ¹.

Es por ello, que la higiene correcta del hogar juega un papel fundamental en la reducción de las enfermedades infecciosas. Las normas básicas, como el lavado de manos, la manipulación y el tratamiento apropiado de los alimentos y el agua, la eliminación segura de las heces, otros desechos, y la desinfección de las superficies ¹.

I. DENOMINACIÓN DEL PROYECTO

Promoviendo prácticas saludables en las familias de Salabamba - Cutervo - Cajamarca.

II. NATURALEZA DEL PROYECTO

2.1. Descripción del proyecto

Con el presente proyecto se pretende promover adecuadas prácticas saludables en la vivienda, la cual propicia condiciones satisfactorias para mejorar la salud, además implica reducir la adquisición de diversas enfermedades que pueden ser perjudiciales hacia la salud de la población. Así mismo permitirá brindar capacitaciones dirigidas a la población para la adopción de adecuadas prácticas sanitarias, la cual irá acompañado de sesiones demostrativas, videos sobre tecnologías renovables que permitan desarrollar una cultura sanitaria. Por otro lado, se incentivará la participación del personal de salud, agentes comunitarios y representantes del gobierno local.

2.2. Fundamentación y Justificación

La Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere, que unas 842 000 personas de países de ingresos bajos y medianos mueren cada año como consecuencia de la insalubridad del agua y de un saneamiento y una higiene deficientes. ¹

Estas muertes representan el 58% del total de muertes por diarrea. Se considera que el saneamiento deficiente es la principal causa de unas 280 000 de estas muertes. Se estima que el saneamiento deficiente es la causa de 280 000 muertes por diarrea cada año y que es un importante factor subyacente a varias enfermedades tropicales desatendidas, como las

lombrices intestinales, la esquistosomiasis y el tracoma, y las malas condiciones de saneamiento también contribuyen a la malnutrición.¹

Además, un saneamiento deficiente va asociado a la transmisión de enfermedades como: el Cólera, Disentería, Hepatitis A, Fiebre Tifoidea y la Poliomiелitis entre otros. Se estima que al menos el 10% de la población mundial consume alimentos regados con aguas residuales ¹¹.

En el Perú, la pobreza está relacionada directamente con los principales problemas de salud; y muchos de ellos están relacionados con la precariedad de la vivienda; con el bajo nivel de instrucción y bajos recursos económicos; motivos que obligan habitar en viviendas que no tienen las características y condiciones básicas que promuevan la buena salud de las personas que habitan en ella ¹.

Es por ello, que cada uno de los integrantes de la familia deben de tener una adecuada calidad de vida en sus viviendas. Hoy en día “calidad de vida” la podemos vincular con los grandes avances en la biotecnología, la cual ha permitido contar con nuevas expectativas de vida, ya que anteriormente no se tenía acceso tan amplio como actualmente lo tenemos. Esto permite cubrir las necesidades más básicas como son en el ámbito emocional, económico, social y educacional ¹².

Según la OMS la calidad de vida, es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia en el contexto, de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, normas y sus inquietudes ¹³.

La calidad de vida, además de relacionarse con la salud, tiene que ver con la creación de ambientes naturales y sociales adecuados para el desarrollo de la vida de los hombres y sobre todo la influencia familiar. A lo largo del tiempo la calidad de vida ha sido considerada desde distintos enfoques. Se

ha dado una evolución desde una concepción puramente sociológica, en la que primaban los aspectos objetivos de nivel de vida, pasando por la perspectiva psicosocial, donde los aspectos subjetivos se constituyen en el pilar fundamental, hasta la situación actual, en la que indiscutiblemente se asume la subjetividad y el carácter multidimensional de la calidad de vida.

Nordenfelt (1994), es uno de los autores que hace mucho tiempo estudia la importancia de esta dimensión de sentido al introducir, más allá de la relación entre logros y aspiraciones, una nueva consideración en el concepto “calidad de vida”. Este autor habla de la riqueza de una vida, esto es, de una vida llena de elementos que la enriquecen, que depende del número y la naturaleza de los deseos y condiciones de vida. Esta dimensión se vincula con ese sentido más personal relativo al “bien-ser” y expresa una vida de realización personal y social, una vida valiosa que merece la pena ser vivida ¹⁵.

Desde la consideración del carácter multidimensional del concepto “calidad de vida”, Schalock (1995) ha elaborado un modelo en el que la calidad de vida percibida de una persona se relaciona de forma significativa tres dominios principales de la vida: la vida en el hogar y en la comunidad, la escuela o el trabajo y la salud y el bienestar ¹⁶.

Es decir, para hablar de calidad de vida es preciso que exista un cierto nivel de vida objetivo y un cierto equilibrio entre las aspiraciones y los logros, pero también, una riqueza vital y una satisfacción que siempre pueden mejorarse. El aspecto clave radica, sin embargo, en la capacidad para decidir sobre la propia vida. La calidad de vida se orienta hacia la creación de un conjunto de condiciones favorables para el desarrollo ¹⁵.

Así mismo, consideramos conveniente precisar el concepto “familia” incluyendo que en la actualidad tienen una enorme incidencia en la sociedad. La familia, es un sistema complejo con múltiples relaciones y

funciones tanto internas como externas. Suele haber amplia coincidencia en el establecimiento de la equivalencia entre familia e institución educadora o, lo que es lo mismo, en la afirmación de la familia como espacio de humanización, de socialización y de solidaridad. Efectivamente, la familia es un sistema con funciones de crianza, de protección y de educación. Estas funciones pueden ser desempeñadas de una manera adecuada o inadecuada, así como con mayor o menor amplitud y facilidad en función de la estructuras. Sin duda, la realización adecuada de estas funciones generará un clima y unas vivencias de calidad en el hogar que posibilitarán la formación y el desarrollo pleno de sus miembros y tendrá una incidencia positiva en la futura calidad de vida de los hijos ¹⁵.

La familia, según la Declaración Universal de los Derechos Humanos, es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado. En muchos países, el concepto de la familia y su composición ha cambiado considerablemente en los últimos años, sobre todo, por los avances de los derechos humanos ¹⁶.

La familia es una estructura dinámica que evoluciona con la sociedad de la que forma parte y de la que constituye una fundamental referencia para entenderla. Los factores que determinan su composición, su tamaño y cómo se forman no son sólo demográficos, sino que tienen que ver también con cuestiones económicas y sociales ¹⁷.

Desde una concepción tradicional, se puede observar que “la familia ha sido el lugar primordial donde se comparten y gestionan los riesgos sociales de sus miembros”. En contraste con lo anterior y en un sentido aparentemente amplio pero realmente restringido desde el aspecto de los vínculos que le sirven de factor integrador, “la familia es el grupo de personas entre quienes existe un parentesco de consanguinidad por lejano que fuere” ¹⁸.

Es importante concebir al mismo tiempo, es interdependiente, no tiene la capacidad de auto-abastecerse por sí sola, necesita a la sociedad y ésta a la familia, porque su retroalimentación hace posible su permanencia”, de allí la importancia de su protección jurídico-social. Es importante concebir abiertamente a la familia como un grupo social básico creado por vínculos de parentesco, presente en todas las sociedades. Idealmente, la familia proporciona a todos sus miembros: Cuidados, protección, compañía, seguridad y socialización ¹⁸.

Por consiguiente, en la familia es recomendable que realicen adecuadas practicas saludables, la cual son acciones relacionadas a la adopción, modificación o fortalecimiento de hábitos y comportamientos de las familias, que parten de la identificación de las necesidades para cuidar o mejorar la salud de las gestantes, las niñas y los niños, con la finalidad de lograr un crecimiento adecuado y un desarrollo normal. Siendo necesario contar con condiciones o entornos que favorezcan el desarrollo de las prácticas saludables que garanticen estilos de vida saludables en las familias ¹⁹.

La familia, es lo más importante en la vida de las personas e indispensable para el logro del bien de todos. En ésta es muy importante que haya algunas características como la confianza, la sinceridad, el respeto, el diálogo y lo más importante, el amor. Desde que nacemos empezamos a relacionarnos primero con los seres más cercanos a nosotros y después con las demás personas.

La vivienda saludable es el espacio físico donde seres humanos transcurren la mayor parte de su vida; este espacio, por sus características y especificaciones, brinda condiciones para prácticas saludables de sus moradores, previniendo o reduciendo los riesgos que generan problemas de salud.

La vivienda saludable cumple con la función de brindar seguridad y protección cuando: se ubica en un lugar seguro, sin riesgo de deslizamiento o de inundaciones, en sus paredes, techo y suelo no existan grietas ni huecos donde pueden anidar y habitar animales que generan enfermedades, tiene espacios que brindan un mínimo de privacidad a sus ocupantes y permite el desarrollo personal y familiar, está libre de contaminación por humo de leña o cigarro, cuenta con espacios limpios y ordenados para el manejo adecuado de los alimentos, tiene espacios limpios y apropiados para los animales domésticos, dispone de los artefactos, muebles y equipamiento necesario para el desarrollo de hábitos y actitudes sostenibles ¹.

Los riesgos en la vivienda pueden ser producidos por múltiples causas, destacándose lo siguiente: la presencia de microorganismos como: virus, bacterias, ácaros, alérgenos y plagas; además por la contaminación del agua y el saneamiento básico ineficiente; por disposición inadecuada de basuras, por contaminación del aire con gases: vapores, aerosoles, humos y polvo; por la estructura inadecuada de la vivienda y del mobiliario, por la frecuencia de ruidos molestos, ventilación e iluminación no apropiada en la vivienda, por estilos de vida que conducen a conductas de riesgo para la salud (hacinamiento, promiscuidad, violencia) que alteran la salud mental y emocional; por accidentes domésticos como caídas, quemaduras, envenenamientos, asfixia, heridas, electrocución; por falta de seguridad constructiva y equipamiento de la vivienda ¹.

Entonces es necesario que las viviendas cuenten con servicios básicos como el agua.

Otro factor de riesgo es la presencia de residuos sólidos son objetos, sustancias o elementos sólidos que sobran después de realizar actividades, algunos de los cuales pueden recuperarse y darle un nuevo uso, se clasifican en residuos orgánicos y residuos inorgánicos. Los residuos

orgánicos son aquellos que se descomponen fácilmente en el ambiente por lo tanto son fuente importante para la proliferación de moscas, alimento de roedores y hábitat de cucarachas, que nos generan contaminación y enfermedad. Dentro de los residuos orgánicos se encuentran las cáscaras, los desperdicios de comida, las hojas de los árboles y los residuos. Inorgánicos son aquellos que no se descomponen fácilmente y requieren de muchísimos años para su degradación natural. Algunos materiales inorgánicos como tarros, latas, botellas, ollas viejas, vasos y llantas. Mal almacenados pueden convertirse en criaderos de mosquitos que transmiten el dengue y otras enfermedades ¹.

Los residuos domiciliarios se deben almacenar en bolsas plásticas negras resistentes o en recipientes durables, de fácil limpieza y que tengan tapa de tal forma que impida el ingreso de moscas, cucarachas, roedores y el acceso de animales domésticos. Los lugares deben ser limpios y secos. Los residuos sólidos mal manejados ocasionan la propagación de moscas, cucarachas, mosquitos, ratas, que llevan microbios causantes de muchas enfermedades ¹.

Para que la vivienda proporcione seguridad y salud, es importante que las personas que la habitan, sientan que les pertenece, y por lo tanto, deben cuidarla, mantenerla limpia y presentable, conservando el orden y el aseo; protegiéndola contra el ingreso de vectores que transmiten enfermedades y para hacer de ella un lugar agradable y seguro para vivir.

Los vectores son animales que transmiten enfermedades. A lo largo de la historia de la humanidad, los vectores han causado muertes de poblaciones enteras y muchas enfermedades de las cuales las más conocidas son: el Tifus, la Fiebre Amarilla, Leshmaniasis, la Encefalitis viral, la Enfermedad de Chagas, Bartonellosis, el Dengue con signos de alarma, el Paludismo y enfermedades diarreicas agudas. Los vectores que se encuentran en la vivienda, son animales que mediante la picadura o

mordedura, transmiten los gérmenes de muchas enfermedades que los recogen desde los ambientes contaminados o desde personas enfermas, infectando heridas o contaminando los alimentos. Los vectores más conocidos y de mayor presencia en la vivienda son las moscas y las cucarachas, éstas se contaminan con gérmenes pisando los excrementos y la basura. Después se paran sobre los alimentos y utensilios, contaminándolos y propagando enfermedades a las personas que consumen esos alimentos ¹.

Otra forma que las viviendas se vean afectadas es a través de la infestación con rata, el cual es uno de los roedores más dañinos en la vivienda, consume todo tipo de comida y contamina con sus secreciones mal olientes y su orina, todos los lugares que frecuenta. Consume todo tipo de comida y contamina con sus secreciones y su orina los lugares que frecuenta. Transmite la leptospirosis, enfermedad grave que se produce por la orina (infectada) que deja sobre utensilios de cocina o sobre los alimentos. Para evitar la presencia de ratas y otros roedores en la vivienda se deben tomar algunas medidas de control. Éstas son las precauciones que las familias deben tener en la vivienda para prevenir el ingreso de estos animales y la propagación de enfermedades ¹.

Entonces las familias deben tener prácticas como: Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de usar el sanitario, de preparar y consumir los alimentos. Un buen lavado de manos incluye el cepillado de las uñas y el secado con un paño limpio.

En cuanto al cuidado de alimentos, es necesario lavar y desinfectar frutas y verduras, guardarlos cubiertos con un mantel limpio o protector de malla. Si se tiene que guardar, debe hacerse en un lugar seguro y frío y antes de volver a consumir debemos hervirlo nuevamente. Los estantes donde se almacenan los alimentos deben estar protegidos, limpios, ventilados y secos. Cocinar en un ambiente libre de animales domésticos ¹.

En conclusión la inadecuada práctica sanitaria se produce por diferentes factores o causas como: desconocimiento de tecnologías renovables, deficiente cultura sanitaria y desinterés de la comunidad; lo cual conlleva a que la población contraiga diversas enfermedades en la vivienda, perjudicando así su salud.

Por lo tanto, es importante que las familias aprendan el uso de tecnologías renovables como:

➤ **Desinfección solar de agua usando el método SODIS**

Es un método de desinfectar el agua usando la luz del sol y botellas transparentes plásticas adecuadas. Eso significa que mata a los microorganismos dañinos para la salud humana y la radiación ultravioleta del sol la desinfecta.

El SODIS es un método barato y eficaz para el tratamiento de agua descentralizado, por lo general aplicado en uso doméstico y es recomendado por la Organización Mundial de la Salud como un método viable para tratamiento de agua de casa y almacenamiento seguro ¹⁵.

Además, es un proceso de tratamiento de agua dependiente únicamente de la energía solar, es una opción alternativa de tratamiento de agua principalmente para el uso doméstico ²².

Es un método de tratamiento simple que usa la radiación solar (luz UV-A y temperatura) para destruir las bacterias y los virus patógenos presentes en el agua. Su eficacia para matar protozoarios depende de la temperatura alcanzada por el agua durante la exposición al sol y de las condiciones climáticas. Se coloca el agua contaminada microbiológicamente en recipientes transparentes, los cuales son expuestos a la luz solar durante 6 horas. Este método no puede usarse con agua muy turbia ²⁰.

Las ventajas son del método SODIS son: mejora la calidad microbiológica del agua para consumo humano, mejora la salud de la familia, brinda a los usuarios individuales un método simple que se puede aplicar a nivel del hogar bajo su propio control y responsabilidad, es fácil de entender, está al alcance de todos, pues los únicos recursos necesarios son la luz solar y botellas de plástico, es gratis, reduce la necesidad de fuentes tradicionales de energía, como la leña, el kerosén y el gas, reduce tanto la deforestación un problema ambiental ²⁰.

Las desventajas son: SODIS no es útil para tratar grandes volúmenes de agua, SODIS requiere que el agua no esté turbia, SODIS requiere suficiente radiación solar; por lo tanto, depende de las condiciones climáticas ¹⁸.

➤ **Conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer".**

La olla "Zeer" es un frigorífico muy inteligente, en la cual, gracias a este método se puede refrigerar alimentos sin consumir energía. Su funcionamiento es básico y consiste en colocar una vasija dentro de otra más grande, llenar el espacio entre ellos con arena mojada y cubrir la parte superior con un paño húmedo. Cuando el agua se evapora, extrae con ella el calor almacenado dentro de la vasija, generando así un descenso en la temperatura interna. Es un proceso natural, barato y fácil de elaborar. Esto mantiene frescos los contenidos de la olla más pequeña ²³.

Es una refrigeración dispositiva que mantiene la comida fresca sin electricidad mediante el uso de enfriamiento por evaporación. Entre ambas ollas de barro, llena de arena húmeda, contiene una olla interior (que puede ser vidrio para evitar la penetración por el líquido) en el que se coloca el alimento. La evaporación del líquido exterior extrae el calor de la olla interior ²³.

De esta forma, los alimentos perecederos que duraban solo 3 días (antes de comenzar el proceso de descomposición) ahora pueden llegar a durar hasta 3 semanas. La ventaja que existe, al hacer uso de este método es que hay un aumento de variedad de la dieta porque la comida está disponible por más tiempo ²³.

➤ **Construcción de ambientes para crianza de animales**

Los animales domésticos y no domésticos necesitan un espacio adecuado, atención y cuidado, es por ello que se le debe crear ambientes exclusivos para ellos, ya que al convivir con los animales dentro de la vivienda es perjudicial para cada uno de los integrantes de la familia que habitan en la vivienda, por lo que esto se convierte en un medio o foco infeccioso para la proliferación de insectos como el aumento de moscas debido al inadecuado aseo de la vivienda, lo cual las moscas son el medio de transmisión y principal causante de enfermedades diarreicas entre otras. Es importante que los animales cuenten con un lugar específico para su crianza, en lo cual eso favorecería a los habitantes de la vivienda no adquieran enfermedades

²⁴.

➤ **Construcción de repostero con cajas de frutas.**

Los estantes o reposteros son muy importantes en la cocina de la vivienda, ya que permite que se almacenen los alimentos en un adecuado estado y protegido, limpio, ventilado y seco. ¹.

Al mantener los alimentos y cubiertos en un lugar seguro permite que estos no sean tocados por ningún tipo de animal como: las ratas o insecto como: las moscas y cucarachas, lo cual estos animales afectan la salud de las personas provocando diversas enfermedades.

Justificación

Este proyecto se justifica por que la salud es un derecho y un bien público que se construye, se vive y se disfruta en el marco de la vida cotidiana, es por ello que el presente proyecto titulado “Promoviendo practicas

saludables en las familias de Salabamba - Cutervo – Cajamarca”, pretende realizar actividades de promoción de la salud, y prevención de la enfermedad haciendo uso de tecnologías renovables como desinfección solar del agua para consumo humano usando la metodología SODIS, conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer", construcción de jaulas para crianza de animales como: cuyes, gallinas, etc, construcción de repostero con cajas de frutas, adecuada técnica del lavado de manos y correcta eliminación de residuos sólidos, es por ello que con todo lo antes mencionado ayudaría a las familias a mejorar las condiciones de vida en su vivienda antes de que aparezcan diversas enfermedades, perjudicando así la salud de cada integrante de la familia ¹.

Además, el MINSA por medio de los Lineamientos de Política de Promoción de la Salud en el Perú, refiere que La Promoción de la Salud busca fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos para tener mayor control sobre su salud y mejorarla, logrando un estado de bienestar físico, mental y social. Esto se hace como parte de la Atención Integral de la Salud, junto a las otras tres intervenciones sanitarias (prevención de las enfermedades, recuperación y rehabilitación de la salud), en el establecimiento de salud y en la comunidad.

También la Promoción de la Salud busca modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas en las que viven las personas, con el fin de mitigar su impacto en la salud pública e individual, mediante el abordaje de los Determinantes Sociales de la Salud. Estas acciones de Promoción de la Salud se implementan a través de procesos políticos y sociales, que involucran necesariamente al Estado y la sociedad, y requieren de la coordinación y sinergia intersectorial, e intergubernamental, así como del empoderamiento y participación social como elementos esenciales de su sostenibilidad.

Así mismo, en el Lineamiento de Política 2: La persona, la familia y la comunidad como centro de la gestión territorial en salud, pretende que este lineamiento de política contribuya a garantizar que las personas, familia y comunidad cuenten con las condiciones básicas para el cuidado y mantenimiento de su salud, como es la generación de entornos que promuevan prácticas y comportamientos saludables que permitan elevar el nivel de prevención de las enfermedades en el territorio donde viven, trabajan o estudian ²⁵.

También, el Modelo de Atención Integral de Salud refiere que es un sistema organizado de prácticas basado en un enfoque biopsicosocial , el cual está dirigido a la población sana y enferma , en el que se incorpora con especial énfasis la dimensión preventivo - promocional en la atención a la salud y participación de la comunidad; así mismo la atención de salud debe ser un proceso continuo que centre su atención en las familias: priorice actividades de promoción de la salud, prevención de la enfermedad y se preocupe de las necesidades de salud de las personas antes de que aparezca la enfermedad, entregándoles herramientas para su autocuidado. Su énfasis radica en la promoción de estilos de vida saludables; en fomentar la acción intersectorial y fortalecer la responsabilidad familiar y comunitaria, a fin de mejorar las condiciones de salud ²⁶.

Por consiguiente, el Programa de Familias y Viviendas Saludables comprende un conjunto de acciones integradas orientadas a incentivar comportamientos y hábitos que generen estilos de vida saludables entre los miembros de una familia, así como mecanismos de prevención, buscando que el grupo familiar genere capacidades en la mejora de sus condiciones y que la vivienda se ajuste a estándares locales y regionales ²⁶.

Los Objetivos del Desarrollo Sostenible son una serie de medidas para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar el bienestar global

de las personas. Quince años después 193 Estados miembro de Naciones Unidas aprobaron la Agenda 2030 que plantea los Objetivos de Desarrollo Sostenible, un nuevo horizonte con los retos más importantes para los seres humanos durante los próximos años. Se trata de 17 objetivos, desglosados en 169 metas, que precisan la colaboración de la sociedad civil y los sectores públicos y privados, cuyo éxito significaría un mundo más igualitario y habitable.

Los vigentes Objetivos de Desarrollo Sostenible abarcan diferentes facetas del desarrollo social, la protección medioambiental y el crecimiento económico, siendo las principales: La erradicación de la pobreza y el hambre garantizando una vida sana, universalizar el acceso a servicios básicos como: agua, saneamiento y energía sostenible, cuidar el medio ambiente combatiendo el cambio climático y protegiendo los océanos y ecosistemas terrestres, promover la colaboración entre los diferentes agentes sociales para crear un ambiente de paz y desarrollo sostenible.

La nueva Agenda para el Desarrollo Sostenible 2030 representa un importante paso adelante en el reconocimiento de la contribución de la ciencia, la tecnología y la innovación para el desarrollo sostenible.²⁷

Es esencial que se realice una evaluación sistemática del impacto que los cambios del medio ambiente producen en la salud, particularmente en los sectores de la tecnología, el trabajo, la energía, la producción y el urbanismo. Dicha evaluación debe ir acompañada de medidas que garanticen el carácter positivo de los efectos de esos cambios en la salud pública. Por consiguiente, el desarrollo de las aptitudes personales en la promoción de la salud favorece el desarrollo personal y social en tanto que proporcione información, educación sanitaria y perfeccione las aptitudes indispensables para la vida. De este modo se incrementan las opciones disponibles para que la población ejerza un mayor control sobre su propia salud y sobre el medio ambiente y para que opte por todo lo que propicie la salud²⁸.

Para lograr realizar la ejecución del proyecto, la Dirección Regional de Salud y Municipalidad de Cutervo se encontrarán involucradas desde la planificación, ejecución y evaluación del proyecto de desarrollo local.

2.3. Marco institucional

2.3.1. DATOS DE LA CONTRAPARTE 1:

Nombre	: P.S. Salabamba
Sede Social	: Salabamba
Localidad	: Cutervo
Responsable del Proyecto:	
Nombre	: Vásquez Santamaría Rosa
Cargo	: Jefe del Puesto de Salud

Breve descripción de la institución:

El Puesto de Salud de Salabamba, se localiza a 30 minutos de la Provincia de Cutervo, departamento de Cajamarca, se encuentra categorizado como establecimiento I-1, cuenta con luz, agua y desagüe, actualmente cuentan con 5 trabajadores laborando los cuales son: 2 Técnicos de Enfermería, una Licenciada en Enfermería, una Licenciada en obstetricia, un médico serums; cuenta con ambientes estructurados de la siguiente manera: 01 consultorio de CRED, 01 consultorio de obstetricia, 01 consultorio de medicina, 01 ambiente para farmacia, triaje, admisión, sala de espera, 01 tópico de emergencia, 01 ambiente pequeño de cocina.

VISIÓN

Para el año 2017, el P.S. Salabamba garantiza una atención oportuna, accesible y de calidad, basada en principios de universalidad, equidad, solidaridad, generando procesos de autocuidado de la salud bajo el

enfoque de derecho e interculturalidad, con participación ciudadana y articulación multisectorial, contribuyendo con la salud de la población.

MISIÓN

Muestro compromiso es seguir trabajando con la finalidad de brindar una atención de calidad en toda nuestra provincia, así como seguir siendo facilitadores en la asistencia técnica en salud con un buen reordenamiento de los servicios basado en los pilares de accesibilidad, integralidad, calidad y participación ciudadana.

2.3.2. DATOS DE LA CONTRAPARTE 2:

Nombre : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
Sede Social : Av. San Josemaría Escrivá de Balaguer N° 855 Chiclayo
Localidad : Chiclayo
Teléfono : (074) 606200
e-mail : informacion@usat.edu.pe

Naturaleza Jurídica: Asociación civil sin fines de lucro

Responsable del Proyecto en la Escuela de Enfermería USAT:

Nombre : Chanamé Fernández Deysi Rosmery
Cargo : Enfermeras proyectistas

Breve descripción de la institución:

La Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo (USAT) es una universidad promovida y patrocinada por el Obispado de Chiclayo, en el departamento de Lambayeque, Perú. Fue fundada por Mons. Ignacio María de Orbegozo y Goicoechea en el año 1998 y es una universidad de derecho privado, sin fines de lucro y de duración permanente al servicio de la comunidad.

El principal propósito de la USAT es alcanzar una síntesis entre la fe y la cultura, que conduzca a la formación integral de las personas, y al desarrollo de la sociedad. Su comunidad universitaria está integrada por

profesores, estudiantes y graduados, consagrados al estudio, la investigación y la difusión de la verdad.

En ese sentido, la universidad forma profesionales y personas que demuestran, en todo momento y en todo ámbito, respeto a la persona humana y a su libertad, con tolerancia y capacidad de diálogo; amor a la sabiduría, aprendiendo a compartir y enseñando con humildad; y pasión por la investigación, siendo contemplativos y profundos en su quehacer universitario. Esta universidad lambayecana abre sus puertas a todos los que compartan sus fines y a quienes hagan suyos los principios que la inspiran.

VISIÓN

Ser una Universidad líder a nivel nacional, reconocida por su excelencia académica, que de modo riguroso y crítico, contribuye a la tutela y desarrollo de la dignidad humana y su herencia cultural, cumpliendo sus funciones eficazmente dentro del sentido cristiano de la vida, la verdad y el bien común.

MISIÓN

Contribuir al desarrollo y progreso de la sociedad mediante la formación integral de los estudiantes, la responsabilidad social universitaria y la investigación e innovación, respetando la libertad de conciencia y los principios de la Iglesia Católica ²⁹.

2.4. Finalidad del proyecto

Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y salud en las familias de Salabamba - Cutervo - Cajamarca.

2.5. Objetivos

2.5.1. Objetivo General del Proyecto:

Implementar adecuadas Prácticas Saludables de las familias en las viviendas de Salabamba - Cutervo -Cajamarca.

2.5.2. Objetivos Específicos:

- ✓ Incrementar el conocimiento acerca de tecnologías renovables en las familias de Salabamba – Cutervo - Cajamarca.
- ✓ Brindar orientación sobre una eficiente cultura sanitaria en las familias de Salabamba – Cutervo - Cajamarca.
- ✓ Promover la participación activa y el interés de la comunidad de Salabamba – Cutervo - Cajamarca.

2.6. Metas

- ✓ 50 familias tienen conocimiento acerca de las tecnologías renovables.
- ✓ 50 familias ponen en práctica una eficiente cultura sanitaria en sus viviendas.
- ✓ 50 familias promueven el interés en su comunidad sobre la implementación adecuada de Prácticas Saludables en sus viviendas.

2.7. Beneficiarios

Los beneficiarios son 50 familias de la comunidad de Salabamba del Distrito Cutervo.

Para la selección de los beneficiarios se tendrá en cuenta el siguiente criterio:

- Familias con deseo voluntario de participar en el proyecto.
- Familias con escasos recursos económicos
- Familias que cuentan con un SIS
- Familias con inadecuadas prácticas saludables en sus viviendas.
- Una comunidad con líderes dispuestos a involucrarse en el desarrollo de las actividades.

2.8. Productos

2.8.1. Resultados Esperados

RESULTADO 1:

Se habrá brindado a las familias un eficiente programa de capacitación sobre prácticas saludables.

RESULTADO 2:

Se habrá desarrollado en las familias adecuadas prácticas de higiene.

RESULTADO 3:

Se habrá fortalecido la organización comunal para la implementación de adecuadas prácticas saludables.

2.9. Localización física y cobertura espacial

La provincia de Cutervo es una de las trece provincias que conforman el Departamento de Cajamarca, bajo la administración del Gobierno regional de Cajamarca, en el Perú, y se encuentra ubicada a los 2,637 m.s.n.m; limita por el Este con la Provincia de Chota y la provincia de Utcubamba (departamento de Amazonas), por el Norte con la Provincia de Jaén, por el Sur con la Provincia de Chota, y por el Oeste con la Provincia de Ferreñafe (departamento de Lambayeque) y con la provincia de Chota.

Cutervo es de clima cálido y húmedo, el clima en las riberas del Marañón es frío, seco en las alturas de la cordillera y templado en los valles. Por consiguiente, la Provincia de Cutervo es una de las 13 provincias del Departamento de Cajamarca, el Departamento de Cajamarca cuenta con 127 Distritos, de los cuales la Provincia de Cutervo cuenta con 15. En el mapa de esta provincia se puede apreciar los distritos con los que cuenta y son: Cutervo, Callayuc, Choros,

Cujillo, La Ramada, Pimpingos, Querocotillo, San Andrés de Cutervo, San Juan de Cutervo, San Luis de Lucma, Santa Cruz, Santo Domingo de la Capilla, Santo Tomas, Sócota y Toribio Casanova (La Sacilia) ³⁰.

PROVINCIA	DISTRITOS
CUTERVO	
1	CUTERVO
2	CALLAYUC
3	CHOROS
4	CUJILLO
5	LA RAMADA
6	PIMPINGOS
7	QUEROCOTILLO
8	SAN ANDRES DE CUTERVO
9	SAN JUAN DE CUTERVO
10	SAN LUIS DE LUCMA
11	SANTA CRUZ
12	SANTO DOMINGO DE LA CAPILLA
13	SANTO TOMAS
14	SOCOTA
15	TORIBIO CASANOVA (La Sacilia)

El presente proyecto se encuentra localizado en la comunidad rural de Salabamba, distrito de Cutervo, provincia del mismo nombre, Departamento de Cajamarca, Perú, se ubica a 30 minutos de la provincia, tiene una población de 700 habitantes conformadas por 130 familias. El clima es cálido seco y con lluvias entre diciembre a marzo. Salabamba cuenta con 4 caseríos: Lancheconga, Yanapaccha, Valle el Rejo y la Colluna.

Las principales actividades son: la agricultura, la ganadería y crianza de animales doméstico como cuy, gallinas chancos y en cuanto a los cultivos generalmente son: papa, choclo, maíz, camote, arveja, yuca, olluco, café, y frutales.

Su actividad económica radica especialmente en la venta de productos cosechados y crianza de animales.

MAPA DEL DEPARTAMENTO DE CAJAMARCA

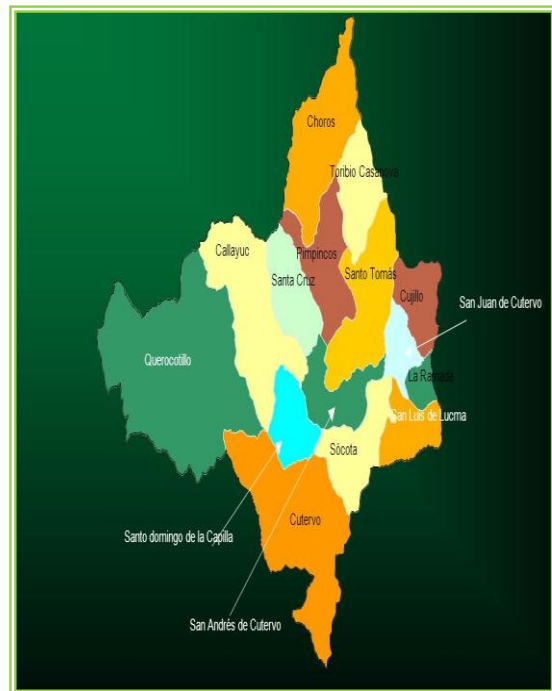


Aspectos geográficos de Cutervo. 30

MAPA POLÍTICO DE LA PROVINCIA DE CUTERVO



Aspectos geográficos de Cutervo. 30



Aspectos geográficos de Cutervo. 30

III. ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DE LAS ACTIVIDADES

Para la consecución del Resultado 1:

Se habrá brindado en las familias un eficiente programa de capacitación sobre prácticas saludables.

Actividad 1.1.

Nombre: Elaboración del material educativo.

Descripción: La presente actividad está enfocada en la elaboración de: afiches. (que se colocarán en lugares estratégicos para la difusión), invitaciones, rotafolios, solapines, registro de asistencia, díptico ó tríptico para las familias, las cuales serán confeccionadas por los especialistas en salud familiar y comunitaria, en cuanto a los temas que se tendrán en cuenta para la elaboración del material son: Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: Desinfección solar de agua usando el método SODIS, Conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer", Construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc., Construcción de repostero con cajas de frutas, Taller demostrativo sobre prácticas de higiene: Lavado de manos, Eliminación de residuos sólidos. En cuanto a la cantidad que se elabora es de 5 afiches por cada tema, la cual será elaborada con cartulinas y hojas de colores y se forrará con papel celofán al igual que los rotafolios; se elaborarán: 50 invitaciones, solapines, dípticos ó trípticos por cada tema.

Insumos: Lapiceros, Lápiz, goma ,papel bond de colores, papel bond, tijera, cartulinas, papel celofán, plumones delgados, impresiones, copias, papel crepe, papel lustre, cinta de embalaje, cinta maskintape.

Personal: Especialistas en Salud Familiar y comunitaria

Costo Total: S/. 365.60

Actividad 1.2.

Nombre: Talleres de capacitación a las familias.

Descripción: La presente actividad permitirá capacitar a las familias acerca de los riesgos que presentan y se encuentran expuestos al no tener en cuenta las adecuadas prácticas saludables y a la vez se les informará los talleres que se trabajarán en beneficio de su salud, lo cual la capacitación estará a cargo de personal capacitado en los siguientes temas: Desinfección solar de agua usando el método SODIS (botella con agua haciendo uso de la radiación solar), conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer" la cual es un frigorífico que consta tan solo de 2 vasijas de barro, arena y agua, construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc., construcción de repostero con cajas de frutas, lavado de manos y eliminación de residuos sólidos. La metodología a utilizar es el involucramiento y participación activa de cada una de las familias interesadas.

Insumos: Papel bond, papel sábana, plumones, impresiones, copias, cinta de embalaje, rotafolios, refrigerios, equipo multimedia y cámara fotográfica.

Personal: Personal de Salud, familias, agentes comunitarios.

Costo Total: S/.467.60

Actividad 1.3.

Nombre: Visitas domiciliarias a familias.

Descripción: La presente actividad permitirá visitar a cada una de las viviendas de las familias de la comunidad de Salabamba, con la finalidad de brindar una educación y evaluar los cambios de comportamientos y adecuadas prácticas saludables de las familias. Las visitas domiciliarias lo realizarán el personal de salud y se distribuirán cada uno 10 viviendas a visitar, llevarán rotafolios con temas alusivos a la promoción de la salud y prevención de la enfermedad y utilizarán la metodología de la entrevista y observación de la vivienda, en la cual posteriormente se le brindará orientación con respecto a las dudas que ellos refieran.

Insumos: Cuaderno de visitas domiciliarias, lapiceros, tampón, tablero acrílico Cámara fotográfica, refrigerio y material educativo.

Personal: Personal de Salud familiar y comunitaria, familias, agentes comunitarios.

Costo Total: S/. 128.00

Para la consecución del Resultado 2:

Se habrá desarrollado en las familias adecuadas prácticas de higiene.

Actividad 2.1.

Nombre: Desinfección solar de agua usando el método SODIS

Descripción: La presente actividad es un taller en el cual se detallará en qué consiste y en que beneficiará a las familias la utilización de este método, la cual se encuentra enfocada a la elaboración y explicación paso a paso del método SODIS, la cual es un método de tratamiento simple que usa la radiación solar para destruir las bacterias y los virus patógenos presentes en el agua. Se coloca el agua contaminada en recipientes transparentes (botellas descartables), los cuales son expuestos a la luz solar durante 6 horas en el techo de la vivienda después de ese lapso el agua se encuentra apto para el consumo humano.

Para la presente actividad se le brindará una pequeña charla acerca de las enfermedades que pueden contraer al consumir el agua contaminada y posteriormente se realizará un taller demostrativo sobre la elaboración del método.

Insumos: Botellas plásticas, agua, papel bond, impresiones, refrigerios, cámara fotográfica.

Personal: Personal de Salud, familias, agentes comunitarios.

Costo Total: S/. 302.80

Actividad 2.2.

Nombre: Conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer".

Descripción: La presente actividad es un taller, en la cual se detallará paso a paso la elaboración del método de olla Zeer, la cual beneficiará a toda la familia en el mantenimiento y consumo de alimentos frescos y saludables.

La olla "Zeer", es un frigorífico muy inteligente, en la cual se puede refrigerar alimentos sin consumir energía, su funcionamiento es básico y consiste en colocar una vasija dentro de otra más grande, llenar el espacio entre ellos con arena mojada y cubrir la parte superior con un paño húmedo. Cuando el agua se evapora, extrae con ella el calor almacenado dentro de la vasija, generando así un descenso en la temperatura interna, la cual mantiene la comida fresca sin electricidad mediante el uso de enfriamiento por evaporación.

Para realizar la presente actividad primero se brindará una pequeña charla que acerca de los beneficios que trae utilizar este método y posteriormente se realizará la demostración del método.

Insumos: Tela, arena, 2 vasijas de barro, agua, papel bond, impresiones, rotafolios, refrigerios, cámara fotográfica.

Personal: Personal de Salud, familias, agentes comunitarios.

Costo Total: S/.1.152.80

Actividad 2.3.

Nombre: Construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc.

Descripción: La presente actividad es un taller, en la cual se explicará la importancia de tener un ambiente adecuado para la crianza de animales, así mismo el riesgo que corre la familia al convivir con los animales en sus viviendas, además se enseñará a elaborar las jaulas para sus animales.

Para llevar a cabo la actividad se les brindará una pequeña sesión educativa acerca del tema y posteriormente se realizará el taller demostrativo paso a paso sobre la construcción de jaulas.

Insumos: Listones de madera, malla metálica, bisagra, armella, plancha de metal, centímetro, lápiz, papel bond, impresiones, serrucho, gigantografía, rotafolios, refrigerios, cámara fotográfica.

Personal: Personal de Salud familiar y comunitaria, familias, agentes comunitarios.

Costo Total: S/.2. 572.80

Actividad 2.4.

Nombre: Construcción de repostero con cajas de frutas.

Descripción: La presente actividad es un taller, en la cual se explicará con una pequeña charla la importancia de la adecuada conservación de alimentos en un repostero, así mismo se les enseñará a elaborar dicho repostero con cajas de frutas, que será colocado en la cocina cada vivienda

Insumos: Cajas de frutas, pintura, clavos, papel bond, lápiz, serrucho, impresiones, rotafolios, refrigerios, cámara fotográfica.

Personal: Personal de Salud, familias, agentes comunitarios.

Costo Total: S/. 1.043.80

Actividad 2.5.

Nombre: Taller demostrativo sobre prácticas de higiene:

Descripción: La presente actividad es un taller demostrativo, en la cual se explicará la importancia, la adecuada técnica del lavado de manos y la correcta eliminación de residuos sólidos.

Insumos: Agua, jabón, toalla, recipientes (baldes y cajas), papel bond, hojas de colores, goma, tijera, impresiones, papel lustre, rotafolios, refrigerios, cámara fotográfica.

Personal: Personal de Salud, familias, agentes comunitarios.

Costo Total: S/.1.478.80

Para la consecución del Resultado 3:

Se habrá fortalecido la organización comunal para la implementación de adecuadas prácticas saludables.

Actividad 3.1.

Nombre: Convenio con la Dirección Regional de Salud, personal de salud, agentes comunitarios y Municipalidad Distrital de Cutervo.

Descripción: Esta actividad permitirá establecer los mecanismos de coordinación, interacción y cooperación entre las diferentes instituciones que promuevan la realización de actividades de interés y beneficio mutuo, logrando así la ejecución del proyecto mediante alianzas estratégicas.

La presente actividad se realizará con el objetivo de ayudar a la población a mejorar sus prácticas saludables mediante la promoción de la salud.

Insumos: Hojas de asistencia (Papel Bond), cuaderno de actas, cámara fotográfica, impresiones, alquiler de equipo multimedia y refrigerios.

Personal: Agentes comunitarios, personal de la municipalidad, personal de la dirección de salud.

Costo Total: S/.158.30

Actividad 3.2.

Nombre: Reunión intersectorial

Descripción: Mediante esta actividad se realizará una reunión que permitirá dar a conocer acerca de la importancia de implementar adecuadas prácticas sanitarias a las familias en sus viviendas, con el objetivo de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y salud de la población y así trabajar en conjunto por el bienestar de la población.

Insumos: Hojas de asistencia (Papel Bond), cuaderno de actas, cinta maskintape, cámara fotográfica, papel sabana, plumones, equipo multimedia, refrigerio.

Personal: Agentes comunitarios de salud, Profesionales de la salud, representantes de la municipalidad.

Costo Total: S/.362.10

Actividad 3.3.

Nombre: Implementación de materiales a agentes comunitarios.

Descripción: Esta actividad permitirá dotar de rotafolios, cuadernos, papel bond para la ejecución de las actividades de promoción sobre adecuadas prácticas sanitarias.

Insumos: Rotafolios, Papel Bond, Cuaderno, tampón, tablero acrílico, lapiceros, lápiz, cartulinas, plumones delgados, tijera, cinta de embalaje, engrapador, cinta de maskintape, goma, papel crepe y papel lustre.

Personal: Agentes comunitarios de salud.

Costo Total: S/.260.40

Actividad 3.4.

Nombre: Capacitación a los agentes comunitarios acerca de tecnologías renovables.

Descripción: La presente actividad permitirá capacitar a los agentes comunitarios sobre las practicas saludables con la finalidad de que ellos sean los que realicen la replican y continúen promocionando la salud en beneficio de la población.

Insumos: Hoja de asistencia de agentes comunitarios (Papel Bond), cuaderno de actas, cámara fotográfica, videos, papel sábana, lapiceros, plumones, cinta de embalaje, cinta maskintape, engrapador y refrigerios.

Personal: Agentes comunitarios de salud y personal de salud.

Costo Total: S/.83.80

IV. MÉTODOS Y TÉCNICAS A UTILIZAR

Durante el proceso de aprendizaje se pueden utilizar diversas técnicas y métodos de enseñanza los cuales facilitarán la transferencia de conocimientos y análisis de cada uno de los temas a trabajar. Las actividades educativas se desarrollarán a través de reuniones, talleres demostrativos, talleres de capacitación, utilizando metodologías participativas y que faciliten el proceso de enseñanza y aprendizaje de las familias. Además se les enseñará a elaborar cada método paso a paso, es decir cada uno de los métodos como: método SODIS, método de la olla ZEER, construcción de jaulas, construcción de reposteros, técnica del lavado de manos, correcta eliminación de residuos sólidos.

V. DETERMINACIÓN DEL CALENDARIO DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	1er Trimestre	2do Trimestre	3er Trimestre	4to Trimestre
Act. 1.1. Elaboración del material educativo.	X			
Act.1.2. Taller de capacitación a las familias.	X	X	X	X
Act. 1.3. Seguimiento de visitas domiciliarias a familias.		X	X	X
Act. 2.1. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: • Desinfección solar de agua usando el método SODIS		X		
Act. 2.2. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables:		X		

• Conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer".				
Act. 2.3. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: • Construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc.			X	
Act. 2.4. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: • Construcción de repostero con cajas de frutas.			X	
Act. 2.5. Taller demostrativo sobre prácticas de higiene: • Lavado de manos. • Eliminación de residuos sólidos.				X
Act. 3.1. Convenio con la Dirección Regional de Salud, personal de salud y agentes comunitarios.	X			
Act. 3.2. Reunión intersectorial	X			
Act. 3.3. Implementación de materiales a agentes comunitarios.	X	X	X	X
Act. 3.4. Capacitación a los agentes comunitarios acerca de tecnologías renovables	X	X	X	X

VI. DETERMINACIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS

• Recursos Humanos

- Estudiante de la especialidad Salud familiar y comunitaria
- Personal de salud del puesto de salud de Salabamba.
- Agentes comunitarios.
- Representantes de la municipalidad.
- Familias.

• Recursos Materiales

- Lápiz
- Goma
- Hojas de colores
- Papel bond
- Tijera
- Láminas
- Cartulinas
- Plumones
- Impresiones
- Copias
- Papel crepe
- Papel lustre
- Cinta de embalaje
- Cinta maskintape
- Tampón
- Tablero acrílico
- Engrapador
- Refrigerios
- Cámara fotográfica
- Cuaderno
- Rotafolio
- Botellas plásticas

- Agua
- Tela
- Arena
- 2 Vasijas de barro
- Listones de madera
- Malla metálica
- Bisagra
- Armella
- Bandeja de metal
- Centímetro
- Serrucho
- Regla
- Cajas de frutas
- Pintura
- Clavos
- Jabón
- Toalla
- Recipientes (baldes o cajas)

• **Financieras**

Monto Total: S/. 8.376.80 nuevos soles

Costo total del Proyecto en soles: S/.8.376.80 Nuevos Soles

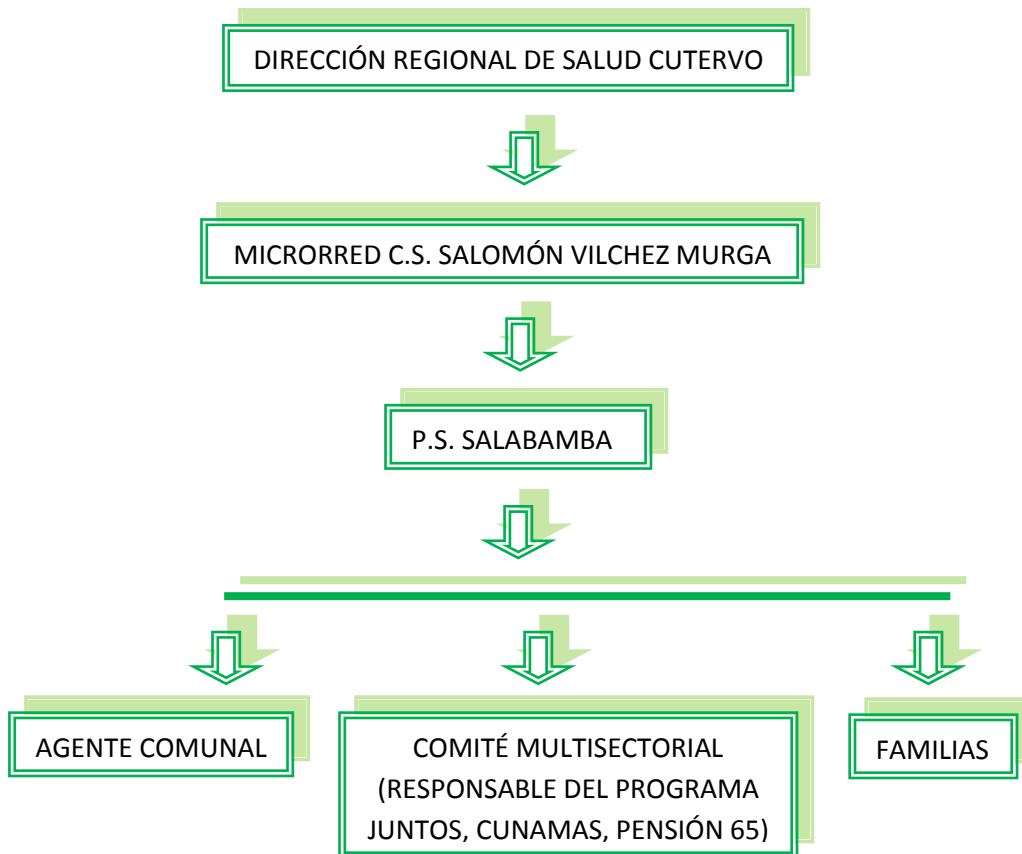
- Subvención solicitada Municipalidad: **7.191.70** Nuevos Soles
- Subvención solicitada a la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo: **1.135.10** Nuevos Soles
- Subvención Solicitada Comunidad: **50** Nuevos soles

VII.CÁLCULO DE COSTOS DE EJECUCIÓN Y PRESUPUESTOS

Descripción	Costo Total (S/.)	Aporte Municipalidad	Aporte USAT	Aporte Beneficiarios
Totales	8,376.80	7,191.70	1.135.10	50.00
%				
A.II. Materiales y Suministros				
Act. 1.1. Elaboración del material educativo.	365.60	330.50	35.10	-
Act. 1.2. Taller de capacitación a las familias.	467.60	450.00	16.60	1.00
Act. 1.3. Seguimiento de visitas domiciliarias a familias.	128.00	110.00	18.00	-
Act. 2.1. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: • Desinfección solar de agua usando el método SODIS	302.80	300.00	2.80	-
Act. 2.2. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: • Conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer".	1.152.80	1,050.00	102.80	-
Act. 2.3. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: • Construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc.	2.572.80	2,000.00	571.00	1.80
Act. 2.4. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: • Construcción de repostero con cajas de frutas.	1,043.80	725.00	317.80	1.00
Act. 2.5. Taller demostrativo sobre prácticas de higiene: • Lavado de manos y eliminación de residuos sólidos.	1.478.80	1.441.80	36.00	1.00
Act. 3.1. Convenio con la Dirección Regional de Salud, personal de salud y agentes comunitarios.	158.30	150.00	-	8.30
Act. 3.2. Reunión intersectorial	362.10	356.50	-	5.60

Act.3.3. Implementación de materiales a agentes comunitarios.	260.40	231.90	-	28.50
Act.3.4. Capacitación a los agentes comunitarios acerca de tecnologías renovables.	83.80	46.00	35.00	2.80
A.III. PERSONAL LOCAL	-	-	-	-
A.IV VIAJES, ESTANCIAS Y DIETAS		1.800.00	-	-
A.V FUNCIONAMIENTO		-	-	-

VIII.ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO



IX.INDICADORES DE EVALUACIÓN

✓ Indicadores para el objetivo de desarrollo

Al finalizar el proyecto en el año 2022 el 80% de las familias mejoraron su calidad de vida y salud en Salabamba - Cutervo - Cajamarca.

✓ Indicadores para el objetivo general

Al finalizar el proyecto el 80% de las familias se comprometen adoptar adecuadas prácticas saludables.

✓ **Indicadores para los objetivos específicos**

- Al finalizar el 2022, al menos el 80% de las familias de la comunidad de Salabamba cuentan con conocimiento sobre tecnologías renovables.
- Al finalizar el 2022, al menos el 80% de familias tendrán una eficiente cultura sanitaria a las familias.
- Al finalizar el proyecto en el año 2022, al menos el 80% de la comunidad mostrará interés en actividades de promoción de la salud.

✓ **Indicadores para los resultados**

RESULTADO 1:

Al finalizar el proyecto el 80% de las familias de Salabamba - Cutervo – Cajamarca acuden a los talleres de capacitación regularmente.

RESULTADO 2:

Al finalizar el proyecto el 80% de las familias realizan 3 prácticas saludables (lavado de manos, agua segura, eliminación de residuos sólidos).

RESULTADO 3:

Al finalizar el proyecto 01 organización comunal de Salabamba - Cutervo – Cajamarca “fortalecida y funcionando”.

X. FACTORES CONDICIONANTES E IMPACTO DEL PROYECTO

El factor que contribuye al desarrollo y éxito del proyecto es:

Factores sociales

El involucramiento, participación activa y compromiso por parte de las familias para el mejoramiento de la calidad de vida y salud de ellos mismos, estará permitiendo disminuir el índice de diversas enfermedades de cada integrante de su familia. Así mismo la asistencia técnica por parte de los profesionales de salud y otros afines permitirán brindar el asesoramiento necesario y oportuno mediante la promoción de la salud.

Factores económicos

Autoridades del Gobierno local cuenta con mecanismos de financiamiento de recursos para la mejora de la salud, comprometidas dispuestas a contribuir al mejoramiento de las prácticas saludables en las familias de la comunidad de Salabamba priorizando acciones de Promoción de la Salud.

Factores culturales

Las familias adquieran progresivamente nuevas prácticas saludables en beneficio de su salud y la de cada integrante de su familia, permitiendo así que lo coloquen en práctica durante su vida diaria.

Impacto Ambiental

La implementación de las adecuadas prácticas saludables es una alternativa que permite revertir la situación actual y causar un impacto positivo considerable como: menor gasto en salud, disminución de la demanda de servicios, menor gasto familiar, ausencia de enfermedades infecto contagiosas y así lograr un mejoramiento de la calidad de vida y salud en las familias de la comunidad de Salabamba.

La ejecución del presente proyecto no ocasiona daños al medio ambiente, puesto que no produce alteraciones negativas del medio ambiente ni en el comportamiento del ecosistema, por el contrario se ve favorecido al incrementarse el bienestar de la población mejorando la calidad de vida de la población de dicha localidad.

Las prácticas saludables influyen mucho en nuestro medio ambiente, debido a que si no las realizamos adecuadamente perjudicaríamos el entorno en el que vivimos, afectando así la salud de cada integrante de las familias, es por ello que las viviendas deben tener las mejores condiciones para el almacenamiento de alimentos como los estantes o reposteros que son muy importantes en la cocina de la vivienda, ya que permite que se almacenen los alimentos en un adecuado estado, protegido, limpio, ventilado y seco; así mismo realizando la desinfección del agua usando la luz del sol y botellas transparentes plásticas adecuadas, en la cual esta técnica mata a los micro-organismos dañinos para la salud humana y la radiación ultravioleta del sol la desinfecta, además haciendo uso de la conservación natural de alimentos mediante el método de olla "Zeer", lo cual va a permitir que la familia tenga una variedad en su consumo diario, porque la comida estará disponible por más tiempo, así mismo por medio de la construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc., en la cual deben tener un espacio específico y adecuado para su crianza, es por ello que se le debe crear ambientes exclusivos para ellos; y por último la adecuada eliminación de residuos sólidos para evitar así la contaminación ambiental.

XI.SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO

El proyecto de desarrollo local desde el inicio contempla acciones que contribuirán a la sostenibilidad del proyecto, ya que se realizará un convenio con las diferentes entidades, en la cual se tratará de empoderar acerca del tema a cada una de las entidades y así fortalecer las capacidades de los diferentes actores involucrados como la Municipalidad de Cutervo, Dirección regional de salud, personal del establecimiento de salud, agentes comunitarios.

XII. SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES

SUGERENCIAS

* Al momento que se realiza la interacción con la población ó se le brinda información importante no se deben utilizar palabras técnicas, por la cual la población no podrá comprender lo que se quiere explicar ó dar a entender.

*Al realizar los diferentes talleres con la población se debe de respetar la cultura de cada persona, sin discriminar a nadie por su manera de pensar, etc, por la cual no debemos olvidar la interculturalidad.

RECOMENDACIONES

*Se le recomienda a la población mantener la limpieza tanto interna como externa de sus viviendas, protegiendo así el medio ambiente; así mismo la construcción de ambientes exclusivos para la crianza de sus animales.

* Se le recomienda a la población consumir el agua hervida ó consumirla por medio de la realización del método SODIS, así mismo el uso de la conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer", ya que es de mucha importancia para así evitar enfermedades.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1.- Organización Panamericana de la Salud (OPS), Hacia una vivienda saludable [Sede web]. Perú: OPS; 2009 [Actualizada en Abril 2009; Acceso 4 de Junio 2017]. Disponible, <http://www.bvsde.paho.org/texcom/cdo45364/vivsal.pdf>
- 2.- Organización Mundial de la Salud (OMS), Riesgos microbiológicos [Sede web]. [Acceso 16 de Agosto 2017]. Disponible, http://www.who.int/foodsafety/areas_work/microbiological-risks/es/
- 3.- Galarza E., Alegre M., Aprende a prevenir los efectos del mercurio [Sede web]. [Acceso 21 de Mayo 2018]; Disponible, <http://www.minam.gob.pe/educacion/wp-content/uploads/sites/20/2017/02/Publicaciones-3.-Texto-de-consulta-M%C3%B3dulo-3.pdf>
- 4.- Coto M., Kathryn F., ¡Las 5 claves para mantener los alimentos seguros! [Sede web]. [Acceso 21 de Mayo 2018]; Disponible, http://www.paho.org/hq/dmdocuments/2010/5_claves_esp.pdf
5. – Organización Mundial de la Salud (OMS), ¡Las manos limpias salvan Vidas! [Sede web]. [Acceso 21 de Mayo 2018]; Disponible, <https://www.minsalud.gov.co/Documentos%20y%20Publicaciones/Boletin-lavado-de-manos-2013.pdf>
- 6.- Organización Mundial de la Salud (OMS), Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos [Sede web]. Suiza: Avenue Appia, 2007, [Acceso 16 de Agosto 2017]. Disponible, http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual_keys_es.pdf

- 7.- Mandegari E., Higiene de Manos [Sede web]. [Acceso 21 de Mayo 2018]; Disponible, <http://www.bvs.hn/Honduras/UICFCM/HMCCE.pdf>
- 8.- Cooperativa de Texas. Lavando frutas y verduras frescas [Sede web]. [Acceso 21 de Mayo 2018]; Disponible, http://www.wellnessproposals.com/nutrition/food_safety/food_preparation/washing_fresh_fruits_and_vegetables_%28spanish%29.pdf
- 9.- Unicef. Higiene de alimentos, aseo de la vivienda y aseo personal [Sede web]. [Acceso 21 de Mayo 2018]; Disponible, <https://www.ircwash.org/sites/default/files/144-81MA-1511-15.pdf>
- 10.- Colavidas F., De Láncer V., La vivienda precaria y su repercusión sobre la salud y el bienestar de sus habitantes [Sede web]. [Acceso 21 de Mayo 2018]; Disponible, <http://oa.upm.es/38642/1/M-0910-02.pdf>
- 11.- Organización Mundial de la Salud (OMS), Saneamiento [Sede web]. [Actualizada en Julio de 2017; Acceso 4 de Junio 2017]. Disponible, <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs392/es/>
- 12.- Galván M., ¿Qué es calidad de vida? [Sede web]. México [Acceso 10 de Abril 2017]. Disponible en: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa2/n2/m2.html>
- 13.- Ortega S. Manual de evaluación de calidad del servicio de enfermería. 2da ed. México: Media panamericana Editores; 2009.
- 14.- Balderas P. Administración de los servicios de enfermería 5a ed. México: Mcgrawhill interamericana Editores; 2009.
- 15.- Iruela R, Calidad de vida en el contexto familiar: dimensiones e implicaciones políticas [Sede web]. Madrid, [Actualizada 18-6-2002; Acceso

16 de Agosto 2017]. Disponible, <http://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/social/80949.pdf>

16.- Enciclopedia británica en español, La familia: concepto, tipos y evolución [Sede web]. Español [Actualizada 2009; Acceso 16 de Agosto 2017]. Disponible, http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/So103/Unidad%204/lec_42_LaFamilia_ConceptoTiposEvolucion.pdf

17.- Berzosa J. Santamaria L. Regodon C. La familia un concepto siempre moderno". 1era ed. Madrid: Comunidad de Madrid Editores; 2011.

18.- Oliva E. Vera J. Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización [Sede web] [Actualizada 2011; Acceso 16 de Agosto 2017]. Disponible, <http://www.scielo.org.co/pdf/jusju/v10n1/v10n1a02.pdf> 18.

19.- Ministerio de salud. Promoción de Prácticas y Entornos Saludables para el Cuidado Infantil [Sede web] Perú [Actualizado 11 de Julio del 2011; Acceso 16 de Agosto 2017]. Disponible, ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/compendio/pdf/RM52_201_SA_Cuidado_Infantil.pdf

20.- SODIS [página principal internet] Desinfección Solar del agua. [Sede web] Lima [Actualizada en Junio de 2003; Acceso 5 de Junio 2017]. Disponible, http://www.sodis.ch/methode/anwendung/ausbildungsmaterial/dokumente_material/manual_s.pdf

21.- EcoInventos. Desinfección Solar SODIS. [Sede web] Perú [Actualizada 30 Septiembre, 2017; Acceso 5 de Junio 2017]. Disponible, <http://ecoinventos.com/desinfeccion-solar/>

22.- EAWAG – SANDEC. Desinfección del Agua Mediante la Energía Solar: Proceso de tratamiento de agua para el uso doméstico. [Sede web]. Suiza [Acceso 7 de Junio 2017]. Disponible, http://ec.europa.eu/echo/files/evaluation/watsan2005/annex_files/SKAT/SKAT1%20-Solar%20disinfection%20of%20water/leaflet_s.pdf

23.-Ecologismos. Olla Zeer, método natural para conservar alimentos. [Sede web] Perú [Actualizada 10 de enero del 2016; Acceso 8 de Mayo 2017] Disponible, <https://ecologismos.com/olla-zeer-metodo-natural-para-conservar-alimentos/>

24.-Alternativa ecológica. Un espacio dedicado a la promoción de la agricultura ecológica en el ámbito urbano y rural. [Sede web] Perú [Actualizada 1 de Mayo del 2011; Acceso 8 de Mayo 2017] Disponible, <http://ecosiembra.blogspot.pe/2011/05/jaulas-para-cuyes.html>

25.- MINSA. Lineamientos de Política de Promoción de la Salud en el Perú. [Sede web] Perú [Acceso 17 de Agosto 2017]. Disponible, http://www.diresalima.gob.pe/diresa/promocion_salud/DT%20LINEAMIENTOS%20DE%20POLITICA%20PROMOCION%20DE%20LA%20SALUD%20EN%20EL%20PERU.pdf

26.- Ministerio de Salud (MINSA). Modelo de Atención Integral de salud basado en Familia y Comunidad [Sede web] Perú [Actualizada 2011; Acceso 17 de Agosto 2017]. Disponible, <http://determinantes.dge.gob.pe/archivos/1880.pdf>

27.- UNESCO. Objetivos del Desarrollo Sostenible [Sede web] [Acceso 22 de Mayo 2017]. Disponible, www.unesco.org

28.- Ministerio de Salud (MINSA). Programa de Familias y Viviendas Saludables [Sede web] Perú [Acceso 17 de Agosto 2017]. Disponible, <ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/compendio/pdf/170.pdf>

29.- Organización Panamericana de la Salud (OPS), UN - HABITAT. Vivienda Saludable: Reto del Milenio en los Asentamientos Precarios de América Latina y el Caribe [Sede web] Venezuela [Actualizada 2006; Acceso 5 de abril 2018].

Disponible, http://www.minsa.gob.pe/servicios/serums/2009/dgps_para_serums_2009ii/pfvs/vivienda_saludable.pdf

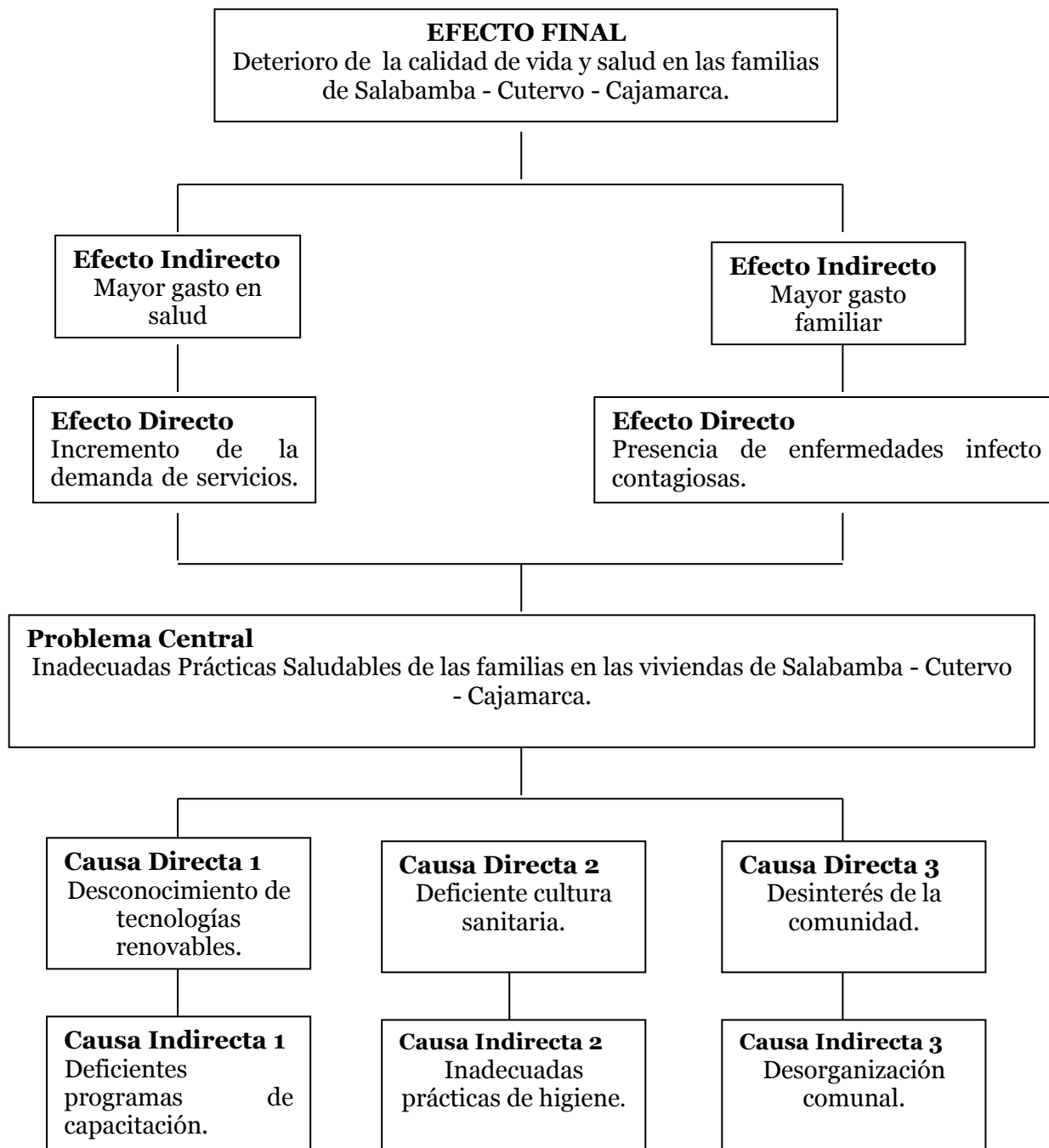
30.- Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. [Sede web] Perú. [Acceso 10 de Junio 2017]. Disponible en: <http://www.usat.edu.pe/acerca-de-usat/quienes-somos/nosotros>.

31.- Cutervo. Aspectos geográficos de Cutervo. [Sede web] [Actualizado 2013; Acceso 9 de Junio 2017] Disponible, <http://cutervo.com/aspecto-geograficos.php>

ANEXOS

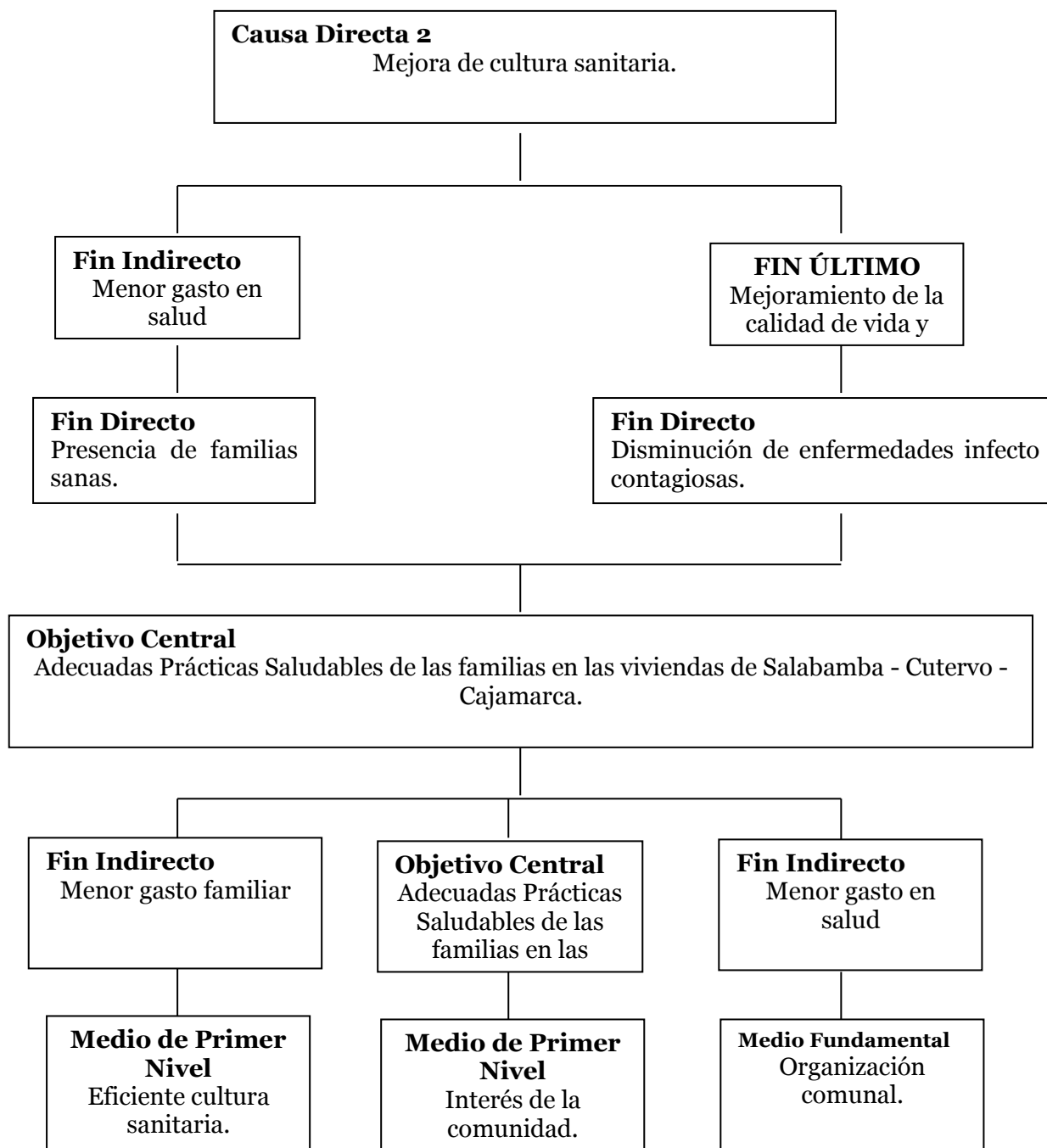
ANEXO N° 1

ARBOL DE PROBLEMAS CAUSA Y EFECTO



ANEXO N° 2

ARBOL DE OBJETIVOS, MEDIOS Y FINES



ANEXO N° 3

MARCO LÓGICO

LÓGICA DE INTERVENCIÓN	INDICADORES OBJETIVAMENTE VERIFICABLES	FUENTES DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS O HIPÓTESIS
<p>OBJETIVO DE DESARROLLO Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y salud en las familias de Salabamba - Cutervo - Cajamarca.</p>	<p>Al finalizar el proyecto en el año 2022 el 80% de las familias mejoraron su calidad de vida y salud en Salabamba - Cutervo - Cajamarca.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Informe final • Datos estadísticos INEI • Datos epidemiológicos DISA 	<p>Dirección Regional de Salud y Municipalidad de Cutervo involucradas desde la planificación, ejecución y evaluación del proyecto de desarrollo local.</p>
<p>OBJETIVO GENERAL DEL PROYECTO Implementar adecuadas prácticas saludables de las familias en las viviendas de Salabamba - Cutervo - Cajamarca.</p>	<p>Al finalizar el proyecto el 80% de las familias se comprometen adoptar adecuadas prácticas saludables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografías. • Acta de compromiso de las familias. 	<p>Familias de Salabamba comprometidas a realizar adecuadas prácticas saludables en sus viviendas.</p>
<p>RESULTADOS 1 Se habrá brindado en las familias un</p>	<p>Al finalizar el proyecto el 80% de las familias de Salabamba - Cutervo – Cajamarca acuden a</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Registro de asistencia • Cuaderno de actas 	<p>Familias comprometidas participando de todas las actividades que demanda</p>

eficiente programa de capacitación sobre prácticas saludables.	los talleres de capacitación regularmente.	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografías 	el proyecto.
RESULTADOS 2 Se habrá desarrollado en las familias adecuadas prácticas de higiene.	Al finalizar el proyecto el 80% de las familias realizan 3 prácticas sanitarias (lavado de manos, agua segura, eliminación de residuos sólidos).	<ul style="list-style-type: none"> • Acta de compromiso de las familias • Fotografías 	Familias comprometidas con el desarrollo de las acciones del proyecto.
RESULTADOS 3 Se habrá fortalecido la organización comunal para la implementación de adecuadas prácticas saludables.	Al finalizar el proyecto 01 organización comunal en de Salabamba - Cutervo – Cajamarca fortalecida y funcionando.	<ul style="list-style-type: none"> • Acta de compromiso de las familias • Fotografías • Cuaderno de actas • Cuaderno de visitas • Registro de asistencia 	Agentes comunitarios comprometidos e involucrados en cada una de las actividades en beneficio de la salud de las familias.
ACTIVIDADES	Recursos		
	Humanos	Materiales	Presupuesto
1.1. Elaboración del material educativo.	<p>Especialistas en Salud Familiar y comunitaria.</p> <p>Madres de la comunidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lapiceros • Lápiz • Goma • Papel bond de colores • Papel bond • Tijera • Cartulinas • Plumones 	S/. 365.60

		<ul style="list-style-type: none"> • Impresiones • Copias 	
1.2. Talleres de capacitación a las familias.	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de Salud • Familias • Agentes comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Papel bond • Papel sábana • Plumones • Impresiones • Copias • Cinta de embalaje • Rotafolios • Refrigerio 	S/. 465.10
1.3. Seguimiento de visitas domiciliarias a familias.	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de Salud • Familias • Agentes comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuaderno de actas de visita domiciliaria. • Lapiceros • Tampón • Tablero Acrílico • Rotafolio 	S/. 128.00
2.1. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: <ul style="list-style-type: none"> • Desinfección solar de agua usando el método SODIS 	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de Salud • Familias • Agentes comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Botellas plásticas • Agua • Papel bond • Impresiones • Rotafolios • Refrigerios 	S/. 302.80
2.2. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables: <ul style="list-style-type: none"> • Conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer". 	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de Salud • Familias • Agentes comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Tela • Arena • 2 Vasijas de barro • Agua • Papel bond • Impresiones 	S/. 1' 152.80

		<ul style="list-style-type: none"> • Rotafolios 	
<p>2.3. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de Salud • Familias • Agentes comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Listones de madera • Malla metálica • Bisagra • Armella • Plancha de metal • Centímetro • Lápiz • Papel bond • Serrucho 	S/. 2' 572.80
<p>2.4. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Construcción de repostero con cajas de frutas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de Salud • Familias • Agentes comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Cajas de frutas • Pintura • Clavos • Serrucho • Lápiz • Papel bond • Impresiones • Rotafolios • Refrigerios • Cámara fotográfica 	S/. 1' 043.80
<p>2.5. Taller demostrativo sobre prácticas de higiene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lavado de manos. • Eliminación de residuos sólidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de Salud • Familias • Agentes comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Agua • Jabón • Toalla • Recipientes (baldes y cajas) • Papel bond • Hojas de colores • Goma 	S/. 1' 478.80
3.1. Convenio con la Dirección	Agentes comunitarios	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de asistencia. • Cuaderno de actas. 	S/. 158.30

Regional de Salud, personal de salud y agentes comunitarios.	Personal de la municipalidad Personal de la Dirección de salud.	<ul style="list-style-type: none"> • Impresiones • Alquiler de Equipo Multimedia • Refrigerios • Cámara fotográfica. 	
3.2. Reunión intersectorial	<ul style="list-style-type: none"> • Agentes comunitarios de salud. • Profesionales de la salud. • Representantes de la municipalidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de asistencia. • Cuaderno de actas. • Papel sabana. • Plumones • Cinta maskintape. • Equipo multimedia • Refrigerio. • Cámara fotográfica. 	S/. 362.10
3.3. Implementación de materiales a agentes comunitarios.	<ul style="list-style-type: none"> • Agentes comunitarios de salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Papel Bond • Cuaderno • Tampón • Tablero Acrílico • Lapiceros • Lápiz • Cartulinas • Plumones delgados • Tijera • Cinta de Embalaje • Engrapador • Cinta maskingtape • Goma 	S/. 260.40
3.4. Capacitación a los agentes comunitarios acerca de tecnologías	<ul style="list-style-type: none"> • Agentes comunitarios de salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja de asistencia de agentes comunitarios. 	S/. 83.80

renovables.	<ul style="list-style-type: none">• Personal de salud.	<ul style="list-style-type: none">• Cuaderno de actas.• Papel Sabana• Lapiceros• Plumones• Cinta Embalaje• Cinta Maskingtape• Engrapador• Cámara fotográfica.• Video• Refrigerios	
-------------	--	--	--

ANEXO N° 4

COSTOS UNITARIOS DE LAS ACTIVIDADES

Actividad 1.1. Elaboración del material educativo.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Lapicero	Unidad	3	0.50	1.50
Lápiz	Unidad	2	0.50	1.00
Goma	Unidad	1	4.00	4.00
Papel Bond de colores	Ciento	1	10.00	10.00
Papel Bond	Millar	1	18.00	18.00
Tijera	Docena	2	2.30	4.60
Cartulinas	Ciento	100	0.30	30.00
Papel celofán	Unidad	25	0.50	12.50
Plumones Delgados x12 unid.	Caja	1	5.00	5.00
Impresiones	Millar	700	0.30	210.00
Copias	Millar	500	0.10	50.00
Papel crepe	Unidad	7	0.70	4.90
Papel lustre	Docena	12	0.30	3.60
Cinta de embalaje	Unidad	3	3.00	9.00
Cinta maskintape	Unidad	1	1.50	1.50
TOTAL			46.50	365.60

Actividad 1.2. Talleres de capacitación a las familias.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Papel Bond	¼ ciento	25	0.04	1.00
Papel Sábana	Unidad	6	0.30	1.80
Plumones Delgados x12 unid.	Caja	1	5.00	5.00
Impresiones	Unidad	6	0.30	1.80
Copias	Unidad	50	0.10	2.50
Cinta de embalaje	Unidad	1	3.00	3.00
Cámara fotográfica	Unidad	1	100.00	100.00
Servicios				
Alquiler de equipo multimedia	Unidad	1	50.00	50.00
Refrigerio	Unidad	60	5.00	300.00
TOTAL			163.74	467.60

Actividad 1.3. Seguimiento de visitas domiciliarias a familias.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Cuaderno	Unidad	5	3.50	17.50
Lapiceros	Caja	1	18.00	18.00
Tampón	Unidad	5	3.50	17.50
Tablero acrílico	Unidad	5	10.00	50.00
Servicios				
Refrigerios	Unidad	5	5.00	25.00
TOTAL			40.00	128.00

Actividad 2.1. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables:

- Desinfección solar de agua usando el método SODIS.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Botellas plásticas	-	-	-	-
Agua	-	-	-	-
Papel bond	¼ ciento	25	0.04	1.00
Impresiones	Unidad	6	0.30	1.80
Servicios				
Refrigerio	Unidad	60	5.00	300.00
TOTAL			5.34	302.80

Actividad 2.2. Taller demostrativo sobre tecnologías renovables:

- Conservación natural de alimentos usando el método de olla "Zeer".

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Tela	Metro	25	4.00	100.00
Arena	-	-	-	-
Vasijas de barro	Unidad	50	15.00	750.00
Agua	-	-	-	-
Papel bond	¼ ciento	25	0.04	1.00
Impresiones	Unidad	6	0.30	1.80
Servicios				
Refrigerios	Unidad	60	5.00	300.00
TOTAL			24.34	1.152.80

Actividad 2.3.Taller demostrativo sobre tecnologías renovables:

- Construcción de jaulas para crianza de animales: cuyes, gallinas, etc.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Listones de madera	Ciento	100	4.00	400.00
Malla metálica	Metro	100	9.00	900.00
Bisagra	Unidad	100	3.00	300.00
Armella	Unidad	50	1.50	75.00
Plancha de metal	Unidad	10	8.00	80.00
Centímetro	1/2 ciento	50	0.80	40.00
Lápiz	Unidad	50	0.50	25.00
Papel bond	1/4 ciento	25	0.04	1.00
SERRUCHO	Unidad	50	8.00	400.00
Impresiones	Unidad	6	0.30	1.80
Gigantografía	Unidad	1	50.00	50.00
Servicios				
Refrigerios	Unidad	60	5.00	300.00
TOTAL			90.14	2.572.80

Actividad 2.4.Taller demostrativo sobre tecnologías renovables:

- Construcción de repostero con cajas de frutas.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Cajas de frutas	Unidad	100	2.00	200.00
Pintura	Unidad	20	25.00	500.00
Clavos	Kilo	2	8.00	16.00
Lápiz	Unidad	50	0.50	25.00
Papel bond	1/4 ciento	25	0.04	1.00
Impresiones	Unidad	6	0.30	1.80
Servicios				
Refrigerios	Unidad	60	5.00	300.00
TOTAL			40.84	1043.80

2.5. Taller demostrativo sobre prácticas de higiene:

- Lavado de manos
- Eliminación de residuos sólidos.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Agua	-	-	-	-
Jabón	1/2 Ciento	50	1.30	65.00
Toalla	Metro	5	10.00	50.00
Baldes	Unidad	50	15	750.00
Cajas	Ciento	150	1.50	225.00
Papel bond	1/4 ciento	25	0.04	1.00
Papel bond de colores	Unidad	50	0.20	10.00
Goma	Unidad	3	4.00	12.00
Bolsas	Ciento	2	7.00	14.00
Impresiones	Unidad	6	0.30	1.80
Papel lustre	Unidad	100	0.50	50.00
Servicios				
Refrigerios	Unidad	60	5.00	150.00
TOTAL			44.84	1.478.80

3.1. Convenio con la Dirección Regional de Salud, personal de salud y agentes comunitarios.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Papel bond	1/4 ciento	100	0.04	4.00
Cuaderno	Unidad	1	2.80	2.80
Impresiones	Unidad	5	0.30	1.50
Servicios				
Alquiler de equipo multimedia	Unidad	1	50.00	50.00
Refrigerios	Unidad	20	5.00	100.00
TOTAL			58.14	158.30

3.2. Reunión intersectorial

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Papel bond	¼ ciento	25	0.04	1.00
Cuaderno	Unidad	1	2.80	2.80
Plumones Delgados x12 und.	Unidad	1	5.00	5.00
Cinta maskintape	Unidad	1	1.50	1.50
Papel sábana	Unidad	6	0.30	1.80
Servicios				
Equipo multimedia	Unidad	1	50.00	50.00
Refrigerios	Unidad	60	5.00	300.00
TOTAL			64.64	362.10

3.3. Implementación de materiales a agentes comunitarios.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Papel bond	Millar	2	20.00	40.00
Cuaderno	Unidad	5	2.80	14.00
Tampón	Unidad	3	3.50	10.50
Tablero acrílico	Unidad	3	10.00	30.00
Lapiceros	Caja	1	18.00	18.00
Lápiz	Caja	1	4.80	4.80
Cartulinas	Ciento	100	0.30	30.00
Plumones Delgados x12 und.	Caja	3	5.00	15.00
Tijeras	Docena	12	2.30	27.60
Cinta de embalaje	Unidad	6	3.00	18.00
Engrapador	Unidad	1	7.50	7.50
Cinta maskintape	Unidad	6	1.50	9.00
Goma	Unidad	3	4.00	12.00
Papel crepe	Unidad	24	0.70	16.80
Papel lustre	Unidad	24	0.30	7.20
TOTAL			83.70	260.40

3.4. Capacitación a los agentes comunitarios acerca de tecnologías renovables.

Requerimientos	Unidad de medida	Cantidad	Costos Unitarios	Costo Total
Papel bond	Ciento	100	0.04	4.00
Cuaderno	Unidad	1	2.80	2.80
Papel Sábana	Unidad	10	0.30	3.00
Lapiceros	Caja	1	18.00	18.00
Plumones Delgados x12 und.	Caja	1	5.00	5.00
Cinta de embalaje	Unidad	3	3.00	9.00
Cinta maskintape	Unidad	3	1.50	4.50
Engrapador	Unidad	1	7.50	7.50
Servicios				
Refrigerios	Unidad	6	5.00	30.00
TOTAL			43.14	83.80