

**UNIVERSIDAD NACIONAL
SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GERENCIA DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y
NUTRICIONAL**

**ESTRATEGIA PARA MEJORAR EL ACCESO Y CONSUMO A UNA
ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LOS NIÑOS y NIÑAS EN CENTROS DE
DESARROLLO COMUNITARIO PERTENECIENTES A LA ASOCIACIÓN
COMPARTIR, TEGUCIGALPA, FRANCISCO MORAZÁN, HONDURAS**

Kensy Victoria Alvarado Santos

**Trabajo Final de Graduación sometido a conocimiento de la
Comisión Asesora de Investigación y Trabajos finales de graduación del Programa de Maestría
en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional para optar al grado y título de Máster
en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional**

Tegucigalpa, Honduras 2024.

Aprobación del Trabajo Final de Graduación

El presente Trabajo Final de Graduación fue aceptado por la Comisión Asesora de Investigación y Trabajos finales de graduación del Programa de Maestría en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Escuela de Ciencias Agrarias de la Facultad de Ciencias de la Tierra y el Mar de la Universidad Nacional, Costa Rica, como requisito formal para optar por el grado de Máster en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional.

MIEMBROS DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Dr. Leonardo G. Granados Rojas

Coordinador de la Maestría en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional

M.Sc. Héctor Bravo Román

Tutor

M.Sc. Kattia Solano Leandro

Miembro de la Comisión Asesora

Kensy Victoria Alvarado Santos

Sustentante

Resumen

El acceso y consumo a una alimentación saludable representa una limitante en los países en vías de desarrollo; 2,000 millones de personas en el mundo no tienen acceso diariamente a una alimentación saludable, siendo directamente afectada en la población infantil, en la que 148 millones sufren de retraso en el crecimiento y 45 millones sufrieron de emaciación, el 22.5% de la población en Latinoamérica no puede acceder a una alimentación saludable (ONU,2023, párr.1).

En Honduras el 51.3 % de las familias no puede permitirse acceder a una alimentación saludable; 2 de cada 10 niños y niñas tienen desnutrición crónica por falta de alimentos y otras de las condiciones que afecta es la deficiencia de micronutrientes, especialmente hierro, con un 36% de prevalencia de anemia en los menores 5 años (FAO, 2022, citado en La Prensa, 2022, párr.4-6).

Ante la problemática planteada que hace referencia en un contexto a nivel latinoamericano y nacional relacionada con “falta de acceso y consumo a una alimentación saludable”. Para delimitar la problemática se seleccionó la población que es atendida por la “Asociación Compartir”, está es una Organización no gubernamental (ONG) sin fines de lucro, ubicada en las colonias de Villa Nueva (VINU), Nueva Suyapa (NUSU) y Los Pinos; pertenecen al distrito central (DC) Tegucigalpa, Departamento de Francisco Morazán, Honduras.

Una de las características de estas colonias es la situación de pobreza (de mayor pobreza del DC) y están dentro de las zonas de mayor inseguridad social, por lo que se requiere realizar su intervención a través de la ONG “Asociación Compartir”. Dicha Organización cuenta con un equipo de trabajo accesible, con experiencia en desarrollar proyectos, disponibilidad de medios de transporte, alianzas estratégicas con actores (salud, educación), espacios físicos propios y dispone de un centro ecológico “La Montañita” (producen alimentos en invernaderos, plantaciones de café, piscicultura, crianza y cuidado de gallinas ponedoras).

Se realizó un diagnóstico comunitario para identificar qué factores inciden en la problemática; con una muestra de 188 personas, por las condiciones de inseguridad social la recolección de datos se realizó desde los centros de desarrollo comunitario (CDC) en las zonas de influencia de la ONG.

De igual manera se organizó una actividad de metodologías comunitaria participativa; en las que se desarrollaron las siguientes: entrevistas semiestructuradas (con formato de preguntas abiertas), árbol de sueños, miedos y compromisos, por cuestiones de logística esta actividad se realizó en las colonias VINU (muestra de 31 personas) y NUSU (muestra de 10 personas).

Dentro de los aspectos directamente relacionados con la problemática fue bajo consumo de frutas y verduras (38% consumo diario), alto consumo de azúcares, repostería (90% consumo diario), alto consumo de bebidas gaseosas (53% consumo diario); otro de los aspectos que sobresale es la falta de conocimientos alimentarios y nutricionales (64% no tiene conocimientos sobre una alimentación saludable), el 81% no puede permitirse comprar al menos 1 canasta básica alimentaria mensual familiar. La propuesta de solución que se describe en el siguiente documento es el diseño de una estrategia con los siguientes componentes: (a) la producción de alimentos (b) Fortalecimiento de las capacidades organizativas y técnicas del personal institucional, comités de merienda preescolares, asociaciones de padres/madres de familia en temas de alimentación saludable (c) Implementación de guías alimentarias adaptadas a población preescolar (4 a 6 años).

Cada componente planteado en el proyecto dispone de varias etapas que se ejecutarán en un período de 24 meses. El presupuesto total es L. 3,613,800 (USD 144,552).

Dicho proyecto está en proceso de vinculación con la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (desde la academia se le dará seguimiento a través de estudiantes y profesionales en práctica).

Abstract

Access and consumption of healthy food represents a limitation in developing countries; 2,000 million people in the world do not have daily access to a healthy diet, being directly affected in the child population, in which 148 million suffer from stunted growth and 45 million suffered from wasting 22.5% of the population in Latin America does not you can access a healthy diet (ONU,2023, párr.1).

In Honduras, 51.3% of families cannot afford access to a healthy diet; 2 out of every 10 boys and girls have chronic malnutrition due to lack of food and other conditions that are affected by micronutrient deficiency, especially iron, with a 36% prevalence of anemia in children under 5 years of age (FAO, 2022, cited in La Prensa, 2022, párrs.4-6)

Given the problem raised that refers to a Latin American and national context related to “lack of access and consumption of healthy eating.” To define the problem, the population that is served by the “Asociación Share” was selected. This is a non-profit non-governmental organization (NGO), located in the neighborhoods of Villa Nueva (VINU), Nueva Suyapa (NUSU) and Los Pines; They belong to the central district (DC) Tegucigalpa, Department of Francisco Morazán, Honduras.

One of the characteristics of these neighborhoods is the situation of poverty (highest poverty in DC) and they are within the areas of greatest social insecurity, which is why their intervention is required through the NGO “Asociación Share”. This Organization has an accessible work team, with experience in developing projects, availability of means of transportation, strategic alliances with actors (health, education), its own physical spaces and has an ecological center “La Montañita” (they produce food in greenhouses, coffee plantations, fish farming, breeding and care of laying hens).

A community diagnosis was carried out to identify what factors affect the problem; With a sample of 188 people, due to the conditions of social insecurity, data collection was carried out from the community development centers (CDC) in the areas of influence of the NGO.

Likewise, a participatory community methodologies activity was organized; in which the following were developed: semi-structured interviews (with open question format), tree of dreams, fears and commitments, for logistical reasons this activity was carried out in the VINUUE colonies (sample of 31 people) and NUSU (sample of 10 people).

Among the aspects directly related to the problem were low consumption of fruits and vegetables (38% daily consumption), high consumption of sugars, pastries (90% daily consumption), high consumption of soft drinks (53% daily consumption); Another aspect that stands out is the lack of food and nutritional knowledge (64% do not have knowledge about healthy eating), 81% cannot afford to buy at least 1 basic family food basket per month.

The proposed solution described in the following document is the design of a nutritional strategy with the following components: (a) food production (b) Strengthening the organizational and technical capacities of institutional staff, school snack committees, associations of parents on healthy eating issues (c) Implementation of dietary guides adapted to the preschool population (4 to 6 years).

Each component proposed in the project has several stages that will be executed over a period of 24 months. The total budget is L. 3,613,800 (USD 144,552).

This project is in the process of linking with the National Autonomous University of Honduras (from the academy it will be monitored through students and practicing professionals).

Agradecimiento

Deseo expresar mi profundo agradecimiento a Dios por otorgarme la fortaleza, paciencia, motivación, perseverancia y salud necesarias para culminar este significativo hito en mi vida profesional, laboral y personal. ¡A Dios sea la honra y la gloria!

Expreso mi más sincero agradecimiento a mis amados: mi mamá y mi papá, quienes me alientan a perseverar, me inspiran a superarme diariamente, y brindan su tiempo, afecto, comprensión y respaldo incondicional en todos mis empeños. Las palabras resultan insuficientes para expresar la gratitud que siento por todo lo que hacen a diario en mi beneficio.

Agradezco a mi abuelita por siempre tenerme en sus oraciones.

Agradezco a mis tres hermanos, por su constante apoyo y disposición en todo momento.

Agradezco a mi amado RALT por su gran apoyo, paciencia, amor y motivación.

Agradezco a mi tutor Héctor Darío Bravo, por darme la oportunidad y el privilegio de ser mi guía, por estar pendiente de mis avances y dedicarme parte de su tiempo para lograr presentar mi trabajo final de graduación.

Agradezco a los profesores y profesoras de la MGSAN por brindarme sus consejos, enseñanzas, motivación y por ser una fuente de inspiración tanto en su labor profesional como en su calidad humana.

Especialmente agradecer al profe. Leonardo Granados y Kattia Solano por sus oportunas observaciones.

Agradezco a mis compañeros y compañeras de la MGSAN por sus valiosos comentarios y consejos oportunos.

A agradezco a todas las personas que siempre han estado pendiente en este proceso.

Dedicatoria

Dedico mi trabajo a Dios, por darme la fortaleza todos los días, por amarme incondicionalmente, a mi mamá y mi papá por ser un pilar valioso y fundamental en cada uno de mis metas y sueños en todas las etapas de mi vida, por apoyarme con mucho amor y dedicación, a mi abuelita por enseñarme y demostrarme que hay que ser perseverante, valiente y fuerte; a mi RALT por mostrarme palabras de fe, esperanza a través de la palabra de Dios que me motivan cada día.

A mis hermanos por su cariño, dedicación y por estar presente en mis necesidades.

También a todas las personas que luchan arduamente con dedicación y amor por mejorar las condiciones alimentarias y nutricionales de las familias más desprotegidas inculcando el amor por el conocimiento.

A cada una de las personas que han sido una pieza fundamental en mi crecimiento y desarrollo.

Este gran logro se los dedico con todo mi cariño.

Índice

<i>CARACTERIZACIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA</i>	1
Descripción del Problema	1
Disponibilidad de los alimentos en CDC	6
Acceso a los alimentos en CDC	6
Consumo alimentario en CDC	6
Utilización biológica de los alimentos en CDC	7
Metodologías comunitarias participativas en los CDC de la Asociación Compartir	8
Causas del problema	10
Delimitación del problema	12
Antecedentes de la situación problemática	17
Alimentación del siglo XX	17
La alimentación en el siglo XXI	18
Contexto Latinoamericano	18
Contexto a nivel nacional	20
Contexto de la Asociación Compartir	23
Alternativas de solución	25
<i>MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL</i>	28
<i>METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN DIAGNÓSTICA</i>	44
Fuentes de información	44
Técnicas e instrumentos de recolección de datos	45
<i>ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN</i>	51
Análisis FODA contexto de la población objetivo	55
<i>PROPUESTA DE SOLUCIÓN</i>	57
Objetivos del Proyecto	57
Objetivo General	57
Objetivos específicos	58
Modalidad de ejecución	58
Metodología y etapas	58
Las etapas para su implementación	60
Organización operativa.....	70
Estrategia gerencial	73
Descripción entidad ejecutora	74
Aliados estratégicos en la implementación	75
Productos y resultados esperados	78
Indicadores de logro	79
Monitoreo y Evaluación	82
Riesgos asociados y como se van a prever	84

Cronograma de actividades	86
Presupuesto	92
<i>BIBLIOGRAFÍA</i>	93
<i>ANEXOS</i>	102
Anexo 1 Caracterización cualitativa en los CDC.....	102
Caracterización cualitativa en la Colonia VINU sector 2	102
Caracterización cualitativa de la Colonia VINU sector 3	105
Caracterización cualitativa de la Colonia NUSU	108
Entrevistas semiestructuradas en NUSU	108
Anexo 2 Otros servicios que ofrece la Asociación Compartir	109
Servicios que Otorga la Institución	109
Anexo 3 Listado de niños y niñas por CDC	112
Anexo 4 Encuestas aplicadas a las familias	112
Anexo 5 Detalle de presupuesto	113
Anexo 6 Solicitud de presupuesto para implementación de proyecto.....	120
Anexo 7 Proceso de vinculación UNAH y Asociación Compartir	121
Anexo 8 Actividades realizadas en inicio al proyecto en la Organización El Cuenco	122

Índice de tabla

<i>Tabla 1</i>	10
<i>Descripción de las causas de la falta de acceso y consumo a una alimentación saludable de la población que asiste a los CDC de la Asociación Compartir</i>	10
<i>Tabla 2</i>	25
<i>Análisis de alternativas de solución para el posterior diseño de la propuesta</i>	25
<i>Tabla 3</i>	45
<i>Procedimiento para la búsqueda de la información secundaria requerida para el análisis teórico</i>	45
<i>Tabla 4</i>	49
<i>Procedimiento para la búsqueda de la información primaria requerida para el análisis teórico</i>	49
<i>Tabla 5</i>	60
<i>Etapa I Organización de la comunidad: participación de la familia, personal institucional, niños/as con apoyo de especialistas, docentes de la universidad y estudiantes UNAH</i>	60
<i>Tabla 6</i>	61
<i>Etapa II Compra de materiales para implementación de huerto</i>	61
<i>Tabla 7</i>	63
<i>Etapa III Producción alimentaria. Elaboración de los planes de producción de alimentos hasta garantizar la calidad de éste</i>	63
<i>Tabla 8</i>	66
<i>Etapa I. Acercamiento con los comités y asociaciones de padres/madres de familia para identificar las competencias en temas relacionados con la alimentación y nutrición</i>	66
<i>Tabla 9</i>	67
<i>Etapa II Elaboración de recetarios, materiales de capacitación en EAN (Educación Alimentaria y Nutricional)</i>	67
<i>Tabla 10</i>	68
<i>Etapa III Capacitación en Educación alimentaria y nutricional (EAN) a comité de padres/madres, asociaciones de padres/madres de familia, personal institucional y niños/as</i>	68
<i>Tabla 11</i>	69
<i>Etapa I Recolección de la información</i>	69
<i>Tabla 12</i>	69
<i>Etapa II Implementación de la guía alimentaria</i>	69
<i>Tabla 13</i>	70
<i>Elementos de la Organización operativa</i>	70
<i>Tabla 14</i>	75

<i>Aliados estratégicos en la implementación del proyecto</i>	75
<i>Tabla 15</i>	78
<i>Productos y resultados esperados con la ejecución del proyecto</i>	78
<i>Tabla 16</i>	79
<i>Indicadores de logro para el monitoreo y evaluación del proyecto</i>	79
<i>Tabla 17</i>	84
<i>Riesgos y acciones de mitigación</i>	84

Índice de figuras

<i>Figura 1</i>	3
<i>Frecuencia de consumo semanal por grupos de alimentos en 4 regiones de Honduras</i>	3
<i>Figura 2</i>	12
<i>Árbol de problemas según sus causas y consecuencias</i>	12
<i>Figura 3</i>	36
<i>Guía Alimentaria para Honduras</i>	36
<i>Figura 4</i>	83
<i>Seguimiento para la eficiencia y eficacia del proyecto</i>	83
<i>Figura 5</i>	107
<i>Árbol de sueños, compromisos y miedos</i>	107
<i>Figura 6</i>	111
<i>Organigrama institucional de la Asociación Compartir</i>	111

Lista de abreviaturas

BPA: Buenas Prácticas Agrícolas
CAP: Conocimientos Actitudes y Prácticas
CDC: Centro de Desarrollo comunitario
CEMAS: Centro Mundial de Valencia para la Alimentación Urbana Sostenible
CEPAL: Comisión Económica para América Latina y el Caribe
EAN: Educación Alimentaria y Nutricional
ECNT: Enfermedades Crónicas no Transmisibles
EN: Estado Nutricional
ENDESA: Encuesta Nacional de Demografía y Salud
FAO: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura
FIDA: Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola
FODA: Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas
INCAP: Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá
INE: Instituto Nacional de Estadística Honduras
INFOP: Instituto Nacional de Formación Profesional
InSAN: Inseguridad Alimentaria y Nutricional
NUSU: Nueva Suyapa
ODS: Objetivos del Desarrollo Sostenible
OMS: Organización Mundial de la Salud
OPS: Organización Panamericana de la Salud
OXFAM: Comité de Oxford de ayuda contra el hambre
PMA: Programa Mundial de Alimentos
PNAE: Programa Nacional de Alimentación Escolar
PRONADERS: Programa Nacional de Desarrollo Rural y Urbano
PYENSAN: Política y Estrategia Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional
SEDESOL: Secretaría de Desarrollo Social
SEDUC: Secretaría de Educación
TFG: Trabajo Final de Graduación
UNA: Universidad Nacional de Costa Rica
UNAH: Universidad Nacional Autónoma de Honduras
UNICEF: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
VINUUE: Villa Nueva

Descriptores

Alimentación Saludable

Falta de Educación Alimentaria y Nutricional

Malnutrición

Guías Alimentarias

Patrón de consumo alimentario

Programas de merienda escolar

Seguridad Alimentaria y Nutricional

CARACTERIZACIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

Descripción del Problema

Cada día existe un incremento en el consumo de alimentos ultra procesados, por la facilidad para prepararse “listos para consumir”, teniendo una alta palatabilidad por los escolares, por el fácil acceso en los centros educativos y en la comunidad; considerando que estos productos suelen tener un menor precio en comparación con los productos frescos¹, lo cual favorece la elección de este tipo de alimentos de muy baja calidad y carentes en nutrientes esenciales (Padilla, et al., 2023, p. 75). Esto está relacionado con la globalización alimentaria, si bien, nos permite obtener productos diversos en diferentes presentaciones, pero que a la vez estos alimentos no nos aportan calidad y trae consigo exigencias sociales y económicas inaccesibles para la población (Ayuso Peraza y Castillo León, 2017, p.4).

Por otro lado, el alza de los precios de los alimentos cada día va en incremento y dada la situación de la falta de empleo, en otros casos un ingreso económico que no alcanza ni a cubrir con los precios de la canasta básica; las condiciones climáticas (ante crisis alimentarias está relacionada por la escasez de agua) lo que contribuye el incremento de los precios de los alimentos (Comité de Oxford de ayuda contra el hambre [OXFAM], 2022, pp.3-4).

De igual manera estamos en una época donde predomina la falta de tiempo, lo que limita dedicarle espacio a la selección y preparación adecuada de los alimentos a esto se le circunscribe no disponer de una educación alimentaria y nutricional (EAN) adecuada sobre todo, que sea adaptada a las condiciones sociales, económicas y culturales, que permitan instaurar un perfil más saludable en sus elecciones alimentarias diarias² (Ayuso Peraza y Castillo León, 2017,p.7).

Dicha situación puede perjudicar el estado de salud y nutricional durante toda la vida, desde la etapa infantil hasta la etapa adulta, incrementando la morbilidad y mortalidad lo que inhibe el desarrollo

¹ Alimentos frescos son obtenidos de las plantas o animales, no sufren ninguna alteración tras extraerse de la naturaleza, ejemplo: frutas, verduras, carnes y huevos (Argentina.gob.ar, s.f, párr.7).

² Considerando una EAN, con base científica, debido a la facilidad de la desinformación sobre el tema.

humano. Esto es debido a que existe una relación directa entre la ingesta inadecuada de nutrientes esenciales con la malnutrición (El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2019, p.7).

Acceder a una alimentación saludable, es indispensable para prevenir múltiples enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT)³. En 2017, alrededor de 3.9 millones de muertes mundiales se relacionaban con la falta de consumo de micronutrientes esenciales presentes en las frutas y verduras; un 14% de las mujeres por cáncer gastrointestinal, 11% muertes por cardiopatías isquémicas y 9% por accidentes cerebrovasculares (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO], 2020, p.1).

El Estado Mundial de la Infancia (UNICEF, 2019) reveló que, al menos 1 de cada 3 niños/as menores de 5 años, presenta deficiencia de nutrientes (desnutrición) o un exceso de nutrientes calóricos (sobrepeso u obesidad) y 2 de cada 3 niños/as entre los 6 meses a 2 años de edad no reciben alimentos que permitan potenciar su desarrollo y crecimiento; esta situación puede influir en el aumento de la morbilidad e incluso la mortalidad.

La falta de acceso y consumo a una alimentación saludable es una situación urgente que resolver, cada día millones de niños/as subsisten con dietas poco saludables y no sólo se trata de garantizar el alimento sino conseguir que el alimento sea adecuado (nutricionalmente); lo que representa uno de los grandes desafíos en la alimentación hoy en día (UNICEF, 2019, párrs. 2-4).

En Honduras según la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDESA) y la Encuesta de Indicadores Múltiples por Conglomerados (MICS) en el 2019, muestra algunos indicadores antropométricos de malnutrición infantil (menores de 5 años) en la que indica que un 19% de los niños/as presenta retraso en el crecimiento, de este porcentaje un 4% presenta retraso de crecimiento

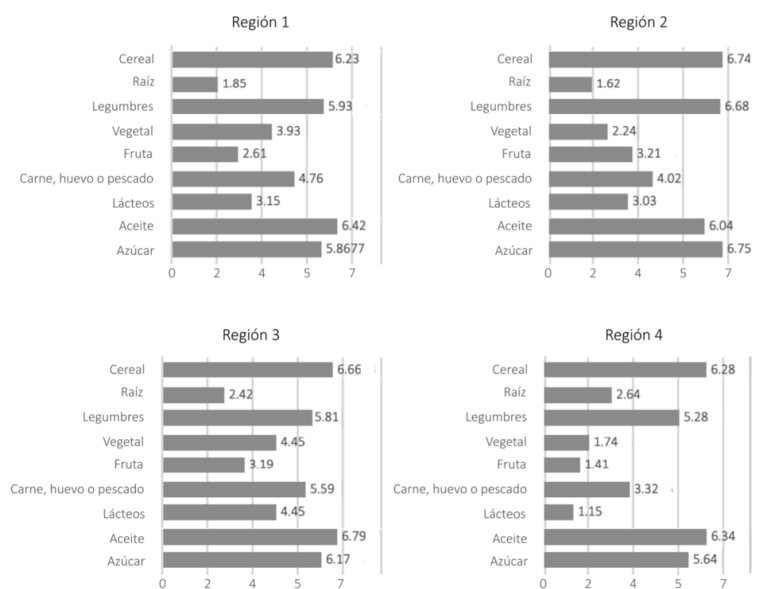
³ Las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) son enfermedades de larga duración, cuya evolución es generalmente lenta, relacionado con los inadecuados estilos de vida, alimentario y sedentarismo (OMS, 2023, párr.1).

severo, 1.9% emaciación⁴, 7% bajo peso, 1% bajo peso severo y un 4.5% presenta sobrepeso u obesidad a nivel nacional (ENDESA-MICS, 2019, pp.56-63).

En cuanto el consumo alimentario en la población hondureña, es aproximadamente de 2,100 kilocalorías diariamente, aunque existe un promedio calórico adecuado, la diversidad de la dieta es monótona, predominando el consumo de cereales (maíz) y legumbres (frijoles) todos los días, el consumo de frutas es menos de 4 días a la semana, el consumo de vegetales es de 2-4 días por semana y las proteínas en promedio es de 3 días por semana (ver figura 1) (ENDESA-MICS, 2019, p.78).

Figura 1

Frecuencia de consumo semanal por grupos de alimentos en 4 regiones de Honduras.



Nota: La figura 1 muestra la frecuencia de consumo durante una semana (7 días) en 4 regiones de Honduras, la región 1 representa la zona sur (Departamentos de Francisco Morazán, Valle, Choluteca y El Paraíso), región 2 representa el Occidente (Departamentos de Lempira e Intibucá), región 3

⁴ La emaciación es la insuficiencia de peso en relación con la talla, indica la pérdida de peso producida recientemente ya sea porque no ha comido suficiente o presenta alguna enfermedad infecciosa (Infecciones respiratorias agudas conocidas o enfermedades diarreicas), en relación con el retraso de crecimiento indica una talla insuficiente respecto a la edad también se le denomina desnutrición crónica (OMS, 2024, párrs. 3-4)

representa Valle de Sula (Departamentos de Cortés y Yoro) y región 4 departamento de Gracias a Dios. Se observa que dentro de los alimentos de mayor consumo diario son los cereales (maíz), legumbres (frijoles), aceite (grasas) y azúcar⁵. Fuente: ENDESA-MICS, 2019

Otro aspecto relacionado es el desempleo en el país, se encuentra aproximadamente 2.4 millones de personas desempleadas, lo implica una limitante para satisfacer las necesidades básicas, alimentarias entre otras (Consejo Hondureño de la Empresa Privada [COHEP], 2023, p. 3). Existe una relación entre la pobreza y el fácil acceso a los alimentos procesados y ultra procesados, debido a que son alimentos relativamente económicos y fáciles de obtener; como resultado 5.4 millones de hondureños con sobrepeso, lo que representa el 52% de la población y al 20% con obesidad (Diario La Tribuna, 2024, párr.2).

En el contexto descrito anteriormente se suscita el problema de: “falta de acceso y consumo a una alimentación saludable en los preescolares (4 a 6 años) de los Centros de Desarrollo Comunitario (CDC) de la Asociación Compartir” ubicados en las Colonias de Villa Nueva (VINU), Nueva Suyapa (NUSU) y Los Pinos, en el Distrito Central (DC) Tegucigalpa, Departamento de Francisco Morazán, Honduras.

Se distingue este grupo de edad (4 a 6 años), debido a que permanecen en los establecimientos de los CDC de la Asociación Compartir, lo que permite integrar a los padres/madres de familia en la caracterización de la problemática. En total se contemplan 4 establecimientos⁶ que tienen educación preescolar en las instalaciones físicas de los CDC que pertenecen a la Asociación Compartir.

La Asociación Compartir⁷ es una organización sin fines de lucro, que tiene más de 30 años (desde 1991) trabajando con niños y niñas en condiciones vulnerables, con un enfoque integral (familiar), de

⁵ Es importante asegurar un adecuado aporte de todos los grupos de alimentos para el funcionamiento de nuestro organismo.

⁶ 2 centros de educación preescolar en VINU, 1 centro en NUSU y 1 en Los Pinos.

⁷ Para más información sobre la Organización Asociación Compartir: <https://compartirhonduras.org/>

liderazgo comunitario, ejecutando proyectos y programas educativos, de organización y participación comunitaria.

La Asociación Compartir desde su modelo de desarrollo comunitario impulsa procesos educativos entre los cuales se promueve el consumo de alimentos sanos, variados y culturalmente aceptables a la población y a la vez, incentiva hábitos adecuados para mantener la salud física y mental (Asociación Compartir, s.f, párrs.1-3).

Uno de los aspectos por los cuales se eligió a la ONG es debido a la confiabilidad, respeto y liderazgo que han plasmado en la población, de igual manera cuenta con un equipo de trabajo accesible, con experiencia en desarrollar proyectos, disponibilidad de medios de transporte, alianzas estratégicas con actores (salud, educación), espacios físicos propios y dispone de un centro ecológico “La Montañita” (producen alimentos en invernaderos, plantaciones de café, piscicultura, crianza y cuidado de gallinas ponedoras).

Cabe destacar que, la población que asiste a los centros de desarrollo comunitario (CDC) de la Asociación Compartir, se encuentra dentro de las zonas de mayor pobreza del Distrito Central (DC)⁸, considerado dentro de los grupos priorizados según la Política y Estrategia Nacional en Seguridad Alimentaria y Nutricional de Honduras (PYENSAN)⁹.

En la población que asiste a los CDC se identificaron los siguientes datos¹⁰: El 39% de la población cuenta con educación media, 34% cuenta con primaria completa, un 10% no logró completar su primaria.

La ocupación laboral un 80% son amas de casa, debido a que la población entrevistada un 88% son mujeres. Por lo cual se identifica que la mayor ocupación laboral, la asumen los hombres.

⁸ Tegucigalpa es el municipio Distrito Central (DC) Capital de Honduras

⁹ Grupos priorizados según PYENSAN: Concepción hasta los 11 años, mujeres en edad fértil, mujeres embarazadas y lactantes, personas con discapacidad, adultos mayores, indígenas, afrohondureños, hogares en pobreza extrema, hogares que dependen de la agricultura (PYENSAN, 2018, p.51).

¹⁰ En el capítulo III Metodología se describe las características de la población, de la cual se tomaron los datos.

El número de personas que conforman los hogares es aproximadamente de 4 a 6 personas en un 57% de la población, un 25% de 1 a 3 personas y un 18% más de 6 personas.

Disponibilidad de los alimentos en CDC

Se identifica que un 74% de la población no produce alimentos en sus hogares, por lo que un 99% adquiere sus alimentos por medio de la compra. Dentro de los hogares que manifestaron que producen alimentos, un 47% produce hortalizas, 43% otros alimentos (frutas, hierbas aromáticas).

Acceso a los alimentos en CDC

El ingreso mensual familiar, un 24% tiene un ingreso de L.4,000 a L.7,000 (USD 160 a 280 USD), 23% un ingreso de L.8,000 a L.12,000 (USD 320 a 480 USD), 21% un ingreso de L. 1,000 a L.3,000 (USD 40 a 120 USD). De los ingresos mensuales que se generan a nivel familiar un 56% es proveniente de 1 persona, un 31% de 2 personas. De los ingresos mensuales un 49% de las familias invierten mensualmente en alimentos más de L.3000 (USD 120), el 33% L.1,000 a L.3000 (USD 40 a 120 USD).

Consumo alimentario en CDC

Frecuencia de consumo por grupos de alimentos durante la semana¹¹.

En relación con el consumo de granos básicos que conforman dentro de este grupo el maíz, arroz y frijoles, su consumo es diario en un 89% de los hogares, un 10% consume de 1 a 3 veces por semana.

El consumo de carnes que incluye carnes rojas (res y cerdo), pollo y pescado, un 47% las consume de 1 a 3 veces por semana, un 27% las consume 1 vez por semana y un 23% las consume diariamente. En cuanto a la frecuencias de productos lácteos (queso, quesillo, cuajada, requesón) un 59% de los hogares las consume diariamente, 27% las consume 1 a 3 veces por semana, un 12% lo

¹¹ La clasificación de la frecuencia de consumo por grupos de alimentos fue: diariamente, 1 a 3 veces por semana, 1 vez a la semana, 1 vez al mes y nunca.

consume 1 vez por semana. La frecuencia de huevos en un 71% de los hogares lo consume diariamente, un 25% lo consume de 1 a 3 veces por semana.

La frecuencia del consumo de frutas, un 39% las consume diariamente, 1 a 3 veces por semana los consume un 31%, un 24% 1 vez por semana.

La frecuencia del consumo de verduras, un 39% las consume diariamente, 34% de 1 a 3 veces por semana , un 22% las consume 1 vez por semana.

En el consumo de grasas el 90% de los hogares las consumen diariamente y un 10% de 1 a 3 veces por semana.

El consumo de azúcar de mesa un 86% lo consumen diariamente, un 10% lo consume de 1 a 3 veces por semana, de igual manera se destaca el consumo de pan, postre entre otros productos de repostería con un 48% de consumo diario, 22% de 1 a 3 veces por semana, un 19% 1 vez por semana. Las bebidas carbonatadas y café se consumen diariamente en un 52% de los hogares, 22% las consume 1 vez a la semana, 18% de 1 a 3 veces por semana. En relación con las bebidas alcohólicas no son representativas en su consumo debido a que el 95% indicó que nunca las consume.

En los métodos de preparación alimentarios, un 39% indicó el método frito, en la mayor parte de sus preparaciones, un 23% el método hervido, el 24% el método guisado.

Además, se consultó si la población ha recibido consejería o asesoría nutricional, capacitaciones/talleres en el área de la alimentación y nutrición, en la que un 53% indicó que no.

Utilización biológica de los alimentos en CDC

El consumo de agua potable representa en un 91% de la población y un 9% indicó que no la consume el agua potabilizada.

En relación a la presencia de enfermedades infecciosas en los niños/as un 43% se enfermó de enfermedades diarreicas y/o infecciones respiratorias agudas en las últimas semanas previas a la encuesta.

De igual manera se evaluó el estado nutricional en adultos según el IMC, un 39% se encuentra con sobrepeso, un 25% con Obesidad tipo I, un 25% se encuentra en normopeso.

Los niños/as evaluados la representación por rango de edad fue un 51% entre 6 a 11 años, un 24% entre 1 a 5 años, un 18% entre 12 a 18 años, 7% de 7 a 12 meses y un 3% niños/as de 0 a 6 meses. De los niños evaluados en relación con su IMC, un 69% se encuentra en normopeso, 11% con bajo peso, 7% con riesgo de sobrepeso, 6% con sobrepeso, 5% en obesidad y un 2% con desnutrición severa.

Según las curvas de crecimiento de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la curva de crecimiento en relación con la talla para la edad (Talla/edad) un 51% de los niños/as se encuentra en talla normal, un 42% en baja talla. En la curva de crecimiento en relación con el peso para la edad (peso/edad) un 53% se encuentra adecuado, un 27% en bajo peso y 20% en sobrepeso. En las curvas de crecimiento de peso para la talla (peso/talla), un 67% se encuentra normopeso, 16% bajo peso, 13% con sobrepeso y un 4% con obesidad.

Metodologías comunitarias participativas en los CDC de la Asociación Compartir

Abarcan una diversidad de técnicas, estrategias de investigación y perspectiva que comparten principios fundamentales como el aprendizaje colaborativo, la democracia en los procesos, la toma de decisiones, el respeto mutuo y fortalecimiento individual. (Red salud, 2017, pp. 4-5).

El objetivo de implementar estas metodologías en la población objetivo fue analizar y comprender las experiencias y perspectivas de los hogares pertenecientes a los CDC de la Asociación Compartir, a través de diferentes técnicas¹².

Se busca proporcionar una visión de las experiencias de los hogares, con el fin de contribuir al desarrollo de estrategias que promuevan su bienestar. La información obtenida es de vital importancia

¹² Detalladas en la Metodología de la investigación diagnóstica

para complementar una visión más amplia del problema desde el sentir de la población. En **anexo 1** se encuentran los resultados de las metodologías comunitarias participativas.

En la mayor parte de la población de los CDC que participó en la dicha actividad se identifica lo siguiente: la mayoría de los padres/madres quiere brindarle una buena alimentación a sus hijos/as, algunos mostraron que tienen conocimientos básicos, comentando que el consumo de verduras, frutas y carnes es fundamental para una alimentación saludable, sin embargo no tienen una profundidad en la temática, en cantidad, frecuencia, métodos y técnicas de preparación de los alimentos de igual manera se destaca una alta palatabilidad por alimentos procesados/ultra procesados en la que manifiestan un consumo diario de bebidas carbonatadas, jugos, café (preparados con azúcar de mesa).

También se destaca el alto precio de los alimentos, en los que no pueden acceder económica ni físicamente; debido a que los mercados cercanos son más costosos del precio habitual. En cuanto a los tiempos de comida, todas las familias disponen realizar tres tiempos, considerando que la distribución alimentaria debe ser por igual, pero al indagar un poco en esta pregunta indicaron algunas personas que la madre siempre se sirven sus alimentos por último (priorizando la alimentación de los padres y sus hijos e hijas).

En relación al consumo de vegetales y frutas algunos manifestaron la importancia de comerlos todos los días, sin embargo, no todos tienen las posibilidades, al igual que el consumo de carnes indican que la carne de pollo es la más consumida.

Otra situación que es preocupante para la población es la inseguridad social (delincuencia), por lo que tienen temor que sus hijos/as terminen con personas delincuentes, de igual manera que no terminen de estudiar y no tengan oportunidades laborales en el país.

Causas del problema

A continuación en la tabla 1, se describen las causas que limitan el acceso y consumo a una alimentación saludable, contextualizada en la población de las Colonias VINU, NUSU y Los Pinos que asisten a los CDC de la Asociación Compartir.

Tabla 1

Descripción de las causas de la falta de acceso y consumo a una alimentación saludable de la población que asiste a los CDC de la Asociación Compartir.

Dimensiones	Causas específicas	Descripción y análisis
Disponibilidad	<i>Baja producción de alimentos.</i>	Un 74% de los hogares no cuenta con producción alimentaria, lo que implica la alta dependencia de la compra de productos alimentarios (sujeto a precios del mercado).
Economía	<i>Bajos ingresos mensuales para cubrir los gastos de una canasta básica mensual (30 productos alimentarios)</i>	El 99% adquiere los productos alimentarios por medio de la compra. El costo de la canasta básica de alimentos mensual en Honduras, para un hogar de 4 a 6 personas es aproximadamente de L.8,000 a L.12,000 (USD 320 a USD 480) ¹³ . Si se compara con los ingresos mensuales de los hogares que oscilan entre L.1,000 a L. 12,000 (USD 40 a USD 480), no se logra cubrir con el costo de 1 canasta básica familiar. Lo que implica que los hogares compran alimentos de bajo costo y de mala calidad nutricional.

¹³ La canasta básica de alimentos en Honduras está compuesta por 30 productos, si las familias compran sus productos alimentarios en los mercados, su precio es aproximadamente por semana es de L. 943 (USD 38), mensualmente sus gastos en alimentación oscilan en L.3,770 a L.4,000 (USD 151 a USD 160). Es importante considerar que la cantidad de alimentos que contempla la canasta básica es para aproximadamente 2 a 3 personas. Es decir, en un hogar integrado por 4 a 6 personas (57% de la población) tendría que comprar 2 a 3 canastas básicas alimentarias mensualmente.

Dimensiones	Causas específicas	Descripción y análisis
	<i>Falta de oportunidades laborales</i>	En la mayoría de los hogares, solo 1 miembro cuenta con empleo.
Entornos Ambiental	<i>Pocos mercados cercanos</i>	Los hogares no disponen de mercados cercanos en sus colonias, lo que limita consumir alimentos frescos diariamente, en sus colonias los precios de los alimentos son muy elevados.
Entorno cultural alimentario	<i>Falta de EAN</i>	53% de la población desconoce cómo debe alimentarse saludablemente. En sus sueños, poder acceder a asesoría/talleres nutricionales.
	<i>Baja diversidad alimentaria</i>	Alimentación monótona ¹⁴ en la que prevalece diariamente el consumo diariamente de 6 alimentos (Frijoles, arroz, maíz, azúcar ¹⁵ , grasas, huevo), de 1 a 3 veces a la semana consumen otros alimentos como frutas, verduras, carnes.
Utilización	<i>Deficiencia de nutrientes (debilitamiento del sistema inmune)</i>	Un 43% de los niñas/as enfermó de enfermedades diarreicas y/o infecciones respiratorias agudas en las últimas semanas previas a la encuesta.

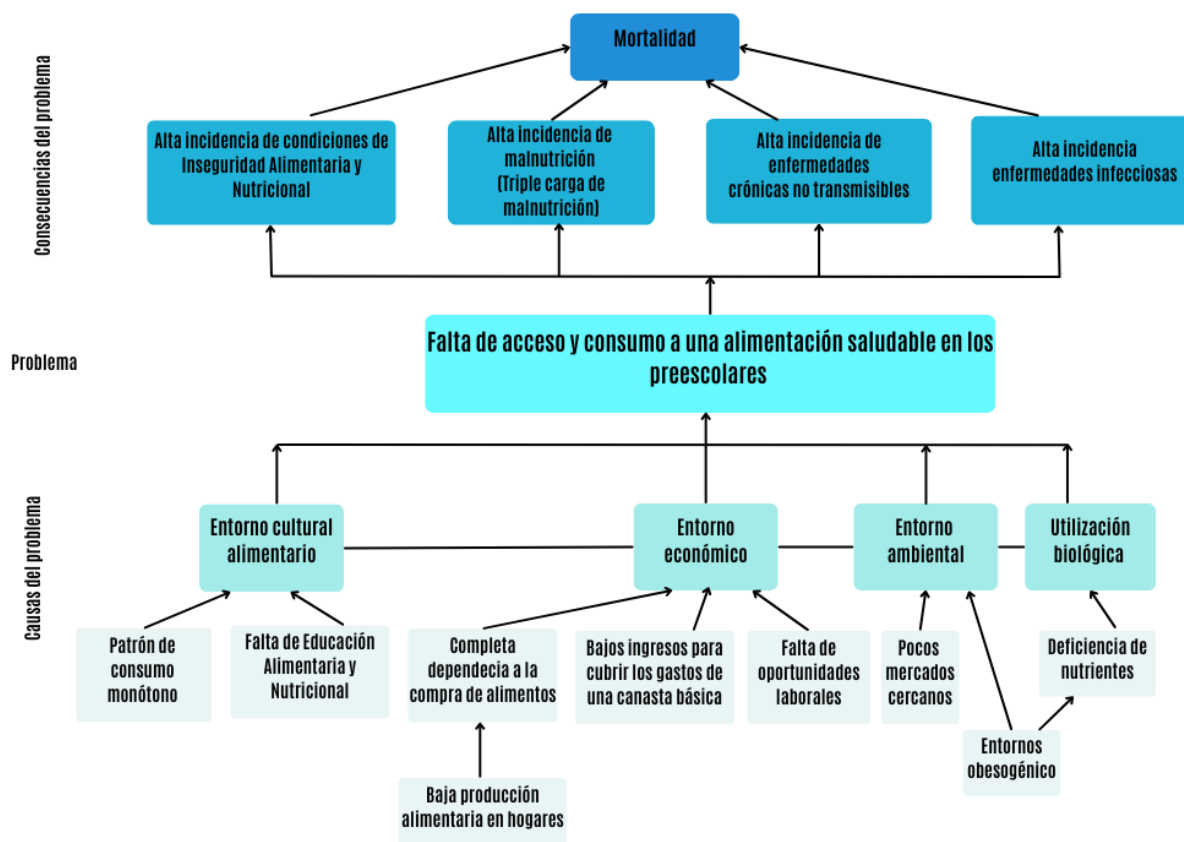
Nota: en tabla se describen y se analizan las principales causas identificadas en la población que asiste a los CDC de la Asociación Compartir. Fuente: elaboración propia, 2023

¹⁴ Una alimentación monótona conlleva una alimentación muy poco variada y por lo tanto nada equilibrada (Bolaños, 2009,p.1073)

¹⁵ Azúcares: Azúcar de mesa, bebidas gaseosas, postres, jugos naturales(endulzados).

Figura 2

Árbol de problemas según sus causas y consecuencias



Nota: En la figura 2 muestra las causas y consecuencias del problema caracterizado en los CDC de la Asociación Compartir.

Delimitación del problema

Describiendo el contexto del lugar en que se identifica la problemática. La Asociación Compartir se encuentra ubicada en las colonias de VINU sector 2 y sector 3, NUSU y Los Pinos, Municipio del Distrito Central (DC) Tegucigalpa, Departamento de Francisco Morazán.

Tegucigalpa es la capital de Honduras, de acuerdo con los artículos 8 y 295 de la Constitución Política de Honduras. El Distrito Central es uno de los 28 municipios que conforman el departamento de Francisco Morazán (Edu Honduras, 2018, párr.1).

Según decreto N° 2 del Congreso Nacional, se ratifica el decreto N° 53 de 30 de enero de 1937 en el que se formara el artículo 179 de la Constitución Política en el que se dice que los actuales municipios de Tegucigalpa y Comayagüela formaron un Distrito Central (DC) cuya creación, organización y funcionamiento será objeto de una ley especial. Con el decreto 309 de 22 de enero de 1976, el consejo del Distrito central se denomina “Consejo metropolitano del Distrito central”. En 1986, se consideró de nuevo Alcaldía Municipal (Fiallos, 1989, citado en INE,2019).

El área administrativa del Distrito Central incluye un área urbana llamada área metropolitana de Tegucigalpa y Comayagüela, que se divide en 892 distritos y asentamientos, así como un área rural con 41 pueblos y 293 aldeas. Esta área metropolitana está conformada por Tegucigalpa y Comayagüela, tradicionalmente identificadas como ciudades hermanadas, ya que fueron fundadas como ciudades propias hasta que fueron incorporadas como un solo municipio en 1890, para luego convertirse en el Distrito Central en 1937.

Tegucigalpa es el área urbana en la margen oriental del río Choluteca y Comayagüela es el área urbana en la margen occidental del río Choluteca, ambas en el Distrito Central. (Edu Honduras, 2018, párr. 8-9) Geografía y limitación: el municipio limita al norte con los municipios de Cedros y Talanga, al sur con los municipios de Maraita, San Buenaventura, Santa Ana y Lepaterique, al este con los municipios de Santa Lucía, San Antonio de Oriente, Valle de Ángeles y San Juan de Flores y al oeste con los municipios de Ojojona, Lepaterique, Lamaní y San Antonio de Flores (Edu Honduras, 2018, párr.13).

Colonia Los Pinos Ubicada en el sureste de Tegucigalpa, en la carretera a la ciudad de Danlí, la colonia se estableció en 1975, cuando familias migrantes de los departamentos de Francisco Morazán,

Choluteca y El Paraíso se asentaron en tierras pertenecientes a varias de las familias más ricas de la capital. En 2015, la colonia era uno de los asentamientos marginales más extensos de la capital.

La mayoría de las paredes de las viviendas son de ladrillo rojo o bloques de cemento, sin embargo, todavía se usa bastante el adobe y la madera. Alrededor del 10% del total de hogares tienen pisos de tierra, mientras que la mayoría tienen losas de cemento o ladrillos como pisos. El 90% de los techos de las casas son de láminas de zinc corrugado, muchos de ellos en malas condiciones. Varios sectores de la colonia no tienen sistema de alcantarillado sanitario y no todos los sectores tienen acceso al servicio de agua potable. A medida que la Colonia Los Pinos se expandió, la Alcaldía Municipal del Distrito Central (AMDC) y los pobladores dividieron la colonia en 10 sectores. Su población ha ido aumentando progresivamente a causa de deslizamientos de tierra en otros barrios de Tegucigalpa, del huracán Gilberto (1987) y también de la constante migración campo-ciudad (Stein, 2019, p.178).

Colonia Villa Nueva (VINU) está ubicada en la parte sureste de Tegucigalpa. La carretera a Danlí corta la colonia en dos partes (Villa Nueva Norte y Villa Nueva Sur). Para fines de regularización de tierras, el Instituto de la Propiedad dividió la Colonia en ocho sectores. Sus orígenes se remontan a 1978, cuando 70 familias que migraron de las zonas rurales de los departamentos de Choluteca, El Paraíso y Olancho, ocuparon la tierra que en ese momento se conocía como "Sitio Carranza". Debido a la ocupación ilegal de sus tierras, la familia Carranza decidió ceder el terreno a la AMDC, como pago de una deuda de impuestos a la propiedad que tenían con la Alcaldía.

La Colonia VINU tiene también una topografía relativamente irregular, con pendientes ascendentes de sur a oeste y donde hay una quebrada de invierno. La topografía en la zona occidental se modificó para tener lotes disponibles. Esto ha redirigido el curso de agua original de la quebrada de invierno, causando inundaciones en algunas áreas y provocando que la tierra disminuya en otras. En 2015, en el Sector 5, solo el 8% de las viviendas estaban conectadas al sistema de alcantarillado, mientras que en el Sector 6, cerca del 40%.

La mayoría de las casas tenían letrinas de diferentes tipos. El Sector 6 tenía buen servicio público de agua, mientras que en el Sector 5 solo el 68% de las viviendas tenía acceso a sistemas de agua potable. Al igual que en Los Pinos, la mayoría de las casas tenían láminas de zinc corrugado como techos. Según el censo de 2001, 26.960 personas vivían en la Colonia Villa Nueva. Datos para 2014 estiman que la población del Sector 6 era de unas 5.000 personas viviendo en 1.000 casas, mientras que en el Sector 5 la población era de 3.750 personas habitando 750 viviendas (Stein, 2019, pp.178-179).

La colonia Nueva Suyapa (NUSU) se constituyó en 1974, como una reubicación de desplazados a raíz del huracán Fifi. Entonces, “era una montaña” y las 15 familias que llegaron originalmente construyeron sus viviendas y delinearón las calles de la comunidad mediante ayuda mutua. No había servicios básicos, por lo que el agua potable tenía que ser acarreada desde la Universidad Nacional, a 3 km aproximadamente, en una caminata de media hora. Desde la década de 1970, el crecimiento poblacional de Nueva Suyapa ha sido constante, acogiendo una migración desde el campo. En la Colonia de Nueva Suyapa viven alrededor de 40000 personas. Las cuales, viven en casas de madera, chapa o plástico y quienes se enfrentan a condiciones urbano-sanitarias precarias y a problemas de violencia cotidiana (Rentería, Andino y Pantoja, 2013, p.6).

Asociación Compartir es una organización no gubernamental sin fines de lucro, con personería jurídica N°187-91-30 de diciembre de 1991. La oficina principal está ubicada en la colonia Luis Landa, Tegucigalpa, Francisco Morazán, Honduras.

Fue creada con el fin de contribuir a que niñas y niños en condiciones de vulnerabilidad tengan acceso a sus derechos humanos y a todo lo expresado en la Convención de los Derechos del Niño; desarrollando un modelo comunitario, con enfoque de derechos, sistémico, holístico que potencia competencias en la niñez, familia; así mismo fortalecimiento del liderazgo comunitario a través de espacios de concertación intersectorial entre las organizaciones públicas, privadas y comunitarias presentes en las zonas de intervención. (Asociación Compartir, s.f., párr.1)

La intervención que realiza la Asociación Compartir se hace a través de dos enfoques:

El primero es propio de las acciones de reinserción del niño a la familia.

El segundo, es un enfoque de prevención, ejecutado mediante programas educativos, de organización y participación comunitaria.

La Asociación Compartir ha diseñado estrategias dentro del marco del desarrollo de las comunidades, que tiene su radio de acción y, de forma concreta lo hace a través de dos Programas:

Educación integral para el desarrollo sostenible de la población participante de las zonas de intervención y el desarrollo comunitario (Asociación Compartir, 2019, pp.8-9)

Mantiene una cobertura anual de 3,500 niños, niñas y jóvenes, desarrollando actividades en calles de la comunidad, canchas de fútbol y otros espacios comunitarios, teniendo como objetivo principal el fomento de la lectura en niños y niñas, llevándolos alegría a través de una colección de cuentos con una diversidad de títulos literarios, así mismo actividades musicales, juegos organizados, teatro con títeres; todas estas acciones permiten el disfrute del libro y la lectura, contando con un promotor de la lectura y un voluntario comunitario quienes animan cada actividad, utilizando técnicas innovadoras de arte como elemento de expresión, logrando motivar a padres, madres de familia, docentes, niños/as a que lean.

El seguimiento educativo de los niños/as. Es una acción permanente que realizan los educadores en los centros educativos en seguimiento a las niñas, niños y adolescentes, mediante entrevistas con maestros y orientadores constatando los aspectos psicosociales y educativos en el ámbito escolar entre ellos: rendimiento académico, personalidad, convivencia en el aula de clases.

Se busca la participación de los padres y madres en el seguimiento educativo estableciendo acuerdos y compromisos de apoyo mutuo entre docentes y padres, así mismo la información obtenida sirve para la orientación familiar que contribuya a la estabilidad emocional y el mejoramiento del rendimiento académico del/la participante (Asociación Compartir, 2019, pp.8-9).

Antecedentes de la situación problemática

“La mala alimentación está perjudicando la salud de la infancia mundialmente” (UNICEF, 2019, párr. 1).

“Pobreza, urbanización, cambio climático y decisiones alimentarias mal informadas están resultando en dietas perjudiciales: 1 de cada 3 niños menores de 5 años padece desnutrición, y 2 de cada 3 menores de 2 años están mal alimentados” (UNICEF, 2019, párr. 1).

La mala alimentación presenta riesgos importantes para la salud. La desnutrición contribuye a cerca de un tercio de todas las muertes infantiles. Las crecientes tasas de sobrepeso y obesidad en todo el mundo están asociadas a un aumento en las ECNT (OMS, 2014 citado en Mariño, Núñez y Gámez, 2015).

Para lo cual en el presente documento se describirán algunas características importantes de la evolución de la alimentación hasta la actualidad.

Alimentación del siglo XX

Se fue configurando la nutrición como una ciencia y se iniciaron los estudios epidemiológicos que relacionan tanto la virtud de ciertas dietas para promover la salud, como es el ejemplo de la dieta de los países mediterráneos o los efectos perjudiciales de una alimentación insana (Salud de la junta de Castilla y León, 2021, párr.8).

Aumenta exponencialmente la incidencia de obesidad en la población, como consecuencia de la abundancia de alimentos y de la reducción de la actividad para realizar las tareas laborales y cotidianas.

Paralelamente se desarrolla el modelo estético de la delgadez, con culto al cuerpo y preferencia de los alimentos bajos en calorías (Muñoz, 2017, p.318).

La alimentación en el siglo XXI

Existe un exceso de desinformación sobre la alimentación saludable, lo que está provocando una intoxicación en los consumidores, ya que muchas no tienen evidencia científica. Por otro lado, la gran cadena publicitaria que buscan las empresas generar mayores ganancias con alimentos de muy mala calidad.

Además, la democratización del internet permite que cualquier persona con los mínimos conocimientos pueda convertirse en un “Influencers” y educadores sobre cómo alimentarse. Este tipo de acciones también son parte de un negocio, por lo que cada uno busca la forma de generar ingresos.

“Existe una estimación de que el 30% de las noticias falsas que circulan por Internet son sobre alimentación, a lo que hay que añadir que se difunden a una velocidad siete veces mayor que una noticia real” (Pérez et al., 2020, pp.6-9).

Las nuevas tendencias de consumo, se puede identificar que, en la actualidad, las familias buscan lo práctico que requiere menos tiempo, con productos de fácil elaboración y con buen sabor aumentando el consumo de alimentos procesados en lugar de los productos frescos.

Dentro de los factores más influyentes en el consumo alimentario está: factores propios del individuo, economía, relaciones sociales, publicidad, disponibilidad, cultura gastronómica y la aparición de nuevos alimentos enriquecidos, funcionales (Gan Gastronomía y Nutrición, 2017, pp.1-6).

Contexto Latinoamericano

Cabe destacar que existen varias limitantes que contribuyen en la mala alimentación; un estudio realizado en Sonora, México (2023) sobre las “Barreras y facilitadores para una alimentación saludable” a nivel individual y familiar el principal aspecto de la adopción y mantenimiento de una alimentación saludable es mediante el conocimiento y habilidades significativas sobre el tema con procesos reflexivos.

Dentro de las principales barreras para una alimentación saludable, está la falta de conocimiento y lectura de etiquetas sobre los productos que consumen y sobre sus efectos en su salud y/o el contar con información errónea, fueron algunas de las principales barreras para una alimentación saludable.

La posibilidad de llevar una alimentación saludable también descendía ante la falta de apoyo a nivel familiar. El cambio de hábitos se vio obstaculizado por costumbres familiares de alimentación no saludable fuertemente arraigadas. De igual manera una economía familiar precaria fue referida como limitante para el consumo de alimentos saludables.

A nivel institucional y comunitario: dentro de las limitantes están los ambientes obesogénicos y desiertos alimentarios característicos de la sociedad actual mexicana. Obstaculizaron el acceso, elección y consumo de alimentos saludables. A su vez, se observó que al interior del centro de salud se permite y fomenta la venta de alimentos no saludables, lo que promueve su consumo al facilitar el acceso. La cultura alimenticia de la región también se expresó como barrera a nivel comunitario. Finalmente, a nivel institucional, la falta de capacitación del personal de salud y de homogeneidad en los mensajes de nutrición en los diferentes niveles de atención también son barreras para adquirir el conocimiento y habilidades necesarias (Palomo et al., 2023, pp.14-23).

Otro estudio donde se identifica las limitantes del acceso a una alimentación saludable se denomina como: "Barreras para una alimentación saludable un análisis cualitativo de las semánticas emergentes en las comunidades escolares de Ciudad Sur". En donde la familia es percibida como la estructura básica para la adopción de una alimentación saludable "todo parte con los hábitos de la casa", en segundo punto como barrera fue los kiosco escolares a pesar de la existencias de leyes que se realizaron para disminuir el consumo de alimentos no saludables los esfuerzos no funcionaron. Una tercera barrera se desarrolla en torno a la oposición entre el interior de los establecimientos educacionales y la salida al espacio público (Flores et al., 2024, pp.46-48).

Por otra parte, los programas de nutrición han tenido un bajo grado de prioridad para los gobiernos y las entidades de desarrollo. En la que clasifican por 3 motivos: (a) en las comunidades hay poca demanda de servicios de nutrición, porque la malnutrición suele ser invisible, (b) los gobiernos han tardado en tomar conciencia de que los costos económicos de la malnutrición son muy elevados, (c) el campo de la nutrición actúan múltiples organizaciones, tanto en los gobiernos como en los organismos de asistencia para el desarrollo; entre tantos programas que ninguna institución se responsabiliza o responsable principal de vigilar la atención a través de dichos programas (Salazar, 2016, p.93).

Otro estudio realizado en Argentina sobre la “Infancia en riesgo” en el que 60% de los niños/as están en condiciones de pobreza. Se describe que, ante las condiciones de pobreza, el rol de la autoproducción de alimentos puede ser una alternativa para abordar la problemática. En la que indica que uno de los programas más importantes está ProHuerta, es una iniciativa que ejecuta el Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (INTA), que desde hace más de 30 años promueve la Seguridad Alimentaria y la autoproducción alimentaria en familias de bajos recursos económicos ofreciendo: semillas, plántulas, herramientas y capacitación en agroecología en zonas de mayor vulnerabilidad económica, que les permita acceder a alimentos frescos y saludables (Tuñón et al. ,2024,p.29).

Contexto a nivel nacional

El derecho a no padecer hambre y malnutrición es esencial para todos los seres humanos. Cada persona tiene el derecho a una alimentación que sea tanto adecuada como suficiente. Esto implica que las personas deben tener acceso continuo a alimentos de calidad y en cantidades adecuadas para mantener una vida saludable en todas las etapas de su vida. (FAO, 2010, p.3)

Este derecho está consagrado en el artículo 11 del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, el cual establece que toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que garantice su salud y bienestar, incluyendo alimentación, vestimenta y vivienda adecuadas (Naciones Unidas, 1966, art.11).

Derecho a la alimentación infantil en Honduras. La constitución de Honduras no reconoce el Derecho a la Alimentación explícitamente en uno de sus artículos, a diferencia de otros derechos económicos sociales y culturales como el derecho al trabajo, a la salud, a la seguridad social, a la educación y a la vivienda. Cuando la Constitución aborda el tema de la alimentación, lo reduce a los derechos del niño y a las correspondientes obligaciones de los padres: “los padres están obligados a alimentar, asistir y educar a sus hijos durante su minoría de edad y en los demás casos en que legalmente proceda” (art.121).

“Todo niño debe gozar de los beneficios de la Seguridad Social y la Educación. Tendrá derecho a crecer y desarrollarse en buena salud, para lo cual deberá proporcionarse, tanto a él como a su madre, cuidados especiales desde el período prenatal, teniendo derecho a disfrutar de alimentación, vivienda, educación, recreo, deportes y servicios médicos adecuados” (art. 123). El artículo 347 establece que “la producción agropecuaria debe orientarse preferentemente a la satisfacción de las necesidades alimentarias de la población hondureña”. Este artículo apunta claramente a la Soberanía Alimentaria y da una orientación importante a las políticas agropecuarias, pero tampoco reconoce explícitamente el derecho a la alimentación de todas las personas (Kappes y Ríos, 2008, p.13).

Ley de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en Honduras. Como precedente histórico la Ley, desde el año 1960 al 2003, en Honduras se emitieron decretos, resoluciones y abundante normativa relacionada con la alimentación y nutrición que a la fecha siguen algunas vigentes. Los aspectos desarrollados son: a) Inocuidad de alimentos, etiquetado (pero no de forma muy desarrollada), pesos y medidas, estándares, control de alimentos; b) Nutrición, control de alimentos, suplementación de micronutrientes, promoción de lactancia materna, alimentación infantil, orientación al consumidor, atención en salud; c) Seguridad Alimentaria, producción de alimentos, producción pecuaria, salario mínimo, costos de la canasta básica alimentaria, el

desarrollo agroindustrial, exportación e importación de alimentos, planificación en seguridad alimentaria, nutricional y asistencia alimentaria en general (Nazar Herrera, párr.2,2022).

Los acuerdos internacionales tuvieron mucha incidencia en la política pública en el país, es así que con los Objetivos del Milenio del año 1990 al 2015, el Estado ratifica estos objetivos, sin embargo, los resultados de la acción gubernamental no fueron eficaces y, de la evaluación realizada se precisa que los objetivos no se cumplieron al 2015 (Nazar Herrera, párr.3,2022).

Ninguna de las leyes secundarias de Honduras reconoce el derecho a la alimentación como un derecho humano o parte de éste en sus disposiciones generales, tampoco las que tienen la garantía y la protección de la alimentación y de la salud como objetivo: El Código de Familia, por ejemplo, en su artículo 206 define que: “Los alimentos comprenden lo necesario para el sustento, habitación, vestido y mantenimiento de la salud del alimentario. Cuando éste sea menor, los alimentos incluirán además lo necesario para su educación”. En el artículo 73 del Código de la Niñez y de la Adolescencia el concepto de alimentos se amplía agregando la recreación y los gastos del embarazo y parto. Dada la especialidad de estas leyes, el derecho a la alimentación se reduce a regular las relaciones jurídicas entre personas unidas por vínculos de parentesco natural o legal y procedimientos de protección a la infancia (Kappes y Ríos, 2008, p.13).

En un estudio nacional de la “alimentación escolar y su vinculación con las compras locales de la agricultura familiar”

Se identifican los principales retos del programa de alimentación escolar. En las que indica el fortalecer la articulación institucional pública y privada, incorporación de la academia, creación de instrumentos legales que faciliten las compras, fortalecer la alimentación desde la experiencia, asistencia técnica, contratación de profesionales nutricionistas, entre otros aspectos (FAO, 2013, p.4).

Contexto de la Asociación Compartir

La Asociación Compartir lleva a cabo un proyecto de merienda escolar. Esta iniciativa contemplada por parte de la Asociación Compartir, mediante provisión de arroz mannapack¹⁶, dicho alimentos es donación recibida de Fundación FABRETTO y la respectiva gestión de compra de insumos para la elaboración de la merienda escolar que contemple otros alimentos como ser: (a) granos básicos (harina de maíz, harina de trigo, frijoles, arroz, avena, cereales) (b) grasas (aceite, manteca, margarina) (c) condimentos (azúcar). Así mismo la institución provee de utensilios de cocina básicos necesarios para la elaboración de la merienda (ollas, sartén, comal, cucharones, cuchillos, tenedores, cucharas, platos, tazas, vasos, tabla para picar, licuadora).

Comité de merienda escolar Asociación Compartir. Está conformado mediante la participación de los padres/madres de familia o encargados de los menores. Dichos Comités son organizados mediante el procedimiento democrático establecido para tal fin, el cual los padres y madres de familia trabajarán en grupos para la preparación de la merienda, estos grupos tendrán roles rotativos propiciando espacios de participación y empoderamiento comunitario.

Esta modalidad supone la realización de las gestiones necesarias por parte de los Comité, para el aporte de una contraparte la cual deberá ser proporcionada de forma gratuita y voluntaria, de una manera equitativa y por turnos según se vaya dando la necesidad de los mismos como: condimentos (consomé, sal, comino, canela, ajo, vinagre, salsa ketchup, miel o jalea), hierbas aromáticas para cocinar (albahaca, perejil, romero, orégano, tomillo cilantro), vegetales (chile, cebolla, tomates, papas), agua potable para la elaboración de los alimentos huerto familiar.

¹⁶ El arroz mannapack es un suplemento alimenticio contiene soya texturizada, una fuente de proteína de alta calidad y contiene una mezcla de vitaminas y minerales. 1 taza preparada contiene 210 calorías, 2 gramos de grasas, 42 gramos de carbohidratos y 11 gramos de proteína. Para más información de este producto revisar enlace: <https://www.fmsc.org/-/media/files/pdfs/partner-resources/nutritional-education/mannapack-rice/mpr-poster-1-spanish.pdf>

Dentro de las actividades principales que se han realizado en función del proyecto son las siguientes: (a) elaboración de recetario. (b) estandarización de recetas para brindar merienda a 1,165 NN que asisten a las tutorías de cada CDC. (c) ejecución del proceso de conformación de Comités de Merienda Escolar, estableciendo los grupos y turnos para la elaboración de alimentos. (d) proceso de sensibilización y capacitación a las madres y padres de familia o encargados sobre temas como valor nutritivo de los alimentos, preparación adecuada de los alimentos, prevención de enfermedades, cuidado del agua, manejo apropiado de los alimentos, higiene culinaria. (e) compra de los insumos aprobados. (f) habilitar espacios adecuados para el almacenamiento de los insumos. (h) supervisión y monitoreo de la ejecución del proyecto (Asociación Compartir y UNAH, 2023, pp.77-79)

Si bien la Asociación Compartir tiene la disposición de contribuir a la nutrición de los niños/as en las zonas de influencia, sin embargo las acciones que han realizado no son sostenibles, por la falta de recurso humano capacitado en Nutrición, constancia en los procesos de educación alimentario nutricional, validación de recetarios, variabilidad en las preparaciones de las recetas, falta de acuerdo con instancias gubernamentales para los procesos de asistencia técnica, entre otras necesidades.

Otra situación es que la población varía cada año, debido a que muchos hogares deciden mudarse de las colonias, otros ya no necesitan formar parte de los programas de la Asociación Compartir, otros deciden abandonar los programas por buscar otras oportunidades de empleo, entre otras razones. Dentro de lo que se ha observado y mediante la consulta al personal institucional de la Asociación Compartir la población que mantienen la permanencia por 2 años consecutivos son los preescolares que están en los CDC.

Alternativas de solución

La falta de acceso y consumo a una alimentación saludable es un problema multicausal, por lo que se ha contemplado abordar una propuesta que está focalizada en la capacidad organizativa y recursos humanos disponibles en la Asociación Compartir y actores vinculados a dicha organización.

La propuesta está diseñada para ser implementada con la población preescolar entre las edades de 4 a 6 años, con un enfoque integral que involucre la participación de los padres/madres o encargados de los niños/as, de igual manera permite un mayor compromiso de parte de los padres/madres de los niños/as al estar pendientes de las necesidades que ellos/as presentan, en cambio con los demás programas no hay una interacción directa con los padres/madres, por lo que depende solo del niño/a.

En tabla 2 se presenta un breve análisis de selección de alternativas de solución.

Tabla 2

Análisis de alternativas de solución para el posterior diseño de la propuesta

Causas principales del problema	Alternativas de solución	Recursos materiales disponibles	Capacidad organizativa y recurso humano de la institución	Conocimientos técnicos y posibilidad de adquirirlos	Alianzas estratégicas
Bajos ingresos mensuales para cubrir una canasta básica mensual	Se contempla trabajar en la implementación de 3 huertos comunitarios ¹⁷ como pilotaje ubicados en la Colonia de VINU	Se dispone de herramientas en cada uno de los CDC (rastrillos, palas, azadón, piochas), se dispone de semillas	Se dispone de asistencia técnica en implementación de huertos a través de la Carrera de	Asistencia técnica de parte de las universidades,	INFOP ²¹ , PRONADERS, UNAH.

¹⁷ Sólo se contempla 3 huertos comunitarios debido a que disponen de espacio físico para implementar el huerto, el CDC de NUSU nos dispone de espacio para establecer un huerto, para abastecer a la población de este centro, se plantea considerar el espacio del Centro ecológico “La Montañita”.

Causas principales del problema	Alternativas de solución	Recursos materiales disponibles	Capacidad organizativa y recurso humano de la institución	Conocimientos técnicos y posibilidad de adquirirlos	Alianzas estratégicas
	sector 2, sector 3 y Los Pinos para luego implementarse en centro ecológico La Montañita y abastecer el CDC de NUSU.	y plántulas (hortalizas).	Biología mediante un acuerdo de vinculación con UNAH y la Asociación ¹⁸ .	La institución INFOP ¹⁹ , facilita asistencia técnica en huertos familiares y comunitarios. A nivel gubernamental está el programa PRONADERS ²⁰ .	
Falta de EAN	Implementación de guías alimentarias y mediante el fortalecimiento de las capacidades organizativas y técnicas del personal institucional, comités	Materiales de oficina, transporte, utensilios de cocina	Asistencia por parte de los practicantes del Servicio Social Comunitario y profesores de la Carrera de	Mediante la Educación No formal dirigida a padres/madres y a los/as facilitadores/as de los diferentes CDC.	Carrera de Nutrición UNAH.

¹⁸La vinculación Universidad-Sociedad de la UNAH, es el conjunto de acciones que se realizan para resolver problemas y ejecutar proyectos que tengan un impacto positivo en la sociedad (Dirección vinculación universidad sociedad [DVUS], 2024,párr.1).

¹⁹ Instituto Nacional de Formación Profesional (INFOP), creado mediante decreto Ley No.10, 1972. Es la institución rectora de las políticas de formación profesional encaminadas al desarrollo económico y social del país.

²⁰ Programa Nacional de Desarrollo Rural y Urbano Sostenible (PRONADERS). Fue creado mediante Decreto Legislativo No. 12-2000. Con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las comunidades rurales, a través del desarrollo humano, social, ambiental y productivo, basado en la autogestión y participación comunitaria (La Gaceta, 2010, citado en Tribunal Superior de Cuentas [TSC] p.2)

Causas principales del problema	Alternativas de solución	Recursos materiales disponibles	Capacidad organizativa y recurso humano de la institución	Conocimientos técnicos y posibilidad de adquirirlos	Alianzas estratégicas
	de merienda escolar, asociaciones de madres/padres de familia, en temas de alimentación saludable para brindar una adecuada orientación en la mejora del estado nutricional de los preescolares.		Nutrición, UNAH.		
Baja diversidad alimentaria	Incorporando nuevos productos alimentarios ²² .	Herramientas, invernadero, semillero, semillas, abonos.	Comité y Asociaciones de padres/madres de los niños/as en preescolar.	Asistencia técnica de profesores y estudiantes de la Carrera de Biología.	Carrera de Biología UNAH.

Nota: las alternativas de solución se han contemplado en base a la disponibilidad de recursos por parte de los CDC y actores gubernamentales con disponibilidad para proporcionar asistencia técnica a la población. Existen múltiples causas que están relacionadas con la problemática, pero al no contar con suficientes recursos económicos, humanos, materiales para su ejecución, no se contemplan para esta propuesta. Fuente: Elaboración propia, 2023

²² Los nuevos productos son los más factibles de producir como hierbas aromáticas, tubérculos y hortalizas: rábano, remolacha, zanahoria, yuca, camote, cilantro, brócoli y hierbas aromáticas (albahaca, tomillo, cilantro, menta, hierba buena, orégano) no se considera frutas por el poco espacio en los CDC.

MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

El documento de la UNICEF sobre Estado Mundial de la Infancia (2019), provee algunas claves importantes para enmarcar conceptualmente el análisis de la propuesta que aquí se presenta, entre otras, destacan las que se enumeran a continuación:

Al menos 1 de cada 2 niños/as menores de 5 años sufre de **hambre oculta** entendida como la falta de vitaminas y otros nutrientes esenciales.

La carga de la malnutrición recae principalmente en niños/as y jóvenes de los estratos más pobres y marginados, perpetuando el ciclo de la pobreza.

En las ciudades los niños/as pobres viven en **desiertos alimentarios**, donde no hay alimentos sanos, donde abundan los productos procesados con alto contenido calórico y bajo en nutrientes.

Las familias pobres tienden a seleccionar alimentos de baja calidad con menor precio. Debido a la pobreza, los niños/as más desfavorecidos corren riesgo de sufrir malnutrición.

Millones de niños/as no comen una cantidad suficiente de los alimentos que necesitan, mientras que millones más consumen en exceso los que no necesitan: la mala alimentación es ahora el principal factor de riesgo de la carga mundial de morbilidad (UNICEF, 2019, pp.8-9).

Estos son algunos mensajes claves que se relacionan con la problemática descrita “La falta de acceso y consumo a una alimentación saludable en niños y niñas” esta situación puede perjudicar su desarrollo cognitivo, debilitar su sistema inmunológico lo que hace más vulnerables a enfermedades infecciosas (IRAS y EDAS) limitando su crecimiento y desarrollo adecuado, aumentando el riesgo de morbilidad, comorbilidades e incluso mortalidad²³ (UNICEF, 2019, p.102).

²³ La morbilidad se refiere a una enfermedad específica en un lugar y margen de tiempo determinados en relación con el número total de la población.

La comorbilidad refiere a que una persona sufre de manera simultánea de más de 2 enfermedades.

Para este contexto es importante tener en cuenta que una alimentación saludable es una de las principales prioridades para prevenir tanto las enfermedades infecciosas como las ECNT. Los buenos o malos hábitos alimentarios se verán reflejados en la etapa adulta o incluso ya se están reflejando en la etapa infantil. En un principio se creía que las enfermedades crónicas no transmisibles (enfermedades cardiovasculares (ECV), diabetes (DBT), hipertensión arterial (HTA), sobrepeso, obesidad entre otros) eran enfermedades de adultos o adultos mayores; sin embargo esa situación ha cambiado actualmente, debido a la facilidad económica, física, social de alimentos no saludables y sobre todo la influencia a nivel ambiental en la selección de alimentos con bajo o nulo aporte nutricional. El principal factor de riesgo de estas enfermedades es la obesidad, cuya tendencia está en aumento a nivel mundial, con niveles de sobrepeso y obesidad que oscilan entre 33,6% de los niños, niñas y adolescentes de cinco a 19 años (OPS, 2023, párr. 4-6).

En virtud de la importancia señalada de las Enfermedades **Crónicas No Transmisibles (ECNT)**, cabe poner en común este concepto, son afecciones de larga duración que, por lo general, evolucionan lentamente y no se transmiten de persona a persona. Estas enfermedades afectan a todos los grupos de edad y representan un grupo heterogéneo de padecimientos como la diabetes e hipertensión arterial, entre otros; constituyendo un problema de salud pública por ser una causa de morbilidad (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2023, p.29).

Es importante reconocer los principales factores de riesgo de las ECNT que se desencadenan desde los malos hábitos alimentarios (alimentación poco saludable), inactividad física, consumo frecuente de tabaco y bebidas alcohólicas, como otros factores ambientales, genéticos que pueden directamente predisponen las ECNT (Duarte, 2017, párr. 4).

La principal acción es lograr mejorar los estilos de vida, principalmente la alimentación saludable, reducir los niveles de estrés mediante actividades físicas, eliminar o reducir el consumo bebidas azucaradas, alcohólicas, gaseosas.

Más allá de nuestros hábitos alimenticios y estilos de vida, para garantizar un acceso y consumo a una alimentación saludable, implica incorporar la visión de la **Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN)**; la que definiremos como un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo (Instituto Nutricional de Centro América y Panamá [INCAP], citado en OPS, 2010, párr.2).

De igual manera la FAO la ha descrito de la siguiente manera: “a nivel de individuo, hogar, nación y global, se consigue cuando todas las personas, en todo el momento, tienen acceso físico y económico a suficiente alimento, seguro y nutritivo para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias con el objeto de llevar una vida activa y sana” (FAO desde la Cumbre Mundial de la Alimentación, 1996 citado en FAO, 2007, p.2)

La SAN se define como el derecho a nivel de individuo, hogar, nación y global, a tener acceso físico, económico, social, oportuno y permanente, a una alimentación adecuada en cantidad y calidad, con pertinencia cultural, preferiblemente de origen nacional, así como a su adecuado aprovechamiento biológico, para mantener una vida saludable y activa, sin discriminación de raza, etnia, color, género, idioma, edad, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social.

Para garantizar una adecuada SAN, se desagregan en las siguientes dimensiones: Disponibilidad alimentaria, acceso físico, económico y social a los alimentos, consumo alimentario y utilización o aprovechamiento biológico de los alimentos. Además de estos pilares existen factores como culturales, sociales, educativos y biológicos que afectan la aceptabilidad y aprovechamiento adecuado de los alimentos (SESAN, 2019, párr.2).

Sin embargo, el concepto de la SAN ha evolucionado en el que se reconoce de esencial importancia adicionar: estabilidad, arbitrio y sostenibilidad (HLPE, 2020, p.14).

Definiendo las dimensiones que conforman la SAN comenzaré describiendo el **Acceso alimentario** puede ser físico y/o económico. La falta de acceso físico se da cuando los alimentos no están disponibles en cantidad suficiente allí donde se necesita consumirlos. El aislamiento de las poblaciones y la falta de infraestructuras pueden incidir en la imposibilidad de contar con alimentos en condiciones adecuadas de manera permanente o transitoria (FAO, 2015,párr.8).

Se refiere a la capacidad económica para comprar los alimentos que a la vez se encuentren disponibles en los mercados locales y socialmente puedan estar al alcance de hombres, mujeres, niños/as, adultos mayores.

Hay diferentes formas de poder medir el acceso, es utilizando instrumentos como la canasta básica de los alimentos asociada principalmente con datos de pobreza; está es una de las formas más empleadas para medirla. Otras formas de medir la accesibilidad alimentaria es mediante los siguientes índices:

El costo de una canasta básica con relación al salario mínimo. Permite conocer el alcance del salario para cubrir las necesidades alimentarias y al comparar las tendencias se posibilita ver la evolución del nivel de vida.

Valor de los productos básicos y de una canasta en términos de horas de trabajo equivalentes, remuneradas al salario mínimo.

Porcentaje de gastos en alimentos en relación con los gastos totales. Se pueden obtener a través de las encuestas de presupuesto familiar o de las encuestas de gastos e ingresos (esta última en sustitución de las encuestas de consumo) puesto que los pobres gastan gran parte de sus ingresos en alimentos. Es un indicador útil si se interpreta bien.

El acceso a los alimentos es una condición imprescindible para la SAN a escala familiar para lo cual es necesario: La autoproducción para el autoconsumo para las familias que producen sus alimentos para consumirlos para estos es imprescindible: disponer de tierra e insumos, herramientas, semillas nativas, asesoría en buenas prácticas agrícolas, agua, abono, fertilizantes orgánicos, cuidados semanales y para los producción comunitaria a nivel de los centros comunitario es importante disponer de la organización comunitaria y la organización de la comercialización de los excedentes de cosecha.

Otra situación a nivel de los hogares que compran todos su alimentos, viven en su mayoría con ingresos monetarios (trabajo que permita devengar por lo menos un salario mínimo que le garantice a él y a su familia cubrir sus necesidades alimentarias y no alimentarias) cercanos a los salarios mínimos oficiales. En muchos países donde hay suficiente oferta de alimentos la condición imprescindible para adquirirlos es tener un poder de compra suficiente. A escala nacional esto depende de la distribución de las riquezas (equidad) lo cual está ligado al desarrollo socioeconómico y humano (FAO, 1996 citado en Figueroa, 2005,párr.44).

En cuanto al **consumo alimentario** se refiere a que las existencias alimentarias en los hogares respondan a las necesidades nutricionales, a la diversidad, la cultura y las preferencias alimentarias. También tiene en cuenta aspectos como la inocuidad, la dignidad, las condiciones higiénicas de los hogares y la distribución con equidad dentro del hogar (FAO, 2015, párr.10).

El consumidor aparece, así como un agente a la vez generador e impulsor de cambios dentro del sistema de producción y distribución de alimentos. Sus demandas se transmiten desde los minoristas a mayoristas e industriales y, en última instancia, a agricultores y ganaderos (Samir Mili, 2005, p.222).

Para determinar el consumo alimentario de un individuo, familia y comunidad es necesario definir los patrones **de consumo alimentario**, se le denomina de esta manera al conjunto de alimentos que un individuo, familia o comunidad consumen de manera ordinaria y habitual con una frecuencia

estimada de por lo menos una vez al mes, o bien que estos productos tengan un arraigo en sus preferencias alimentarias, es decir la forma en la que acostumbramos a comer.

Se ven influenciados por elementos de tipo social, económico y cultural, lo que los hace cambiar constantemente a través de los años, sin embargo, hay alimentos tan arraigados a nuestro Patrón Alimentario que se conservan hasta hoy en día. En las últimas décadas los factores socioeconómicos y culturales han generado cambios acelerados en los Patrones Alimentarios que no han resultado del todo saludables tanto a nivel individual como en la salud pública e incluso para el medio ambiente (UNAM, 2021, p.2-3).

Existen diversos tipos evaluaciones para medir el consumo alimentario a nivel individual, familiar y comunitaria para fines de este contexto se basará en definir uno de las herramientas más utilizada para este tipo de evaluación: **Cuestionarios de frecuencia de consumo** son herramientas utilizadas para determinar la relación de la ingesta dietética y las enfermedades o factores de riesgo. Estos cuestionarios presentan una lista de alimentos que debe reflejar los diferentes grupos de alimentos. Las preguntas se pueden plantear de forma abiertas (cuestionarios cualitativos) este tipo de cuestionario no preguntan por la raciones alimenticias consumidas, otro tipo de estos cuestionarios son los semi-cuantitativos presentan raciones estándar y los cuestionarios cuantitativos solicitan al encuestado que estime el tamaño de la ración consumida en medidas caseras o en gramos²⁴. Estos cuestionarios pueden ser auto-administrados en papel, digital o entrevista personal o vía teléfono (Pérez Rodrigo et al., 2015, p.45).

Dentro de la lista de alimentos se incluye una variedad de grupos alimentarios, es importante considerar que sea clara, concisa, organizada, muy bien estructurada y adaptada a la cultura alimentaria donde se va a implementar el cuestionario (para evitar preguntar por algunos alimentos que la población desconoce). La longitud de la lista puede variar de 20 a 100 alimentos aproximadamente. Las preguntas que se pueden realizar es en relación con la frecuencia que consume estos alimentos a la semana que

²⁴ Está última opción implica un esfuerzo importante en el participante.

puede ser: nunca, 1 vez semana, 3 veces a la semana, todos los días; o se pueden desagregar con exactitud cuántos días a la semana o incluso al mes ²⁵.

Estos cuestionarios nos permiten hacer un análisis de la **diversidad de la dieta**, se refiere a la variedad de alimentos que conforman una dieta, incluyendo diferentes tipos de especies vegetales, animales entre otros organismos consumidos por los seres humanos.

La diversidad de la dieta es un factor clave para asegurar una ingestión adecuada de nutrimentos y promover la salud. Por el contrario, la falta de diversidad en la dieta de los niños pequeños contribuye de forma importante a la desnutrición, a deficiencias nutricionales, así como a la obesidad y problemas de salud en etapas posteriores de la vida. Se sabe que la diversidad en la dieta infantil es el resultado de la interacción de una serie de factores ambientales e individuales como las preferencias de los niños, las actitudes y los comportamientos de los padres respecto a la alimentación, las características del entorno social, la educación, la cultura, el tiempo destinado para elegir y preparar los alimentos, la disponibilidad y acceso a los alimentos, además del ingreso y el grado de seguridad alimentaria en el hogar (Mundo et.al, 2014, párr.1)

De igual manera a través de los análisis con la información que nos aportan estos cuestionarios aplicados a la población se adaptan los procesos de intervención nutricional mediante la **Educación Alimentaria Nutricional (EAN)** está es la combinación de estrategias educativas, acompañadas de apoyos ambientales, diseñadas para facilitar la adopción voluntaria de elecciones alimentarias que conducen a un estado óptimo de salud y bienestar. La educación alimentaria nutricional tiene tres componentes: 1) motivación, 2) acción y 3) ambiente.

Para elegir la técnica de educación adecuada para cada persona, se deben considerar las características psicoemocionales individuales, especialmente las motivaciones para el cambio y el tipo de

²⁵ Un ejemplo de cuestionarios de Frecuencia de consumo <https://www.proyectoinma.org/wp-content/uploads/2022/03/n2frecalimentaria.pdf>

personalidad, ya que ambos han mostrado ser buenos predictores de la conducta alimentaria. Dentro de los recursos educativos posibles de utilizar para realizar la educación en alimentación nutricional se encuentran indicaciones verbales, material escrito, uso de internet, dispositivos portátiles, aplicaciones de teléfonos inteligentes, e incluso la clase de cocina. La evidencia demuestra que la educación alimentaria nutricional impacta favorablemente la adherencia a las intervenciones nutricionales, lo cual a la vez se ve reflejado en efectos positivos en la salud. (Juan Espejo et al., 2022, p.391)

La EAN debe comenzar desde la infancia, ya que en esta etapa se deben establecer los hábitos alimentarios saludables para que nos acompañen durante toda nuestra vida y gocemos de una existencia sana y, en muchos casos, libre de enfermedades derivadas de la malnutrición y desnutrición. Por ello, es esencial hacer hincapié en una educación nutricional para niños. La familia y la escuela son los responsables de impartir una educación alimentaria adecuada, proporcionar herramientas valiosas para construir hábitos alimentarios saludables y adquirir estilos de vida sanos. Necesitamos tener una cultura alimentaria que nos haga conscientes de la importancia de la primera necesidad humana como es la comida (Acción Contra el Hambre, 2021, párr.1)

Desde el año 2001 una de las formas de educar en alimentación y nutrición a la población de Honduras, es mediante la Guía Alimentaria Basada en Alimentos (GABA), como una de las herramientas de EAN más utilizadas, el propósito de la guía es promover el consumo de alimentos sanos, variados y culturalmente aceptables a la población y a la vez corregir hábitos alimentarios inadecuados.

Se presenta un conjunto de recomendaciones que tienen como objetivo fomentar una alimentación saludable, a manera de prevenir las ECNT y las enfermedades producidas por carencias de nutrientes.

Dentro de los mensajes de la guía alimentaria para Honduras están los siguientes:

- (a) Para tener buena salud coma diariamente alimentos de todos los grupos, como lo indica el ícono.

- (b) Coma frutas y verduras diariamente porque tienen vitaminas que previenen enfermedades.
- (c) Coma carnes, pescado o vísceras, al menos dos veces por semana para ayudar al crecimiento y fortalecer el cuerpo.
- (d) Disminuya el consumo de alimentos fritos y embutidos para tener un corazón sano.
- (e) Disminuya el consumo de sal, y evite el uso de consomés, cubitos y sopas instantáneas para prevenir la presión alta.
- (f) Tome al menos 8 vasos de agua al día para el buen funcionamiento de su cuerpo.
- (g) Camine al menos media hora diaria para mantenerse saludable y sin estrés (Secretaría de Salud [SESAL] et al., 2013, pp.13-17).

Figura 3
Guía Alimentaria para Honduras



Nota: El la representación de la olla promueve que todos los días y en cada tiempo de comida se debe consumir cereales, granos, tubérculos, lo que representa la base de la olla. Las frutas, hojas verdes

y verduras se promueve un consumo diario en todos los tiempos de comida. Los huevos, leche y sus derivados indica que al menos 3 veces por semana se deben consumir en mayor proporción que las carnes ya que éstas recomiendan que se consuman al menos 2 veces por semana y en menor proporción que el huevo y los productos lácteos. Las Azúcares y grasas se refiere a los carbohidratos simples (repostería, dulces, jugos) y como fuente de grasas, los aceites, mantequilla, mayonesa, margarina entre otras. En cuanto al consumo de agua y actividad física se promueve diariamente. Fuente: SESAL et al., 2013, p17.

Dentro de la guía también se describen los conceptos de macronutrientes y micronutrientes²⁶

Macronutrientes son nutrientes requeridos en grandes cantidades, pero siempre considerando que sea de buena calidad y que esté en su composición más natural con un aporte adecuado en fibra.

Carbohidratos: la fuente de energía como base para funcionamiento de todos los órganos y para realizar actividades diarias.

Proteínas: Sus funciones principales son: formación, reparación y mantenimiento de los tejidos del organismo tales como el cabello, uñas, piel, músculos, sangre, huesos. Las proteínas también aportan energía. Clasificándose en Origen animal y vegetal.

Grasas: Son constituyentes de la pared celular, ayudan a la formación de hormonas y membranas, útiles para la absorción de las vitaminas A, D, E y K.

Micronutrientes

Vitaminas: El cuerpo humano solo necesita pequeñas cantidades para tener un funcionamiento normal y al no consumirlas, la salud se ve afectada seriamente. Las principales

²⁶ GABA para Honduras disponible en: <http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/GUIASALIMENTARIAS.pdf>

fuentes de vitaminas son las verduras, las frutas, las hojas verdes y alimentos de origen animal y los alimentos fortificados.

Minerales: también se necesitan en pequeñas cantidades y forman parte de los tejidos y tienen funciones específicas en el organismo. Los minerales se encuentran en muchos alimentos, especialmente en los de origen animal como leche, huevos, queso, mariscos y sal yodada (SESAL et al., 2013, pp.7-8).

Continuando con la conceptualización de las dimensiones de la SAN, está la **disponibilidad alimentaria** se refiere a que el alimento esté presente en cantidad según sea la demanda a nivel de un país, región, municipio, comunidad; de igual manera ofreciendo productos variados para abastecer las necesidades nutricionales de la población. La disponibilidad alimentaria puede verse muy afectada ya que depende de las condiciones climáticas, generando grandes pérdidas de alimentos en un país e implicado el acceso económico y físico a alimentos en cantidad y variedad. Otros de los factores de los que depende la disponibilidad son las importaciones, exportaciones y condiciones del comercio externo (OPS, 2010, párr.3).

Los procesos de producción alimentaria no se han manejado de forma adecuada, generando grandes cantidades de desperdicio de alimentos, el abuso de pesticidas y fertilizantes químicos, monocultivos, deforestación, acaparamiento de tierras entre otros múltiples problemas que se ve afectado las condiciones climáticas (generando un ciclo vicioso con la inaccesibilidad de los alimentos), la calidad y la diversidad alimentaria; contribuyendo a las enfermedades por el consumo de alimentos no aptos para los seres humanos. Por lo se considera que la producción alimentaria se lleve a cabo mediante **Buenas Prácticas Agrícolas** (BPA) que sean amigables con el medio ambiente y de calidad productiva entendiéndose por BPA al conjunto de principios, normas y recomendaciones técnicas aplicables a la producción, procesamiento y transporte de alimentos, orientadas a cuidar la salud humana, proteger

el ambiente y mejorar las condiciones de los trabajadores y su familia (Cámara de Sanidad Agropecuaria y Fertilizantes [CASAFE], 2015, p.3).

Estas prácticas abordan diversos aspectos de la producción, desde la selección de semillas y la gestión del suelo hasta el uso de pesticidas y el manejo de desechos.

La implementación de las BPA son indispensables para reducir la contaminación, conservar la biodiversidad y conservar los recursos naturales (agua, suelo); el uso excesivo de productos químicos, ha generado pérdidas de la biodiversidad además de los efectos en la salud de los consumidores (FAO, s.f, p.1).

Las BPA son una manera especial de producir y procesar los productos agrícolas, de modo que los procesos de siembra, cosecha y poscosecha de los cultivos cumplan con los requerimientos necesarios para una producción sana, segura y amigable con el ambiente. Así, las BPA promueven que los productos agrícolas no hagan daño a la salud humana y animal ni al medio ambiente; protegen la salud y la seguridad de los trabajadores; tienen en cuenta el buen uso y manejo de los insumos agrícolas. (CASAFE, 2015, p.3).

Una de las buenas formas para producir alimentos, minimizando los desperdicios, protegiéndolos contra plagas y otros contaminantes es a través de la **producción en invernaderos**, estos están formados por una estructura metálica o de plástico cubierta por materiales translúcidos para conseguir la máxima luminosidad en el interior. Dentro de este invernadero obtendremos unas condiciones artificiales (microclima) que generan a las plantas una mayor productividad con un mínimo costo y en menos tiempo. Resguarda a las plantas o cultivos que están en su interior de daños ambientales como heladas, fuertes vientos, granizo, plagas de insectos, etc.

El control ambiental en los invernaderos está basado en manejar de forma adecuada todos aquellos sistemas instalados en el invernadero, como calefacción, ventilación y el suministro de fertilización carbónica, para mantener los niveles adecuados de radiación, temperatura, humedad

relativa y nivel de CO₂, y así conseguir la mejor respuesta del cultivo y por tanto, mejoras en el rendimiento, precocidad, calidad del producto y calidad del cultivo en general (Berger, 2017, párr.2).

Otra de las dimensiones de la SAN es la **Utilización Biológica** de los alimentos se refiere al uso que hace el organismo de los nutrientes ingeridos en la dieta. Esto depende tanto del alimento (su composición química y su combinación con otros alimentos), como de la condición de salud del organismo, que pueden afectar la absorción y la biodisponibilidad de los nutrientes ingeridos y de las condiciones individuales que pueden provocar un aumento de los requerimientos nutricionales de los individuos (INCAP, s.f, p.22).

Está relacionada con el estado nutricional, como resultado del uso individual de los alimentos (ingestión, absorción y utilización). La inadecuada utilización biológica puede tener como consecuencia la desnutrición y/o la malnutrición. Con frecuencia se toma como referencia el estado nutricional de los niños y las niñas, pues las carencias de alimentación o salud en estas edades tienen graves consecuencias a largo plazo y a veces permanentes (FAO, s.f, p. 4).

Para garantizar la seguridad alimentaria y nutricional es importante que los hogares dispongan de **estabilidad** se refiere a la consistencia y sostenibilidad de los suministros de alimentos y la capacidad de las personas para acceder a ellos a lo largo del tiempo. Lo que implica que las personas no deben estar en riesgo de perder el acceso a los alimentos como resultado de crisis repentinas, por ejemplo, crisis económicas o climáticas (FAO, 2008, p.1). La estabilidad alimentaria no solo se refiere a la disponibilidad física de alimentos, sino también a la capacidad de las personas para acceder a alimentos nutritivos de manera consistente. Esto implica garantizar que las personas no solo tengan acceso a suficientes calorías, sino también a una dieta equilibrada y nutritiva que cubra todas sus necesidades alimentarias (FAO, s.f, p.25).

Toda acción es SAN de funcionar a largo plazo lo que implica la **sostenibilidad alimentaria**, con bases económicas, sociales e implementando prácticas agroalimentarias amigables con el medio ambiente, necesarias para proporcionar la SAN.

La sostenibilidad alimentaria es indispensable para lograr alcanzar las condiciones de SAN debido a la necesidad de implementar acciones que involucren prácticas agrícolas amigables con el medio ambiente que contribuyan a erradicar el cambio climático, la explotación de recursos naturales, la desigualdad económica, social cultural, con el objetivo de contribuir a los sistemas alimentarios saludables a largo plazo y que las generaciones actuales y futuras lleven una vida saludable.

Es fundamental incorporar la sostenibilidad en el concepto de seguridad alimentaria y nutrición porque algunas tendencias en auge tales como el cambio climático y la degradación de los recursos naturales, así como la desigualdad social y económica cada vez mayor, debilitan la capacidad de los sistemas ecológicos para interactuar con los sistemas sociales. y económicos a fin de contribuir a la producción de alimentos diversos y saludables y los medios de vida de los sistemas alimentarios en el futuro (FAO, 2006 citado en HLPE, 2020).

Para los sistemas alimentarios, el concepto y el parámetro de la huella ecológica proporciona una representación útil de la dimensión de la sostenibilidad en el sentido de que tiene en cuenta no solo cuales son los alimentos que consumen las personas, sino también el modo en que estos se producen elabora, transportan y utilizan. La utilización de este parámetro alienta las prácticas que mantienen o mejoran el capital natural y desincentiva las que lo agotan (HLPE, 2019 citado en HLPE, 2020).

Para implementar las acciones encaminadas a mejorar las condiciones de acceso y consumo alimentario es necesario la **participación comunitaria** de todos los actores involucrados.

Está busca fortalecer el vínculo entre las personas, los sistemas, las estructuras y los servicios (tanto formales como informales) que se han diseñado para satisfacer sus necesidades. Es decir,

fortalecer la gobernanza, la calidad de la prestación, los sistemas de servicio y mejorar los mecanismos de rendición de cuentas (UNICEF, s.f, párr.3).

Es un proceso donde se interrelacionan entre sí los integrantes de la comunidad y éstos con instituciones u organizaciones de diversa índole, con el fin de buscar soluciones a los problemas que les afectan y, por tanto, implica la incorporación de la gente en la toma de decisiones respecto a los cambios que han de emprenderse desde la misma comunidad (Chirino, p.23, 2019).

La participación comunitaria permite estar en constante aprendizaje mediante la gestión y ejecución de acciones que estén encaminadas a solventar problemáticas presentadas en una determinada comunidad.

Una de las formas de fomentar la participación comunitaria es a través de las **metodologías comunitarias participativas**, se usan para fomentar la participación de las personas. Aprender mediante herramientas visuales, auditivas por medio de dibujos, juegos de roles y trabajo en pequeños grupos permite que la gente participe activamente en el proceso, sin importar el grado de experiencia o cargo/título o capacidad para comunicarse.

Algunos ejemplos: Línea del tiempo, sociodrama, indagación apreciativa, café mundial, FODA, árbol de problemas, árbol de sueños, compromisos y miedos, mapa de sueños, entre otros²⁷ (Red Salud, 2017, pp.4-5).

El objetivo es animar, concientizar y fomentar a las personas que se apropien del tema, contribuyan con sus experiencias y se sientan parte de la solución de la problemática o tema identificado

²⁷ Para más detalle sobre cada una de las metodologías comunitarias participativas ver los siguientes enlaces:
<https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/3997/1/Soliz,%20F-CON008-Guia5.pdf>
<https://redsalud.ssmso.cl/wp-content/uploads/2019/03/Gu%C3%ADa-de-metodolog%C3%ADas-participativas-para-Facilitadores-de-grupos.pdf>

a largo plazo permite un **empoderamiento social** “es un proceso que contribuye a que las personas y sus organizaciones puedan ser, hacer y decidir por sí mismas” (COSUDE,2004, citado en ASOCAM, 2007).

El término empoderamiento tiene un elemento común y es conceder poder a alguien, con el fin de que actúe al inicio sólo, o acompañado una vez esté facultado para hacerlo, o bien se acuerde cómo hacerlo, para responder a situaciones problemáticas y necesidades manifiestas en un territorio u organización dada (Jiménez et al., 2022, p.142).

El empoderamiento desempeña un papel crucial en el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), ya que está intrínsecamente relacionado con varios aspectos clave (ODS FOR BUSINESS, 2021, párr.4).

Un entorno alimentario escolar saludable es aquel que impacta positivamente en el derecho a la alimentación adecuada de niños, niñas y adolescentes.

La oferta de alimentos y bebidas saludables, las oportunidades de aprendizaje y experiencias relacionadas con la alimentación que se dan en el entorno escolar pueden moldear patrones alimentarios más saludables durante el resto de la vida. Evidencia internacional muestra que la implementación de acciones que mejoran el entorno escolar pueden aumentar el consumo de alimentos saludables, particularmente de frutas y verduras que es donde hay un mayor desafío para su consumo, disminuir el consumo de alimentos de bajo valor nutricional, logrando la mejora en la calidad nutrimental global de la dieta, así como mejorar los conocimientos sobre estos temas brindando herramientas a niñas, niños y adolescentes para tomar mejores decisiones a lo largo de su vida.

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN DIAGNÓSTICA

Fuentes de información

La caracterización de la situación problemática y el posterior diseño del proyecto, se realizaron accediendo a las diferentes plataformas digitales, informes estadísticos nacionales, marco legal a nivel nacional, informes de la Organización Asociación Compartir, referencias de artículos entre otros (ver tabla 3).

Para la recolección de fuentes primarias, se diseñó un cuestionario que abarca datos socio demográficos (municipio, departamento, colonia, nombre de establecimientos de salud cercanos, nombre de centros educativos cercanos), datos generales del participante (nombre del participante, No. de celular, edad, sexo, estado civil, nivel educativo, ocupación laboral, No. de personas que viven en su hogar, No. de niños/as menores de 5 años), datos sobre la disponibilidad alimentaria (producción alimentaria en el hogar, que tipos de alimentos que se producen, adquisición de los alimentos), acceso alimentario (ingresos mensual del hogar, dinero invertido en alimentos mensual, No. de personas en el hogar con empleo), consumo alimentario (Tipo de preparación que más utiliza en sus comidas, ha recibido talleres o consejería nutricional, frecuencia de consumo de: granos básicos, carnes, productos lácteos, huevos, verduras, frutas, azúcar o miel, pan dulces/postres, comidas rápidas, bebidas gaseosas, café, alcohólicas), utilización biológica (consumo de agua potable, enfermedades diarreicas o infecciones respiratorias agudas en las últimas 2 semanas), dicho cuestionario fue aplicado a madres/padres de familia a los 4 CDC (ubicados en las Colonias VINU sector 2, VINU sector 3, NUSU y Los Pinos) pertenecientes a la Asociación Compartir, con una muestra de 188 personas, por las condiciones de extrema inseguridad social la recolección de datos se realizó desde los CDC de la Asociación compartir.

De igual manera para complementar la caracterización del contexto, se organizó una actividad de metodologías comunitaria participativa; en las que se implementaron las siguientes: entrevistas

semiestructuradas (con formato de preguntas abiertas), mapa de sueños y árbol de sueños, miedos y compromisos, por cuestiones de logística esta actividad no se realizó en la colonia de Los Pinos.

La participación en el CDC de VINE sector 2 fue de 16 madres en este CDC se aplicaron las metodologías de entrevistas semiestructurada y árbol de sueños, compromisos y miedos; en VINU sector 3 la participación fue de 15 madres, se desarrolló las metodologías de mapa de sueños y árbol de sueños, compromisos y miedos y en la colonia de NUSU se realizó la entrevista semiestructurada.

Para la selección de la muestra, se consideró las personas que asistieron a unos de los CDC durante 1 semana. Los criterios de inclusión: padres/madres o encargados de los niños/as que forman parte de alguno de los programas de la Asociación Compartir, padres/madres o encargados que asisten a los CDC durante la semana de recolección de datos y los criterios de exclusión: padres/madres o encargados de los niños/as que no forman de los programas de la Asociación Compartir, padres/madres o encargados que no asisten a los CDC durante la semana de recolección de datos.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Tabla 3

Procedimiento para la búsqueda de la información secundaria requerida para el análisis teórico.

Tareas (¿Qué?)	Método (¿Cómo?)	Periodo (¿Cuándo?)	Técnicas e instrumentos de recolección
Revisión bibliográfica (información secundaria)			
Búsqueda en la biblioteca virtual de la Universidad (UNA)	Accediendo a la página de la biblioteca virtual, para identificar los documentos digitales disponibles con relación a la fundamentación teórica de la problemática “la falta	2022 a 2024	Enlace de la biblioteca virtual de la UNA

Tareas (¿Qué?)	Método (¿Cómo?)	Periodo (¿Cuándo?)	Técnicas e instrumentos de recolección
	de acceso a una alimentación saludable”.		
Búsqueda en la biblioteca virtual de la Universidad (UNAH)	Accediendo a la página de la biblioteca virtual, para identificar los documentos digitales disponibles con relación a la fundamentación teórica de la problemática “la falta de acceso a una alimentación saludable”.	2023 a 2024	Enlace de la biblioteca virtual de la UNAH
Análisis de los insumos recopilados en los cursos	Mediante el acceso a los documentos, presentaciones, artículos, trabajos compartidos en los cursos de la MGSAN.	2022 a 2023	Plataforma virtual de la MGSAN
	Recopilando y analizando la información.		
Búsquedas diversas fuentes bibliográficas	Mediante el acceso a páginas virtuales de instituciones como el INCAP, FAO, OMSA, Banco Mundial, ANED identificando los factores que inciden en la falta de acceso a una alimentación saludable a nivel Latinoamérica y otras regiones.	2023 a 2024	Enlaces de páginas digitales de instituciones como: INCAP, FAO, OMS, Banco Mundial, ANED entre otras instituciones.
Búsqueda de datos estadísticos a nivel nacional	Mediante el acceso a páginas virtuales sobre datos estadísticos a nivel nacional en instituciones como INE, SEDUC entre otras.	2023 a 2024	ENDESA 2019, INE, SEDUC, entre otras instituciones.

Tareas (¿Qué?)	Método (¿Cómo?)	Periodo (¿Cuándo?)	Técnicas e instrumentos de recolección
Búsqueda de referencias de artículos.	Mediante el acceso a páginas virtuales como Scielo, ELSEVIER, Dialnet entre otras.	2023 a 2024	Explorador: Google académico
Revisión de informes del plan estratégico institucional de la Asociación Compartir.	Mediante informes compartidos por la Dirección de la Asociación Compartir, analizando la información referente a los objetivos estratégicos, organigrama, grupos de interés, elementos de innovación entre otros aspectos.	2023	Revisión de informes planes
Revisión de marco legal a nivel nacional			
Revisión de la constitución de la República	Accediendo al documento virtual de la constitución de la República e identificando si muestran explícitamente el Derecho a la Alimentación.	2022	Biblioteca virtual del Tribunal Superior de Cuentas.
Análisis del decreto No.125-2016 Ley de la Alimentación escolar en Honduras	Accediendo a la ley No.125-2016 y analizando los objetivos, competencias, participación social, disposiciones entre otros aspectos.	2022	Revisión de la Gaceta República de Honduras No. 13,380.
Revisión y análisis de la Política y Estrategia Nacional de Seguridad alimentaria y nutricional (PYENSAN)	Accediendo al documento sobre el PYENSAN 2018-2030, identificando lineamientos con relación al acceso a una alimentación saludable (Lineamiento 4, 5, 6, 7,8 y 9)	2022	Documento PYENSAN 2018-2030

Tareas (¿Qué?)	Método (¿Cómo?)	Periodo (¿Cuándo?)	Técnicas e instrumentos de recolección
Revisión del Plan de Acción por la Nutrición en Honduras 2030	Accediendo en la página de la FAO al documento plan de Acción por la Nutrición en Honduras, identificando los grupos prioritarios para Nutrición, áreas de acción y medidas estratégicas para el abordaje de la malnutrición.	2022	Documento PANH 2030
Revisión de marco legal internacional			
Revisión del Plan SAN CELAC	Accediendo en la página de la FAO al documento Plan de Acción Nacional por la Seguridad Alimentaria y Nutricional, identificando y analizando los programas, medidas SAN y las instituciones vinculadas para el seguimiento de dichas acciones.	2022	Documento PLAN-SAN 2030
Revisión de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030	Mediante el acceso a la página de la OPS, destinado a los ODS identificando las acciones y vinculando al proyecto	2022	Página de la OPS, accediendo a los ODS 2030.

Nota: En la tabla 3 se muestra una breve recopilación de la información secundaria obtenida a través de diferentes sitios web, revisión de documentos legales, informes de gobierno, reportes estadísticos entre otros recursos que fueron de utilidad para la caracterización, análisis del problema asimismo la identificación de alternativas de solución. Fuente: Elaboración propia a partir de información secundaria, 2023

Tabla 4

Procedimiento para la búsqueda de la información primaria requerida para el análisis teórico:

Tareas (¿Qué?)	Método (¿Cómo?)	Periodo (¿Cuándo?)	Técnicas e instrumentos de recolección
Recopilación de información de la población de madres/padres o encargados de los niños/as que pertenecen a los CDC de la Asociación Compartir.			
Entrevista estructurada (a través de un formulario de preguntas) dirigido a las madres/padres o encargados.	Mediante una convocatoria a padres/madres se entrevistaron en los CDC.	Septiembre a noviembre 2023	El cuestionario estructurado fue aplicado en 188 madres/padres o encargados de niños/as.
Entrevista semiestructurada (preguntas abiertas).	Está metodología social tipo cualitativo, consiste en preparar preguntas abiertas según sea el tema objetivo; en este caso se buscaba identificar los principales problemas para lograr el acceso a una alimentación saludable.	Febrero 2024	Este tipo de metodologías sólo se desarrollaron en los CDC de VINU sector 2 (muestra 16 personas) y NUSU (muestra 10 personas).
Árbol de sueños, compromisos y miedos	La metodología es tipo cualitativa dirigida a las madres/padres, consiste en plantear sus sueños, compromisos y miedos que permiten orientar los	Febrero 2024	Se enfoca el árbol de sueños, a la temática de la falta de acceso a la alimentación saludable en los centros de desarrollo comunitario en: VINU sector 2

Tareas (¿Qué?)	Método (¿Cómo?)	Periodo (¿Cuándo?)	Técnicas e instrumentos de recolección
	programas o proyectos de intervención comunitaria.		(muestra 16 personas), VINU sector 3 (15 personas) Se utilizaron materiales de apoyo como papelógrafo, marcadores, papel construcción, lápices, pegamento; para diseñar el árbol y que cada uno de los participantes agregaron los sueños, miedos y compromisos.
La creación de un mapa de sueños con la participación de los padres/madres	La metodología consiste en realizar un croquis de la comunidad donde identificar los servicios básicos disponibles para ella, de igual manera se usa para reconocer las necesidades básicas de los habitantes; y son una idea para diseñar propuestas según una necesidad. Está metodología ofrece una visión reveladora de la	Febrero 2024	El croquis se realizó con la participación (muestra 15 personas) de la Colonia VINU sector 3. Los materiales papelógrafo, lápices, marcadores de colores, pegamento, mapa del lugar previamente se buscaron en Google Maps.

Tareas (¿Qué?)	Método (¿Cómo?)	Periodo (¿Cuándo?)	Técnicas e instrumentos de recolección
	realidad actual de sus habitantes. Destaca los elementos de ausencia en la comunidad.		

Nota: En la tabla 4 se muestra una breve recopilación de la información primaria obtenida a través de encuestas y metodologías comunitarias participativas realizadas con la población objetivo. Dicha información es útil, ya que permite adaptar la propuesta en las características particulares que presenta la población, así mismo enfocada en un problema real para la población objetivo. Fuente: Elaboración propia a partir de información primaria, 2023

ANALISIS DE LA SITUACIÓN

Es importante identificar las poblaciones más vulnerables, sus necesidades básicas y reconocer los retos para satisfacer las necesidades en la falta de acceso y recursos. Las respuestas y estrategias incluyen intervenciones de diversos actores gubernamentales, no gubernamentales (ONG) en el ámbito de la seguridad alimentaria, promoción de hábitos saludables, diversificación de la dieta, educación nutricional e iniciativas de protección social (Asociación de Organismos No Gubernamentales [ASONOG], 2023, p.5).

La falta de acceso y consumo a una alimentación saludable es un problema multicausal en la que pueden intervenir diferentes dimensiones de la SAN.

En el presente documento se describe la situación actual en el contexto de la población objetivo, identificando las necesidades y limitaciones presentadas para asegurar el acceso y consumo alimentario.

La InSAN aguda cada año va en aumento a nivel global. Según el informe mundial sobre Crisis Alimentarias (2023), de los 258 millones de personas en situación de inseguridad alimentaria aguda, casi

18 millones se encuentran en América Latina y el Caribe, más de la mitad con 9.7 millones de personas se encuentran ubicados en Centro América en los países: El Salvador, Guatemala, Honduras y República Dominicana (Informe Mundial sobre Crisis Alimentarias, 2023 citado en Sistema de la Integración Centroamericana [SICA], 2023, párr. 2).

Según el Estudio Panorama Regional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FAO, 2023) en el trienio del 2019-2021 al menos la mitad de la población hondureña experimentó algún grado de inseguridad alimentaria, ya sea moderada o grave (ASONOG, 2023, p.4).

Desde 1994 a 2016, Honduras fue calificada entre las naciones más afectadas mundialmente según el Índice de Riesgo Climático Global (IRC). Honduras ha experimentado en las últimas décadas altos niveles de crecimiento urbano, con un número creciente de comunidades de escasos recursos expuestas a eventos climáticos extremos. Una de las áreas más vulnerables es Tegucigalpa y sus alrededores (Stein, pág. 171, 2018).

Las intensas lluvias con el paso de los huracanes en el año 2020 devastaron Honduras y afectaron aún más las comunidades vulnerables. En este contexto de triple emergencia, la seguridad alimentaria se vio afectada negativamente, agravando una situación ya deteriorada para los hogares que enfrentaron pérdida de sus empleos y cosechas (PMA, 2020, párr.3).

De igual manera la población hondureña se ve afectada por la limitación del **acceso** económico, producto del desempleo (un 57.3% de fuerza laboral desocupada o sub ocupada), bajos ingresos y alto costo de la Canasta Básica Alimentaria (CBA), reducción de la capacidad de los hogares para generar ingresos asociados al desempleo u otras situaciones (manejo de enfermedades, tratamientos, accidente entre otros) (Clasificación Integrada de la Seguridad Alimentaria en Fases [CIF], 2024, p.4)

Según datos del Consejo Hondureño de la Empresa Privada (COHEP), para el año 2023, el costo promedio de la canasta básica en Honduras para una familia de 5 miembros ronda los L.11,000 a L.

12,500 mensuales, siendo más alto en las zonas urbanas y en la capital de Tegucigalpa municipio donde se plantea el problema.

Tegucigalpa presenta las tasas más altas de desocupación laboral en Honduras (12.4), se considera desocupados todos aquellos que en la semana de referencia no estaban ocupados, pero estaban disponibles para ocupar un puesto de trabajo²⁸ (INE, 2023, párr.4).

En cuanto al **acceso** a mercados, Tegucigalpa enfrenta varios desafíos que afectan tanto a los consumidores como a los productores locales. La infraestructura y las condiciones de transporte limitado en el país dificultan la distribución de productos alimentarios agrícolas y de consumo básico, especialmente hacia mercados más lejanos. En particular el costo elevado de la energía eléctrica, las condiciones deficientes de seguridad social (delincuencia) también impactan la logística de distribución encareciendo los productos en el mercado y limitando la competitividad de pequeñas y medianas empresas (MiPymes) (International Finance Corporation [CFI], 2022, p.5).

En cuanto al **consumo alimentario** en Honduras, la mayoría de los hogares comen alimentos básicos como el maíz, frijoles y arroz siendo estos representados por el 81% del total de calorías.

La escasa diversidad alimentaria conduce a una alta proporción en el consumo de carbohidratos, lo cual es complementada por el consumo de alimentos procesados/ultra procesados con alto contenido en azúcar.

El patrón de consumo en Honduras es tradicional, enfocado en alimentos altos en energía y poco aporte de proteínas, vitaminas y minerales (son indispensables en el crecimiento de los menores y salud de los seres humanos). Incluye 6 alimentos: maíz, arroz, frijoles, pan dulce, huevos, grasas, azúcar.

En Honduras la Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) es una prioridad debido a los altos índices de InSAN. Actualmente está contemplada dentro de las prioridades en la Política y Estrategia

²⁸ Fuente del INE , 2023, sección 1.3 Desocupados (Tasa de desocupación)
<https://ine.gob.hn/v4/2023/12/01/cifras-del-mercado-laboral-junio-2023/#:~:text=Otro%20de%20los%20problemas%20del,los%20hombres%20es%20de%205.0.>

Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PyENSAN) y en el Plan Nacional de Nutrición y Alimentación (PANH), en la que se establece estrategias para reducir la desnutrición y promover la EAN, especialmente en áreas vulnerables. A través del PANH se busca fortalecer la formación en nutrición en todos los niveles de la población y mejorar la articulación entre los diferentes actores gubernamentales como salud, educación entre otros.

Esta situación se ve reflejada en el estado nutricional y **aprovechamiento biológico** de los alimentos, en la que se refleja un 19.9% de los menores de 5 años sufren de retraso del crecimiento. Las deficiencias nutricionales son un problema crítico entre la población vulnerable, especialmente en niños/as y mujeres embarazadas.

A nivel gubernamental, se ha implementado el programa de la merienda escolar que pretende llegar a 1.3 millones de niños/as, buscando mejorar las condiciones del estado nutricional de los menores, sin embargo, aún existen barreras económicas y estructurales que dificultan su alcance y efectividad.

“Un niño/a que no come bien, no se desarrolla, crecen dependiendo del nivel de desnutrición, entonces si no se invierte en alimentación saludable para la niñez en Honduras, en 25 años la clase productiva será mínima o no va a ver” (Stephanie Hochstetter, 2022 citado en La Prensa, 2022).

Cabe destacar que ninguna política puede garantizar la solución a los problemas alimentarios y nutricionales. Por lo que es necesario reforzar la organización entre los diferentes sectores gubernamentales y no gubernamentales para responder a la malnutrición y el hambre. Contribuir a un acceso de dietas saludables, se requiere de la creación de incentivos para la diversificación de la producción de alimentos ricos en nutrientes dirigidos principalmente a la agricultura familiar, pequeños productores, medidas de transparencia de los precios de los alimentos en los mercados, transferencias en efectivo y otras acciones como la mejora de la alimentación escolar (Lubtekin, 2023 citado en Diario El Heraldo).

Una de las necesidades de la población, es implementar acciones encaminadas a la mejora de la SAN, debido las condiciones de pobreza, pobreza extrema, los malos hábitos alimentarios, alto consumo de alimentos procesados y ultra procesados, la dependencia a la compra de todos sus alimentos que son susceptibles al incremento de los precios de la canasta básica, la falta de empleo dignos para abastecer con las necesidades básicas y alimentarias de los habitantes, malnutrición en población infantil y población adulta (sobrepeso u obesidad) entre otras condiciones.

La cooperación entre el gobierno y las organizaciones no gubernamentales es clave para mejorar la disponibilidad, acceso, consumo, estabilidad y utilización biológica a los alimentos, abordando tanto las causas económicas como las estructurales de la InSAN en el país.

Análisis FODA contexto de la población objetivo

Entre las **fortalezas** identificadas en la población asistida por la Asociación Compartir, se destacan las siguientes: algunas familias cuentan con experiencias en producción alimentaria, dado que un 26% de la población tiene los conocimientos básicos para el cuidado, seguimiento de los huertos comunitarios, especialmente en la producción de hortalizas, frijoles y especies menores.

Un punto importante es que ya cuentan con una experiencia previa a través de los programas de la merienda escolar, por lo cual han recurrido a organizar a los padres/madres en “comités de la merienda escolar”, además cuenta pequeños espacios en los CDC y con un centro ecológico para producir alimentos.

Dentro de las **oportunidades** identificadas, el presente proyecto está inscrito en un proceso de vinculación con la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH) dicho proceso ya está encaminado e involucra la participación de profesionales y practicantes de la Carrera de Nutrición y Carrera de Biología desde la academia, lo que dará oportunidad a que la población pueda acceder de asistencia técnica especializada.

A través de la Carrera de Nutrición se ha gestionado apoyo financiero con la Organización El Cuenco, con la compra de invernadero, herramientas para el huerto, utensilios de cocina y compra de semilla, de igual manera están dispuestos a contribuir con la contratación de un profesional que coordine el proyecto. La organización El Cuenco tiene como objetivo mejorar la vida de las personas empobrecidas enfocados en 5 áreas: Nutrición, Salud, Educación, medicina y proyectos de desarrollo comunitario.

Dentro de las **debilidades**, el 75% no produce alimentos, lo que implica un proceso de asistencia técnica continua, para el manejo y cuidado del huerto comunitario.

Entre las **Amenazas** identificadas, la más importante es que la población vive en una situación de inseguridad social, lo cual limita que las familias puedan tener emprendimientos o incluso que tengan el acceso físico a un mercado en la comunidad.

Dado lo señalado anteriormente existen las condiciones de viabilidad para la iniciativa propuesta para abordar la situación descrita en términos del problema de InSAN, en función de la articulación de los actores públicos y privados disponibles para participar en la iniciativa, aportando recursos humanos, técnicos y financieros. Además, lo señalado refleja la relevancia y pertinencia de la iniciativa, en tanto se hace cargo de una situación que afecta de manera importante la calidad de vida y opciones de desarrollo efectivo de la población objetivo del proyecto.

PROPUESTA DE SOLUCIÓN

Estrategia para mejorar el acceso y consumo alimentario en preescolares que forman parte de los CDC pertenecientes a la Asociación Compartir, ubicados en Colonia VINU, NUSU y Los Pinos, Municipio de Tegucigalpa, Departamento Francisco Morazán, Honduras.

El proyecto ofrece la producción de alimentos para abastecer la merienda escolar, así mismo se facilita el acceso a alimentos económicos, físicos con la implementación de los huertos comunitarios, dicha experiencia motiva y permite tener las habilidades a la población para implementar huertos a nivel familiar.

Mediante los talleres alimentarios, se incluyen buenas prácticas alimentarias con el objetivo que los niños/as reciban una alimentación variada y complementaria a los productos básicos de la ración escolar. Todas las acciones serán llevadas a cabo con la participación de comités de madres/padres de familia dichos comités contarán con la asistencia técnica de los educadores de la Asociación Compartir y practicantes de la UNAH, de igual manera se diseñará una guía alimentaria adaptada a las población infantil, dicha guía orientará al personal institucional de la Asociación Compartir como a los padres/madres de familia en la alimentación saludable para sus niños/as.

Objetivos del Proyecto

Objetivo General

Contribuir a la mejora del acceso y consumo alimentario de los preescolares que asisten a los CDC pertenecientes de la Asociación Compartir, mediante el desarrollo de una estrategia alimentaria y nutricional que permita acceder a una alimentación equilibrada, diversa, inocua y adecuada.

Objetivos específicos

Incorporar nuevos productos alimenticios a la merienda escolar mediante el establecimiento de huertos comunitarios en 3 CDC.

Fortalecer las competencias y capacidades del personal institucional de la Asociación Compartir, padres/madres y niños/as de los CDC, mediante el desarrollo de cursos, talleres, capacitaciones de educación no formal y consejería nutricional.

Diseñar guías alimentarias adaptadas para población preescolar, que permita orientar al personal institucional y padres/madres, sobre los requerimientos alimentarios y nutricionales, modos de selección y preparación de los alimentos.

Modalidad de ejecución**Metodología y etapas**

El proyecto está constituido por cuatro componentes y se plantea llevar a cabo de la siguiente manera:

Componente 1: Fortalecimiento de competencias en la producción de alimentos para la elaboración de huertos comunitarios con buenas prácticas agrícolas limitando el uso de fertilizantes u otros componentes químicos en la producción alimentaria.

Comprende actividades productivas en los CDC de la Asociación Compartir, el cual implica la participación de los padres/madres de familia para los cuidados y procesos de producción alimentaria. Con el fin de incorporar a la dieta de los preescolares nutrientes esenciales que pueden presentarse deficientes en algunos niños/as.

Dentro de los nuevos productos se contemplan alimentos que su producción sea de corto plazo (menos 4 meses): el rábano, la lechuga, espinacas, zanahoria, remolacha, hierbas aromáticas como: cilantro, tomillo, perejil, albahaca. También se considera la producción de alimentos a mediano plazo (entre 4 a 8 meses): yuca y camote.

Adicional a la producción alimentaria, se busca formar y concientizar a los padres/madres sobre la importancia de contar con alimentos económicos, de calidad, amigables con el medio ambiente, libres de contaminantes nocivos para la salud; y será un espacio que pueda recrear momentos de sociabilidad con sus hijos/as.

Para los niños/as será un espacio de aprendizaje donde pueden directamente relacionarse con organismos que habitan en el planeta y a la vez inculcando el respeto por el medio ambiente.

Componente 2: Fortalecimiento de las capacidades organizativas y técnicas del personal institucional, comités de merienda escolar, asociaciones de padres/madres de familia en temas de alimentación saludable para brindar una adecuada orientación en la mejora del estado nutricional de los niños/as.

Consiste en brindar los conocimientos, herramientas y habilidades al personal institucional de la Asociación Compartir, educadores de los CDC, comités de la merienda escolar, asociaciones de padres/madres de familia; mediante intervenciones nutricionales que permitan la apropiación de hábitos alimentarios saludables. Para lograr la integración a los procesos de formación en alimentación y nutrición, será necesario sensibilizar a la población objetivo sobre el problema que conlleva la falta de acceso y consumo a una alimentación saludable.

Componente 3: Socialización de guías alimentarias adaptadas a las necesidades alimentarias de los preescolares que asisten a los CDC de la Asociación Compartir.

A través de las guías alimentarias permitirá orientar intervenciones nutricionales de promoción y priorizar necesidades alimentarias y nutricionales.

El proyecto está contemplado trabajar con los comités de padres/madres de familia, de la siguiente forma: Para el cuidado y sostenibilidad de los huertos comunitarios y la participación en la elaboración de la merienda escolar conforme a las recomendaciones alimentarias que serán socializadas y proporcionadas a cada uno de los padres/madres de familia, se asignará un día de trabajo por

equipos (2 o 3 padres/madres) en la que deberán de participar todos/as, a manera que cada padre 1 vez al mes deberá apoyar con dichas actividades contempladas en el proyecto.

Previamente a la ejecución del proyecto se deben sensibilizar y organizar a los padres/madres sobre la importancia de la alimentación saludable. De igual manera recibirá un proceso de formación continua a través de la Educación no formal en alimentación y nutrición.

Las etapas para su implementación

Componente 1

Tabla 5

Etapa I Organización de la comunidad: participación de la familia, personal institucional, niños/as con apoyo de especialistas, docentes de la universidad y estudiantes UNAH.

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
Elaborar un plan de trabajo comunitario	Convocatoria	Técnico SAN, Comité comunitario.	Plan de trabajo Ayuda memoria de la actividad
Monitoreo trimestral de avances del plan de trabajo comunitario	Conforme al plan de trabajo, se identifica las actividades realizadas.	Coordinador/a de proyecto.	Informe de monitoreo de actividades

Nota: la etapa I, es fundamental para que la población reconozca la existencia del programa, la sensibilización del problema y de igual manera se puedan organizar, desarrollando un plan de trabajo comunitario, que permita dar seguimiento a las acciones y objetivos contemplados por el proyecto.

Fuente: Elaboración propia, 2023

Tabla 6*Etapa II Compra de materiales para implementación de huerto*

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
<p>Compra de insumos para sistema de riego de huerto (cinta de goteo de 20cm, tubos de PVC 1 ½ pulgada, codos de PVC de 1 ½ pulgada, T de PVC de 1 ½", tapones lisos de PVC 1½ pulgada, válvulas de balón de 1 ½", válvulas individuales para cinta de goteo.</p> <p>Manguera de jardín de ½ pulgada tipo swan extensión 100 metros.</p>	Mediante la compra directa a proveedores, en base a cotizaciones previas.	Coordinador/a de proyecto, administración de proyecto.	Facturas de compra Informe de actividad de compra.
<p>Compra de bandejas de germinación: Cada cavidad tiene bandejas fabricadas en poliestireno de 200, 160 y 100 cavidades con 3.8 cm de profundidad según el tamaño de la semilla; el</p>	Mediante la compra directa a proveedores, en base a cotizaciones previas.	Coordinador/a de proyecto, administración de proyecto.	Facturas de compra Informe de actividad de compra.

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
tamaño de la bandeja es de 54 x 27 cm.			
Compra de poli sombra: color negro dimensiones (según las dimensiones del terreno).	Mediante la compra directa a proveedores, en base a cotizaciones previas.	Coordinador/a de proyecto, administración de proyecto.	Facturas de compra Informe de actividad de compra.
Compra de postes de madera: dimensiones: alto 2 metros x 9.5 ancho x 9.5 de largo cm.	Mediante la compra directa a proveedores, en base a cotizaciones previas.	Coordinador/a de proyecto, administración de proyecto.	Facturas de compra Informe de actividad de compra.
Compra de productos de ferretería: palas, azadón, rastrillos, tijeras de podar, carretas, contenedores, costales, clavos, bridas.	Mediante la compra directa a proveedores, en base a cotizaciones previas	Coordinador/a de proyecto, administración de proyecto.	Facturas de compra Informe de actividad de compra.
Compra de un invernadero	Mediante la compra directa a proveedores, en base a cotizaciones previas	Coordinador/a de proyecto, administración de proyecto.	Facturas de compra Informe de actividad de compra.
Compra de semillas nativas/ plantas de al menos 7 tipos de hortalizas y hierbas aromáticas	Mediante compras en viveros locales o compra directa de campesinos.	Coordinador/a de proyecto, técnico en SAN.	Facturas de compra de alimentos, Cotizaciones

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
			Fotografías de productos. Informes de actividad de compra.

Nota: la tabla 6 contempla la compra de materiales y herramientas a utilizar para la producción alimentaria en los espacios de los CDC. Fuente: Elaboración propia, 2023

Tabla 7

Etapa III Producción alimentaria. Elaboración de los planes de producción de alimentos hasta garantizar la calidad de éste.

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
Identificar el espacio para implementar el huerto	Mediante visitas a los centros comunitarios. Carta de compromiso y apoyo en la implementación de huerto	Coordinador/a de proyecto, director de Asociación Compartir, coordinador/a de centro comunitario.	Plano de terreno Realizar ayuda memoria de la actividad

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
Inspeccionar los suelos donde estará asentado.	Mediante un análisis de suelo.	Coordinador/a de proyecto, practicantes UNAH.	Resultados de análisis de suelo.
Elaboración de insumos orgánicos	Mediante la recolección de insumos orgánicos que se disponen en los Centros de Desarrollo Comunitario (Cascarilla de arroz, melaza, cal agrícola y levadura).	Técnico en SAN	Ayudas memorias Compra de algunos insumos.
Establecimiento del huerto	Establecer y trazar las parcelas y la ubicación de cada producto de forma justa.	Técnico SAN Practicantes UNAH Apoyo de estudiantes de Nutrición Comunitaria.	Informes de actividades. Facturas de gastos
Limpieza del terreno	Definir los espacios de siembra y los espacios para el paso de las personas y el sistema de riego. Preparación del terreno, se remueve el pasto, se retiran las piedras y basura; se nivela el suelo y luego se incorpora el abono orgánico.	Técnico SAN, madres/padres de familia, practicantes UNAH.	Informes de actividad

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
Instalación de espacios con una malla (poli sombra)	En el caso de algunos cultivos son más propensos a perderse en temporadas de verano, por la escasez del agua; instalar malla sombra para cubrir algunas parcelas.	Técnico SAN, con apoyo de practicantes UNAH.	Facturas de gastos de poli sombra Informe de la actividad.
Siembra de las semillas/plantas de hortalizas y hierbas aromáticas	Mediante la siembra directa o indirecta (semilleros agregar sustrato de uso profesional para garantizar un desarrollo sano) según el tipo de hortalizas seleccionadas a cultivar.	Técnico SAN, madre/padre de familia, Practicantes UNAH.	Factura de gastos Informe de actividad.
Recolección o conserva de los alimentos	El corte dependerá de la maduración de cada hortaliza conservando la raíz en algunas de estas, en otras se realiza entresaques (sin dañar el fruto).	Técnico SAN, Padres/madres de familia.	Informe/ ayuda memoria de actividad.

Nota: En la tabla 7 contempla la producción alimentaria, será la base para acceder a los alimentos en la merienda de los preescolares, por lo que es importante considerar las formas de cuidado de los huertos, sus procesos de riego, siembra y cosecha. Fuente: Elaboración propia, 2023

Componente 2

Tabla 8

Etapa I. Acercamiento con los comités y asociaciones de padres/madres de familia para identificar las competencias en temas relacionados con la alimentación y nutrición.

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Responsable	Técnicas e instrumentos de recolección
Aplicación de encuestas de conocimientos, actitudes y prácticas en alimentación y nutrición (CAP)	Aplicar encuestas mediante llamadas, redes sociales o entrevistas individuales.	Técnico SAN, Coordinador/a de centro comunitario	Encuestas de conocimientos, actitudes y practicas (CAP)
Jornada para el análisis de las encuestas CAP	Mediante los resultados de las encuestas, se describen las necesidades identificadas.	Técnico SAN	Informes de resultados de encuestas CAP
Reunión para diseñar cronograma/ plan de actividades.	Mediante una convocatoria con los padres/madres de familia, se diseña cronograma.	Técnico SAN	Formato de Cronograma de actividades

Nota: En la tabla 8 se considera la aplicación de encuestas CAP para identificar los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los hogares, previo a los procesos de educación

alimentaria y nutricional, esta información permite realizar adaptaciones según sea las necesidades presentadas en la población objetivo. Fuente: Elaboración propia, 2023

Tabla 9

Etapa II Elaboración de recetarios, materiales de capacitación en EAN (Educación Alimentaria y Nutricional).

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
Diseño y validación de recetas para merienda escolar.	Mediante la búsqueda de recetas creativas que tengan como base los productos de la merienda escolar.	Técnico SAN	Búsqueda de recetas implementadas en los alimentos del huerto. Copia de Recetario.
Reproducción de materiales educativos (recetarios, murales/rotafolios)	Impresión de materiales, 3 ejemplares de cada uno.	Administrador	Ejemplares impresos por cada temática educativa.

Nota: En la tabla 9 se plantea diseñar recetarios variados considerando los nuevos productos alimentarios cosechados de los huertos, con opciones creativas para los preescolares. Fuente: Elaboración propia, 2023

Tabla 10

Etapa III Capacitación en Educación alimentaria y nutricional (EAN) a comité de padres/madres, asociaciones de padres/madres de familia, personal institucional y niños/as.

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Recurso humano requerido	Técnicas e instrumentos de recolección
Talleres de educación no formal en EAN dirigido a padres/madres de familia.	Mediante convocatoria para 4 jornadas de capacitación teórica y práctica	Técnico SAN	Ayuda memoria Facturas de gastos
Talleres de educación no formal en EAN dirigido a personal institucional	Mediante convocatoria de 6 jornadas de capacitación teórica y práctica.	Técnico SAN	Ayuda memoria Facturas de gastos
Talleres de alimentación dirigido a los preescolares	Durante los espacios de clases incorporar 1 hora semanal para temas de alimentación y nutrición.	Técnico SAN	Ayuda memoria Facturas de gastos

Nota: En la tabla 10 contiene los talleres de educación alimentaria nutricional, en la que se clasifican por grupo de influencia (padres/madres o encargados, preescolares y personal institucional de la Asociación Compartir). Fuente: Elaboración propia, 2023

Componente 3

Tabla 11*Etapa I Recolección de la información*

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Responsable	Técnicas e instrumentos de recolección
Reconocimiento y caracterización de los patrones alimentarios.	Mediante las evaluaciones dietéticas.	Técnico SAN Comité de padres/madres	Evaluaciones dietéticas (Frecuencias de consumo alimentario)
Percepciones locales de salud, alimentación y nutrición	Mediante reuniones comunitarias se realizan diferentes metodologías comunitarias participativas.	Técnico SAN Comité de padres/madres	Metodologías comunitarias participativas

Nota: en la tabla 11 se considera recolectar información alimentaria, para el diseño de las guías alimentarias dicha herramienta será utilizada para orientar al personal institucional de la Asociación Compartir y a los padres/madres sobre la alimentación adaptada a los preescolares. Fuente: Elaboración propia, 2023

Tabla 12*Etapa II Implementación de la guía alimentaria*

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Responsable	Técnicas e instrumentos de recolección
Elaboración de la propuesta de la guía alimentaria	Mediante 12 jornadas de trabajo en el diseño de la propuesta de guía.	Técnico SAN	Documentos, artículos científicos. Informes de las metodologías participativas comunitarias.
Socialización de la guía alimentaria	Mediante una reunión con el comité de	Coordinador/a de proyecto.	Listados de asistencia Ayuda memoria

Tareas ¿Qué?	Método (¿Cómo?)	Responsable	Técnicas e instrumentos de recolección
	padres/madres de familia, personal institucional y otros actores locales.	Técnico SAN.	Acta de reunión Acta de validación de guías alimentarias para los centros comunitarios
Monitoreo sobre el uso de la guía alimentaria.	Mediante supervisión de manera semestral a través de las educadoras de cada centro comunitario.	Técnico SAN Comité de padres/madres	Listados de asistencia Fotografías de afiches. No. de centros implementando las guías alimentarias en los espacios de aprendizaje.

Nota: En la tabla 12 se muestra el proceso de implementación de las guías alimentarias adaptadas a los preescolares Fuente: Elaboración propia, 2023

Tabla 13

Elementos de la Organización operativa

Organización operativa

Elementos de organización operativa	Descripción
Equipo de gestión	Coordinador de proyecto (1). Administrador de proyecto (1). Técnico SAN (1).
Equipo de trabajo	Educadores de la Asociación Compartir Practicantes en biología UNAH (3) Practicantes en Nutrición UNAH (3)
Comités asesores	Estructura organizativa de la comunidad (Comités de la merienda escolar, Asociaciones de padres y madres de familia).

Elementos de organización operativa	Descripción
Socios estratégicos	Partage (padrinos financieros de la Asociación Compartir y sus proyectos) UNAH (Asistencia Académica y técnica). Organización El Cuenco (apoyo con materiales, compra de semillas, consultorías de nutrición). PRONADERS (Asistencia técnica y semillas) INFOP (Asistencia técnica)
Comités asesores	Estructura organizativa de la comunidad (Comités de la merienda escolar, Asociaciones de padres y madres de familia).
Beneficiarios	4 CDC ubicados en colonia VINU sector 2 y sector 3, NUSU y Los Pinos. 200 niños/as que asisten a los programas de la Asociación Compartir ²⁹ .
Cronograma de actividades	Ver cronograma.
Presupuesto	Ver presupuesto y detalle de presupuesto en anexo 5
Mecanismos de monitoreo y evaluación	Indicadores: % de cobertura de la población objetivo luego de cada 3 meses de ejecución de los componentes. % de cumplimiento de productos logrados luego de 6 meses de ejecución los componentes hasta finalizar el proyecto.

²⁹ Para el año 2024 el total de preescolares matriculados en los CDC de la Asociación Compartir fue de 281 niños/as, desglosado de la siguiente manera: en VINU 150 niños/as, NUSU 47 niños/as y Los Pinos 84 niños/as. Este número de niño/as puede cambiar según la matrícula, algunos deciden retirarse, por lo que se contempla trabajar con un menor número de niños/as.

Elementos de	Descripción
organización operativa	
	<p>% de huertos comunitarios produciendo al menos 7 productos alimentarios abasteciendo los menús de la merienda escolar luego de 6 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.</p>
	<p>% de centros comunitarios que implementan buenos hábitos alimentarios a través de menús saludables luego de 6 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.</p>
	<p>% de madres/ padres que mantienen su participación en las actividades planificadas para el mejoramiento de hábitos alimentarios luego de 3 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.</p>
	<p>% de comités comunitarios de padres/madres implementando planes de trabajo y llevando a cabo acciones alimentarias y nutricionales encaminadas hacia un perfil más saludable, luego de 5 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.</p>
	<p>% ejemplares de materiales educativos implementados en cada uno de los centros comunitarios para el seguimiento de los talleres alimentarios y nutricionales impartidos a padres/madres de los 4 centros comunitarios luego de 3 meses de ejecución de proyecto.</p>
	<p>% de cumplimiento de los tiempos programados del cronograma de actividades después de 1 mes de ejecución.</p>
	<p>% de madres y padres, educadores han adquirido competencias básicas en alimentación y nutrición, replicando sus conocimientos e implementando buenas prácticas alimentarias, luego de 9 meses de ejecución.</p>

Elementos de organización operativa	Descripción
	% de centros comunitarios implementando menús saludables, abasteciendo necesidades nutricionales en los preescolares luego de 9 meses de ejecución.
	% de preescolares que consumen opciones saludables a través de los menús de la merienda escolar desde el tercer mes de ejecución hasta finalizar el proyecto.
	% de avance del presupuesto no institucional.
	% de gastos administrativos sobre el gasto total del programa.
	% de ejecución del presupuesto establecido.

Nota: en la tabla 13 se muestra la estructura de cómo se ejecutará el proyecto a través de los elementos de la organización operativa. Fuente: Elaboración propia, 2023.

Estrategia gerencial

El proyecto se ejecutará con un equipo técnico que será el encargado de coordinar, administrar, gestionar todos los recursos y actividades programadas en el cronograma y así mismo velar por el cumplimiento de los objetivos y metas del proyecto.

Con un modelo de autosostenibilidad, mediante la participación de los comités de padres/madres, que se incentive y promueva anualmente por parte de la Asociación Compartir, para el seguimiento de acciones encaminadas a mejorar las condiciones alimentarias en los niños/as y a la vez contribuir al desarrollo de las comunidades. Para asegurar la participación a través de los comités, se trabajará con los padres/madres de los niños/as en edad preescolar que permanecen en los CDC durante 2 años consecutivos.

Cabe destacar que el proyecto fue inscrito a un programa de vinculación de la UNAH- Asociación Compartir, en la que ya está en proceso de aprobación. Lo que indica que la Universidad a través de la

academia estará brindando apoyo técnico para la implementación del proyecto con la participación de practicantes en Servicio Social de la Carrera de Nutrición y Biología; según sea la demanda del proyecto en otras disciplinas se pueden incluir dentro del proyecto (ver en anexo 2).

A través de la Carrera de Nutrición se gestionará con la Organización El Cuenco³⁰, compra de semillas, herramientas, utensilios y otros materiales y equipo necesario para la ejecución.

Descripción entidad ejecutora

La Asociación Compartir realiza su labor, en un país en el que las condiciones socioeconómicas revelan una economía en permanente crisis, cuyas consecuencias impactan directamente a los grupos más vulnerables como son los Niñas, Niños, Adolescentes y sus familias. Ha venido laborando desde 1991, atendiendo a la niñez en riesgo social de tres Colonias de la Capital, Villa Nueva, Los Pinos y Nueva Suyapa, a través de dos Programas, Educación y Organización y Participación Comunitaria.

Desarrolla su propuesta metodológica de abordaje de las niñas, niños adolescentes y sus familias desde un enfoque ecológico y holístico que integra a la familia, escuela y comunidad para dar respuesta a los factores de riesgo desde el ámbito local, este enfoque prioriza la restitución de derechos fundamentales como la educación, salud, derecho a una familia, a la cultura, entre otros.

Desde esta perspectiva se pretende el desarrollo de las capacidades de las niñas, niños y jóvenes, a fin de que generen oportunidades para continuar fortaleciendo sus habilidades en un contexto integral del desarrollo con opciones vocacionales, artísticas, deportivas, y educacionales, en el área de la formación de la personalidad, considerando un entorno de riesgo social en el cual existen diferentes

³⁰ El Cuenco es una organización sin fines de lucro, que se enfoca en cinco áreas principales: Nutrición, Educación, Salud, Medicina y pequeños proyectos de desarrollo económico. Con el objetivo de mejorar las vidas de las personas empobrecidas en el mundo en desarrollo. Brindan ayuda financiera para suministros en países en desarrollo como Guatemala, Ghana, El Salvador, Honduras y Haití. Para más información en la siguiente página: <https://www.elcuenco.org/>

grupos como el crimen organizado, las pandilla o maras y el consumo y distribución de drogas (ver en anexo 3 detalle de la organización y programas).

Aliados estratégicos en la implementación

Tabla 14

Aliados estratégicos en la implementación del proyecto

Actores Involucrados	Incidencia Positiva o Negativa	Descripción del rol de los actores	Usuario externo o interno	Rol	Influencia		Observaciones
					Positivo	Negativo	
Asociación Compartir	Positivo	Organizar, dirigir, convocar, promover las actividades, garantizando cada una de las metas del proyecto.	Interno	Ejecutor	X		La Asociación Compartir, como ente encargado de ejecutar el proyecto, en cada uno de los centros comunitarios de influencia.
Niños/as (preescolares)	Positivo	Reciben una alimentación saludable, mejoran sus elecciones alimentarias, mediante su participación en talleres, ferias de alimentación.	Interno	Beneficiario	X	X	Los preescolares tienen una influencia positiva en la colaboración, participación y mejora de su alimentación. También hay probabilidades de que no todos estén a favor en mejorar sus condiciones alimentarias y nutricionales.
Familias	Positivo	Apoyo en la participación de los talleres de educación alimentaria y nutricional. Apoyo con la implementación y cuidado de huerto comunitario e incorporar un	Interno	Tercero	X	X	Las familias tienen un papel fundamental en el apoyo al desarrollo del proyecto, en asistir a las capacitaciones/ talleres, incentivar y llevar a sus hijos/as al control de su estado nutricional. También

Actores Involucrados	Incidencia Positiva o Negativa	Descripción del rol de los actores	Usuario externo o interno	Rol	Influencia		Observaciones
					Positivo	Negativo	
		nuevo menú escolar.					
Comité de padres/madres	Positivo	Apoyo en el seguimiento y monitoreo en las actividades de huertos comunitarios, talleres de educación alimentaria y nutricional, vigilancia nutricional entre otras actividades.	Interno	Ejecutor	X	X	El comité tiene una función de participantes y a la vez los que ejecutarán las actividades programadas, ya sea en el cuidado del huerto, réplicas de capacitaciones y talleres, vigilancia nutricional, entre otras actividades. También la falta de interés, motivación puede decaer su participación o que no estén dispuestos a conformar un comité.
Asociación El Cuenco	Positivo	Apoyo financiero en la compra de materiales, herramientas de huerto, transporte para los participantes, alimentación entre otros gastos.	Externo	Financiero	X		La institución tiene el objetivo de apoyar acciones encaminadas a mejorar el estado nutricional de la población infantil.
Vinculación UNAH		Apoyo con asistencia técnica, talleres, ferias, programas de capacitación, vigilancia	Externo	Promotor	X		Por parte de los estudiantes y practicantes universitarios brindan sus conocimientos y experiencias con

Actores Involucrados	Incidencia Positiva o Negativa	Descripción del rol de los actores	Usuario externo o interno	Rol	Influencia		Observaciones
					Positivo	Negativo	
		nutricional, diagnósticos nutricionales y análisis de la situación SAN de las comunidades.					los centros comunitarios.
PRONADERS	Positivo	Apoyo con asistencia técnica en la implementación de huertos comunitarios.	Externo	Promotor	X		La institución apoya con asistencia técnica/materiales para la implementación de los huertos.
Establecimiento de salud	Positivo	Apoyo en la vigilancia nutricional, mediante evaluaciones bioquímicas en algunos escolares que fueron identificados con daño nutricional.	Externo	Promotor	X	X	La institución apoya con el monitoreo de vigilancia nutricional, evaluaciones bioquímicas de los preescolares. Otra situación es que el establecimiento de salud no cuenta con muestras gratuitas para los exámenes bioquímicos, o no cuenta con presupuesto para apoyar la vigilancia nutricional.
Centros educativos	Positivo	Apoyo monitoreo de indicadores antropométricos en los niños/as para identificar daños nutricionales.	Externo	Promotor	X	X	Los centros educativos a través de los profesores pueden ser un apoyo en el seguimiento del control de indicadores de peso, edad, talla.

Actores Involucrados	Incidencia Positiva o Negativa	Descripción del rol de los actores	Usuario externo o interno	Rol	Influencia		Observaciones
					Positivo	Negativo	
							También no todos los profesores están interesados en conocer el estado nutricional de los niños/as.
INFOP	Positivo	Apoyo con la asistencia técnica en manejo de huertos comunitarios, elaboración de abonos orgánicos y otras buenas prácticas agrícolas.	Externo	Promotor	X		La institución se enfoca en brindar capacitaciones gratuitas en diversas áreas. Mediante la Educación no formal.

Nota: en la tabla 14 se detalla los aliados estratégicos en la implementación del proyecto, considerando que no todos los aliados tienen un rol positivo en dichas funciones al bienestar de la población. Fuente: Elaboración propia, 2023

Productos y resultados esperados

Tabla 15

Productos y resultados esperados con la ejecución del proyecto.

Objetivos	Productos	Resultados esperados
Incorporar 7 nuevos productos alimentarios a la merienda escolar mediante el establecimiento de 3 huertos en centro de desarrollo	3 huertos en centros comunitarios establecidos. Planes de producción de alimentos elaborados participativamente.	Padres/madres con las competencias en producción alimentaria, encargándose del cuidado y seguimiento productivo de los huertos comunitarios en 3 CDC de la Asociación Compartir.

Objetivos	Productos	Resultados esperados
comunitario de la Asociación Compartir. Fortalecer las competencias de 30 personas del personal institucional, padres/madres y 200 niños/as de los centros de desarrollo comunitario de la Asociación Compartir mediante un curso de educación formal y no formal en Alimentación y Nutrición.	30 personas capacitadas en temas alimentarios y nutricionales. 200 escolares con los conocimientos en una adecuada alimentación. 1 menú Elaborado con nuevos productos del huerto comunitario.	Padres/madres y personal institucional inculcando en sus hogares y espacios educativos, sus conocimientos sobre una adecuada alimentación. Padres/madres seleccionando y preparando opciones alimentarias más saludables para sus hogares, mejorado el estado nutricional de preescolares y escolares con malnutrición.
Implementar guías alimentarias específicas en población preescolar y escolar a nivel institucional.	4 centros de desarrollo comunitario implementado guías alimentarias.	Personal institucional, madres/padres implementando guías alimentarias específicas para los preescolares y escolares. Los preescolares y escolares mejoraron su estado nutricional y con hábitos alimentarios encaminados hacia un perfil más saludable.

Nota: en la tabla 15 se identifica los resultados esperados en función de los objetivos planteados en el proyecto. Fuente: Elaboración propia, 2024

Indicadores de logro

Tabla 16

Indicadores de logro para el monitoreo y evaluación del proyecto.

Dimensión	Indicadores de logro	Fórmula de cálculo	Ámbito de control	Medios de verificación
Eficacia	% de cobertura de la población objetivo luego de	(No. de personas beneficiarios directos del	Producto	Informes de monitoreo

Dimensión	Indicadores de logro	Fórmula de cálculo	Ámbito de control	Medios de verificación
	cada 3 meses de ejecución de los componentes.	proyecto/ población objetivo) *100		
	% de cumplimiento de productos logrados luego de 6 meses de ejecutado los componentes hasta finalizar el proyecto.	(No. productos logrados por componente / total de productos comprometidos por componentes) * 100.	Producto	Informes de monitoreo. Ayudas memorias
	% de los huertos comunitarios produciendo al menos 7 productos alimentarios abasteciendo los menús de la merienda escolar luego de 6 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.	(No. de huertos establecidos/ total de huertos comprometidos en el proyecto)*100	Resultado Intermedio	Menús escolares abastecidos con los productos del huerto comunitario.
	% de centros comunitarios que implementan buenos hábitos alimentarios a través de menús saludables luego de 6 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.	(No. de centros comunitarios que implementan buenos hábitos alimentarios/ total de centros comunitarios comprometidos) *100	Resultado final	Informes de actividades alimentarias y nutricionales de cada uno de los centro comunitario
	% de madres/ padres que mantienen su participación en las actividades planificadas para el mejoramiento de hábitos alimentarios luego de 3 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.	(No. de madres/padres que mantienen su participación/ total de madres/padres que iniciaron) *100	Proceso	Informe de prácticas alimentarias. Informes de actividades de réplicas en talleres alimentarios.

Dimensión	Indicadores de logro	Fórmula de cálculo	Ámbito de control	Medios de verificación
Calidad	% de preescolares y escolares que mejoran sus hábitos alimentarios a través de los menús escolares, talleres de educación nutricional y vigilancia nutricional después 2 meses de ejecución hasta finalizar el proyecto.	(No. de preescolares y escolares que mejoran sus hábitos alimentarios/ total de preescolares y escolares comprometidos *100	Proceso	Frecuencias de consumo Evaluaciones del estado nutricional.
	% de centros comunitarios implementando menús saludables, abasteciendo necesidades nutricionales en los preescolares luego de 9 meses de ejecución.	Número de centros comunitarios implementando menús saludables / total de centros comunitarios comprometidos a incluir menús saludables*100	Resultado final	Fotografías de los menús preescolares.
	% de preescolares que consumen opciones saludables a través de los menús de la merienda escolar desde el tercer mes de ejecución hasta finalizar el proyecto.	(No. de preescolares recibiendo una merienda completa nutricionalmente /total de preescolares) *100	Resultado final	Frecuencias de consumo
	% de hogares implementando buenas prácticas alimentarias y nutricionales.	(No. de hogares implementando buenas prácticas alimentarias y nutricionales / (total de hogares comprometidos para su participación en el mejoramiento de buenas prácticas	Resultado final	Frecuencias de consumo. Informes de implementación de huertos comunitarios y huertos familiares.

Dimensión	Indicadores de logro	Fórmula de cálculo	Ámbito de control	Medios de verificación
		alimentarias y nutricional) *100		
Eficiencia	% de avance del presupuesto no institucional.	Cantidad de dinero invertido/ total de presupuesto no institucional*100	Producto	Informes financieros
	% de gastos administrativos sobre el gasto total del programa.	(Gastos administrativos del programa año 1 / Gasto efectivo total del programa año 1) *100	Proceso	Informes financieros
Economía	% de ejecución del presupuesto establecido	(gasto efectivo del programa/ (presupuesto asignado) *100	Producto	Informe financiero del programa.

Nota: en la tabla 15 se muestra los indicadores de logro en relación con el cumplimiento de los objetivos del proyecto, según se eficiencia, calidad, eficacia y economía. Fuente: Elaboración propia, 2024.

Monitoreo y Evaluación

El Monitoreo y evaluación mide el progreso y los cambios causados por la ejecución de un conjunto de actividades en un período de tiempo, con base en indicadores previamente determinados. Es un mecanismo para dar seguimiento a las acciones y comprobar en qué medida se cumplen las metas propuestas. Es una herramienta de la evaluación que no sólo mide ejecuciones: también revisa y da señales de advertencia sobre actividades problemáticas que no funcionan de acuerdo con lo planificado. (Van de Velde, 2009, p. 18)

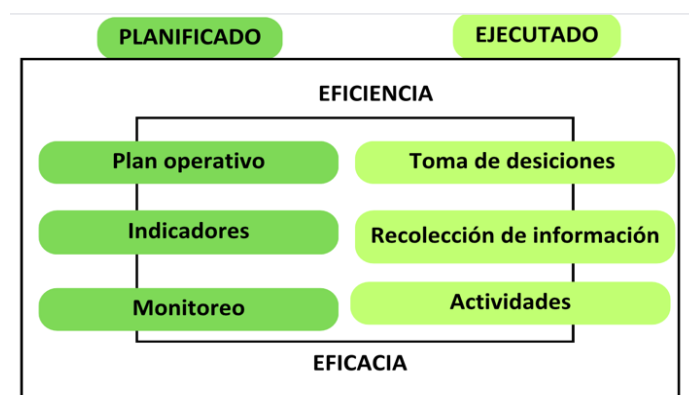
Mediante un sistema de recolección continua y sistemático de información con el propósito de controlar la gestión del proyecto. La información para el monitoreo se recolectará de forma trimestral y

la evaluación se realizará al finalizar cada una de las etapas del proyecto (cuatro etapas); de igual manera incluye evaluaciones permanentes basadas en el proyecto y autoevaluaciones, para determinar la pertinencia de los métodos empleados para alcanzar los objetivos, metas, eficiencia en el uso de recursos y el impacto de los beneficiarios.

El monitoreo lo hará internamente el coordinador/a verificando el cumplimiento técnico de las actividades y el administrador del proyecto mediante el seguimiento al presupuesto disponible y medios de verificación correspondientes a las actividades realizadas.

Figura 4

Seguimiento para la eficiencia y eficacia del proyecto.



Nota: en la figura 3 muestra el seguimiento del monitoreo y evaluación en relación con la eficiencia y eficacia de la planificación y ejecución de las actividades.

Fuente: Elaboración propia, 2024.

Riesgos asociados y como se van a prevenir

Tabla 17

Riesgos y acciones de mitigación

Riesgo	Acciones de mitigación (Cómo se van a prevenir)
Financiero:	
<p>Atraso en la aprobación de presupuesto para la compra de herramientas, materiales, utensilios, semillas entre otras.</p> <p>Con el apoyo de la Organización El Cuenco y los ejecutores del proyecto (Asociación Compartir).</p>	<p>El presupuesto se contempla de forma anual por cualquier atraso, y para el segundo año se solicita con 4 meses de anticipación. De igual manera con los salarios de los técnicos del proyecto están previamente aprobados de forma anual.</p>
<p>Aumento de los costos de los materiales.</p>	<p>Ante el aumento de los costos de materiales será necesario la precisión de los costos de los materiales o recortar algunos gastos generales de menor incidencia.</p>
Involucramiento de los hogares:	
<p>Falta de interés por parte de los padres/madres de los preescolares.</p>	<p>Las capacitaciones se adaptarán al interés y las necesidades de la población objetivo.</p> <p>Se implementarán estrategias prácticas para la educación alimentaria y se organizará su participación con días rotatorios entre todos los padres/madres (para evitar cargar de actividades al comité)</p> <p>De igual manera se consideran las metodologías participativas a nivel comunitario.</p>
Técnico:	

Riesgo	Acciones de mitigación (Cómo se van a prever)
Falta de conocimientos en algunas acciones planteadas.	Se fortalecerán las capacidades mediante asistencia técnica UNAH, INFOP.

Condiciones climáticas:

Falta de recurso de agua y ante periodos prolongados de sequías	Mediante tanques de abastecimiento de agua, los días que se abastece de agua se recolectará directamente con mangueras o con las aguas lluvias (en tiempo de invierno)
---	--

Nota: en la tabla 16 se muestra los riesgos asociados al contexto de la población objetivo.

Fuente: Elaboración propia, 2024.

Presupuesto

Para el desarrollo del proyecto se plantea el siguiente detalle presupuestario, ver detalle en anexo 5

Descripción	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
Actividades de ejecución de proyecto componente 1	L.2,440,00	USD 97,600
Actividades de ejecución de proyecto componente 2	L.176,700	USD 7,068
Actividades de ejecución de proyecto componente 3	L. 18,500	USD 740
Otro rubro de proyecto		
Contratación de recurso humano	L. 792,000	USD 31,680
Materiales administrativos	L.157,000	USD 6,280
Apoyo y aceptación del proyecto ³¹	L.20,600	USD 824
Gestión exitosa del proyecto ³²	L. 9,000	USD 360
Total	L. 3,613,800	USD 144,552

Nota: se muestra el detalle presupuestario de la inversión para el proyecto en función de las actividades se plantean en 3 componentes, en otros rubros del proyecto conlleva todos los gastos administrativos, materiales, contrataciones de recurso humano, campañas de comunicación y auditorías.

Fuente: Elaboración propia, 2024

³¹ Uso de internet para manejo de redes sociales y campañas de comunicación

³² Evaluaciones, auditorías internas y externas

BIBLIOGRAFÍA

Acción Contra, E. H. (2021). *¿Qué es la educación nutricional y por qué es tan importante?* Acción contra el hambre. <https://accioncontraelhambre.org/es/actualidad/que-es-la-educacion-nutricional-que-es-tan-importante>

Aranceta, J., Varela, G., y Serra, L. (2020). *Alimentación del siglo XXI*: https://www.fen.org.es/storage/app/media/pdf/LaalimentaciondelSigloXXI_1.pdf

ASOCAM. (2007). *Empoderamiento: conceptos y orientaciones*. cenida.una.edu. <https://cenida.una.edu.ni/relectronicos/REE50P716.pdf>

Asociación Compartir – Organización no gubernamental sin fines de lucro. (s/f). [Compartirhonduras.org. https://compartirhonduras.org/](https://compartirhonduras.org/)

Asociación Compartir y UNAH. (2023). *Informe práctica servicio social, Carrera de Nutrición UNAH*.

Asociación Compartir. (2019). *Plan estratégico institucional*.

ASONOG. (2023). *Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN)*. <https://asonog.hn/wp-content/uploads/2023/05/Boletin-SAN.pdf>

Ayuso Peraza, G., y Castillo León, M. T. (2017). Globalización y nostalgia. Cambios en la alimentación de familias yucatecas. *Scielo estudios sociales revista de alimentación contemporánea y desarrollo regional*, 27(50), 0–0. <https://doi.org/10.24836/es.v27i50.479>

Berger. (2017, mayo 26). *¿Por qué cultivar en invernadero? Ventajas y desventajas*. Berger - ES; Berger. <https://www.berger.ca/es/recursos-para-los-productores/tips-y-consejos-practicos/cultivar-invernadero-ventajas-desventajas/>

Bolaños, P. (Ed.). (2009). *La educación nutricional como factor de protección en los trastornos de la conducta alimentaria*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3214016.pdf>

CASAFE. (2015). *Red de Buenas Prácticas Agrícolas*. <https://www.casafe.org/pdf/2015/BUENAS-PRACTICAS-AGRICOLAS/BuenasPracticasAgricolas-LineamientosdeBase.pdf>

Chirino, C., y Lamus, T. (2019). Entramado teórico sobre la participación comunitaria mediante el pensamiento crítico en la construcción de las comunas. *Dialnet*, 79–104.

CIF. (2024). *Análisis de la Inseguridad Alimentaria Aguda Honduras*.
https://www.ipcinfo.org/fileadmin/user_upload/ipcinfo/docs/IPC_Honduras_Acute_Food_Insecurity_De_c2023_Aug2024_Report_Spanish.pdf

Ciudades en busca de una alimentación sostenible: 15 claves. (2020, noviembre 20). CEMAS.

COHEP. (2023). *El mercado laboral no se recuperará antes del 2024*. Cohep.org.
<https://www.cohep.org/wp-content/uploads/2023/05/Boleti%CC%81n-Mercado-Laboral-Mayo-2023.pdf>

Duarte, R. (2017). *Las enfermedades crónicas no transmisibles un problema de salud pública en las américas*. Bvs.hn. <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2017/pdf/Vol85-1-2-2017-2.pdf>

DVUS. (2024). *Vinculación Universidad Sociedad*. CURC UNAH.
<https://curc.unah.edu.hn/programa-de-desarrollo-academico/vinculacion-universidad-sociedad/>

Edu-Honduras. (2018). *Municipio de distrito central, Francisco Morazán*. Edu-Honduras.

El Cuenco. (s/f). El Cuenco.org. <https://www.elcuenco.org/>

Elegí comer alimentos frescos. (2018). Argentina.gob.ar.
<https://www.argentina.gob.ar/salud/alimentacion-saludable/comer-alimentos-frescos>

ENDESA-MICS. (2019). INE - Instituto Nacional de Estadísticas en Honduras; Instituto Nacional de Estadísticas. <https://ine.gob.hn/v4/endesa/>

Espejo, J., Tumani, M., Aguirre, C., Sánchez, J., y Parada, A. (2022). Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico. *Scielo Revista Chilena de Nutrición*, 391–398.

FAO. (2007). *Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Fao.org.

<https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/f1bb882a-b059-4368-9022-c70840d77ce5/content>

FAO. (2010). *El derecho a la alimentación adecuada*. Ohchr.org.

<https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Publications/FactSheet34sp.pdf>

FAO. (2013). *Estudio Nacional Alimentación Escolar y posibilidades de compra directa de la agricultura familiar*. <https://www.fao.org/4/as516s/as516s.pdf>

FAO. (2015). *Conceptos Básicos*. Fao.org. <https://www.fao.org/in-action/pesa-centroamerica/temas/conceptos-basicos/es/>

FAO. (2020). *Frutas y verduras – esenciales en tu dieta*. FAO. <https://doi.org/10.4060/cb2395es>

FAO. (s/f-a). *Buenas Prácticas Agrícolas*. <https://www.fao.org/4/a1374s/a1374s02.pdf>

FAO. (s/f-b). *Conceptos Básicos*. Fao.org. <https://www.fao.org/in-action/pesa-centroamerica/temas/conceptos-basicos/es/>

FAO. (s/f-b). *Educación alimentaria y nutricional*. Fao.org. <https://www.fao.org/school-food/areas-work/based-food-nutrition-education/es/>

Figueroa Pedraza, D. (2005). Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. *Revista costarricense de salud pública*, 14(27), 77–86. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292005000200009

Flores, A., Díaz-Ramírez, C., Palacios-Pino, J. L., Pinheiro-Fernandes, A. C., Pizarro-Quevedo, T., Rodríguez-Osiac, L., y Sáez-Tonacca, L. (2024). Barreras para una alimentación saludable: un análisis cualitativo de las semánticas emergentes en las comunidades escolares de Ciudad Sur. *Revista Chilena de Nutrición: Organo Oficial de La Sociedad Chilena de Nutricion, Bromatologia y Toxicologia*, 51(1), 43–52. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182024000100043>

Gaceta, L. (2010). Dirección Nacional de Desarrollo Rural Sostenible. TSC.

[https://www.tsc.gob.hn/web/leyes/Manual%20Operativo%20de%20la%20Direcci%C3%B3n%20Nacional%20de%20Desarrollo%20Rural%20Sostenible%20\(PRONADERS\).pdf](https://www.tsc.gob.hn/web/leyes/Manual%20Operativo%20de%20la%20Direcci%C3%B3n%20Nacional%20de%20Desarrollo%20Rural%20Sostenible%20(PRONADERS).pdf)

Gastronomía y Nutrición, G. (2017). *MÓDULO 1: LA ALIMENTACIÓN DEL SIGLO XXI*. Gan-bcn.com.

https://cursos.gan-bcn.com/cursosonline/admin/publics/upload/contenido/pdf_21511500903251.pdf

Heraldo, E. (2023, enero 18). *Un 49.9% de los hondureños está en inseguridad alimentaria, revela informe de la ONU*. El Heraldito. <https://www.elheraldo.hn/honduras/49-porciento-hondurenos-sufre-inseguridad-alimentaria-HI11804056>

Historia de la alimentación humana. (2021). Portal de Salud de la Junta de Castilla y León.

<https://www.saludcastillayleon.es/ventanafamilias/es/infancia/alimentacion/bases-alimentacion-saludable/historia-alimentacion-humana>

HLPE. (2020). *Home*. HLPE - High Level Panel of Experts. <https://www.fao.org/cfs/cfs-hlpe/es>

IFC. (2022). *Creando mercados en Honduras*.

<https://www.ifc.org/content/dam/ifc/doc/mgrt/cpsd-honduras-summary-es.pdf>

INCAP. (2010). *Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Incap.int.

<https://www.incap.int/sisvan/index.php/es/acerca-de-san/conceptos/marco-referencial-de-la-san>

INCAP. (s/f). *La Utilización Biológica de los alimentos: Cuarto eslabón de la SAN*.

INE. (2019). *Distrito Central, Francisco Morazán*. <https://www.ine.gob.hn/V3/imagen/doc/2019/08/Distrito-central.pdf>

INE. (2023). *Cifras del mercado laboral Honduras junio 2023*. INE - Instituto Nacional de Estadísticas en Honduras. <https://ine.gob.hn/v4/2023/12/01/cifras-del-mercado-laboral-junio-2023/>

INEI. (2023). *Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles*.

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1951/libro.pdf

Jiménez, J., Luna, J., y Jiménez, C. (2022). *Empoderamiento social y organizacional como un modelo de investigación para alcanzar la sustentabilidad*.

Kappes, B., y Ríos, G. (2008). *Avances en la promoción del Derecho a la Alimentación*.
<http://www.oda-alc.org/documentos/1340500228.pdf>

La Tribuna, D. (2024, febrero 19). *Alimentos ultraprocesados y la pobreza “inflan” a hondureños con sobrepeso*. Diario La Tribuna. <https://www.latribuna.hn/2024/02/19/alimentos-ultraprocesados-y-la-pobreza-inflan-a-hondurenos-con-sobrepeso/>

Mariño, A., Núñez, M., y Gámez, A. (2015). Alimentación Saludable. *Medigraphic*, 13.

Mili, S. (2005). Transformaciones del consumo alimentario y su repercusión en el sistema agroalimentario. *ResearchGate Estudios agrosociales y pesqueros*, 221–247.

Mundo-Rosas, V., La Cruz-Góngora, V. de, Jiménez-Aguilar, A., y Shamah-Levy, T. (2014). Diversidad de la dieta y consumo de nutrimentos en niños de 24 a 59 meses de edad y su asociación con inseguridad alimentaria. *Salud publica de Mexico*, 56, 39. <https://doi.org/10.21149/spm.v56s1.5164>

Muñoz, A. (2017). *Historia y evolución de la alimentación* (Vol. 85, pp. 314–318).
<https://core.ac.uk/download/pdf/235855677.pdf>

Nazar-Herrera, B. M. (2022). Ley de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Honduras (LEY-SAN). *Revista Chilena de Nutrición: Órgano Oficial de La Sociedad Chilena de Nutrición, Bromatología y Toxicología*, 49, 29–33. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182022000400029>

ODS FOR BUSINESS. (2021). *El Empoderamiento como base para construir un futuro sostenible*. Odsforbusiness.com. <https://odsforbusiness.com/el-empoderamiento-como-base-para-construir-un-futuro-sostenible/>

OMS. (2023). *Enfermedades no transmisibles*. Who.int. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>

OMS. (2024). *Malnutrición*. Who.int. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>

OPS. (2010). *Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Paho.org.
<https://www.paho.org/es/noticias/3-10-2010-seguridad-alimentaria-nutricional>

OPS. (2023). *La OPS insta a hacer frente a la obesidad, principal causa de enfermedades no transmisibles en las Américas*. Paho.org. <https://www.paho.org/es/noticias/3-3-2023-ops-insta-hacer-frente-obesidad-principal-causa-enfermedades-no-transmisibles>

Oxfam. (2022). *Alimentación, crisis climática y recursos naturales*. Oxfam International.
<https://www.oxfam.org/es/que-hacemos/temas/alimentacion-crisis-climatica-y-recursos-naturales>

Padilla-Sánchez, G., Madriz, N., Guardado, W., y Hernández, A. (2023). Disponibilidad de alimentos ultraprocesados como amenaza latente en la nutrición de los niños latinoamericanos. *Innovare Revista de ciencia y tecnología*, 12(2), 75–77. <https://doi.org/10.5377/innovare.v12i2.16607>

Palomo, M. C., Denman, C. A., Cornejo-Vucovich, E. C., Landeros-Flores, P. E., y Rodríguez-Ibarra, S. (2023). Barreras y facilitadores para una alimentación saludable entre participantes de Meta Salud Diabetes en Sonora, México. *Scielo estudios sociales revista de alimentación contemporánea y desarrollo regional*, 32(59). <https://doi.org/10.24836/es.v32i59.1220>

Pérez, C., Aranceta, J., Salvador, G., y Varela, G. (2015). Métodos de Frecuencia de consumo alimentario. *Revista española de nutrición comunitaria*.
<https://doi.org/10.14642/RENC.2015.21.sup1.5050>

PMA. (2020). *LA CRISIS CLIMÁTICA IMPULSA EL HAMBRE, ADVIERTE EL WFP EN EL DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN*. Honduras.un.org. <https://honduras.un.org/sites/default/files/2021-11/Bolet%C3%ADn%20Informativo%20-%20WFP%20Honduras.pdf>

Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Largo Plazo (PSAN) y Estrategia Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (ENSAN): Pyensan 2030. (2018). ReliefWeb.

<https://reliefweb.int/report/honduras/politica-nacional-de-seguridad-alimentaria-y-nutricional-de-largo-plazo-psan-y-estrategia-nacional-de-seguridad-alimentaria-y-nutricional-ensan-pyensan-2030>

Prensa, L. (2022, julio 24). *Dos de cada diez menores en Honduras padecen de desnutrición*. La Prensa. <https://www.laprensa.hn/honduras/dos-de-cada-diez-menores-en-honduras-padecen-de-desnutricion-KC9242408>

Rentería, C., Andino, K., y Pantoja, A. (2013). *Las cajas urbanas “una experiencia de financiación comunitaria liderada por mujeres”*. <https://www.fao.org/4/i3286s/i3286s.pdf>

Ruiz y Sandra Ivonne Muñoz Maldonado, E. B. (2018). *El modelo transteórico aplicado al cambio de conductas relacionadas con la reducción del peso corporal*. Unam.mx.

<https://cuved.unam.mx/rdipycs/wp-content/uploads/2018/12/7.-El-modelo-transte%C3%B3rico-aplicado-al-cambio-de-conductas-relacionadas-con-la-reducci%C3%B3n-del-peso-corporal.pdf>

Salazar Marroquín, S. (2016). Programas sociales de alimentación y nutrición del Estado ecuatoriano, estrategia nacional en favor de la alimentación saludable. *Redalyc Economía*, XLI (41), 76–96. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=195649910004>

Salud, R. (2017). *Guía metodológicas participativas para facilitadores de grupo*. <https://redsalud.ssmso.cl/wp-content/uploads/2019/03/Gu%C3%ADa-de-metodolog%C3%ADas-participativas-para-Facilitadores-de-grupos.pdf>

SESAL, del Despacho Presidencial, S. de E., OPS, Mundial, V., INCAP, UPNFM, y FAO. (2013). *Guía alimentaria para Honduras*. <http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/GUIASALIMENTARIAS.pdf>

SESAN. (2019, diciembre 11). *¿Qué es Seguridad Alimentaria y Nutricional -SAN-?* SESAN Guatemala; SESAN. <https://portal.sesan.gob.gt/2019/12/11/que-es-seguridad-alimentaria-y-nutricional-san/>

SICA. (2023). *Informe Mundial sobre Crisis Alimentarias*. Sica.int. <https://www.sica.int/noticias/informe-mundial-sobre-crisis-alimentarias-2023-devela-que-9-7-millones->

[de-personas-estan-en-inseguridad-alimentaria-aguda-en-cuatro-paises-del-sica-cuadruplicando-la-cifra-del-2018_1_131941.html](#)

Soliz, F., y Maldonado, A. (2012). *Guía de metodologías comunitarias participativas*.

<https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/3997/1/Soliz,%20F-CON008-Guia5.pdf>

Stein, A. (2019). *Adaptación al cambio climático en ciudades con altos niveles de riesgo social y ambiental: El caso de dos barrios populares en Tegucigalpa, Honduras*. 169–203.

<https://www.ingentaconnect.com/contentone/iieal/meda/2019/00000090/00000001/art00010?crawler=true&mimetype=application/pdf>

Tuñón, L., Maljar, M., Robert, N., y Bauso, N. (s/f). *Alimentación, agua, etiquetado frontal y autoproducción*. Edu.ar. Recuperado el 9 de noviembre de 2024, de

<https://wadmin.uca.edu.ar/public/ckeditor/Prensa/Documentos/2024-Prensa-Observatorio-Infancia-Boletin-Alimentacion.pdf>

UNAM. (2021). *Patrón Alimentario*. Unam.mx.

<https://www.personal.unam.mx/Docs/Cendi/patron-alimentario.pdf>

UNICEF. (2019). *Estado mundial de la infancia*. Unicef.org.

<https://www.unicef.org/sites/default/files/2019-11/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>

UNICEF. (2019). *La mala alimentación está perjudicando la salud de la infancia mundialmente*.

Unicef.org. <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/la-mala-alimentaci%C3%B3n-est%C3%A1-perjudicando-la-salud-de-la-infancia-mundialmente>

UNICEF. (s/f). *Participación Comunitaria*. Sbcguidance.org.

<https://www.sbcguidance.org/es/comprender/participacion-de-la-comunidad>

Unidas, N. (1966). Ohchr.org. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-economic-social-and-cultural-rights>

UTSAN. (2018). *Plan de Acción por la Nutrición de Honduras 2030*.

<https://scalingupnutrition.org/sites/default/files/2022-06/national-nutrition-plan-honduras.pdf>

Van de Velde, H. (2009). *Sistemas de Evaluación, Monitoreo, Seguimiento y Evaluación de Proyectos Sociales*. <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2016/01/04-Sistemas-de-Evaluacion-III-edici%C3%B3n.pdf>

ANEXOS

Anexo 1 Caracterización cualitativa en los CDC

Caracterización cualitativa en la Colonia VINU sector 2

Árbol de sueños, compromisos y miedos en VINU sector 2

A través de esta metodología se registra los sueños, compromisos y miedos tanto en índole nutricional y de estado de salud para sus hijos/familiares también esta metodología puede ayudar a la población participante por sí mismas enriquecer sus conocimientos, reflexionar sobre temas importantes para su salud y bienestar.

En los sueños describieron de la siguiente manera: “Yo sueño que mi hijo tenga salud una mejor nutrición y un futuro mejor”, “que mis hijos conozcan de Dios para poder tener una mejor vida”, “deseo que mis hijos tengan una mejor alimentación” “mi deseo es que mi familia siempre tenga salud que mi hijo se gradúe”, “deseo para mi hijo un mejor futuro y una buena educación para salir adelante”, “tener salud y seguridad en mi comunidad”, “mi sueño es tener a mi hijo con salud y educación y tener con salud a toda mi familia y tener trabajo para poder sacarlos adelante”, “que todos los niños de la colonia tengan una buena alimentación para crecer bien”, “sueño que mi hijo sea estudiante y que haya un empleo”, “el tener una mejor salud y alimentación”, “tener una mejor atención de la salud, “que haya más espacios seguros para los niños”, “un acceso a mejor alimentación o un poco más saludable”, “más oportunidades de trabajo, “que mi hijo pueda tener un mejor futuro”, “deseo que mi hijo se alimente bien siempre”. Fuente: padres/madres de familia del CDC VINU sector 2, 2024.

Compromisos los describieron de la siguiente manera: “Es el cuidar siempre a mis hijos y ser responsable”, “mi compromiso es el responder como padres”, “es el mejorar como come mi hijo”, “poder ser más participativa en la comunidad”, “serían el darle una mejor alimentación”, “ayudarlo para que siga aprendiendo”, “protegerlo siempre de violencia”, “cuidarlo para que coma mejor”, “apoyarlos en su educación”, “apoyarles siempre para que sigan estudiando”, “vigilar que no se enferme”, “cuidar

su salud”, “guiarlo hacía Dios para que crezca mejor”, “llevar a mi hijo a sus citas para que no se enferme y tenga salud”, “exigir mejor atención en los centros médicos”, “enseñarle a ser responsable en su vida”.

Fuente: padres/madres de familia del CDC VINU sector 2, 2024.

Miedos los describieron de la siguiente manera: “el no poder darle a mi hijo lo que se merezca de la vida”, “a la economía”, “mi miedo son los vicios y las gaviás”, “mi miedo es llegar a tener una enfermedad”, “mi miedo es la falta de empleo”, “mi miedo es a los alimentos malos”, “miedo a que mi hija no tenga el alimento suficiente”, “tengo miedo al fracaso”, “tengo miedo a una enfermedad”, “le tengo miedo a la inseguridad”, “a que mi hijo no tenga oportunidades”, “a no poder conseguir un trabajo”, “a la delincuencia”, “miedo a que mi hijo no se alimente bien”, “que mi hijo no termine de estudiar”, “que mi familia se enferme”. Fuente: padres/madres de familia del CDC VINU sector 2, 2024.

Las entrevistas semiestructuradas en VINU sector 2

Se analizaron de la siguiente manera (ver detalles de cada respuesta en anexo 1):

Alimentos están disponibles en la comunidad: En la mayoría de las respuestas los alimentos mencionados son los mismos, por lo que se puede deducir que en la comunidad se encuentran los alimentos de la canasta básica, abarcando frutas y verduras y fácil acceso urbano a ellos.

Compra alimentos fuera de la comunidad: La mayoría de los participantes, compra sus alimentos fuera de la comunidad la mayoría de estos, como la carne, las verduras, y algunos granos básicos, cuando se terminan durante la semana compra solo lo necesario en la comunidad hasta que llega el día sábado o un día que puedan salir a hacer compras en otros mercados. El principal que ellos vistan es el mercado del Estadio.

Dónde es más económico comprar: Basándose en las respuestas obtenidas por las participantes, destacó que el lugar más económico para la compra de sus alimentos y sus compras en general de lo que necesitan en sus hogares, es el mercado ya que la mayoría encuentra precios accesibles para su economía y su presupuesto familiar.

Distribución de la comida en casa: Según las respuestas obtenidas la mayoría de las participantes con la distribución de sus alimentos, es que los miembros de la familia comen todos por igual se realizan de cuatro a tres tiempos de comidas, a excepción de una madre de familia que comentaba que ella solo hacía dos tiempos, por situaciones de su casa es muy difíciles ya que su presupuesto no era tan rentable para abastecer los tres tiempos y esto se da en la mayoría de hogares hondureños que pasan dificultades ya sea de trabajo o problemas en la situación económica para mantener su hogar con una alimentación rentable y de calidad.

Consume alimentos de temporada: En la mayoría de las respuestas con respecto a esta pregunta a excepción de dos personas contestaron que sí, siempre consumen los alimentos de temporada principalmente lo que son las frutas ya que en esas fechas las encuentran con precios más económicos.

Alimentos consume en su dieta: Los alimentos que más consumen en los hogares de los entrevistados son: arroz, frijoles, lácteos, vegetales variados, y las carnes. Y solo en algunos hogares consumen las frutas.

Tipo de carne consume más: La carne que más se consume según las personas entrevistadas por mayoría fue el pollo. Pero también optan por sustituir el pollo en ocasiones por carne de cerdo y carne de res. Según lo que nos comentaban es que en sus hogares todos los días se consume lo que es las carnes, principalmente la incluyen en sus platillos en la hora del almuerzo.

Tipo de grasa utilizada para cocinar: Las respuestas muestran una variedad de opciones, desde el uso ocasional de aceite y manteca hasta preferencias por marcas específicas como Mazola y Clover. Desde una perspectiva de seguridad alimentaria y nutricional, es importante considerar que no todas las grasas son iguales y algunas pueden tener impactos diferentes en la salud. Es importante fomentar el uso de grasas más saludables para promover una dieta equilibrada y saludable.

Consumo de frutas y verduras: Las madres de familia consumen frutas y verduras. Sin embargo, las respuestas muestran que algunas comen estos alimentos una vez, dos veces o tres veces por semana,

mientras que otras lo hacen rara vez. Esto indica que hay una variedad en los hábitos alimenticios.

Algunas tienen hábitos saludables al comer frutas y verduras regularmente, pero otras consumen estos alimentos de manera más esporádica. Esto algunas veces se debe a que deben de comprar las frutas a una distancia algo larga.

Ha recibido capacitaciones en nutrición: Algunas han recibido capacitación previa en nutrición, ya sea el año pasado, con nutricionistas, o en instituciones como la clínica de la policía. Sin embargo, la mayoría indica que no han recibido capacitación en este campo. Sería bueno considerar la implementación de programas de capacitación en nutrición, ya sea a través de talleres, charlas informativas, para capacitar a las madres.

Caracterización cualitativa de la Colonia VINU sector 3

Mapa de sueños en VINU sector 3

Durante esta actividad se identificaron una serie de temas claves que reflejan las preocupaciones y aspiraciones más apremiantes de la colonia. Desde la necesidad de acceso a una educación de calidad y servicios de salud adecuados, hasta la promoción de estilos de vida saludables y la protección del medio ambiente, estas aspiraciones reflejan un deseo colectivo de bienestar integral y desarrollo humano.

Esta actividad no solo ha sido un ejercicio de reflexión y expresión para las colonias, sino también un punto de partida para acciones concretas destinadas a hacer realidad esos sueños.

Los resultados obtenidos a partir de la actividad participativa en la Colonia VINU sector 3, representan una ventana hacia las aspiraciones y deseos de sus habitantes en relación con la alimentación y el bienestar. Durante la visita, los participantes tuvieron la oportunidad de expresar libremente sus sueños en cuanto a la alimentación y el entorno que desean para sus familias y vecinos. Estos sueños reflejan no solo las necesidades básicas de la comunidad, sino también sus aspiraciones para un futuro más saludable.

Sueños: “sería importante tener huertos en casa”, “centros de venta de frutas y verduras”, “más basureros para la comunidad”, “una mejor alimentación”, “basureros comunitarios y centros de salud con medicamentos”, “postas policiales para seguridad de las personas”, “tanques o barriles para recolección de agua”, “más escuelas”, “basureros para la comunidad, ya que, hoy en día no hay, y la basura daña la salud”, “centros de salud más cercanos y con clínica de nutrición”, “parques recreativos para los niños y adultos”, “más parques recreativos”, “escuelas cercanas”, “lugares recreativos como parques”, “parques en tierras disponibles”, “clínicas para la comunidad”, “clínicas de nutrición” Fuente: padres/madres de familia del CDC VINU sector 3, 2024.

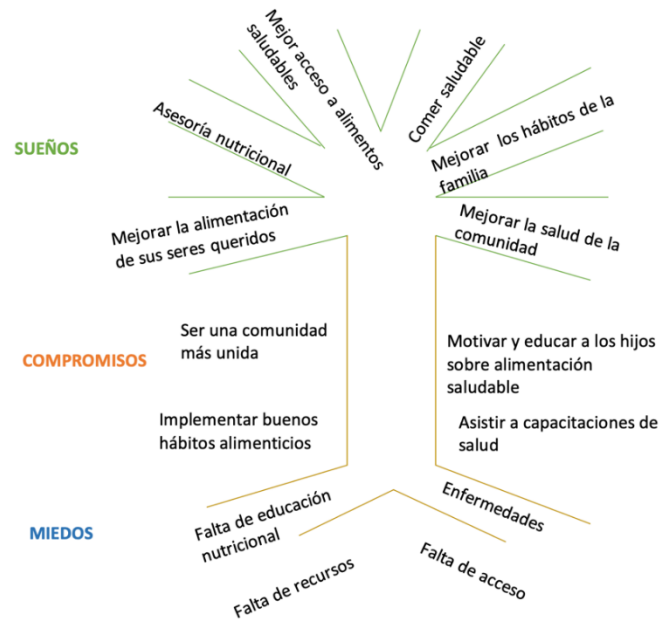
Mapa de sueños, compromisos y miedos en VINU sector 3

Complementado a la actividad se realizó un árbol de sueños, compromisos y miedos. En esta actividad no solo destaca los problemas identificados, sino que también resalta la importancia de adoptar un enfoque integral y colaborativo para abordar estos desafíos. Se enfatiza la necesidad de implementar estrategias que promuevan la educación alimentaria, combatan la desinformación, mejoren el acceso a alimentos nutritivos y apoyen el desarrollo de la agricultura local como parte de un esfuerzo más amplio para mejorar el bienestar de la comunidad.

Los sueños, compromisos y miedos expresados por la comunidad de Villanueva, sector 3, se centran en dos áreas principales: la mejora de la alimentación y la salud. Estos sueños están interconectados, tanto en el ámbito familiar, así como a nivel de comunidad, son un reflejo de las necesidades y desafíos que la comunidad enfrenta a diario, para contribuir a una mejor salud general.

En la siguiente figura 2 se muestra una síntesis de los resultados que manifestó la población del CDC VINU sector 3.

Figura 5
Árbol de sueños, compromisos y miedos



Nota: La figura muestra una síntesis de lo que manifestaron los participantes, en los sueños refleja una preocupación por el bienestar de las personas cercanas. La mención de “seres queridos” sugiere que se valore más la salud y nutrición de sus familiares, es probable que exista una conexión emocional con este sueño. En el mejor acceso a alimentos saludables, este sueño revelan las desigualdades para acceder alimentos saludables, debido a la falta de empleo, falta de acceso a mercados o tiendas que ofrecen alimentos frescos. La asesoría nutricional, los participantes indican un deseo de aprender y mejorar su salud, de igual manera a adquirir buenos hábitos alimentarios. Dentro de los compromisos manifiestan estar dispuestos a contribuir positivamente en recibir asesoría, talleres de nutrición, debido a que reconocen la importancia de crear valores y buenos hábitos alimentarios desde la infancia. En los miedos manifiestan que el desempleo y la inestabilidad económica les dificulta comprar suficientes alimentos y que están conscientes que muchas enfermedades se derivan de la mala alimentación. Fuente: padres/madres de familia del CDC VINU sector 3, 2024.

Caracterización cualitativa de la Colonia NUSU

Entrevistas semiestructuradas en NUSU

Las preferencias alimentarias se clasifican de la siguiente manera. Carbohidratos: frijoles, pastas, arroz. Proteínas: pollo, huevo, vísceras. Bebidas azucaradas: café, jugos naturales, bebidas carbonatadas.

Distribución de la comida la distribución de alimentos en el hogar consideran que los niños deben ser los primeros en recibir los alimentos y otros consideran que la distribución alimentaria debe ser igual para todos.

Consumo de alimentos: En base a los datos obtenidos los alimentos en los que presentan un alto consumo de cereales (arroz, pan, pasta, tortilla) y grasas (aceites, mantecas) ambos representados por la mayoría de los entrevistados comentaron consumirlo a diario.

Tipo de carnes: Los entrevistados la mayoría consume solamente pollo y cerdo. Varios manifestaron que al menos los consumen 2 veces por semana, otros comentaban que 1 vez por semana.

Consumo de frutas y verduras. La mitad de los participantes manifestó que consume frutas y verduras diariamente.

Capacitaciones en nutrición. En general la mayoría de los participantes tienen conocimientos básicos de una alimentación saludable, varios comentaron que debe ser variada donde se incluya verduras, frutas y carnes. En algunos casos mencionaron que consideran que su alimentación debe mejorar porque la categorizan regular.

Ante lo anteriormente reflejado, se describen las causas que contribuyen a la problemática sobre la Falta de acceso y consumo a una alimentación saludable en los preescolares (4 a 6 años) que asisten a los CDC de la Asociación Compartir, ubicados en las Colonias de VINU, NUSU y Los Pinos.

Anexo 2 Otros servicios que ofrece la Asociación Compartir

Servicios que Otorga la Institución

Programas de Educación y programas que se desarrollan con estrategias innovadoras de oportunidades educativas a niñas, niños y jóvenes entre 4 a 18 años; promoviendo su acceso, permanencia y promoción a la educación formal, no formal e informal con enfoque inclusivo y de derecho; con acciones de educación pre básica, básica, artístico, cultural y vocacional.

Componente Tutorías. Es un proceso de acompañamiento académico que se realiza con las niñas y niños participantes con el fin de contribuir al mejoramiento del rendimiento académico, desarrollando acciones directas de reforzamiento de contenidos temáticos desarrollados en clases, fortalecimiento de hábitos de estudio con técnicas lúdicas y haciendo de su aprendizaje una actividad divertida.

El propósito es lograr su permanencia y promoción escolar, evitando la deserción, actualmente la población participante es de 915 niñas y niños en el nivel de educación básica de primer y segundo ciclo, y 99 de tercer ciclo y educación media; se cuenta con dos tutoras especialistas en educación, nueve voluntarias comunitarias capacitadas en seguimiento pedagógico y 3 tutores especializados en matemáticas para el nivel de educación media.

Cada año se realiza una feria de orientación vocacional ampliando a los y las participantes sus conocimientos de la oferta académica disponible; así mismo se brinda capacitaciones a docentes de los centros educativos. Para apoyar la inserción de las niñas y niños en el sistema educativo anualmente se entregan 2300 paquetes de útiles y uniformes escolares.

Biblioteca Móvil. Es una estrategia de democratización del libro y la lectura que permite a través de un vehículo (bibliomóvil) equipado con: libros, mesas, sillas, títeres, teatrino, guitarra y carpa llegar a

niñas y niños que viven en zonas distantes de las bibliotecas comunitarias y sin acceso a fuentes de información.

Arte y Cultura. Son importantes en el desarrollo de la niñez, además de constituir uno de los derechos de la niñez, por ello que se desarrollan diferentes talleres artísticos como: clases de música, danza folclórica, formación de bandas, batucada, cursos de pintura, teatro con títeres y de teatro brindando a los participantes diversas oportunidades de expresión a través de diversos lenguajes artísticos que contribuyen a fortalecer los valores cívicos, uso adecuado de su tiempo libre, relaciones sociales con jóvenes de su comunidad y sobre todo la prevención de los factores de riesgo.

Los participantes son organizados en diferentes grupos artísticos, realizan presentaciones en diferentes eventos comunitarios de convivencia y promoción del arte y la cultura.

Talleres vocacionales. Son un modelo de capacitación abierto y flexible dirigido a jóvenes mayores de 15 años, a través de los cuales aprenden un oficio, mediante una enseñanza individualizada que les permite desarrollar las competencias técnicas requeridas en cada área ocupacional, contribuyendo a la ampliación de las oportunidades que les permita mejorar sus condiciones de vida a través de la generación de ingresos, vinculándose a alternativas de empleo y autoempleo.

Para lograr la formación integral se desarrollan diversos componentes: técnico, valores y emprendedurismo, logrando que los(as) egresados sean competitivos en el mercado laboral. Oferta vocacional: Barbería, belleza, panadería/repostería, computación básica y avanzada, diseño gráfico, estructuras metálicas, reparación de celulares y manualidades entre otros, dichos cursos son certificados por el Instituto Nacional de Formación Profesional (INFOP).

El deporte. Es desarrollado como una estrategia de atención a los participantes para el mejoramiento de la salud integral, además como medio para la recreación, uso adecuado del tiempo libre, fortalecimiento de relaciones sociales con los demás y la recuperación del espacio público al ser desarrollado en espacios comunitarios. La actividad deportiva ofrece un potencial educativo en la

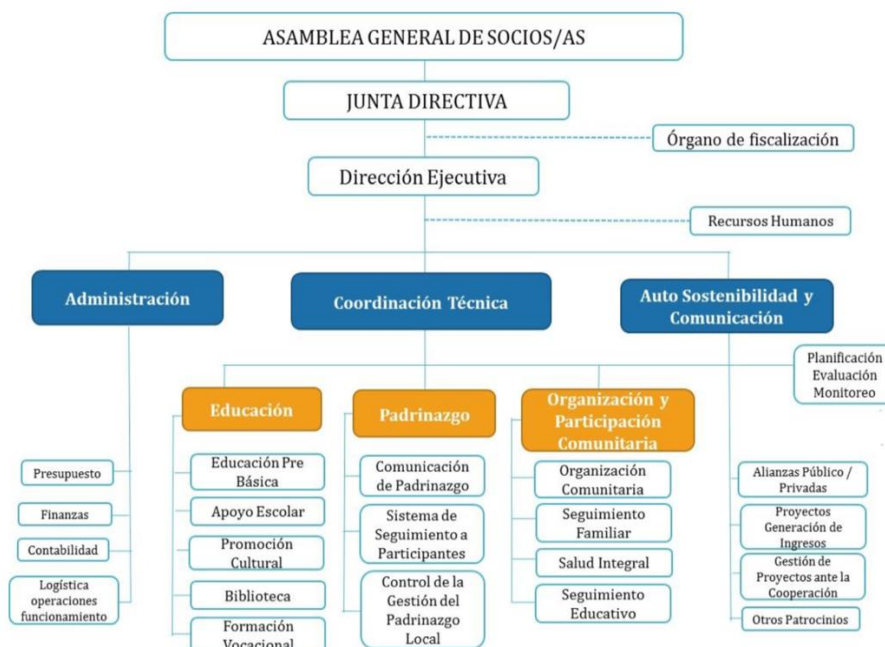
formación integral incidiendo sobre la persona en la práctica de normas de convivencia basados en el respeto y la tolerancia, es un medio para la prevención y construcción de una cultura de paz.

Se promueven diferentes disciplinas deportivas como el atletismo, fútbol, baloncesto, voleibol, gimnasia, ciclismo y la natación, con apoyo y orientación de un profesional del deporte, apoyado por un equipo de voluntarios comunitarios que colaboran para el mejoramiento de la convivencia en el entorno educativo, familiar y comunitario.

Apoyo Comunitario. Es un proceso mediante el cual las familias participantes a través de un espacio de diálogo y concertación se organizan democráticamente en una asamblea anual y haciendo uso de normas parlamentarias, eligen democráticamente 10 representantes de su comunidad constituyéndose en el Comité de Familias de Barrio (COFABA) siendo la estructura representativa en cada comunidad. Para llevar a cabo su gestión realizan análisis de cada contexto siendo la base para la elaboración del plan de acción para el desarrollo comunitario. Así como el apoyo a la gestión de los programas y servicios institucionales, por otra parte, se busca su articulación con otras instancias del desarrollo comunitario como los patronatos, juntas de agua, mesas de concertación intersectorial en la que confluyen todas las fuerzas vivas presentes en las comunidades (Asociación Compartir, s.f.).

Figura 6

Organigrama institucional de la Asociación Compartir



Nota: La figura muestra el organigrama de la Asociación Compartir, cabe señalar que las áreas estratégicas y objetivos estratégicos involucran diferentes cargos, lo que evidencia la sustentabilidad institucional. Fuente: Asociación Compartir, 2022.

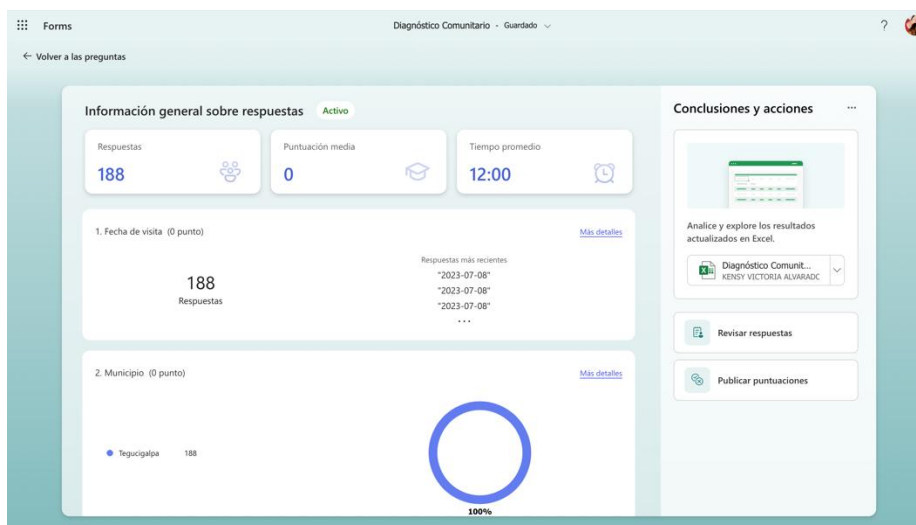
Anexo 3 Listado de niños y niñas por CDC

En el siguiente enlace se identifica la información de la población objetivo, de igual la información antropométrica que nos permite conocer el crecimiento adecuado de cada niño y niñas, en relación a los indicadores de talla/edad, peso/edad, peso/talla e índice de masa corporal para la edad.

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1Hx7iKU1EuSZ3leEhdnwmATE9KM2CApy8/edit?usp=sharing&oid=106383000618616067131&rtpof=true&sd=true>

Anexo 4 Encuestas aplicadas a las familias

Encuestas aplicadas a las familias que se benefician de los programas de la Asociación Compartir y que asistieron en algunos de los CDC



En el siguiente enlace encuentra más información:

[Diagnóstico Comunitario.xlsx](#)

Anexo 5 Detalle de presupuesto

Componente	Etapas	Descripción	Unidad de medida	Cantidad	Valor unitario en Lempiras	Valor unitario en dólares	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
1	Etapa I. Organización de la comunidad: participación de la familia, personal institucional, niños/as con apoyo de especialistas, docentes de la universidad y estudiantes UNAH.	1. Actividades de ejecución de proyecto componente 1						
		1.1.1 Jornada para elaborar un plan de trabajo comunitario	Jornada	2	500	20	1,000	40
		1.1.2 Jornada de Monitoreo trimestral de avances del plan de trabajo comunitario	Jornada	6	200	8	1,200	48
	Etapa II. Compra de materiales para implementación del huerto	1.2.1 Kit de materiales para la implementación de huerto (insumos para sistema de riego, bandejas de germinación, poli sombra, postes de madera,	Kit	3	500,000	20,000	1,500,000	60,000

Componente	Etapas	Descripción	Unidad de medida	Cantidad	Valor unitario en Lempiras	Valor unitario en dólares	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
		invernadero, herramientas)						
	Etapa III Producción alimentaria: Elaboraciones de los planes de producción de alimentos hasta garantizar la calidad de este.	1.3.1 Reunión para identificar el espacio para implementar el huerto	Reunión	1	200	8	200	8
		1.3.2 Jornada de inspección de los suelos donde estará asentado.	Jornada	1	200	8	200	8
		1.3.3 kit de semillas (hortalizas, hierbas aromáticas, tierra, abono)	Kit	3	300,000	12,000	900,000	36,000
		1.3.4 Kit de insumos orgánicos	Kit	3	10,000	400	30,000	1,200
		1.3.5 Jornada para el establecimiento del huerto	Jornada	3	500	20	1,500	60
		1.3.6 Jornada de limpieza del terreno para establecimiento	Jornada	3	500	20	1,500	60
		1.3.7 Jornada para instalación de espacios con una	Jornada	4	500	20	1,500	60

Componente	Etapas	Descripción	Unidad de medida	Cantidad	Valor unitario en Lempiras	Valor unitario en dólares	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
		mallas (poli sombra) e invernadero						
		1.3.8 Jornada para la siembra de las semillas/plantas de hortalizas y hierbas aromáticas	Jornada	3	500	20	1,500	60
		1.3.9 Jornada de monitoreo de recolección de alimentos	Jornada	6	200	8	1,200	48
		1.3.10 Jornada para evaluación inicial del proyecto	Jornada	1	200	8	200	8
2. Actividades de ejecución de proyecto componente 2								
2	Etapa I. Acercamiento con los comités y asociaciones de padres/madres de familia para identificar los conocimientos y habilidades en temas relacionados con la	2.1.1 Jornada para la aplicación de encuestas de conocimientos, actitudes y prácticas en alimentación y nutrición (CAP)	Jornada	8	500	20	4,000	160
		2.1.2 Jornada para el análisis de las encuestas CAP	Jornada	8	200	8	1,600	64
		2.1.3 Reunión para diseñar	Reunión	2	300	12	600	24

Componente	Etapas	Descripción	Unidad de medida	Cantidad	Valor unitario en Lempiras	Valor unitario en dólares	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
	alimentación y nutrición.	cronograma/ plan de actividades.						
	Etapa II. Elaboración de recetarios, materiales de capacitación en EAN.	2.2.1 Jornada para el diseño y validación de recetario para merienda escolar. (realizar pruebas de los menús)	Jornada	5	100	4	500	20
		2.2.2 Jornada para el diseño de murales/ rotafolios educativos para los centros de desarrollo comunitario (lavado de manos, higiene de alimentos, aseo de la cocina, plato saludable, imágenes de los vegetales y frutas con sus funciones, cantidad de azúcar que tienen las bebidas y alimentos ultra procesados)	Jornada	5	200	8	1,000	40
		2.2.3 Kit de materiales	Kit	40	100	4	4,000	160

Componente	Etapas	Descripción	Unidad de medida	Cantidad	Valor unitario en Lempiras	Valor unitario en dólares	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
		educativos (recetarios, murales/rotafolios)						
	Etapa III. Capacitación en Educación alimentaria y nutricional	2.3.1 Talleres de educación no formal en EAN dirigido a padres/madres de familia.	Taller	6	10,000	400	60,000	2,400
		2.3.2 Talleres de educación no formal en EAN dirigido a personal institucional	Taller	6	5,000	200	30,000	1,200
		2.3.3 Talleres de alimentación dirigido a los niños/as	Taller	15	5,000	200	75,000	3,000
3. Actividades de ejecución de proyecto componente 3								
3	Etapa I. Recolección de la información	3.1.1 Jornada para la recolección de información alimentaria	Jornada	4	3,000	120	12,000	480
	Etapa II. Implementación de la guía alimentaria.	3.2.1 Jornada para elaboración de las guías alimentaras	Jornada	20	200	8	4,000	160
		3.2.2 Jornada para socialización de las guías alimentarias	Jornada	2	500	20	1,000	40

Componente	Etapas	Descripción	Unidad de medida	Cantidad	Valor unitario en Lempiras	Valor unitario en dólares	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
		3.2.3 Jornada para implementación de las guías alimentarias	Jornada	3	500	20	1,500	60
Otros rúbricos de proyecto	2. Contratación de Recurso humano							
		2.1 Contratación de técnico en alimentación y nutrición	Contratación Medio tiempo	24	9,000	360	216,000	8,640
		2.3 Contratación de administrador	Contratación Medio tiempo	24	5,000	200	120,000	4,800
		2.4 Contratación de coordinador de proyectos	Contratación Medio tiempo	24	10,000	400	240,000	9,600
		2.5 bono para practicantes	Contratación	24	9,000	360	216,000	8,640
	3. Materiales administrativos							
		3.1 Impresora scanner	Bienes	1	10,000	400	10,000	400
		3.2 Computadora	Bienes	1	27,000	1,080	27,000	1,080
		3.3 Tablet	Bienes	6	10,000	400	60,000	2,400
		3.4 kit de materiales de oficina (marcadores, lápices, folder, hojas de papel bond)	Kit	20	3,000	120	60,000	2,400

Componente	Etapas	Descripción	Unidad de medida	Cantidad	Valor unitario en Lempiras	Valor unitario en dólares	Valor total en Lempiras	Valor total en dólares
		4. Apoyo y aceptación del proyecto						
		4.1 Internet	Servicios	26	600	24	15,600	624
		4.2 Campaña de comunicación	Servicios	1	5,000	200	5,000	200
		5. Gestión exitosa del proyecto						
		5.1 Evaluaciones completadas	Servicios	1	3,000	120	3,000	120
		5.2 Auditorías internas y externas	Servicios	2	3,000	120	6,000	240
		Total			933,700	37,348	3,613,800	144,552

Fuente: Elaboración propia, 2023

Anexo 6 Solicitud de presupuesto para implementación de proyecto

Específicamente se solicitó apoyo con la producción de los huertos comunitarios.



UNAH
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE HONDURAS



Correo Electrónico:
kensy.alvarado@unah.edu.hn

Tegucigalpa M.D.C 6 de marzo de 2023

Estimada Peggy Gregson
El cuenco

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludar cordialmente y deseárselos éxitos en todas sus labores que a diario realiza por el bienestar de la población; por este medio de parte de la Asignatura de Nutrición Comunitaria (Nut- 507) de la Carrera de Nutrición UNAH, estamos siendo parte del fortalecimiento de un programa de merienda para niños/as de la Asociación Compartir en Centros Comunitarios de colonia Villa Nueva 2, Villa Nueva 3, Los Pinos y Nueva Suyapa, mediante la implementación de un huerto orgánico.

El programa de la merienda cuenta con los productos básicos : arroz, frijoles, harina de maíz, aceite y avena. Dentro de los productos alimentarios que reciben, falta el consumo de micronutrientes, que se obtienen de los productos frescos (vegetales), nutrientes que se necesitan en pequeñas cantidades y son esenciales para el desarrollo adecuado en niños/as y la prevención de enfermedades en adultos; por lo que nos encontramos en la necesidad de implementar un huerto que puede abastecer con alimentos frescos que complete nutricionalmente a la merienda existente en los centros .

El proyecto de huerto más allá de su implementación, está enfocado en orientar a la población en proteger nuestra biodiversidad, respetar la naturaleza (suelo y agua), contribuir a la lucha contra el cambio climático, reducir el desperdicio de alimentos y mejorar el acceso a una alimentación saludable en grupos vulnerables.

La solicitud es para solicitar donación para la compra de materiales (semillas, tierra, madera, mangueras para sistema de riego, malla sombra entre otros) a estos centros y así poder cumplir con los requerimientos necesarios. Debido a que en este momento solo contamos con espacio (adjunto plano del espacio) y agua.

Lo que dispongan para apoyarnos será bienvenido.

Agradeciendo su atención me despido de la manera más atenta.

Fwd: Solicitud donativo para implementación de Huertos

Nota s...Cuenco.pdf

PG peg gregson <pgregson07@gmail.com>
Para: y 5 más Dom 12/3/2023 14:54

Nota solicitud El Cuenco.pdf
799 KB

Estimada Docente Alvarado: Buenas días, y estoy recibiendo su pedida con gusto. Estoy haciendo un repaso de este proyecto de huertos con mis colegas.

Tengo confianza que hay ayuda por este proyecto que puede prevenir y dar tratamiento de malnutrición. Y por favor manda a mi un presupuesto de proyecto de huertos.

Saludos cordiales,

Peggy

Peg Gregson MPH, RDN, LPN

Co-coordinadora de El Cuenco


----- Forwarded message -----

From: **KENSY VICTORIA ALVARADO SANTOS**
<kensy.alvarado@unah.edu.hn>
Date: Mon, Mar 6, 2023 at 1:45 PM
Subject: Solicitud donativo para implementación de Huertos
To: pgregson07@gmail.com <pgregson07@gmail.com>

Buenas tardes estimada Peggy

Anexo 7 Proceso de vinculación UNAH y Asociación Compartir

A través del presente proyecto se realizó gestión que ya está en proceso de aprobación. De igual manera en vista de este proceso ya se asignaron 3 practicantes de la Carrera de Nutrición en cada uno de los CDC.



UNAH
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE HONDURAS

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
COMITÉ LOCAL DE VINCULACIÓN**
Tegucigalpa, MDC.
Año Académico 2024
"Dra. Rutilia Calderón"



Oficio No.58 CLV-FCM- 2024
6 de noviembre de 2024.

MSP. Perla Simons.
Decana de la Facultad de Ciencias Médicas
FCM/UNAH
Su oficina

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE HONDURAS
FACULTAD PRIVADA DE CIENCIAS MÉDICAS

FECHA: 06/11/24
HORA: 10:08
RECIBIDO POR: José

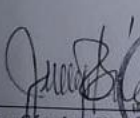
Estimada MSP Simons:

Reciba un cordial saludo de parte del Comité Local de Vinculación – FCM. La presente es para notificarle que hemos **subsanado** y **completado** los apartados que estaban inconclusos en el formulario referente al Proyecto de Vinculación, denominado: “Acceso a una adecuada alimentación en niños/as escolares que pertenecen a los centros de desarrollo comunitario (CDC) de la Asociación Compartir del año 2024 al 2026” y que con los cambios sugeridos ahora se denomina: “Estrategia para mejorar el acceso y consumo a una alimentación saludable en escolares ubicados en la Colonia Villa Nueva, Nueva Suyapa y Los Pinos, Tegucigalpa pertenecientes a la Asociación Compartir”

La información solicitada fue completada por el profesor vinculador con el acompañamiento de uno de los miembros del comité. Este proceso tomó algo de tiempo, por lo que pedimos disculpas por el retraso en el envío de la información. Se adjunta proyecto subsanado.

Atentamente,

POR EL COMITÉ LOCAL DE VINCULACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS:



Dra. Jury Sánchez Reyes
Coordinadora



Lda. María del Rosario Enriquez
secretaria

c.c Máster Oneyda Mendoza, Directora DVUS-UNAH
c.c. archivo.

Anexo 8 Actividades realizadas en inicio al proyecto en la Organización El Cuenco

En el siguiente enlace, se encuentran:

Se contrató 2 nutricionistas como consultoras en actividades de educación nutricional, vigilancia nutricional y adaptación de guías alimentarias para poblaciones infantiles, considerando las características de la población objetivo.

<https://drive.google.com/file/d/1JqHEB0AZ3MILmKiplG-eSZgyR9ayeeX5/view?usp=sharing>