

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Licenciatura en Trabajo Social y Desarrollo Comunitario.



**Participación de la mujer en el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la implementación de huertos familiares. Caso: grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, San Pedro Sacatepéquez, San Marcos**  
(Informe de Práctica Social y Comunitaria)

Dalily Almadelia García González

San Marcos, mayo 2014

**Participación de la mujer en el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la implementación de huertos familiares. Caso: grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, San Pedro Sacatepéquez, San Marcos**  
(Informe de Práctica Social y Comunitaria)

Dalily Almadelia García González

Licda. Lucía Francisca Cruz Ramírez (Asesora)

Lic. Víctor Hugo Alvarado Vásquez (Revisor)

San Marcos, mayo 2014

## **Autoridades de la Universidad Panamericana**

**M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus**

Rector

**Dra. Alba Aracely Rodríguez de González**

Vicerrectora Académica

**M.A. César Augusto Custodio Cobar**

Vicerrector Administrativo

**Lic. Adolfo Noguera Bosque**

Secretario General

## **Autoridades de la Facultad de Ciencias de la Educación**

**Lic. Dinno Marcelo Zaghi García**

Decano

**M. Sc. Dilia Figueroa de Teos**

Vice Decana

## Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo 1	1
Objetivos	1
Metodología	2
Marco Conceptual	3
1.1 Calidad de vida	3
1.2 Características de calidad de vida	4
1.3 Pobreza	5
1.4 Pobreza absoluta	5
1.5 Bienestar	6
1.6 Nutrición	6
1.7 Desnutrición	7
1.8 Huerto	7
1.9 Huerto familiar	7
1.10 Huerto comunitario	9
Capítulo 2	11
Marco Contextual	11
2.1 Niveles de alimentación en Guatemala	11
2.1.1 Estadísticas de desnutrición crónica en niños menores de 5 años en Guatemala	13
2.2 Cifras de desnutrición en el departamento de San Marcos	14
2.3 Aspectos generales del municipio de San Pedro Sacatepéquez	16
2.4 Contexto comunitario	16
Capítulo 3	18
Proceso de sistematización	18
3.1 Antecedentes del grupo	18
3.2 Adscripción del grupo a la oficina municipal de la mujer	20
3.3 Elaboración, actualización y resultados de diagnóstico comunitario	20

3.4	Actualización de diagnóstico	21
3.4.1	Resultados de la actualización de diagnóstico en el grupo de mujeres	21
3.5	Proceso de ejecución para la organización de grupos de mujeres en huertos comunitarios	23
3.6	Metodología utilizada por el grupo de Mujeres Reformadoras del Rosario para la aplicación de huertos comunitarios	26
3.7	Ejecución del plan de capacitación	27
3.8	Evaluación de los procesos	29
	Capítulo 4	31
	Análisis e interpretación de resultados del proceso de sistematización	31
4.1	Resultados obtenidos	31
4.1.1	Implementación de 6 huertos familiares involucrando a 175 personas	31
4.1.2	Logros obtenidos en el proceso de siembra de huertos familiares en el grupo de mujeres	32
4.1.3	Mejor comunicación entre el grupo	32
4.2	Análisis de resultados en grupo de mujeres	32
	Conclusiones	35
	Recomendaciones	36
	Referencias bibliográficas	37
	Anexos	38
	Anexo 1 Plan de sistematización	38
	Anexo 2 Listado de grupo de mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez departamento de San Marcos	47
	Glosario de abreviaturas	50

## **Índice de Ilustraciones**

Ilustración 1 Investigación de campo	27
Ilustración 2 Investigación de campo	28
Ilustración 3 Investigación de campo	31

**DICTAMEN DE APROBACIÓN**  
**INFORME DE PRÁCTICA SOCIAL Y COMUNITARIA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**  
**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**

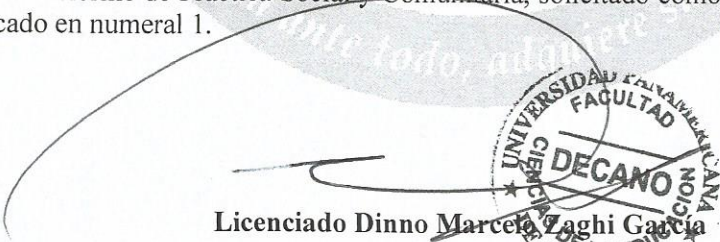
**ASUNTO: Dalily Almadelia García González**

Estudiante de la carrera de Licenciatura en Trabajo Social y Desarrollo Comunitario, de esta Facultad, solicita autorización para la realización de su Informe de Práctica Social y Comunitaria para completar los requisitos de graduación.

Dictamen No. 08082013

Después de haber estudiado el anteproyecto presentado a esta Decanatura para cumplir los requisitos para elaborar Informe de Práctica Social y Comunitaria, que es requerido para obtener el título de Licenciatura en Trabajo Social y Desarrollo Comunitario. Se resuelve:

1. El anteproyecto presentado con el nombre de: **Participación de la mujer en el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la implementación de huertos familiares.**
2. **Caso: grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, San Pedro Sacatepéquez, San Marcos.** Está enmarcado dentro de los conceptos requeridos para la elaboración del Informe de Práctica Social y Comunitaria.
3. La temática se enfoca en temas sujetos al campo de investigación con el marco científico requerido.
4. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento de egreso de la Universidad Panamericana en opciones de Egreso, artículo No. 5 del inciso a) al g).
5. Por lo antes expuesto, el estudiante **Dalily Almadelia García González**, recibe la aprobación de realizar Informe de Práctica Social y Comunitaria, solicitado como opción de Egreso con el tema indicado en numeral 1.

  
**Licenciado Dinno Marcela Zoghi García**  
Decano  
Facultad de Ciencias Sociales





**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**

**"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"**

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA, FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, SEDE  
SAN MARCOS, trece de abril de dos mil trece.....**

*En virtud de que el Informe de Práctica Social y Comunitaria, denominada "Participación de la mujer en el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la implementación de huertos familiares. Caso: grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, San Pedro Sacatepéquez, San Marcos, presentado por la estudiante Dalily Almadelia García González, de la carrera de Licenciatura en Trabajo Social y Desarrollo Comunitario, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable, para que continúe con el proceso correspondiente.*

*Licda. Lucía Francisca Cruz Ramírez*

*Docente Asesora*





UNIVERSIDAD  
PANAMERICANA

"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, SEDE SAN  
MARCOS Guatemala veinte días del mes de enero de dos mil catorce.-----

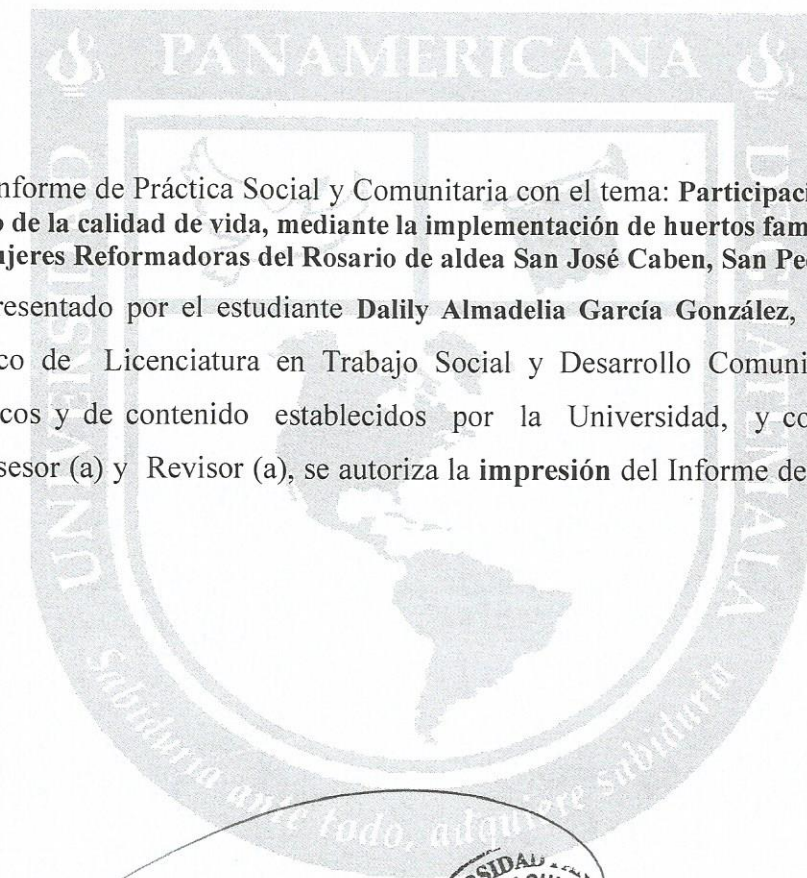
*En virtud de que el Informe de Sistematización de la Práctica Social y Comunitaria, denominada: "Participación de la Mujer en el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la implementación de huertos familiares. Caso: grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, San Pedro Sacatepéquez, San Marcos" presentada por la estudiante, Dalily Almadelia García González, de la carrera de Licenciatura en Trabajo Social y Desarrollo Comunitario, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

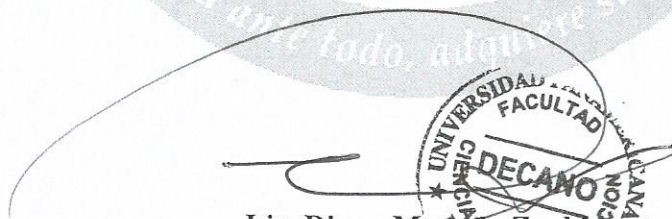
Lic. Víctor Hugo Alvarado Vásquez

Revisor

UNIVERSIDAD PANAMERICANA, FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Guatemala, nueve de abril del año dos mil catorce.-----

En virtud del Informe de Práctica Social y Comunitaria con el tema: **Participación de la mujer en el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la implementación de huertos familiares.**  
**Caso: grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, San Pedro Sacatepéquez, San Marcos.** Presentado por el estudiante **Dalily Almadelia García González**, previo a optar al grado académico de Licenciatura en Trabajo Social y Desarrollo Comunitario, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen de Asesor (a) y Revisor (a), se autoriza la **impresión** del Informe de Práctica Social y Comunitaria.



  
UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
DECANO  
CIENCIAS SOCIALES Y EDUCACIÓN  
GUATEMALA

Lic. Dinno Marcelino Zaghi  
Decano

Facultad de Ciencias Sociales

## **Resumen**

El documento de sistematización que se da a conocer a continuación describe cada una de las etapas de la experiencia realizada en el grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez departamento de San Marcos, en la implementación de huertos comunitarios en seis sub grupos, para ello fue necesario utilizar varias metodologías de participación grupal, mismas que a lo largo del proceso fueron indispensables para lograr objetivos deseados.

Uno de los aspectos importantes que describe el documento es la organización, integración, participación y fortalecimiento del grupo, pues a través de ello se logra la implementación de 6 huertos familiares, que involucran a 175 personas subdivididas en seis sub grupos. Así mismo se logró mejorar los hábitos alimenticios y la reducción del 15% de niños menores de cinco años con desnutrición, cifra que para el año dos mil diez se encontraba en el 30%.

Por último se rescatan las alianzas estratégicas a nivel institucional con las ONGs ASOPRODE y ADIPO, con quienes se coordinaron actividades para lograr los objetivos trazados.

Participando varias organizaciones gubernamentales y no gubernamentales tales como ONGs Asociación de Proyectos de Desarrollo (ASOPRODE), Asociación de Desarrollo Integral Para el Occidente (ADIPO), Oficina Municipal de la Mujer (OMM) y aldea San José Caben.

## **Introducción**

El presente trabajo surge desde el interés compartido por las ONGs Asociación de Proyectos de Desarrollo (ASOPRODE), Asociación de Desarrollo Integral Para el Occidente (ADIPO), Oficina Municipal de la Mujer (OMM) y del grupo de Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez del departamento de San Marcos, de hacer una recuperación y valoración crítica de la experiencia del grupo en la participación donde se implementaron huertos familiares.

Para ello el documento se divide en tres capítulos iniciando con un marco conceptual, con el objeto de poder mejorar la comprensión del lector sobre la Participación de la mujer en el mejoramiento de la calidad de vida mediante la implementación de huertos familiares en el grupo de mujeres involucradas.

Por otra parte se presenta el contexto sobre los niveles de alimentación de las familias a nivel nacional, para tener un panorama general del país a nivel departamental, para conocer los municipios que cuentan con índices más altos de desnutrición y municipal comunitario/a para tomar conciencia de la realidad que viven los niños en Guatemala.

El capítulo 3 hace una reconstrucción ordenada de la experiencia en todas sus fases, relacionadas con las acciones realizadas con el grupo para institucionalizarse y llevar a cabo el trabajo, partiendo del diagnóstico comunitario, su organización para gestión, la metodología utilizada en la ejecución, evaluación de procesos.

En el capítulo 4 se logra un análisis crítico que hace énfasis en los resultados cualitativos del proceso a nivel de las mujeres, la comunidad, el contexto local.

Terminando con las conclusiones y recomendaciones que evidencian la importancia del trabajo.

# Capítulo 1

## Objetivos

### General

Rescatar la experiencia del grupo de mujeres orientada al mejoramiento de la calidad de vida de sus familias y de la comunidad, por medio de la implementación de huertos familiares.

### Específicos

- a) Contribuir con una metodología social para la implementación de huertos familiares e impulsar la participación de las personas para que de forma adecuada se involucren en las diferentes actividades y/o proyectos grupales
- b) Apoyar el fortalecimiento de grupos para la gestión comunitaria, incentivando la participación de mujeres, en la implementación de huertos familiares
- c) Involucrar a todos los participantes en las diferentes actividades programadas
- d) Contribuir a que las familias, a través de los huertos familiares cuenten con alimentos sanos, ricos en vitaminas y minerales para mejorar su dieta alimenticia.

## **Metodología**

Es importante rescatar y dar a conocer cada uno de los pasos utilizados durante el proceso de sistematización, pues la metodología es una expresión de la ciencia que nos enseña a dirigir determinado proceso de manera eficiente y eficaz para alcanzar los resultados deseados y tiene como objetivo darnos la estrategia a seguir en el proceso. Para este caso se dará a conocer la metodología que se utilizó para el abordaje de la implementación de huertos comunitarios en el grupo de mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben.

Como punto de partida se inicia el proceso seleccionando el tema, pues durante la fase de Práctica Social Comunitaria se ejecutaron 8 proyectos, dentro de los cuales se toma como base el más importante para trabajar la sistematización. Posterior a ello se elaboró un plan de trabajo con el fin de organizar los procesos y llevar una secuencia lógica de lo planificado.

Se elabora un marco conceptual a través de una investigación bibliográfica misma que permitió la obtención de información y una de campo donde se logró la detección de informantes claves a quienes se les realizó una visita domiciliaria solicitándoles toda clase de información para lograr los objetivos. Así también un marco contextual que permite visualizar los niveles de alimentación desde lo nacional a lo comunal.

Por último se hace un análisis y una síntesis de los cambios que se dieron en el grupo logrando la conformación de 6 sub grupos, mismos que apoyaron en la búsqueda de alianzas estratégicas durante el proceso. Como logro de los esfuerzos se redujo en un 15% las estadísticas de niños menores de cinco años con bajo peso durante el año dos mil doce, a través de la implementación de huertos familiares ya que a través de ello se mejoraron las condiciones alimenticias de las familias.

## Marco Conceptual

En este capítulo se presentan algunas categorías que orientaron el proceso de sistematización

### 1.1 Calidad de vida

“El concepto de calidad de vida representa un término multidimensional de las políticas sociales que significa tener buenas condiciones de vida ‘objetivas’ y un alto grado de Bienestar ‘subjetivo’, también incluye la satisfacción colectiva de necesidades a través de políticas sociales en adición a la satisfacción individual de necesidades“. (Ramos, 2002:194)

“Calidad de vida contiene dos dimensiones principales: a) una evaluación del nivel de vida basada en indicadores “objetivos”; b) La percepción individual de esta situación, a menudo equiparada con el término de bienestar, la calidad de vida es un concepto multidimensional e incluye aspectos del bienestar y de las políticas sociales, materiales y no materiales, objetivos y subjetivos, individuales y colectivos, factores materiales, factores ambientales, factores de política de relacionamiento gubernamental.

Los factores ambientales, son las características del vecindario/comunidad que pueden influir en la calidad de vida, tales como: presencia y acceso a servicios, grado de seguridad y criminalidad, transporte y movilización, habilidad para servirse de las nuevas tecnologías que hacen la vida más simple también, las características del hogar son relevantes en determinar la calidad de las condiciones de vida.

Factores de relacionamiento: Incluyen las relaciones con la familia, los amigos y las redes sociales. La integración a organizaciones sociales y religiosas, el tiempo libre y el rol social después del retiro de la actividad económica son factores que pueden afectar la calidad de vida en las edades avanzadas.

Cuando la familia juega un rol central en la vida de las personas adultas mayores, los amigos, vecinos y otras redes de apoyo pueden tener un rol modesto. La calidad de vida no debe ser

considerada solamente tomando en consideración la perspectiva de los individuos, sino también que hay que considerar la perspectiva social la calidad de vida y del bienestar de las personas adultas mayores dependen parcial o totalmente de las políticas existentes”. (Being, 1999:145)

Cuando hablamos de calidad de vida nos estamos refiriendo al bienestar que goza determinada persona en todos los aspectos de su vida en las esferas física, psicológica, económica y social.

Se puede notar a simple vista si la persona o familia se alimenta bien, se recrea, trabaja, entre otras actividades.

Gozan de calidad de vida aquellas personas que se esmeran por estar bien.

Los factores materiales son los recursos que uno tiene tales como ingresos disponibles, posición en el mercado de trabajo, salud, nivel de educación, etc.

Muchos autores asumen una relación causa-efecto entre los recursos y las condiciones de vida: mientras más y mejores recursos uno tenga mayor es la probabilidad de una buena calidad de vida.

## 1.2 Características de la calidad de vida

“La propia naturaleza de la calidad de vida es la que nos ocasiona dificultades a la hora de intentar definirla, por tratarse de un concepto vago, complejo, indirectamente medible, dinámico, multidisciplinar y heterogéneo.

A. Es un concepto vago debido a que su contenido es discutible.

B. Habitualmente esta característica nos hace que recurramos a otros conceptos sinónimos o cercanos, lo que incrementa la confusión.

C. Es habitual el uso del término calidad de vida como sinónimo de bienestar, felicidad, bienestar subjetivo, salud, dependiendo de la disciplina en la que nos movamos. Los ejemplos son abundantes y ponen de manifiesto la confusión semántica que trae consigo el término.



D. Los términos calidad de vida, bienestar y felicidad denotan significados diferentes, en ocasiones se utilizan de forma indistinta y en otras ocasiones denotan valores diferentes”. (Ramos, 2000:1)

Las características de calidad de vida han llevado a la formulación y construcción de instrumentos que valoran la satisfacción de personas, desde una mirada general. Sin embargo, las particularidades de los diferentes procesos y la presión por objetivar su impacto específico, ha motivado la creación de instrumentos específicos. De este modo, podemos distinguir instrumentos generales de Calidad de vida y otros relacionados a aspectos específicos de los diferentes cuadros patológicos.

Según Ramos, dentro de las variables de la calidad de vida se numeran las siguientes:

### 1.3 Pobreza

“El termino pobreza presenta diferentes formas de interpretación, tales como: necesidad, estándar de vida, carencia desigualdad, clase, dependencia y padecimiento inaceptable, Etc. Se considera como un proceso multidimensional que va a generar una exclusión de la persona pobre o la población pobre, y a veces va a presentar al pobre como un excluido.

### 1.4 Pobreza absoluta

Una medida de pobreza absoluta define Al número de personas bajo un umbral de pobreza que depende del espacio geográfico y del tiempo, indicando que se encuentra estrechamente relacionada con la cantidad de ingresos que obtenga una persona. Tal medida sólo es posible cuando todos los bienes consumidos se tienen en cuenta y cuando se usa el poder de paridad de compra y las tasas de cambio.

Nótese que si el ingreso real en una economía aumenta, y la distribución de éste permanece constante, entonces la pobreza se reduce.

Estas variables son unas de las causas por las cuales las personas de las comunidades cuentan con un nivel de alimentación inadecuado. Es lamentable observar que los padres de niños en etapa de crecimiento no cuenten con los recursos necesarios para proporcionarles a sus hijos su alimentación adecuadamente, como se pudo observar en las variables que describe Ramos. Es común ver este tipo de problemática en las comunidades rurales, especialmente en aquellas más postergadas, donde ni siquiera existen los servicios básicos de salud.

## 1.5 Bienestar

Pineda (2003:56)

“Bienestar es la cualidad de obtener satisfacción a través del disfrute de los recursos disponibles, y no solo de su mera posesión” el bienestar se observa cuando el ser humano se encuentra en óptimas condiciones de vida, goza de buena salud, está bien consigo mismo y con la sociedad, disfruta lo que tiene y no se afana por lo que no tiene. Bienestar es la dicha de toda persona de estar bien y de gozar de comodidades en su diario vivir.

## 1.6 Nutrición

“Es el conjunto de procesos mediante los cuales el organismo extrae de los alimentos los nutrientes que necesita y los transforma mediante el metabolismo para obtener la materia (necesaria para crecer y reponer los tejidos dañados) y la energía (necesaria para realizar todas la funciones vitales: respirar, hablar, nadar, dormir”. (Pineda, 2009:16)

La nutrición es el nombre que se le designa al tipo de alimento sustancioso que el ser humano consume y éste ayuda al buen funcionamiento de su organismo. Nutrición es además todo aquello que ingerimos y que el cuerpo asimila, pues es el motor principal que mueve al cuerpo sin ella puede dejar de funcionar. Por eso es muy importante comer alimentos que aporten nutrientes necesarios al cuerpo humano.

## 1.7 Desnutrición

“Es una deficiencia de nutrientes que se asocia a una dieta pobre en vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y grasas, en la que no importa la complejidad de la personas. Este padecimiento se desarrolla por etapas, pues en un principio genera cambios en los valores de sustancias nutritivas contenidas en sangre, posteriormente, ocasiona disfunción en órganos y tejidos y, finalmente, genera síntomas físicos con el consecuente riesgo de muerte”. (Suárez, 2011:17)

La desnutrición se define como la carencia de nutrientes en el organismo de la persona, ésta provoca que ésta no se desarrolle de la manera que debe de ser, entre las causas de la desnutrición se menciona la mala alimentación, principalmente durante la infancia, adolescencia, embarazo, y vejez. La desnutrición se da más en comunidades vulnerables, debido a las condiciones en que las personas viven.

## 1.8 Huerto

Según el diccionario enciclopédico Larousse. “Terreno de regadío de pequeña extensión destinado al cultivo de verduras, legumbres y árboles frutales” (2010:95)

Un huerto es un lugar donde cualquier persona puede regar semilla de toda clase de verduras, frutas o flores siempre y cuando el lugar sea adecuado y apto para el proceso de crecimiento.

## 1.9 Huerto familiar

“Como huerto familiar se define a una parte del terreno de la casa, bien sea en el solar o jardín, que puede ser habilitado para la siembra de hortalizas de consumo diario para la familia.

Las hortalizas son plantas pequeñas, delicadas y suculentas, de rápido crecimiento. La mayoría de ellas se cosechan entre uno y cinco meses. Estas plantas son muy importantes en la alimentación, debido a su alto valor nutritivo, principalmente en vitaminas; de aquí la importancia de tener un

huerto familiar que permita obtener productos frescos y de mejor calidad que los adquiridos en el mercado, además de contribuir con el ahorro familiar.

a. Como Construir un Huerto

Se debe seleccionar el lote de terreno donde va a estar ubicado el huerto, cuyo tamaño debe ser adecuado para satisfacer la demanda de la casa y que pueda ser manejado por las personas de la misma. Después de escoger el terreno debemos proceder a limpiarlo y desmenuzarlo; es decir, retirados todos los desperdicios tales como pedazos de madera, hierros, piedras y malezas, a fin de que no interfieran en el desarrollo de las plantas. Para desmenuzar hay que picar la tierra hasta que esté completamente suelta. En esta labor se utilizan todos los instrumentos de jardinería de fácil obtención en las ferreterías entre ellas: pico, palas, rastrillos, etc.

Si el suelo es muy pesado (alto contenido de arcilla) se debe añadir materia orgánica como aserrín, paja picada, Etc., con la finalidad de hacer el suelo más suelto y mejor estructurado. También se le debe agregar pequeñas cantidades de fertilizantes químicos, de fácil obtención en cualquier casa agrícola.

Cuando se dispone de animales en la casa es necesario proteger al huerto con alambre, tela de gallinero o cualquier otro material.

Las plantas del huerto necesitan agua (riego) cada 2 a 3 días, para lo cual debe tenerse una fuente cercana de la misma.

b. Tipos de hortalizas y su ubicación en el huerto.

En un huerto familiar se pueden sembrar: Cebollín, cebolla, ajo y lechuga, se deben colocar separadas de las hortalizas más altas, tomate, berenjena, pimentón, con el objeto de que no le proporcionen sombra. Rábano, cilantro, zanahoria, acelga: deben estar en la parte central de la huerta, ya que son de ciclos cortos. El quinchoncho, ají dulce, berenjena, tomate: son de ciclo largo y deben sembrarse hacia la parte más exterior del huerto.

### c. Como sembrar

Las plantas de huerta generalmente son muy delicadas y de semillas pequeñas. Encontramos que algunas de ellas se deben sembrar en un semillero o almácigo para luego trasplantarlas, el trasplante consiste en llevar al campo plantas pequeñas que previamente hemos criado o germinado en un semillero o almácigo.

Los semilleros o almácigos se hacen utilizando cartones de leche, cajón de madera, latas de aceite, vasos plásticos, cáscaras de naranja o huevo, etc. El huerto se divide en surcos y canteros. Esto va a depender de la forma como se vaya a regar; así, los canteros se riegan en forma de aspersión, con manguera o regadora de mano, y los surcos por gravedad, llenando el surco de agua. Nunca debemos sembrar en canteros plantas de porte alto como tomate, pimentón, berenjena, etc., ya que exigen mayor cantidad de agua. Las plantas de trasplante, tomate, pimentón, berenjena, cebolla, se llevarán al campo cuando alcancen de 12 a 15 cms. de altura”. (Ramos, 1995:199)

Para la implementación de este tipo de huertos se debe de tener presente que el sitio para la huerta se cultiva en forma intensiva y no debemos sembrar el mismo tipo de hortaliza por más de un ciclo en el mismo sitio, o sea, se deben rotar las siembras dentro del huerto a fin de prevenir enfermedades y plagas.

Con este tipo de actividades productivas se está logrando introducir a la dieta familiar productos de buena calidad e inmediatas para consumir, además de ser de beneficio para las familias, se está logrando el involucramiento tanto a padres como a hijos en esa actividad. A través de esta implementación se logra mejorar la dieta alimenticia de las personas, así también una forma de ayuda a la economía familiar.

## 1.10 Huerto Comunitario

“Es un terreno pequeño donde se cultivan hortalizas para consumo de la comunidad y usualmente funciona en terrenos disponibles dentro de la comunidad. Si no hay suficiente terreno se pueden utilizar balcones, azoteas, materos o cajas. En el huerto comunitario se cultivan plantas

cuyas semillas, raíces, hojas o frutos son comestibles, también árboles frutales como: limoneros, naranjos, entre otros, si existe el espacio suficiente”. (Larousse, 2010:96)

El huerto comunitario es un lugar donde personas de una misma comunidad pueden sembrar verduras y disponer de ellas en cualquier momento, pues a través de ello muchas familias pueden ser beneficiadas porque tendrán la oportunidad de alimentarse sana y adecuadamente en cualquier momento

## **Capítulo 2**

### **Marco Contextual**

#### **2.1. Niveles de alimentación en Guatemala**

“La disponibilidad de alimentos en Guatemala ha sido afectada principalmente por los eventos naturales y las políticas económicas agrarias inadecuadas. Estas limitaciones en el sector productivo agrícola guatemalteco explican porque el comportamiento del suministro de energía alimentaria en los últimos años ha sido inestable y ha mantenido un incremento a una tasa muy cercana a la de las necesidades nutricionales, lo que representa un riesgo de insuficiencia si se considera la distribución desigual de estos suministros en la población. La tendencia a las importaciones ha sido al incremento, principalmente de cereales, lácteos y grasas de origen animal.

El patrón alimentario en Guatemala se basa principalmente en los cereales (el maíz), azúcares y frijoles. La adecuación energética de la dieta está cercana al 90% y muestra deficiencias críticas de grasas, proteínas de origen animal y micronutrientes, principalmente en las regiones Altiplano noroccidental y en las categorías de menor ingreso.

La prevalencia de anemia sigue siendo un problema en las mujeres de edad fértil y, entre ellas, en las embarazadas, así como entre niños menores de 5 años. La deficiencia de Vitamina A es moderada y se evidencia que se superó la situación de déficit severo registrada en décadas anteriores. Esta deficiencia es peor entre los niños menores de 2 años, en las regiones Altiplano y Nororiente, en la población rural, y se relaciona inversamente con la disponibilidad de azúcar fortificada. Los niveles de excreción de yodo en orina son adecuados, pero la eficiencia en la yodación de la sal es bastante crítica.

La mayoría de la población guatemalteca sufre trastornos nutricionales debido a la falta de una alimentación adecuada, tanto en calidad como en cantidad. Estos problemas se relacionan con una alimentación monótona, escasa, y baja en el consumo de alimentos ricos en vitamina A y

hierro. Esto implica que exista una alta prevalencia de desnutrición, anemia, enfermedades infecto-contagiosas y, en menor grado, problemas de la vista.

El acceso económico a los alimentos es un problema para la mayoría de la población. La relación entre el ingreso per cápita promedio para la población total y el costo de alimentos para una familia es de aproximadamente Q50.00 quetzales por día. Esta misma relación en el caso del salario mínimo oficial es aún más precaria”. (MAGA, 2009:03)

Guatemala es un país rico pero pobre, debido a la mala distribución de los recursos naturales. Ahora bien hablando sobre el acceso de alimentos de las familias en el área rural, se puede notar la gran diferencia entre la zona urbana. La mayor parte de la población del área rural cuenta con terreno para cultivo pero no cuenta con asesoría técnica para explotarlo, por lo que no se aprovechan los recursos. Además como se menciona en el párrafo anterior el país ha sido azotado por la naturaleza por lo que no es culpa de nadie que éstos fenómenos se den, es voluntad de Dios.

Sin embargo es responsabilidad del Estado atender las urgencias que se presentan, como se ha visto a lo largo del tiempo que el gobierno atiende necesidades pero de acuerdo a cuestiones políticas, no existe un verdadero compromiso con la población. A consecuencia de ello podemos ver en las comunidades campesinas a niños con bajo peso debido a la mala alimentación o en otros casos debido a la poca alimentación de las familias, pues existen familias numerosas que no se dan abasto en suplir las necesidades básicas, conformándose con lo poco que genera la cabeza del hogar.

Otro de los factores que influye en la mala alimentación de las familias es la pobreza y extrema pobreza, pues se refleja en las familias campesinas abandonadas y olvidadas por las autoridades gubernamentales, que solamente en épocas de campaña se acercan a esas comunidades a hacer ofrecimientos que saben que no van a cumplir, únicamente buscan beneficio propio durante su periodo de gobierno. Además las comunidades más postergadas son inaccesibles, factor que limita el progreso y desarrollo de las familias.



### 2.1.1 Estadísticas de desnutrición crónica en niños menores de 5 años en Guatemala

Actualmente, la desnutrición crónica afecta al 49.3% de la niñez entre 3 y 59 meses de vida; y lamentablemente, día a día esta cifra seguirá en aumento a menos, de que como ciudadanos colaboremos y exijamos que se cumpla con el derecho a la alimentación que tiene cada persona y del cual el Estado es uno de los principales responsables.

Todos y cada uno de nosotros podemos ayudar a lograr el cumplimiento de este derecho, no como un derecho dirigido a la simple adquisición de alimentos, sino un derecho que brinde herramientas a todas las personas para una vida llena de posibilidades y capacidades de alimentarse a sí mismos y a sus familias. Un derecho que sea un escalón más hacia el camino de una vida digna y saludable y que ayude a romper con el círculo vicioso de desnutrición que sufren muchos guatemaltecos.

En Guatemala, muchas organizaciones internacionales y ONG ayudan y luchan por el cumplimiento de los derechos de las comunidades más necesitadas; además, la Seguridad Alimentaria Nutricional -SAN-, y el derecho a la alimentación, como parte de tal, están respaldados por la Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria Nutricional (Decreto No. 32-2005); en la cual se creó el Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional -SINASAN- con el objetivo fundamental de “establecer un marco institucional estratégico de organización y coordinación para priorizar, jerarquizar, armonizar, diseñar y ejecutar acciones de SAN a través de planes” (Artículo 7 de dicha Ley); En esta misma Ley, se establece que los órganos que integran el SINASAN son: el Consejo Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, la Secretaría de Seguridad Alimentaria Nutricional de la Presidencia de la República -SESAN-, la Instancia de consulta y participación social y grupos de instituciones de apoyo. Sin embargo, posteriormente esta ley se ve debilitada con el Acuerdo Gubernativo No. 79-2008, en el cual se establece como ente rector para administrar y ejecutar los programas de inversión social, a la Comisión Interinstitucional de Cohesión Social que está coordinada por la Esposa del

Presidente y su secretaría, suplantando así, las funciones y atribuciones designadas al SINASAN en el Decreto 32-2005. No obstante, somos muchos los guatemaltecos conscientes y dispuestos a ayudar y cambiar la realidad de Guatemala; porque de una u otra forma, podemos colaborar a que todas y todos los niños y niñas, hombres y mujeres, ancianos y ancianas guatemaltecos, tengan una vida digna. Cada vez se necesita más personas para construir una Guatemala sin hambre”. (SESAN, 2010:02)

Es lamentable y a la vez preocupante poder leer cifras sobre la desnutrición en nuestro país y sabiendo que está en nuestras manos poder cambiar estos datos. Si analizamos la raíz de esta problemática llegamos a concluir que en gran parte es responsabilidad de nuestros gobernantes velar por que la población obtenga la alimentación adecuada, si bien nos podemos dar cuenta el disfraz que nos enseñan los políticos cada vez que se hace cambio de gobierno, ofreciendo mejorar la calidad de vida de la población, cosa que no se da, porque ellos solamente van buscando bienestar personal dejando en el olvido aquella población que los eligió.

La desnutrición es como una plaga que si no se trata se dispersa por todas partes llegando en un punto que ya no se puede controlar. Por eso es necesario que juntos unidos apliquemos al estado la responsabilidad que le compete y que actúe con responsabilidad, no solo en épocas electorales sino que constantemente le de seguimiento a esta problemática social.

## 2.2 Cifras de desnutrición en el departamento de San Marcos

“El departamento de San Marcos a nivel nacional ocupa el cuarto lugar en desnutrición severa, la mayor parte de municipios del altiplano y zona centro reportan cifras alarmantes en la falta de nutrientes en los menores de edad comprendidos en edades de 0 a 6 y de 6 a 17 años de edad. Esta problemática ha llevado a las instituciones como El Ministerio de Agricultura Ganadería y Alimentación -MAGA-, Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional -SESAN-, FAO y gobernación a crear una estrategia para minimizar estos casos.

Oscar Leonel Barrios Flores Gobernador de éste departamento, expresó que el combate a este problema será íntegro ya que se ha involucrado varias dependencias del Estado para tener un

mejor apoyo. De acuerdo al informe presentado en la Reunión de gabinete departamental por parte de Thelma de León, delegada departamental de la Secretaria de Seguridad Nutricional SESAN, cuatro mil casos de desnutrición aguda se han detectado en el departamento de San Marcos, un alto porcentaje de ellos en la zona del altiplano marquense, debido a ello se encuentran habilitados 187 centros de Seguridad Alimentaria en el altiplano y en el municipio de El Tumbador, la cifra dada a conocer por SESAN es alarmante para las autoridades y la población en general, por lo que se deben de duplicar los esfuerzos por atender de mejor manera a los niños que sufren este problema”. (Área de Salud de San Marcos, San Marcos 2012)

Sabemos que gran parte de la solución de esta problemática está en nuestras manos. Si tan solo dedicáramos tiempo para educar a las familias sobre el buen aprovechamiento de los recursos considero que las cifras se reducirían, pues las áreas rurales que es donde se visualiza más la desnutrición, son lugares donde las personas están mal educadas acerca de la manipulación de los alimentos, si tan solo las familias cambiaran sus hábitos alimenticios se verían cambios significativos. Esto no quiere decir que esa sea la solución, sino que puede ser un medio para reducir la desnutrición. Pero en realidad la responsabilidad es puramente del Estado, de los gobernantes de turno.

Se ha tenido conocimiento de las grandes cifras económicas asignadas a este rubro (salud) pero los resultados casi ni se han notado. Es por ello que juntos podremos combatir esta problemática si tan solo existiera conciencia social en nuestras autoridades y en nosotros mismos, pues con nuestra conducta podemos contribuir a cambiar la triste realidad de la población.

San Marcos es uno de los departamentos que cuenta con terreno apto para el cultivo, lamentablemente las familias de las comunidades específicamente en el altiplano, no cuentan con técnicas adecuadas para producir sus tierras, tampoco con asistencia técnica de instituciones gubernamentales que apoyen la producción agrícola y si las hay pero solo en comunidades accesibles, dejando a un lado las más postergadas donde deberían de ser las atendidas. Es necesario que tanto población como autoridades encargadas de este eje trabajen de la mano para ir erradicando la desnutrición, a través de mejorar la producción agrícola, pues siendo así las

familias tendrán la oportunidad de alimentarse adecuadamente, y nuestros niños crecerán sanos y fuertes pues ellos son el futuro de nuestra sociedad.

### 2.3 Aspectos generales del municipio de San Pedro Sacatepéquez

El municipio de San Pedro Sacatepéquez del departamento de San Marcos de la República de Guatemala está localizado en la Latitud Norte 14° 57' 55" y Longitud Oeste 91° 46' 41", con una altura de 2,330 m Sobre el nivel del mar y está dividido territorialmente en 42 caseríos, 17 aldeas y una cabecera municipal, cuya población total es de 58,005 habitantes; de los cuales 28,218 son hombres (48.65%) y 29,787 mujeres (51.35%), representando el 7% de la población total de dicho departamento. Dentro de la producción agrícola que más resalta en la comunidad es el maíz, trigo, papa, frijol, haba, alfalfa, cebada, además apta para la siembra de brócoli, lechuga, coliflor, frutales. La situación de los suelos y los bosques en este municipio debe de cuidarse. Actualmente existen 8 viveros forestales administrados por grupos comunales en 5 aldeas del municipio siendo estas: Mávil, Piedra Grande, Sacuchum Dolores, San Andrés Chápil, Santa Teresa.

### 2.4. Contexto comunitario

La comunidad de San José Caben, pertenece al municipio de San Pedro Sacatepéquez del departamento de San Marcos, el nombre del lugar surge porque en ese lugar ocurrían muchos incendios, por la cantidad de árboles que existían. Sus primeros habitantes según la historia, eran españoles y ellos fueron los que dieron ese nombre al lugar, en honor al célebre patriarca bíblico.

La comunidad cuenta en la actualidad con 5 zonas; su distancia a la cabecera municipal es de 4 kilómetros aproximadamente, su extensión territorial a la cabecera departamental es de 5 kilómetros. Sus colindancias: al Norte con aldea la Grandeza, al Sur: con la cabecera municipal de San Pedro Sacatepéquez, al Este con aldea la Grandeza, Oeste con aldea san Isidro Chamac y Santa Teresa.

Según Dx realizado por estudiantes de la carrera de Trabajo Social de la universidad de San Carlos de Guatemala en el año 2010 el número de habitantes de la comunidad asciende a 6,000

personas, entre hombres, mujeres y niños. El número de viviendas existentes en la comunidad es de 2500 casas, la disposición de las viviendas, unidas y dispersas. El número de familias que residen en la comunidad es de 1500 y el promedio de hijos que procrea cada familias oscila entre uno a seis, el número de personas analfabetas mayores de 14 años es del 10 % de la población, niños en sobre edad escolar está entre 10 y 14 años. Población que no sabe leer y escribir 15 personas, mínimo.

## **Capítulo 3**

### **Proceso de Sistematización**

#### **3.1. Antecedentes del grupo**

El grupo nace en el año dos mil cuatro, por sus fundadoras Laura Pérez y Brenda Juárez. Quienes realizando una visita a la vecina comunidad de aldea la Grandeza del municipio de san Pedro Sacatepéquez San Marcos, pudieron notar que un grupo de mujeres organizadas recibían apoyo en víveres por parte de la organización “Multisectorial”, en vista de ese beneficio decidieron impulsar la organización en su comunidad y para ello fue necesario convocar a mujeres y hombres de la aldea San José caben a una reunión dando a conocer su inquietud y el interés de estar organizados para buscar beneficios comunes.

Realización de varias reuniones, formaron su junta directiva integrada por 7 personas, presidenta y vicepresidenta, tesorera pro tesorera, secretaria de actas y secretaria corresponsal y dos vocales.

Durante el período del año dos mil cinco el grupo recibe el apoyo técnico de la municipalidad de San Pedro Sacatepéquez quien ofrece el abordaje de diferentes áreas para trabajar como corte confección, cocina, viveros, entre otros. Medio por el cual el grupo fue creciendo numerosamente, pues llegaron a involucrarse 175 socias, quienes trabajaban en la elaboración de manteles, bordados delantales, y recetas de cocina, todo con el apoyo técnico de un encargado de la municipalidad. Gran parte de los materiales que utilizaban para la elaboración de sus productos eran proporcionados por las participantes tales como tela, hilo, lana. Las personas que recibían la asesoría sobre la elaboración de manteles y delantales tenían que contar con máquina de coser.

Por otro lado según testimonio de las personas, la municipalidad le proporcionó a cada integrante del grupo 15 pilones de arbolitos de diferente clase entre ellos ciprés, pino, pinabete y aliso. Estos eran sembrados cuidados y regados en terrenos privados, para mayor seguridad. Ahora bien para la elaboración de recetas de cocina se contaba con una educadora para el hogar quien visitaba a la

comunidad una vez por semana, las reuniones las hacían cada lunes, en casa del señor Cornelio Miranda, vecino y líder de la comunidad.

Para el año dos mil siete, las reuniones se tornaron un tanto forzosas, pues se le imponía una multa de 5 quetzales a las socias que no asistían a las reuniones, esto produjo descontento entre ellas pues unas estaban de acuerdo y otras no. A consecuencia de ello el número de asistentes fue disminuyendo quedando solamente 50 de 150 que regularmente asistían.

Este problema fue el más complicado para el grupo durante ese período, pues algunas de las integrantes de la junta directiva de turno enunciaron a su cargo, por lo que la presidenta tomó la decisión de anular la multa pues consideraba que ésa era la razón por la que el grupo se estaba desintegrando. Se convocó a la población a una reunión donde la presidenta concientizó a la junta directiva y grupo en general sobre la importancia de estar organizadas, por lo que se tomó conciencia de lo expuesto, haciendo nuevos votos para trabajar en armonía y sacar adelante al grupo. Cada integrante de la junta directiva siguió trabajando rotándose únicamente los cargos, pues manifestaban que se sentían a gusto desempeñar cualquier cargo dentro del grupo.

En el transcurso del año dos mil nueve, el grupo fue retomando auge, pues se tenía el apoyo de casa diocesana de San Marcos, quienes apoyaban con víveres, mismos que incentivaron a las personas por lo que el grupo fue creciendo, se integraban señoritas interesadas en aprender un arte, pues esporádicamente recibían talleres sobre bordado y elaboración de manteles de croché en diferentes puntadas. Además la casa diocesana apoyó durante ésta época con semilla para vivero, los beneficiados fueron únicamente los que asistían a las reuniones. Para esta época las reuniones ya no se realizaban en casa de don Cornelio Miranda, pues la presidenta del grupo ofreció su vivienda para llevarlas a cabo, todas estuvieron en común acuerdo pues les era mejor reunirse en esa vivienda por estar más inmediata.

### 3.2. Adscripción del grupo a la Oficina Municipal de la Mujer

El diez de Octubre del año dos mil diez el grupo fue adscrito a la Oficina Municipal de la Mujer de San Pedro Sacatepéquez apareciendo en el libro número 1 folio No 18, iniciando con la participación de 40 mujeres, quienes estaban interesadas en trabajar y recibir todo tipo de capacitación impartida por un delegado de la municipalidad, quien visitaba al grupo dos veces por mes.

Al grupo se le autorizó el libro de actas, además se le proporcionó un sello para mayor credibilidad y que el grupo realizara sus propias gestiones a diferentes instituciones u organizaciones con presencia en el municipio y fuera de él.

Durante este período se trabajó contando con la ayuda y asesoría técnica de la Oficina Municipal de la Mujer de San Pedro Sacatepéquez, San Marcos, quien a través de Epesistas de diferentes universidades como San Carlos de Guatemala, Panamericana y Mariano Gálvez, llegaban a dicha oficina para realizar el trabajo en las comunidades de cobertura.

### 3.3. Elaboración, actualización y resultados de diagnóstico comunitario

En el transcurso del año dos mil diez, la Oficina Municipal de la Mujer de San Pedro Sacatepéquez envió a la comunidad Epesistas de la universidad San Carlos de Guatemala de la carrera de Trabajo Social, quienes elaboraron un diagnóstico comunitario, pudiendo constatar que gran parte de la población en su mayoría los hombres se dedican a la producción agrícola, contando con tierra propia, apta para el cultivo. El diagnóstico fue elaborado por 3 estudiantes, entre ellos una mujer durante el mes de Junio del año 2010. En su elaboración se contó con el apoyo de líderes y lideresas de la comunidad, informantes claves y vecinos, dentro de los aspectos más relevantes del diagnóstico se pueden visualizar las necesidades de la población, los proyectos que han realizado y lo que está en sus objetivos a realizar, tomando en cuenta a instituciones presentes en la comunidad, así como también se logró la detección de organizaciones que pueden apoyar los procesos.



Por otra parte, según datos proporcionados por la ONG Asociación de Desarrollo Integral Para el Occidente en sus siglas ADIPO, para el año dos mil diez de 198 niños menores de cinco años 68 se encontraban con bajo peso, esto significaba el 35% de la niñez. Estos datos reflejan la realidad que viven los niños en las comunidades, como ésta hay muchas más donde la mayor parte de la niñez se encuentra con bajo peso, en otros casos con desnutrición. Es de mucha preocupación puesto que de los niños depende el futuro de nuestro país.

### 3.4. Actualización de diagnóstico

Para este caso el DX solamente se actualizó pues en el año dos mil diez fue elaborado por estudiantes epesistas de la carrera de Trabajo Social de la Universidad San Carlos de Guatemala con sede en el departamento de San Marcos. El propósito de la actualización fue recabar todo tipo de información para contar con elementos necesarios para la planificación general de trabajo.

Como parte principal de la metodología se realizaron entrevistas individuales, grupales y discusión en grupos pequeños para la obtención de información para abordar la priorización de necesidades, esto fue realizado juntamente con las integrantes del grupo, viendo como elemento principal la implementación de huertos comunitarios para contribuir con la disminución de estadísticas de niños con bajo peso. Para la realización de DX o para su actualización es importante tomar en cuenta lo siguiente:

#### 3.4.1. Resultados de la actualización de diagnóstico en el grupo de mujeres

3.4.1.1 A través del diagnóstico participativo las personas analizan y realizan sus conclusiones Ejercen en todo momento su poder de decisión, están al tanto de lo que ejecutan los demás, ofrecen su esfuerzo y su experiencia para llevar adelante una labor en común.

Lo importante de todo esto fue incorporar al mayor número de personas involucradas. Para este caso el grupo Mujeres Reformadoras del Rosario fueron protagonistas principales debido a su valiosa participación en asambleas constantes celebradas en la comunidad, brindando la oportunidad a todas las personas para exponer sus inquietudes sin discriminación y con equidad de género.

3.4.1.2. El diagnóstico participativo constituyó un riquísimo proceso de aprendizaje y en una dinámica orientación educativa en el grupo

Al poner los conocimientos de líderes y lideresas al alcance de los participantes y pedir a todos que ofrezcan su apoyo, experiencia y conocimientos para lograr objetivos deseados.

3.4.1.3. Los participantes espontáneamente daban a conocer sus conocimientos y experiencias a través de reflexiones, discusiones, conversaciones

Para que todos aprendan de las riquezas que un ser ha alcanzado a lo largo de su vida y que esa experiencia no quede encerrada en cuatro paredes más bien florezca y de nuevos frutos.

3.4.1.4. Con el diagnóstico se establece una jerarquización, es decir por orden de importancia las necesidades o problemas en función de las ventajas que proporcionen

Cuanto más grandes sean las ventajas y afecten a un mayor número de personas más prioridad debemos darle a ese problema-necesidad. Para ello abordó en el grupo la priorización de necesidades tomando en cuenta las primeras tres más importantes de veinte necesidades expuestas por la comunidad. 1) La erradicación de estadísticas de niños con bajo peso, 2) Construcción de un local para reuniones exclusivamente del grupo, 3) Empedrado de un tramo carretero que conduce al lugar donde se reúne el grupo, para éste caso se prioriza la más importante. La implementación de huertos comunitarios, los cuales son un medio para la obtención de alimentos saludables para que el ser humano goce de buena salud. En éste proceso se tomaron en cuenta los recursos con que cuenta el grupo como terreno propio, disponibilidad de tiempo para darle mantenimiento al huerto. Además se detectó qué organismo nacional o internacional puede ayudar a solucionar el problema, para solicitarle apoyo técnico o económico.

3.4.1.5. Identificación del desarrollo del grupo

Esto se logró a través de una reconstrucción histórica, donde se contó con la participación de líderes y lideresas de la comunidad, realizando visitas domiciliarias a informantes claves, a quienes se les solicitó información sobre la evolución del grupo. Fue de gran satisfacción contar con la colaboración de la población pues a través de ella se logró el objetivo deseado.

3.4.1.6. Contribuyó a motivar al grupo a identificar su realidad y a ganar niveles de conciencia sobre su papel transformador

Siendo una comunidad con mucho potencial humano, donde cada persona identificó sus habilidades y destrezas para trabajar en beneficio del grupo.

3.4.1.7. Empoderamiento y promoción de los niveles de comunicación y participación de la comunidad.

A través de ello se logró el involucramiento de las personas a todo tipo de actividades planificadas, tomando en cuenta la voz y voto de los participantes.

3.4.1.8. Generación de autonomía para mejorar condiciones sociales.

Una vez reconocido el grupo ante la Oficina Municipal de la Mujer, se dio a conocer al grupo a organizaciones gubernamentales y no gubernamentales presentes en la comunidad como una organización de personas unidas en busca de beneficios colectivos, cuyo objetivo es estar dentro del marco del desarrollo sostenible sin dañar las futuras generaciones.

### 3.5. Proceso de ejecución para la organización de grupos de mujeres en huertos comunitarios

Los esfuerzos que se realizan a fin de cumplir objetivos y hacer realidad diversos propósitos se enmarcan dentro de una planificación. En éste proceso se respeta una serie de pasos que son fijados en un primer momento, ya que se requiere de múltiples acciones para priorizar las necesidades. Siendo la más importante la organización del grupo de mujeres que posteriormente fue dividido en 6 sub grupos para trabajar las actividades programadas dentro de la planificación, en este caso la implementación de huertos comunitarios. Para ello fue necesario realizar una serie de pasos los cuales se describen a continuación.

- a) Elección de grupo y sub grupos para trabajar los huertos: Se logró el establecimiento de 6 sub grupos, los cuales fueron elegidos por las personas por afinidad, quienes participaron en capacitaciones, gestiones y búsqueda de alianzas estratégicas para el logro de objetivos comunes.

Se sub dividieron grupos por sector. Esta actividad se realizó por afinidad, aprovechando la buena relación de las personas para lograr mejores resultados. Cada sub grupo estaba integrado por 29 personas beneficiando a 6 familias, entre ellas jóvenes y adultos. En este proceso se involucró a todas las participantes quienes fueron convocadas a una reunión para establecer la ubicación de los terrenos donde se llevó a cabo la siembra. Cada grupo proporcionó una cuerda de terreno, el cual fue dado voluntariamente por personas que forman parte del grupo. A demás se selecciona a una persona encargada de representar en distintas actividades como elaboración de informes, gestión, capacitación etc.

- b) Elección de junta directiva: Se eligió a dos personas por sub- grupo, quienes forman parte de la junta directiva general. Serán las encargadas de dirigir al grupo en todas las actividades que realicen así como en las diferentes gestiones a instituciones para beneficios comunes.
- c) Proceso de sensibilización al grupo: En esta etapa se contó con la participación de 106 personas donde se les dio a conocer la importancia de la participación activa en el grupo para alcanzar las metas trazadas. Este proceso fue uno de los más importantes, puesto que uno de sus logros más significativos fue conseguir que las personas se involucraran y que aportaran ideas para la búsqueda de alianzas estratégicas. Sin duda alguna es difícil tratar con diferentes tipos de temperamento por lo que es importante la preparación previa para tomar el control sin que se nos escape de las manos.
- d) Participación de mujeres en constantes capacitaciones: En la actualidad asisten a las capacitaciones alrededor de 35 a 40 personas, se reúnen una vez por semana en casa de habitación de la señora Laura Pérez, presidenta general del grupo Mujeres Reformadoras del Rosario, reciben apoyo técnico del perito agrónomo José Rodríguez, delegado por la Oficina Municipal de la Mujer del municipio y una vez por mes asistencia médica por la ONG ADIPO.
- e) Capacitaciones a grupo de mujeres: todas encaminadas a incentivar la participación de las personas, además el abordaje de temas como liderazgo, género y participación ciudadana, con la

finalidad de aprendizaje y enriquecimiento de conocimientos. El objetivo primordial en este proceso fue involucrar al 100% de la población en el abordaje de cada uno de los temas, para este caso se logró la participación del 85% de mujeres tanto jóvenes como adultas, mostrando interés por aprender cosas nuevas para luego replicarlo en la comunidad.

- f) Elaboración de un plan específico: para la implementación de huertos comunitarios, con el objetivo de llevar una secuencia lógica del proceso y no pasar por alto ninguna actividad importante. Durante este proceso se contó con la participación de las integrantes del grupo, se tomaron muy en cuenta los aportes de las personas y la factibilidad y viabilidad de las actividades y proyectos a realizar, así como la detección de instituciones que puedan apoyar los procesos.
  
- g) Elección de puntos estratégicos para el cultivo de hortalizas: Para esta actividad se convocó a las personas a una reunión donde se tomaron en cuenta opiniones y propuestas de las presentes para elegir el terreno donde sembrar. Para ello se eligió un lugar que estuviese cerca de las viviendas beneficiadas, esto con el objeto de tener acceso a ir diariamente a darle mantenimiento a la siembra. En esta actividad se queda en punto de acta que un miembro de cada familia beneficiada tendrá la obligación de cuidar la siembra un día por semana, para ello se elabora un listado con el nombre de la persona y fecha en que le toca el turno. Si una persona faltase a su obligación tendrá la obligación de reponer el turno o caso contrario enviar a alguna otra persona que realice su turno.
  
- h) Coordinación a nivel institucional: El principal indicador es la coordinación entre organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, para la mejor movilización y aprovechamiento de los recursos. En este caso fue a través de ASOPRODE, ADIPO, OMM del municipio de San Pedro Sacatepéquez e integrantes del grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, la cual se hizo de forma escrita por medio de notas y en ocasiones vía telefónica o de forma verbal. Esta decisión fue tomada en cuenta por la junta directiva e integrantes del grupo en una reunión extraordinaria, en mutuo acuerdo con todos los participantes.

### 3.6. Metodología utilizada por el grupo de Mujeres Reformadoras del Rosario para la aplicación de huertos comunitarios

Todo proceso pasa una etapa muy importante que deja huella porque sus resultados son positivos o negativos, esta es la etapa de ejecución. En esta etapa se les da la oportunidad a todas las personas a que participen en diferentes actividades programadas, para la cual el grupo de mujeres estableció una serie de pasos, los cuales se describen a continuación.

- a) Designación de actividades grupales e individuales: Es importante designar actividades específicas, para no duplicar esfuerzos, además para llevar un control de los participantes. Para esta actividad se elaboró un calendario de actividades específicas, indicando el nombre de la persona, la actividad a realizar y la fecha. El grupo fue el encargado de elaborar el calendario en consenso con las personas.
- b) Calendarización de actividades: Todas las actividades que se realizan se plasman en una calendarización para tomar en cuenta fechas y las actividades a realizar, además para llevar una secuencia lógica del trabajo.
- c) Establecer contacto con instituciones presentes en la comunidad: Para coordinar todo tipo de actividades encaminadas al logro de objetivos. Para esta actividad la presidenta fue la encargada de establecer el contacto con instituciones.
- d) Búsqueda de alianzas estratégicas para la ejecución de proyectos deseados: En este proceso se logró la alianza estratégica con la ONG ASOPRODE, quien a través de su representante legal, Ingeniero Armando Orozco, se obtuvieron 7 libras de semilla de hortaliza, entre ellas: Zanahoria, cebolla, raíz blanca, nabo, rábano, acelga, misma que fue solicitada por el grupo Mujeres Reformadoras del Rosario, teniendo un costo económico de Q800.00 quetzales.

La semilla se hizo llegar a la presidenta del grupo quien posteriormente la distribuyó a los 6 sub grupos. A cada grupo se le proporcionó 7 clases de semilla 4 onzas por cada clase. La

distribución de hizo de manera equitativa, dejando constancia en punto de acta la cantidad de semilla que fue proporcionada a cada grupo.

### 3.7. Ejecución del plan de capacitación

Durante la trayectoria de éste proceso se impartieron varias capacitaciones dirigidas a líderes y lideresas de aldea San José Caben, abordando las siguientes temáticas:

- a) **Importancia de la organización:** Este tipo de capacitación es de gran importancia pues se da a conocer a la población las ventajas y desventajas de la organización así como los beneficios de estar organizados. Para este tipo de actividad el grupo participa de forma voluntaria desarrollando sus habilidades y destrezas y aportando ideas para mejorar la participación.

#### Ilustración 1 Investigación de campo



Líderes y lideresas capacitándose sobre organización comunitaria.

- b) **Tipos de liderazgo y sus características:** liderazgo autocrático, democrático y permisivo. En este aspecto las integrantes del grupo se auto evalúan y se ubican en los diferentes tipos de liderazgo que existen. Este tipo de capacitación se realiza con la finalidad de que cada persona encuentre su personalidad y que pueda actuar de acuerdo a sus habilidades.

- c) Autoestima: se logra que las personas se valoren así mismas y que tengan la capacidad de estimar a los demás. Como en todo grupo vamos a encontrar siempre a una persona sobresaliente y en ocasiones a otras que creen poseer autoridad en los demás. Es por ello que esta capacitación se realizó con la finalidad de valorar a cada persona según sus virtudes y defectos.

### Ilustración 2 Investigación de campo



Capacitación realizada a grupo mujeres sobre el tema autoestima.

Dieta alimenticia: A través de este tipo de capacitación las personas tienen la oportunidad de incluir a su dieta diaria recetas que aporten nutrientes necesarios para el organismo, mismos que encuentran en los productos de los huertos. Como resultado de las capacitaciones se pudo visualizar el cambio de actitud de las personas, lo cual es favorable para la familia y comunidad. Para abordar las capacitaciones es necesario buscar a un experto. Para este caso las capacitaciones fueron impartidas por un técnico agrónomo representante de la Oficina Municipal de la Mujer en coordinación con la ONG ADIPO.



### 3.8. Evaluación de los procesos

Existe un número de métodos cualitativos que pueden usarse en la evaluación de aspectos o necesidades de la comunidad. A continuación enumeraremos varios de ellos. Dentro de los métodos cualitativos se incluyen:

- a) Entrevistas individuales: Éstas deben ser entrevistas estructuradas, en las cuales las preguntas se determinan de antemano, o conversaciones no estructuradas, en las que se permite cierta flexibilidad para evaluar hacia dónde quiere llegar el entrevistado en relación a un tema general. Incluso, en entrevistas estructuradas, puede haber cabida para que tanto entrevistadores como entrevistados puedan discutir temas que no se relacionen directamente con contestar las preguntas originales. La diferencia, sin embargo, es que en la entrevista estructurada, todas las preguntas se hacen formalmente y el entrevistador hace su mejor esfuerzo para asegurarse que sean respondidas.
- b) Entrevistas grupales. Son similares a las entrevistas individuales, pero incluyen a dos o más entrevistados al mismo tiempo, en lugar de uno, algunas veces son participantes inesperados la madre y la hermana del entrevistado están presentes e insisten en ser parte de la conversación. Las entrevistas grupales tienen algunas ventajas, en el sentido de que los entrevistados pueden corroborar la información y estimular las ideas de los otros. Al mismo tiempo, el entrevistador tiene que ser de alguna manera un facilitador, asegurándose de que ninguna persona domine y que cada uno tenga una oportunidad razonable de hablar.
- c) Observación: Aquí, en realidad alguien va y ve un lugar o evento, observa situaciones o interacciones o toma parte en la vida de la comunidad o de un grupo a la vez que documenta/graba los resultados a su paso.
- d) Reuniones comunitarias u otras similares en magnitud: Estas reuniones les proporcionan a una gama de personas la oportunidad de expresar sus opiniones y de reaccionar ante otras. En ellas pueden surgir simultáneamente una gran cantidad de opiniones y conocimiento y pueden revelarse desacuerdos o diferencias que pueden entonces discutirse.

Se aplicó la herramienta de trabajo: juguemos claro, para esta actividad se trabaja con los integrantes del grupo, formando sub grupos de 10 personas, se realiza con la finalidad de medir el rendimiento de los 6 sub grupos, esta actividad consistente en que a cada participante se le proporciona una hoja de papel bond en donde van escritas varias preguntas relacionadas al trabajo que se realiza, así mismo ilustraciones de caritas que reflejan el estado de ánimo de la persona. Los participantes tendrán que colocar una figura como respuesta a la pregunta, además tiene la oportunidad de aportar nuevas ideas y cómo le gustaría que funcionara el grupo en un futuro. Ahora bien, para la evaluación de los huertos comunitarios se contó con la asesoría técnica del agrónomo José Rodríguez delegado por la Oficina Municipal de la Mujer, quien visita cada huerto donde se puede dar cuenta si las personas siguen lineamientos establecidos aplicando las herramientas indicadas sobre el cuidado de los cultivos o simplemente aplican técnicas por experiencia propia. Por último se evalúa el impacto del proyecto o de la actividad concluida.

## Capítulo 4

### Análisis e interpretaciones resultados del proceso de sistematización

#### 4.1 Resultados obtenidos

Para este proceso se contó con la participación de la Oficina Municipal de la Mujer, que delegó al agrónomo José Rodríguez, para el acompañamiento y asesoría técnica durante el desarrollo de la experiencia.

Una semana previa a la siembra capacitó a las personas sobre la implementación de huertos comunitarios Y los pasos que se deben de tomar en cuenta para lograr resultados positivos. En esta actividad participaron las integrantes del grupo. Las capacitaciones se realizaban dos veces por semana en casa de la presidenta general del grupo. Los logros obtenidos son los siguientes:

##### 4.1.1 Implementación de 6 huertos familiares involucrando a 175 personas

Los huertos comunitarios fueron instalados en terreno privado de una de las integrantes del grupo y fue seleccionado de acuerdo a la accesibilidad de las familias beneficiadas, con la finalidad de estar pendiente de la siembra y evitar la penetración de personas inescrupulosas que quisiesen dañar la misma.

Ilustración 3 Investigación de campo



#### 4.1.2 Logros obtenidos en el proceso de siembra de huertos familiares en los grupo de mujeres

Formación de 6 sub grupos de trabajo: Los grupos se eligieron por afinidad y fueron seleccionados por las integrantes del grupo.

b.1. Establecimiento de alianzas estratégicas: Se logró la alianza estratégica con ASOPRODE, ADIPO, OMM S.P y la comunidad, quienes trabajaron uniendo esfuerzos para lograr los objetivos deseados.

#### 4.1.3 Mejor comunicación entre el grupo

Anteriormente la comunicación entre las personas no era la adecuada, debido a la falta de información e interés por parte de la presidenta y de las demás integrantes de la junta directiva y del grupo. Se logró mejorar la comunicación entre las personas a través de capacitaciones constantes donde se abordaron temas de sensibilización y concientización.

#### 4.2 Análisis de resultados en grupo mujeres

a) El diagnóstico participativo en el grupo sirvió como herramienta para contribuir a resolver el problema de la falta de comunicación entre los miembros de la comunidad, debido a que anteriormente las personas no utilizaban los medios inmediatos existentes.

Como conclusión podemos decir que el diagnóstico participativo fue un procedimiento que permitió a la Trabajadora Social y a las y los participantes en la experiencia establecer la naturaleza y la magnitud de las necesidades o problemas prevalecientes comunidad y formular estrategias de trabajo.

b) Se implementaron 6 sub grupos a nivel de comunidad, donde se pudo notar el interés de las personas de participar en las diferentes actividades, pues inicialmente asistían al grupo alrededor de 25 personas, luego se fueron incorporando otras más y en la actualidad se cuenta con la participan activa de 175 personas.

c) En aldea San José Caben, se realizó una comparación sobre las estadísticas de niños con bajo peso de los años 2009 a 2012, contando con el listado de niños menores de cinco años

proporcionado por la ONG ADIPO, que durante 8 años aproximadamente ha trabajado en dicha comunidad, brindando servicios básicos de salud a niños menores de cinco años respecto a esquemas de vacunación, desparasitación, peso, talla y enfermedad común, así como a mujeres en edad fértil realizándoles el examen de Papanicolaou, métodos de planificación familiar, vacunación y consulta general, estos servicios son proporcionados a la comunidad una vez por mes.

La ONG antes mencionada ha podido visualizar el bajo peso que ha existido en los niños menores de cinco años durante los años de 2009 a 2012.

Los participantes en la experiencia constataron, acompañados por la enfermera Cristina Fuentes, que una mala alimentación en niños y en adultos ocurre cuando tenemos un aporte insuficiente de uno o más nutrientes. Comprobaron que si una persona no satisface sus necesidades alimenticias diariamente se corre el riesgo de sufrir las consecuencias de una mala alimentación y que cualquier modificación en los hábitos y costumbres alimenticias se verá reflejada en la salud.

d) En el grupo Mujeres Reformadoras del Rosario se logró la introducción de recetas de cocina para que las personas tuviesen alternativas alimenticias y así ofrecer a su familia variedad de alimentos cosechados en los huertos comunitarios.

Para el año dos mil nueve de 198 niños menores de cinco años en control de crecimiento, 69 se encontraban con bajo peso. Por tal razón se trabajó fuertemente con la población, especialmente con las madres de familia, siendo ellas las principales responsables de velar por el bienestar de sus hijos, impartiendo capacitaciones sobre la importancia de mejorar las condiciones alimenticias de las familias, la adecuada manipulación de alimentos, así como las medidas higiénicas que se deben de tomar en cuenta durante el manejo de los alimentos. Además se les enseñaron varias alternativas de recetas que ellas pudieran preparar en su casa incluyendo productos de los huertos comunitarios. En realidad existen varios factores que favorecen la reducción de estas estadísticas, pues dependerá en gran parte del interés que tengan las madres de familia de asistir a las capacitaciones.

Uno de los objetivos de la implementación de los huertos comunitarios era contribuir a mejorar la calidad y condiciones alimenticias de las integrantes del grupo de mujeres y como resultado se logró favorecer a 18 familias de la comunidad con una adecuada alimentación que según la enfermera ambulatoria Cristina Fuentes de la ONG ADIPO proporcionará lo siguiente:

- 1) En niños y adolescentes ayuda al correcto crecimiento y a un buen desarrollo tanto físico como mental. La nutrición y las proteínas son decisivas en la capacidad mental, en el rendimiento intelectual y en las calificaciones escolares.
- 2) En ancianos y adultos previene el desarrollo de enfermedades que se presentan por deficiencia o por exceso de nutrientes.
- 3) El desarrollo del cerebro depende de una buena nutrición.
- 4) Se previenen enfermedades
- 5) La buena alimentación es sinónimo de belleza. La nutrición es clave para el aspecto físico.
- 6) La buena alimentación nos proporciona todos los minerales y vitaminas.
- 7) Los alimentos nos proporcionan energía para movernos, mantener nuestra temperatura corporal, crecer, regenerar nuestros tejidos.

En la actualidad 175 personas son beneficiadas con el proyecto de huertos, esto representa 18 familias de la comunidad de San José Caben, donde los principales beneficiados son los niños, porque tienen la oportunidad de alimentarse diariamente de manera sana.

Así mismo se reúnen 65 socias, lo hacen una vez por semana en casa de la señora Laura Pérez, presidenta del grupo, trabajando bordados, elaborando manteles de croché y bufandas.

## Conclusiones

- Después de haber vivido la experiencia se comprueba que el trabajo se puede lograr si existe una buena organización, pues a través de ella se alcanzan objetivos deseados por el grupo, sin embargo no significa que siempre van a haber resultados positivos, por ello es necesario preparar a las personas psicológicamente para afrontar resultados sean éstos positivos o negativos.
- La participación voluntaria de los y las participantes constituye un aspecto central en la sostenibilidad de proyectos y también es una fuente de satisfacción para las personas que ejercen responsabilidades y compromisos en un grupo mediante el ajuste de su tiempo y limitados recursos, pues éstos se aprovechan al máximo para alcanzar metas.
- Para realizar una buena sistematización es necesario que desde un inicio se conozcan lineamientos necesarios a seguir, y tener claridad de lo que se va a realizar para que el proceso sea fácil, pues si se desconocen ciertos aspectos se complicarán los procesos, además la metodología a utilizar debe de ser aplicada de acuerdo a las exigencias de la comunidad.
- La sistematización es un proceso de aprendizaje compartido donde se tiene la oportunidad de dar a conocer las experiencias aprendidas, sean positivas o negativas para que pueda ser replicada por otra persona.

## **Recomendaciones**

- Impulsar el trabajo heterogéneo en los grupos, para lograr mejores resultados, pues se ha podido comprobar que la unidad hace la fuerza, además tener claridad de los procesos para evitar desfases y pérdida de tiempo.
- Estimular a los y las participantes para que se involucren en las diferentes actividades que realizan colectivamente, no importando el grado de escolaridad, religión, posición social y habilidad de las personas.
- Respetar lineamientos, pensamientos y religión de los comunitarios para no entrar en conflicto. De esa manera se realizara el trabajo en armonía y se lograrán mejores resultados.
- No pasar desapercibida ninguna actividad, pues existen varias tan importantes que a veces no se plasman en el documento y que es enriquecedor tanto para el lector como para la persona autora de la experiencia.



## Referencias bibliográficas

- Ander, E. (2005). *Diccionario de trabajo social*. Buenos Aires: Editorial Lumen
- Durkheim, E. (1987). *División del trabajo social*. España: Ediciones Akal
- Giddens, A. (1991). *Las razones del matrimonio representaciones relatos y sociedad*. Buenos Aires: Editorial Udeg
- Ramos, F. (2000). *Administración pública una perspectiva comprada*. España: Editorial Akal
- Pineda, J. (2003). *Masculinidades género y desarrollo*. Colombia: Ediciones Uniandes
- García, P. A. (2009). *Concepto de salud, malnutrición, desnutrición y sobrealimentación*. 13, 4-6
- Suárez, N. (2011). *Nutrición y alimentación. Guatemala*: Editorial Piedra Santa
- Jiménez, E. (1982). *Análisis, diseño e implementación de un gestor*. Guatemala: Editorial Santillana
- Diccionario esencial lengua española (vol.3) (2010). México: Ediciones Laroussen
- Nuevo diccionario histórico de la lengua española (2005). México: Primera edición
- Cisneros, C. (2009). *Conceptos básicos de alimentación*. México: Editorial Grijalva
- Derecho a la alimentación en Guatemala, MAGA. Recuperado: [www.derechoaalimentacionenguatemala.blogspot.com/](http://www.derechoaalimentacionenguatemala.blogspot.com/)
- Guatemala tiene el liderato, SESAN. Recuperado: [www.s21.com.gt/nacionales/.../SESAN-confirma-baja-tasa-desnutrición](http://www.s21.com.gt/nacionales/.../SESAN-confirma-baja-tasa-desnutrición)
- Desnutrición en el departamento de San Marcos, Área de Salud de San Marcos. Recuperado: [www.noticiasdelvalle.com-epidemiologia.mspas.gob.gt](http://www.noticiasdelvalle.com-epidemiologia.mspas.gob.gt)
- Oficina municipal de la mujer, OMM. (2010). San Pedro Sacatepéquez San Marcos
- López, J. (1998). *Métodos e hipótesis científicas*. Guatemala: Sexta Edición
- Manual de estilo, (2012). Universidad Panamericana
- Cano, J. (1984). *Métodos e hipótesis científicas*. Buenos Aires: Editorial Udeg

## **Anexos**

### **Anexo 1**

#### **Plan de sistematización**

##### 1. Datos del plan

##### 1.1. Título de la experiencia

Participación de la mujer en el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la implementación de huertos familiares. Caso: grupo Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, San Pedro Sacatepéquez, San Marcos

##### 1.2. Eje de sistematización

Reducir el bajo peso en niños menores de cinco años.

##### 1.3. Fecha de inicio de la experiencia

Julio de 2011 a diciembre de 2012

##### 1.4. Ubicación

Los huertos comunitarios se encuentran ubicados en terrenos privados de pobladores de aldea San José Caben, específicamente en integrantes del grupo “Mujeres Reformadoras del Rosario”.

##### 1.5. Autora de la experiencia.

Dalily Almadelia García González de Barrios, estudiante del décimo semestre de Licenciatura en Trabajo Social y Desarrollo Comunitario, de la Universidad Panamericana de Guatemala con sede en el departamento de San Marcos.

## 1.6. Asesora de la Sistematización.

Licenciada. Francisca Lucía Cruz Ramírez.

## 1.7. Fecha de elaboración del plan.

Octubre de 2012

## 2. La experiencia

La disponibilidad de alimentos en Guatemala ha sido afectada principalmente por los eventos naturales y las políticas económicas agrarias inadecuadas. Estas limitaciones en el sector productivo agrícola guatemalteco explican porque el comportamiento del Suministro de Energía Alimentaria en los últimos años ha sido inestable y ha mantenido un incremento a una tasa muy cercana a la de las necesidades nutricionales, lo que representa un riesgo de insuficiencia si se considera la distribución desigual de estos suministros en la población.

El patrón alimentario en Guatemala se basa principalmente en los cereales (el maíz), azúcares y frijoles. La adecuación energética de la dieta está cercana al 90% y muestra deficiencias críticas de grasas, proteínas de origen animal y micronutrientes, principalmente en las regiones Altiplano, Norte y Centro y en las categorías de menor ingreso.

Dentro de la región del norte se ubica la comunidad de aldea San José Caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez del departamento de San Marcos con 5 mil habitantes entre ellos adultos y niños. Los grupos más vulnerables en la comunidad antes mencionada son los niños y adulto, quienes deberían de tener una adecuada alimentación para el buen funcionamiento de su organismo, en el caso de los niños menores de cinco años la ingesta debe de ser balanceada, ya que es el período de crecimiento del niño, por lo que las condiciones nutricionales deben de ser las adecuadas de acuerdo a su edad.

En la aldea San José Caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez departamento de San Marcos se trabajaron huertos comunitarios debido a la necesidad sentida por los pobladores, quienes

indicaron en la priorización de sus necesidades la importancia de implementar huertos comunitarios, pues sería una forma de mejorar la alimentación de sus familias.

## 2.1. Experiencias terminadas

Se implementaron 6 huertos familiares para beneficiar a 150 personas de la comunidad de aldea San José Caben.

## 2.2. Justificación

Uno de los aspectos claves para lograr cambios sustanciales en la situación de inseguridad alimentaria, y así poder contribuir a la reducción a la mitad del hambre en el mundo, es el incremento de escala de las intervenciones de desarrollo, mediante la intervención de Trabajadores Sociales y coordinación entre instituciones nacionales e internacionales involucradas en este reto.

Para ello es fundamental promover la aplicación, en gran escala, de las soluciones conocidas que contribuyen a una mayor disponibilidad y acceso de los alimentos, a un mejor consumo y a su adecuada utilización por parte de las poblaciones en situación de inseguridad alimentaria.

Una de las mayores limitaciones para lograr esto, es que la información generada por los proyectos de desarrollo, a lo largo de los años, está dispersa y sin clasificar; peor aún, con mucha frecuencia no ha sido sistematizada ni valorizada, con la dificultad adicional de no contar con institucionalidad pública y, o privada, que la sustente y la difunda.

Esta situación provoca que, aun existiendo experiencias muy relevantes en los espacios locales, no hayan sido analizadas en toda su extensión, ni difundidas entre los tomadores de decisión, técnicos y productores. Por tanto, se quedan en el conocimiento empírico de unas pocas personas que, difícilmente, tienen opciones para incidir en las estrategias y políticas nacionales.

Es por ello que a través de este documento se da a conocer los logros obtenidos a través de la implementación de 6 huertos comunitarios en aldea San José Caben del municipio de San Pedro

Sacatepéquez San Marcos, a través de la intervención de la encargada del proceso de sistematización, Dalily García, ya que con ello se contribuyó a mejorar la calidad de vida de la población, específicamente en niños menores de 5 años.

### 3. Proceso de Sistematización

#### 3.1. Propósito

Enfatizar las experiencias vividas con el grupo durante la ejecución del proyecto de Huertos familiares, con los que se busca contribuir a mejorar las condiciones de vida de esos grupos.

Es poco tiempo lo que se trabajó con el grupo, pero lo que se hizo durante la fase de práctica es tan importante, de tal forma que sentí la necesidad de recuperar y comunicar experiencias sobre las que se venía trabajando desde hacía algunos meses, y que generaban aprendizajes que no estaban siendo intercambiados ni acumulados. Por tanto, tampoco estaban siendo aprovechados en toda su dimensión.

#### 3.2. Objetivos

##### General

Generar un espacio educativo para la experimentación y adquisición de herramientas metodológicas para sistematizar experiencias, desde un enfoque participativo, que permita mirar la propia práctica para aprender de ella, generar conocimiento e intencionar la mejora en el quehacer cotidiano.

##### Específicos.

- Recuperación de la memoria de lo puesto en marcha, durante el proceso
- Generar aprendizajes
- Elaborar nuevos conocimientos.
- Comunicar y compartir con otras personas y organizaciones los conocimientos adquiridos.
- Organizar y recuperar la información tanto de los fracasos como de los avances realizados, así también como los puntos críticos del proceso.

### 3.3. Delimitación

#### Espacial

La sistematización se basará en la experiencia vivida sobre la implementación de Huertos Comunitarios en el grupo “Mujeres Reformadoras del Rosario” de aldea San José Caben del municipio de San Pedro Sacatepéquez departamento de San Marcos.

#### Temporal

El periodo de sistematización estará comprendido del mes de Octubre de 2004 a Diciembre del año 2012.

### 3.4. Aplicación metodológica

#### 3.4.1. Cualitativa

Una metodología es aquella guía que se sigue a fin de realizar las acciones propias de una investigación. En términos más sencillos se trata de la guía que nos va indicando qué hacer y cómo actuar cuando se quiere obtener algún tipo de investigación.

Es posible definir una metodología como aquel enfoque que permite observar un problema de una forma total, sistemática, disciplinada y con cierta disciplina.

Al intentar comprender la definición que se hace de lo que es una metodología, resulta de suma importancia señalar el tipo de metodología que se utilizará para la sistematización.

Cualitativa, permitirá recabar todo tipo de información que será útil para el proceso.

#### 3.4.2. Cuantitativa

Este tipo de metodología la utilizaremos para observar los diseños experimentales, donde se aplican experimentos puros, entendiendo por tales los que reúnen tres requisitos fundamentales: la manipulación de una o más variables independientes; medir el efecto de la variable independiente sobre la variable dependiente y la validación interna de la situación experimental.

La encuesta social, que es la investigación cuantitativa de mayor uso en el ámbito de las ciencias sociales y consiste en aplicar una serie de técnicas específicas con el objeto de recoger, procesar y analizar características que se dan en personas de un grupo determinado. Los estudios cuantitativos con datos secundarios, los cuales, a diferencia de los dos anteriores, abordan análisis con utilización de datos ya existentes.

En general los métodos cuantitativos son muy potentes en términos de validez externa ya que con una muestra representativa de un total, hacen inferencia a este con una seguridad y precisión definida.

### 3.4.3. Inductivo-deductivo

Este tipo de método nos servirá para razonar y deducir que nos lleva:

- a) De lo particular a lo general.
- b) De una parte a un todo.

Inducir es ir más allá de lo evidente. La generalización de los eventos es un proceso que sirve de estructura a todas las ciencias experimentales.

Deducción: Es un tipo de razonamiento que nos lleva:

- a) De lo general a lo particular.
- b) De lo complejo a lo simple.

“Pese a que el razonamiento deductivo es una maravillosa herramienta del conocimiento científico, si el avance de la ciencia se diera sólo en función de él, éste sería muy pequeño. Esto se debe a que nuestra experiencia como humanos es limitada, depende de nuestros sentidos y de nuestra memoria.

La inducción y la deducción no son formas diferentes de razonamiento, ambas tienen relación”.  
(Cano, 1984:155)

### 3.5. Cronograma de Actividades

NO.	Actividad	Responsables	Lugar y fecha
1	Aclaración de dudas sobre el proceso de sistematización Asesoría sobre el proceso.	Licenciada Lucía Francisca Cruz	Universidad Panamericana de Guatemala sede San Marcos, 13 de Octubre de 2012.
2	Se analizó el eje de sistematización. Tema de sistematización Objetivos de sistematización.	Licenciada Lucía Francisca Cruz y estudiantes.	Universidad Panamericana de Guatemala sede San Marcos, 20 de Octubre de 2012.
3	Selección del tema de sistematización. Aclaración de dudas.	Dalily Almadelia García González, estudiante. Licenciada María Francisca Cruz.	Universidad Panamericana de Guatemala sede San Marcos, 27 de Octubre de 2012.
4	Presentación en power point sobre “Metodología para sistematizar experiencias de desarrollo social”. Aclaración de dudas e inquietudes sobre el periodo de sistematización.	Docente asesora de sistematización, licenciada Lucía Francisca Cruz.	Universidad Panamericana de Guatemala sede San Marcos, 03 de Noviembre de 2012.
5	Recolección de información sobre fundación y funcionamiento del grupo “Mujeres Reformadoras del Rosario”	Estudiante Dalily García.	Aldea San José Caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez San Marcos, Lunes 5 de Noviembre de 2012.
6	Elaboración del Contexto, Nacional, departamental, Municipal, local e institucional donde se desarrolló la experiencia.	Estudiante Dalily García.	Casa particular, segunda semana de Noviembre.
7	Marco Teórico I, capítulo II Capítulo III.	Estudiante Dalily García.	Casa particular, tercera semana de Noviembre.



Matriz de recolección y ordenamiento de información  
Opción B

	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 3
Acciones realizadas	Nace el grupo un 5 de octubre de 2004. Formación de la directiva el 5 de octubre de 2004. Legalización del grupo en la municipalidad de San Pedro Sacatepéquez San Marcos el 10 de Octubre del año 2004. Ubicación de comunidad centro de práctica.	Identificación de líderes y lideresas. Identificación de grupos. Actualización de datos de DX. Priorización de necesidades. Planificación general de actividades. Gestión de recursos humanos, materiales, financieros.	Realización de capacitaciones. Ejecución de actividades planificadas Seguimiento de actividades en ejecución Resultados de las actividades planificadas.
Elementos del contexto	Oficina Municipal de la Mujer Líderes y lideresas de aldea San José Caben Municipio de San Pedro Sacatepéquez San Marcos. Municipalidad de San Pedro Sacatepéquez San Marcos Auxiliatura de aldea San José Caben Casas particulares	Semilla para los Huertos Comunitarios Abono orgánico. Desnutrición en niños menores de 5 años debido a la mala alimentación	Mejora en la calidad de vida de la población. Ganancia de peso en niños menores de 5 años. Familias con mejores condiciones de alimentación.
Actores	Estudiante de Trabajo Social Coordinadora de la OMM Líderes y lideresas de la comunidad Autoridades auxiliares Centro de convergencia	Encargada del proceso de Sistematización. Pobladores de la comunidad Perito agrónomo por OMM Coordinadora de la OMM.	Encargada del proceso de Sistematización. Perito agrónomo por la OMM Coordinadora de la OMM. Beneficiarios
Contradicciones	No se inició el proceso en la fecha planificada por lo que se fueron atrasando las actividades.	Baja asistencia de beneficiarios. Terrenos que no estaban preparados para cultivar Terrenos no fueron limpiados y abonados en su debido tiempo.	Algunas personas no consumieron productos de buena calidad, debido a la baja producción de la cosecha. No todos los huertos fueron cosechados al mismo tiempo, debido a que algunas personas se atrasaron en sembrar las semillas, además algunos no recibieron la misma atención respecto al cuidado. Dos de los 6 huertos dieron malos frutos, por la razón que no fueron atendidos adecuadamente.

## Cuadro de recuperación de la experiencia

F.	Actividad	Objetivo	Metodología	Resultado	Contexto local
10/10/0	Reconocimiento del grupo "Mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José Caben, en la municipalidad de San Pedro Sacatepéquez San Marcos.	Legalizar el grupo para que puedan realizar sus propias gestiones en beneficio común.	Cualitativa. Ya que esta nos permitió obtener todo tipo de información necesaria para nuestra intervención.	El grupo fue reconocido y legalizado en la municipalidad de San Pedro Sacatepéquez San Marcos.	Aldea San José Caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez San Marcos.
Del 27/07 A 4/08/11	Selección, notificación y respuesta de Centro de Práctica Profesional Supervisada.	Asignar al estudiante el lugar de intervención.	Formación de grupos de acuerdo al área geográfica.	Se asignaron centro de Práctica Profesional Supervisada.	Se llevó la solicitud de PPS a la Oficina Municipal de la Mujer de San Pedro Sacatepéquez San Marcos, la cual fue aprobada por la coordinadora, quien inmediatamente asignó la comunidad de intervención a la estudiante.
09/08/11	Presentación de la estudiante en fase de Práctica Social Comunitaria a la Oficina Municipal de la Mujer.	Conocer el trabajo que realiza dicha oficina y así poder intervenir en la comunidad asignada.	La metodología a utilizar fue la cualitativa, ya que esta nos permitió obtener información necesaria para la intervención.	Se conocieron los diferentes temas de intervención de la OMM en aldea San José Caben.	Oficina Municipal de la Mujer, quien fue el enlace principal entre estudiante y comunidad.
25/08/01	Presentación oficial de la estudiante en fase de Práctica Social Comunitaria al grupo Mujeres Reformadoras del Rosario.	Dar a conocer a las integrantes del grupo y población en general el trabajo a realizar durante el período de Práctica Profesional Supervisada.	Formación de grupos quienes a través de una dinámica dieron a conocer lo que ha trabajado el grupo y lo que desea trabajar.	Se dieron a conocer los aspectos importantes y relevantes del grupo, así como también las actividades que desean trabajar.	El grupo "Mujeres Reformadoras del Rosario" está integrado por 150 personas, entre ellas ancianos, adultos, jóvenes y niños.
02/09/11	Trabajar y resolver inquietudes del grupo.	Conocer las inquietudes del grupo y resolver las diferentes dudas que surgieron.			
09/09/11	Capacitación sobre "Huertos Comunitarios"	Conocer la importancia de los huertos comunitarios.	Se trabajó en grupos de 10 personas, a cada grupo se le dotó de un rotafolio y marcadores en el cual escribieron lo que saben de los huertos comunitarios. Luego se socializó con todos los participantes.	Las personas tienen idea de lo que son los huertos comunitarios.	En aldea San José Caben las personas no cuentan con huertos comunitarios, algunas pocas personas siembran hortalizas pero para comercializar.
16/09/11	Capacitación sobre "importancia de una buena alimentación"	Dar a conocer los beneficios de una buena y adecuada alimentación.	Se formaron grupos de 15 personas, a cada grupo se le dio una serie de nombres de alimentos que se cultivan en tierra fría y en hojas de papel bond ellos escribieron cuáles de esos alimentos consumen.	Cada grupo dio a conocer los alimentos que consumen en su hogar.	La aldea San José Caben es una comunidad con gran capacidad de producción agrícola, pero muchas personas no aprovechan la tierra.

## **Anexo 2**

### **Listado de grupo de mujeres Reformadoras del Rosario de aldea San José caben, municipio de San Pedro Sacatepéquez departamento de San Marcos**

1. Laura Gudelia Pérez Fuentes de González
2. Ana Carolina Hernández Gómez
3. Elena Susana Vásquez Gómez
4. Rosa María Vásquez López
5. Arsenia Godínez Juárez
6. Marisol Miranda Vásquez López
7. Celia González Hernández de López
8. Magnolia Carolina Vásquez Pérez
9. Leidy Susana Aguilar González
10. Blanca Cristina Tul González de Pérez
11. Juana Ramona Santos de González
12. Ericka Sofía Fuentes Miranda de Fuentes
13. Dolores Velásquez Gómez de Hernández
14. Angélica Vásquez López de Paz
15. Yury Viviana Vásquez Fuentes
16. Hania Osiris Orozco Fuentes
17. Mercedes Dolores Vásquez Fuentes de López
18. Carlota Tomasa Fuentes Fuentes de Pérez
19. Justina Cabrera López de González
20. Gladis Rosaura Fuentes Gómez
21. Karen Leonela Navarro Fuentes
22. Nancy Navarro López de Miranda
23. Gloria Miranda Fuentes
24. Blanca Susana Miranda
25. Rosmery Fuentes Fuentes de Godínez
26. Cindy Yoleth Fuentes Miranda

27. Arely Navarro González
28. Soemia Hernández Miranda
29. Lucrecia Hernández Escobar de Fuentes
30. Lourdes Hernández López
31. Lucila Vásquez Gómez
32. Zoila Dionisio López de González
33. Elisa Orozco Velásquez de Tul
34. Lorena Cifuentes López de Miranda
35. Celia Candelaria González López
36. Elena Susana Vásquez Miranda
37. Ovia Fuentes Miranda
38. Nataly Monzón Pérez de López
39. Consuelo de León de de León
40. Angélica Vásquez Paz
41. Manuela Guarcas Pérez de Pérez
42. Rosa María Vásquez Velásquez
43. Sandra Maricela Velásquez López de Gómez
44. Olga Méndez López
45. Lucrecia Pérez Hernández
46. Carlota Fuentes Monzón
47. Ingrid Bautista Miranda
48. Zoila Velásquez Fuentes
49. Julia Velásquez Pérez
50. Rufina López Miranda
51. Lidia Lourdes López Fuentes
52. Dépsida Escobar Miranda
53. Lilian Chang López
54. Erica Isabel Aguilar Simón
55. Micaela Morales Fuentes
56. Juana Miranda Mazariegos

57. Romelia Consuelo Miranda Paz
58. Sara Jirón López
59. Felipa Sofía López Fuente de Godínez
60. Paula Godínez Fuentes
61. Anabely Fuentes López de Escobar
62. Edilma Lorena Fuentes González de Miranda
63. Julia Romelia Orozco Orozco de León
64. Macaria Carmelina Escobar López de Méndez
65. Lorena Paulina Gómez López de Paz

## **Glosario de abreviaturas**

ADIPO	Asociación de Desarrollo Integral Para el Occidente
ASOPRODE	Asociación de Proyectos de Desarrollo
CONASAN	Consejo Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional
FODA	Fortalezas, Oportunidades, Debilidades, Amenazas.
FONTIERRA	Fondo Nacional de Tierra
IDH	Índice de Desarrollo Humano
IGN	Instituto Geográfico Nacional
INE	Instituto Nacional de Estadística
MAGA	Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación
OMM	Oficina Municipal de la Mujer
ONG	Organización No Gubernamental
PH	Potencial de Hidrógeno
PNUD	Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo
SAN	Seguridad Alimentaria Nutricional
SESAN	Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional
SINASAN	Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional