

LICEO COMPU-MARKET  
Lic. Jorge Mario Rivadeneira Figueroa.  
Licda. Ruth Matheu  
Seminario 2019



**OBJETIVO DE DESARROLLO SOSTENIBLE #2 “HAMBRE CERO” DE LA COMUNIDAD NÚMERO UNO DE 5TO. BACHILLERATO EN CIENCIAS Y LETRAS CON ORIENTACIÓN EN DISEÑO GRÁFICO.**

**COMUNIDAD DE INVESTAGIÓN:**

Fernández Escalante, Christopher Estiven.  
Galicía Barillas, Lisa María  
García Aguilar, María Luisa.  
García Marroquín, Katherine Griselda.  
Hernández Martinez, David De Jesús.  
Melgar Pineda, Benjamín Alexander.  
Ordoñez Solís, Pahola Beatriz.  
Pimentel Gómez, Beverly Esmeralda.  
Sánchez Gonzáles, Astrid Alejandra  
Ulloa Mejicanos, Erickson Alexander.  
Velázquez Gonzales, Laura Judith.

# TABLA DE CONTENIDO:

1. Proyecto de investigación Acción.
  - 1) Plan nacional de desarrollo K'atun Nuestra Guatemala 2032, Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), las diferencias culturales y multilingüísticas de Guatemala.
  - 2) Objetivos.
  - 3) Hipótesis.
  - 4) Justificación.
  - 5) Marco teórico.
2. Técnicas.
  - 1) Técnicas de recolección de datos.
  - 2) Métodos utilizados.
  - 3) Enfoque Metodológico.
3. Valores.
  - 1) Aplicación en la investigación.
  - 2) Aplicación en la acción.
4. Acción.
  - 1) Descripción de la acción.
  - 2) Evaluación de la acción (pre)
  - 3) Evaluación de la acción (durante)
  - 4) Evaluación de la acción (post)
  - 5) Resultados de la acción.
5. Cronograma.
  - 1) De investigación.
  - 2) De acción.
6. Hallazgos.
7. Conclusiones.
8. Propuesta.
9. Apéndice.
10. Referencias.

## **1.1 Plan nacional de desarrollo K'atun Nuestra Guatemala 2032, Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), las diferencias culturales y multilingüísticas de Guatemala**

*Según las páginas de internet:*

<https://onu.org.gt/publicaciones/plan-nacional-de-desarrollo-katun-nuestra-guatemala-2032/> y <http://www.flacso.edu.gt/wp-content/uploads/2014/09/PLAN-NACIONAL-DE-DESARROLLO-KATUN-2032-Resumen.pdf>, de los autores: Sistema de las Naciones Unidas en Guatemala (SNU) / Oficina de la Coordinación Residente (OCR), de los documentos: Plan Nacional de Desarrollo “Katun: Nuestra Guatemala 2032” y Plan Nacional de Desarrollo “Katun: Nuestra Guatemala 2032 Resumen, de las páginas: 1, expresan literalmente que:

Un *K'atun* es, en el calendario Maya, la simbolización de 20 años. Según todas sus creencias, este representa la posibilidad de conectar en los pueblos indígenas el pasado, presente y futuro. La relación de su simbolismo con el *Plan nacional de desarrollo K'atun Nuestra Guatemala 2032* es que planea cumplir un sueño en conjunto con 20 años de por medio para su cumplimiento, obtener una Guatemala mejor a futuro para nuestras generaciones ascendientes.

Todos tenemos un objetivo en conjunto, y ese es tener una mejor calidad de vida; brindarles alimentación, educación, vivienda y salud a los jóvenes para que puedan tener una vida plena. Así mismo que los adultos tanto independientes como los que son la cabeza de un hogar puedan tener empleos que les permitan satisfacer sus propias necesidades como las de sus familias. Todo esto va ligado de una u otra manera, lo que aquí se sueña con cumplir tiene algunos obstáculos que dificultan su cumplimiento, y es por y para esto que los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) fueron ideados. Se quiere que para el año 2032, las comunidades indígenas también puedan disfrutar de estos beneficios. Que los derechos tanto sociales como económicos y así mismo como los territorios de los pueblos indígenas sean respetados. Apoyando con respeto a las comunidades indígenas también se estará abriendo paso a que nuevamente el traje típico sea portado con orgullo por más de los habitantes de este país que debido a la discriminación dejaron de usar sus trajes típicos. Con esto, la Guatemala del 2032 habría implementado la ayuda de estos pueblos para así aumentar la producción agrícola, un beneficio tanto para ellos como para el resto de país. Con la implementación también de diversos procesos que sean sostenibles para la satisfacción de necesidades básicas como lo son la purificación del agua y la generación de energía sustentable que sea accesible para todos. Tener una educación de calidad accesible para todos, dándoles así más oportunidad en el campo laboral en años futuros. Un país bien educado a su vez reduce el índice de violencia por su cuenta, da más personas capacitadas para la ocupación de diversos trabajos que sean de beneficio para el público como lo sería en el campo de salud, donde más personas estén capacitadas para brindar el

servicio de salud para las personas. La lista puede seguir con cada uno de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), porque estos fueron ideados con ese mismo fin, el de satisfacer diversas necesidades y deshacerse de obstáculos para el desarrollo. Con la práctica de diversas actividades que cumplan con estos objetivos podremos cumplir con la visión de la Guatemala que todos tenemos para el año 2032. El plan nacional tiene que tener el apoyo tanto de los ciudadanos como de los gobernantes para lograr el cumplimiento de cada una de las metas que se tiene trazada para cada uno de los objetivos, asegurando para cada uno de los guatemaltecos una mejor Guatemala a futuro, que así como dice la misma jura a la bandera; *“Porque ondees perpetuamente, sobre una patria digna.”*

## **1.2. OBJETIVOS:**

general:

determinar la cantidad de niños y niñas menores de 12 años que mueren a causa de la desnutrición y los factores que lo determinan.

específicos:

- determinar si existe desnutrición en Guatemala.
- señalar los tipos de desnutrición que existen y los daños a corto, mediano y largo plazo que puedan causar tanto para las víctimas como para el país en general.
- Mostrar los departamentos con los índices de desnutrición y tasas de muerte más altos del país.
- determinar las causas de desnutrición en el país.
- conocer los tipos de nutrición y malnutrición que existen.
- proponer programas que fomenten la buena nutrición y ayudar a las familias que padecen de desnutrición.

## 1.3. HIPÓTESIS:

*¿Por qué los niños y niñas de Guatemala sufren de desnutrición?*

hay distintos factores que puedan fomentar la mala nutrición y/o la desnutrición en Guatemala, algunos pueden ser; la sequía de algunos departamentos, los sectores de pobreza extrema, las enfermedades o epidemias, la mala orientación por parte de los padres y/o el descuido a sus críos, entre otros...

*¿cuántos niños y niñas menores de doce años mueren anualmente a causa de la desnutrición en los últimos diez años?*

Todos conocemos la deplorable situación a la que nos enfrentamos diariamente como guatemaltecos/as y ninguno de nosotros es ajeno a las icónicas cifras de entre 15 y 17 muertos por día debido a actos violentos. pero, si ignoramos los datos de la procuraduría de los derechos humanos, que dice que en el 2010 murieron aproximadamente 6,575 niños/as menores de diez años a causa de la desnutrición. esto daría un margen de más de 18 a 23 muertes por día de niños por hambre.

esto quiere decir que hay más niños/as muriendo por hambre que por violencia y que a pesar de vivir en un país inseguro, el factor que más podría impulsar el deterioro económico de Guatemala es la desnutrición.

## 1.4. JUSTIFICACIÓN.

Cada día hay más niños muriendo de hambre que por violencia. Queremos saber cuántos niños y niñas menores de los 12 años mueren por sufrir de desnutrición. La desnutrición no viene de no comer sino porque el cuerpo no absorbe los nutrientes que necesita, viene de la carencia o el desequilibrio del consumo de carbohidratos y nutrientes. Los más vulnerables ante la desnutrición son los niños, en los cuales si se encuentra una desnutrición aguda puede provocar el retraso de crecimiento debido a la carencia de nutrientes que estos presentan. La causa de que las familias no cuenten con los alimentos que sus hijos requieren es en algunos departamentos la sequía, o el descuido de los padres hacia sus hijos en cuanto a darles la alimentación necesaria para su desarrollo, mientras que en la mayoría de sus casos la causa es la pobreza extrema. La pobreza es de las mayores causas de la desnutrición. Alrededor del 60% de los niños padecen de desnutrición aguda en el país y un aproximado del 45% de muertes en menores de 5 años están ligadas a la desnutrición que padecen. En 20 años, Guatemala redujo en un 8,7% la desnutrición crónica infantil. La desnutrición crónica rural se presenta en un 55,5%, en el caso de la desnutrición crónica rural que afecta en un 36,5% lo que significa que presenta un 19% más de afectados. La desnutrición ocurre tres veces más en los niños que son hijos de madres que no contaron con una educación formal que aquellos que cuentan con una madre que logró cursar la educación secundaria. El principal dilema es que la mayoría de la población ignora la problemática debido a que no los afecta a ellos, y la falta de empatía hace que nadie accione contra ello en busca de una solución. Buscando una posible solución nos dimos la tarea de accionar con los alumnos asignados un mes, iniciando desde el 28 de junio del presente año y finalizando el 26 de julio. Creamos una serie de encuestas que sirvieron para saber qué tan informados sobre el tema se encontraban y nos encontramos en que tenían una falta de interés y conocimiento acerca del tema. Accionamos dando diversas charlas informativas, queremos adecuar a las generaciones futuras e inculcarles la importancia de conocer cuáles son los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), específicamente del número #2 “Hambre Cero”. Con diversos cuestionarios analizamos si las charlas que dimos fueron bien recibidas y fueron informativas para los jóvenes. Notando que las charlas en su mayoría fueron de utilidad para los jóvenes, proponemos dar más charlas, llamar la atención de las personas para poder informarles de todo lo que necesita para contar con una buena nutrición e implementar programas, buscando el apoyo de los ciudadanos para dar víveres para que las personas de bajos recursos puedan alimentarse de forma sana, para que pudieran contar con los nutrientes necesarios para su desarrollo. Para que los objetivos del Plan nacional de desarrollo puedan cumplirse, erradicando los obstáculos e impedimentos ante nuestro desarrollo como país.

## 1.5. MARCO TEÓRICO.

### LA NUTRICIÓN

Según la página de internet: <https://es.wikipedia.org/wiki/Nutrici%C3%B3n> del autor: Wikipedia, del documento: La nutrición, expresa literalmente que.

Consiste en la transformación e incorporación de los alimentos al cuerpo que se esté recibiendo. También estos alimentos que se estén ingiriendo proporcionen energía y buena salud al cuerpo, si se ingiriera alimentos no benefactores para el cuerpo, este no contaría como nutrición. También es el proceso biológico en que el organismo o cuerpo asume los alimentos y los líquidos necesarios para el buen funcionamiento de este. La nutrición ayuda al buen crecimiento y desarrollo del individuo. No solo se le llama nutrición a comer bien, sino que también está al pendiente de una dieta equilibrada y sana.

### MALA NUTRICIÓN

Según la página: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition> del autor: OMS, del documento: Malnutrición, expresa literalmente que.

El término malnutrición se refiere a las carencias, los excesos o bien los desequilibrios de la ingesta calorífica y nutrientes que consume una persona, está abarca tres tipos de afecciones las cuales son:

- La desnutrición, esta es un peso insuficiente al de la talla que debe poseer. Un peso por menor al que debería tener.
- Malnutrición, esta va relacionada con los micronutrientes, es decir que incluya los excesos o carencias de las vitaminas y minerales.
- Sobrepeso, en esta encontramos la obesidad y las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación del individuo.

Existen diversas formas de la malnutrición, recalando el párrafo anterior encontramos:

**LA DESNUTRICIÓN:** Existen cuatro tipos principales de desnutrición en las cuales encontramos: emaciación, retraso del crecimiento, insuficiencia ponderal y carencias de nutrientes (vitaminas y minerales) las personas que son más vulnerables a la desnutrición son los niños. Se denomina *emaciación* a la insuficiencia de talla de la del promedio deseado. Esta suele indicar una pérdida de peso grave y reciente, debido a que la persona no se alimenta lo suficiente. Un niño que padece de emaciación tiene más riesgo de morir, pero también existe la esperanza de



proporcionarle tratamiento. El peso insuficiente que respecta de la edad del individuo se denomina retraso del crecimiento. Esta es consecuencia de una desnutrición crónica o recurrente; por lo general se debe a una deficiencia socioeconómica, o también una salud o una nutrición deficiente por parte de la madre del individuo. El retraso del crecimiento de un niño impide que él/ella desarrollen plenamente su potencial físico y cognitivo. Los niños que pesan menos de lo correspondido a su edad sufren de una insuficiencia ponderal. Un niño que presenta insuficiencia ponderal puede representar a la vez un retraso del crecimiento o emaciación.

**MALNUTRICIÓN:** Esta es debida a consumir de manera inadecuada las vitaminas y minerales (micronutrientes). Nuestro organismo necesita de micronutrientes para poder producir hormonas, enzimas y otras sustancias que son esenciales para el desarrollo adecuado del organismo. Las carencias del yodo y de la vitamina A y el hierro son los más importantes a lo que se refiere a la salud.

**SOBREPESO:** Uno posee sobrepeso u obesidad cuando pesa más de lo que corresponde, además el peso va ligado a la altura de una persona, es decir que cada altura posee un peso promedio. Una acumulación excesiva de grasas puede afectar a la salud del individuo. El sobrepeso y la obesidad pueden ser consecuencia de un desequilibrio entre las calorías y nutrientes consumidas, a veces pueden ser demasiadas o también insuficientes. En la actualidad las personas consumen muchos alimentos y bebidas con demasiadas calorías, esto quiere decir que tienen un alto contenido de grasas y azúcares, lo que conlleva que al momento de tratar de hacer una actividad física le sea más difícil. Las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación pueden abarcar; las enfermedades cardiovasculares, cerebrovasculares, cánceres y la diabetes. La mala alimentación y mala nutrición se pueden encontrar como los principales riesgos de esas enfermedades.

## DATOS Y CIFRAS

- La malnutrición abarca la desnutrición, los desequilibrios de vitaminas y minerales, la obesidad, el sobrepeso.
- 1900 millones de adultos tienen sobrepeso o son obesos, mientras que 462 millones de personas tienen insuficiencia ponderal.
- 52 millones de niños menores de 5 años presentan emaciación, 17 millones padecen emaciación grave, y 155 millones sufren retraso del crecimiento, mientras que 41 millones tienen sobrepeso o son obesos.
- Alrededor del 45% de las muertes de menores de 5 años tiene que ver con la desnutrición. En su mayoría se registran en los países de ingresos bajos y medianos. Al mismo tiempo, en esos países están aumentando las tasas de sobrepeso y obesidad en la niñez.
- Las repercusiones en el desarrollo y las consecuencias de índole económica, social y médica de la carga mundial de la malnutrición son graves y

duraderas, para las personas y sus familias, para las comunidades y para los países.

La población actualmente está en riesgo, todos los países del mundo están siendo severamente afectados por más de una forma de malnutrición, luchar con todas las formas de la malnutrición es uno de los problemas sanitarios que hay a nivel mundial. Los lactantes, los niños, las mujeres y los adolescentes están más propensos y vulnerables a una malnutrición. El nivel socioeconómico multiplica el riesgo de la malnutrición y sus consecuencias. Las personas con escasez son las que tiene una mayor probabilidad de sufrir distintas formas de malnutrición. La malnutrición reduce la productividad y frena el crecimiento económico, lo que puede perpetuar el ciclo de la pobreza y la mala salud a nivel mundial. La malnutrición no debe confundirse con la desnutrición. Una principal causa de la malnutrición en los países actualmente desarrollados y los que están en proceso de desarrollo es la dieta que se lleva ya que se basan solo principalmente en hidratos de carbonos refinados (el organismo sólo debería consumir pequeñas raciones de esta) de los cuales son procedentes: trigo, arroz, azúcar, grasa y los aceites procesados. Estos alimentos se han ido apoderando de las personas ya que consumen grandes cantidades excesivas de estas, y de las mismas comienzan a surgir los desórdenes nutricionales.

## **Diferencia entre nutrición y alimentación**

*Según la página:*

<https://www.dietistasnutricionistas.es/por-que-lo-llaman-nutricion-cuando-quieren-decir-alimentacion/> Del autor: Raquel Bernácer. Quién escribió el artículo: ¿Por qué lo llaman nutrición cuando quieren decir alimentación? De las páginas: 1/1 Expresa literalmente que:

En un concepto dado por el nutricionista español Francisco Grande Covián explica en su libro cuál es la diferencia de la nutrición y la alimentación, esto le aclara el tema y el concepto a muchas personas que confunden ambos términos. Se define que la nutrición es el medio por el cual el cuerpo pasa al recibir los conocidos “nutrientes” así el metabolismo va cambiando según la cantidad de nutrientes que se consuman y el tipo de nutrientes, el proceso de nutrición implica desde el momento que se consumen hasta el momento que son excretados por el organismo, esto es algo normal y hasta cierto punto involuntario por el organismo y el cuerpo humano con excepción de aquellas personas con algún problema en su metabolismo o algún daño causado por alguna enfermedad o algún tipo de complicación. La alimentación es todo lo que nosotros podemos decidir sobre este tema, aquí somos nosotros quienes tomamos el control sobre qué queremos comer, cocinar, comprar, etc. En pocas palabras podemos decir que la alimentación es tu decisión y como tú quieres mantener tu organismo por ser un acto voluntario al estar consciente de lo que comerás y que esto es decisión de la persona solamente

puede dejarse llevar por tradiciones religiosas familiares o sociales, aunque esto no implica que la persona no sea consciente de lo que está ingiriendo. Estos temas lo llegan a confundir por qué las personas no se interesan por completo en esto y solo imaginando que como los dos hablan de la comida y la salud en el cuerpo entonces debe ser lo mismo, cuando una es el proceso por el cual pasa los alimentos que consumes a diario esto es involuntario al contrario de la alimentación donde tú decides y tienes el poder de ingerir lo que deseas. En muchos casos se confunden mucho con este tema en informes o libros confundiendo la nutrición como dietas o los alimentos que consumes, gracias a estos contenidos las personas tienen poco conocimiento de los significados de los temas, ya que es normal ver consejos de comer ciertos alimentos para poder llevar una vida saludable y ese es uno de los puntos más seguidos en los que la población confunde los significados de los mismos. Muchas veces llaman “pirámide nutricional” cuando no es como tal algo nutricional solo son alimentos para poder mejorar el organismo, sigue siendo alimentación ya que es voluntario como se marca y se aclara en el punto anterior. Otra expresión utilizada incorrectamente es sobre como los “hábitos nutricionales” estos son costumbres o acciones que se adquieren por la repetición de el mismo así haciéndola seguido luego se hará a diario por la misma costumbre, aquí se usa mal este término de nutricional ya que como se remarca es solo un hábito alimenticio también se utiliza el término “mala nutrición” para referirse a una mala alimentación, esto refiere al mal consumo de alimentos que no ayudan a el organismo y así poder desarrollar un mejor metabolismo. El término “educación nutricional” está mal empleado ya que no educaremos al organismo ni células, el término correcto es educación alimentaria, porque lo que se enseñará es como alimentarse como preparar alimentos qué alimentos se deben comer, cómo combinarlos para aprovecharlos mejor en el organismo, esto es lo que se enseña en estas campañas o “clases” sobre la alimentación esta educación sirve para las amas de casa o para jóvenes que quieren saber cómo deben alimentarse, estas campañas se realizan por la epidemia de la obesidad y por el miedo y los riesgos del mismo lo cual es bueno tener en cuenta este tema y evitar la obesidad por los graves riesgos que trae y esto gracias a llevar una buena alimentación y el hecho de hacer ejercicio y así llevar buena salud. El problema que no se pueda distinguir la diferencia entre la nutrición y la alimentación es que en su mayoría los artículos sobre salud alimentaria están en inglés y esto hace que al momento de traducir los conceptos se traduzca como nutrición, aquí es donde se puede decir que se origina esta confusión de los conceptos de las dos palabras, y es ahí donde se traduce como nutrición lo que se debe conocer como alimentación. Las personas que pueden llegar a hacer las traducciones de estos textos no deben ser expertos o no deben saber exactamente el concepto correcto de cada uno de los dos significados de las dos palabras, así es como se confunden la personas por ser solamente es una idealización de que es la nutrición así que confundimos y nos dejamos llevar por el termino pensando que es lo correcto cuando la idea principal y el término correcto

es alimentación. Necesitamos emplear más nuestro vocabulario español de la forma correcta y no volver a hacer un mal uso de la palabra alimentación, así podremos mejorar nuestro vocabulario y mejorar nuestros hábitos alimenticios. Así se explica la diferencia entre la nutrición y la diferencia diciendo que la nutrición es un proceso involuntario dentro del organismo y la alimentación es el proceso por el cual elegimos los alimentos para el consumo del día a día y así podemos observar dónde nos equivocamos en usar el término de nutrición y que se debe sustituir por la palabra alimentación que esta es muy importante en los niños pequeños así se van familiarizando con el significado. Así es como cambiaremos este hábito de una vez por todas en nuestra sociedad y usaremos términos correctos para hablar de este tema.

## **POBREZA EN GUATEMALA Y SU ROL EN LA NUTRICIÓN INFANTIL**

*Según la página:*

<https://www.unicef.es/noticia/en-guatemala-el-498-de-los-ninos-sufre-desnutricion-cronica-m>

[aria-claudia-santizo-oficial](#) Del autor: *María Claudia Santizo* Quién escribió el artículo: *"En*

*Guatemala el 49,8% de los niños sufre desnutrición crónica"* De las páginas: 1/1 Que expresa literalmente que:

Un estudio realizado en Guatemala demostró que la pobreza era uno de los mayores factores que fomentan el deterioro en Guatemala, porque este tiene a muchas personas en bajos recursos y sin acceso a una buena alimentación para poder tener un mejor desempeño, esto también afecta a los que están trabajando o estudian en escuelas públicas de bajos recursos, la mala alimentación se ve mucho en Guatemala por sus índices de pobreza ya que estos en su mayoría niños tienen una mala alimentación por no poder tener acceso a alimentos que son necesarios para el desarrollo del organismo. Por la mala alimentación en los niños se tiene una tasa de mortalidad de 34% esto se refiere a una mala nutrición por el poco acceso que se tiene y bajo nivel económico, también se debe tener en cuenta la gran parte que tienen desnutrición crónica y como poder evitar esto. Sin mencionar que los padres responsables de estos niños no tienen la educación alimentaria para poder darle al niño una buena alimentación para su organismo y ellos tampoco llevan una buena alimentación, por eso es bueno hacer ver a los niños y ayudarlos para que vean que es una buena alimentación y así poder evitar la desnutrición un poco también queda claro que se debe encontrar algún método para esos niños que tienen pocos recursos y como poder apoyarlos y poder ayudarlos a encontrar una forma en la puedan llevar una buena alimentación. Esto afecta mucho en su educación ya que por la falta de los nutrientes necesarios no pueden concentrarse y pueden presentar muchos problemas de atención haciendo que esto no los deje aprender lo de la escuela y hasta dormir en clases por la falta de energía que

brindan los nutrientes. La buena alimentación se debe realizar desde el principio ya que solo el 50% de los niños menores de 6 meses reciben lactancia materna o cual es un alimento fundamental en esa etapa de su vida. Los niños en desnutrición aún pueden ser ayudados para esto se necesitaría un apoyo muy grande por la UNICEF que ahora trabaja para poder poner este tema sobre la mesa y tomar medidas que se necesitan. La desnutrición infantil afecta demasiado a la sociedad guatemalteca, porque estos niños son el futuro y deben llevar una buena alimentación para que en el mañana puedan rendir a la sociedad y poder ayudar a la economía del país así más niños no sufrirán lo que ellos sufrieron. La desnutrición crónica se puede llamar como un final ya que el niño no rendirá en el estudio esto significa que no podrá rendir ni tendrá oportunidad de obtener un trabajo estable con un sueldo base esto le cerrara las puertas al niño y no podrá dejarlo superar como persona y así hay muchos niños que solo desean ser ayudados para poder salir adelante sacar a su familia adelante y así ayudar a niños que sufren lo mismo que ellos. En Guatemala el 49% de los niños sufren de desnutrición crónica por una mala alimentación o por la pobreza, esto quiere decir que uno de cada dos niños sufren de desnutrición crónica por medio de una mala alimentación y por causa de una mala educación alimenticia por parte de la sociedad y por la causa de la situación económica en la que se encuentra el país y al vivir en la pobreza con recursos insuficientes para poder combatir esta desnutrición. En otros países se han estado utilizando métodos tecnológicos para realizar avances en la detección de una desnutrición. En Guatemala será muy difícil que personas o familias de escasos recursos tengan acceso a esta tecnología cuando no tienen para llevar una buena alimentación entonces no sería una de las soluciones más viables en este momento. Por este problema de desnutrición infantil tiene el primer lugar en América latina y el sexto a nivel mundial, esto es alarmante no es algo que deba pasar debemos evitar este problema de desnutrición o en el futuro esos niños no podrán sacar adelante al país ni a ellos mismos por haber tenido desnutrición y no haber tenido una buena educación por falta de energía y recursos. Guatemala debe encontrar una solución viable para poder acabar con este problema en lo niños y poder acabar con la pobreza en una gran parte del país con la solución de la pobreza se soluciona una parte de la desnutrición al llevar los niños una mejor educación alimentaria y ayudarlos a aprovechar al máximo sus recursos y cómo aprovechar los alimentos que pueden tener acceso. Estos problemas no solo podemos verlos en las áreas rurales ya que en las áreas urbanas puede ser menos la pobreza pero hay niños que se ven afectados por la desnutrición. La desnutrición no evita las áreas urbanas aquí también se pueden ver niños que llevan una mala alimentación y por eso tienen obesidad o son muy delgados ya que no comen lo suficiente o no comen lo que deberían, a ellos se les debe dar una educación alimenticia así puedan ver cómo deben alimentarse y ayudarlos a evitar problemas de salud en el futuro. Cabe mencionar que la pobreza tardará mucho en ser erradicada y mientras la pobreza siga en Guatemala la desnutrición estará presente también por no poder tener

acceso a los alimentos básicos y necesarios para poder llevar una buena alimentación. Cómo afecta la desnutrición a la educación y desempeño de los niños y niñas de Guatemala. La desnutrición es un problema que afecta a gran parte del país y afecta mayormente a niños sabiendo así, que estos no pueden realizar actividades de su edad por esta causa y pueden fallar en los estudios. La desnutrición es un tema delicado para tratar ya que no solo deben dar alimentos deben preparar a las personas como llevar una buena alimentación en sus vidas así poder aprovechar todos los recursos que tienen esto se puede fomentar por medio de la educación alimentaria, y claro para evitar la desnutrición lo más que se pueda debe disminuir la pobreza y ese es un tema bastante complicado por lo grande que es y lo que se tiene que invertir para erradicarlo. La desnutrición en los niños afecta en los estudios porque por el simple hecho de no tener una buena alimentación y no deja concentrarse en lo que deberían pueden llegar a dormir en clase sin prestar atención por lo mismo del cansancio no tendrán retentiva con los temas y todo lo que vean. No tendrán ganas de trabajar en clase y hacer tareas sus notas bajaran a un promedio malo que le cerrara sus puertas para un futuro trabajo o ingreso a otros establecimientos esto hará que en el futuro pueda quedar desempleado y no tenga buen rendimiento se sienta cansado todo el tiempo y no pueda salir adelante para él y para su país. Este caso no es solo uno es la mitad de los niños del país hay que buscar una forma de poder disminuir los índices de desnutrición y así poder ayudar a los niños a que puedan salir adelante académicamente. Esto empieza a afectar a sus padres también porque no pueden ayudar al niño a poder salir adelante con los pocos recursos que tienen y el niño no se siente listo para poder ir a estudiar por su estado de ánimo y fuerza, esto es el mayor efecto de la desnutrición si hablamos del futuro del niño. En Guatemala es preocupante la cantidad de niños que no pueden llevar una buena educación por esta causa, se tendría que invertir más en la ayuda para combatir esto y dar charlas sobre la educación alimentaria a los padres y a los niños para poder ayudarlo a saber cómo deben comer y qué deben comer y así mantenerse sanos. Un niño desnutrido no puede aprender por causa de la desnutrición tiene mucho sueño muy cansado aunque quiera estudiar aprender y además no puede por su estado de ánimo y estado físico, el niño tiene toda la actitud de ir a estudiar pero por su condición se lo impide y no puede ir a estudiar sin haber comido bien o no podrá rendir. Gracias a esto muchos niños pierden la oportunidad de estudiar y pierden la oportunidad de superarse y poder sacar a su familia de la pobreza y evitar la desnutrición aunque tengan todo el deseo la desnutrición les impide esto así que deben buscar otras opciones o ayuda de otras personas para poder combatir esto lamentablemente no muchas personas se interesan en esto y son menos todavía las que pueden ayudar a un niño con algún recurso o con la educación alimentaria porque muchas personas aun sabiendo lo malo de la desnutrición no saben nada sobre la educación alimentaria y ahí es donde falla todo, se necesita que en verdad se le dé importancia a esto porque son la mitad de los niños del país que padecen de esto. Poder hacer

ver a las personas cuál es la verdadera realidad de este problema y buscarle soluciones para mejorar el futuro y que esto no vuelva a pasar así podemos sacar adelante a una Guatemala productiva.

*Según la página:*

<http://www.fao.org/guatemala/fao-en-guatemala/guatemala-en-una-mirada/es/> Del autor/a: Evelyn de la cruz. Quién escribió el artículo: Seguridad Alimentaria Y Nutricional (San). De las páginas: 1. Expresa literalmente que:

## **EL FENÓMENO DE LA ALIMENTACIÓN**

El tema de seguridad alimentaria en Guatemala no ha tenido ningún cambio significativo, 4 de cada 5 hogares en Guatemala viven en inseguridad alimentaria una pequeña característica es principalmente porque existen de los hogares están en inseguridad alimentaria, en esta situación se puede apreciar que hay hogares que se experimente el hambre y pasan hasta un día sin poder comer y en esta situación afecta no solo a los niños sino que también a los adultos. En Guatemala, el suministro global de alimentos es insuficiente para cubrir las necesidades mínimas de toda la población, y va en deterioro año con año. Lo que también se puede manifestar es el gran problema de la política; a lo que se adicionan los efectos del cambio climático. También hay una gran cantidad de carne, pero no se toma en cuenta que es para mejorar la alimentación. El desaparecimiento de especies vegetales nativas ligadas a los ecosistemas y los cambios en los patrones de consumo de la población; afecta el poco o casi nada de la educación alimentaria, el fallo puede venir del poco conocimiento del hogar y de un establecimiento educativo. Las inadecuadas condiciones ambientales, la poca condición de salud de los individuos y la falta de alimentos que carecen de vitaminas y minerales que producen los alimentos esto afecta y más el país se ve afectado negativamente tanto de manera económica como en salud por desgracia Guatemala fue uno de los primeros países que creó una ley por base de la seguridad alimentaria. La Ley del SINASAN (Decreto 32-2005), es un decreto con los grandes problemas que hay en el país, pero hay grandes problemas que el país enfrenta en términos de pobreza, inseguridad alimentaria, y otros impactos que el cambio climático genera en las poblaciones rurales más vulnerables, los esfuerzos no son suficientes para afrontar este serio problema. El Estado guatemalteco se encuentra obligado a lograr el pleno ejercicio de los derechos humanos de las poblaciones para y disminuir este problema que acecha a miles de familias en Guatemala. Es necesario que el derecho al desarrollo fluya, para el cambio y así poder disminuir poco a poco la mala alimentación que lidian las familias día con día, la mala alimentación que actualmente afectan a un gran número de personas. Teniendo como fin el desarrollo humano sostenible de las poblaciones que habitan las áreas rurales. Como el departamento de Jutiapa que ellos son un gran departamento de granos básicos como: el maíz y el frijol. Ellos sobreviven de la producción, ganadera también. Ellos utilizan esto para venta y así mejorar su economía y también alimentación. Pero lastimosamente en otros departamentos las cosas no son así, ellos no cuentan con la producción de alimentos ni industrias ganaderas, esto afecta a las personas que habitan y también su economía. No solo pasa en el área rural sino que también en

el área rural ya que hay muchas personas que buscan cómo alimentarse día con día ya que no cuentan con ingreso económico tan accesible para comprar lo necesario, o cuentan con muchos niños y no saben cómo alimentar a toda una familia, muy extensa con un pequeño sueldo. Muchos creen que desnutrición es no comer y están equivocados, desnutrición es una dieta innecesaria o también es comer pero no lo suficientes carbohidratos que necesita el cuerpo para trabajar, muchas personas ignoren esto pero el problema viene desde el embarazo ya que no consumen las vitaminas que necesitan y él bebe cuando nace sufre desnutrición y otros problemas físicos, y no llegan ni a los 2 años ya que sufren de desnutrición aguda grave.

## **POR QUÉ LOS NIÑOS Y NIÑAS SUFREN DE DESNUTRICIÓN**

La desnutrición no viene por no comer sino que por que el cuerpo no absorbe los nutrientes necesarios. La mayoría de las causas de la desnutrición es una mala nutrición ya que el cuerpo gasta más energía que los alimentos que consume. En una cifra que podemos llamar nos muestra que 15,000 niños y niñas menores de 5 años han muerto por causas de la desnutrición y esto es algo que podemos evitar. Ya estamos avanzando en tecnología pero no como disminuir la desnutrición no se ha podido erradicar en nuestro país y esto es una amenaza que debemos evitar a toda costa para que no puedan seguir la desnutrición. La falta de alimentos suficientes y adecuados en cantidad y calidad afecta a los niños, son más vulnerables a caer ante una enfermedad ya que ellos tienen sus defensas bajas, esto afecta su nivel de educación y su nivel de salud, es triste ver muchos casos de desnutrición crónica en el país como: Huehuetenango y San Marcos que ellos compartían la mitad de muertes en el país, de los niños fallecidos la mayoría tenían dos años. Los mayores problemas que presentan nuestro país en base de la desnutrición son: Educación: Los niños con desnutrición tienen limitaciones en la capacidad de aprendizaje como consecuencia del retraso en su desarrollo cognitivo. Además, se ponen enfermos a menudo, por lo que asisten con menos regularidad a la escuela. El nivel educativo de las madres también tiene un impacto directo en la alimentación que reciben los niños. Ya que son madre menores de edad que no cuentan con una buena educación y carecen de los recursos alimenticios para enseñar. Pobreza: Las mujeres con mala nutrición tienen bebés con un mal a comparación de otros bebés, lo que agranda las posibilidades de mala nutrición en la siguientes etapas de los infantes y obstaculizan el crecimiento del país. La violencia también afecta a la desnutrición ya que el padre no provee el dinero necesario para que la madre consiga los alimentos que se necesitan para alimentarse entonces el padre agrede física y verbalmente a la madre por no comprar lo necesario. Este es un ejemplo que vive algunas familias ya que en algunos casos el padre es alcohólico y no da un buen ingreso económico, para comprar alimentos necesarios y la madre trata de comprar lo que le alcance. Un niño con desnutrición aguda pesa menos a lo que debe con su altura. Si no se trata, la desnutrición puede causar grandes daños en el sistema digestivo del infante. Afortunadamente, existen tratamientos eficaces y poco costosos que salvan cada año millones de vidas. Alrededor de un 60% de niños padecen desnutrición aguda grave en el país. Cuando hay una falta de alimentos por varios días, produce falta



de energía, un mal crecimiento. Si no se previene, actuando durante el embarazo y antes de que el niño cumpla los 2 años de edad, las consecuencias son irreversibles y se harán sentir durante el resto de su vida. Una vez que un niño o niña sufre desnutrición crónica no hay tratamiento, y el desarrollo tanto físico como cognitivo se verá afectado (el niño no será tan fuerte, sano e inteligente como hubiera podido ser). Seguro que más de una vez nos hemos preguntado por qué sigue habiendo hambre en el mundo si hoy en día producimos suficientes alimentos para abastecer a toda la población. Pero no a todos les parece bien esto ya que esto sería muy accesible y las grandes empresas serían perdidas. En otro punto La violencia provoca un efecto tan malo que afecta el estado nutricional de los niños agranda la inseguridad alimentaria, la población que muy a menudo practica la agricultura de subsistencia, no puede cultivar. Ya que las tierras están estériles y no se pueden cultivar dispara el precio elevado de los alimentos. Pero acabar con la desnutrición y sus consecuencias sobre la vida de los niños es posible. Con ayuda del agua potable y saneamiento y también mejorando la educación tanto a las madres como a los niños así mejoraremos la educación y alimentación de nuestro país. Supervivencia infantil: Cada día hace una lucha cada niño que sufre de desnutrición es lamentable ver que un niño padezca de un bajo peso, ellos son el futuro del país pero no pueden llegar ni a los cinco años, mueren por: diarrea, malaria y el sarampión ya que por una mala nutrición tienen un sistema inmune débil.

Según la página: <https://ayudaenaccion.org/ong/blog/pobreza/tipos-de-desnutricion/> Del autor/a: Estefany Benet. Quién escribió el artículo: Tipos de desnutrición y sus efectos. De las páginas: 1. Expresa literalmente que:

## **Qué niveles de desnutrición existen**

El mayor y más grande problema que podemos ver en algunos países en desarrollo es la desnutrición infantil y esa es la que más afecta ya que no se ha podido erradicar de las poblaciones afectadas. Los tipos de desnutrición existentes:

- Desnutrición calórica o marasmo

Esta desnutrición la tienen las personas que consumen una cantidad de alimentos muy escasa ósea que no se alimentan como deberían. Provoca retrasos en el crecimiento de los niños, pérdida de tejidos grasos y una delgadez muy extensa, que posiblemente no se puede ni llegar a recuperar si no se dan los tratamientos adecuados a la persona que está afectada por la desnutrición.

### **Desnutrición aguda leve:**

Existen dos grandes consecuencias que producen desnutrición aguda:

1. El niño no tenga los suficientes alimentos para consumir los suficientes carbohidratos, vitaminas y minerales.
2. Es un caso muy extraño porque se puede contraer por una enfermedad o una pandemia.

El peso es normal de la persona pero su talla no es la adecuada a lo que debería. La mayor parte de la desnutrición están sujetas por enfermedades infecciones.

### **Desnutrición aguda grave:**

Es el peor caso que existe porque se puede notar a un niño de fisionomía frágil esquelético que requiere un tratamiento para subsistir, otra característica de la desnutrición grave es el hinchamiento de la cabeza, los pies y otras partes del cuerpo. Se podría evitar la desnutrición aguda grave, con servicios médicos, y promover la lactancia para alargar la vida del infante, mejorar el saneamiento y el agua potable.

### **Carencia de vitaminas y minerales:**

Cuando se da esta situación, la persona no puede llevar a cabo tareas diarias normales debido al cansancio, defensas bajas que favorecen la aparición de infecciones o tiene dificultades para aprender.

### **La deficiencia de hierro:**

Produce falta de desarrollo cognitivo y carencia de desarrollar el coeficiente intelectual.

### **Falta de vitamina A:**

Afecta a nuestro país en el desarrollo del sistema cognitivo y produce la mayor parte de muertes en niños menores de 5 años.

### **Carencia de yodo:**

Durante el embarazo produce que la mayoría de niños nazcan con con alguna discapacidad o en estos casos desnutrición.

### **La desnutrición crónica:**

Produce falta de crecimiento y se debe a falta de micronutrientes durante un tiempo prolongada, no es cuestión de una mala estatura sino que es el mal desarrollo de el cerebro y el riesgo de morir por pequeñas enfermedades. También Se debe de la carencia de vitaminas, ácido fólico, hierro, proteínas y también la falta de agua potable provoca graves diarreas muy constantes provocando que el sistema inmunológico falle constantemente, esta mala nutrición afecta a la mayoría de niños. No solo se acaban las esperanzas de un niño sino también mueren las esperanzas de un país Los 2 años para un niño con mala alimentación son claves.

## **LA POBREZA Y SU ROL CON LA MALA ALIMENTACIÓN, LA DESNUTRICIÓN Y LA MUERTE EN NIÑOS Y NIÑAS EN GUATEMALA.**

Según la página: <https://www.unicef.es/noticia/desnutricon-en-guatemala> Del autor: María Claudia Santizo Escritora del artículo: ¿Cómo afecta la pobreza a la vida de los niños y las niñas? De las páginas: 1/1 expresa literalmente que:

Como bien se sabe la infancia es una de las épocas más vulnerables que sufrimos los seres humanos, esta se puede ver afectada grandemente por los ciclos

económicos recesivos en la que la actividad económica se reduce, disminuye el consumo, la inversión y aumenta el desempleo. Los efectos que pueden tener las crisis socioeconómicas sobre las estructuras de oportunidades de niños, niñas y adolescentes son muy relevantes e inciden en aspectos esenciales al sostenimiento de la vida, como lo es el caso de la alimentación; según María Claudia Santizo, Oficial de Nutrición en UNICEF Guatemala, en el país el 49,8% de los niños sufre desnutrición crónica situación que afecta mayoritariamente a los menores de cinco años. Guatemala cuenta con un índice de 34% en mortalidad infantil. Nuestro principal problema es la desnutrición crónica. La analogía que se hace es que la desnutrición aguda es una condena a muerte, pero la desnutrición crónica es una cadena perpetua, porque eso implica que el niño no va a tener un futuro adecuado, no va a tener oportunidades ni de estudio, ni de empleo, y no va a ser un adulto productivo. Eso afecta al desarrollo enormemente: no se puede salir de ser un país en vías de desarrollo si no se arregla la situación de desnutrición. Guatemala pierde aproximadamente más de 3 mil millones de dólares anuales debido a la desnutrición. La desnutrición también es un fenómeno hereditario, es decir, si una madre desnutrida da a luz su hijo tendrá su mismo padecimiento, y si el niño no tiene una adecuada alimentación en los primeros dos años de vida, va a tener muchas dificultades: va a presentar una baja talla, el coeficiente intelectual no se va a desarrollar igual, el niño puede perder hasta el 40% de sus neuronas potenciales, va a tener muchos problemas de atención, y lo más seguro es que abandone los estudios, con lo que las oportunidades de trabajo también disminuyen. Muy a pesar de que la desnutrición sea un fenómeno muy presente en las vidas de más del 60% de la población guatemalteca no existe conciencia alguna sobre esta situación tanto la parte política como la parte social ignoramos el problema que cobra tantas vidas inocentes y tantos posibles motores de desarrollo para nuestro país. Guatemala, si bien es cierto, es un país rico en agricultura no quiere decir que un niño/a debe de alimentarse meramente de la cosecha de esa época o de Incaparina casera; un niño/a necesita una dieta balanceada que le ayude a desarrollar su máximo potencial y es que el problema no solo se trata de la falta de alimentos; por otro lado, los hábitos alimenticios también juegan un papel importante en la desnutrición infantil. Las madres piensan que los niños lloran porque les duele el estómago, no por hambre, lo que soluciona introduciendo aguas caseras. Cuando los niños las toman, se llenan y no tienen deseos de mamar porque se llenaron. Así empieza todo el círculo, ya que la madre comienza a no producir suficiente leche. Además, la alimentación complementaria es muy tardía y no es adecuada ni en cantidad ni en calidad. El aumento de la desnutrición crónica en niños y niñas menores de 5 años es particularmente alarmante en Guatemala. En la población escolar se encuentran porcentajes más altos en niños y niñas de origen indígena y en aquellos que habitan en áreas rurales. Guatemala es actualmente es sexto país del mundo con peores índices de malnutrición infantil, índice que llega hasta el 80%. Para ser más exactos, el gobierno ha estado en varias ocasiones a punto de declarar al país en estado de calamidad debido a las alarmantes estadísticas, acción que llevó a los gobiernos hermanos como Estados Unidos a brindar sus programas y organizaciones de

ayuda como lo es USAID organización dedicada al Desarrollo Internacional de los países con un IDH bajo. La pregunta que nos realizamos como grupo es muy similar a la del señor Aguirre y es ¿Cómo puede ser que Guatemala, un país rico en recursos, tenga uno de los peores índices de desnutrición crónica infantil en el mundo? Y es que a pesar de que muchos se dedican al oficio agrícola el acceso a la alimentación sigue siendo muy complicado y eso es en parte culpa del terreno y el salario mínimo, como previamente mencionamos; no se puede alimentar a un infante con la cosecha de temporada y mucho menos si esta no fue tan abundante, la Incaparina y las tortillas pueden ser deliciosas, pero no si las consumimos como una almuerzo, desayuno o cena diaria. Adentrarnos a la política de lleno y al negligente papel que ha desempeñado en favor a los sectores rurales para la mejora de la alimentación sería como tratar de explicar el sentido de la vida y su creación, palabras y palabras que al final nos van a traer de vuelta a donde estábamos; como guatemaltecos y guatemaltecas esperábamos el momento de poder ver los resultados de La Política Nacional De Desarrollo Rural Integral (aprobada en el 2009) porque supondría mejorar el acceso a tierra y el desarrollo agrícola para los pequeños productores más sin embargo diez años han pasado desde eso y el plan ni siquiera se ha puesto en marcha ¿la razón? Porque no tiene los recursos necesarios. Y la ley tampoco establece las fuentes de financiación. En el 2007 el MAGA disponía de 1.400 millones de quetzales. Este año dispone de sólo 631 millones. En 5 años se ha reducido su presupuesto en 1.000 millones. No es posible que en Guatemala la mitad de los niños menores de 5 años sufren desnutrición crónica. Según algunos expertos, los primeros 1.000 días de vida son claves para los niños. Si no se combate la desnutrición, eso es irreversible y nos esperan nuevas generaciones no desarrolladas fisiológicamente, un futuro no muy halagüeño, y más si tenemos en cuenta que los jóvenes son el 60% de la población del país. De ahí la importancia de estar sensibilizando. No es un problema sólo de justicia social, sino también de futuro del país. Sí, el gobierno actual, por ejemplo, da a unas 800.000 familias las “bolsas solidarias”, que contienen elementos básicos – maíz, frijol, aceite, arroz. Llevan un control muy estricto de qué familias reciben la ayuda y se les presiona e incluso se les amenaza, y máxime este año electoral, para que voten por el partido de turno, si quieren recibir estos beneficios. Es evidente que el gobierno actual ha hecho una apuesta por esos programas, y ha abandonado realmente el MAGA. Y eso que donde ganó el gobierno actual es en el campo, y dijo que sería un gobierno de rostro maya, dirigido a desarrollar el área rural en el país, pero no ha sido así. La pobreza extrema está en el área rural, y lo sufren sobre todo las mujeres y las mujeres indígenas.

## **PRESUPUESTO ESCOLAR PARA LA BUENA ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS Y NIÑAS EN GUATEMALA.**

Como bien lo hemos expresado en el pasado la buena alimentación significa el mejor desarrollo de los niños y niñas y, por tanto, un crecimiento económico y social a futuro. La alimentación es una de las maneras más fáciles de definir si un niño/a

se desarrollará con éxito, pero esto no quiere decir que no existan otros factores importantes para el incremento del IDH en Guatemala; el sistema de educación público y privado muestran también una gran decadencia- sobre todo en las zonas rurales- en donde los niños/as con más frecuencia, no tienen acceso a atender a un establecimiento privado. La duda surgió entre los miembros de la comunidad cuando estábamos hablando del ODS que debemos desarrollar como proyecto y hacíamos remembranzas de una charla que recibimos el año pasado (2018) del Gobierno De Guatemala en donde se tocaban temas de la mala nutrición y el presupuesto por estudiante para su “buena” alimentación. Se imagina el lector nuestra indignación al enterarnos que Alimentación escolar será de cuatro quetzales por alumno (CUATRO QUETZALES) ¿Cómo se puede alimentar de manera correcta a un niño/a con solo cuatro quetzales? Dentro de nuestra indignación decidimos investigar más a fondo sobre el tema de las refacciones escolares y el miserable presupuesto que se acababa de establecer y que tomaría vigencia en el presente año (2019)

*Según la página*

<https://dca.gob.gt/noticias-guatemala-diario-centro-america/alimentacion-escolar-sera-de-q4-por-alumno/> Del autor: Byron Vásquez. Quien redactó el artículo titulado Alimentación escolar. De las páginas: 1/1 Expresa literalmente que:

En los Q16 mil 677 millones que pide el Ministerio de Educación (Mineduc) para el próximo año se tiene comprometido el pago del aumento salarial a los docentes, como también el programa de alimentación escolar y la tecnificación en las aulas, por lo que de no aprobarse el Presupuesto General 2019, se pone en riesgo el próximo ciclo lectivo. Para el año 2019 la cartera destinó Q1 mil 627.41 millones para el beneficio salarial incluido en el pacto colectivo negociado el pasado año y reconocido por el presidente Jimmy Morales y el Sindicato de Trabajadores de la Educación de Guatemala (STEG), representado por Joviel Acevedo. La charla que recibimos se trataba sobre cómo el gobierno trataba de implementar nuevas acciones por el país para ayudar a cumplir los Objetivos De Desarrollo Sostenible (Objetivos Del Milenio) también nos hablaron sobre el Programa Estado de la Región, en Centroamérica existen alrededor de 98,000 centros educativos y la mayoría de estos están en Guatemala. Sin embargo, el país de mayores niveles de exclusión social de la región también posee el más bajo nivel de inclusión educativa plena. Asimismo, es considerado el territorio donde existen los peores índices de escolaridad en esta zona geográfica y donde la calidad de la enseñanza es muy cuestionada. Paralelo a esto, los niveles de deserción continúan siendo sumamente elevados, por la falta de recursos económicos, los elevados índices de violencia, los embarazos prematuros y otras causas que provocan el desinterés de los más jóvenes en proseguir estudios. A pesar de eso el plan de Presupuesto General de Ingresos y Egresos del Estado para el Ejercicio Fiscal 2018 sugiere la escasa comprensión de los impactos de tan compleja realidad. De los Q14 mil 612 millones contemplados para el Ministerio de Educación (MINEDUC) 75 % irá al pago de salarios (Q11 mil millones), 3.2% a infraestructura, y 10% a programas de apoyo. Los Q 897 millones

aumentados, con relación al año anterior, apenas alcanzan para financiar la Ley de alimentación escolar. Además, hay que considerar que, si bien esa cartera de Gobierno es la que recibe mayor cantidad de recursos, igual es la que mayor cantidad de personas emplea y muchas de ellas son beneficiadas por salarios elevados, a tono con la vigencia de acuerdos o pactos colectivos de trabajo que sobreviven sujetos a la polémica. Por otra parte, de las 134 mil personas inscritas como trabajadores de la entidad, nueve mil cumplen funciones administrativas. Mientras, las autoridades del MINEDUC insisten en su interés de mejorar la calidad y la cobertura educativa, más investigadores del Instituto de Problemas Nacionales de la Universidad de San Carlos de Guatemala (IPNUSAC) advierten que los fondos con que cuentan para esos esfuerzos están muy por debajo de lo requerido, debido al deterioro acumulado.

*“El presupuesto va a tener algunas reducciones, pero este ministerio no se va a reducir. Donde más deberíamos invertir en este país es en educación, el que lee y escribe se supera y eso es lo que a Guatemala le da la superación”,* mencionó el diputado José Trejo, de FCN-Nación, miembro de la Comisión de Finanzas.

Esto impide resolver problemas añejos en esa rama elemental para el desarrollo de la nación y contribuye a alimentar el círculo vicioso en el cual se reproduce el flagelo de la pobreza, que pende sobre casi el 60 por ciento de la población cual espada de Damocles. En Guatemala las escuelas públicas para los niveles primario y secundario son escasas, y buena parte de las existentes presentan techos, puertas o paredes rotas; carecen de mobiliario y de útiles necesarios para la impartición de las clases, así como de suficiente cantidad de maestros. Peor ocurre en los locales que sirven como tales en zonas rurales, sin cumplir con los requerimientos pedagógicos elementales, sin sanitarios apropiados y hasta con pedazos de tablas en las rodillas de los educandos por mesas, o de piedras o bloques por pupitres. Estamos en un punto en el cual requerimos reformar la educación a partir de una política de Estado y no desde la visión de un ministro o de un determinado grupo social. Pero para que estas iniciativas destinadas a solucionar rezagos educativos tengan los resultados deseados, son necesarias dos condiciones: diálogo productivo, y hablar de impuestos, opinó el codirector de PRODESSA, Federico Roncal, quien cree imprescindible “hacer una reforma profunda del sistema tributario, porque Guatemala no puede seguir siendo el paraíso fiscal ni el país de América Latina con menor carga tributaria dedicada a educación”.

## **OTROS FACTORES QUE AFECTAN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS EN GUATEMALA.**

Según la página <https://www.prensalibre.com/uncategorized/guatemala-es-un-pais-debil/>  
Del autor Ana Lucía González. Quien redactó el artículo titulado: Guatemala es un país débil. De las páginas: 1/1 Expresa literalmente que:



*La medición de transparencia posiciona a Guatemala en los últimos puestos, en la casilla 115 de 175 países. (Foto: Hemeroteca PL)*

Un niño no es un adulto de dimensiones reducidas, sino un ser biológico distinto que está creciendo y desarrollándose. En el primer año de vida es muy importante el crecimiento y desarrollo cerebral, para protegerlo en ese lapso, la lactancia materna es esencial. Aunque normalmente no se menciona la pobreza como la causa principal de la desnutrición, existen otras causas tan importantes como ésta, tales como la no lactancia materna exclusiva, la presencia de enfermedades como diarrea,

infecciones respiratorias agudas, y otras; la falta de educación y de información sobre la buena o adecuada alimentación, el no consumo de suplementos vitamínicos o alimentos fortificados, y el costo de los alimentos. Las personas tienen sus propias preferencias, rechazos y creencias respecto a los alimentos, y muchas son conservadoras en sus hábitos alimentarios. Se tiene la tendencia a aceptar lo que las madres preparaban, los alimentos que se servían en ocasiones festivas o los que consumían lejos de casa con amigos y familiares durante la infancia. Los alimentos que los adultos comieron durante la infancia raramente no son aceptados posteriormente. Sin embargo, lo que una sociedad considera como normal o inclusive muy deseable, otra lo puede considerar como repulsivo o inaceptable. Muchas personas en Asia, África, Europa y el continente americano generalmente consumen y aprecian la leche animal, pero en China, rara vez se consume. Las langostas, los cangrejos y los camarones se consideran alimentos valiosos y delicados por muchas personas en Europa y América del Norte, pero son repulsivos para otras tantas en África y en Asia, sobre todo para quienes viven lejos del mar. Los franceses comen carne de caballo y los ingleses generalmente no. Muchas personas se deleitan con carne de monos, serpientes, perros y ratas o comen ciertos tipos de insectos, muchas otras encuentran que estos alimentos son muy desagradables. La religión puede tener una importante función en prohibir el consumo de ciertos platos. Por ejemplo, ni los musulmanes ni los judíos consumen cerdo, mientras los hindúes no comen carne y con frecuencia son vegetarianos. La relación de los hábitos alimentarios con la salud y la enfermedad ha preocupado al ser humano desde los orígenes de las primeras sociedades y culturas. Hasta el siglo pasado, la mayoría de enfermedades relacionadas con la alimentación se debían a la deficiencia de algún nutriente; en los últimos años, el interés se ha desplazado hacia las enfermedades crónicas (enfermedad cardiovascular, diabetes, cáncer), pero también hacia las enfermedades relacionadas con un exceso de grasa, fundamentalmente la obesidad. Existe un conocimiento generalizado sobre la influencia de la alimentación de los primeros años de vida y la prevención de la enfermedad en el adulto, que se traduce en un gran interés en la alimentación en etapas críticas del desarrollo (lactante y niño pequeño).



## **DESNUTRICIÓN EN LOS ÚLTIMOS AÑOS.**

Ni el expresidente Otto Pérez Molina, o el presidente Jimmy Morales ni ningún otro candidato al cargo presidencial, han considerado que sea necesario priorizar la seguridad alimentaria, presentando distintos programas políticos y económicos para la intervención de la hambruna que hipoteca no solo el presente, sino el futuro de Guatemala. El 49,8% de desnutrición crónica en el año 2011 que aumentó al 79% en el 2017 no parece suficiente para destacar una reacción categórica por parte de la opinión pública guatemalteca. En estos momentos de campañas electorales escuchamos sobre programas de fin a la violencia, educación de calidad e incluso de mejoras a las infraestructuras, pero en realidad nunca escuchamos sobre las propuestas para el hambre cero; tanto en el taxi, la casa, buses, juntas con amigos, se hablan sobre robos, asaltos, secuestros o extorsiones. A todos nos ha sucedido algo así, todos conocemos a alguien que ha pasado por algo similar. uno siempre espera que eso pueda suceder. Pero ¿conocen los habitantes de la capital alguna familia que haya perdido a un niño por hambre? hace años, yo personalmente tuve la desafortunada oportunidad de observar un caso de desnutrición aguda con mis propios ojos; el niño tenía ocho años pero parecía tener apenas tres, la piel estaba pegada a sus huesos y sus ojos eran amarillos y el poco cabello que tenía era tan ralo y frágil que cuando pasaba su mano por el, se podían ver los hilos de pelo caerse, la experiencia fue traumante y dolorosa, y de ella, la duda se instaló en mí ¿Qué tipo de muros separan a los guatemaltecos/as para que todos conozcamos un caso de violencia pero casi nadie conoce un solo caso de desnutrición si las cifras son casi el doble que la de violencia? ahí determiné que Guatemala se divide en dos o más países; la capital con sus problemas y el resto con los suyos. Por si fuera poco, la tasa cercana al 50% de desnutrición infantil crónica en el país se incrementa al referirse a la infancia indígena, situándose en torno al 65.9%. Ni siquiera las propias comunidades afectadas han logrado organizarse de manera efectiva para exigir una solución inmediata a un problema que los diezma. porque Guatemala se ha acostumbrado al hambre y para todos es “normal”.

## **LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE.**

La vida del estudiante puede llegar a ser muy estresante, por ello, no es de extrañar que la mayoría de nosotros no dediquemos todo el tiempo que deberíamos en cuidar y llevar a cabo una dieta lo suficientemente sana y variada. Por eso mismo llegamos a un punto como grupo en el que nos sentíamos unos hipócritas al tratar de cambiar la mala alimentación, A lo largo de los años, la relación nutrición-salud se ha ido consolidando hasta confirmar que los estilos de vida y los hábitos alimentarios son capaces de prevenir y mejorar la situación clínica de algunas



enfermedades como cardiopatía isquémica, hipercolesterolemia, diabetes, cáncer, obesidad, etc. Pero ¿Qué es una alimentación saludable? A ciencia cierta una alimentación saludable es aquella que satisface las necesidades nutricionales y fisiológicas del niño con el fin de asegurar un correcto crecimiento y desarrollo. Debe ser equilibrada, adecuada según los requerimientos y sensorialmente satisfactoria. Para todos los niños, la primera infancia es determinante en el aprendizaje de hábitos saludables y en la implantación de pautas alimentarias correctas, que serán decisivas a lo largo de la vida. Durante la infancia se establecen los hábitos alimentarios que posteriormente serán difíciles de cambiar. Con hábitos adecuados en la alimentación y en el estilo de vida, contribuimos de forma positiva en la construcción y modelado de su cuerpo y en la mejora de su salud, rendimiento físico e intelectual. Una alimentación correcta durante la infancia es importante, porque el organismo del niño se encuentra en crecimiento y formación, razones por lo que es más vulnerable ante cualquier problema nutricional. Una alimentación saludable y equilibrada es fundamental para el estado de salud de los niños, y determinante para un correcto funcionamiento del organismo, buen crecimiento, una óptima capacidad de aprendizaje, comunicarse, pensar, socializar y adaptarse a nuevos ambientes y personas, un correcto desarrollo psicomotor y en definitiva para la prevención de factores de riesgo que influyen en la aparición de algunas enfermedades. Una buena nutrición es la primera línea de defensa contra numerosas enfermedades infantiles que pueden dejar huellas en los niños de por vida. Los efectos de la desnutrición en la primera infancia (0 a 8 años) pueden ser devastadores y duraderos. Pueden impedir el desarrollo conductual y cognitivo, el rendimiento escolar y la salud reproductiva, debilitando así la futura productividad en el trabajo. Como consecuencias de una sobrealimentación o alimentación inadecuada, nuestros hijos pueden enfermar de enfermedades crónicas desde muy temprana edad. Por esto es que con una dieta balanceada y con patrones saludables de alimentación podemos prevenir las enfermedades crónicas mencionadas y promover el desarrollo cognitivo del niño; Un niño con buena alimentación tiene menos posibilidades de sufrir: trastornos nutricionales, anemia, sobrepeso, obesidad, caries dental y problemas de aprendizaje escolar, contribuyendo a la prevención de ciertas patologías en la edad adulta como son las enfermedades cardiovasculares, diabetes y algunos tipos de cáncer. Es importante mencionar que el peso no debe ser considerado como el único indicador de que el niño está teniendo una alimentación saludable. Existe la posibilidad de que el niño se encuentre en un peso normal para su estatura y edad, pero que este no consuma algún grupo de alimentos que sea necesario para su adecuado desarrollo. Por ende, no existe un balance en la alimentación, y en un futuro puede traer consecuencias. Una alimentación saludable le brinda al organismo una gran variedad de alimentos en cantidades suficientes para un adecuado crecimiento, desarrollo, y mantenimiento. Para que esta alimentación sea completa se deben consumir todos los grupos de los alimentos incluyendo carbohidratos, frutas y vegetales, proteínas, lácteos, grasas y azúcares. La clave es encontrar un balance en el consumo de cada grupo de nutrientes. Los niños se encuentran en un periodo de crecimiento

importante por lo cual su cuerpo tiene necesidades muy elevadas de energía y nutrientes. Cada grupo de alimentos tiene funciones específicas y esenciales, por esto es importante fomentar que nuestros hijos mantengan una alimentación variada. Una alimentación variada y saludable, siempre va de la mano de la actividad física. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que los niños realicen 1 hora diaria de algún tipo de actividad recreativa ya sea andar en bicicleta, jugar en el parque, patinar, natación, baile o fútbol. Evite el sedentarismo en sus hijos y motívelos a que realicen deporte de forma divertida en lugar de pasar frente alguna pantalla toda la tarde.

## **Seguridad y Salud Alimentaria en Guatemala**

Según la página de internet: [https://www.paho.org/gut/index.php?option=com\\_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254](https://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254) del autor: Ligia Salazar, del documento: Seguridad alimentaria y nutricional, expresa literalmente que:

El Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social presentó el pasado 8 de abril las Guías Alimentarias para Guatemala buscan fomentar una "alimentación protectora de la salud", que permita a la población tomar mejores decisiones para evitar los problemas de desnutrición y a la vez prevenir la obesidad y las enfermedades crónicas, como la hipertensión y la diabetes, entre otras. De tal modo que con estas guías alimentarias se podría ayudar a muchas personas con su alimentación y así puedan llevar una dieta saludable para mejorar su salud física y mental, también se puede lograr inculcar esto en los niños para que puedan aprender sobre la alimentación sana y correcta, para que lleven estos hábitos de generación a generación y así crear un cambio positivo en nuestro entorno social. Las guías son un instrumento educativo con el que las familias aprenderán a seleccionar la alimentación apropiada para cada uno de sus integrantes. Algunas de las sugerencias de las Guías Alimentarias son:

- Todos los días coma hierbas, verduras, frutas porque tiene múltiples vitaminas.
- Coma diariamente tortillas y frijoles; por cada tortilla sirva dos cucharadas de frijoles, llena más y alimenta mejor.
- Tres veces por semana coma huevos, queso, leche o incaparina, alimentos especiales para el crecimiento en la niñez y salud para toda la familia.
- Coma al menos dos veces por semana o más; un trozo de carne, pollo, hígado o pescado para evitar la anemia y la desnutrición.
- Todos los días haga ejercicio o camine rápido media hora o más. Es bueno para salud.

Con estas simples recomendaciones se podría alargar el lapso de vida de una persona debido a que estaría contribuyendo para mejorar su salud y seguridad

alimentaria. Los riesgos de no llevar una dieta saludable son varios, el primer tipo está relacionado con la ingesta insuficiente de nutrientes. Algunas de ellas son:

**Desnutrición:** Producida por una ingesta insuficiente de nutrientes. Entre algunas de sus características destacan el bajo peso corporal y el retraso del crecimiento y el desarrollo psicomotor en los niños.

**Anemia nutricional:** Producida por un bajo contenido de glóbulos rojos en la sangre. Produce decaimiento, irritabilidad, y cansancio.

**Osteoporosis:** Enfermedad en la que los huesos se hacen más frágiles y tendientes a las fracturas.

2.- El segundo tipo hace referencia a las enfermedades relacionadas con una ingesta excesiva de nutrientes: obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares.

**Obesidad:** Enfermedad provocada por la excesiva cantidad de grasa corporal.

Enfermedades cardiovasculares: Afectan al corazón y a los vasos sanguíneos. Pueden producir discapacidad e incluso la muerte en personas jóvenes.

**Diabetes:** Es una enfermedad para toda la vida producida por la alta concentración de azúcar o glucosa en la sangre.

Consejos para reducir el riesgo de enfermedades

Llevar una dieta no equilibrada puede afectar negativamente a la salud. Hipertensión, diabetes, cáncer, obesidad o cirrosis están relacionados con el abuso o carencia de algunos alimentos.

Los ejemplares de las Guías Alimentarias serán entregados a personal de los servicios de salud, quienes serán capacitados para su implementación.

## PATERNIDAD RESPONSABLE

*Según la página de Internet:*

[http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol\\_41n1/paternidad.html](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/ginecologia/vol_41n1/paternidad.html) del autor: Percy Bellido, del documento: *Paternidad responsable, expresa literalmente que:*

“La Paternidad Responsable (PR) es una realidad de constante actualidad y su trascendencia es tal, que nuestra constitución la menciona. A nivel mundial, la ONU y la iglesia católica se han ocupado del tema por haber estado dedicado el año 1994 a la familia. ”

El tema de la paternidad da mucho de qué hablar ya que posee gran variedad de puntos de vista, dependiendo del lugar o situación en el que se hable. Gracias a ello este tema se consideró una polémica en su época de apogeo. La paternidad no es un tema del cual se pueda hablar a la ligera, ya que si no se tienen los suficientes conocimientos no se podría explicar de una manera clara o también cabe la

posibilidad de que no se llegue a desarrollar bien. Para poder saber qué es una paternidad responsable primero deberíamos de tener claro que es la paternidad en sí. Ya que la definición de paternidad responsable se liga a la paternidad, es algo claro ya que en el título se puede notar fácilmente. En términos lingüísticos, la paternidad representa la condición de padre para el hombre, así como la maternidad representa la condición de madre para la mujer. Es importante resaltar que la paternidad va más allá del aspecto biológico, ya que el vínculo filial puede nacer de una adopción por ejemplo; transformando al hombre en padre de su hijo aunque este no lo sea biológicamente. Reconocer la paternidad de un ser, implica responsabilizarse por este niño o niña ya sea de manera económica o emocional. Entonces lo que podemos decir acerca de la paternidad es que es como un vínculo que se llega a formar entre las personas, puede que no tenga que existir un vínculo meramente biológico para que se pueda formar uno paterno. También están los casos dónde a un abuelo o hasta a un tío se le puede considerar como un padre, ya que como se menciona en el texto citado, la paternidad se forma conforme la unión filial que puede llegar a haber entre las personas involucradas. Ahora ya sabemos que la paternidad no sólo existe entre el padre e hijo, sino que también se pueden crear estos lazos con algún otro familiar o persona fuera del marco familiar, si es que se llega a dar la ocasión. Entonces ¿Qué es la paternidad responsable? La paternidad responsable es aquella que es prevista antes de que suceda, es decir, aquella que es planeada antes por la pareja, aquella donde la persona involucrada está segura de lo que se debe hacer al tomar una responsabilidad como lo es ser padre. Tanto la maternidad como la paternidad debe de ser hablada entre la pareja antes de que esta misma suceda, ya que ellos al ser padres y obtener un rol de padre, deben de estar seguros de sí pueden darlo al cien por ciento, porque no es lo mismo que le brinden lo económico si no le entregan el amor y atención por igual. Ser padres es un gran paso que puede dar una pareja, pero para ello deben de estar debidamente informados y cuestionarse si realmente están listos para poder asumir el papel del padre. La paternidad no sólo es darle comida, un hogar, una vestimenta y estudio al hijo, muchos padres hoy en día no saben esto y por ello hay mucha desintegración en las familias. En los últimos años la escasez de trabajos ha hecho que los padres luchan en su día a día para poder conseguir un poco de alimento para sus familia, esto los lleva a hacer grandes jornadas en el trabajo, la preocupación de tener una buena estabilidad económica para poder mantener a sus familias es el principal pensamientos de muchos padre hoy en día, y olvidan que una buena estabilidad económica no es lo que los hijos quieren en primer lugar. Los jóvenes de hoy en día a corta edad se están enfrentando al reto de ser padres, ya sea por malas decisiones o de forma inesperada, estos jóvenes no tienen la capacidad de mantener un hijo de manera estable, ya que como padre tendría que cumplir con lo antes mencionado. Si hablamos de una paternidad responsable, también hablamos de los conocimientos previos que deben de tener, como por ejemplo tener muy clara la responsabilidad de tener una vida a cargo, ya que no es una tarea fácil, también el mantener a más personas a parte de uno mismo, tener una vida estable tanto económica como psicológica. La paternidad no es un tema

que se deba tomar a la ligera, ser un padre responsable es un cargo que se obtiene cuando se desea formar una familia. Tener una familia propia conlleva a dar amor, protección, alimentación, vivienda y muchas cosas que forman parte del crecimiento que llega a tener uno como persona.

*Según la página de Internet: <https://www.importancia.org/paternidad-responsable.php> del autor: Clara Trill, del documento: Paternidad Responsable, expresa literalmente que;*

"La paternidad supone ante todo una relación donde una persona asume el rol de padre de otra, y donde se establece además una serie de obligaciones de una parte con otra: la parte "paterna" tiene ciertas obligaciones para con su hijo pero también ciertos derechos, y a la inversa, la parte "hijo", tiene ciertas obligaciones como hijo -para con su padre- y ciertos derechos." Como bien la paternidad responsable es la que se da cuando la persona ya tomó la decisión de ser padre, no específicamente se debe dar en un lazo padre-hijo ya que cuando se toma en cuenta la adopción, los niños no siempre son bebés sin ser conscientes de su alrededor, en muchas ocasiones se llegan a dar adopciones hasta de adolescentes quienes ya saben de la vida, el entorno que los rodea y de los derechos y obligaciones que posee, en este caso las dos partes, tanto el adoptador como el adoptado deben de estar de acuerdo y asumir el rol que les tocará cumplir cuando ya se lleve a cabo el lazo de unión familiar, las dos partes implicadas deben de cumplir con el rol correspondiente demostrando los valores y atenciones necesarias o que se necesitan para tener una convivencia pacífica y llena de armonía en el hogar.

*Según la página de Internet: <https://www.importancia.org/paternidad-responsable.php> del autor: Clara Trill, del documento: Paternidad Responsable, expresa literalmente que;*

"Cuando ambas partes reconocen y cumplen sus derechos y hacen valer sus obligaciones, se habla de que la paternidad es responsable. Por ejemplo, desde la paternidad se asumen deberes tales como proteger al hijo, a asegurar su supervivencia y sostenimiento económico no trabajando (al menos hasta los dieciocho años, tal como lo establece la ley), asegurar su asistencia al colegio para recibir educación básica y obligatoria, proteger su salud, no exponer al hijo a actos de violencia en cualquiera de sus formas." La paternidad conlleva a tener muchas obligaciones, y para poder asumir un rol de esa magnitud es bueno que la persona reconozca cuáles con sus virtudes y defectos para evaluarse a sí mismo y así poder decidir si está preparado para asumir tal obligación. Cuando es el caso de las adopciones, las dos partes involucradas deben de asumir su parte correspondiente.

## **SEGURIDAD ALIMENTARIA**

*Según la página de Internet:*  
<https://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/que-se-entiende-por-seguridad-alimentaria>.

[html](#) del autor: Marta Chavarrías del documento: Qué se entiende por seguridad alimentaria, expresa literalmente qué:

Cuando se habla de seguridad alimentaria se hace referencia al uso de distintos recursos y estrategias para asegurar que todos los alimentos sean seguros para el consumo. Pero la definición de seguridad alimentaria ha evolucionado con el tiempo. Autosuficiencia, acceso a alimentos y nutrición han sido términos que se han ido asociando a ella con los años. En la actualidad, el concepto se sustenta en cuatro fundamentos: disponibilidad, estabilidad, acceso y uso." La seguridad alimentaria es aquella acción que se lleva a cabo cuando nosotros nos aseguramos de que los alimentos que ingerimos y metemos en nuestro cuerpo sean los indicados, que estén libres de bacterias o parásitos que atienden con nuestra salud. La salud alimentaria es saber llevar una buena alimentación, tanto para nuestros hijos como para nosotros mismos, hablando de la salud alimentaria nos referimos a tener el cuidado y los conocimientos de los alimentos que estamos llevando a nuestro cuerpo, también es cuidar de nuestras dietas y todo lo que ingerimos en el día a día. La seguridad alimentaria está ligada a la calidad de los alimentos que son adquiridos en los lugares que sin distribuidores de los mismos, las personas a la hora de adquirir los alimentos para su consumo deben de ser cuidadosas, en escoger, ya que como se mencionó anteriormente, los gérmenes y parásitos están en todo nuestro alrededor, pero con una buena higiene en los alimentos suele ser suficiente, lo que se tiene que tener en cuenta es que no existe la manera de que los alimentos que consumimos estén en una calidad del 100%, sino más bien de elegir de manera correcta para que nuestra salud no se vea gravemente afectada.

Según la página de Internet:

[https://www.paho.org/gut/index.php?option=com\\_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254](https://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254) del autor: OPS del documento: Seguridad alimentaria y nutricional, expresa literalmente qué:

“Según el Decreto 32-2005 de Guatemala que se refiere a la creación del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria Nutricional, la seguridad alimentaria nutricional se define como el derecho a tener acceso físico, económico y social, oportuno y permanente, a una alimentación adecuada en cantidad y calidad, con pertinencia cultural, preferiblemente de origen nacional, así como a su adecuado aprovechamiento biológico, para mantener una vida saludable y activa, sin discriminación de raza, etnia, color, género, idioma, edad, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social.” En la seguridad alimentaria podemos encontrar cuatro pilares importantes que le dan crédito e importancia a esto desde que se basó en las Cumbres Presidenciales de Centro América (SICA, 2002). Una de ellas es la **disponibilidad de los alimentos** en todas las regiones, comunidades pueblos y urbanidades del país. Esto quiere decir que todas las personas tienen el derecho de tener la disponibilidad y facilidad de obtener alimentos de calidad en la región dónde

se encuentren, no se les debe privar de alimentos que cuenten con una buena calidad. El otro pilar existente es el poder **tener un acceso a los alimentos**. A nadie se le puede privar de esto ya que todos merecen tener una manera de adquirir los alimentos, por causa de ellos existen los trueques, los intercambios y un montón de maneras de adquirir estos bienes sin la necesidad de adquirirlos como el resto de las personas lo hacen, comprando. Ya que no todas las personas tienen la posibilidad de adquirir estos bienes de manera económica, se han creado muchos métodos para que ellos tengan un mejor acceso. El otro pilar existente es el **consumo de alimentos**. Aquí tiene mucho que ver la educación y creencias que existen en el hogar, ya que las diferentes culturas existentes tienen diferentes maneras y formas de alimentarse, no todas las personas se alimentan de la misma manera, puede que quizás si la mayoría de las personas lleve una alimentación saludable, pero eso no significa que lleven la misma rutina de alimentación, aquí interfiere mucho también el tipo de religión al que pertenezca ya que existen religiones en las que no es permitido comer algún alimento o comida, entonces de esto se puede deducir que ellos para reponer las garantía de ese alimento tienen otra solución para mantener igual de sanos. Y el último pilar consiste en la **utilización y aprovechamiento biológico de los alimentos**, este pilar se refiere a la buena utilidad que le damos a los alimentos y al buen recibimiento de nuestro organismo al recibir los nutrientes de los mismos, es muy importante este pilar ya que este se podría considerar la base de la buena alimentación. Ya que si nuestro organismo acepta todos los nutrientes de los alimentos que ingerimos significa que nosotros nos estamos alimentando de una manera correcta y adecuada. No hay que dejar de lado que este pilar no siempre está en funcionamiento en nuestra vida ya que como se mencionó anteriormente existen muchos factores que le impidan llevarse a cabo por completo, entre estos podemos encontrar la falta de economía, esto nos llevaría a la falta de los servicios básicos de salud, por lo mismo las enfermedades podrían tomar una parte importante en esto y al no contar con un servicio de salud esto podría pasar a peores condiciones. “De acuerdo con la Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN), la desnutrición crónica infantil es la manifestación más importante de los problemas de SAN en el país. Al concentrar esfuerzos en la reducción de ese problema se contribuirá con la promoción del desarrollo infantil, como una inversión pública en el capital humano del país y así permitir el progreso económico y social.” Con esto lo que el gobierno busca es reducir la desnutrición que se da en los infantes ya sea a causa de una mala alimentación o por la falta de economía, esto quiere decir que entonces en el hogar no se está teniendo ningún tipo de seguridad alimentaria. Existen un montón de campañas que se dedican a difundir la información del conocimiento sobre la Seguridad alimentaria, estas campañas están enfocadas en las áreas rurales donde las personas están propensas a tener una mala alimentación, esto se hace con el fin de que las personas estén informadas y así puedan poner en práctica mejores costumbres para sus alimentación. La seguridad alimentaria es algo que ha quedado de lado en la actualidad ya que las personas de hoy en día no tienen ningún cuidado con los alimentos que consumen en sus día a día, existen

personas que viven a base de comida rápida o de comida sintética (como las sopas instantáneas) ya sea porque no les da tiempo de hacer una comida saludable o porque simplemente les sale más rápido hacerse una sopa instantánea que cocinar una comida que le brinda los nutrientes necesarios para pasar el día con la energía suficiente. Alimentarnos bien depende de nosotros, tenemos que mantener una buena salud alimentaria para poder crecer de manera saludable, gracias a todos los nutrientes que traen una comida saludable nosotros podemos rendir bien en el colegio, en el trabajo y en la misma sociedad que nos rodea en todo el día, tenemos que tener una buena seguridad alimentaria ya que nuestra salud es importante, y también tenemos que saber de ella para que podamos alimentar bien a los niños de hoy en día.



*Según las páginas de internet:*

<http://www.gt.undp.org/content/guatemala/es/home/sustainable-development-goals/goal-2-zero-hunger.html>, <https://plataformacelac.org/politica/37> y

<https://www.undp.org/content/undp/es/home/sustainable-development-goals/background.html>,

*de los autores: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo y PSAN, de los documentos: Objetivos de desarrollo Sostenible, Plan del Pacto Hambre Cero y Objetivos de desarrollo Sostenible Antecedentes, respectivamente, de las páginas: 1, expresan literalmente que:*

## **En qué consiste el objetivo de desarrollo sostenible número dos, “Hambre Cero”**

El objetivo general del ODS “Hambre Cero”, es terminar con la hambruna y la desnutrición para el año 2030. Se busca que las personas de escasos recursos puedan tener más accesibilidad a la alimentación necesaria que deberían tener, en especial a los niños menores de edad, evitando así que sufran de hambre crónica a lo largo de sus vidas. Así mismo, para satisfacer la necesidad de la población de una alimentación suficiente para ellos se planea hacer uso de diversos recursos agrícolas, promoviéndolos así a ellos también, llevando a la práctica diversas actividades agrícolas para la cosecha de alimentos nutritivos que puedan ser cultivados con facilidad para las familias. Se tiene una mayor prioridad en 166 municipios en el país para tomar las medidas necesarias y reducir a su vez la desnutrición de sus pobladores brindándoles alimentos nutritivos

## **CÓMO NACIÓ LA IDEA DE LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE**

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), surgen a partir de una Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo Sostenible, celebrada en Río de Janeiro en 2012. El propósito de los mismos es crear diversos objetivos a nivel mundial que hagan que los países se unan en una lucha de erradicar los diversos problemas a los que se enfrentan de manera ambiental, política y económica internacionalmente. Cada país se ha comprometido y luchado para hacer que estos objetivos sean cumplidos a eso del año 2030. Estos objetivos forman parte de los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM), que vienen siendo promovidos desde el año 2000. La idea principal de ambos (ODS y ODM) es que cada país invierta en sus generaciones futuras, acabar con los desafíos más problemáticos para hacer de un mejor país para sus futuros habitantes. Los principales objetivos son disminuir los niveles de pobreza y el hambre extrema y luchar contra las enfermedades mortales que amenazan a los habitantes. Con los ODS se busca finalizar de una vez por todas con la eliminación de los problemas urgentes como se había planteado con los ODM, exigiendo el compromiso de cada país con colaborar para que esto sea una realidad futura.

## 2.TÉCNICAS.

- Técnicas de recolección de datos:

Las técnicas utilizadas por la comunidad de investigación para la recopilación de los datos que se utilizarán para la presentación del proyecto final fueron las siguientes:

### **Encuestas:**

En primer lugar tenemos las encuestas que se pasaron el primer día para tener un sondeo sobre qué tan informados estaban los estudiantes acerca del tema Hambre Cero y Seguridad Alimentaria. Cabe destacar que los resultados obtenidos no fueron muy satisfactorios y que los estudiantes no tenían muy claro el tema, es más, no sabían casi nada acerca de la seguridad alimentaria y eso fue algo preocupante, si no saben lo que es la seguridad alimentaria ¿Cómo es la alimentación que ellos reciben en sus hogares? Luego de esta encuesta en la comunidad comenzamos a hacer planes sobre las actividades que realizaríamos con ellos para poder llevarles la información de una manera dinámica así no se les haría aburrido aprender sobre el tema.

### **Cuestionarios:**

Otra de las técnicas que se utilizaron fueron los cuestionarios acerca de que tanto había aprendido con la pequeña charla que se les dio haciéndoles una introducción al tema eje de la comunidad “Hambre Cero”. Con los cuestionarios se sondeó que tan eficiente había sido la charla que se les dio con anterioridad, el objetivo de estos era saber que tan eficiente había sido la charla recibida y si era bueno seguir dándolas o si se tendrían que cambiar las actividades que ya se habían preparado con anterioridad. Luego de estudiar los resultados y de discutir los pros y los contras de la situación la comunidad llegó a la conclusión de que se tenían que hacer trabajos más prácticos para la siguiente ocasión.

- Métodos utilizados:

Lo métodos que la comunidad utilizó para la realización de esta investigación fueron los que la comunidad creyó convenientes para la realización de este proyecto.

Uno de los métodos que utilizó la comunidad fue primero el sondear el panorama que nos correspondía para así poder crear estrategias que nos permitieran el resultados más óptimo de la situación. Por otro lado están las actividades que ya se había planeado con anterioridad, pero que tristemente al tener un resultado algo bajo en la primera encuesta pasada se tuvo que cambiar todo por completo, pero eso no fue un impedimento para que continuáramos con la investigación. Más bien eso nos motivó como comunidad para que podamos hacer un mejor trabajo y que nos esforcemos más a la hora de crear nuestro plan, mismo que utilizamos para tener resultados satisfactorios de la comunidad investigada.

- Enfoque metodológico:

El método a usar en nuestra investigación se basa en el método de investigación-acción, lo cual nos permitirá obtener una mejor claridad del problema a tratar y de mismo modo nos ayudará a plantear una posible solución al problema.

### **3. VALORES.**

#### **5.1 valores de investigación.**

##### **RESPECTO**

Este valor implica el poder reconocer todo lo que los demás valen y reconocer el aprecio que se les tiene a los otros, este valor nos enseña a escuchar a las demás personas y poder tomar en cuenta sus comentarios y actividades.

##### **SOLIDARIDAD**

La solidaridad se caracteriza por el apoyo que se brinda a alguien que lo necesita al demostrar que siempre están unidos, este año lo demostramos desde la casa cuando necesitamos ayudar a alguien familiar.

##### **HUMILDAD**

Es poder tomar en cuenta sus acciones y aceptar sus consecuencias sean beneficiosas o no, esto implica no llevar ningún complejo de superioridad sobre otra persona, solo por hacer algo más o tener alguna característica diferente.

##### **TOLERANCIA**

Implica el respetar las opiniones de los demás y así mismo tomarlas en cuenta incluso si están en desacuerdo, respetar a una persona o llevarse bien con ella incluso si no tienes los mismos gustos que uno y ver que eso no es impedimento para no agarrarte.

##### **HONESTIDAD**

Este valor nos proporciona un ambiente de confianza dentro de la sociedad, este valor depende de cada persona al no decir mentiras hacer fraudes etc.

##### **RESPONSABILIDAD**

Significa cumplir con las tareas y obligaciones de cada uno ante la sociedad y así poder demostrar la buena persona ante los demás, esto también implica asumir las consecuencias de los actos realizados incluso si estos no son de beneficio.

##### **LIBERTAD**

Este valor es importante individualmente porque es el poder expresarse y realizar actividades de agrado para sí mismo, este valor implica que se vive en una sociedad libre lo cual es lo ideal, donde se te ha libertad de expresión, etc.

#### **5.1 valores de acción.**

**Respeto:**

Logramos utilizar el respeto con cada uno de los estudiantes, en sus decisiones, acciones, y en su forma de actuar, no hubo excepción de ningún estudiante, aunque en el principio no fue así por qué anteriormente se reían de pensamientos de otros estudiantes, pero conforme el tiempo aprendieron a respetar la toma de decisiones.

**Humildad:**

Fue muy sencillo darse cuenta que es un grupo que tiene valores y uno de ellos es la humildad, ya que ninguno se cree superior a otro eso lo pudimos observar, son competitivos pero no en el sentido de ser superiores, hay diferencias pero saben tolerarlas

**Tolerancia:**

Tuvimos un pequeño problema porque algunos estudiantes no eran pacientes y no eran capaces de tolerar a su otros compañeros, buscamos como resolverlo entre, no fue fácil porque la tolerancia no se enseña se inculca.

**Amor:**

No solo fue amor hacia cada estudiante, también fue amor a la trabajar y aprender, les demostramos a los estudiantes por medio de nosotros, enseñándoles que las actividades las hacíamos con amor, pasión y entusiasmo.

**Responsabilidad:**

Pudimos notar que algunos estudiantes no tienen este valorar, ya que no hacían a tiempo las actividades que nosotros hacíamos, las entregaban tarde, pero conforme el tiempo le inculcamos el valor de la responsabilidad.

**Igualdad:**

En este caso no tomábamos de preferencia a nadie los trabajos a todos por igual sin hacer excepción, no hacíamos de menos a nadie por sus comentarios, escuchábamos las ideas de todos los estudiantes por igual.

**Honestidad:**

No se dio ningún caso o problema en el aula de trabajo, ya que los estudiantes eran respetuosos y honestos no tuvimos ningún inconveniente fue el valor donde mejor nos fue.

**Libertad:**

Los estudiantes tuvieron la completa libertad de hablar, expresarse sin ser ignorados o callados, eso nos llenó de gran satisfacción por que los estudiantes se expresaban muy bien, sin el miedo que su comentario no fuese tomado en cuenta

## **4. ACCIÓN.**

### **4.1. DESCRIPCIÓN DE LA ACCIÓN.**

Como bien se ha mencionado anteriormente, el país en el que vivimos se ha ido deteriorando rápidamente a medida que los gobiernos cambian, si bien este no es un espacio en donde debemos hablar de política a fondo, no podemos evitar mencionar el rol que este ha tenido en el aumento de la pobreza y hambruna y su culpabilidad indirecta en las muertes por desnutrición crónica. Como seminaristas nuestro rol en este momento es el educar a las generaciones futuras e inculcarles la importancia de los Objetivos De Desarrollo Sostenible y en nuestro caso con un énfasis en el objetivo número dos: “hambre cero”.

### **4.2. EVALUACIÓN DE ACCIÓN (PRE)**

Guatemala sólo redujo en un 8,7 % la desnutrición crónica infantil en los últimos 20 años y las tasas de esta enfermedad en la población indígena son superiores a cualquier promedio mundial, según un informe divulgado el miércoles 03 de abril de 2019 por la Procuraduría de Derechos Humanos (PDH). De acuerdo con el documento presentado al Consejo Nacional De Seguridad Alimentaria y Nutricional, el 46,5% de los niños/as menores de cinco años padecen de desnutrición crónica y el 54,2% de desnutrición aguda. Esto quiere decir que Guatemala se posiciona en el primer lugar en América Latina seguido por Ecuador y el sexto en el mundo con los índices de desnutrición aguda y crónica más altos, pero en la población indígena son superiores a cualquier promedio mundial y el área rural (56%) solo es superado por Burundi.

### **6.3. EVALUACIÓN DE ACCIÓN (POST)**

La desnutrición es un problema que ha afectado a la población guatemalteca por muchos años, la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil 2002 (ENSMI 2002) demuestra que la desnutrición crónica a nivel nacional afecta a 49.3% de la población menor de 5 años lo que indica que la mitad de los niños/as de este grupo de edad están sufriendo condiciones adversas en su crecimiento, condiciones que generalmente están asociadas a una precaria situación social y económica. El porcentaje de desnutrición crónica en el área rural (55.5%) es considerablemente mayor que en el área urbana (36.5%). Las regiones que presentan niveles más altos de desnutrición crónica son la nor-occidente y la región norte con 68.3 y 61 % respectivamente.

#### **4.4. RESULTADOS DE LA ACCIÓN.**

SE determinó que con relación a los grupos étnicos, en niños (as) indígenas la prevalencia es de 69.5%, mientras que en los (las) ladinos (as) es de 35.7%. El nivel educativo de la madre también es un factor determinante en la desnutrición infantil, ésta ocurre tres veces más en los niños (as) hijos de madres que no tuvieron acceso a educación formal, en comparación con aquellas que llegaron a la educación secundaria.

# 5.CRONOGRAMA.



Actividad	Responsables	1	2	3	4
Creación de Encuestas	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Revisión de encuestas	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Asignación de grado a trabajar	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Presentación de comunidad	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Realización de primera encuesta	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Charla	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Segunda encuesta	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Charla	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Práctica/Actividad	Comunidad #1 Diseño Gráfico				
Recomendaciones y agradecimientos	Comunidad #1 Diseño Gráfico				



## 6.HALLAZGOS.

- La pobreza afecta a más de la mitad de la población guatemalteca.
- Uno de los factores más influyentes en la desnutrición es la pobreza.
- En el país mueren aproximadamente 18 niños/as al día.
- La tasa de muertes por desnutrición aumentó en 2017 en un 79%
- Los indígenas son más propensos a sufrir desnutrición.
- La violencia es menor que la Hambruna.
- A causa de la desnutrición aguda los niños y niñas usualmente no logran pasar de la edad de 12.
- Un niño/a que padezca de desnutrición aguda nunca se podrá recuperar y sus hijos heredarán su padecimiento.
- La desnutrición es el factor más importante que frena el crecimiento del país.
- Las familias indígenas que tienen muchos hijos usualmente viven en pobreza.
- Guatemala solo redujo en un 8,7% la pobreza en 20 años.
- Los sectores rurales se ven más afectados por la desnutrición.
- Los departamentos de “tierra caliente” presentan mayores índices de desnutrición aguda.
- Las enfermedades y epidemias son los factores menos comunes en las muertes de niños/as menores de 12 años.
- La tasa de mortalidad anual en niños/as menores de 12 años es del 48,9%
- Uno de cada dos niños padece desnutrición.
- En Guatemala es más probable morir de hambre que a manos de un asesino.
- El futuro del país depende de la nutrición.
- Sin nutrición jamás se impulsará al país.
- Las campañas para erradicar la hambruna son escasas.

## 7. CONCLUSIONES.

- Los candidatos presidenciales y la entidades de alto rango, al igual que el resto de la población guatemalteca ignoran la problemática.
- Las comunidades indígenas son las mayores afectadas.
- La pobreza ocasiona la desnutrición.
- Los padres/tutores de los niños no siempre están bien informados acerca de la nutrición y mal nutren a los hijos.
- Sin importar cuánto se invierta en educación, infraestructura, igualdad de género, energías renovables o trabajos estables y dignos; si no se erradica la desnutrición, el país jamás crecerá.

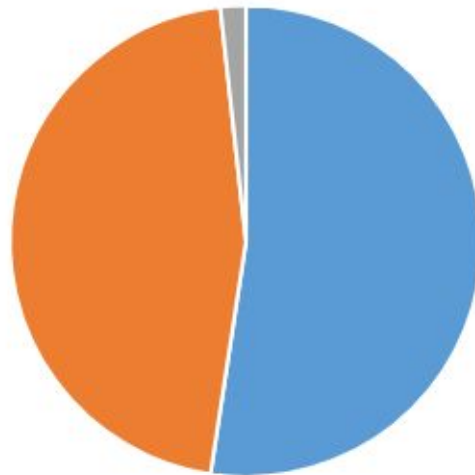
## 8. PROPUESTAS.

Al analizar los resultados que obtuvimos como comunidad de investigación en base a los objetivos que anteriormente presentamos a partir de nuestro tema de investigación (Objetivo de desarrollo sostenible #2, “Hambre Cero”), llegamos a diversas conclusiones:

- Los establecimientos educativos (tanto del sector público como el privado) deben de dar más charlas sobre la importancia de la educación alimenticia, no solo a jóvenes sino que a los adultos para que ellos también sepan sobre el tema, debido que se despierta en los sujetos el interés en tomar adecuadamente las decisiones sobre los alimentos que consumirá para poder llegar a tener un ambiente alimentario digno de ellos.
- Poder dar información libre al público sobre diversos riesgos que corren al tener una mala alimentación, para así poder notar en ellos una mayor preocupación sabiendo que una mala alimentación puede ser factor contribuyente al deterioro del país.
- Crear más campañas para que personas con recursos económicos más estables puedan tener la oportunidad de donar víveres para las familias necesitadas y así, de cierto modo, garantizar que estas personas puedan tener la alimentación adecuada a pesar de no tener ingresos estables.
- Informar sobre las consecuencias que causan los malos hábitos, porque si algo sabemos es que una persona solo toma conciencia y comienza a realizar las medidas de precaución cuando conoce el riesgo que conlleva el no hacerlas.
- Pedir a las instituciones gubernativas la implementación de programas que ayuden a las familias de escasos recursos y el aumento del presupuesto destinado por alumno para la alimentación.
- Proponemos programas gratuitos para que las familias aprendan de una manera factible sobre las consecuencias de la desnutrición.

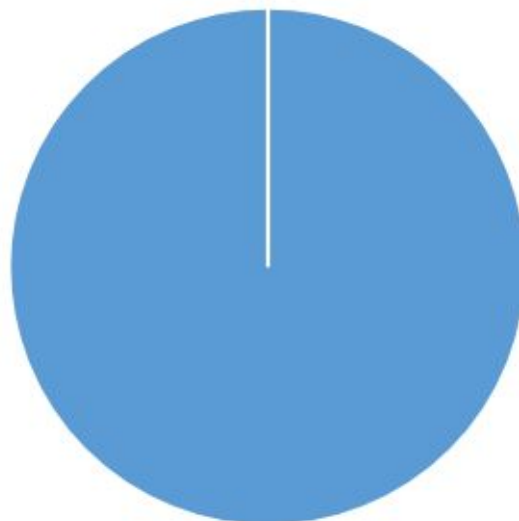
## 9.APÉNDICE.

¿Cree que existan riesgos en no llevar una buena alimentación?



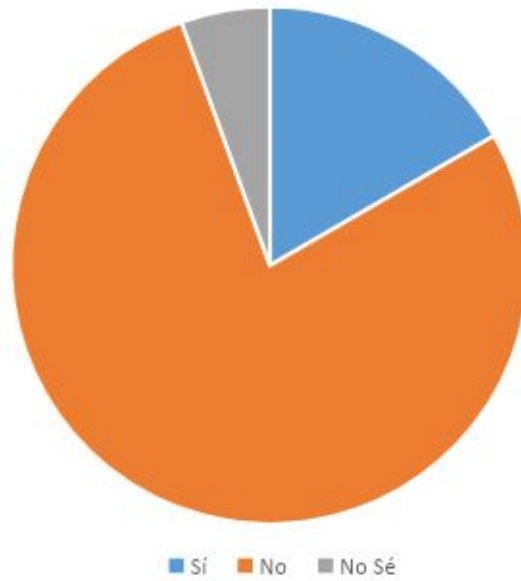
■ Sí ■ No ■ No sé

¿Conoce los Niveles de desnutrición?

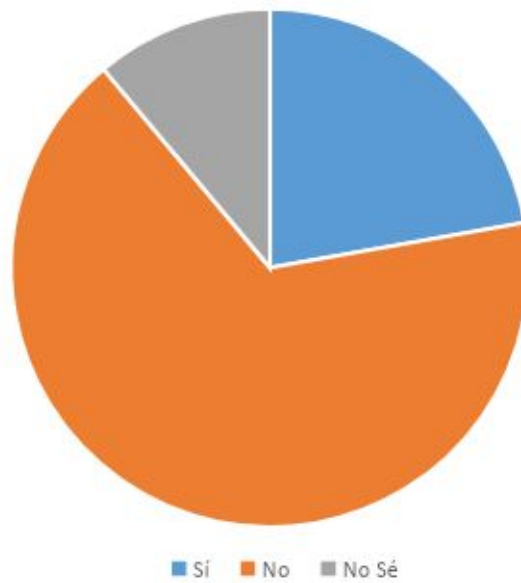


■ Sí ■ No ■ No sé

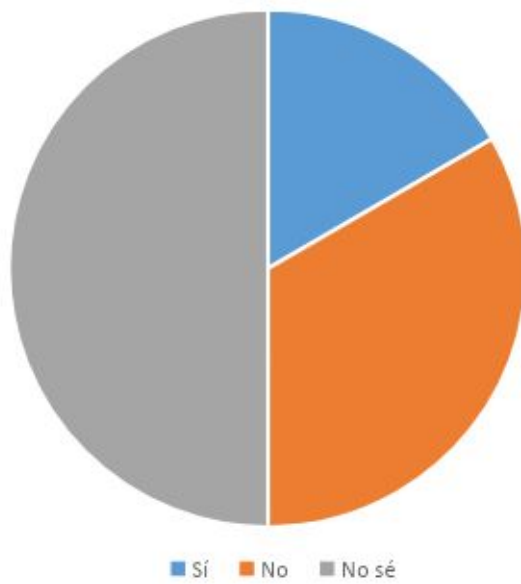
¿Sabe lo que lleva una comida saludable?



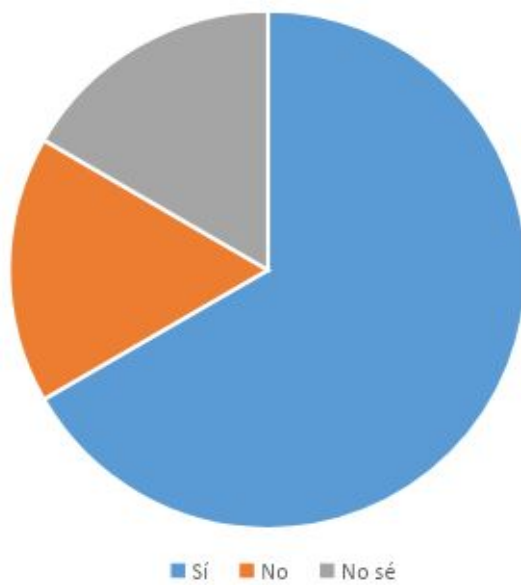
¿Sabe cuántos tiempos debe realizar al día?



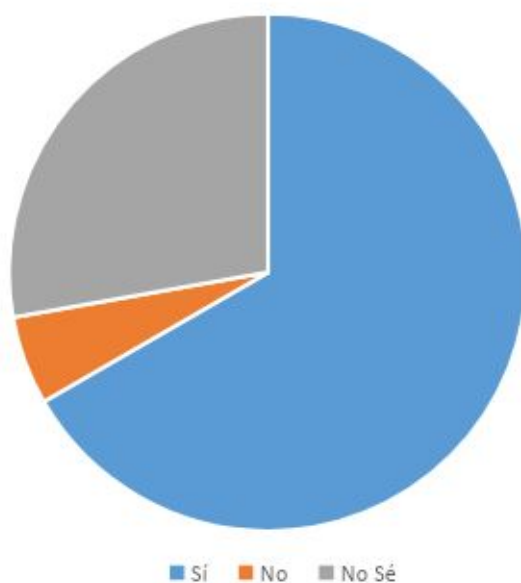
¿Considera que se alimenta adecuadamente?



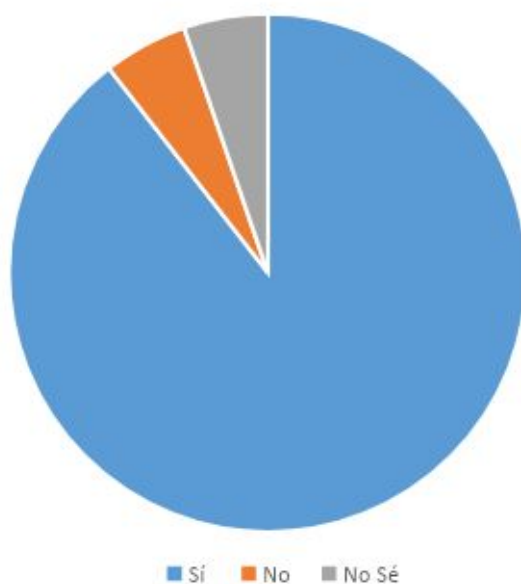
¿Ha visto algún caso de desnutrición?



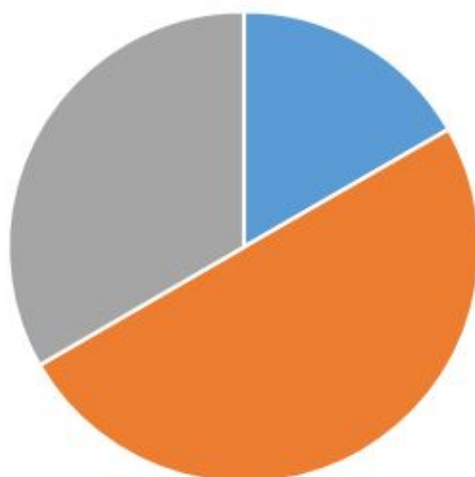
¿Cambiaría algo en su alimentación?



¿Se considera usted una persona sana?



¿Sabe si está pasando por un caso de desnutrición o mala alimentación?



■ Sí ■ No ■ No Sé



## 10. REFERENCIAS.

<https://vicepresidencia.gob.gt/politica-de-gobierno-2016-2020/seguridad-alimentaria-y-nutricional-salud-integral-y-educaci%C3%B3n-de>

<https://www.importancia.org/paternidad-responsable.php>

<https://www.importancia.org/paternidad-responsable.php>

<https://www.saludcastillayleon.es/ciudadanos/es/salud-estilos-vida/alimentacion-saludable/reglas-oro-oms-preparacion-higienica-alimentos?textOnly=false>

[https://www.who.int/foodsafety/areas\\_work/nutrition/es/](https://www.who.int/foodsafety/areas_work/nutrition/es/)

<https://www.campofrio.es/campofrio/noticias-campofrio/los-padres-y-la-alimentacion-de-sus-hijos.html>

<https://libbys.es/alimentacion-infantil-el-papel-de-los-padres/5729>

<https://cerigua.org/article/la-obesidad-infantil-una-crisis-de-salud-publica-e/>

[https://www.google.com/search?q=obesidad+infantil+en+guatemala&rlz=1C1CHBF\\_esGT848GT848&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwiCw\\_nN8a\\_jAhXiwVkKHY0BD-AQ\\_AUIECgB&cshid=1562952063406347&biw=1366&bih=625#imgsrc=ko yDahxmYQBtgM:](https://www.google.com/search?q=obesidad+infantil+en+guatemala&rlz=1C1CHBF_esGT848GT848&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwiCw_nN8a_jAhXiwVkKHY0BD-AQ_AUIECgB&cshid=1562952063406347&biw=1366&bih=625#imgsrc=ko yDahxmYQBtgM:)

<https://cerigua.org/article/la-obesidad-infantil-una-crisis-de-salud-publica-e/>

[https://www.paho.org/gut/index.php?option=com\\_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254](https://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254)

[https://www.undp.org/content/undp/es/home/sdgoverview/mdg\\_goals.html](https://www.undp.org/content/undp/es/home/sdgoverview/mdg_goals.html)

<https://www.who.int/es/about/who-we-are>

[https://www.paho.org/gut/index.php?option=com\\_content&view=article&id=494:b-analisis-de-situacion-enfermedades-cronicas-no-transmisibles&Itemid=405](https://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=494:b-analisis-de-situacion-enfermedades-cronicas-no-transmisibles&Itemid=405)

<https://www.prensalibre.com/guatemala/comunit>

<https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/digestivas/obesidad.html>

<https://www.prensalibre.com/uncategorized/guatemala-es-un-pais-debil>

<https://dca.gob.gt/noticias-guatemala-diario-centro-america/alimentacion-escolar-sera-de-q4-por-alumno/>

<https://www.oxfamintermon.org/es/campanas-educacion/entrevista/entrevista-hambre-cronica-en-guatemala-no-es-solo-un-problema-de-justi>

<https://www.unicef.es/noticia/desnutricion-en-guatemala>

<https://ayudaenaccion.org/ong/blog/pobreza/tipos-de-desnutricion/>

<https://www.unicef.es/desnutricion-infantil>

<http://www.fao.org/guatemala/fao-en-guatemala/guatemala-en-una-mirada/es/>

<https://psicologiaymente.com/nutricion/tipos-nutricion>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Malnutrici%C3%B3n>

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>

<https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-nutricionales/introducci%C3%B3n-a-la-nutrici%C3%B3n/introducci%C3%B3n-a-la-nutrici%C3%B3n>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Nutrici%C3%B3n>