

**CESAPU - CENTRO DE SALUD PÚBLICA**

**INFORME 2018**

**PROGRAMAS, ACTIVIDADES de 2018  
y SUGERENCIAS para el 2019**

**AUTORES:**

**KATIE BARIC, MPH**

**DIANA DE LA CRUZ , RN, MPH**

**JESUS BENITES HERRERA, MD, MPH**

**GRACE HUERTAS, NUTRICIONISTA**

**DAVID RAMIREZ**

CESAPU, proyecto piloto de la organización sin fines de lucro HOP HANDS ON PERU, con una misión humanitaria, pionero en la práctica de la salud pública, que desarrolla programas para promover la salud física, mental y comunitaria en Villa de Los Ángeles, Huanchaquito, con la visión de establecer una salud pública eficiente y eficaz, capaz de realizar cambios en los estilos de vida, y mejoras en los determinantes de la Salud.

En busca de logros en este campo de la Salud Pública, se fijan objetivos y metas, en todos los conjuntos de los programas.

### **MODELO CESAPU- VIVIR SANO**

Los programas de salud surgen para mejorar las condiciones de salud de aquellas dificultades catalogadas de impacto en salud pública. Están dirigidos generalmente a determinados grupos poblacionales y se miden por la eficacia o eficiencia, respecto al logro de sus objetivos planteados y empleo de los recursos al menor costo posible.

#### **PROYECTO CREZCO:**

**OBJETIVO:** Se crea con la finalidad de asegurar un crecimiento y desarrollo sano de la población infantil menor de 5 años, a través de una intervención oportuna, eficaz y eficiente, por medio de un conjunto de acciones de promoción-prevención y de incentivar a la comunidad a participar como actor principal y activo.

Sus componentes son:

1. **Desparasitación:** Esta se realiza a través de jornadas, en la que se desarrolla actividad de promoción, mediante el uso de visita casa por casa, dando información de prevención con rotafolio y entrega de trípticos. Así como la realización de exámen de laboratorio, con la finalidad de diagnosticar el tipo más común de parásito o microorganismo patógeno involucrado.
2. **Anemia:** Este componente se lleva a cabo al unísono con la jornada de desparasitación, con actividad de promoción y prevención, e intervención con el análisis de la hemoglobina del niño, con uso de un hemocue.
3. **Crecimiento:** En este componente debemos destacar que se define como Crecimiento y desarrollo, el Crecimiento se refiere al aumento o ganancia de peso y talla, incluimos aquí el cumplimiento del esquema de vacunación, que va de la mano al evaluar al niño.
4. **Nutrición:** Este se realiza en conjunto con los otros componentes, especialmente en el Crecimiento y Desarrollo en niños menores de 5 años, a través de educación y enseñanza practico-teórico de cocina sana y balanceada dentro del taller LADY LUNES.
5. **Componente Lady Lunes:** Aquí se realiza educación y consejería nutricional a través de talleres de cocina empleando alimentos saludables y locales, preparaciones balanceadas al momento de elaborar el menú del hogar. Dirigido a madres gestantes, madres con niños menores de 5 años, hipertensos, obesos y diabéticos.

#### **PROYECTO MANOS PARA CONSTRUIR : HANDS TO BUILD:**

**OBJETIVO:** Asegurar un ambiente sano, a través de un conjunto de acciones de prevención e intervención adiestrando a la comunidad en conocer y priorizando la atención en los riesgos de salud y abastecimiento de agua.

Sus componentes son:

1. **Componente Agua e Higiene:** Dirigido a asegurar un consumo de agua limpia y saludable de forma de disminuir los riesgos asociados a los agentes biológicos patogénicos que podrían estar presentes, así como los agentes químicos que ocasionan graves problemas de salud.

#### **A Futuro 2019:**

1. **Componente Agua Residuales:** Dirigido a la vigilancia y evaluación de la disposición sanitaria de las excretas, para lo que se incorpora un conjunto de acciones preventiva y de intervención, con la ayuda de personal calificado para tal fin.
2. **Componente Residuos Sólidos:** Se lleva a cabo por medio de promoción de la conservación de los recursos naturales y el reciclado de los desechos del hogar, minimizando el volumen de residuos que llega a los vertederos y rellenos sanitarios.
3. **Componente Vectores:** Va dirigido principalmente al control de moscas y zancudos, mediante la promoción y educación que minimice la proliferación de los mismos.

#### **PROYECTO CUIDADO DE LA MUJER:**

**OBJETIVO:** Se crea con la finalidad dar una atención integral, de calidad eficiente y oportuna a la mujer, en materia de embarazo, planificación familiar, enfermedades de transmisión sexual y sobre la violencia a la mujer.

Sus componentes son:

1. **Componente Gestante:** Con la finalidad de cuidar a la embarazada en todo ámbito, prevenir la aparición de enfermedades que pueden producir complicaciones. Dando seguimiento y refiriendo a la posta más cercana a su domicilio, brindado ecografía y control de hemoglobina, de forma gratuita. Así como pesquisa de detención precoz de embarazo, por medio de test en orina.
2. **Componente Planificación:** Creada para promover atención relacionada a la salud sexual y reproductiva de hombres y mujeres, con énfasis en metodología anticonceptiva, en personas en edad fértil de 15 a 50 años. Como medio de educar en la planificación de la familiar y evitar embarazos no deseados y embarazos en adolescentes. Con consentimiento informado.
3. **Componente Enfermedades de Transmisión Sexual y VIH- SIDA:** Se realiza a través de la educación continua y acciones preventivas, con el uso de condón, despistaje de VIH y Sífilis, tanto a hombres como mujeres en riesgo, acompañada de consejería. Los casos son referidos a la posta más cercana, con consentimiento informado.
4. **Componente Violencia contra la Mujer:** Se entenderá por violencia familiar, cualquier acción u omisión que cause daño físico o psicológico, maltrato sin lesión, inclusive la amenaza o coacción graves y/o reiteradas, así como la violencia sexual, se lleva a cabo a través de educación y consejería, con consentimiento informado.

#### **PROYECTO CUIDANDO TU CUERPO:**

**OBJETIVO:** Creado para prevenir enfermedades y promover un estilo de vida saludable, mediante el diagnóstico y mantenimiento de la salud, individual y familiar, usando los métodos médicos y paraclínicos necesarios para tal fin.

Sus componentes son:

1. **Componente Educación en Salud:** Educación y promoción en salud en todo ámbito de prevención, con pesquisa de factores de riesgo y dar atención médica (médicos de familia).
2. **Componente Enfermedades Crónicas No Transmisibles:** Por medio de la prevención, reducir Obesidad, control de Presión Arterial y Diabetes, despistaje de Cáncer Uterino, Cáncer de mama, Cáncer de próstata. Realizando pesquisa y diagnóstico oportuno y temprano, siguiendo las normativas del Estado Peruano.
3. **Componente Salud Bucal:** Organiza y ejecutan acciones promocionales y preventivos sobre enfermedades bucales, como objetivo principal mejorar la calidad de vida y la autoestima mediante una bella sonrisa.
4. **Componente Reto Zumba:** Se enfoca en mejorar la salud física y mental a través del baile, dirigido tanto a personas sanas, como con factores de riesgo de Obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles

### **PROYECTOS DE EMPODERAMIENTO:**

1. **Madre CESAPU:** Dirigido a las mujeres de la comunidad, principalmente madres, mediante la integración social y económica, para que ellas sean capaces de crear, diseñar su propio negocio, desarrollar su propia marca para el beneficio de sus familias.

### **PROYECTOS PARA NIÑOS Y ADOLESCENTES:**

1. **Chicas Bonitas:** Dirigido a niñas de 9 a 17 años, donde se le educa sobre su salud sexual y reproductiva, aprenden a elaborar objetivos y metas, de forma que puedan construir una vida sana y una autoestima alta, finalmente romper con el ciclo de embarazo en adolescentes, deserción escolar y pobreza.
2. **Niños Felices:** Dirigido a niños de 7 a 10 años, para iniciar una niñez diferente, donde se forman adolescentes, con la menor afectación o daño psicológico, dándole actitudes positivas, relación de respeto, autocuidado, autoestima alta, para forjar adolescentes responsables y con un mejor futuro.
3. **Chicos Creativos:** Este componente va de brazo con niños felices, dirigido a jóvenes de 11 a 16 años, para capacitarlos a tener siempre una mente creadora y en busca de aumentar en ellos la sensibilidad ambiental y humana; de esta forma, proporcionamos una comunidad sana y libre de violencia, reforzando lo aprendido en niños felices. Forjar una mejor persona y disminuir la deserción escolar.
4. **Manos para Educar:** Este componente es uno de los más determinantes en CESAPU, sin distinción de edad y sexo, con la finalidad de educar y desarrollar al ser humano, a través del conocimiento, habilidad y destrezas, de manera tal que sea partícipe de poder transformar su vida. Donde se busca disminuir el analfabetismo de adultos, enseñar y ayudar a los niños y jóvenes en área de matemática e inglés.

## CREZCO

**OBJETIVO GENERAL:** Contribuir a la disminución de desnutrición crónica en niños menores de 5 años y anemia infantil y en gestantes en Villa Los Ángeles, Huanchaco.

**Participacion:**

Madres de Villa Los Angeles

Grace Huertas , nutricionista

Rotary Club Trujillo Norte & Cary Central Rotary Club

Mary Crossed Foundation

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Disminuir la prevalencia de anemia en gestantes y niños menores de 5 años
2. Mejorar el conocimiento de nutrición en madres de niños menores de 5 años y gestantes.
3. Disminuir la prevalencia e incidencia de infecciones en los niños menores de 5 años.
4. Mejorar la salud de gestantes y sus recién nacidos.

### COMPONENTE PARASITOSIS: Reducir la parasitosis en niños menores de 5 años

**Actividad 1:** Realizar análisis de parasitosis al 100% de los niños pertenecientes al programa CREZCO.

Resultado 1.1 : Se realizó un examen de parasitosis en el mes de Septiembre 2018 a un total de 33 niños. Se obtuvieron 4 resultados positivos, detallados a continuación:

Nombre del Niño (a)	Tipo de parásito	Recibieron tratamiento
André Brandy Ulloa Gómez	Giardia Lambia	No
Ismael Escobedo Sandoval	Blastocitis Hominis	No
Naytan Escobedo Sandoval	Blastocitis Hominis	No
Yarelli Soto Paredes	Blastocitis Hominis	No

### COMPONENTE ANEMIA: Reducir la anemia en niños menores de 5 años

**Actividad 1:** Realizar análisis de hemoglobina al 100% de los niños pertenecientes al programa CREZCO.

Resultado 1.1 : Se evaluaron a un total de 33 niños dando como resultado:

RANGO	Número de niños	Porcentaje %
Normal	11	33.3%
Riesgo de Anemia	5	15.2%
Anemia Leve	6	28.6%
Anemia Moderada	10	47.6%
<b>TOTAL</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>

**Actividad 2:** Brindar consejería nutricional a las mamás de niños menores de 5 años pertenecientes al programa CREZCO.

**Actividad 3:** Realizar sesiones educativas (charlas) y demostrativas (talleres de cocina) en temas relacionados a la prevención de anemia.

**COMPONENTE CONTROL DE CRECIMIENTO: Reducir la desnutrición aguda (bajo peso) y crónica (talla baja) en niños menores de 5 años.**

**Actividad 1:** Realizar mediciones de peso y talla mensualmente al 100% de los niños pertenecientes al programa CREZCO.

Resultado 1.1 : Se evalúan mensualmente a los niños (as) menores de 5 años. Se evaluaron a un total de 42 niños (as), dando como resultado:

Cantidad	PESO					TALLA				
	Normal	Riesgo o Bajo Peso	Bajo Peso	Sobrepeso	Obesidad	Normal	Talla Alta	Riesgo o Talla Baja	Talla Baja	Talla Baja severa
Número	29	3	4	6	2	26	3	4	10	1
Porcentaje	69 %	7.1%	9.5 %	14.3%	4.8%	61.9%	7.1 %	9.5%	23.8 %	2.4%

**COMPONENTE NUTRICION: Educar madres de familia en nutrición.**

**Actividad 1:** En los meses de Junio y Julio se realizaron encuestas sobre la seguridad alimentaria en Villa de los Ángeles, se realizó un total de 41 encuestas.

**Actividad 2 :** Se realizaron un promedio de 26 consejerías nutricionales a madres con niños menores de 5 años y gestantes.

**Actividad 3 :** Se realizaron un promedio de 23 visitas domiciliarias.

**Actividad 4 :** En el mes de Agosto del 2018 se iniciaron las clases de cocina en Lady Lunes, se realizan 2 clases al mes, total se han realizado 13 clases con una asistencia promedio de 7 madres por clase.

## MANOS PARA CONSTRUIR

**OBJETIVO:** Asegurar un ambiente sano, a través de un conjunto de acciones de en prevención e intervención adiestrando a la comunidad en conocer y priorizando la atención en los riesgos de salud, abastecimiento de agua.

En este proyecto participaron Voluntarios:

- Profesora Ana Chian. Médico de Familia.
- Megan Nadia (Hop Global Health Intern)
- Estudiantes de la Universidad Cesar Vallejos (UCV)
- Estudiantes de Universidad Nacional de Trujillo (UNT)
- Estudiantes de la Universidad Privada del Norte (UPN)
- Estudiantes de Instituto San Luís (enfermería).
- Estudiantes de Comunicación: Danexy Rosas y Ana Marquina.
- ONG 33 BUCKETS ( Paul Strong y Zach Kobza )
- ONG STUDENTS FOR INTERNATIONAL DEVELOPMENT

Sus componentes son:

1. **Componente Agua e Higiene:** Dirigido a asegurar un consumo de agua limpia y saludable, de forma que se disminuyan los riesgos asociados a los agentes biológicos patogénicos que podrían estar presentes, así como los agentes químicos que ocasionan graves problemas de salud.
2. **Componente Agua Residuales:** [ se implementará en futuro.
3. **Componente Residuos Sólidos:** -[ se implementará en futuro.
4. **Componente Vectores:** [ se implementará en futuro.

### COMPONENTE AGUA E HIGIENE

**Actividad 1:** Se celebra el día mundial del agua (25 marzo).

Resultados 1.1 : Entrega de cincuenta (50) paquetes con tabletas de cloro. **Anexo Tríptico 1**

**Actividad 2:** Toma de muestras de agua potable en tres (3) casas, Laboratorio NKAP. Mayo 2018

Resultado 2.1: Se entregó en Julio 2018. [**Anexo, tabla 1.**]

**TABLA 1:**

Nombre	Unidad de Medida	Muestra 1	Muestra 2	Muestra 3	Limite Normal	Comentario

<b>Total Coliformes.</b>	<b>NMP/100 ml</b>	<b>49</b>	<b>16*10<sup>2</sup></b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>Alta Peligrosidad</b>
<b>Coliformes Fecales</b>	<b>NMP/100 ml</b>	<b>49</b>	<b>31</b>	<b>23</b>	<b>0</b>	<b>Alta Peligrosidad</b>
<b>E. Coli</b>	<b>NMP/100 ml</b>	<b>49</b>	<b>17</b>	<b>7.8</b>	<b>0</b>	<b>Alta Peligrosidad</b>
<b>Bacterias Heterotróficos</b>	<b>UFC/ml</b>	<b>28</b>	<b>53*10</b>	<b>52</b>		
<b>Cloro</b>	<b>Mg/L</b>	<b>0.06</b>	<b>&lt;0.0056</b>	<b>&lt;0.0056</b>	<b>200</b>	

**Conclusión:** En las tres muestras tomadas se encontró que no es apta para ser ingerida, ya que presenta riesgo de contraer enfermedad hídrica, por la presencia de coliformes fecales, E coli:.

**Actividad 3:** Se provee a las familias con información de los resultados y educación casa por casa. Se entregaron trípticos y folleto alusivo a lavado de manos y entrega de jabón líquido. Agosto y septiembre 2018.

Resultados: 3.1. Se visitaron setenta y siete (77) familias, se hizo entrega a cada una de folletos y educación de lavado de las manos.

Resultados 3.2. Se le entregaron 61 familias jabón líquido. [**Anexo, Tríptico 2 y Folleto 1**]

**Conclusión:** Las personas fueron receptivas y se logró que colocaran el folleto en el baño o lugar visible. Para un 79% con de jabón líquido y 21% sin jabón líquido.

**Actividad 4:** En conjunto con los voluntarios se realiza pre-evaluación sobre diarrea, recolección, abastecimiento y almacenaje de agua. Septiembre y octubre 2018, los días sábado.

Resultados 4.1 : Los voluntarios visitaron setenta y siete (77) familias, y realizaron encuesta.

**Conclusión: Anexo, Tabla 2, Tríptico 3**

**Actividad 5:** Se inicia a jornada de educación sobre manipulación de alimento. Acompañado de los voluntarios.

Resultados 5.1: Se visitaron sesenta (60) familias, se hizo entrega a cada una de folleto alusivo al tema de educación. **Anexo Folleto 2**

**Actividad 6:** Feria del agua 17 de noviembre.

Resultados 6.1: Participan 102 niños, a través del concurso manos limpias. **Anexo Tríptico 4**

**Actividad 7:** Se da inicio a jornada de educación y uso de filtro de agua marca Sawyer, con dos (2) tipos para caño o balde. Se realiza 2 reuniones comunitarias con el fin de conocer quienes estaban dispuestos a usar el filtro de agua.

Resultados 7.1: Se visitaron sesenta (60) familias, se hace entrega a cada una de trípticos y educación sobre uso de filtro de agua, así como del filtro de agua. A la reunión comunitaria asistieron en total veintisiete (27) personas. **Anexo Tríptico 5, Folleto 3**

**Conclusión: Actualmente 22-01-2019 se continúa con la educación y la importancia del uso de filtro de agua. Se entregó jabón líquido a quince (15) familias y filtros de agua a once (11) familias, faltando sesenta y seis (66) familias por recibir filtro de agua.**

#### PASOS FUTUROS:

Dar inicio a los siguientes componentes:

1. **Componente Agua e Higiene:** Continuar con la entrega de filtro de agua y la realización de un test de evaluación a los tres (3) meses después del uso de los filtros. Post-test de diarrea seis/ al año (6m-1 año) después de su entrega a familias de los filtros de agua.
2. **Componente Agua Residuales:** este actualmente se ha iniciado con la encuesta sobre el estado del desagüe, conectado o no a la red pública, uso y condición de pozo séptico.
3. **Componente Residuos Sólidos:** se establece inicialmente con el componente niños creativos recolección de basura, se implementará en todos los hogares y se educará sobre la importancia del reciclaje.
4. **Componente Vectores:** Se plantea el control de inestros moscas, zancudos, para ello se busca apoyo de otros entes gubernamentales y no gubernamentales, siempre como principalmente educación.

## **PROYECTO CUIDADO DE LA MUJER**

**OBJETIVO GENERAL:** La finalidad de este proyecto es dar una atención integral, de calidad eficiente y oportuna a la mujer, en materia de embarazo, planificación familiar, enfermedades de transmisión sexual y sobre la violencia a la mujer.

**COMPONENTE GESTANTE:** Prevención y seguimiento de enfermedades como presión arterial y diabetes durante el embarazo.

**Actividad 1:** Brindar cuidado a la embarazada en todo ámbito de prevenir la aparición de enfermedades como presión alta en el embarazo, diabetes gestacional, que pueden producir complicación en las mujeres embarazadas.

Resultado 1.1. Se atendió 7 gestantes durante el año y se le dio consejería sobre la prevención de la presión alta en el embarazo y diabetes en la gestación desde Junio del 2018.

Resultado 1.2. Se controló a 1 gestante que tuvo una complicación durante su postparto (infección de herida operatoria post-cesaría).

**Actividad 2: Dar seguimiento y referencia a la posta más cercana a su domicilio.**

Resultado 2.1. Se coordinó con el puesto de salud “El trópico” sobre las 6 gestantes que pertenecían a Villa los Ángeles y tenían SIS (Atención por MINSA) desde Octubre del 2018 que necesitan control integral de la gestante.

**Actividad 3: Ofrecer a gestantes servicios como ecografía y control de hemoglobina, de forma gratuita.**

Resultado 3.1. Se realizaron 6 campañas ecográficas durante el año.

Resultado 3.2. Se recibieron 7 gestantes referidas del puesto de salud “El trópico” en el mes de diciembre.

Resultado 3.3. Se realizó control de hemoglobina a 5 de las 7 gestantes de villa los ángeles desde el mes de Junio.

**Actividad 4: Realizar la detección precoz de embarazo, por medio de test en orina.**

Resultado 4.1. Se compró 1 docena de test de detección precoz de orina en Diciembre .

**COMPONENTE PLANIFICACIÓN FAMILIAR:** Promover atención relacionada a la salud sexual y reproductiva de hombres y mujeres, con énfasis en métodos anticonceptivos, en personas en edad fértil de 15 a 50 años.

**Actividad 1:** Educar en planificación de la familiar y evitar embarazos no deseados y embarazos en adolescentes. Con consentimiento informado.

Resultado 1.1. Se realizó 3 charlas educativas sobre planificación familiar desde Agosto del 2018.

**Actividad 2:** Donación de métodos anticonceptivos para los pobladores de villa Los Ángeles.

Resultado 2.2. Se empezó a donar preservativos a jóvenes y madres de la comunidad desde Mayo del 2018 para evitar embarazos no deseados.

Resultado 2.3. Se realizó una campaña para poner implantes intradérmicos a las mujeres de Villa Los Angeles en Diciembre, hubo una beneficiada.

**COMPONENTE ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL Y VIH- SIDA: Promocionar salud sexual reproductiva y prevenir enfermedades de transmisión sexual y VIH a través de consejería en salud y tamizajes.**

**Actividad 1:** Se realiza a través de la educación continua y acciones preventivas, con el uso de condón, despistaje de VIH y Sífilis, tanto a hombres como mujeres, y familias en riesgo, acompañado de consejería. Con consentimiento informado.

Resultado 1.1. Se realizó 3 charlas educativas sobre VIH y Sífilis desde Agosto del 2018 en CESAPU.

Resultado 2.2. Se hizo 2 visitas domiciliarias a 30 familias de villa los ángeles para brindar consejería sobre VIH y Sífilis desde Agosto del 2018.

Resultado 3.3. Se hizo despistajes de VIH y Sífilis a usuarios de la comunidad de Villa Los Angeles en Setiembre del 2018.

**Actividad 2:** Búsqueda de casos de riesgo de contraer VIH Y Sífilis para referencia la posta más cercana.

Resultado 2.2. Se buscó casos de riesgo y no se encontró, solo se reportó los resultados negativos al P.S El Trópico. .

**COMPONENTE VIOLENCIA CONTRA LA MUJER: Se vela por erradicar la violencia familiar en nuestra comunidad.**

**Actividad 1:** Se dará educación y consejería psicológica sobre violencia familiar a las familias de Villa Los Ángeles, con consentimiento informado.

Resultado 1.1. Se le dio consejería sobre prevención de violencia familiar casa por casa, a través de visitas domiciliarias a 20 familias.

**Actividad 2:** Se le orientará sobre los sitios de ayuda ante la violencia familiar.

Resultado 2.1. Se les orientó a 20 familias sobre dónde denunciar en caso de violencia familiar

**NOTAS:** LA IMPLEMENTACIÓN DE CONSEJERÍA CASA POR CASA A TRAVÉS DE VISITAS DOMICILIARIAS QUE SE IMPLEMENTARON DESDE AGOSTO, SE ESPERA CONTINUAR EL TRABAJO ESTE AÑO 2019 REFORZANDO ESTOS TEMAS.

**PASOS EN EL FUTURO:** Se sugiere realizar más despistajes de VIH y sífilis, luego de convenio con el MINSA.

Se sugiere realizar más talleres para fomentar el autocuidado de la gestante.

## **PROYECTO CUIDANDO TU CUERPO**

**OBJETIVO GENERAL:** Creado para prevenir enfermedades y promover un estilo de vida saludable, mediante el diagnóstico y mantenimiento de la salud, individual y familiar, usando los métodos médicos y paraclínicos necesarios para tal fin.

En este proyecto contamos con Voluntarios como:

Estudiantes de Instituto San Luís.

Voluntarios Internacionales: Dr. Ming y Dra Robin y Sarah Baric.

Benjamin Tittus, Anisha Verma, Madison Elick

Voluntarios dentales de Universidad Basel (Suiza): Lena Rupp, Ann Katherine Schifferie, Simone Stockli, Thomas Burger, Joel Spicher; Selina Bernauer.

Rotaract, Bolicheli

Estudiantes de Comunicación: Danexy Rosas y Ana Marquina.

**COMPONENTE PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN :** Educación y promoción en salud en todo ámbito de prevención, con pesquisa de factores de riesgo y dar atención médica (médicos de familia).

**Actividad 1:** Se realiza consejería y atención médica, dos (2) días a la semana (Miércoles y Viernes).

Resultados 1.1: En atención y consejería individual un total de 495 personas en 2018.

**Actividad 2:** Se realiza visita domiciliaria y llenado de ficha familiar.

Resultados 2.1: En total se realizaron 72 familias.

**Actividad 3:** Se realiza jornada de desparasitación 18 marzo.

Resultados 3.1: Entrega tabletas de Albendazol a 101 personas.

**COMPONENTE ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES:** Por medio de la prevención reducir la Obesidad, Hipertensión Arterial y Diabetes, Cáncer Uterino, Cáncer de mama, Cáncer de próstata. Realizando pesquisa y diagnóstico oportuno y temprano, siguiendo las normativas del Estado Peruano.

**Actividad 1:** Se efectuaron pesquisa, educación en Hipertensión Arterial, Diabetes, Cáncer de cuello uterino y Anemia. Entrega de Trípticos en relación al tema.

Resultados 1.1: En Anemia 131 pesquisa (uso de Hemocue) de las cuales 5 niños de Villa los Ángeles y 24 en el poblado de Cascas se encontraban con anemia moderada, otras jornadas 68 pesquisa anemia encontradas 15.

Resultados 1.2 : Diabetes 175 pesquisa con uso de Glucómetro digital, 4 con glicemia entre 125-140 mg/dl, por laboratorio 8 pacientes 1 con hiperglicemia.

Resultados 1.3: Hipertensión 454 pesquisa, 16 con elevación de la tensión arterial, 27 con Hipertensión grado I y 14 con Hipertensión grado II.

Resultados 1.4 : Se realizaron exámenes de Colesterol y Triglicéridos a un total 10 de encontrando 10 con elevación de las mismas.

Resultados 1.5 : Cáncer de cuello Uterino 35 pesquisa, 1 con sospecha de cáncer de cuello.

A futuro se espera realizar y aumentar el número de pesquisas, e iniciar la de cáncer de mama y próstata.

**COMPONENTE SALUD BUCAL: Se organiza y ejecuta acciones promocionales y preventivas sobre enfermedades bucales, como objetivo principal mejorar la calidad de vida y la autoestima**

**Actividad 1:** Inicia en marzo con la asistencia de 6 voluntarios dentales de Suiza. Educación en el cuidado de los dientes y tríptico sobre el tema, uso de flúor, exodoncia y endodoncia.

Resultados 1.1: Fluorización dental a todos los habitantes de Villa los Ángeles, total 313, atención dental 291, exodoncia 35 y endodoncia más flúor 116. También se atendieron el poblado penitencial de la Esperanza 36 pacientes atendidos a los que se le realizó fluorización dental, se asistió a Casca donde se atendieron 61 pacientes, Agallpampa 118 personas atendidas y donación de 215 cepillos y pastas dentales.

**COMPONENTE RETO ZUMBA: Se enfoca en mejorar la salud física y mental a través del baile, dirigido tanto a personas sanas, como con factores de riesgo de Obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles.**

**Actividad 1 : Tener clases de zumba cada semana**

Resultados 1.1 : Se tuvo 3 clases/semanales entre Enero - Abril

Resultados 1.2 : Se tuvo 2/semanales clases entre Mayo - Agosto (después de contratar a Beatriz en Mayo)

Resultados 1.3 : Se mantuvo 1 clase/semanal entre Setiembre - Diciembre

**Actividad 2:** Pesar y medir participantes (máximo 20 participantes) - promedio = 4 participantes con datos consistentes (entre Enero y Julio)

Resultado 2.1 : De los 4 participantes, 2 subieron de peso, y 2 mantuvieron su peso

Resultado 2.2 : De los 4 participantes, 3 bajaron su circunferencia abdominal, 1 subió su circunferencia abdominal

Resultado 2.2 : 100% de los participantes con presión arterial normal

**Actividad 3:** Análisis de sangre gratis para las participantes

Resultado 3.1 : 2 madres con análisis (2 Mayo 2018)

Santos Panta Sosa: Colesterol 192, triglicéridos 165, glucosa 93

Natividad Quispe Carrion: Colesterol 206, trig 236, glucosa 70 mg

Resultado 3.2 : 1 madre con análisis (19 Diciembre 2018)

Santos Panta Sosa: Colesterol 193.4, triglicéridos 190, glucosa 82.3

**NOTA:** PÉRDIDA DE PARTICIPANTES HACEN QUE LOS RESULTADOS FINALES DE RETO DE ZUMBA SON INCONCLUSOS.

NOTA: 1 Participante, después de parar de bailar (3 veces a la semana → 0 veces a la semana) ... subió sus triglicéridos 165 → 190

PASOS EN EL FUTURO : Se sugiere investigar el potencial del baile como herramienta para bajar triglicéridos.

## MADRE CESAPU

### **OBJETIVO : EMPODERAR MUJERES PARA QUE CREZCAN PERSONAL Y PROFESIONALMENTE.**

Asistencia : Promedio de 18 mujeres de Villa Los Angeles y 2 de Ramón Castilla (20 en total)

#### **Actividad 1 : Empoderamiento y apoyo emocional para las madres**

Resultado 1.1 : Tener clases de tejido todos los Martes

Resultado 1.2 : Afirmaciones diarios: "Soy Capaz, Soy Creativa, Soy Fuerte, Soy Madre CESAPU"

Resultado 1.3 : Reforzar métodos de relajación, alivio de estrés a través de respirar y estirar

Resultado 1.4 : Ofrecer atención dental gratis

#### **Actividad 2 : Promover Alfabetismo**

Resultados 2.1 : Fueron alfabetizados en 4 clases (5 madres asistieron)

#### **Actividad 3 : Promover Alfabetismo digital**

Resultados 3.1 : Implementar el programa ONEROOM para entrenar las madres como usar la computadora

##### **(ANEXO 2)**

Resultado 3.2 : Siete (7) madres asistieron a menos 3 de los 4 charlas y ganaron certificados de completación

Resultado 3.3 : Utilizan computadora en cada clase para aprender nuevos puntos de tejido.

#### **Actividad 4 : Generación de recursos económicos propios**

Resultado 4.1 : Formar propia marca "CHIMUK CHIC" (y estampar en cada producto)

Resultado 4.2 : Identificar cada mes 1 tesorero y 1 equipo para compras de materiales

Resultado 4.3 : Ventas en 2 tiendas (Moksha, Huanchaco & Asheville, NC, USA)

Resultado 4.4 : Participación en 2 ferias ( Moksha & I <3 HCO Limpio)

Resultado 4.5 : En 2018, recaudaron 7,660 soles (\$2,357) Mas o menos 374 soles cada madre

Resultado 4.6 : Creación de página CHIMUK CHIC en Facebook

**NOTA:** EL PRIMER PAGO EN ENERO 2018 FUE EL RESULTADO DE VENTAS EN DICIEMBRE 2017.

**NOTA:** CLASES DE ALFABETISMO ERAN REALIZADOS POR VOLUNTARIAS DE LA ONG "STUDENTS FOR INTERNATIONAL DEVELOPMENT" (SID)

\*\*\*\*\*

**PASOS FUTUROS :** DISEÑA ENCUESTA PARA MEDIR SATISFACCION DE LAS MADRES CON EL PROGRAMA, CON EL DINERO INGRESADO Y EL IMPACTO QUE HAYA TENIDO EN SU FAMILIA

**PASOS FUTUROS :** REFORZAR ALFABETISMO & ALFABETISMO DIGITAL

**PASOS FUTUROS :** ALIANZAS CON MERCADOS LOCALES E INTERNACIONALES PARA VENDER LOS PRODUCTOS

**PASOS FUTUROS :** ESTABLECER CHIMUK CHIC AMBASSADORS - INTERNACIONAL

**PASOS FUTUROS :** ETIQUETAR CADA PRODUCTO CON EL NOMBRE DE LA DISEÑADORA

## PROYECTOS PARA ADOLESCENTES & NIÑOS

### **CHICAS BONITAS**

**OBJETIVO: Promover desarrollo psicosocial y sexual en mujeres adolescentes**

Participación: 10 niñas de Villa Los Angeles

**Actividad 1:** Educar en salud sexual & reproductiva (Anexo # \_\_\_\_)

Resultados 1.1: 5 semanas en Nuestra Señora del Carmen (70 adolescentes, mitad hombres, mitad mujeres)

**Actividad 2 :** Prevenir embarazo adolescente.

Resultados 2.1 : 100% de las niñas en Chicas Bonitas Villa Los Angeles han evitado embarazo adolescente

NOTA : Post test no dado en colegio Nuestra Señora del Carmen

PASOS FUTUROS : Establecer contactos con más colegios para implementar el Programa

### **NIÑOS FELICES**

**OBJETIVO : Desarrollar en los niños participantes habilidades, actitudes y valores para “Conectarse consigo mismo, (conocerse y autovalorarse), conectarse con los demás (empatía y respeto para buenas relaciones interpersonales), y conectarse con la naturaleza (responsabilidad y respeto hacia el medio ambiente) para así organizar su vida de forma saludable y equilibrada propiciando su bienestar socioemocional.**

Participación: Promedio 20 niños entre edades 7 a 13.

**Actividad 1:** Implementar el programa “AGUA SALUD” (8 sesiones) (Ver Anexo # 1)

Resultado 1.1 : Promedio de 15 niños asistieron las charlas

**Actividad 2:** Implementar el programa de DEPORTE (3 sesiones)

Resultado 2.1 : Alentar trabajo en equipo y deportes con niñas

**Actividad 3 :** Introducir TINI (Tierra de Niños, modelo de la organización Ania)

Resultado 3.1 : 95 % de niños fue su primera vez interviniendo en esa manera con el ambiente

**Actividad 4 :** Establecer normas en conjunto con los niños para las sesiones

Resultado 4.1 : Las normas que se establecieron fueron: no correr, no gritar, no pelear, no entrar a otros ambientes sin permiso, levantar la mano para dar su opinión, tratar los unos con los otros con respeto, dejar el ambiente limpio después de cada sesión y/o taller, ...

NOTA: RESULTADOS DE AGUA SALUD SON INCONCLUSOS POR FALTA DE APLICAR POST-TEST

PASOS FUTUROS: SE RECOMIENDA HACER ENCUESTA CON EL TINI Y PARA VER QUIEN HA TENIDO EXPERIENCIA CON EL MEDIO AMBIENTE

PASOS FUTUROS: SE RECOMIENDA HACER ENCUESTA CON LOS NIÑOS SOBRE SU SATISFACCIÓN CON EL PROGRAMA, Y UN POSTTEST SOBRE HABILIDADES SOCIALES, Y EMOCIONES.

## **MANOS PARA EDUCAR**

**Impartir clases de inglés a niños de bajos recursos socioeconómicos para ampliar sus oportunidades en su futuro.**

### **Actividad 1: Tener clases de Inglés en Verano 2018**

Resultado 1.1: Máximo 30 niños aprendieron inglés (16 clases total)

Resultado 1.2 : Niños aprendieron inglés básico (para algunos era repaso)

### **Actividad 2 : Clases de Inglés en Escuelas**

Resultado 2.1: Se estableció una alianza con la Escuela República del México para realizar clases de inglés en el 2019.

NOTA : No había voluntarios internacionales para ENSEÑAR las clases de inglés,

NOTA : Implementar mas exámenes de inglés para seguir su progreso del niño/a

PASOS FUTUROS: ESTABLECER EN CONSOLIDADO (OUTLINE) DE CLASES PARA EL FUTURO Y MATERIALES

PASOS FUTUROS: ENCONTRAR MÁS VOLUNTARIOS INTERNACIONALES PARA REALIZAR CLASES DE INGLÉS

## **CHICOS CREATIVOS**

**OBJETIVO: Promover la creatividad y la conexión con la naturaleza a través de educación ambiental, talleres de reciclaje y limpieza de la comunidad.**

**Actividad 1:** Se tuvo clases, talleres, y proyectos en Chicos Creativos 2 veces a la semana.

Resultado 1.1 Tuvieron 28 clases entre ENERO - ABRIL

Resultado 1.2 : Tuvieron 25 clases entre MAYO - AGOSTO

Resultado 1.3 : Tuvieron 21 clases entre SEPTIEMBRE - DICIEMBRE

Conclusión: Promedio anual de sesiones - 74 .

**Actividad 2:** Control de asistencia (máximo de 16 niños y adolescentes). Promedio de participantes con datos consistentes entre ENERO-DICIEMBRE

Resultado 2.1 : De los 16 participantes totales, 4 dejaron de asistir constantemente, 12 mantuvieron su asistencia.

Resultado 2.2 : De los 12 participantes total , el 25% fueron participantes regulares.

Resultado 2.3 : El 75% de los 12 participantes totales tienen una asistencia constante.

**Actividad 3:** Participación en Talleres de Reciclaje y Manualidades. Promedio de 12 participantes con datos inconcluso entre (ENERO - DICIEMBRE)

Resultado 3.1 : De los 12 participantes, 4 descubrieron su lado creativo, 2 son aburridos para las manualidades, 6 mantienen la actitud positiva para la clase

Resultado 3.2 : De los 12 participantes, 3 terminan su actividad a tiempo y solos , 2 terminan tarde, 7 necesitan ayuda frecuentemente.

Conclusión: De los 12 participantes, 70% mostraron tener ganas de aprender y participar en las sesiones, aprehensión de valores como respeto, empatía y puntualidad, 30% se seguirá trabajando en ello.

**Actividad 4:** Limpieza de la comunidad. 12 participantes

Resultado 4.1 : El 100% de los participantes participaron, haciendo un total de 21 sesiones de limpieza y reciclaje.

Resultado 4.2 : El compromiso de los participantes incentivó a otros niños de los demás programas y personas de la comunidad a sumarse a la actividad.

Conclusión : Haciendo que la actividad “LIMPIANDO MI COMUNIDAD” sea un éxito! La cual se lleva a cabo todos los sábados de cada semana.

**Actividad 5:** Durante Diciembre del 2018 se implementó “LIMPIEZA DENTAL” con el Dr. Jorge de la Cruz para 16 participantes del programa.

NOTA: La asistencia de los participantes, su constancia y compromiso refleja sus ganas de mejorar. Las actividades como reciclar, cuidado de áreas verdes, limpieza de su comunidad han desarrollado valores como el respeto, empatía, puntualidad y solidaridad que se pueden ver reflejado en la conducta de cada participante del programa.

NOTA: Se sugiere complementar el programa con seguimiento y orientación psicológica para los participantes..

PASOS EN EL FUTURO:

Se sugiere la implementación de un consultorio psicológico, especialista en niños.

Ampliar el programa a más niños y adolescentes.

Implementar mas proyectos de reciclaje.

Ser constantes con los ejercicios de respiración y de ser posible mindfulness.

# ANEXO

## Anexo 1

**1. AguaSalud 2018 Report**

**The objectives** of Agua Salud is to offer workshops about personal hygiene, sanitation and various aspects of water related health in not only the personal and physical spheres, but also in a greater, environmental scope. The combination of poor water quality in this area mixed with the region's lack of awareness of the importance of some sanitary habits, leads the objectives of the workshop to be simple, yet wide in scope.

**AguaSalud Methods** used were very hands on and interactive to ensure that the students could feel comfortable and actually interact with and absorb the material.

- We held workshops at CESAPU every Friday during the Niños Felizes campaign for roughly two hours
- We would begin with a review of the past week's lesson through a little quiz about the topics of the previous week.
- Then, we would outline what our topics were that day, in order to give the kids an overview of what to expect.
- After every topic, we would try to incorporate a physical activity or an interactive game, as the kids varied in age so attention span was short. Keeping it fun helped the kids actually relate to the material as oppose to just be lectured.

For example, during the recycling unit, we played bowling out of plastic bottles, and also made decorations for the health centre by reusing plastic objects such as bottle caps.

For the hand washing unit, we had a game of super- hero tag where there were different bad guys (germs) and the hero (soap) and when the germs touched you, you had to yell soap and have him come free you by tapping your shoulder. The kids definitely remembered that soap was a good guy by the end of this game!

**Weekly breakdown of the topics and activities:****Week one: Introduction**

- Ice breaker activities
- Water Quiz

**Week two: Environment water health**

- Discuss water cycle, watch video
- Water wisdom activity: to how much water does it take to produce certain house hold items and food staples
  - Materials required:
  - water containers
  - make sheets with examples of how many gallons of water it takes to make household items
  - colouring sheets

**Week three: Water conservation**

- Review water cycle with activities

- Explore water sustainability, watch video
- Water bottle activity: show how much percent of the earth's water is fresh water vs salt water and show how much of the total percentage is actually drinkable
  - Materials needed: laptop for water sustainability video
  - Plastic bottles

#### **Week four: Human Water Health**

- How long does it take to breakdown various materials? (How example, Thread= 4 months, glass bottle, 2 million years)
- What is compost and why should we do it.
- Ideas of how to recycle things (jars, bottles, clothing exchange)
- What is in clean water (germs present in dirty water)
- How much water should we drink?
- Why do we need clean water for our bodies?
- Plant Cilantro in garden
- Bowling with water bottles
- Bingo!
  - Materials required: Examples of materials we are discussing
  - plastic bottles for bingo
  - cilantro seeds
  - Bingo Cards
  - colouring sheets

#### **Week five: Reduce, Reuse, Recycle**

- How to recycle what is the difference between recycling, composting and garbage
- Hot potato game with Play-Doh (one red representing compost, another garbage, and another recycle), when they were stuck with one of these balls, they had to explain what to do with it and why
- Musical chairs when the music stop, the kids had to look under their chair and see what was stuck to it, then recycle it properly
- Bowling with plastic bottles
- Make vases out of clay
  - Materials required:
    - Materials that are either recycled, reused, thrown away, or composted
    - Play-doh or balls for hot potato
    - colouring sheets

#### **Week six: Hand Washing**

- Teach kids the importance of hand washing through the story of "Mariquita Cochinita"
- Teach how to wash hands
- Practice washing hands
- Teach about germs
- Cape game (some capes represent germs, and the blue cape represents soap. People who get tapped by germs have to be saved by water)
- Materials required: book "Mariquita de Cochinita"

- water buckets
- water jugs, soap
- paper towel
- pictures of germs
- capes
- colouring sheets

### **Week seven: Dental Hygiene**

- Oral Quiz about dental health
- Activity with water/ vinegar and a calcium tablet in order to understand what a cavity is
- Story of Pepe the Molar to understand how cavities form
- Teach kids how to brush their teeth and how to floss
- Show what food makes teeth happy and healthy vs. sad and sick
- Materials needed: Big plastic tooth and tooth brush to practice brushing teeth with
- Examples of healthy vs. unhealthy food
- colouring sheets

### **Week eight: Review**

- Concluding with the same quiz from the beginning to see their progress
- Review most important points with kids with more Bingo and games
  - Materials used: worksheets and colouring sheets

**Results:** We reached our objectives through making the students think about how their own health is related to the health around them. Changing these kids' habits "for good", however, will take more than some workshops, as, for example, most of the schools they attend do not have soap available to them- so even if they do want to wash their hands, they often have infrastructural issues challenging them beyond their personal habits. Since often times, school teachers and family do not talk about these topics, these work-shops were still very eye opening to the kids. Students seemed to apply themselves most in their knowledge about germs, water cycle and ways to conserve water.

**Discussion:** Challenging aspects of this workshop is that children do want to apply themselves, but as so much of their society fails to have healthy and environmental practices, they seem to have a hopeless outlook sometimes. For this reason, embedding them with the knowledge as opposed to an authoritarian approach to get them to **always**- for example- wash their hands, perhaps we can focus less on short term change and more for long term understanding. If we approach the lessons in a relaxed way, it will be more conducive to them actually absorbing it and hopefully in the future when they have more dominion over their life, they will take the practical steps to create a healthy life for themselves.

**Conclusion:** Next steps we would recommend to the community would be to get kids talking to their family about always having some supplies at home (soap, natural cleaning products, seeds to plant in their garden). Next steps for future SID and CESAPU volunteers would be to keep it fun and interactive as this approach works very well with these children as they want to have fun and run around while they learn new ideas.

## ANEXO 2

### 2. ONE ROOM REPORT

#### Introduction:

From late August into September, HOP and Students for International Development partnered in hosting several trial adult literacy and computer literacy classes. These classes consisted of an hour each and were held once per week for four weeks. Students who completed three of the four classes received certificates of completion for the program.

#### Objectives:

The objectives of the 1Room project include:

- Empowering adults with basic literacy and computer skills, allowing them to provide for their families and more fully and autonomously participate in society
- Delivering education through personalized learning centers (PLCs) - a modern reincarnation of the one-room schoolhouse
- Creating a competency-based program using personal learning technology (eg. tablets, portable content) and staffing systems that can work offline and off-grid
- Building self-starting, responsibility, reliance, goal-setting, self-evaluation & empowerment in students

The classes held through HOP served as a pilot-stage to design an ultra low-cost, competency-based adult literacy and computer literacy program that can be easily expanded and replicated globally.

#### Methods:

Each of the adult literacy and computer literacy units included an online curriculum, which was uploaded to HOP computers using a USB. PfiD currently has access to each of the lessons and is refining them.

#### Week 1:

The focus of the adult literacy class was learning how to hold a writing utensil and to write out the Spanish alphabet and all numbers. All students were supplied with pencils, a sharpener, a writing workbook, and earphones to watch the lesson's videos.

In the computer literacy class, students watched videos identifying the different parts of the computer. Using sticky notes, they practiced naming the parts learned. They spent the remainder of the class practicing typing at <https://www.typingclub.com/>. All students were given earphones for personal use.

#### Week 2:

Students in the adult literacy class were given worksheets to practice writing and reading various letter arrangements using "p" and "m."

Computer literacy students learned how to use Google to search for relevant websites, such as YouTube, Google Translate, Google Maps, etc.

#### Week 3:

Students in the adult literacy class were given worksheets to practice writing and reading various letter arrangements using "l."

Computer literacy students learned how to open their own gmail account and send messages with attachments. There were some difficulties with this lesson because students had limited typing ability (meaning this module should

be included as a later part of the course) and students were required to have a phone number or some contact information to sign up for gmail.

#### Week 4:

Students in the adult literacy class were given worksheets to practice writing and reading various letter arrangements using "s." Students also practiced writing out sentences describing themselves.

Computer literacy students were given an instruction sheet and asked to team up with a neighbor. Teams then followed instructions to demonstrate their knowledge of using a computer.

#### **Results:**

Seven students attended the programs regularly and were awarded certificates of completion. These women reported that the classes had been useful to them and wanted them to continue. The pilot classes did not include a full, completed curriculum, so the long-term impacts of the four classes would be difficult to measure. However, students all felt the skills they were learning were very useful and would like to continue a full-scale version of the course. As a pilot program, the courses were successful in giving PfID the data it needs to create such a course for future use.

#### **Conclusions:**

PfID is using the information gained from the pilot classes to develop a complete adult literacy and a computer literacy course, which may be implemented at HOP in the future. Future implementation of such courses would require volunteers or local staff to serve as invigilators, and depending on the size of the classes, additional laptops or tablets may be required.