

PROYECTO: “PLAZA DE LA SALUD”

Carátula con información básica

1. Nombre del proyecto: Plaza de la salud
2. Nombre de la organización: comunidad Mapuche Kilapi
3. Número de Personería Jurídica: 2495
4. Dirección postal de la organización: calle Coliqueo S/N, Chorriaca, Dpto. de Loncopué
5. Presidente de la organización: Mariano Kilapi
6. Datos de contacto de la organización (E-mail y teléfono): 2948-497100
7. Sitio web o facebook: NO
8. Fecha de inicio de actividades: 31/05/1990
9. Misión de la organización: preservar y fortalecer la identidad originaria Mapuche, en cuanto a lo cultural y espiritual. Desarrollar proyectos de índole social que beneficien a la comunidad.
10. Breve descripción del proyecto: crear un circuito saludable en la localidad de Chorriaca, para complementar programas de educación que fomenten entre las personas el cuidado de la salud.
11. Cuadro resumen de financiamiento:

	Pesos	Porcentaje
Aporte solicitado	\$50.000	61,3%
Aporte propio o de terceros	\$31.505	38,7%
Totales	\$81.505	100%

Coordinador/a Titular del Proyecto

- Nombre del o la coordinador/a titular del proyecto: Soto, José Manuel
- Teléfono particular: 2942-696719
- E-mail: juanelso@gmail.com

Coordinador/a suplente Titular del Proyecto

Nombre del o la coordinador/a suplente del proyecto: Aroca, Heidi

Teléfono particular: 2942-665179

E-mail: heidiaroca@gmail.com

Nombre del o la coordinador/a suplente del proyecto: Navarro, Franco

Teléfono particular: 2948-410977

3. Contexto general del proyecto

Nombre del proyecto: plaza de la salud

Temática: la salud concebida como la armonía y el bienestar espiritual, emocional, mental y físico de PUCHE (personas).

Localización:

Localidad de Chorriaca, Dpto. Loncopué. El emplazamiento se realizará en un extremo de la plaza central, cita en las calles Pichaihue y Hualcupén, (CP 8351).

Destinatarios:

Comunidad Mapuche Kilapi en general, pero directamente a familias de alumnos/as que asisten a la escuela N° 97. La totalidad de beneficiarios directos son 54 alumnos, y un total de 30 familias de escasos recursos, en su mayoría crianceros y productores rurales.

Descripción:

Desde la escuela 97, "Ruca Quimeltuve", se han desarrollado proyectos pedagógicos, tendientes a crear hábitos saludables en los estudiantes y sus familias. Una de las primeras acciones que se pudieron concretar, fue la implementación de un kiosco saludable, reemplazando las tradicionales golosinas, por productos naturales y saludables, tales como frutas frescas y/o secas, semillas, yogures, entre otros productos recomendados por nutricionistas que asesoraron en el armado del proyecto. Esto llevó a que la comunidad, se interesara en la compra de estos alimentos, convirtiéndose en consumidores frecuentes del kiosco saludable.

Por otro lado, puertas afuera de la institución educativa, se tendieron distintas redes con las instituciones locales, a fin de abordar otros aspectos importantes del proyecto, que permitiera la ampliación y reformulación del mismo, como por ejemplo el trabajo en conjunto con el personal del puesto sanitario, quienes brindaron datos, acerca de las principales problemáticas de salud que afectan a la comunidad, relacionadas al sedentarismo y hábitos no saludables de alimentación, por lo que fueron realizadas acciones por el área de educación física, y en coordinación con la encargada del área de deporte de la comisión de fomento, como la implementación de circuitos de caminata aeróbica, en donde se invitaba a las familias a acompañar a sus hijos en el recorrido.

La problemática fue planteada con el Lonco de la comunidad Mapuche y se llegó a un acuerdo de trabajo común, para complementar el proyecto, con la creación de un espacio al aire libre, que sirva como movilizador de hábitos saludables, en el que se promueva la ejercitación, recreación y encuentro de las familias. Para la concreción de este espacio el Lonco designó un terreno, y se comprometió a realizar las gestiones pertinentes para acondicionarlo, esto

es emparejar la tierra, y además ofreció personal para la instalación y emplazamiento de las maquinarias de ejercicios.

Fundamentación-definición del problema:

¿Por qué lo vamos a hacer?

La comunidad de Chorriaca posee en el espacio urbanizado una población de 375 habitantes aproximadamente. Según estadísticas proporcionadas por el centro de salud de la localidad, hay 25 personas con diabetes tipo II que rondan entre los 18 y 65 años, las cuales se encuentran bajo programa. Por otro lado, hay 15 personas con HTA (Hipertensión Arterial) cuyas edades oscilan desde los 18 años en adelante, quienes también se encuentran bajo programa. Cabe aclarar que, si bien estas 40 personas se encuentran bajo tratamiento médico, es probable que existan más casos aún no visibilizados. Además, se calcula que el 50 % de la población, mayormente a partir de los 15 años en adelante, posee sobrepeso y sedentarismo.

Estas cifras son realmente alarmantes, es por eso, que la propuesta es construir un gimnasio a cielo abierto que permita realizar actividades que despierten conciencia en las familias sobre el cuidado del cuerpo y la salud, ya que la localidad no cuenta con espacios definidos para desarrollar propuestas que tiendan a prevenir nuevos casos de enfermedades, como así también ayudar a aquellas personas que ya sufren afecciones como diabetes, HTA, sedentarismo y obesidad.

4. Datos operativos del proyecto

Objetivos generales:

- Generar un entorno facilitador para la actividad física y alimentación saludable, a través de actividades interinstitucionales que promuevan el trabajo colaborativo en pos de prevenir enfermedades.

Objetivos específicos:

- 1) Generar el espacio físico acondicionado para que las familias realicen actividad física.
- 2) Promover el hábito de utilizar las máquinas como un medio para el cuidado de la salud.
- 3) Propiciar actividades dinámicas que permitan la participación activa de la comunidad, mediante juegos, charlas, etc.

Actividades

- Limpieza y arreglo del espacio físico en el cual se instalará el gimnasio.
- Encuentro con las familias de la comunidad para acordar días y horarios de la puesta en práctica de los talleres.
- Aprender a utilizar las máquinas de manera adecuada.

- Talleres de: alimentación saludable, prevención de enfermedades y cuidado del cuerpo (desde lo biológico, psicológico y social), reconocimiento de las buenas y malas acciones que favorecen u obstaculizar la salud de cada uno/a, realización de talleres que involucren a especialistas donde se reflexione y debata sobre el cuidado del cuerpo y la salud.

Cronograma de actividades

Objetivos específicos	Actividades	Mes 1				Mes 2				Mes 3				Mes 4				Mes 5			
		Semana				Semana				Semana				Semana				Semana			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Acondicionar el espacio	x	x	x	x																
1-2	Planificación de los talleres				x	x	x	x													
1-2-3	Encuentro con los/as integrantes de la comunidad							x	x												
2	Aprender a utilizar las máquinas								x	x	x	x	x								
3	Talleres de alimentación saludable, prevención de enfermedades, cuidado del cuerpo, charlas con especialistas											x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
1-2-3	Evaluación	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

5. Financiamiento ¿Qué recursos tengo y cuáles necesito?

A. Recursos Humanos	Descripción	Aporte solicitado	Aporte propio o de terceros	Total
Coordinación	1 persona por 4 meses a \$2000	0	\$8000	\$8000
Taller de alimentación saludable.	2 personas por 36 hs a \$160	0	\$5760	\$5760
Taller de prevención de enfermedades.	2 personas por 36 hs a \$160	0	\$5760	\$5760
Taller de cuidado del cuerpo.	2 personas por 36 hs a \$160	0	\$5760	\$5760
Mano de obra	Limpieza y nivelación de terreno, desmonte. (30 m ²) a \$25 el m ²	0	\$750	\$750
	Excavación manual de bases (15 m ³) a \$150 el m ³	0	\$2250	\$2250
	Cimiento de aparatos y carpeta \$55 el m ³	0	\$825	\$825
SUBTOTAL			\$29105	\$29105
B. Rec. Materiales				
Maquinaria	1 Elíptico simple	\$8300	0	
	1 Flotador doble	\$7900	0	
	1 banco de abdominales doble	\$5300	0	
	1 Multicaderas doble	\$7300	0	
	1 Bicicleta fija	\$6200	0	
	Dorsalera simple	\$9700	0	
Instalación	10 bolsas de Cemento	0	\$1600	\$1600
	Arena 3m ³	0	\$400	\$400
	Ripio 3m ³	0	\$400	\$400
SUBTOTAL		\$44700	\$2400	\$2400
C. Otros				
Traslado de equipos		\$5300	0	0
SUBTOTAL		\$5300	0	0
TOTALES		\$50000	\$31505	\$31505
Porcentajes de aportes		61,3%	38,7%	

6. Evaluación

Se propone realizar tres instancias de evaluación: pre, durante y pos concreción del proyecto.

Se generarán encuentros interinstitucionales para reflexionar sobre: la elaboración de talleres antes de ponerlos en práctica, se debatirá acerca de las propuestas implementadas realizando los ajustes necesarios con la intención de mejorar las nuevas actividades y se reflexionará respecto a qué cambios se han ido observado en los hábitos del cuidado de la salud.

Asimismo, se evaluará el grado de alcance en la concurrencia de las familias y si se logra mantener constante, de lo contrario, se reverán las propuestas, de modo que resulten significativas para los participantes.

7. Sustentabilidad

La comunidad mapuche Kilapi, desde sus inicios trabaja tomando como referencia la opinión de cada uno de los integrantes de la localidad. De hecho, es la gente quién expone su punto de vista y realiza acuerdos en la toma de decisiones que involucren a la comunidad directa o indirectamente.

En el caso de este proyecto, la comunidad lo considera positivo ya que beneficiaría a toda la población, por lo tanto, para sostenerlo se propone que las instituciones como la escuela, salita de salud y deporte dispongan de sus recursos humanos y materiales (que estén a su alcance) que permitan mantener en vigencia los talleres propuestos por el trabajo colaborativo entre dichas instituciones. Así, también la comunidad se haría cargo del cuidado y mantenimiento del espacio en el cual se concretará la implementación de las máquinas del gimnasio a cielo abierto.

Para darle continuidad al proyecto se han involucrado a instituciones como el puesto sanitario de la localidad, quienes tomarán como responsabilidad el diseño e implementación de los talleres de salud, invitando a especialistas de Zona Sanitaria III, tales como médicos, cardiólogos, y nutricionistas. Estas acciones ampliarán las ya establecidas con la escuela 97, en la que el foco de atención se pone sobre los estudiantes, desde jardín de infantes, hasta el 7° grado, siendo el organismo nodal que impulsa todo el proyecto, desde la base de la comunidad, la familia.

Por otra parte, desde la Comisión de la Comunidad Mapuche Kilapi, ya se han iniciado gestiones para sumar espacios de ejercicio al aire libre, a través de notas elevadas a la Comisión de Fomento, y a diversos organismos provinciales, lo que denota el interés general por generar, sostener y ampliar proyectos de esta índole.